

## Учим детей быть самостоятельными.

Если вы хотите, чтобы ребенок рос уверенным в себе и мог самостоятельно принимать решения, вы должны дать ему свободу, чтобы стать таким. Секрет, как научить ребенка самостоятельности заключается в балансе. Вы должны быть терпеливы, но не слишком снисходительны, если хотите, чтобы он был самостоятельным.

Проблема некоторых родителей заключается в том, что они пытаются контролировать своих детей на каждом этапе пути. Так не рекомендуется делать, потому что вы не даете ребенку научиться делать выбор. Если все, в конечном счете, зависит от вас, ребенок может возмущаться и бунтовать.

### **1. Составьте распорядок дня.**

Детям необходим хороший баланс между четким распорядком и свободой, который будет способствовать развитию у них самостоятельности. Чем больше вы позволяете ребенку думать за себя, тем более самостоятельным, он станет.

Попросите ребенка складывать в стирку свою одежду и дайте ему возможность самостоятельно одеваться утром.

- Пусть сам выбирает себе перекус и убирает тарелку после еды.
- Переложите столовые приборы и одежду ребенка на более низких уровнях, чтобы он мог сам их доставать, когда это нужно.

### **2. Научите самостоятельно решать проблемы.**

Если у вашего ребенка возникла какая-то проблема, вместо того, чтобы тут же бросаться спасать его, дайте ему возможность решить ее самостоятельно.

- Соперничество с братом или сестрой – это распространенная проблема в таком возрасте.
- Рольевые игры – один из самых эффективных способов развития навыков самостоятельного решения проблем.

### **3. Ошибка – это не конец света.**

Нет ничего плохого в ошибках! Возможно, вам может быть сложно позволить ребенку совершать ошибки. Однако именно они позволяют ему чему-то научиться.

- Например, он может забыть сделать домашнее задание и столкнуться с последствиями в школе.
- Ошибки – это часть процесса обучения, ошибившись однажды, в

следующий раз ребенок вспомнит и завершит свою задачу.

-Не ругайте, если он пролил молоко, когда наливал его в стакан. Просто подскажите, как вытереть его и напомните, что нужно быть осторожным.

#### **4. Будьте чуткими.**

Ребенок должен знать, насколько вы беспокоитесь о нем, однако вы хотите, чтобы он решал свои проблемы самостоятельно.

-Пусть знает, что вы всегда рядом, что бы ни случилось.

-Аккуратно объясните ребенку, что вы хотите, чтобы он разрешал конфликты самостоятельно, а не постоянно искал помощи.

-Хотя вы должны поощрять его быть самостоятельным, следите за тем, чтобы он не причинил себе ущерба!

#### **5. Научите ребенка быть настойчивым.**

Позвольте ребенку иметь собственное мнение. Вот то, что вы можете сделать:

-Если вы заказываете еду в ресторане, дайте ему возможность самостоятельно заказать еду для себя.

-Если вы наряжаетесь, позвольте ему самому выбрать себе одежду.

-Спросите его, что он хотел бы на полдник.

-Когда он предпочитает сесть за уроки.

Чтобы помочь вашему ребенку думать самостоятельно, предлагайте ему разумный выбор.

-К примеру, позвольте ему выбрать между пиццей и пастой.

-Пусть решает, займется ли он вначале садоводством или домашним заданием.

-Установите ограничения. Он должен быть хорошо осведомлен о его границах и знать, что именно от него ожидают.

#### **6. Давайте совет, но не вмешивайтесь.**

Если ребенок пытается решить проблему, не спешите ему на выручку. Вот что вы можете сделать вместо этого:

- Дайте совет, а не решение.

- Позвольте вашему ребенку подумать над тем, как найти выход из этой проблемы.

- Вы можете быть приятно удивлены, увидев, как он нашел решение.

## **7. Пусть у него будут свои обязанности.**

Если вы упаковываете чемоданы перед поездкой, позвольте ребенку самому собрать свои вещи. Вы всегда можете научить его, как это сделать, первые несколько раз.

- Включите его в процессе планирования поездки, чтобы ребенок понимал все о приключении и самостоятельности.
- Попросите его самостоятельно нести свой багаж (или везти в тележке) в аэропорту и доставить его домой после поездки.

**Весь процесс становления самостоятельным может быть медленным, но важно, что вы будете направлять ребенка в каждом его движении.**

