



# КАК ВОСПИТАТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО РЕБЁНКА?!

Настольная книга родителя



**ВЕСТА**  
ЦЕНТР РАЗВИТИЯ СЕМЬИ

*А я всегда говорила:  
если родители правильно  
воспитывают детей,  
дети не тонут в лужах.  
(Рикки-Тикки-Тави)*

---

## Оглавление

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	3
ИДЕЯ 1. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....	5
ИДЕЯ 2. УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....	10
ИДЕЯ 3. СТИЛИ ВОСПИТАНИЯ .....	18
ИДЕЯ 4. МЛАДШИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ .....	35
ИДЕЯ 5. ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ ДЛЯ РАЗВИТИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ?.....	49
ИДЕЯ 6. СОВЕТЫ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ РАЗВИВАТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ РЕБЕНКА.....	58
ИДЕЯ 7. КАК ПРИУЧИТЬ РЕБЁНКА К САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ?.....	63
ИДЕЯ 8. С МИРУ ПО НИТКЕ! .....	68
ИДЕЯ 9. ДЕСЯТЬ ПОПУЛЯРНЫХ ОШИБОК В ВОСПИТАНИИ .....	79
ИДЕЯ 10. ПЯТЬ ПРОБЛЕМ, КОТОРЫЕ МЕШАЮТ РАЗВИТИЮ РЕБЁНКА.....	94
ИДЕЯ 11. ТИПЫ ТЕМПЕРАМЕНТА.....	106
ИДЕЯ 12. КАК РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ВЛИЯЕТ НА САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ РЕБЁНКА?!.....	115
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	136

***А я всегда говорила:  
если родители правильно  
воспитывают детей,  
дети не тонут в лужах.  
(Рикки-Тикки-Тави)***

---

Самостоятельный ребёнок – это какой ребёнок?

Очень часто в практике сталкиваюсь с запросом: «Сделайте что-нибудь с моим ребёнком, он такой не самостоятельный!!!»

На что я всегда отвечаю: «А Вы даёте своему ребёнку проявлять самостоятельность?»

И, как правило, в ответ либо тишина, либо много разных оправданий, не относящихся к теме.....

Именно поэтому возникла идея создать книгу, в которой бы содержались, как теоретические аспекты воспитания, так и практические ответы на те вопросы, которые часто возникают у родителей детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Вы готовы к путешествию в мир знаний по детской психологии?

Думаю, дорогой читатель, что готовы! Ведь в руках у Вас наша настольная книга родителя!!!

Наслаждаемся родительством!!!

## ВВЕДЕНИЕ

***Методы воспитания самостоятельности в каждой семье разные. Кто-то из родителей убеждает, кто-то уговаривает, кто-то показывает на своем примере. И неважно, как именно доносить до ребенка простые истины, — важно, чтобы из него вырос хороший человек.***

***Примеры воспитания самостоятельности у детей, которыми мы хотим поделиться, достойны уважения. Поверьте, есть что взять на заметку!***

**ВДОХНОВЛЯЛКА**

Дочка вернулась из школы и рассказывает, что одноклассница нарисовала яблоко и говорит: «Это просто мусор, вышло ужасно!» Дочь смутилась, ведь рисунок был хорошим. Эта история стала для

меня еще одной возможностью напомнить дочери о том, что я внушаю своим детям с детства: всякий раз, когда делаешь что-то, достигаешь какого-



то прогресса, поздравь себя. Я в шутку говорю своим детям: «**Сделал что-то? Дай пять!**» Когда они терпят неудачу, ошибаются или разочаровываются, потому что ничего не получается, я призываю их быть добрыми, любить себя и принимать поражение как часть жизни. Это такая простая истина, о которой мы забываем напоминать себе и почти никогда не учим этому наших детей. © Iva

[Izabela Miholic / Quora](#)

## ИДЕЯ 1. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*«Воспитание ребенка — это вовсе не дрессура. Родители существуют не для того, чтобы вырабатывать у детей условные рефлексы»*

*Ю. Б. Гиппенрейтер*

Из этой главы Вы узнаете об особенностях возрастных изменений, которые происходят с детьми-дошколятами – это важный период физического развития, формирования двигательной функции и становления личности человека. Он отличается, с одной стороны, интенсивным ростом и развитием детского организма, а с другой стороны – незрелостью, низкой сопротивляемостью неблагоприятным воздействиям окружающей среды.



На протяжении первых 7 лет жизни ребёнок проходит огромный путь физического и духовного развития. Рождаясь совершенно беспомощным существом, которое не в состоянии ни целесообразно

действовать, ни говорить, ни мыслить, он должен всему учиться, чтобы к концу дошкольного возраста превратиться в личность с довольно большим запасом знаний и умений, обладающую сложным внутренним миром.

Всестороннее развитие ребёнка находится в большой зависимости от **двигательной активности**, которая служит источником не только познания окружающего мира, но также психического и физического развития маленького человека. Несвоевременность и низкая эффективность использования разнообразных средств физической культуры в дошкольном возрасте приводят к нарушению развития детей, отрицательно влияют на их умственную сферу, снижают уровень подготовленности к школе.

Как правило, именно в этот период родители задумываются о том, каким образом взаимодействовать с ребёнком, как подготовить его к дальнейшим изменениям в жизни (большинство в этом возрасте идут в детский сад), помочь ему стать более самостоятельным.

### **Как воспитать самостоятельность у детей?!**

«Какой у Вас самостоятельный ребенок: сам оделся, сам ложку взял, сам поел, сам нашёл себе занятие» - восхищенно говорят одни родители другим. «Как у Вас так получилось?» - задают они вопрос.



Действительно, почему некоторые дети очень самостоятельные, а другие находятся в состоянии ожидания, когда им разрешат что-то сделать? Можно конечно сказать, что всё зависит от характера или

темперамента малыша. В то время как другие будут доказывать, что всё зависит от воспитанника.

*Предлагаем разобраться, от чего всё-таки зависит самостоятельность ребенка?*

*Что нужно, чтобы формировать самостоятельность ребенка?*

Для чего нужно, чтобы ребенок был самостоятельным?

**Самостоятельность** – это не только умение позаботиться о себе в быту, но и уверенность в себе и своих силах, успешная учёба, умение делать выбор. Часто родители говорят своим детям, что им делать: иди почисти зубы, умойся, переоденься. И так каждый день - ребенок выполняет ценные указания родителей, они довольно говорят о том, какой он у нас самостоятельный, но так ли это? Выполнить сказанное родителями – это не самостоятельность, а послушание.



Ну и что тут плохого?

Отвечаем: послушные дети делают только то, что им говорят, они не инициативны, пассивны и бездейственны – отсюда и возникают многие психологические проблемы, с которыми сталкиваются в



школьные годы. «Не может четко сформулировать мысль? Ничего сам не сделает без напоминания!» В будущем из таких детей получится прекрасный исполнитель, но такой ребенок никогда не будет лидером!



Самостоятельность у детей начинает формироваться довольно рано, уже в 2 года ребенок понимает, что некоторые вещи он может сделать сам без помощи родителей.

Например, налить себе водички из кувшина, но что он слышит: «Поставь, а то разольёшь, разобьешь, порежешься» или «Стой, туда не ходи - там опасно». Чем старше становится ребенок, тем запретов становится больше. В возрасте 3 – 4 лет, к ребёнку приходит понимание, что его желания могут отличаться от желаний взрослого. Когда они с мамой идут гулять, ему так хочется самому надеть сандалии, а мама делает всё сама. Из лучших побуждений, конечно. Изо дня в день ребенок начинает понимать, что ему не обязательно проявлять инициативу мама с папой сделают всё сами за него. Тогда ребёнок переходит в пассивную роль. Как не допустить развитие такой ситуации?

**ВДОХНОВЛЯЛКА**

В этом поступке нет ничего удивительного, но это так правильно и мило, что хочу рассказать. Я работал официантом, и однажды к нам пришла семья с 3-летней девочкой. У малышки была пачка наклеек, и я сказал: «О, классные наклейки!» Девочка посмотрела на маму, улыбнулась и протянула мне одну из них. Я сказал, что все в порядке, не стоит, но ее мама наклонилась и попросила: «Мы учим ее делиться, поэтому возьмите, пожалуйста». Я взял наклейку, поблагодарил, а маленькая девочка выглядела очень довольной. Такое вот активное обучение. [© LaMalintzin / Quora](#)



## ИДЕЯ 2. УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Никогда не беспокой другого тем, что ты можешь сделать сам.

*Л.Н. Толстой*



Создаём развивающую среду – у ребёнка должны быть свои вещи для домашнего обихода в каждом помещении, будь то ванна или кухня, которыми он сам сможет распоряжаться. Например, в ванной - тряпочка для вытирания пыли, на кухне - скалка. Когда ему захочется проявить инициативу и помочь вам в домашних делах - он сможет воспользоваться своей вещью.



Наберитесь терпения – самостоятельная деятельность детей может занять гораздо больше времени, конечно, у Вас бы получилось сделать всё намного быстрее и аккуратнее, чем у малыша. Здесь нужно помнить о том, что Вы стараетесь воспитать самостоятельную личность.



Право на ошибку — каждый человек ошибается, и вы не исключение. Когда человек делает что-то в первый раз, не всегда сразу выходит хорошо, иногда для этого нужна тренировка и поддержка. Поэтому, когда Ваш ребенок что-то прольёт или рассыпет - не ругайте, а скажите «не расстраивайся в следующий раз получится лучше, а это мы просто уберём».



Не делайте за ребенка, то что он может сделать сам – не мешайте ребенку, пусть сам ест, сам выберет одежду на прогулку и в детский сад, сам стелет постель.



### **“Нельзя”!!!**

Перед тем как сказать слово «нельзя», подумай! Говоришь ты для того, чтобы уберечь ребенка или себя от дополнительных забот?

Например, переходить дорогу в неполюженном месте или вылезать в открытое окно - нельзя, а вот попрыгать по луже в резиновых сапогах или поиграть с водяными пистолетами, когда на улице жара -можно.

Теоретические вопросы развития самостоятельности у детей мы с Вам разобрали, теперь изучим как применять их на практике. Конечно, проявление первых самостоятельных действий должны быть под присмотром родителей, особенно если это касается опасных предметов или дел. Поэтому лучше всего организовать самостоятельную деятельность детей в быту.

## ОСНОВНЫЕ НАВЫКИ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО РЕБЁНКА:



### **Выбор одежды:**

- Вещи малыша должны находиться в его доступности, на нижней полке или в нижнем ящике комода.
- Покупая одежду, старайтесь выбирать с простыми застежками, чтобы ребёнок сам мог одеть или снять выбранные предметы гардероба.
- Покажите место куда нужно бросать грязное бельё и пусть малыш сам решает, какая вещь должна туда отправиться.
- В доме обязательно должно быть большое зеркало, в которое ребенок сможет посмотреть и решить, правильно ли он оделся и нужно ли ему причесаться?!



### **Проявление инициативы в умывании:**



- В ванной у ребёнка должны быть свои гигиенические принадлежности, которыми он сам сможет пользоваться без Вашей

помощи - зубная щетка, паста, мыло, полотенце.

- Нужно поставить маленький стульчик или подставку возле раковины для того, чтобы ребенок мог сам достать всё необходимое и умыться.
- В туалете тоже должна быть подставка, чтобы кроха без посторонней помощи мог воспользоваться унитазом, горшок и насадка на унитаз должны быть всегда в досягаемости.



### ***Инициатива в еде:***

- Организуйте на кухне место, где будет стоять кувшинчик с водой и стакан, чтобы малыш без вашей помощи мог налить себе воды.



- Покажите ему, где лежит тряпочка для стола, чтобы мог сам вытереть разлитую воду и не ругайте его, если он пролил что-нибудь. Ребенок и так сомневается в своих силах, а упреками и руганью вы отобьете у него охоту что-либо делать.
- Если малыш только начинает держать ложку - варите ему каши и густые супчики, но ни в коем случае не превращайте продукты в пюре, пусть учится жевать. Для этого можно отваривать картошку, морковь, брокколи и ломать их на кусочки.

- В обиходе желательно использовать стеклянную или керамическую посуду, так ребёнок будет учиться осторожности.
- Готовьте еду вместе, детям очень нравится замешивать тесто, с помощью формочек вырезайте печенье и по мере взросления ребенка усложняйте задания: нарезать хлеб, почистить овощи, помочь в приготовлении супа.



### ***Инициатива в засыпании:***



- С 1,5 лет ребенка можно положить в открытую кроватку, где он будет чувствовать себя свободнее, так как сможет сам лечь и сам встать с неё.

• Разработайте вечерний ритуал: умывание перед сном, чтение любимой книги или колыбельная, таким образом, ребенок будет знать, что пора идти спать.



### ***Инициатива в игре:***

Для начала организуйте в квартире личное пространство, где ребёнок сможет играть и хранить свои игрушки: полки или ящики в



достижимости ребенка, чтобы он мог взять или убрать вещи самостоятельно.

- Краски, пластилин, раскраски, карандаши и прочие материалы для творчества должны лежать так, чтобы ребёнок сам мог их взять.
- Самостоятельность детей в игре должна поощряться, чем больше интересных сюжетов для игры он придумает, тем продуктивнее будет игра.



- Самостоятельная деятельность детей должна поощряться

родителями: сам залез на горку, сам поехал на велосипеде, сам приготовить что-то к обеду (пока ещё под присмотром взрослых). И в таком случае, инициатива и самостоятельность детей будет развиваться. Когда ребенок

становится самостоятельным, мама и папа становятся чуть-чуть свободнее, они знают, что малыш не будет голодным, так как может сам жевать и держать ложку. Он не будет ходить в грязной одежде, так как сам сможет поменять ее.

- Самостоятельность в детях развивает чувство любопытства, которое в дальнейшем будет способствовать успешной учебе. Активный самостоятельный ребенок не будет ждать разрешения родителя решить





возникшие у него затруднения, а примет своё самостоятельное решение.

- Самостоятельность детей дошкольного возраста, не должна



ограничиваться общепринятыми рамками, ведь дети - исследователи, и в силу этого придумывают массу новых способов пользования вещами. Самостоятельность ребенка в 7 лет может

выражаться в его активности, например, желании участвовать в эстафетах, концертах, проводимых в детском саду.

- Развитие и формирование самостоятельности у детей полностью зависит от поведения родителей. От того, какого будущего они хотят для своего ребенка. Да, послушные дети — это удобно, с ними меньше проблем, но тогда и не ждите от них инициативы, самостоятельно принятых решений, активности в социальной жизни и ответственности за свои поступки.

***Разрешите себе быть немного расслабленными родителями и тогда у Вас будут самостоятельные и ответственные дети!***

**ВДОХНОВЛЯЛКА**

Оставил брат у нас свою дочку ночевать. А девочка немного избалованная. И вот целый вечер: принесите попить, подайте игрушку. Возмутился и на очередную просьбу заявил: — У тебя ручки-ножки есть? Ну так топай ножками и возьми ручками то, что тебе нужно.




Она задумалась, постояла немного и пошла налить себе воды в стакан. Больше просьб не слышал — всё сама делала. Брат потом спросил, можно ли почаще дочку привозить к нам с ночевкой, какая-то, говорит, самостоятельная стала. © [LRAss / Pikabu](#)

### ИДЕЯ 3. СТИЛИ ВОСПИТАНИЯ

*Быть свободным значит не предаваться безделью,  
а самостоятельно решать, что делать и чего не делать.*

*Жан де Лабрюйер*

50 лет назад психолог Диана Баумринд высказала мнение о том, что воспитание в семье строится на таких основных качествах, как отзывчивость и требовательность. Благодаря различным комбинациям этих качеств появляются различные типы воспитания. Несмотря на это, всего лишь один из них позволяет воспитать у малыша адекватное чувство ответственности, при этом не нанося вреда для его личности.

Прежде, чем Вы начнёте знакомиться со стилями воспитания, предлагаем  , который позволит определить:

*«Какой стиль воспитания используется в Вашей семье?!»*

*Выберите вариант ответа для каждого из десяти вопросов.*

**1. Как вы считаете, должен ли ребенок делиться с вами своими мыслями и чувствами?**

- А) обязательно. Он должен рассказывать обо всем, что с ним происходит;
- Б) рассказывать вам только то, чем он сам захочет поделиться;
- В) ребенок должен оставлять свои мысли и переживания при себе.

**2. Что вы сделаете, если узнаете, что ваш ребенок взял без спросу чужую игрушку?**

- А) отругаете его при других детях, заставите вернуть игрушку и извиниться;
- Б) поговорите с ребенком «по душам», и предоставите ему право самому принять правильное решение;
- В) предоставите возможность детям самим разбираться в своих проблемах.

**3. Какой будет ваша реакция, если ребенок, хорошо и быстро выполнит ваше поручение?**

- А) примете как должное и скажете: «Всегда бы так».
- Б) похвалите его и расскажите родным и знакомым о том, какой он у вас молодец;
- В) порадуетесь;

**4. Как вы отреагируете на сквернословие ребенка?**

- А) строго накажу;
- Б) постараюсь довести до его понимания, что в нашей семье, да и вообще среди порядочных людей, это не принято;
- В) не стану придавать этому значение, если это не выходит за разумные пределы.

**5. Дети спокойно играют. У вас появилось немного свободного времени. Что вы предпочтете сделать?**

- А) включитесь в игру: поможете, подскажете или сделаете замечание;

- Б) понаблюдаете за тем, как дети играют и общаются;
- В) займетесь своими делами.

**6. Вы пришли за ребенком, надеясь, что он быстро оденется, и вы успеете зайти на почту, но он под разными предложениями отвлекается от сборов, «тянет время». Что вы предпримите?**

- А) разозлитесь и отругаете ребенка;
- Б) расскажите ему о своих планах и попросите одеваться быстрее;
- В) попытаетесь сами быстренько его одеть.

### **7. Какова ваша стратегия воспитания?**

- А) ребенок неразумен и неопытен, взрослые должны воспитать и научить его;
- Б) в процессе воспитания должно осуществляться сотрудничество взрослого с ребенком;
- В) решающую роль в развитии ребенка играет наследственность, его уже не переделать, поэтому главная задача родителей, следить, чтобы он был здоров, сыт и не совершал неприемлемых поступков.

**8. Ваш ребенок «прилип» к телевизору, вместо того чтобы укладываться спать. Как вы поступите в этой ситуации?**

- А) без слов выключите телевизор и уложите ребенка спать;
- Б) объясните, как для него важен сон и попросите его через 10 минут быть в кровати;
- В) позвольте ему лечь попозже, но поднимете с утра в обычное время.

**9. Ребенок не хочет выполнять вашу просьбу или поручение. Что вы предпримите?**

- А) заставите его выполнить ваше поручение;
- Б) постараетесь обыграть свое поручение в интересной для ребенка форме;
- В) ничего не станете предпринимать. Сами все сделаете.

**10. Как вы отреагируете, если узнаете, что ребенок вам солгал?**

- А) постараюсь вывести его на чистую воду и пристыдить;
- Б) попробую разобраться, что его побудило солгать;
- В) расстроюсь.

**Результат:**

Теперь подсчитайте, каких ответов больше – А, Б или В. Преобладающий вариант ответа укажет на характерный для Вас стиль воспитания.

- А – авторитарный
- Б – демократичный
- В – либеральный

Теперь у Вы знаете, какой стиль воспитания в Вашей семье. Это даёт возможность понимать, что оставить, а какие моменты подкорректировать.....



### **1. Авторитарный стиль**

При авторитарном стиле, родители требуют от ребенка беспрекословного подчинения их воле и авторитету, требовательны к четкости выполнения приказов. Они **контролируют все сферы жизни ребенка, ограничивая его самостоятельность и принимая за него все решения.** При этом доминирующими воспитательными методами являются **требование, приказ и принуждение**, сопровождаемые жестким контролем, суровыми запретами и физическими наказаниями. Такие родители относятся к своему ребенку эмоционально холодно, уделяют ему мало времени и очень редко его хвалят.



Этот стиль воспитания порождает у одних детей: **враждебность, агрессивность и раздражительность**, у других – **подозрительность, неуверенность в себе, нерешительность, пассивность и робость.** Дети в таких семьях обычно замыкаются в себе, их общение с родителями нарушается, происходит отчуждение от родителей, возникает чувство своей незначительности и нежеланности в семье.

Дети из таких семей редко относятся к людям с доверием, испытывают трудности в общении и часто сами жестоки.

**Рекомендации для родителей, применяющих авторитарный стиль воспитания:**



- откажитесь от приказов, угроз и физического наказания;
- не предъявляйте ребенку завышенных требований;
- замените приказы и требования, просьбами и предложениями;

- учитывайте интересы и желания ребенка;
- будьте немного уступчивее по отношению к ребенку;
- не ограничивайте самостоятельность ребенка;
- поддерживайте с ребенком теплые и доверительные отношения.

**2. Демократический**

**стиль**

Сторонники демократичного стиля воспитания **поощряют ответственность и самостоятельность своих детей, учитывают их интересы**



**и желания, доверяют своему ребенку.** Ведущим типом взаимоотношений является **сотрудничество**, родители общаются с детьми на равных и видят свою задачу в координации их действий и в



оказании помощи. Они не приказывают, а просят о выполнении поручений, не ущемляя прав ребенка. Контроль, основанный на разумной заботе, способствует тому, что дети прислушиваются к объяснениям и просьбам родителей. Благодаря этому, в семье складываются теплые и дружеские отношения.



Этот стиль воспитания способствует развитию у детей **доброжелательности, самостоятельности, активности, инициативности, решительности и ответственности**. По сравнению с другими детьми, они более **уравновешены, открыты, общительны, дружелюбны, добры, уверены в себе, креативны, способны к сочувствию и сопереживанию**. У этих детей развивается высокая самооценка, а в школе они учатся гораздо лучше, чем дети, воспитанные родителями, придерживающимися других стилей воспитания.

### **3. Либеральный стиль**



При либеральном стиле воспитания **ребенок предоставлен самому себе**. Он практически не знает запретов и ограничений со стороны родителей, поскольку они уделяют ему мало времени, не вмешиваются в его дела, не интересуются его проблемами, предоставляют ему много самостоятельности. Такие родители отличаются **низкой**

**требовательностью и слабым контролем. Они не умеют или не желают заниматься воспитанием детей, их забота носит формальный характер. В семье наблюдается отсутствие эмоциональных связей, отчужденность, безразличие к делам и чувствам другого.**



**Дети в таких семьях вырастают эгоистичными, конфликтными, агрессивными, непослушными, слабовольными, не уверенными в себе, импульсивными, чувствуют себя брошенными и ненужными. Они не способны устанавливать прочные эмоциональные связи, учитывать интересы других людей, не готовы к ограничениям и ответственности, плохо социализируются в обществе.**



**Ослабление родительского контроля, как и его гипертрофия, способствует формированию пассивной и неуверенной в себе личности, а также нарушают процесс социализации ребенка в обществе.**

Для того чтобы исправить сложившуюся ситуацию, необходимо, чтобы родители осознали свои ошибки и стремились скорректировать свой стиль воспитания.

**Большое значение имеет согласованность родительских взглядов на воспитание.** В полных семьях, родители иногда придерживаются различных стилей воспитания. Например, отец может быть достаточно авторитарным, а мать – заботливая и разрешающая.

Или одна бабушка говорит одно, другая другое, а родители придерживаются третьей тактики воспитания, требуя от ребенка взаимоисключающих форм поведения. Ребенок в этом случае не понимает, что на самом деле правильно, а что нет, он ни в чем не может быть уверен, а значит, не ощущает себя в безопасности. Из-за такого противоречивого воспитания, ребенок живет в состоянии психологического стресса, у него могут возникнуть неврозы или различные нарушения в поведении. Поэтому **необходимо выработать единый стиль воспитания и придерживаться одной тактики поведения, чтобы ребенок не видел противоречий в позициях родителей. Важно, чтобы между родителями были гармоничные отношения. Тогда прийти к согласию по вопросам воспитания будет гораздо легче.**

### РАСШИРЕННАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ СТИЛЕЙ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ:

1. **Кумир семьи.** Ребенок всегда находится в центре внимания, его малейшие прихоти удовлетворяются.

Вседозволенность и восхваление не идет на пользу будущей личности, ребенок вырастает эгоистичным и с неадекватной самооценкой.





2. **Золушка.** Ребенок живет в условиях наказания и ругани. Эмоциональную поддержку он не получает. В дальнейшем это будет тихий, забитый человек с заниженной самооценкой и, возможно, скрытой агрессией.

3. **Гиперопека.** У ребенка отсутствует право выбора, за него все решают родители. В итоге он вырастает пассивным и несамостоятельным, не готовым к самостоятельной жизни.



4. **Непоследовательность и противоречивость.** Встречается в двух моделях: «кнут и пряник» или рассогласованность стилей мамы и папы. Личность ребенка становится неустойчивой, развивается двуличность и неопределенность, внутренние конфликты.

5. **Гипоопека.** Воспитание ребенка пускается на самотек. В итоге ребенка воспитывает улица, интернет или кто-то еще. Вариантов развития множество, но большая часть из них, к сожалению, неблагоприятны.



6. **Попустительско-снисходительный.** Родители не наказывают ребенка или чисто формально указывают на нежелательное поведение. При таком раскладе ребенок растет в убеждении, что «ему ничего не будет».

7. **Круговая оборона.** Родители не слушают мнение со стороны о неприемлемом поведении ребенка, сами его не замечают и считают, что их ребенок всегда прав.





таким поведением ребенка.

### 8. **Демонстративный.**

Родители утрированно подчеркивают «хулиганистый нрав» своего «сорванца и неслуха». Делают вид, что переживают, но сами гордятся

### 9. **Педантично-подозрительный.**

Родители проявляют тотальный контроль и недоверие. Ребенок становится тревожным и нервным, агрессивным.



### 10. **Жестко авторитарный.**

Ребенок не имеет права голоса, выбора, его возражения не принимаются. Ребенок вырастает стеснительным, замкнутым или агрессивным.

11. **Увещательный.** Родители проявляют свою позицию только на словах. В итоге они теряют авторитет в глазах ребенка. Ребенок становится сам себе хозяин.



12. **Расширенная сфера родительских чувств.** Родители нарушают личное пространство ребенка, хотят знать все, не оставляют ему никаких личных тайн. Это чревато агрессией, внутренними конфликтами ребенка, недоверием к людям.



### «10 ЗАПОВЕДЕЙ ЭФФЕКТИВНОГО ВОСПИТАНИЯ»

1. Уделяйте ребенку как можно больше времени. Всегда находите время, чтобы поговорить с ним о его проблемах и успехах.
2. Поддерживайте его во всех начинаниях.
3. Не предъявляйте ребенку завышенных требований.

- 4.** Реже наказывайте ребенка и чаще хвалите и поощряйте.
- 5.** Будьте для него примером для подражания.
- 6.** Научитесь спокойно реагировать на его шалости или плохое поведение.
- 7.** Будьте последовательны в воспитании. Установите границы дозволенного и придерживайтесь их. Дети чувствуют себя намного уверенней, когда знают, что им можно, а что нельзя.
- 8.** Не подкупайте, а вознаграждайте! Вознаграждайте хорошее поведение нематериальным поощрением, например, чтением ему любимой сказки.
- 9.** Будьте для ребенка советником, но не диктуйте, что ему делать. Уважайте его право на собственное мнение.
- 10.** Поддерживайте с ребенком теплые и доверительные отношения.





## КАК НЕ НУЖНО ВОСПИТЫВАТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ РЕБЁНКА

Научить ребенка быть самостоятельным на самом деле не так трудно, как кажется. Часто мамы и папы, желая помочь своему ребёнку, мешают адекватному развитию его личности. Конечно, когда малышу год-два, он ещё не в состоянии сам себя полностью обслужить, и родители ещё многие годы будут опекать и поддерживать своего ребёнка. Но это не означает, что родители должны принимать всегда за него решение и выполнять какую-либо работу.

### Типичные ошибки родителей в воспитании самостоятельного ребёнка:

1. **Повелительный тон.** В этом случае в комнате у малыша будет всегда чисто, но не из-за того, что он сам этого хочет, а потому что он просто боится пойти против воли родителей. В данном случае взрослые не дают права выбора, не учитывают мнение крохи.
2. **Подмена понятий.** Здесь родители всячески выгораживают ребёнка: «Не хочешь убирать за собой игрушки? Ничего страшного, ты, наверное, просто немного устал». Подмена понятий мешает формироваться чувству осознанности. А без этого невозможно воспитать самостоятельность.

3. **Помощь из сочувствия.** Ребёнок до последнего не берётся за уроки? Мамы или папы хотят помочь своему чаду, потому что он ещё такой маленький и ему хочется поиграть. В этом случае ребёнок не научится нести ответственность.
4. **Насмешки.** В основном, ребёнок раннего возраста ещё не способен выполнять какие-либо просьбы взрослых также хорошо, как сами родители. Он ещё не набрался достаточного опыта или ловкости. Ни в коем случае нельзя насмехаться или шутить, даже по-доброму, над результатами его деятельности. В противном случае, малыш может потерять веру в себя и не захочет больше проявлять инициативу.

**ВДОХНОВЛЯЛКА**

К подруге подбегает ее 11-летний сын, злой, почти плачет. Заявляет, что брат не дает ему подойти к компьютеру. Она спокойно отвечает: «У тебя есть 3 варианта. Первый: ты решишь проблему спокойно и самостоятельно. Второй: я вмешаюсь. Третий: ты просто забудешь об этом инциденте». Она напомнила: «У тебя всегда есть выбор». Он ушел расстроенный, но с уверенностью, что справится с этой ситуацией. Что крутого в этом методе? Мама показала ребенку, что у него есть контроль над ситуацией, она дала ему возможность выяснить, что он хочет сделать. И все закончилось без ссор, слез, кулаков и активного родительского участия. © [Carla Attenborough / Quora](#)



## ИДЕЯ 4. МЛАДШИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

Рискните думать самостоятельно. В ответ вы получите гораздо больше счастья, мудрости, правды и красоты.

*Кристофер Хитченс*

### Психологические особенности младших школьников

- ✓ **Социальная ситуация развития:**
  - система «ребенок - учитель»
  - ведущий тип деятельности – учебная деятельность (новая социальная роль, школьный режим, умение планировать свою работу)
- ✓ **Познавательное развитие:**
  - мышление (словесно-логическое; индивидуальные различия «теоретики», «практики», «художники»; формирование научных понятий)
  - восприятие (стадии: 2-5 лет - стадия перечисления предметов на картине; 6-9 лет - описание картины; после 9 лет – интерпретация увиденного)
  - память (произвольная, смысловая)
  - внимание
- ✓ **Развитие личности:**
  - мотивационно-потребностная сфера (внутренние мотивы: познавательные - социальные; мотивация достижения успеха – избегания неудач; внешние мотивы)
  - самооценка
  - чувство компетентности

**САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ** – это ответственное и инициативное поведение, оно не зависит от посторонних влияний, а совершается без посторонней помощи, собственными силами. Самостоятельность – основной вектор взросления человека.

Учебная самостоятельность школьника – это умение ставить перед собой различные учебные задачи и решать их вне опоры и побуждения извне.

Оно связано с потребностью человека выполнять действия по собственному осознанному побуждению.

То есть на первый план выходят такие особенности ребенка, как познавательная активность, интерес, творческая направленность, инициатива, умение ставить перед собой цели, планировать свою работу. Таким образом, в данной работе более актуальна учебная самостоятельность.

Помощь взрослого заключается в том, чтобы заставить эти качества проявиться в полной мере, не подавлять их постоянной сверхопекой. К чему может привести этот тотальный контроль? Ребенок постепенно перестает отвечать за свои поступки; перекладывает свою вину на взрослого. Важно дать ему понять, что успех зависит, прежде всего, от его инициативы и самостоятельности, а вовсе не от маминых или папиных усилий.

### **ПРАВИЛА РАЗВИТИЯ УЧЕБНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ:**

Правило 1. Признание личности ребенка и его неприкосновенности. Отсутствие произвола в действиях отца и матери.

Правило 2. Формирование адекватной самооценки. Человек с низкой самооценкой постоянно зависит от чужого мнения, считает себя недостаточным.

Формирование самооценки ребенка зависит от оценки его родителями т.к. в раннем возрасте ребенок еще не умеет оценивать себя сам.

Правило 3. Приобщать к реальным делам семьи. Можно проводить минисовещание с участием всех членов семьи, совместно планировать семейные дела.

Правило 4. Развивать силу воли ребенка. Научить проявить выносливость, смелость, мужественность, терпение. Учить прилагать усилия для достижения цели.

Правило 5. Учить планировать. Составлять план действий. Большое и сложное дело разбивать на ряд конкретных действий.

Правило 6. С малых лет приобщать к труду. Требовать выполнения домашних обязанностей, поручений. Можно наладить домашнее производство – обучение ремеслу, повышение самооценки, сближение членов семьи.

Правило 7. Научить общаться с другими детьми, людьми. Модель родительского поведения.

Правило 8. Формировать нравственные качества: доброту, порядочность, сочувствие, взаимопомощь, ответственность.

## КАК ПРИУЧИТЬ РЕБЕНКА К САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ В ПРИГОТОВЛЕНИИ УРОКОВ?

Если мы задумываемся над тем, как правильно организовать учебную работу дома, то заметим, что эта задача двоякая. С одной стороны, нужно помочь ребёнку найти правильный режим работы, выделить место для занятий, определить наилучший порядок приготовления уроков, а с другой стороны, воспитать у него стойкую привычку садиться за уроки вопреки желанию поиграть или погулять, сформировать умение быстро включаться в работу, вести её, не отвлекаясь, и в хорошем темпе. Малейшая внутренняя ненастроенность ребёнка или какие-то внешние неудобства могут оказаться серьёзной помехой.

Что можно посоветовать родителям, если их ребёнок не может "усидеть за уроками"?

Во - первых, игры. Старайтесь подобрать для ребёнка не только тихие настольные игры, но и подвижные сюжетно - ролевые игры, которые можно использовать для достижения педагогических целей. Если играете в "магазин", дайте ребёнку побольше разных поручений и настаивайте на том, чтобы все



покупки были сделаны совершенно точно по заданию. Если идёт военная игра, то назначьте его часовым: пусть живой и подвижный ребёнок какое-то время стоит на часах, ограничивая свои движения.

Полезно для ребёнка выполнять какое - то дело вместе со взрослыми, делать его быстро, весело, без предварительной раскочки,



без томительных пауз.

Можно вместе заняться грязной

посудой: вы моете,

ребёнок вытирает;

можно вместе

прилаживать что - то

или чинить; можно

вместе читать книгу:

страницу вы, страницу ребёнок.

Нужно выработать у ребёнка привычку быстро переключаться с одного дела на другое. Если его зовут есть, то он должен немедленно прекратить игру. Недопустимо позволять ребёнку игнорировать родительские указания в чём бы то ни было.

Необходимо приучить ребёнка отделять свободное время от времени, когда он занят чем - то серьёзным, не путать дело с игрой, не превращать одно в другое. Сколько раз приходилось видеть, как во время еды ребёнок играет с хлебом, пошёл мыть руки и заигрался с бахромой полотенца. Родители не должны быть пассивными наблюдателями таких сцен. Иначе то же самое будет твориться с занятиями. Добивайтесь, чтобы всё необходимое ребёнок делал без дополнительного напоминания, ни на что не отвлекаясь.



Большую роль в организации учебного труда школьника играет режим дня. Специальные исследования, проведённые в начальных



классах, показали: у тех, кто хорошо учится, есть твёрдо установленное время для приготовления уроков, и они его твёрдо придерживаются.

Ребята признавались, что когда приближается час приготовления уроков, у них пропадает интерес к играм, не хочется больше гулять.

И, напротив, среди слабых учеников много таких, у которых нет постоянно отведённого для занятий времени. Это не случайно. Воспитание привычки к систематической работе начинается с установления твёрдого режима занятий, без этого не могут быть достигнуты успехи в учёбе. Режим дня не должен изменяться в зависимости от количества уроков, от того, что интересный фильм показывается по телевизору или в дом пришли гости.

Ребёнок должен садиться за уроки в одно и то же время, но и на постоянное рабочее место. Если жилищно - материальные условия не позволяют предоставить школьнику отдельный письменный стол и книжную полку, то всё равно нужно выделить ему какое - то постоянное место, чтобы он мог там держать свои книги и тетради. Если же ребёнок

занимается за общим столом, никто не должен мешать ему, отвлекаясь от занятий.

Почему же у ребёнка должно быть не просто удобное место для занятий, а постоянное?

Дело в том, что у каждого человека, а у младшего школьника в особенности, вырабатывается установка не только на определённое время, но и на определённое место работы. Когда такая установка у ребёнка сформируется, то ему бывает достаточно усесть за привычный стол, как само собой приходит рабочее настроение, возникает желание приступить к работе.

### САДИМСЯ ЗА УРОКИ:

Мы хотим дать несколько рекомендаций, которые помогут вам помочь детям правильно организовать домашнюю работу:



Садиться за уроки в одно и тоже время.



Проветрить комнату за 10 минут до начала занятий.



Выключить радио, телевизор. В комнате, где ты работаешь должно быть тихо.



Проверить на своём ли месте стоит настольная лампа? Свет должен падать с левой стороны, если ребёнок пишет правой рукой. И с правой стороны, если ребёнок пишет левой рукой.



Проверить все ли задания записаны в дневнике, сверить расписание.



Убрать всё лишнее со стола, чтобы ничего не отвлекало внимание.



Приготовить письменные принадлежности, дневник, тетради, учебники. Положить их на то место, которое им отведено на столе.



Пришло время начинать работу, сесть на стуле поудобнее, открыть учебник:

Первое время подготовку к выполнению домашних заданий надо проводить, как ритуал.

### ***Три способа решить задачу с недостающими данными:***

- ✓ самостоятельно изобрести, сотворить недостающие для решения средства и способы, т. е. перевести учебную задачу в творческую;
- ✓ самостоятельно найти недостающие условия в любом "хранилище информации", и прежде всего – в учебнике, справочнике, книге, Интернете;
- ✓ запросить недостающие данные у родителей, учителя ...

Очень важен контроль выполнения самостоятельной работы. Каждую самостоятельную работу необходимо проверять, подводить ее

итоги, определять: что удалось лучше, а на что следует обратить особое внимание. Нужно распознать причину появления ошибки – найти верный путь к ее исправлению.

Именно при выполнении самостоятельной работы имеется реальная возможность выяснить причину ошибки, а, следовательно, и правильно спланировать самостоятельную работу ребенка, связанную с совершенствованием навыков, достижением прочных знаний, рациональным использованием учебного времени. Итоги самостоятельной работы позволяют ребенку видеть его продвижение вперед.

Какое бы средство ни использовалось для организации самостоятельной работы, важно, чтобы оно развивало деятельность ребенка и влияло на ее конечный результат.



***Отдельную немаловажную роль в развитии детской самостоятельности играют детские взаимоотношения, взаимоотношения ровесников.***

Ведь возможность практиковать "взрослые" функции контроля и оценки, согласовывать замыслы и координировать планы – развивать свою самостоятельность – ребенок обретает во взаимодействии со сверстниками.

Общение и сотрудничество с равными, равнонерсовершенными – мощный фактор психического развития, воздействующий на процесс становления самостоятельности качественно иначе, нежели взаимодействие со взрослым, с совершенным.



**Объединение усилий детей в решении задач имеет свои преимущества:**



возрастают объем усваиваемого материала и глубина его понимания;



растут познавательная активность и творческая самостоятельность детей;



меньше времени тратится на формирование знаний и умений;



снижаются дисциплинарные трудности, обусловленные дефектами учебной мотивации;



ученики получают большее удовольствие от занятий, комфортнее чувствуют себя в школе;



меняется характер взаимоотношений между учениками;



резко возрастает сплоченность класса, дети начинают лучше понимать друг друга и самих себя, при этом само- и взаимоуважение растут одновременно с критичностью, способностью адекватно оценивать свои и чужие возможности;



ученики приобретают важнейшие социальные навыки: такт, ответственность, умение строить свое поведение с учетом позиции других людей, гуманистические мотивы общения;



учитель получает возможность индивидуализировать обучение, учитывая при делении на группы взаимные симпатии детей, их уровень подготовки, темп работы;



"воспитательная" работа учителя становится необходимым условием группового обучения, так как все группы в своем становлении проходят стадию конфликтных отношений.



В младшем школьном возрасте учебная самостоятельность проявляется уже в способности вступать в инициативные отношения с учителем,



учить себя с помощью учителя. Экспериментально доказано, что у младших школьников существует тенденция в ситуации недоопределенности обращаться за помощью к взрослому, приглашать взрослого к сотрудничеству. Чтобы развить у ребенка тенденцию к самостоятельному построению взаимоотношений с учителем и, погрузив ее в учебное содержание, придать ей форму учебного сотрудничества, необходимо перевернуть привычные школьные отношения и вместо ученика, хорошо отвечающего на вопросы учителя, воспитывать того, кто хорошо спрашивает.

С первых шагов обучения, вливаясь в целенаправленный образовательный процесс, ребенок начинает постигать способы познания, азы работы с информацией, учиться организовывать свою деятельность. На этой основе вырабатывается индивидуальный стиль учебной деятельности, позволяющий продвигаться в постижении основ наук, обрабатывать большие объемы информации и, самое главное, ориентироваться в быстро меняющемся мире.

Для выработки индивидуального стиля ведущее значение имеет активность ребенка в процессе учения, его самостоятельность в учебной



деятельности, являющаяся для учителя и родителей, как целью, так и следствием в развитии учебных умений младшего школьника.



**ВДОХНОВЛЯЛКА**

Когда я была беременна старшим сыном, то прочитала в одном старом журнале такие строчки: «У нас появился котенок. В первый же день в новом доме он начал точить когти о край дивана. Тогда мой папа взял его и выставил на улицу. Пятнадцать лет спустя кот все еще царапает край дивана каждый раз, когда хочет выйти погулять». Эта история — мой путеводный маяк в плане воспитания. **Каждый момент каждого дня мы чему-то учим своих детей, и надо объяснять все так, чтобы они понимали, чего мы от них хотим.** Вот, к примеру, ребенок слышит, как вы говорите плохо о чьей-то стрижке, а потом, встретив этого человека, делаете ему комплимент. Что запомнит ребенок? Что можно говорить о людях за их спиной и врать. Или вы говорите малышу убирать комнату и аргументируете: «Потому что я твоя мать и я сказала, что это нужно сделать!» Он запомнит, что можно кричать на людей и заставить их делать то, что тебе надо. Дети — наше зеркало. Прекратите пытаться изменить их. Начните менять себя, и вам никогда не придется за них краснеть. [© Jo Eberhardt / Quora](#)



## ИДЕЯ 5. ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ ДЛЯ РАЗВИТИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ?

*Исполнять приказы легче, чем действовать самостоятельно.*

**Райчел Мид**

### 1. Предоставьте ребенку возможность выбора

- Хочешь одеть синий свитер или зеленый?
- Я знаю, что лекарство горькое. Хочешь запить его яблочным соком или заесть ложкой меда?

• В квартире не играют в мяч. Ты можешь выйти поиграть на улицу или заняться чем-нибудь другим.

• Сейчас наше с папой время, а для тебя пришло время спать. Но ты можешь пойти спать сейчас или немного поиграть в своей комнате и позвать меня, когда ляжешь в кровать, чтобы я поцеловала тебя на ночь.



### 2. Уважайте попытки ребенка справиться с трудностями

Принято считать, что фраза "Это же так просто!" ободряет ребенка. Позволю себе с этим не согласиться. Наоборот, если мы

признаем, что задача, стоящая перед ребенком, совсем не проста, мы поддержим его в случае неудачи и дадим ему возможность гордиться собой, если он справится. Вместо того, чтобы давать советы,



подразумевая "ты не справишься сам, делай, как я говорю", попробуйте подсказать "иногда помогает, если...": "Эту бутылку непросто открыть. Иногда помогает, если надавить на пробку

ладонью и одновременно поворачивать ее".

### 3. Не задавайте слишком много вопросов

Мы считаем, что подробно расспрашивать ребенка "Что было в школе? Как написал контрольную? Как с ребятами?" значит проявлять интерес к нему, ведь "хорошие родители" всегда так поступают. Но порой мы с удивлением обнаруживаем, что безо всяких вопросов ребенок сам начинает нам рассказывать о своей жизни, если мы готовы внимательно выслушать его.



#### 4. Не торопитесь отвечать

Ребенок засыпает нас вопросами: "Что такое радуга? Можно ли родить ребенка обратно? Почему люди не делают только то, что им хочется? А обязательно учиться в школе?"



Обычно ребенок уже подумал на эту тему, прежде чем задать вопрос. Мы можем поддержать умение самостоятельно мыслить, если предоставим маленькому философу возможность высказать свое мнение и порассуждать вволю. У нас еще будет время дать ему четкий и правильный ответ.

Но отвечая сразу, мы лишаем ребенка возможности думать и рассуждать. Попробуйте стимулировать этот процесс наводящими вопросами типа "А как ты сам думаешь?" Можно перефразировать вопрос: "Почему люди не всегда могут делать то, что им хочется?" - это тоже может заставить ребенка задуматься. Можно подтвердить, что вопрос непростой: "Ты задаешь очень важный вопрос - философы думают над этим уже много столетий".

Не торопитесь отвечать. Поиск решения может быть важнее, чем само решение.

## 5. Поощряйте ребенка самостоятельно находить решение

Можно посоветовать поискать ответ в энциклопедии, найти книгу в библиотеке. В зоомагазине могут ответить на вопрос о домашних животных. Зубной врач лучше вас объяснит, почему и как нужно чистить зубы. В интернете тоже можно найти много нужной информации. Научите ребенка использовать все эти источники.



## 6. Не убивайте надежду



Дети получают большое удовольствие, фантазируя, мечтая, строя планы на будущее. Пытаясь защитить их от разочарований, мы можем лишиться их важных переживаний. Пусть мечтают стать

космонавтами или президентами, великими путешественниками и открывателями новых земель. Мы можем с интересом выслушать их, посоветовать, что почитать, задавать вопросы и вместе мечтать.

## 7. Откажитесь от мелочной опеки и постоянного вмешательства в дела ребенка

Перестаньте поправлять волосы, которые лезут в глаза, заправлять рубашку в штаны, указывать на развязавшиеся шнурки. Часто ребенок воспринимает это как вторжение в его внутреннее пространство.



## 8. Не говорите о ребенке в третьем лице в его присутствии



- Она у меня такая слабенькая - все время болеет...

- Ее все любят, все девочки вокруг хотят с ней дружить...

- В первом классе ему тяжело

давалась математика, но сейчас он выправился...

## 9. Пусть ребенок говорит сам за себя

Если в присутствии ребенка вас спрашивают, нравится ли ему в школе, как он относится к новорожденному братику и почему не играет новой игрушкой,



единственный уважительный ответ с вашей стороны: "Пусть он сам вам ответит".

## 10. Уважайте намерения ребенка



Иногда ребенок очень хочет что-либо сделать, но физически или эмоционально он еще к этому не готов.

Хочет скатиться с горки, но, забравшись наверх, пугается.

Вместо уговоров, увещеваний, подталкивания, или даже прямого насилия мы можем выразить уверенность, что он сделает это сам, когда будет готов.

## 11. Сократите количество «нет»

"Нет" воспринимается ребенком как покушение на его самостоятельность, как призыв к «битве». Дети мобилизуют всю свою энергию, чтобы противостоять нашему "нет". О том, как реже говорить "нет", но при этом не потакать ребенку, как обозначить пределы его самостоятельности и стоять на своем, мы поговорим в одной из следующих бесед. А пока просто хорошенько подумайте, прежде чем отказать: так ли уж принципиально важно не разрешить ребенку то, чего он просит, или можно найти разумный компромисс, предоставив возможность выбора самому ребенку.



## ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАЗВИТИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ И САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ



В любом возрасте на пути человека неизбежно будут возникать проблемы - у малыша, подростка или взрослого.



Если мы решаем его проблемы, он учится полагаться и зависеть от нас.



Если мы даем ребенку возможность самому решать свои проблемы, он развивает в себе соответствующие способности, учится ответственности и самостоятельности. А это как раз то, чего мы добиваемся.



Дети обладают необыкновенным и часто неизвестным нам потенциалом для решения своих проблем.



Если мы будем верить в своих детей, не станем требовать от них совершенства, смирится с их ошибками и неумелыми попытками, принимая это как должное, таким образом, мы научим их "прыгать в воду" самостоятельной жизни.

Когда детей учат прыгать в воду, начинают обычно с невысокой подставки постепенно приближаясь к прыжкам с трамплина. Пока ребенок маленький, у него и проблемы проще, и падать ему ниже. Но



если он не будет постоянно тренироваться в решении своих проблем, потом будет значительно больше падать с большей высоты.



Детям нужна помощь, и в наших силах им помочь. Но помогать следует не решением проблемы вместо ребенка - ответственность за ее решение проблемы лежит на нем. А мы помогаем ему укрепить уверенность в своих силах, поддерживаем и ободряем его, способны выслушать и посочувствовать.



Мы обязаны верить в силы и способности ребенка, отражать, как в зеркале, все его хорошие качества. Только так он сможет поверить в самого себя.

**ВДОХНОВЛЯЛКА**

Мои дети получают очки за все: чтение, вязание, школьные отметки, если успели собраться вовремя, помогли по дому, приготовили еду, постирали. Эти очки они могут использовать для того, что захотят: смотреть на них телевизор, покупать книги. Или потратить их на истерики и ссоры. У них есть выбор: заплатить подороже за эти поступки либо сэкономить и потратить очки на более интересные и приятные вещи. **Хитрость заключается в том, чтобы давать очки и за творчество**, а не только за труд. Они получают очки за хобби и победы в настольных играх. Я хочу, чтобы они зарабатывали очки и тратили их на то, что им действительно интересно. Благодаря этой системе они не только оттачивают свои математические навыки, но и учатся планировать бюджет и делать все своими руками. [© Daniel Montano / Quora](#)



## **ИДЕЯ 6. СОВЕТЫ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ РАЗВИВАТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ РЕБЕНКА**

*Самостоятельность головы учащегося — единственное прочное основание всякого плодотворного учения.*

*Константин Ушинский*

**1.** Включать ребенка в такую деятельность, где он может добиться успеха, вместо выполнения пока еще трудного для него или неопределенного задания.

**2.** Постепенно расширять круг достижений ребенка, поощряя и поддерживая его в трудные моменты и одновременно обучая необходимым «правилам игры» (естественным ограничениям и запретам, которые ребенку понятны).

**3.** Помогая преодолевать трудности, не делать за ребенка то, что он уже может делать сам. («Вместе» с ребенком, а не «вместо» него.)

**4.** Позволить ребенку принимать самостоятельные решения и отвечать за себя, стимулируя возникновение у него естественного чувства ответственности и внутренней дисциплины.

**5.** Подсказать ребенку (а может и самим создать условия), когда он может помочь кому-либо, защитить более слабого, поделиться игрушками, сладостями и т.п., чтобы он получал опыт самоутверждения в роли дающего (умение отдавать – признак позитивной силы).

**6.** Поддерживать в ребенке чувство самооценности и уверенности в себе всегда, даже в ситуациях критики или запрещения его нежелательных действий (плохой поступок, а не сам ребенок).

**7.** В любой ситуации оставаться, прежде всего, любящими родителями, в чутком отношении которых – главный источник душевных сил ребенка, его успешного психического развития.

### КАК РАЗВИТЬ У РЕБЕНКА САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ И ТРУДОЛЮБИЕ?

*Чтобы труд оказывал воспитательное влияние на ребёнка, необходимо:*



в режиме дня отвести для труда специальное время;



создать условия для самообслуживания, подготовить оборудование: щётки для одежды и обуви, небольшой веничек для сметания снега с валенок и шубы, небольшие по размеру полотенца, установить вешалки на уровне роста ребёнка;



приобрести для труда в природе детские лейки, грабли, лопатки, для ручного труда — молоток, ножницы и т.д. Приучать детей после работы чистить и убирать их;



систематически привлекать детей к бытовому труду: уборке квартиры, стирке, глажению мелких вещей (носовых платков, салфеток и т. п.);



давать детям поручения, выполнения которых входит в повседневные дела семьи;



привлекать детей по уходу за младшими братьями и сёстрами;



давать детям трудовые поручения, которые не всегда им интересны, и добиваться, чтобы они их выполняли;



предъявлять единые и постоянные требования к труду ребёнка;



поддерживать своим отношением, положительной оценкой радостное настроение у ребёнка во время труда, вызывать чувство уверенности в своих силах, желание заслужить ещё более высокую оценку;



доступно разъяснять детям значение работы для членов семьи;



помогать ребенку лишь в том случае, если он действительно нуждается в помощи;



на ошибки и недостатки указывать детям доброжелательно, одновременно советуя, как можно сделать работу лучше;



добиваться, чтобы ребенок каждую работу доводил до конца;



организовывать совместный труд с детьми;



следить за правильным чередованием труда и отдыха детей, сменой рабочей позы — это снимает утомление и способствует концентрации внимания;



относиться к детскому труду как к серьёзному делу, не превращать его в игру. В то же время использовать игровые формы организации труда, чтобы поддерживать интерес ребёнка к нему;



**ТАБУ НИКОГДА НЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ТРУД  
КАК СРЕДСТВО НАКАЗАНИЯ!!!**

**ВДОХНОВЛЯЛКА**

Каждый раз, когда у меня какие-то проблемы в жизни, мой папа говорит мне: «Дочь, расслабься. Проблемы пройдут, а потраченные нервы не вернутся». Мое легкое отношение к жизни, которому завидуют все друзья, — это результат его воспитания, за что я ему невероятно благодарна. © [«Палата № 6» / VK](#)



## ИДЕЯ 7. КАК ПРИУЧИТЬ РЕБЁНКА К САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ?

*Мы никого и ничему не можем обучить –*

*Мы только можем помочь познать себя.*

*Галилео Галилей*

1. Начните с предмета, который легче дается ребенку, и не отвечайте ни на один вопрос, обращенный к вам, пока задание не доделано до конца, посмотрите, есть ли оплошности, предложите поискать их самому. Старайтесь избегать слова «ошибка». Не высмеивайте ошибки своих детей.



2. Радуйтесь вместе тому, что получается. Опережайте школу.



3. Обязательно читайте с ребенком книги вслух, по очереди. Рассматривайте иллюстрации. Замечайте точность или невнимательность художника, возвращайтесь по ходу к тексту. Если есть отрывки, которые можно читать по ролям, используйте эту возможность. А просто так несколько раз не перечитывайте. Это скучно.



Если задали выучить наизусть стихотворение, прочитайте его и попробуйте записать его в виде рисунков или схем. Метод ассоциаций хорошо тренирует зрительную и слуховую память, мышление и воображение.

5. Обращайте внимание на выполнения упражнения полностью, ведь



там может быть несколько заданий. При трудностях выполните вслух все упражнения, но не пишите в учебнике ни букв, ни слов. При его письменном выполнении ребенок еще раз все вспоминает. Уйдите из комнаты, пока

он выполняет задание, не стойте за спиной. Не сердитесь на своего ребенка и не злите его.

6. Таблицу умножения повесьте над кроватью или рабочим столом и учите по ней умножать и делить сразу. Радуйтесь вместе тому, что получается. Опережайте школу: выучите таблицу умножения на "2", потом на "4", потом на "8", дойдут в школе до 3, учите на "6" и на "9".



Умножение на "5" учите по часам, по движению стрелки - и время научитесь узнавать, и таблицу усвоите. Всмотривайтесь в каждый столбец, учите ребёнка находить закономерности и особенности. Задачи по математике учите читать и представлять, как происходящее в реальности.

Желаю вам успехов! Не упустите свой шанс, приучите своего ребёнка выполнять домашнее задание самостоятельно, но это не должно исключать контроля с вашей стороны.

### **Из книги В. В. Коробковой «Подсказка для родителей».**

**Правило 1.** Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за учебу и личные дела Вашего ребенка и передавайте их ему.

**Правило 2.** Попробуйте сначала помогать ему ровно настолько, насколько он в этом действительно нуждается, и ни в коем случае не делайте за ребенка то, что он может выполнить сам.

**Правило 3.** Наберитесь мужества и позвольте своему чаду встретиться с негативными последствиями неделанных домашних заданий, чтобы он научился быть самостоятельным.

**Правило 4.** Не ругайте его за то, что он просит Вас о помощи. Ведь если Вы что-то делали не так, а теперь поняли, что ошибались и решили измениться, то опять же ребенок не виноват и не должен страдать из-за чужих промахов.

**Правило 5.** Помните: если ребенок самостоятелен, то он самостоятелен во всём, а не только за письменным столом.

**ВДОХНОВЛЯЛКА**

Обратил внимание на молодую семью: мама, мальчик лет 9 и девочка помладше. Мальчик подбегает и с размаху бросает мусорный пакет в бак. Пакет перелетает через бак, падает на дорогу, его содержимое рассыпается. Мать, не обращая внимания на это, спокойно садится в машину, за ней и дети. Секунд через 20 дверь машины открывается, выходит мальчик, идет с поникшей головой к пакету, поднимает его и выбрасывает в бак. Смотрит в сторону машины на мать, она ему что-то говорит, он наклоняется, собирает мусор с дороги, выкидывает в бак и идет к машине. © [Zhuchelovo / Pikabu](#)



## ИДЕЯ 8. С МИРУ ПО НИТКЕ!

*«Добрая школа– это хорошо,*

*Умная школа– это великолепно,*

*Но ребенок должен быть еще*

*И подготовлен к жизни.»*

*Джон Дьюи*



Безусловное принятие ребёнка способствует полноценному



развитию и росту.

Родители часто

возражают: «За что я

буду обнимать

ребёнка, если он не

выполнил уроки?»

Боязнь испортить

ребёнка добрыми

отношениями,

родители, сами того не понимая, могли бы достичь большего прогресса

в дисциплине. Сначала принятие, после - конструктивная критика!

Сначала 5 раз похвалили, затем 1 раз покритиковали.



**ЧЕТЫРЕ ВЫГОДЫ, КОТОРЫЕ ПОЛУЧАЕТ РЕБЕНОК ВО ВРЕМЯ**

**ОБУЧЕНИЯ:**

1. Получение знаний;
2. развитие способности учиться;
3. эмоциональный отклик (могу/не могу)
4. взаимодействие с родителем



Первая и самая очевидная выгода «полученные знания» — менее ценна для ребенка, чем остальные три. Ребенок может быть сильно увлечен процессом, но делать при этом ошибки. Воздержитесь от критики! Если вы проявите искренний интерес к его делу, то ваше взаимное уважение и принятие усилятся. Очень часто родители вмешиваются, когда ребёнок занят делом. Не стоит этого делать! Он же не просит о помощи?! Тем самым родитель дает понять своему ребёнку, что он верит в него и у него всё получится!



## САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ

Составьте список дел, с которыми точно справится ваш ребенок. Постарайтесь ни разу не вмешиваться, когда он ими занят. После выберете особенно досадные ошибки ребенка и в спокойной обстановке поговорите о том, как их можно исправить. Если ребенок

просит о помощи — помогите ему. Это правило связано с психологическим законом «зона ближайшего развития ребенка», открытым

Л. С. Выготским.

Завтра ребёнок будет сам делать то, что сегодня он делал с мамой. Именно благодаря тому, что это было с мамой.



Вспомните, как учили ребенка кататься на велосипеде. Поначалу почти все приходится делать за него, руководить каждым его действием, постоянно подбадривать и напоминать, как правильно управлять велосипедом. Через некоторое время ребенок уже крутит педали и управляет рулем, а вам остается лишь слегка поддерживать седло велосипеда. В конце концов, вы отпускаете ребенка, который уже отлично держит равновесие и управляет велосипедом сам.



### КАК СЛУШАТЬ РЕБЁНКА?

Часто проблема ребенка связана с его чувствами. Каждому родителю следует овладеть техникой активного слушания. В моменты таких разговоров обязательно смотрите на ребенка, и пусть вас ничто не отвлекает. Не следует задавать вопросы, просто в утвердительной форме проговаривайте то, что только что поведал ребенок. Выдерживайте паузу прежде, чем сказать. В конце его рассказа

обязательно обозначайте чувство ребенка. Примерная схема диалога с помощью техники активного слушания:



— Не буду больше играть с Димой!

— Не хочешь с ним больше дружить (повторение услышанного).

— Да, не хочу!

— Ты на него обиделся (обозначение чувств).

В таких разговорах он начинает лучше понимать себя или возникшие затруднения с друзьями, при этом легко и самостоятельно решает свои проблемы. Но не стоит использовать технику активного слушания, чтобы подчинить себе ребенка. Это способ выразить свое безусловное принятие.



### ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ РОДИТЕЛЕЙ

Существует сразу несколько наших привычек, нерешающих тех задач, которые мы ставим перед детьми. Например, приказы «убери» или «замолчи» приводят к тому, что ребенок чувствует себя бесправным, думает, что родителям наплевать на его чувства.



К предостережениям и угрозам («если ты не замолчишь, я уйду», «сам виноват будешь») ребенок привыкнет и перестанет на них реагировать.

А если родители решат усилить наказание, то со временем ребенок привыкнет и к этому.



Мораль и нравоучения

(«ты обязан быть...», «ты должен...») вызывают скуку, чувство вины, ребенок ощущает давление внешнего авторитета. Нотации, доказательства и логические выводы («пора бы уже знать», «сколько раз тебе говорилось») вызывают в ребенке только желание огрызнуться и ведут к психологической глухоте.

Примерно к таким же последствиям приводят обзывания и высмеивания («лентяй», «тупица»).

Такое обращение не может стимулировать стать лучше, но желание обижаться и защищаться возникает всегда. Сюда же можно отнести и многочисленные догадки, интерпретации и желание провести внутреннее расследование («это все из-за...», «я вижу тебя насквозь», «что все-таки случилось, я все равно узнаю»).

Осторожным нужно быть и при похвале ребенка. В этих словах всегда присутствует оценка. Поэтому стоит сменить формулировки, делая акцент именно на свои чувства: «я очень рада» вместо — «какая ты молодец».



## РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ



Бывают такие ситуации, когда интересы взрослого и ребенка взаимно ущемлены. Для соблюдения интересов обеих сторон — ребенка и родителя — есть эффективная техника:

Проясните конфликтную ситуацию с помощью активного слушания. Назовите свое желание с помощью «я-сообщения».

Вместе придумайте варианты решения.

Выберете тот, что будет устраивать всех.

Далее решайте кто что будет делать и приступайте к выполнению. Такие переговоры занимают некоторое время, но крики, споры или скандал в любом случае бесполезны и еще более энергозатратны.

Обратите внимание на построение ваших фраз. Среди них можно выделить «Ты-высказывания» и «Я-высказывания».

«Ты-высказывания» - такие фразы, где встречаются местоимения «ты», причем они создают впечатление вашей абсолютной правоты и неправоты другого человека: «Ты всегда оставляешь в комнате грязь». В результате ребенок чувствует, что он плохой, и обижается.

«Я-высказывания» - это когда вы говорите лишь о том, чего вы хотите, что чувствуете. «Я очень устала и огорчена, что ты не успел сделать домашнее задание к моему приходу. Как бы ты мог быстро решить эту проблему?» Этот способ решать проблемы менее конфликтен.

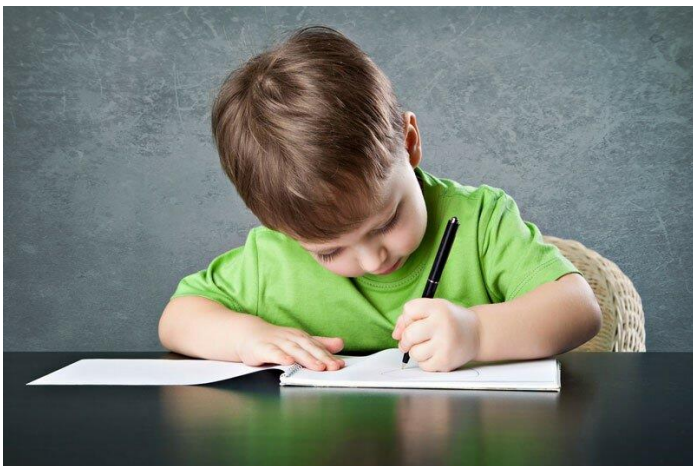


«Ты-высказывания»	«Я-высказывания»
Ты опять не прибрал(а) в своей комнате.	Я думала, мы с тобой договорились о том, что уборку в комнате надо делать ежедневно.
Как ты посмел уйти в гости без моего согласия.	Когда ты принимаешь такие решения, не обсудив их со мной, мне бывает обидно. В следующий раз не забудь посоветоваться со мной.



## ДИСЦИПЛИНА И ПОСЛУШАНИЕ

Детям необходимы правила поведения и порядок. Один и тот же сценарий действий создает чувство безопасности. Чем младше ребенок, тем больше ему необходим четкий режим дня.



Выбор игр, друзей или увлечений — все это лучше оставить на усмотрение ребенка. Также есть дела, когда ребенок выбирает сам, но соблюдая установленные границы. Например, школьник

может решать сам, когда садиться за уроки, но с условием, что их надо закончить в восемь часов вечера. Это необходимая зона относительной свободы, в которой ребенок учится внутренней дисциплине и здоровому самоконтролю. Следует выделять особые обстоятельства, когда разрешается что-то однократно. Например, позднее бодрствование в новогоднюю ночь.



## ТАБУ И ЗАПРЕТЫ

Переход дороги на красный свет, игры с огнем, решение споров дракой...

«Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка».



К этому можно отнести повышенную физическую активность у дошкольников или вычурный внешний вид у подростков. Правила должны быть

согласованы между взрослыми, то есть один родитель не может запрещать то, что второй разрешает.



## НЕПОСЛУШАНИЕ

Причины непослушания обычно неочевидны. Это - борьба за внимание, борьба за самоутверждение, желание отомстить за нанесенную обиду, потеря веры в собственный успех.

Родителю не следует реагировать на непослушание привычным образом, в таком случае он сможет разорвать порочный круг, вызывающий конфликты в семье: «наказывать ребенка лучше, лишая его



хорошего, чем делая ему плохое». Уделяйте ребенку внимание или уменьшите контроль, если он ведет борьбу за самоутверждение. Если ребенок мстит, необходимо выявить и устранить причину его боли, а для этого перестать требовать «полагающегося» поведения, сбросить на ноль свои ожидания и избегать любой критики.



## ТЫ МНЕ ДОРОГ И У ТЕБЯ ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО

«В детстве мы узнаем о себе только из слов и отношения к нам близких», — пишет Гиппенрейтер. Положительное отношение не только от других, но прежде всего к самому себе — основа психологического выживания. Каждым обращением к ребенку взрослый говорит не только о своем отношении и о себе, а в основном о ребенке. Именно из этого ребенок формирует мнение о себе — самооценку и чувство самоценности.



**ВДОХНОВЛЯЛКА**

Одна из претензий мужа к дочери: «Почему в комнате бардак?» А я ему говорю, что какой смысл требовать, если в нашей спальне так же. Сейчас провожу совместный с дочерью эксперимент — каждый день каждая в своей комнате раскладывает вещи по местам, если удастся, небольшое денежное вознаграждение. Наблюдая за ней, вижу, что многие качества, которые мне в ней не нравятся, были сформированы при моем горячем участии или, наоборот, неучастии, когда надо было бы. [© marionnellita / Livejournal](#)



## ИДЕЯ 9. ДЕСЯТЬ ПОПУЛЯРНЫХ ОШИБОК В ВОСПИТАНИИ

*Воспитание человека начинается с его рождения;  
он ещё не говорит, ещё не слушает, но уже учится.*

*Опыт предшествует обучению.*

*Жан-Жак Руссо*

*(французский философ)*

### **ОШИБКА №1: БЕЗРАЗЛИЧИЕ И МАНИПУЛЯЦИИ**



**НЕЛЬЗЯ!!! СТЫДИТЬ, ЗАПУГИВАТЬ, УГРОЖАТЬ**

### **Самые распространенные способы манипулирования в семье:**

- Формирование чувства страха (например, «я сейчас позову отца, и он тебя накажет»; «Считаю до пяти, а потом беру ремень»).
- Формирование чувства вины (например, «разве хорошие девочки так поступают?»; «Ай-ай-ай, как не красиво! Ты же мужчина. Не смей плакать»).
- Формирование чувства стыда (Например, «тебе должно быть стыдно!»; «вот Вася так не делает»; «посмотри, Маша слушается родителей»; «не позорь меня перед гостями»).





**Рассказы взрослых людей о запугивании:**

*«Меня, например, в детский дом отвозили сдавать за плохое поведение . Не довезли — издалека показали на здание и сказали, что в следующий раз точно сдадут. Мне было 5 лет. Это было больно и страшно. Это был ужас».*

*«Пугали милицией, бандитами, маньяками уже в более позднем возрасте. Страхов всю жизнь было очень много. До сих пор незапланированный звонок в дверь вызывает у меня приступ паники с замиранием, сердцебиением и прочим»*



*«Нас с братом мама пугала самоубийством и тем, как нам плохо без нее будет, "что никогда себе не простим, что довели ее". Только недавно, через годы терапии, перестала бояться и реагировать»*

**ДЛЯ РАЗВИТИЯ ГАРМОНИЧНОЙ ЛИЧНОСТИ ВАЖНО:**

- Уважать, ценить и видеть ребёнка.
- Договариваться и сотрудничать.
- Мотивировать поощрением.
- Увлекать, а не запугивать.
- Говорить: «Я люблю тебя за то, что ты есть».



ЛЮБИТЬ, ЛЮБИТЬ, И ЕЩЕ РАЗ ЛЮБИТЬ!!!

**ОШИБКА №2:** СУПЕР КОНТРОЛЬ. ГИПЕРОПЕКА. «РЕБЁНОК — ГЛАВНЫЙ ЧЛЕН СЕМЬИ!»

**Причинами гиперопеки могут выступать родительские комплексы:**

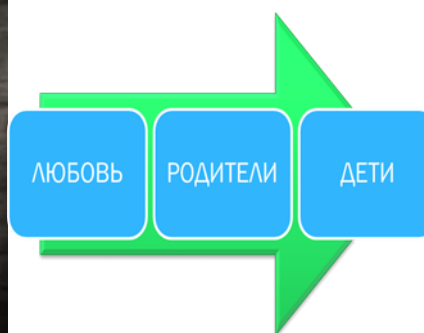
- Нереализованная потребность в любви и заботе
- Сложности в коммуникации родителей с социумом
- Страх одиночества – родительское послание «Не вырастай!».



- Заниженная самооценка и чувство неполноценности.

## РЕБЁНОК — ГЛАВНЫЙ ЧЛЕН СЕМЬИ!

Большая ошибка родителей, делать детей главой семьи! Чтобы этого не произошло нужно включать в жизнь правила. Соблюдать границы и понимать четкую иерархию в семье. Сначала любовь, потом родители и только далее дети.



*Психологи дают практические рекомендации, **КАК ПРАВИЛЬНО УСТАНОВЛИВАТЬ В СЕМЬЕ ПРАВИЛА**, чтобы они действительно работали и помогали детям и родителям, а не были источником стресса и негатива.*

**Правило 1. Формулируйте свои правила в позитивном ключе.** Многих родителей напрягает, что установление правил связано с негативом. Возможно, этот шлейф тянется из их собственного детства. Но на самом деле, в правилах «Не разговаривай с полным ртом» или «Каждый сам заправляет свою постель» нет ничего негативного. Негатив возникает только тогда, когда вы начинаете ворчать, кричать, стонать и ругаться, если ребенок не делает это с первого раза или делает неправильно. Да, воспитание утомительная штука, придется

запасть терпением. Думайте о долгосрочной перспективе, будьте добры, но настойчивы, понятны и последовательны. Предложите детям нарисовать плакаты с правилами вашей семьи и повесьте их на видное место. Кстати, интерьерно это можно красиво обыграть.

**Правило 2. Не будьте слишком строгими и не заводите слишком много правил.** В стремлении не баловать своих детей и быть твердыми в их воспитании, некоторые родители иногда увлекаются и устанавливают слишком много границ, отчего такое воспитание превращается в тотальный контроль, и ребенок чувствует себя ограниченным почти во всем.

У одной мамы на задней стороне кухонной двери был список из 35 правил, и ее 5-летний малыш практически все время испытывал приливы злости, мама ему даже специальную подушечку завела, чтобы он мог на этой подушечке вымещать свою ярость. Психолог, которая работала с семьей, сократила список до 5 правил, которые ребенок мог выполнять в силу возраста. Согласитесь, глупо ожидать от такого крохи, что он не будет бегать по дому, что он не выйдет из-за стола, пока не покушают все члены семьи, включая старую бабушку...

**Правило 3. Помните о возрасте и способностях ребенка, когда устанавливаете правила.** Правила, которые ребенку заведомо сложно выполнять в силу возраста или его особенностей развития, заранее обрекают его на неудачу и, соответственно, вредят его самооценке. Высокие ожидания родителей, которые он не может оправдать в силу естественных причин, могут заставить его чувствовать себя неспособным хоть когда-нибудь сделать все правильно, угодить

маме и папе. Действительно, вы же не можете всерьез ожидать, что двухлетка без предварительного указания возьмет и сам уберет игрушки после того, как поиграет ими! Учите детей вашим правилам, показывайте, объясняйте, думайте о них с позиции его возраста и развития, и подкрепляйте позитивной мотивацией - хвалите, когда у него получается выполнить ваше правило.

**Правило 4. Отдавайте команды, не задавайте вопросов.** Дети лучше реагируют на повелительное наклонение, чем на вопросительное. Не надо заискиваний в духе «не снимешь ли ты высохшее белье с вешалки?» или «не пора ли сделать уроки, а то уже вечер?». Скажите просто: «Сними белье с вешалки и разложи по полкам», «Садись - делай уроки». Просто потому, что есть правило помогать маме с домашними делами и делать уроки через два часа, как вернулся со школы.

**Правило 5. Будьте последовательны.** Если сегодня за несоблюдение какого-то правила вы не применили никаких санкций или вовсе позволили его не соблюдать, то с чего вы взяли, что завтра ребенок будет соблюдать то же самое правило так, как вам надо? Когда на одно и то же поведение вы в разные дни реагируете по-разному, вы сбиваете с толку своего ребенка! Эти противоречивые сигналы будут только поощрять его на капризы и проверку, где действительно лежат границы в семье. Если посуду, например, надо мыть сразу после еды, значит, надо мыть сразу после еды. Даже если у вас хорошее настроение. Лучше меньше правил, которые выполняются всегда, чем много правил, которые соблюдаются от случая к случаю.



***ЧТОБЫ ОСОЗНАТЬ ВРЕД ГИПЕРОПЕКИ, ПРЕДСТАВИМ  
ВЗРОСЛОГО, КОТОРОГО ВОСПИТЫВАЛИ В ТАКИХ УСЛОВИЯХ:***

- ✓ Он не может найти себя в жизни, родители помогают ему и вытаскивают из неприятных ситуаций вплоть до его пенсии;
- ✓ Он считает, что ему все обязаны и должны по умолчанию;
- ✓ Он слишком слаб, чтобы решать в жизни за себя, отстаивать свою позицию и собственное мнение;
- ✓ Ему невероятно трудно браться за дело и доводить до конца; он избегает ответственности.



**ОШИБКА №3: ОТРИЦАНИЕ ЛИЧНОСТИ РЕБЁНКА: «БУДЕТ ТАК, КАК Я СКАЖУ!»**

Слова, которые убивают ребенка:

- Буду я тебя еще спрашивать.
- Нос не дорос.
- Я жизнь прожила, я лучше знаю.
- Вырастишь, родишь своих детей, потом и будешь...
- Рот закрой, я сказала - будет как я скажу.
- Быстро пошел и сделал как мне надо, тебя не кто не спрашивает.
- Ты пусто место, еще ни чего не добился, говорить мне тут будешь.....



РЕБЕНОК - ЭТО ЧЕЛОВЕК, ЕГО ПУТЬ  
ФОРМИРУЕТ ЛИЧНОСТЬ

- ✓ Я уважаю своего ребенка.
- ✓ Я не обзываю его, не поднимаю никогда на него руку.
- ✓ Я хочу диалога.
- ✓ Я не устаю повторять, что я его люблю.
- ✓ Я не устаю повторять, что я им горжусь.
- ✓ Я всегда договариваюсь с ним, даже в самых критических ситуациях.



**ОШИБКА №4: ГИПООПЕКА ПОПУСТИТЕЛЬСТВО И  
НЕПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ В ВОСПИТАНИИ**

Гипоопека - путь к проблемам в будущем.

Ей присущи:

- ✓ бесконтрольность, попустительство, вседозволенность,
- ✓ безнадзорность,
- ✓ неудовлетворение базовых потребностей ребёнка (еда, питьё, уход, здоровье).

***ТРУДНОСТИ, С КОТОРЫМИ СТАЛКИВАЕТСЯ  
ВЗРОСЛЫЙ ПОСЛЕ ГИПООПЕКИ В  
ДЕТСТВЕ:***

- зависимости,
- созависимость,
- недоверие,
- непонимание себя и  
собственных потребностей,
- сложности при создании семьи,
- низкая самооценка,
- ложная система ценностей.



**НЕПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ В ВОСПИТАНИИ**

Непоследовательность выражается в том, что сперва что-то разрешают, а потом это же запрещают. Например, что можно играть в телефон один час, а через день уже 30, а на третий день и вовсе забыли проконтролировать и ребенок уходит в телефон головой.



Вы запретили смотреть мультики, пришел папа и разрешил.

Учтите! Правило не будет работать, если его не придерживаться каждый день!



### **ОШИБКА №5: РАЗВИТИЕ ВОПРОКИ ЖЕЛАНИЯМ, НАВЯЗЫВАТЬ ДЕТЯМ СВОИ ЖЕЛАНИЯ И МЕЧТЫ**

Иногда родители выбирают, что делать ребёнку, даже невзирая на его потребности, желания и таланты.

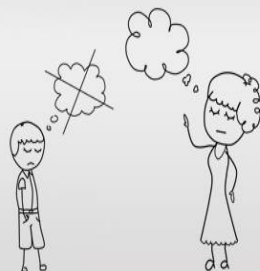
Например, иди учишься играть на пианино, в будущем ещё скажешь мне спасибо.

А если всё же не скажет?

Мало ли таких случаев, когда, как только есть возможность, ребёнок бросает музыкальную школу и всю оставшуюся жизнь ненавидит за это родителей?



**«Ты  
исполнишь  
мою  
мечту»**



Важно договариваться и любить своего ребенка. Всегда можно сотрудничать и не подавлять и заставлять.

## **ОШИБКА №6: БЕСКОНЕЧНЫЕ НЕЛЬЗЯ. ПРЕОДОЛЕВАЯ ТРУДНОСТИ МОЖНО РАСТИ**

Жизнь - это постоянное обучение и самосовершенствование. Если мы остановимся и ничего не будем делать, то жизненная искра начнёт постепенно затухать.



Итак, любые трудности - это задача, которую мы должны решить, с которой мы должны справиться, для того, чтобы перейти на новый уровень.

Развитие заключается в преодолении трудностей, в решении задач и новых непонятных ситуаций.

Задумайтесь, как нарабатывается новый опыт? Он нарабатывается путём познания неизведанных ситуаций и решения неизвестных вопросов.

БЕСКОНЕЧНЫЕ НЕЛЬЗЯ не формирует, а тушат огонь жизни в ребенке. ВАЖНО:

- ✓ **Когда запрещаешь, предлагай другой вариант!**
- ✓ **Когда не умеет, научи!**
- ✓ **Главная задача родителя научить ребенка быть самостоятельным, не оберегать его от всего, а учить правильно использовать.**

## **ОШИБКА №7: ФИЗИЧЕСКИЕ НАКАЗАНИЯ И КРИКИ. МИРУ ДОВЕРЯТЬ НЕЛЬЗЯ!**



СТОП НАСИЛИЮ ЛЮБОЙ ФОРМЫ!

НЕТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ НАСИЛИЮ!

НЕТ ФИЗИЧЕСКОМУ НАСИЛИЮ!



**Одно из самых страшных последствий физических наказаний – это три послания от родителя ребенку:**

1. Те люди, которые больше всего меня любят, меня бьют.
2. Я имею право наносить физические повреждения членам своей семьи.
3. Когда у меня нет других ресурсов и методов, чтобы урегулировать ситуацию, я могу применять насилие.



## **ОШИБКА №8: “БЕРИ ТЕЛЕФОН, ТОЛЬКО ОТСТАНЬ ОТ МЕНЯ”**

Часто родители хотят отдохнуть от ребёнка и дают ему телефон, просто чтобы он не путался под ногами.

- На телефон только не мешай.
- Играй во что хочешь дай поговорить.
- Иди смотри мультики я готовлю.



В результате Вы получите зависимого ребёнка, который будет закатывать истерику каждый раз, когда в будущем Вы попытаете забрать у него телефон.

**ОШИБКА №9: ПОЛОЖИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ НА АЛТАРЬ РЕБЁНКА.  
«ТЫ СМЫСЛ МОЕЙ ЖИЗНИ!»**

Для того, чтобы помочь себе отпустить своего взрослого ребенка в путешествие длиною в самостоятельную жизнь вам в первую очередь важно признать уникальность его личности, его пути, признать его право на собственную жизнь в отдалении от вас.

✓ Поддерживайте ребенка, учите его всему тому, что умеете сами, делитесь жизненным опытом.



✓ Верьте в своего ребенка! Верьте в его способности и возможности и разрешите ребенку ошибаться.

✓ Отпустив чадо от себя, способствуя его взрослению и становлению как личности, вы тем самым проявите к нему свою любовь, а это великий подарок от вас вашему ребенку.

## ТЫ - СМЫСЛ МОЕЙ ЖИЗНИ!»

### Упражнение:



ПРЕДСТАВЬТЕ: «Вы стоите на берегу, садите каждого из своих детей в лодку и отпускаете...»

РЕБЕНОК - ГОСТЬ В ТВОЕМ ДОМЕ.  
НАКОРМИ, ВОСПИТАЙ И ОТПУСТИ!

**ОШИБКА №10:** НЕ ДЕЛАТЬ ПРАВИЛЬНО, НО УЧИТЬ БЫТЬ ПРАВИЛЬНЫМ. «ПОКАЖИ, КАК ЖИТЬ, А НЕ УЧИ!»

✓ Ребенок будет делать не то, чему мы его учим, а то, что делаем сами.

✓ Вы - авторитет.

✓ Девочка хочет быть такой как мама, мальчик - таким как папа.

✓ Ребёнок судит по тому, что видит.

✓ Можете ничего не говорить, но показывать на своём примере, что спорт - это хорошо, читать - это интересно, заботиться о стариках - это правильно.

✓ Заботьтесь о своих детях, любите их и они будут любить Вас ещё сильнее!



**ВДОХНОВЛЯЛКА**

По вечерам у нас никаких мобильных, они в «волшебной коробочке». Это моя задумка, вся семья убирает туда мобильники. Однако идея — это одно, а реализовать ее на практике было не так-то просто. Учу детей тому, что реальная жизнь должна иметь приоритет надо всем виртуальным, а время с семьей особенное и ценное. Теперь складывание мобилок в «волшебную коробочку» стало частью каждого вечера. Мы играем, рисуем, танцуем, говорим, поем и просто бездельничаем. Мы читаем, исследуем и открываем удивительные миры в книгах и историях, которые создаем вместе. И ничто не отвлекает нас. И мы, и дети живем настоящим моментом. Заведите такую коробочку — не пожалеете. [© Paul Bartlett / Quora](#)



«Эта фотография — небольшой кусочек нашего обычного вечера. На столе дочкин рисунок и „волшебная коробочка“ для мобильного телефона».

## ИДЕЯ 10. ПЯТЬ ПРОБЛЕМ, КОТОРЫЕ МЕШАЮТ РАЗВИТИЮ РЕБЁНКА

*Ребёнок всегда способен преподать взрослому три урока: он весел безо всякой причины, всегда чем-то занят, и умеет любой ценой добиваться желаемого.*



### 1 ПРОБЛЕМА: ОТСУТСТВИЕ ЗНАНИЙ О СПОСОБНОСТЯХ РЕБЕНКА В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВОЗРАСТА

Возрастные периоды жизни человека.



Возрастная периодизация-выделение закономерностей физического и психологического взросления. Подобное деление жизни детей на определенные этапы помогает понять особенности развития и скорректировать

специфические проявления их негативных сторон.

Некоторые считают, что процесс взросления непрерывным действием, которое не имеет границ, аргументируя это текучестью и изменчивостью жизни. Однако современная педагогика путем многочисленных исследований доказала необходимость выделения возрастных этапов, так как каждый из них качественно отличается.

Несмотря на неравномерность каждого этапа, границы которого зависят от индивидуальных особенностей детей, каждый ребенок проживает все периоды взросления последовательно.

Предлагаем Вам ознакомиться с периодами взросления детей:

### РАННИЙ ВОЗРАСТ ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ

Начало детских лет. Период от года до трех лет. Время начала самостоятельной физической активности. Начинает проявляться идентичность ребенка, которая выражается в желании все выполнять без помощи взрослых. Разумное поощрение самостоятельности будет способствовать развитию личностной самооценки и правильной жизненной позиции. В случае чрезмерной опеки малыш может вырасти слабовольным человеком, который не способен к принятию самостоятельных решений.



#### Способности детей:

- Освоение предметных действий (т.е. ребенок учится действовать с предметом таким способом, как принято в обществе).
- Складывается первичная самооценка.



- Формирование первичных форм наглядно-образного мышления.
- Появляется устойчивый интерес к сверстникам.
- Появляется предметно-манипулятивная и изобразительная деятельность.
- Возникает гордость за собственные достижения.
- Предметная игра, ролевые игры .
- Активная речь, разговоры, книжки.

### ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ С 3 ДО 6 ЛЕТ

Игровым возрастом Э. Эриксон считает период до 6 лет. Возраст до школы характеризуется появлением чувства вины за совершенные



провинности и наличием желания совместной деятельности. Малыши уже умеют выполнять задания, ориентируясь на заданную цель. В это время обязательно нужно

поощрять желание ребенка творить, заниматься общественно-полезным трудом и расширять его возможности самостоятельной деятельности. Чрезмерный контроль приведет к появлению чувства вины и низкой самооценки.

### Способности детей:

- Возникновение первого детского мировоззрения.
- Происходит усвоение этических норм, моральных чувств, следование идеальным образцам во взаимоотношениях с другими людьми.
- Мотивы имеют характер неосознанных, аффективно окрашенных желаний, связанных с текущей ситуацией.
- Регуляторами поведения этого возраста выступают «можно» и «нельзя», «хорошо» и «плохо» взрослого.
- Появляется возможность исполнения обещания.

### МЛАДШИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ С 7 ДО 10 ЛЕТ

Период начала школьной жизни является важным этапом для детей, так как он знаменует выход из-под тотальной опеки родителей и

переход на новую стадию социального развития. С 7 до 10-11 лет взрослеющие личности учатся правилам дисциплины, а также осознанному участию в социальной жизни. С этим периодом



связано появление первых комплексов из-за страха потерять авторитет в глазах учителя, а также сомнения в собственных возможностях.

### Способности детей:

- Формируется словесно-логическое и рассуждающее мышление.
- Память в этом возрасте становится мыслящей, а восприятие – думающим.
- Образуется умение детей произвольно регулировать свое поведение и управлять им, что становится важным качеством личности ребенка.
- Формируется стремление на все иметь свою точку зрения.
- Развития самосознания, стремление к самоутверждению.



### **2 ПРОБЛЕМА:** НЕАДЕКВАТНАЯ НАГРУЗКА НА РЕБЕНКА

Не перегружайте ребенка. Если всё его время будет расписано по минутам, результатом станет не радость от наполненной жизни, а усталость и расшатанные нервы.



Количество кружков и времени, тратящегося на их посещение, должно зависеть от индивидуальных особенностей и потребностей ребенка.

Для среднестатистического школьника нормальным будет количество занятий не более двух раз в неделю в будни плюс одного раза в выходной день. Учитывайте и то, насколько выбранные кружки удалены от дома.

### ***ПРИЗНАКИ ПЕРЕУТОМЛЕНИЯ***

- ✓ Ребёнок днём чувствует сонливость, а вечером, наоборот, подолгу не может заснуть.
- ✓ У него плохой аппетит.
- ✓ Ему трудно сосредоточиться, он плохо запоминает и не испытывает никакого интереса к учёбе.
- ✓ Младшеклассник становится импульсивным или плаксивым, а подросток — раздражительным, у него постоянно меняется настроение.
- ✓ Ребёнок часто жалуется на головную боль, у него периодически поднимается артериальное давление.

### ***ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТА РЕБЕНКА ДЛЯ НАГРУЗКИ***

- Специализированное обучение ребенка (рисование, пение, танцы, профессиональный спорт) лучше начинать не ранее 5-6 лет.
- С 2 лет занятия физкультурой, ритмикой – это полезно для гармоничного развития.
- Начинать обучение пению лучше не раньше 5 лет, музыке – не раньше 6 лет. Музыкальную теорию ребенок будет готов воспринимать с 7-8 лет.
- Танцевать для удовольствия можно и в 3-4 года.

- Настоящие тренировки, направленные на участие в конкурсах и чемпионатах, ребенок сможет не раньше 5 лет.
- Профессиональный спорт отдавать на серьезные тренировки нужно не ранее 5-6 лет.
- Водить ребенка в бассейн до 5 лет можно лишь с целью веселых игр в воде.
- Рисование, несомненно, очень полезно для детей, даже для полугодовалых крох. освоение техники рисунка не стоит начинать до 4-6 лет.



### **3 ПРОБЛЕМА: НЕ УДОВЛЕТВОРЕНИЕ ПОТРЕБНОСТЕЙ ВОЗРАСТНЫХ КРИЗИСОВ**

***Нет! Не хочу! Не буду! Не дам! Уйди! Ты плохой(плохая)!  
Я тебя не люблю! Ты мне не нужен (не нужна)!***

Вы уже слышали подобные фразы от своих детей? Поздравляю!!! У вашего ребенка наступил возрастной кризис 1, 3, 7, 10 лет и тд.

**Да, так бывает!** Это означает правильное и нормальное развитие Вашего чада. У ребенка, не прошедшего настоящего кризиса в положенное время, не возможно полноценное дальнейшее развитие.

Однако многие родители боятся этих периодов и



зачастую прибегают к кардинальным мерам, чтобы усмирить маленького «революционера». Иногда накал эмоций достигает такой степени, что взрослые могут на него прикрикнуть и даже шлепнуть. Но такие воздействия как минимум не принесут пользу, как максимум больше усугубят ситуацию (это зависит от психических свойств самого ребенка и внутреннего микроклимата в семье). А многие родители будут потом сожалеть и мучиться из-за своей неожиданной реакции, корить себя, какие они плохие воспитатели.

Здесь важно помнить, что раздражение и злость, которые испытывают родители, это нормальная реакция в данном случае, поскольку на самом деле эти кризисы не только детские, но одновременно и семейные кризисы, в том числе. И негативные эмоции могут испытывать как дети, так и взрослые. Это нормально! Нужно просто это понять, принять и правильно отреагировать на сложившуюся ситуацию.



Кризисы развития сопровождают человека всю жизнь: кризис новорожденности, кризис 1 года, кризис 3 лет, кризис 7 лет, 14-ти, 17-ти, 30-ти лет, и т.д. Кризис — явление временное. При

правильном его понимании, мы можем либо полностью избавиться себя от проявлений кризиса, либо свести их к минимуму. Однако, если этот

период не пройден ребенком полноценно и с пользой, то все неразрешенные проблемы, возникшие в прошлый критический период проявятся с новой силой уже в следующем возрастном кризисе и в купе с новыми проблемами следующего возраста дадут еще больший эмоциональный и психологический взрыв, чем он мог бы быть.

Если ваш ребенок не получит необходимой ему помощи и поддержки, то его страх и неуверенность может породить невротические реакции, которые в свою очередь приведут к соматическим проблемам, а далее к болезням на физическом уровне. Будьте внимательны к своему взрослому человеку!

Кризис возраста — это период, в который количество полученных ранее знаний и опыта переходят в качество будущей жизни. И, если взрослый человек зачастую остается один на один с собственными проблемами переходного возраста, то ребенку помочь преодолеть этот не простой период может и должен его самый близкий и родной человек, который его воспитывает.



Не нужно бояться таких периодов. Немного терпения и должного внимания к ребенку, и эта критическая возрастная точка будет вами пройдена без особых потрясений.

**ПОВЕДЕНИЕ РЕБЕНКА ОПРЕДЕЛЯЕТСЯ:**

- опытом его отношений со значимым взрослым в первые годы жизни;
- реакцией взрослых на импульсы и желания (подавление или помощь в контроле и выражении);
- способами взаимодействия с мамой, ее реагированием на потребности ребенка;
- особенностями нервной системы и прочих физиологических данных.

**4 ПРОБЛЕМА: ЗАВЫШЕННЫЕ ОЖИДАНИЯ РОДИТЕЛЕЙ:**

- ✓ Ребенок должен быть послушным и удобным!
- ✓ Должен хорошо учиться и соответствовать ожиданиям
- ✓ Должен заниматься дополнительным образованием (секции, кружки, студии, и т.п.) желательно всем сразу.
- ✓ Должен помогать по дому, содержать комнату в порядке и не разбрасывать вещи игрушки.
- ✓ Должен быть ответственным и
- ✓ Он должен быть самостоятельным
- ✓ Он не должен подолгу находиться в социальных сетях, играть в компьютерные игры.
- ✓ Он должен делать все, что говорят родители.





- ✓ Он не должен требовать внимание, не мешать.
- ✓ Он должен с уважением относиться к родителям и просто молчать.
- ✓ Он должен получить высшее образование, такое какое хотят родители.
- ✓ Должен жениться или выйти замуж за достойного человека, которого одобряют родители.



## **5 ПРОБЛЕМА: ОТСУТСТВИЕ КОНТАКТА РОДИТЕЛЬ-РЕБЕНОК.**

### КАК НАЛАДИТЬ КОНТАКТ:

- Часто касайтесь ребёнка обнимать, целовать.
- Радуйтесь, когда встречаете ребёнка.
- Спросите у ребёнка совета в вашем деле.
- Вставьте на место ребенка.
- Смотрите в глаза ребёнку, когда разговариваете с ним.
- Говорите, что любите его и рады, что он есть.

**ВДОХНОВЛЯЛКА**

Если сын ссорится с кем-то во дворе, я не полезу — он должен разбираться сам. Разрешаю ему лазать по деревьям, горам и заборам, быстро бегать, прыгать через 3 ступеньки, гладить животных, носиться на велосипеде и заплывать на глубину. Поплыву рядом, но не буду запрещать ему, если он считает, что справится. Многие мамочки посчитают меня безответственной, но здоровье и развитие моего ребенка для меня на первом месте. Просто **чем больше мы опекаем и защищаем своих детей, тем больше вреда мы им причиняем.** Мы так часто говорим им: «Нельзя! Не лезь! Не спорь!» — что в конце концов они перестают думать своей головой и просто исполняют команды. А я уважаю своего сына и уважаю его выбор. В 10 лет я считаю его личностью, заслуживающей право голоса и уважения. [© elina ellis / Livejournal](#)



## ИДЕЯ 11. ТИПЫ ТЕМПЕРАМЕНТА

*Ребёнок – это тот же человек, только маленький.*

*Л.В. Занков*

***В природе не существует чистых сангвиников, холериков, меланхоликов и флегматиков. Обычно типы смешаны, однако один из них все же доминирует. На него и следует обращать внимание педагогам и родителям, занимаясь воспитанием ребенка. Важно помнить, что темперамент – основа для формирующегося характера, становления личности. Каким вырастет человек – зависит прежде всего от его окружения.***

***Наталья Белокопытова.***

Темперамент и характер вкпе составляют личность человека. Поэтому взрослым важно уметь так выстроить отношения с ребенком, чтобы научить контролировать эмоции и в то же время уметь отстаивать свое мнение; познавать новое и уметь грамотно пользоваться полученной информацией; не быть пассивным наблюдателем, а становиться участником и исполнителем, добивающимся успеха.



Как темперамент проявляется в поведении?

Как определить темперамент у ребенка?

Наблюдая за ребенком, можно определить тип его поведения.

### **МОЙ РЕБЕНОК САНГВИНИК**

Сильный, уравновешенный, подвижный (сангвиник) «живой». Это человек быстрый, легко приспосабливающийся к изменчивым условиям жизни.



#### Характеризуется:

высокой сопротивляемостью трудностям, умением преодолевать препятствия, конструктивно выходить из конфликтных ситуаций.

### **Мотивируем сангвника**

- Прежде всего нужно организовать его рабочее место. Ничто лишнее не должно отвлекать или привлекать внимание.
- Быть рядом, напоминать, направлять сангвника, так как эти дети склонны побыстрее сделать задание, не уделяя внимание качеству.
- Чередовать учебу с другой деятельностью, тогда активность его будет дольше.
- Выполнять монотонную работу сангвнику скучно, поэтому нужно ее разнообразить, превратить в игру, дать волю фантазии. Например, не просто списывать текст, а делать расшифровку для пришельцев, которые могут читать только прописные буквы.

### **МОЙ РЕБЕНОК ФЛЕГМАТИК**

Сильный, уравновешенный, инертный (флегматик).

На внешние воздействия этот ребенок реагирует безмятежно и замедленно.



Он не склонен к переменам в образе жизни, предпочитает устойчивый, привычный круг общения, знакомые игрушки и гаджеты.

#### Характеризуется:

невозмутимостью, медлительностью, рассудительностью. Ребенок-флегматик успешно учится и говорить, и читать, и писать, но не очень быстро. В общении такой ребенок уступчив, неконфликтен, не очень самостоятелен.

#### **Повышаем мотивацию флегматика!**

- Для флегматика крайне важны порядок, последовательность, предсказуемость. Например, можно ввести ритуал начала и окончания выполнения уроков. Пальчиковая гимнастика, любимая мелодия, стакан воды перед уроками – якорь, который поможет начать или закончить задание.
- Ребенку нужно несколько раз повторить, что от него требуется. Можно подготовить чек-листы, планеры, таблицы, чтобы ребенок и слышал, и видел, и заполнял их – это поможет ему включиться в работу.

- Крайне важен режим дня, питания, сна. Для флегматика события должны быть предсказуемыми. Любой сбой в программе растрчивает их силы, демотивирует.

### **МОЙ РЕБЕНОК ХОЛЕРИК**

Сильный, неуравновешенный, с преобладанием возбуждения (холерик).

#### Характеризуется:

неистощимой жизненной энергией, однако ему явно недостает самообладания. Он возбудим, вспыльчив, не сдержан, нетерпелив.



Задиристые и конфликтные, они предпочитают подвижные, шумные виды деятельности, претендуя в общении с ровесниками на руководящие, лидерские функции.

### **Как помочь холерику?!**

- Активность холерику крайне необходима. Его энергию нужно направлять на полезные цели – учебу, секции, помощь родителям. Таким образом, распределяя деятельность, в учебе холерик будет более сдержан и внимателен.
- Лучше не заставлять холерика делать уроки, а увлечь его процессом или результатом.
- Монотонная работа дается ему с трудом, поэтому выполнять ее можно поэтапно.

- Там, где можно позволить холерику не сидеть за столом – позвольте. Стихотворение можно учить по дороге на секцию, пересказывать – сидя на ковре или занимаясь на турнике.

Создавайте для него ситуацию успеха. Лидер по природе не терпит жесткой критики, постоянных неудач и провалов. Хорошо будут работать выполнение заданий на скорость, результат. Признавайте его успехи и хвалите. Главное – адекватно оценивать его возможности.

### **МОЙ РЕБЕНОК МЕЛАНХОЛИК**

Меланхолик. Дети, относящиеся к меланхоликам, отличаются плохой сопротивляемостью воздействию сильных стимулов, как положительных, так и отрицательных.

Слабость нервной системы приводит к общей пассивности, нерешительности, заторможенности, осторожности.



#### Характеризуется:

Стремлением избегать излишних контактов. Остро переживают необходимость привыкания к новой обстановке, незнакомым людям. Дети этого типа производят впечатление тепличных растений, с чужими боязливы, замкнуты, быстро утомляются и почти не реагируют на внешние воздействия.

В играх с товарищами они практически никогда не стремятся руководить, быть на первых ролях.

## Помогаем меланхолику!

- Соблюдение режима дня, чередование работы и отдыха – жизненно необходимо для меланхолика. Излишнего напряжения его нервная система просто не выдержит.
- Желательно быть рядом с ребенком, подбадривать, хвалить его.
- Задания на скорость, соревнования – не для таких детей. Работать в неторопливом темпе, качественно выполнять задание – гораздо комфортнее для меланхолика.
- Монотонная работа их не пугает. Будут выполнять ее с удовольствием и старательно.

## В ЧЕМ МОГУТ ПРОЯВЛЯТЬСЯ РАЗЛИЧИЯ ТЕМПЕРАМЕНТОВ У РЕБЕНКА И РОДИТЕЛЯ?

- двигательная активность (какое у вас соотношение активности и пассивности),
- настроение (что чаще - радость или неудовлетворенность),
- реакции (насколько должно быть шумно, чтобы наступила усталость),
- адаптивность (насколько быстро вы привыкаете к переменам),
- отвлекаемость (легко ли родителю переключиться, а ребенка успокоить, если он плачет).



## КАК ОПРЕДЕЛИТЬ ТЕМПЕРАМЕНТ У РЕБЕНКА?

**ПРОЙТИ ТЕСТ**

Родителям следует честно ответить на вопросы.

### 1). Если необходима быстрая реакция, ребенок:

- А. Быстро реагирует.
- Б. Достаточно активен.
- В. Спокоен, но выполняет задание.
- Г. Доминирует неуверенность.

### 2). Выслушав замечание в свой адрес:

- А. Легко дает обещание исправиться, но снова поступает как прежде.
- Б. Возмущен, что его «воспитывают».
- В. Промолчит.
- Г. Очень переживает.

### 3. В общении со сверстниками ребенок:

- А. Готов к контакту.
- Б. Всегда настаивает на своем.
- В. Уверен и спокоен.

Г. Общается «с оглядкой», в себе не уверен.

#### **4. При смене обстановки ребенок:**

А. Активен, как всегда, психологически не теряется.

Б. Возбужден, чересчур активен.

В. Уверен, спокоен, в меру любопытен.

Г. Очень обеспокоен.

#### **Интерпретация:**

Описание действий под А характерны для сангвиников, Б – для холериков, В – для флегматиков, Г – для меланхоликов. Каких ответов больше, тот тип темперамента и является главным у ребенка.

**ВДОХНОВЛЯЛКА**

Уж не помню почему, но поссорилась я с мамой, обижена была сильно-пресильно и, размазывая по лицу детские слезы, заявила, что из дома ухожу. Выла и складывала свои синие колготки в папин кожаный дипломат. У двери я внезапно поняла, что идти-то мне некуда, да и вообще обед скоро. В этот момент мимо шла мама с ворохом белья, и я спросила: «Мама, как думаешь, мне уходить от вас или можно немного пожить?» Мама ответила, что считает, что можно еще пожить дома. И я, счастливая, пошла разбирать дипломат. [© Leo43 / Pikabu](#)



## ИДЕЯ 12. КАК РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ВЛИЯЕТ НА САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ РЕБЁНКА?!

*Самостоятельность – это залог успешной и счастливой жизни.*

*Мария Монтессори*

**ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ EQ** - характеризуется развитыми психологическими структурами, которые помогают человеку опираться на себя, а не искать поддержку извне.

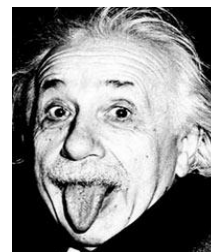
Включает в себя:

- ✓ понимание собственных эмоций,
- ✓ управление своими эмоциями,
- ✓ понимание эмоций других,
- ✓ управление отношениями.



### ОСНОВНЫЕ (БАЗОВЫЕ) ЭМОЦИИ

1. Интерес
2. Удивление
3. Радость
4. Удовольствие
5. Печаль (Грусть)
6. Гнев (Отвращение,  
Презрение, Злость)
7. Страх
8. Стыд (Вина)
9. Обида



## ЧУВСТВА И ЭМОЦИИ

Ни для кого не секрет, что эмоции играют важную роль в нашей жизни. Общаясь с людьми, наверняка можно заметить, что люди по-разному проявляют эмоции, делятся своими чувствами.

Эмоции — это адаптивный механизм, который заложен в нас природой, для оценки ситуации. Ведь не всегда у человека есть время, когда он может верно и точно оценить, что же с ним происходит. Допустим в ситуации опасности...

А тут раз — чего-то почувствовал и есть ощущение, что либо «нравится» либо «не нравится».

Тем более, что эмоциональная оценка она наиболее верная — природа не может обманывать. Эмоциональная оценка происходит очень быстро и здесь не «примешивается» разум и логика. Ведь логически можно объяснить все, что угодно и привести кучу всяких рациональных доводов.

Наблюдая за людьми (и за собой в том числе) можно заметить, что есть ситуации, в которых люди либо игнорируют свои эмоции, либо стараются их не замечать или просто не осознают. Не буду сейчас делать предположения относительно причин этого, скажу лишь то, что не прислушиваясь к себе, к своей эмоциональной жизни, человек не может адекватно и наиболее полно воспринять ситуацию, а тем самым принять наиболее эффективное решение.

В обычной жизни это может проявиться в том, что игнорируя или вытесняя свои эмоции, человек может создать себе неверное убеждение.

К примеру, если жена игнорирует/не осознает или не хочет признавать свою злость в отношении мужа, она может выплеснуть свое раздражение на другого человека или детей, в совершенно другой ситуации.

Или, например, женщина, которая имела такое убеждение: «Я не могу обидеть человека, расстроить его». Как оказалось, если человек разозлится, то она испытает чувство вины, с которым не хотела встречаться.

Очень часто мы можем сталкиваться с эмоциональной сферой. Людям порой бывает очень не просто сказать, что же они на самом деле чувствуют или какую эмоцию сейчас испытывают. Даже если человек осознает, что у него есть сейчас какое-то чувство, иногда бывает очень затруднительно сказать это в словах, назвать его.

Или бывает так: «Я чувствую ХОРОШЕЕ чувство, но я не знаю, как это называется..».

Как можно восполнить этот пробел?!

Ниже представлен список эмоций и чувств, прочитав его, можно значительно пополнить осознание того, что может с Вами происходить.

И, кстати, можно проверить себя: перед тем как ознакомиться со списком предлагаю Вам самостоятельно составить его, а потом сравнить, насколько Ваш список полон...

### СПИСОК ЧУВСТВ И ЭМОЦИЙ

Злость	Раздражение	Надменность
Гнев	Мстительность	Неповиновение
Возмущение	Оскорбленность	Презрение
Ненависть	Воинственность	Отвращение
Обида	Бунтарство	Подавленность
Сердитость	Сопrotивление	Уязвленность
Досада	Зависть	Подозрительность

Циничность	Уныние	Ранимость
Настороженность	Ощущение тупика	Подавленность
Озабоченность	Запутанность	Разочарование
Тревожность	Потерянность	Боль
Страх	Дезориентация	Отсталость
Нервозность	Бессвязность	Застенчивость
Трепет	Ощущение ловушки	Чувство отсутствия к вам любви
Обеспокоенность	Одиночество	Покинутость
Тревога	Изолированность	Болезненность
Волнение	Грусть	Нелюдимость
Стресс	Печаль	Удрученность
Боязнь	Горе	Усталость
Ужас	Угнетенность	Апатия
Подверженность навязчивой идее	Мрачность	Самодовольство
Ощущение угрозы	Отчаяние	Скука
Ошеломленность	Опустошенность	Истощение
Опасение	Беспомощность	Расстройство
	Слабость	



Упадок сил	Удивление	Решимость
Сварливость	Шок	Уверенность в себе
Нетерпеливость	Поражение	Дерзость
Вспыльчивость	Остолбенение	Готовность
Тоска	Изумление	Оптимизм
Хандра	Потрясение	Удовлетворенность
Стыд	Впечатлительность	Гордость
Вина	Сильное желание	Сентиментальность
Униженность	Энтузиазм	Счастье
Ущемленность	Взволнованность	Радость
Смущение	Возбужденность	Блаженство
Неудобство	Страсть	Забавность
Тяжесть	Помешательство	Восхищение
Сожаление	Эйфория	Триумф
Укоры совести	Умиление	Удачливость
Скорбь	Дух соперничества	Удовольствие
Отчужденность	Твердая	Безобидность
Неловкость	уверенность	Мечтательность

Очарование	Мирность	Благоговение
Оцененность по достоинству	Расслабленность	Ревность
Признательность	Довольство	Привязанность
Надежда	Комфорт	Безопасность
Заинтересованность	Сдержанность	Уважение
Увлеченность	Восприимчивость	Дружелюбие
Интерес	Прощение	Симпатия
Оживленность	Любовь	Сочувствие
Живость	Вожделение	Нежность
Спокойствие	Безмятежность	Великодушие
Удовлетворенность	Расположение	Одухотворенность
Облегчение	Обожание	Озадаченность
	Восхищение	Смятение

### ТЕХНИКА "Я-ВЫСКАЗЫВАНИЕ"

**Как сделать, чтобы вас услышали?**

Одним из наиболее распространенных вопросов, задаваемых психологу, является примерно такой: «Что мне делать, если я ему/ей

говору, а он/она не понимает / не слышит/ продолжает делать по-своему?». Не удастся донести свои мысли до близкого человека так, чтобы он их понял. Для решения подобных проблем используется простая техника "Я-высказывание". "Я- высказывание" передает другому человеку ваше безоценочное отношение к определенному предмету, событию, ситуации.

### **Алгоритм «Я - высказывания»**

1.Объективно описать события, ситуацию без экспрессии, вызывающей напряжение («Когда я вижу, что...», «Когда это происходит...»).

2. Описать свою эмоциональную реакцию, точно назвать свое чувство в этой ситуации («Я чувствую...», «Я огорчаюсь...», «Я не знаю, как реагировать...»).

3. Объяснить причины этого чувства и высказать свои пожелания («Потому что я не люблю...», «Мне бы хотелось...»).

4. Представить как можно больше альтернативных вариантов («Возможно, тебе стоит поступить так...», «В следующий раз сделай...»).

5. Дать дополнительную информацию партнеру относительно проблемы (объяснение).

«Ты-высказывания»	«Я-высказывания»
Ты никогда меня не слушаешь!	Когда я вижу, что ты не слушаешь меня, мне неприятно, ведь я говорю достаточно важные вещи. Пожалуйста, будь внимательнее к тому, что я говорю.
Что ты всё время разговариваешь параллельно со мной?	Мне сложно говорить, когда кто-то еще разговаривает одновременно со мной. Если у тебя есть вопрос — задай его. Возможно, если ты внимательно послушаешь меня, то потом у тебя возникнет меньше вопросов.
Вечно ты хамишь!	Когда ты некорректно разговариваешь со мной, я раздражаюсь и не хочу больше с тобой общаться. На мой взгляд, ты можешь быть более уважительным по отношению ко мне. В свою очередь постараюсь быть более терпимой.
Ты всегда ужасно себя ведешь!	В данной ситуации ты вел себя некрасиво. Меня обижает такое

	поведение. Ты умеешь быть другим, поэтому, пожалуйста, в следующий раз будь более сдержан.
--	--

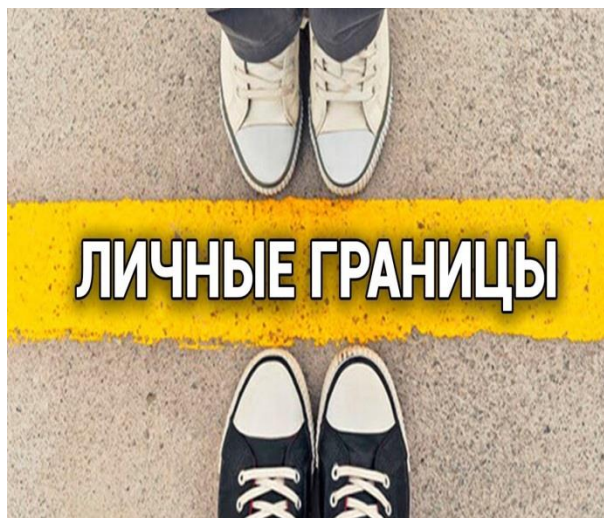
**"Я-высказывание"** позволяет выразить свои чувства в не обидной для другого человека форме и потому скорее будет услышано. Оно не вызывает желания возразить, потому что оно истинно по определению: вы говорите о своих чувствах, и никто не знает лучше вас, что именно вы чувствуете.

Когда вы просто сообщаете о своих чувствах, вы ничего не требуете от другого и оставляете ему свободу решать, что ему делать. Это скорее вызовет желание посочувствовать и изменить свое поведение, чем «наезд» и упреки. Конечно, Я-высказывания не являются панацеей от всех коммуникативных проблем, но это некий минимум, который будет полезен как в детско-родительских отношениях, так и в отношениях между взрослыми людьми.

## ТЕХНИКА ПОСТАНОВКИ ГРАНИЦ ДЛЯ ДЕТЕЙ

*Без закона нам грозит беззаконие,  
без права – бесправие*

Граница — «линия, ограничивающая пределы чьей-либо собственности», показывающая, где заканчивается частная собственность одного человека и начинается частная собственность другого. Когда человек знает, где проходят границы другого человека, то ему становится отчетливо ясно, что находится в его ведении и за что он несет ответственность (имеются в виду его чувства, поступки и взгляды).



Для того, что требовать определенную ответственность от другого следует определиться в своих отношениях с этим человеком, уточнить, что именно первый от него ожидает. Когда все члены семьи отвечают за свою долю «собственности», то отношения между домочадцами складываются великолепно: люди добиваются поставленных перед собой целей.

То же относится и к отношениям с ребенком. **Ребенок должен знать, где проходят границы его «собственности», т.е. за что он должен отвечать и за что не должен.** Если он знает, что существование в этом мире требует, чтобы он отвечал за себя и свои поступки, то он научится жить в соответствии с этими требованиями, и его жизнь сложится удачно.

Если в детстве у ребенка не сложилось четкого представления о том, где проходят его границы (за что он несёт ответственность) и где проходят границы других (за что они несут ответственность), у него не разовьется умение владеть собой, без которого он не сможет счастливо идти по жизни. Расплывчатое представление о допустимых границах приведет к тому, что такой человек станет требовать полного подчинения себе окружающих и совершенно не будет контролировать себя.

Дети как раз и являются такими людьми, не способными контролировать себя и пытающимися подчинить себе окружающих. Они не хотят согласовывать свои действия с требованиями мамы и папы; они желают, чтобы мама и папа изменили свои требования в угоду им!

*Дети не рождаются с «готовыми» границами. Они их усваивают благодаря общению и дисциплине.*



**СУЩНОСТЬ ГРАНИЦ — САМООБЛАДАНИЕ, ОТВЕТСТВЕННОСТЬ, СВОБОДА И ЛЮБОВЬ.**

Довольно часто практические психологи, проводя анализ историй и моделей функционирования семей, в которых дети радикально отказываются или не принимают традиции и ценности передаваемые их родителями, констатируют, что в таких семьях границы выставлялись особыми и не совсем эффективными способами. Нельзя здесь утверждать, что родители практиковали некую «антипедагогiku». Напротив, дети в таких семьях, как правило, окружены должным вниманием, заботой, любовью и достатком. Главной проблемой здесь являются неэффективные, проще говоря, неправильные границы, выставляемые для детей.

***Неправильная постановка границ - это основная причина, из-за которой дети отрываются от ценностей, вступая в фазу своей сепарации от родителей.***

### **«Воспитание без стрессов» или выставление границ?**

Здесь уместно поместить золотое правило для всех семей: ***«Чтобы взрастить и воспитать эмоционально и морально***



***здорового человека, ему (еще ребенку) следует выставлять границы, причем, как можно раньше».***

Дети, которым родители не выставляют адекватных очерченных и, в то же время, проницаемых границ, во взрослой жизни сталкиваются с множеством проблем – трудностями в самообслуживании, проблемами во



взаимоотношениях, страхами и фобиями, инфантильностью, зависимостями и мн.др.

**Для понимания того, как постановка границ влияет на ощущение безопасности ребенка, представим следующую схему:**



В данной ситуации ярко отображен факт того, что послание, причем на бессознательном уровне, которое получает ребенок от родителей, является чрезвычайно губительным. Фактически ребенку объяснили, что он сильнее, что он победил. Но случись беда или угроза, и ребенок полностью беззащитен, ведь даже его родители «слабые и ненадежные».

Именно поэтому у таких детей очень часто проявляются страхи. Их мир не структурирован и неправильно опознан, и поэтому этот мир небезопасный. Происходит это по факту неисполнения родителями своих ролей, потому что те слабые, уступают в авторитете собственным детям.

**Рассмотри ситуацию, когда родитель эффективно и правильно отреагирует на попытку ребенка нарушить границу:**



Когда родитель непоколебим и не позволяет ребенку преступать границы, ожидаемой реакцией ребенка будет злость, гнев, крик, плач. Не стоит бояться такой реакции, потому как это является свидетельством того, что граница была очень важной.

Чтобы дети поняли, кто они такие и за что отвечают, родители должны установить четкие границы в отношениях с ними и строить эти отношения таким образом, чтобы помочь детям осознать собственные границы.

**При наличии ясно различимых границ у детей развиваются следующие качества:**

1. Четкое ощущение того, кто они такие;
2. Представление о том, за что они отвечают;
3. Способность самим делать выбор;
4. Понимание того, что если сделан правильный выбор, то все сложится хорошо, а если неправильный, то им придется страдать;
5. Возможность познать истинную любовь — любовь, основанную на свободе.

### Граница для ребенка – это опека



духовной жизни.

Определение границ для ребенка является воспитанием у него самообладания, ответственности, свободы и любви. Это основные составляющие

Основополагающей сущностью границ, выставляемых для ребенка, является опека. Опека над ребенком заключается в создании безопасной для него «среды обитания», пока он будет учиться жить и набираться мудрости.

Если свободы в опыте ребенка очень мало, то в будущем это отразится на его личности в виде детскости (инфантильности), когда свободы чересчур много – существует опасность, что ребенок нанесет себе огромный вред.


Поэтому основная задача выставления границ, да и воспитания вообще – установить равновесие между свободой и ограничениями.




Родители обязаны оберегать ребенка от опасностей, защищать от вредных воздействий и способствовать поддержанию его жизни.





**Шаги, направленные на защиту жизни ребенка, в сочетании с соответствующими границами и ограничениями уберегут его от следующих видов опасности:**

 Опасность, исходящая от самого ребенка;

 Опасность, исходящая от внешнего мира;

 Неадекватная степень свободы, которую он не в состоянии выдержать;

 Неправомочные или злостные действия, поступки или взгляды (преступления или употребление ПАВ);

 Регрессивная тенденция ребенка оставаться зависимым существом и не стремиться к взрослению.



Родители обеспечивают безопасность, рост и здоровье ребенка. Формирование границ в значительной степени требуется именно для выполнения данной функции. Установление конкретных пределов свободы как раз и служит целям защиты ребенка. В процессе их усвоения ребенок набирается мудрости и постепенно учится заботиться о себе без посторонней помощи.

## Постановка границ для детей - техника

Существует множество техник постановки границ для детей. Представим одну из наиболее эффективных, которую уместно тренировать вместе с родителями в рамках тренингов или супружеских встреч, с педагогами в рамках обучения последних эффективным приемам работы с учениками (воспитанниками).

**Это техника «Ф.В.О». Она состоит из трех элементов:**

*первый – это «ФАКТЫ», второй – «ВЫСКАЗЫВАНИЕ», третий «ОЖИДАНИЯ».*

### 1. Оглашение факта

ФАКТОМ являются, прежде всего, описание конкретной ситуации, которая произошла, конкретного происшествия, поведения. ФАКТОМ не может быть качество, черта или отдельная характеристика на ребенка. ФАКТ – это именно то, что происходит в этом конкретном моменте времени и то, что имеет визуальное подтверждение.

Поэтому не является ФАКТОМ информирование ребенка, что тот «неряшливый», а так же констатация, что у него «как всегда полный бардак» в комнате.

ФАКТОМ является информирование ребенка о том, что «в его комнате на полу разбросана одежда». ФАКТОМ является так же, примерно следующее (подобное), обращение к ребенку: «В твоей комнате разбросана одежда. Это уже третий раз за эту неделю».

### 2. Собственные переживания по поводу произошедшего

**ВЫСКАЗЫВАНИЕ** – это оценка данной ситуации, как ситуация «повлияла на меня». К ВЫСКАЗЫВАНИЮ следует отнести выражение эмоционального отклика на данную ситуацию (ФАКТ).

Примером выражения ВЫСКАЗЫВАНИЯ в отношении ФАКТА являются следующие обращения к ребенку:

«Мне не нравится, что разбросана по полу одежда в твоей комнате».

«Я злюсь (недоволен, мне неприятно, меня огорчает), что твоя одежда валяется на полу».

### **3. Возмещение «ущерба»**

**ОЖИДАНИЕ** является конкретным и решительным определением того, что в связи с произошедшим ФАКТом и ВЫСКАЗЫВАНИЕМ родитель ожидает от ребенка. Так как ФАКТ уже состоялся, родитель должен определить конкретные ожидания. Не уместно здесь чтение моралистических лекций на тему добра, зла, того что хорошо и что плохо.

ОЖИДАНИЯЕМ не будет являться обращение к ребенку типа «ну сделай что-нибудь», или «возьми себя в руки и повзрослей».

**ОЖИДАНИЕ** – это конкретное требование: «я ожидаю, что ты соберешь и сложишь одежду в течение ближайших пяти минут».

Данная техника должна применяться конкретно, без манипуляций, краткими требованиями, без «двойного послания».

Помните о том, что для эффективного применения данной техники, родителю следует выражать именно свое отношение (не бабушки, папы или тети) к данному поведению или поступку, не покушаясь на характер или индивидуальные особенности ребенка.

### **Признаки «здоровых» границ— это их гибкость:**

✓ Если вы умеете отдаляться от опасных или неприятных вам ситуаций (если не физически, то хотя бы эмоционально!).

✓ Если вы можете, в зависимости от ситуации,

открываться для «импорта» и «экспорта» ресурсов, адекватно использовать слова «да» и «нет».

✓ Если вы считаете сближение с людьми, которых выбираете, комфортным и безопасным.

✓ Если вы способны учитывать, как свои собственные интересы, так и интересы окружающих, то ваши отношения с людьми становятся гораздо более простыми, честными и приятными.





## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

*Дорогие родители, теперь у Вас есть книга, которая является надежным советчиком и другом в вопросах воспитания самостоятельности у детей. Важно не только прочитать, но и начать применять полученные знания на практике. Пусть ежедневные маленькие шаги на пути формирования личности ребёнка помогут Вам чувствовать себя увереннее. Не пытайтесь применять все знания сразу, дайте время себе и ребёнку). Поймите, что ребёнок растёт и меняется, поэтому, в первую очередь, сохраняйте тёплые и доверительные отношения между вами.*

*Прислушивайтесь к себе, доверяйте своим родительским чувствам, жизненному опыту. Ваш ребёнок – это отражение самих Вас. Проявляйте любовь, уважение, доверие - это является залогом успешного родительства!*

***Литература и источники:***

1. Калинина Н.В., Прохорова С.Ю. «Учебная самостоятельность младшего школьника: диагностика и развитие»
2. Вологодина Н.В. «Тренинг самостоятельности у детей»
3. Венгер А.П., Цукерман Г.А. «Развитие учебной самостоятельности».
4. <https://psypedprofi.ru/kak-opredelit-temperament-u-rebenka.html>
5. <https://psi-school.ru/zachem-nuzhno-znat-temperament-svoego-rebenka/>
6. <https://www.psychologies.ru/self-knowledge/6-uprajneniy-dlya-razvitiya-emotsionalnogo-intellekta-u-detey/>
7. <https://www.adme.ru/svoboda-narodnoe-tvorchestvo/15-primerov-vospitaniya-kotorye-vdohnovyat-na-novye-roditelskie-podvigi-2404415/>
8. <https://econet.ru/articles/175927-vazhno-tehnika-postanovki-granits-dlya-detey>
9. [https://www.b17.ru/article/granitsy\\_deti/](https://www.b17.ru/article/granitsy_deti/)
10. <https://vdecrete.ru/vospitanie/kak-priuchit-rebenka-k-samostoyatel-nosti>
11. [https://mel.fm/detskaya\\_psikhologiya/9145076-books\\_for\\_parents](https://mel.fm/detskaya_psikhologiya/9145076-books_for_parents)

12. [https://zen.yandex.ru/media/id/5f08ab86c9010532d9cc6472/kak-vospitat-samostoiatelnost-u-detei-5f2befb2501d1d382a3ababc?utm\\_source=serp](https://zen.yandex.ru/media/id/5f08ab86c9010532d9cc6472/kak-vospitat-samostoiatelnost-u-detei-5f2befb2501d1d382a3ababc?utm_source=serp)

13. <https://vospitannie.ru/vozrast/vozrastnaya-periodizatsiya-detej.html>

14. <https://zen.yandex.ru/media/id/5d6caf3c3d008800b6bd5daa/voznastnye-krizisy-detei-5d8203a7e4f39f00ad440481>

Дорогие родители!

Мы ждем вас нашем Центре развития семьи «ВЕСТА» по всем вопросам воспитания, обучения, адаптации и развития ваших детей.

Обучаем, консультируем очно и дистанционно.

Узнайте больше...<https://family-training.org/>



**ВЕСТА**

ЦЕНТР РАЗВИТИЯ СЕМЬИ

Присоединяйтесь к нам в соцсетях:

Instagram @vesta.centр

ВКонтакте vk.com/club175881329

Телеграмм канал <https://t.me/pro7y>

