

Филоненко Елизавета

ДЕТКИ *без*
КЛЕТКИ

5 ШАГОВ
К РАЗВИТИЮ
САМО
СТОЯТЕЛЬНОСТИ



6+

Елизавета Филоненко

**Детки без клетки: 5 ступеней к
развитию самостоятельности**

«Автор»

2022

Филоненко Е.

Детки без клетки: 5 ступеней к развитию самостоятельности /
Е. Филоненко — «Автор», 2022

Каждый из нас хочет воспитать ребенка способным опираться на самого себя, мыслить и действовать самостоятельно. Но часто мы слишком активно защищаем ребенка от малейших неприятностей. И это мешает ему взять на себя ответственность. Не развивая самостоятельность ребенка мы делаем его хрупким, зависимым и капризным. Как найти баланс между заботой и свободой? Книга "Детки без клетки" даст вам описание практических шагов по развитию самостоятельности ребенка. В ней даны практические методики, которые помогут вам привить самостоятельность без давления и конфликтов. Книга основана на 16-летнем психотерапевтическом опыте работы ее автора. В ней вы найдете примеры, немного теории, практичные техники, которые улучшат ваши отношения с детьми и навсегда уберут из вашей жизни препирательства в стиле "Помой, наконец, за собой тарелку!"

© Филоненко Е., 2022

© Автор, 2022

Содержание

Часть 1. 5 ступеней к развитию самостоятельности ребенка	5
Как самостоятельность в детстве влияет на будущее и характер ребенка	5
Вдохновлять или требовать	10
Ступень 1. Уверенность	12
Почему родители боятся самостоятельности детей	12
Что можно ожидать от ребенка	14
Три области самостоятельности	15
Как побудить ребенка делать то, что необходимо делать	17
Разумный диалог с ребенком	18
Ступень 2. Поддержка	21
Здоровое стремление к росту и самостоятельности	21
Скрытые послания родителей	22
Встречная активность ребенка	26
Конец ознакомительного фрагмента.	28

Елизавета Филоненко

Детки без клетки: 5 ступеней к развитию самостоятельности

Однажды женщине приснился сон, что за прилавком магазина, в который она пришла, стоял Господь Бог.

– Господи! Это Ты? – воскликнула она с радостью.

– Да, это я, – ответил Бог.

– А что у Тебя можно купить? – спросила женщина.

– У меня можно купить всё, – прозвучал ответ.

– В таком случае дай мне, пожалуйста, здоровья, счастья, любви, успеха и много денег.

Бог доброжелательно улыбнулся и ушёл в подсобное помещение за заказанным товаром. Через некоторое время он вернулся с маленькой бумажной коробочкой.

– И это всё?! – воскликнула удивлённая и разочарованная женщина.

– Да, это всё, – ответил Бог. – Разве ты не знала, что в моём магазине продаются только семена?

Часть 1. 5 ступеней к развитию самостоятельности ребенка

Как самостоятельность в детстве влияет на будущее и характер ребенка

Когда мы задумываемся о самостоятельности детей или чувствуем настоятельную необходимость сделать их «самостоятельными», надо определить для себя, что это за явление и зачем детям самостоятельность. Качества характера, в том числе и самостоятельность, не существуют сами по себе, их нельзя иметь просто для того, чтобы они «были», для украшения. Каждое качество, должно служить определенным целям, задачам, которые стоят перед ребенком.

Так зачем же нужна самостоятельность ребенку? Первое, что приходит на ум, самостоятельность нужна, чтобы сделать ребенка способным позаботиться о себе самому («самому стоять» на ногах). Но нужно ли современному ребенку заботиться о себе самому, и может ли он по – настоящему это сделать? Сегодня родители, государство, общество берут на себя заботу о ребенке до очень зрелых лет (часто до окончания института), чтобы он мог спокойно учиться, не думая о пропитании. Ребенок редко предоставлен самому себе, он в окружении взрослых, и по сути дела не должен обеспечивать себе автономное существование.

В противовес этому в культурах примитивных народов, где дети независимы и самостоятельны с ранних лет, ребенок очень рано попадает в ситуацию *необходимости* заботиться о себе самому. И сама обстановка вокруг него является гарантией того, что необходимые качества разовьются. Уровень самостоятельности детей, это фактически результат того жизненного уклада, в котором существует ребенок.

Современный городской ребенок не имеет почти никаких предпосылок, чтобы быть хотя бы таким же самостоятельным, какими были его родители в детском возрасте. Изменилось

отношение к ребенку, изменился образ жизни, у современных родителей другие возможности. И если говорить о современной жизни в ее естественном варианте, то она скорее притормаживает самостоятельность детей, чем развивает ее. И тогда мероприятия, которые должны сделать ребенка самостоятельнее могут выглядеть несколько искусственно, идти вразрез с естественным течением жизни. То есть самостоятельность сегодняшнему ребенку можно привить не благодаря жизненным реалиям, а скорее вопреки этим реалиям.

Часто родители говорят – мне проще сделать самому, чем ждать, что это сделает ребенок, заставляя его, получать несовершенный продукт его труда. Действительно, с точки зрения экономии энергии (а человеческий организм, как правило, естественно движется по пути наименьшего сопротивления) в современном мире дела проще сделать самому, чем обучать этому ребенка. Исторически вопрос – делать ли мне нечто самому или поручить ребенку – никогда не стоял, маленьких детей приобщали к труду просто потому, что иначе семья не могла выжить. Мать поручала старшей дочери занимать младших детей не потому, что она хотела привить ей какие – то качества (заботливость или самостоятельность), а по насущной необходимости. Родители были заняты тяжелой работой и естественным образом привлекали к труду ребенка. Детей приобщали к работе просто потому, что это было необходимо семье. Ни о каком намеренном развитии «правильных» качеств речь не шла, тем не менее, дети быстро становились самостоятельными и ответственными.

Тот контекст, обстановка, «необходимости» в которых живет ребенок и являются как бы волшебным ключиком для раскрытия его потенциала. Если жизнь требует от ребенка опоры на самого себя, самостоятельность развивается. Если же такой необходимости нет, то все слова родителей о том, что «нужно быть самостоятельнее» – пустое сотрясение воздуха. Чтобы у ребенка развилось определенное свойство характера, в нашем случае самостоятельность, его нужно поставить в условия, где оно необходимо.

Даже при большом денежном достатке в семье и возможности полностью оградить ребенка от работы, например, по дому, есть смысл специально организовать такую работу, чтобы дать ребенку представление о труде.

В семье с весьма солидным достатком, где оба родителя были заняты карьерой, всю работу по дому поручили наемному персоналу. 10-летняя дочка помимо школы посещала несколько дополнительных занятий, считалось, что основное ее дело – учеба. Родители были обеспокоены поведением девочки: она могла, не глядя бросить свои вещи на пол, рассчитывая, что их уберут, не понимала, почему она должна убирать со стола тарелку, если есть кому это сделать за нее. Когда речь заходила о чем то, что надо сделать лично ей она узнавала, нет ли возможности заплатить, чтобы это сделал кто-то другой. Даже уход за собой, например подпиливание ногтей, девочка старалась переложить на кого – то, не желая напрягаться. Заметив, что девочка приобретает неприятные черты характера, родители задумались, как создать противовес этой тенденции. Сами родители происходили из семей со средним достатком, и их возмущал подход дочери к жизни. Однако, увещевания родителей и их личный пример не приводили к результату. Тогда в семье было решено полностью передать девочке уход за своими вещами. Ей поручили содержать в порядке свой шкаф и следить за чистотой одежды, кроме того, она гладила большинство своих вещей. Такое решение поначалу встретило сопротивление, но поскольку родители активно включились в процесс освоения девочкой новых навыков, все закончилось благополучно. Родители предложили ребенку новый формат не в качестве наказания за нерадивость, а как вариант необходимого для каждого человека вклада в обеспечение жизни. Кроме того, своей включенностью в дела дочери родители

дали ей дополнительное внимание, которое оказалось важным бонусом, позволило девочке с меньшим сопротивлением включиться в новую работу.

Оторванность от простых дел, которые служат поддержанию жизни, не лучшим образом влияет на характер ребенка. Дети, которых постоянно обслуживают, у которых нет насущной необходимости проявлять самостоятельную активность, рискуют стать требовательными, неуверенными в себе, склонными к депрессивным переживаниям и нетерпимыми к любым неприятным, но необходимым усилиям.

Некоторые из перечисленных качеств вполне понятны. Конечно, если ребенок привыкает, что ему все приносят на блюде, он становится требовательным. Но как неуверенность в себе и склонность к депрессивным переживаниям связаны с самостоятельностью? Некоторые родители, наоборот, считают, что, не нагружая детей, они вырастят их светлыми оптимистами, ведь их детство было столь безоблачным! По замыслу родителей дети, получающие все по первому требованию, без собственных усилий должны вырасти как раз уверенными в себе, ведь им все так легко доставалось!

На практике оказывается, что это совсем не так и психологическая теория это подтверждает. Уверенность в себе и оптимизм связаны у человека с опытом реального воздействия на этот мир. И сравнительно мало связаны со словами, которые ребенку говорятся. Так, если твердить ребенку, что он «самый лучший» и «молодец», но на деле не доверять ему, не давать самостоятельно действовать, страховать от всех ошибок, то он будет расти неуверенным, несмотря на «правильные» слова. И наоборот, если не нахваливать на каждом шагу, но предоставлять ребенку реальный опыт *действий*, позволить видеть результат своих усилий, то ребенок будет становиться увереннее и оптимистичнее.

Прежде, чем ребенок сможет видеть свои успехи в академическом обучении, осознавать их пройдет много лет. А первый его опыт – освоение предметного мира вокруг себя, освоение той жизни, что окружает ребенка. И если в этой жизни он только почетный гость, которого обслуживают, но не дают самому действовать, не побуждают к этому, то он будет расти неуверенным в своих силах. Во многих семьях можно видеть, что бытовые навыки ребенка, его самостоятельность и ответственность почти не развиваются с возрастом, или развиваются столь медленно, что это резко контрастирует с уровнем возможностей ребенка. Как в три года ребенок вставал из-за стола и шел играть, а за ним убирали, так он действует и в 8 лет. В 4 года мама следила за чистотой одежды ребенка, и в 11 она ведет себя аналогично. При этом уровень недовольства ребенком может расти, родители хотят большей включенности ребенка в дела, но это ничего не меняет.

Одна из причин такого состояния дел – революционные скачки требований к ребенку. До поры до времени, ребенку не предъявляют каких – либо требований, он считается маленьким. Кроме того, действует принцип – проще сделать самому. Потом, обнаружив, что ребенок уже «большой» ему говорят, давай – ка, делай дела! Но, ни по уровню ответственности, ни по своим практическим навыкам он не готов к таким ультиматумам. Детям *действительно* трудно замечать, что их одежда мятая, что на столе оставлен беспорядок, в портфеле кавардак и школьная форма (после катания с горки) валяется мокрым комом в углу комнаты. Не то, чтобы дети этого не видели, они просто не приучены фокусировать на этом внимание, у них свои дела, это не входит в их повестку дня.

Можно вообразить себе, что взрослый и ребенок, входящие в одну и ту же комнату, видят два совершенно разные пространства. «Горячие точки», которые они замечают у них абсолютно разные. Ребенок видит недостроенный вчера замок из Лего, а взрослый мусор, насыпавшийся с ботинок. Ребенок заметит лопнувший шарик, а взрослый неубранную постель.

Для того, чтобы ребенок был больше включен в реальные дела семьи, а не только в игровое пространство своего воображения или виртуальный мир ТВ и компьютерных реалий, нужно с самого раннего возраста приобщать его к тому, что делают взрослые, давать ему небольшую часть работы. Невозможно сегодня полностью обслуживать ребенка, даже не привлекая внимания к тому, что вы делаете, а завтра вдруг объявить ему: а теперь, мой милый, сам давай! Кроме сопротивления вы ничего не получите. Так что *ключевое понятие для развития самостоятельности – эволюция. Завтра на один шаг больше, чем сегодня.*

Итак, детская самостоятельность в современном мире почти не играет практической роли. Родители прекрасно справляются со своей работой и без детей. Исключения, конечно, бывают. Это, например, многодетные семьи или семьи, живущие за счет натурального хозяйства. В таких семьях вклад каждого человека в общее дело необходим и очень важен. Но, такие семьи никогда не озабочены воспитанием самостоятельности у детей, она формируется сама собой, под влиянием обстоятельств. Контраст между образом жизни в разных семьях может быть весьма сильным. Следующая история именно об этом.

Два мира

Мария Ивановна была активной пенсионеркой, жила на даче, была председателем дачного кооператива. Несмотря на инвалидность (у женщины были серьезные проблемы со зрением) Мария Ивановна жила активно: огород, куры, общественные обязанности. На лето в гости приехал 11-летний внук. Бабушка рассчитывала на помощь внука и надеялась на то, что их отношения сложатся замечательно.

Мальчик был самым обыкновенным городским ребенком: любил посмотреть телевизор, отлично разбирался в компьютерных играх, по дому ничего особенно делать не привык, свободное время воспринимал как принадлежащее целиком ему. Мальчик не понимал, почему бабушка возмущается его образом жизни. Конечно, он делал то, о чем его просили – помогал в огороде, поливал, мыл посуду. Но сам инициативы никогда не проявлял, работал вяло, всем видом показывал, что ему тяжело, при первой же возможности садился к компьютеру. Мария Ивановна была женщиной деревенской закалки, и поведение внука просто не укладывалось у нее в голове.

Та деятельность, активность и образ мышления, которые бабушка требовала от внука, просто не были востребованы жизнью в городских условиях. Резко изменившиеся внешние требования не могли привести к изменению внутренних установок и поведения мальчика. Бабушка считала ребенка безнадежно загубленным неразумным воспитанием родителей, почти пропащим. Она видела его инертным, ничем не увлеченным, лишенным энергии и необходимой отзывчивости ребенком. Мальчик же взирал на бабушку как на враждебное и непонятное существо с другой планеты, которое непонятно зачем растет помидоры, которые можно купить в магазине.

В данном примере мальчик не обладал тем стилем мышления, который мог бы обеспечить реализацию ожиданий бабушки. Однако, если бы мальчик остался в условиях деревенского быта под влиянием бабушки на значительное время, то, возможно, его поведение могло бы измениться.

Несмотря на то, что самостоятельность детей не представляет собой насущной необходимости в современном обществе, ее стоит воспитывать для формирования жизнеспособного

характера ребенка. Выше уже упоминалась связь самостоятельности в детстве с уверенностью в себе и оптимизмом человека. Кроме этого, *развитие самостоятельности важно для способности человека в дальнейшем делать не вполне приятные, но необходимые вещи.*

Когда мы побуждаем ребенка делать нечто самому, он неизбежно сталкивается с трудностями, которые придется преодолевать. Застегнуть непослушные пуговицы, завязать шнурки, справиться с веником, навести порядок в шкафу, самому заказать еду в ресторане, посчитать сдачу, собрать портфель. Все это не так просто для ребенка, это требует навыков и сосредоточенности, волевого усилия. Множество таких мелких волевых актов в течение детства формирует определенный навык человека – делать нечто, когда проще не делать. Когда мы жалеем ребенка, ограждаем его от таких усилий, даем ему «побыть ребенком» мы оказываем ему медвежью услугу. Как неподготовленный человек не может внезапно начать побеждать на спортивных соревнованиях, так и ребенок, не поставленный перед необходимостью тренировать свой волевой аппарат, не сможет в нужный момент им воспользоваться. Привычка делать, то, что необходимо, вместо того, что хочется, облегчает трудность каждого конкретного усилия. Если человеку, привыкшему себе во всем потакать, огромным усилием представляется даже небольшое движение, вроде утреннего подъема, то человек с тренированной силой воли, например спортсмен, даже не воспринимает это как усилие. Привычка преодолевать инертность делает каждое преодоление проще. Побуждая ребенка к самостоятельности, усилиям вы не сделаете из него унылое выючное животное (как опасаются некоторые родители), а наоборот разовьете силу воли и уверенный взгляд на мир.

Для того, чтобы развить полезные и необходимые качества у ребенка, родителям не нужно делать ничего, что бы противоречило его природе. Действительно, у ребенка уже есть семена, зачатки всех качеств характера, вопрос только в том, сможем ли мы вырастить эти семена. При разумном подходе любой ребенок может проявлять доброту, чуткость, целеустремленность или самостоятельность.

Однако, непродуктивно верить в то, что эти качества вырастут у ребенка сами собой, или, что они вырастут в неблагоприятных условиях. Для того, чтобы семена проросли, требуется определенная среда, уход и солнечный свет.

Прежде, чем приступить к развитию самостоятельности ребенка, желательно верить, что то, что вы собираетесь развить, *свойственно ребенку по самой его природе, не противоречит его натуре.* В этом заключена часть успеха. Если вы предполагаете, что по природе ваш ребенок ленивый и вялый, а задача воспитания вытравить эти качества и поставить на их место полезные (инициативу и трудолюбие), то ваша задача сильно усложняется. С другой стороны, необходимо ясно представлять себе, что ваша родительская обязанность создать благоприятные условия для произрастания задатков ребенка, без этих условий (то есть ваших правильных действий) семена рискуют так и остаться в земле, под гнетом сорняков.

Вдохновлять или требовать

Многие родители не слишком обрадованы перспективой вдохновлять, мотивировать, поощрять ребенка делать то, что он ДОЛЖЕН делать. Родители рассуждают в том смысле, что есть обязанности, которые человек (ребенок в частности) просто обязан выполнять, а заигрывания и системы поощрений тут ни к чему. Что есть понятие «надо», а когда надо, то хочешь, не хочешь, а берешь и делаешь. К таким «надо» в представлении родителей обычно относятся учебные дела ребенка и работа по дому.

Логику родителей можно понять, ведь кажется, что взрослые живут именно по этому принципу. Они делают что-то не потому, что им за это обещана награда, а просто потому, что делать это необходимо. Многие родители вспоминают свое детство и то, что их никто не развлекал и не увлекал, пытаюсь заставить сделать что-то. Так и они готовы только требовать от ребенка исполнения своих предписаний и ожидают послушания.

Подобная тактика обычно оказывается недалновидной по целому ряду причин. Рассмотрим здесь главные из них.

Представление о том, что взрослые выполняют свою работу просто так, без особой мотивации попросту ошибочно. Взрослые точно так же управляются системой поощрений и наказаний, просто это более скрытая система, часто она внутри самого человека. Так, женщина, не приготовившая семье обед, будет наказана чувством вины и страхом навлечь на себя неодобрение окружающих. А приготовив этот обед, она будет вознаграждена удовольствием близких людей и чувством выполненного долга. А мужчина, не пропылесосивший в выходные квартиру, получит последствия своего поведения в виде недовольства жены, а выполнив свою работу, будет иметь все основания без чувства вины засесть вечером за просмотр ТВ. Так у любого поведения взрослого человека есть система внешних и внутренних влияний, которая эти поведением управляет.

Почему же ребенку недостаточно такой тонкой системы для того, чтобы включиться в работу? Причина в том, что у ребенка долгое время просто нет сформированной системы *внутренних ценностей*, на основании которой можно управлять поведением. Он еще плохо представляет себе, что такое чувство долга перед близкими, не имеет оформленного внутреннего образа себя, его внутренний мир не похож на мир взрослого. Этот внутренний мир формируется постепенно под воздействием опыта жизни в определенной среде, в обществе. Только усвоив с течением времени взгляды и ценности нашего общества, ребенок сможет управлять собой с помощью внутренних мотивов.

Многие идеализируют недалекое прошлое человечества, когда дети становились самостоятельными гораздо раньше, помогали родителям и никаких особых систем мотивации, плакатов, вознаграждений, договоров и заигрываний для этого не требовалось. В семье было много детей, каждый из них делал свою работу. Почему сейчас не может быть так же? Может быть, именно заигрывания с ребенком, демократия, излишние объяснения и делают детей капризными, требовательными и ленивыми. Тогда выход может видаться в том, чтобы убрать все специальные «психологические штучки», и просто потребовать от ребенка выполнения своих обязанностей. При такой линии размышления упускается из виду главный фактор, а именно вопрос – на чем в прошлые времена держался авторитет родителей? Историки детства дают однозначный ответ на этот вопрос – власть родителей всегда держалась на физическом подавлении детей, телесных наказаниях. Даже если наказание не применялось фактически его вероятность, и «шаговая доступность» делали детей более сговорчивыми, и им не требовалось дополнительной мотивации. Сегодня все больше родителей отказываются от физического наказания детей, зная о его психологических последствиях. Они не хотят возвращаться в то недавнее прошлое, когда страх ребенка перед силой родителя был главной, а часто и единствен-

ной причиной его послушания. И именно в этой точке встает вопрос – а как еще мы можем воздействовать на ребенка? Тогда появляется система альтернативной мотивации, где мы стараемся привлечь ребенка к работе на основе положительных, а не отрицательных эмоций.

Итак, чтобы ребенок начал что-то делать, его надо или заставить или замотивировать это делать. Многие родители бессознательно идут по пути «заставить», но при этом не хотят использовать грубые методы физического воздействия. Тогда активность родителя направлена на поиск карательных мер, которые будут травмировать ребенка не слишком сильно. *Наказания, репрессивный стиль (даже если при этом не используются жестоких методов) наименее удачный способ мотивации.*

Материал этой книги направлен на смену фокуса внимания родителей. Вместо того, чтобы думать, как *заставить* ребенка делать нечто, лучше подумать о том, а как сделать так, чтобы он *сам захотел* это делать. Полностью отказаться от принуждения в воспитании невозможно, но можно отвести этому принуждению скромную роль и сделать ставку на более вдохновляющие методы.

Ребенку проще научиться самостоятельному и ответственному поведению, если его сопровождают дружелюбные воспитатели, которые стараются сделать выполнение работы более приятным делом. Ребенок постепенно обучается такому подходу к работе, со временем он научится мотивировать самого себя подобным образом.

Материал этой части книги разделен на смысловые блоки, ступени, которые требуется освоить, чтобы помочь ребенку развить самостоятельность.

1 ступень. Уверенность

Чтобы самостоятельность ребенка росла, нужна родительская уверенность в его силах и необходимости развития этого качества.

2 ступень. Поддержка

Поддержка родителей позволяет инициативе детей проявиться, а первым попыткам пре-вратиться в необходимые навыки.

3 ступень. Обучение

Для большинства дел требуется обучающая помощь взрослых.

4 ступень. Границы

Без разумных и определенных границ ребенок может не проявлять свои умения, даже если они имеются

5 ступень. Образ ребенка.

Каким вам представляется ребенок, таким он и учится себя видеть. Образ ребенка в глазах родителей – важный фактор, позволяющий ему двигаться вперед.

Ступень 1. Уверенность

Почему родители боятся самостоятельности детей

Для того чтобы самостоятельность ребенка развивалась благополучно, нужна уверенность родителей в силах ребенка и стремление сделать его более самостоятельным и сильным.

Иногда, слова родителей о том, что они хотят видеть своих детей самостоятельными – скорее отражение их иллюзий, чем реальность. На самом деле, как только ребенок проявляет самостоятельность, родители начинают бояться за его благополучие. Ребенок ощущает эту тревогу, так как дети, особенно в раннем возрасте, очень чувствительны к состоянию родителей, и приучается ее избегать, то есть не действовать. Еще бы, ведь мама спокойна, только когда ребенок находится на ее коленях!

Почему же самостоятельность детей может видаться родителям опасной? Ответ очень простой: деятельность ребенка несовершенна, родители боятся, что, действуя, он принесет вред себе, окружающим или имуществу. Если он будет сам бегать, ходить не за ручку, он непременно ушибется. Если дать ему самому есть, обязательно съест очень мало и не той еды. Если позволить ему приводить себя в порядок, то все будет немытое и недочищенное, а пуговицы застегнуты не так, как надо. *Родителю проще целиком контролировать ребенка, так как результаты детской самостоятельности его не устраивают.* Или даже пугают.

Часть родителей уверены, что надо как можно дольше держать детей под тотальным контролем, отслеживать не только поступки, но и мысли, подрастающего ребенка. Только это убережет детей от опасностей и легкомысленных поступков. Многие уверены, что хорошие родители знают не только, что делает их ребенок, но и о чем он думает!

В других случаях несамостоятельность ребенка сильно связана с образом жизни его родителей, эта несамостоятельность является частью общей системы, позволяет родителям быть нужными. В таких условиях самостоятельность ребенка даже нежелательна, так как она разрушит устоявшийся уклад жизни семьи.

Женщина, обратившаяся на консультацию по поводу инертности 12-летнего подростка, помогала ему даже одеваться, так как была уверена, что сам он этого не сделает. Мальчик страдал тяжелой формой диабета, и мать панически боялась, что, выйдя из под ее контроля, он не сможет должным образом заботиться о своем здоровье. К тому же косвенно ситуация обслуживала и другую проблему: женщина страдала алкоголизмом и держалась без спиртного только благодаря постоянной физической включенности в уход за ребенком и его обучение. Рост самостоятельности ребенка в такой ситуации был невозможен, так как он развалил бы всю систему: как только ребенок хоть немного выходил из – под контроля, это резко повышало тревогу матери. В ситуации тревоги она начинала употреблять алкоголь, а контролировать себя могла только благодаря постоянному обслуживанию ребенка. Когда женщина была при ребенке, она удерживалась от алкоголя, не желая наносить ему вред.

Так, обслуживая систему жизни в семье, ребенок загонялся в положение беспомощного, крайне несамостоятельного существа.

Чтобы передавать ребенку ответственность, учить его самостоятельности, родители должны чувствовать важность этих качеств. Как ни странно, в глубине души родители уверены, что самостоятельность опасна, дети обязательно натворят чего – то непопозаженного, как

только дать им свободу. А самостоятельность ведет именно к свободе ребенка. Многие родители верят, что только в совершенно зависимом состоянии дети в безопасности и находятся на верном пути. Если ребенок проявляет много самостоятельности (сам себя обслуживает, несет ответственность за свои дела), естественно его надо отпускать от себя все дальше, а это многим непереносимо страшно. Вот и получается, что в душе у родителей сидит страх, что самостоятельный ребенок потенциально более независим, а значит в опасности. И они готовы терпеть то, что ребенок не в состоянии сам есть, одеваться, следить за своими вещами и уроками, внешним видом. Зато он при родителях, ему не грозят опасности, связанные с независимостью.

Несамостоятельность, зависимость детей также сопряжена с опасностями, однако они не так заметны и часто отсрочены, так что обратная связь родителям зачастую приходит слишком поздно.

Несамостоятельные дети на протяжении всего детства, периода крайне важного для формирования человека, получают опыт беспомощности в этом мире. Они всегда окружены людьми, которые более состоятельны, чем они. Такой опыт накладывает серьезную печать на их самооощение во взрослом возрасте. Вырастая, они продолжают видеть себя беспомощными и испытывают настоящие трудности при необходимости вести взрослую, ответственную жизнь.

Несамостоятельные дети испытывают на себе груз родительских благодеяний вместе с большими, но часто скрытыми ожиданиями благодарности за повышенную заботу. Родители, которые полностью обслуживают ребенка, часто не хотят допускать взросления детей, стремятся привязать их к себе, обвиняют за попытки отделиться от родителей. Слишком тесная связь детей с родителями часто в своей основе имеет противоречивые или даже враждебные чувства друг к другу.

Несамостоятельные дети могут впоследствии иметь неадекватные требования к окружающим. Это могут быть требования постоянной заботы от других, защиты или даже служения себе. Постоянная зависимость от других порождает внутренне противоречивое отношение к этим «другим». С одной стороны это ожидание помощи и защиты, а с другой попытка отделить себя, нежелание подчиняться на основе зависимости. То противоречивое отношение, которое человек формирует в детстве, он привнесет и в свои отношения с людьми во взрослом возрасте.

Дети с низко развитой самостоятельностью, часто формируют пессимистичный характер и неустойчивую самооценку. Развитие оптимистичного взгляда на мир тесно связано с пониманием того, а что *я могу* в этом мире. Низкая ответственность и самостоятельность не дает ребенку почувствовать себя уверенно в процессе взросления.

Задача родителей не в том, чтобы постоянно давать что-то ребенку, обслуживать его, а в том, чтобы научить его обслуживать себя самому.

«Дай человеку рыбу, и он будет сыт один день. Научи его ловить рыбу, и он будет сыт всю жизнь!»

Древняя пословица

Как правило, несамостоятельные дети растут в семьях, где можно видеть излишне тесные, симбиотические отношения между ребенком и родителем. Другой вариант – чрезмерный контроль над действиями ребенка.

Родители в таких семьях часто придерживаются следующих убеждений:

- *нужно знать все, что делает и о чем думает ребенок*
- *самое лучшее время для родителей – младенчество ребенка*
- *нужно как можно дальше держать ребенка в стороне от жизненных трудностей, если они его травмируют*
- *самое главное, чтобы у ребенка было беззаботное детство*
- *ребенок должен дружить с теми детьми, которые нравятся его родителям.*

Если в приведенных утверждениях вы узнали свои убеждения, то вполне возможно, вы сталкивались с трудностями в приучении ребенка к самостоятельности.

Что можно ожидать от ребенка

Часто родители, которые стремятся привить детям самостоятельность, задают вопрос – *а что может ребенок сделать сам? Как мне узнать, какие действия можно поручить ребенку в определенном возрасте, а какие он выполнять не готов, не дорос.*

Действительно, в современном мире ребенка часто воспитывают достаточно замкнуто, в семье бывает 1–2 ребенка, у родителей просто нет достаточных знаний о детях, представлений об их возможностях. Поэтому закономерно возникают сомнения по поводу того, чему учить ребенка, что требовать от него. Хорошо от рождения до года: популярная литература по воспитанию пестрит таблицами с нормами относительно того, что на каком месяце должен уметь ребенок. Не важно, что реальные дети редко в эти нормативы укладываются. Главное есть ориентир, который в разных случаях выступает то поводом для гордости (если ребенок опережает «нормативы»), то поводом для беспокойства (если ребенок «отстает от нормы»).

Понятие «нормы» само по себе коварно. Во все времена нормы различны, то, что было нормой для детей 50 лет назад, сегодня представляется слишком смелым. То, что нормально для крестьянского ребенка прошлого века невозможно себе представить в современных условиях. То, что является нормальным для культуры одного народа, представляется неприемлемым для другого народа.

Существует большая разница между тем, что МОЖЕТ сделать ребенок в связи со своим уровнем развития, и что он ДЕЛАЕТ в рамках культуры данного общества. Возможности детей во много раз выше того, что требует от них современная культура. И дело не в том, что дети обленились, ничего не хотят делать самостоятельно и сели на шею родителям. Дело в том, что наша культура не создает условий, не требует от детей развития некоторых способностей.

Для наглядности рассмотрим несколько ярких примеров. Как известно, Аркадий Гайдар в 17 командовал полком, уже имея солидный боевой опыт. Его судьба не была уникальной, во времена Гражданской войны молодые командиры встречались нередко. В современном мире 17-летние юноши не всегда получают от родителей право самостоятельно отправиться в вуз на день открытых дверей. Считается, что им не удастся сориентироваться в сложной обстановке. Юноши часто плохо ориентированы и в бытовых вопросах, не умеют готовить себе еду, ухаживать за вещами. Также родители часто препятствуют их духовным поискам (стремлению дружить с кем хочется, слушать свою музыку и проч.).

10-летние дети, как правило, считаются еще весьма незрелыми, их почти всегда провожают в школу, часто они не выполняют никакой домашней работы, нередко родители помогают с уроками. Интересные, на взгляд нашего современника абсолютно экзотические сведения о детях имеются в этнографической литературе.

Обобщая имеющиеся материалы по жизни детей в примитивных обществах, известный историк, М. О. Косвен пишет: "С необычайно раннего возраста дети, в особенности мальчики, становятся в значительной мере самостоятельными, уже с 3–4 лет мальчики большую часть времени проводят со своими сверстниками, начинают по – своему охотиться, ставят западни на птиц, умеют уже управлять лодкой. В 6–8 лет они часто живут почти совершенно самостоятельно, нередко в отдельной хижине, ведут более сложную охоту, ловят рыбу и пр. В охоте дети проявляют замечательную выдержку и изобретательность. Вот два примера охоты маленьких охотников Конго: лежа на спине, они держат на ладони

вытянутой руки немного зерен и часами терпеливо ждут, пока птица не прилетит поклевать, чтобы в тот же момент зажать ее в руке. Другой пример: к ветке дерева, на которой имеют обыкновение резвиться обезьяны, привязывается веревка, конец ее держит один из притаившихся внизу мальчиков. Уловив момент, когда обезьяна собирается прыгнуть на привязанную ветку, мальчик отдергивает ее вниз, и обезьяна падает на землю, где ее добивают маленькие охотники".

Интересные сведения приводит и знаменитый путешественник Миклухо Маклай:

«Мне частенько приходилось видеть комичную сцену, как маленький мальчуган лет четырех пресерьезно разводил огонь, носил дрова, мыл посуду, помогал отцу чистить плоды, а потом вдруг вскакивал, бежал к матери, сидевшей на корточках за какой-нибудь работой, схватывал ее за грудь и, несмотря на сопротивление, принимался сосать».

Современный же быт четырехлетних детей состоит преимущественно из игрушек, колясок, часто квартира оснащена всевозможными средствами безопасности.

Стоит вспомнить и длительный период эксплуатации детского труда, продлившийся вплоть до начала 20 века и существующий сегодня в некоторых странах. Дети с 4–5 лет были вынуждены тяжело работать, чтобы обеспечить свое пропитание.

Конечно, выше приведены наиболее эффектные примеры. Не во все эпохи и не у всех народов жизнь требовала такой самостоятельности детей. Однако, такие сравнения проливают свет на вопрос – а что *может* делать ребенок?

Ребенок по своим природным возможностям может делать очень многое. Очевидно, вопрос должен стоять несколько иначе. *Какие дела родители хотели бы передать ребенку?*

Три области самостоятельности

Для удобства задачи, которые предположительно стоят перед ребенком можно разделить на три области.

Я сам, мое тело. Сюда входит все, что касается контроля и ухода за своим телом.

Мои вещи. Это все вещи, которыми пользуется ребенок.

Дела семьи. Дела и задачи, которые стоят перед всеми членами семьи.

Изначально родители контролируют все три области. Постепенно самостоятельность ребенку передается, начиная с области *Мое тело*. Одновременно самостоятельность передается и в двух других областях (*Мои вещи, Дела семьи*), однако тут требования всегда немного отстают. Так первоначально от ребенка требуется освоение правил гигиены, затем все большее участие в уборке своих вещей, а затем и разделение обязанностей по общим делам семьи.

1 год – примерный уровень самостоятельности

Мое тело: самостоятельно передвигаюсь, поднимаюсь, когда падаю, определяю, сколько мне съесть, могу помыть руки.

Мои вещи: с помощью мамы складываю игрушки, могу по просьбе положить на место предмет одежды

Дела семьи: нахожусь при маме, когда она работает, могу делать что-то вместе с ней.

4 года – примерный уровень самостоятельности

Мое тело: самостоятельно передвигаюсь, мою руки, чищу зубы под присмотром родителей, умею одеться и раздеться самостоятельно.

Мои вещи: умею убирать игрушки, тарелку после еды, могу сложить одежду, отнести на место личные игрушки после прогулки

Дела семьи: накрываю с мамой на стол, помогаю раскладывать покупки, стираю со стола после обеда

8 лет – примерный уровень самостоятельности

Мое тело: определяю, как мне одеться, слежу за внешним видом, умею оказать себе первую помощь при небольших порезах, знаю основы здорового питания

Мои вещи: слежу за школьными принадлежностями, убираю комнату раз в неделю под руководством папы, слежу за чистотой своих вещей

Дела семьи: могу приготовить простую еду, помыть посуду, заказать пиццу, убираю ванную.

Как можно заметить в этих приблизительных списках, развитие самостоятельности происходит одновременно в трех областях. Сначала большая часть энергии ребенка тратится на уход за своим телом и это естественно. Ребенок, ухаживая за собой, вносит вклад в общее дело семьи, освобождая домочадцев от этой части забот. Приблизительно до 3–4 лет основной фокус внимания ребенка в развитии самостоятельности находится в области самообслуживания. Затем, освоив основные приемы и правила в этой области, он может уже больше уделять внимания тому, что находится непосредственно рядом с ним, вещам, которыми он пользуется (*Мои вещи*). И, хорошо освоив контроль над областью личных вещей, ребенок уже активнее переходит в область *Дела семьи*. Таким образом, вектор движения направлен от себя, своего тела вовне к вещам и делам, общим с другими членами семьи. Так происходит постепенное освоение ребенком окружающего пространства.

Обратите внимание, что на всех этапах присутствуют все три области, просто они находятся в разных пропорциях. Если в начале пути основной упор делается на самообслуживание, то впоследствии, ближе к подростковому возрасту, ребенок все активнее включается в области, объединяющие его с другими членами семьи (*Мои вещи, Дела семьи*).

Даже самые маленькие дети способны помогать. Кстати, маленькие даже больше, за счет стремления к имитации деятельности взрослых, подражания. Многие мамы двухгодовалых детей прямо не нарадуются тому, что ребенок помогает им во всем по хозяйству. Не стоит видеть в такой помощи особенной сознательности, ребенок просто играет в вас, подражает. Когда он наиграется, вас может ожидать разочарование, ребенок помогать перестанет. Только целенаправленные усилия, побуждение ребенка к работе принесут результат.

Практика

Следующее упражнение поможет вам рассмотреть реальную картину того, что сейчас делает ваш ребенок и спланировать ближайшие изменения.

Разделите на три области все дела, которые делает ребенок в вашей семье:

Шаг 1. Ребенок делает сейчас

Мое тело

Мои вещи

Дела семьи

Шаг 2. Дела, которые планируется передать ребенку в течение ближайших нескольких месяцев.

Мое тело

Мои вещи

Дела семьи

Как побудить ребенка делать то, что необходимо делать

Есть два вида воздействий, которые обычно занимают большую часть родительского репертуара.

Принуждение

Принуждая ребенка сделать нечто, родитель просто ставит его в такие условия, когда не выполнить дело невозможно. Например, говорит ему, пока кашу не доешь, из-за стола не выйдешь.

Недостатки метода налицо. Во-первых, страдают отношения с ребенком, родитель играет роль надсмотрщика, которая не способствует теплым взаимоотношениям с ребенком.

Во-вторых, принудить ребенка не так просто, так как далеко не всегда можно найти что-то, что заставит ребенка действовать. По – настоящему трудно заставить ребенка учиться, проявлять внимательность, не обижать кого – то, если он сам в этом не заинтересован. Родитель в таком случае постоянно занят изобретением методов шантажа ребенка («если ты, то я...»). Чем старше и свободнее в своих выборах ребенок, тем сложнее родителю удерживать контроль. Если трехлетнего ребенка еще можно насильно удержать за столом, то уже с шестилетним это проблематично.

И третий недостаток метода принуждения заключается в том, что он требует постоянного контроля и присутствия родителя. Если у ребенка, чтобы делать нечто нет других оснований, кроме внешнего контроля, то в отсутствии такого контроля он не будет делать то, чего от него хотят взрослые. Так, ребенок может делать уроки, пока вы сидите рядом и ничего не делать, как только вы отходите.

Принуждение является широко распространенным и не самым удачным методом воздействия на ребенка.

Принуждение опирается на *наказание*, реальное или предполагаемое. Критика, крик родителя, лишение удовольствий, нотации, штрафы, физическое воздействие, отвержение ребенка – все это разновидности наказаний для ребенка.

В случае, если родители используют принуждение, они, безусловно, могут добиваться от детей конкретных действий. Но дети делают то, что от них требуется, что называется, из-под палки. Родителей редко устраивает такое положение вещей, они бы предпочли, чтобы дети сами хотели с ними сотрудничать, проявляли энтузиазм или, во всяком случае, не проявляли враждебности. Но, в таком случае, родителям стоит подумать о других методах.

В процессе взаимодействия с ребенком, выбирая, как отреагировать на его, допустим, неправильное действие полезно думать не столько о сиюминутном результате, сколько о долгосрочной перспективе. Можно добиться результата, и это будет «успех», но успехом в долгосрочной перспективе он не является, так как воспитательное воздействие пагубно сказывается на формировании характера и отношениях с ребенком. Так маленького ребенка можно заставлять слушаться силой, по мере взросления все более совершенствуя методы наказания. И с точки зрения сиюминутного результата это будет «успех», так как дисциплинарные задачи выполнены, и ребенок слушается. Но с точки зрения влияния на характер ребенка такая тактика может обернуться провалом, так как он может расти запуганным или чрезмерно агрессивным.

Неактуальные объяснения

Другая плохо работающая попытка воздействия на детей – это неактуальные объяснения. Многие родители знают, как важно все объяснить ребенку, чтобы он, наконец, понял и стал действовать правильно. Но говорить так, чтобы это было понятно и, главное, актуально для ребенка, родители не умеют. Они что-то поясняют ребенку, исходя из *своих* интересов, из *своего* понимания мира и того, что такое хорошо и что такое плохо. Так родители не учитывают интеллектуальное, социальное развитие ребенка, то, чего ребенок хочет, к чему стремится. И на свет рождаются те самые неактуальные для ребенка объяснения, которые не могут мотивировать его к изменению поведения. При этом родители, как правило, обвиняют ребенка в том, что он не меняется, несмотря на старания родителей.

Мама 8-летнего Бориса обратилась к психологу с типичной для этого возраста проблемой, мальчик не делал самостоятельно уроки, часто отказывался делать их и в обществе родителей. Чтобы изменить поведение сына, женщина старалась объяснить ему, почему важно учиться. Подобно многим родителям, она указывала на необходимость учения для будущего мальчика. Как продвинутая мама, она сообщала ребенку о своих чувствах, говорила, как раздражает и пугает ее ситуация с уроками. Она регулярно спрашивала у сына, что он себе думает, почему не собирается браться за ум. Все было бесполезно, мама решила, что ее надежды на объяснения и идеологическую работу были эфемерны, надо было быть строже с самого начала. Все родственники были настроены похожим образом, в семье считалось, что мальчик избалован, испорчен чрезмерно демократическим стилем воспитания матери.

В этом примере, многие родители, наверняка, узнали себя. Мать уверена, что она использует гуманистические методы и взывает к внутреннему миру ребенка, к его разуму и душе. Но, так ли это? Если разобраться, то можно увидеть, что это далеко не так. Мать не находится в *диалоге* с сыном, не стремится понять его, а просто проговаривает правильные слова в надежде, что они сработают на основании того, что они «правильные». Что стоит за отказом ребенка делать уроки? Почему мальчик глух к материнским словам, и что он переживает во время стычек насчет уроков, для матери остается непроявленным. А ведь только на основании этого можно размышлять о том, что предпринять, чтобы ситуация улучшилась.

Разумный диалог с ребенком

Разумный диалог с ребенком включает несколько составляющих. Это, прежде всего внимание к внутреннему миру, его переживаниям, желаниям, потребностям ребенка.

- *Поговорите с ребенком о нем самом, его чувствах и переживаниях.*

Многие родители путают понятие «внимания» к потребностям ребенка с понятием «потакания» этим потребностям. Для таких родителей *обратить внимание* на то, что чувствует ребенок и *удовлетворить его желание* – одно и то же. Однако, это совсем не так и внимание к потребностям означает понимание того, что хочет ребенок, а вовсе не скорейшее удовлетворение его желаний.

Для того, чтобы влиять на поведение ребенка, нужно понимать его внутреннюю мотивацию и действовать с учетом ее.

- *Помогите ребенку размышлять о последствиях его поведения.*

Детям вплоть до подросткового возраста, а часто и гораздо позже трудно обдумывать отдаленные последствия их поведения. Особенно, если эти последствия для них звучат неопределенно. Так, например, фразы родителя: «Все от тебя отвернутся!», «Будешь всю жизнь курьером работать!», «Ты что, хочешь дебилом вырасти?!» и т. п. не вызывают в душе ребенка ничего, кроме скуки, раздражения и желания избавиться от назойливых поучений.

Для того, чтобы ребенок вас понял, ваши слова должны быть непосредственно связаны с его опытом.

Мама Иры, девочки 10 лет была озабочена тем, что дочка неопрятна. Девочка часто забывала привести себя в порядок, ковырляла в носу, могла надеть грязные вещи, забывала постричь ногти. Мама, поняв, что критика и методы принуждения работают плохо, обратилась к девочке вот с каким разговором. Для начала она поинтересовалась, есть ли в окружении девочки дети или взрослые, которые ей физически неприятны. Оказалось, что Иру раздражали двое одноклассников: одна девочка очень неопрятно вела себя на завтраке, а от мальчика неприятно пахло. Потом вместе с мамой Ира сформулировала десять наиболее неприятных для людей внешних качеств (туда вошло и ковырание в носу, и мятая одежда, и неприятные запахи и много прочего). Потом мама задала вопрос, как так получается, что к кому – то липнет все неприятное, а кто – то этого избегает. Ире пришлось признать, что дело упирается в уход за собой. Потом мама с дочкой честно поговорили о том, почему ухаживать за собой неохота. Мама признала, наконец, реальность девочки – уход за собой Ира искренне считала делом второстепенным, нужным маме, а ей самой почти что бесполезным. Нелегко было маме не начинать тут же воспитывать дочку, переубеждать и стыдить ее.

Разговор имел результаты, правда Ира не начала тут же самостоятельно ухаживать за собой, но теперь спокойно относилась к маминым напоминаниям, чаще проявляла инициативу.

• *Обратите внимание ребенка на то, как его действия влияют на отношения с важными людьми.*

Объясняйте, как некоторые действия укрепляют связи, а другие могут создавать напряжения между людьми. Так, если не помыть за собой тарелку, то мама рассердится, если разогреть папе ужин, он будет благодарен, а бабушка будет безмерно счастлива, если помнить, какие цветы она любит больше всего.

Те действия, которые хорошо влияют на отношения, становятся для ребенка желательными. С помощью поведения, которое одобряют окружающие, он может укрепить свои отношения и сделать свою жизнь комфортнее. Об этом можно прямо говорить с ребенком вместо того, чтобы бесконечно втолковывать ему «что такое хорошо и что такое плохо».

• *Создавайте у ребенка ценности.*

Создайте ценность хорошо выполненного дела. Выполняя какую – то работу рядом с ребенком, вместе с ним, привлекайте его внимание к тому, что хорошо выполненное дело доставляет удовольствие само по себе.

«Ни одна область человеческой жизни не является столь незначительной или ничтожной, чтобы не стать источником художественного вдохновения... самая неприметная вещь, выполненная совершенно, увеличивает красоту этой земли...»

Густав Климт

Можно научить ребенка получать больше удовольствия от скучных, но необходимых вещей, если обратить его внимание, что законченное дело – настоящее порождение нового в мире. Заканчивая дело, даже самое маленькое, вы производите какой – то «продукт». Чистые ботинки, почищенная картошка, выполненное упражнение, причесанные волосы, нарисованный рисунок, сложенные вещи... Научите ребенка воспринимать законченные действия, как вклад в гармонию и красоту мира.

Накрывая с ребенком стол, обратите его внимание на то, что аккуратно расставленные приборы, красивая скатерть и цветы на столе – настоящее маленькое чудо, которое может доставить удовольствие всей семье. И дело не ограничивается тогда простым доставанием приборов для еды. Такой подход дает новое ощущение домашней работы.

Делая с ребенком школьное упражнение, обратите его внимание на то, как здорово, что его новые умения (например, знание таблицы умножения на семь) превращаются в столбики решенных примеров. Тогда решение примеров будет не просто скучным и сложным делом, а результатом лично добытого знания.

Перемывая с ребенком посуду, обратите внимание на то, как в результате ваших действий начинает сиять то, что до этого было неприятным и мутным. А при взгляде на сверкающие чистотой чашки у любого хотя бы немножко улучшится настроение. Так мытье посуды станет не просто возней с грязными тарелками, а созиданием чистоты и гармонии.

Когда вы моете велосипед после прогулки по лесу, обратите внимание ребенка, что вы возвращаете вашему верному «железному коню» блеск, и он как новенький будет ждать вас для новых подвигов. Тогда ваша работа станет – приданием блеска, а не отмыванием грязи.

Для того, чтобы успешно освоить **1 ступень. Уверенность**, нужно иметь убежденность, что:

- *Самостоятельность абсолютно необходимое, полезное для ребенка качество.*

Самостоятельность, способность действовать в мире, ответственность за собственные действия полезны не только в бытовой жизни. Они влияют на качества характера и мнение ребенка о себе. Прежде всего, на самооценку ребенка, его уверенность в себе.

- *Самостоятельность достижима, так как каждый здоровый ребенок имеет все необходимое, чтобы становится независимым от родителей.*

Нет детей от природы «несамостоятельных», это взрослые делают их такими, как правило, следуя собственной скрытой выгоде, которую сами не всегда осознают.

- *Самостоятельность безопасна, ребенок в состоянии нести за себя ответственность, как существо, наделенное жизненной силой и умением приспособливаться.*

Ребенок приспособится и научится действовать в мире, благодаря качествам, которыми наделила его природа: стремлению к безопасности, умению адаптироваться, отвечать требованиям среды. Ограничивая его активность, тотально контролируя его действия, можно эти природные данные ослабить, или вовсе погубить.

Обучение самостоятельности не то же самое, что бесконтрольность. Передача самостоятельности – это постепенный процесс, в котором ребенок бережно сопровождается родителями. Но в этом процессе ребенок учится опираться на себя сам.

Ступень 2. Поддержка

Здоровое стремление к росту и самостоятельности

Каждый здоровый ребенок проявляет стремление к самостоятельности. Это очень ценные ростки, которые нужно увидеть и не затоптать, бросаясь защищать ребенка от невзгод.

Самостоятельность ребенка обычно рождается раньше, чем у родителей созревает необходимость передавать ребенку ответственность за мелкие бытовые дела, самообслуживание или обучение. И погубить эту самостоятельность, к сожалению, можно тоже довольно рано.

Семья (мама, папа и полуторагодовалая девочка) обратилась за консультацией по поводу истеричного, тиранического характера ребенка и полной неспособности девочки хоть что-то сделать самостоятельно. Девочка отказывалась ходить даже на небольшие расстояния, требовала подавать ей вещи, распоряжалась тем, куда встанут, что будут делать родители. Во время моего разговора с мамой девочка начала карабкаться на детский велосипед – коляску. Как только девочка столкнулась с первой микроскопической трудностью (ее нога сорвалась с того места, на которое она собиралась опереться) мать тут же «пришла на помощь». Она ловко, одним движением посадила девочку на велосипед, предполагая, что девочка хочет этого. Женищина полагала, что цель ребенка была именно такая – взгромоздиться на средство передвижения. И она искренне помогла в этом девочке.

Затем девочка слезла с велосипеда и начала забираться на диван, чтобы достать книжку. И тут отзывчивая мама (которая, действительно, была именно такой), подвинула ей книжку, чтобы девочке не напрягаться.

В обоих случаях мама искренне считала, что главное для ребенка – с минимальными усилиями получить желаемое. Тогда как настоящая задача ребенка – получить опыт самостоятельного действия, опыт своей маленькой победы, влияния на мир. Мама действовала автоматически, помогая ребенку, не имея представления, что своими руками создает проблемы и себе и ребенку на будущее.

Инициатива губится не только у малышей. С детьми постарше такое также случается.

В семье Димы, мальчика 7 лет, мама не работала, занималась ребенком. Мальчик был воспитанный и разумный, правда несколько отстраненный, и иногда необоснованно упрямый, что беспокоило родителей. Однако, мама относилась эти качества на счет особенностей «мужского» характера.

«Никогда от него ничего не узнаешь, настоящий мужчина!», «Если сказал – не буду делать, то уж все, ни за что не будет! Мужской характер, у него и папа такой, ничего не добьешься!». Так объясняла мать особенности сына.

Причиной обращения к психологу послужили трудности в обучении, невнимательность, несобранность мальчика, «витают в облаках».

Мама Димы имела активный и властный характер, с самого первого дня школьного обучения она была досконально в курсе всех школьных дел мальчика. «Ну, что нам сегодня задали?» такой фразой женищина начинала подготовку домашнего задания. Она раскладывала тетради, сидела

с мальчиком, проговаривала все задания, затем складывала портфель и отправляла ребенка учиться в школу. Правда иногда ей это надоедало, и она требовала, чтобы мальчик делал все сам, но у него не было ни навыков самостоятельной работы, ни понимания того, зачем ему это надо. Мама же все сделает, не даст получить тройку, ничего не забудет положить, всегда подстрахует. И Дима просто сидел или играл в ответ на мамыны требования проявить самостоятельность в уроках. Конечно, допустить несделанных уроков мама не могла, терпела, сколько возможно, а потом весь вечер уроки делались в привычном режиме.

Многие родители жалуются на полнейшее отсутствие инициативы и стремления к самостоятельности у детей. Их детям какие – то движения в этой области несвойственны. Часто это очень активные и настойчивые родители, которые своей активностью просто душат инициативу детей, не дают возможности ей проявиться. Например, родители водят дошкольника на 4 вида занятий (рисование, английский, подготовка к школе, танцы) и сокрушаются о том, что «он сам ничего не хочет, все из – под палки», «ничем не интересуется», «от всего отказывается». В такой ситуации у ребенка просто нет пространства для проявления собственных устремлений. И элементарно не хватает времени и психического ресурса, чтобы переработать ту многочисленную информацию, которой его пичкают взрослые. В этом случае ребенок своим отказом от занятий, пассивностью пытается защитить себя от избытка информации. Родители же ждут от него, что он будет гореть желанием заниматься все больше и больше. Такие дети бывают, но это встречается редко. Обычный ребенок в ответ на множество инициированной родителями активности просто свернет свою собственную активность, станет инертным.

Та же ситуация складывается в бытовой жизни ребенка. Избыток родительской активности гасит активность ребенка, не дает ей развернуться. Часто родители даже не замечают детской потребности в самостоятельности, инициативы, так как сами чрезмерно деятельны.

В других случаях родители видят активность ребенка, понимают, что он стремится сделать сам. Но не имеют достаточно терпения, чтобы дать активности превратиться в навык. Ведь действия ребенка несовершенны, а это раздражает родителей. И в результате, можно услышать фразы:

«Не трогай, я сама лучше сделаю» (про пуговицы, которые ребенок, скорее всего, застегнет криво)

«Стой спокойно, я тебе руки вытру» (про испачканные руки, который ребенок сам – то уж, наверняка, не сможет вытереть!)

«Без меня не начинай, приду, вместе напишем!» (про домашнее задание).

«Оставь, я тут сама вытру!» (про лужу сока, который разлил ребенок).

Скрытые послания родителей

Иногда пассивность детей, отсутствие стремления сделать нечто, проявить самостоятельность – следствие скрытого послания (*директивы родителей*) – «Не делай» или «Не делай это сам».

Скрытыми эти послания называются потому, что они не всегда оформлены в прямых высказываниях родителей, как правило, передаются косвенно, часто через язык тела.

В ряде случаев, послания все же проговариваются, как в приведенных выше примерах. Вот другие высказывания, которые транслируют ребенку директиву «Не делай!».

Откуда только руки твои растут!

Не лезь, сиди тихо!

Не ходи туда, убьешься!

*Прекратите носиться, все ноги переломаете!
Не трогай, ломаешь!
Ну, вечно все испортишь!
Инициатива наказуема.*

С этими и подобными фразами ребенку передается установка на пассивность, внушается, что наилучшее, что можно сделать – это сидеть тихо.

Наиболее мощно данная директива передается через невербальный канал: языком тела, интонацией голоса, взглядом, поступками родителей. Родители, транслирующие директиву «Не делай» на невербальном уровне передают ребенку, что его деятельность нежелательна, приводит к неприятностям, сильно тревожит родителей. Чем в более раннем возрасте ребенок получает такой опыт, тем больше повлияет такая установка на ребенка. Первая активность ребенка, его первые передвижения, инициатива могут восприниматься родителем негативно, как попытка разрушить пространство его жизни или намерение ребенка нанести себе непоправимый ущерб. Если языком тела родитель передает ребенку тревогу или враждебность, то ребенок может воспринимать это как директиву «Не делай».

Мама годовалой Даши с трепетом относилась к первым передвижениям девочки по квартире, ей все казалось опасным: острые углы, скользкий пол, предметы, к которым девочка активно тянулась. Женищина совсем забросила дела по дому, все ходила за девочкой, страховала каждый шаг. Папа Даши тоже не отставал, на любой ушиб девочки реагировал бурно, ругал жену за невнимательность, требовал медицинского вмешательства. Девочка, по мнению родителей, была неловкая, все время ударялась при падениях. В семье были все возможные приспособления для страхования передвижения детей: ходунки, манеж, специальные помочи для вождения ребенка, барьеры, перекрывающие пространства. На улице с девочкой преимущественно гуляли в коляске, в которой она была пристегнута надежными ремнями. На детской площадке мама также страховала каждый шаг ребенка, держала за руку, скатывала с ней со всех горок.

Одной из важных причин, доведшей до предела тревожность женщины, была пережитая во время беременности тяжелая потеря (во время беременности у женщины умерла мать). Мама Даши почти сто процентов времени пребывала в большой тревоге за жизнь ребенка.

Со временем уже подросшая девочка проявляла минимум активность не только в том, что касалось ее передвижений, но и в других областях.

В приведенном примере мы видим очень раннюю и передачу ребенку директивы «Не делай».

Нередко сами родители не осознают, что передают ребенку, послание «Не делай» именно из-за скрытого характера этого послания. Тревога за ребенка или излишняя слитность с ним могут являться причиной того, что он проявляет мало активности, не стремится стать самостоятельнее.

Три тенденции в характере отношения родителей к детям особенно способствуют передаче директивы «Не делай»:

1. Симбиотические отношения с ребенком.

При таких отношениях родитель чувствует ребенка как бы частью самого себя, живет с ним излишне взаимозависимой жизнью. Симбиоз между матерью и младенцем естественен, но он должен убывать по мере взросления ребенка. Если же родитель (чаще мать) не отпускает

ребенка, стремится слиться с ним, то можно говорить о симбиотическом характере отношений далеко за пределами младенческого возраста.

В таких случаях родитель склонен подавлять активность ребенка, подменять ее своей активностью, дискредитировать самостоятельность ребенка. Все это делается, как правило, бессознательно, родитель поддерживает статус-кво – симбиоз с ребенком – любой ценой. Директива «Не делай» или ее разновидность «Не делай сам» становится для участников симбиоза гарантией того, что их эксклюзивные отношения не будут нарушены.

2. Гиперконтроль над ребенком.

Это тенденция авторитарных родителей, стремящихся обеспечить тотальную власть в отношении ребенка. Родители (или один из них) активно реализует контроль над ребенком, стремясь подавить всю его инициативу, как в действиях, так и в мышлении.

В таком случае директива «Не делай» или ее разновидность «Не делай, пока я не скажу» выступает дополнительным средством контроля.

3. Повышено тревожное отношение к ребенку.

Такое отношение может выступать причиной двух первых тенденций, но может существовать и автономно, не переходя в гиперконтроль или симбиоз с ребенком.

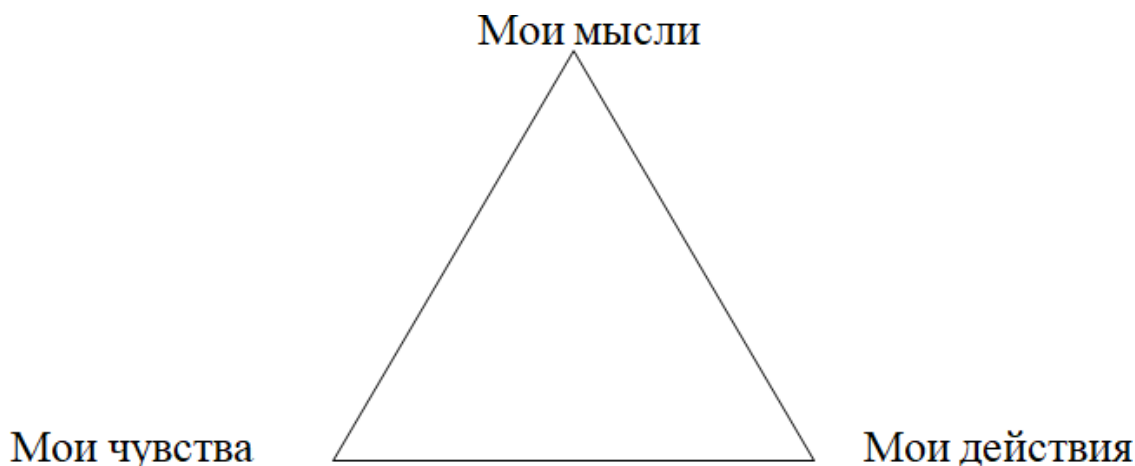
Повышенная тревожность родителя заставляет его постоянно волноваться, что с ребенком нечто произойдет. Ребенок считывает эту тревогу, она его беспокоит, он как бы заражается тревогой родителя. И уходя от *собственных дискомфортных ощущений*, которые он подцепил от постоянно беспокоящегося родителя, приучается не действовать. Родитель выступает в данном случае своеобразным индуктором тревоги, причиной повышенной тревожности ребенка. А результатом повышенной тревожности ребенка становится естественное ограничение его активности. Так директива «Не делай» может передаваться ребенку без единого слова запрета, *через состояние родителя.*

Самоанализ

В течение одного дня наблюдайте за своим отношением к активности ребенка. Подойдет любая деятельность ребенка: поведение за столом, приготовление уроков, умывание, прогулка, просмотр ТВ, работа по дому, уход за домашним питомцем, игра, разговор с приятелем и т. д.

Проанализируйте свои наблюдения по следующей схеме.

Шаг 1. Запишите результаты самонаблюдения с помощью схемы.



Шаг 2. Проанализируйте ваши полюса Мысли, Чувства и Действия с помощью шкалы. Поставьте отметку в том месте, которое соответствует характеру ваших Чувств, Мыслей, Действий.

Негативные

Нейтральные

Позитивные

Шаг 3. Определите для себя, как ваши реакции (в том числе и внутренние) влияют на активность ребенка: стимулируют ее, притормаживают, гасят, возможно, никак не влияют. Насколько данная картина соответствует вашим интересам, главным целям?

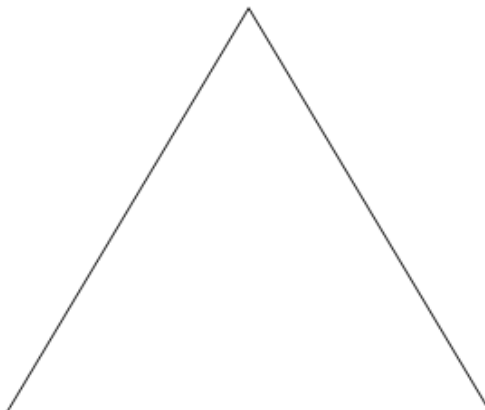
Важно брать не менее 5 ситуаций для анализа, так как ваше воздействие на ребенка в разных ситуациях может быть различным. Хорошо, если удастся определить в каких ситуациях вы более склонны реагировать подавляюще, а в каких поддерживаете активность ребенка.

Пример выполнения упражнения

Деятельность ребенка – убирает со стола.

Шаг 1. Запишите результаты самонаблюдения с помощью следующей схемы

**Мои мысли: опять в облаках витает, сейчас
опять что-то забудет и пойдет играть**



**Мои чувства:
раздражение,
нетерпение**

**Мои действия: молчу,
сдерживаюсь**

Шаг 2. Проанализируйте ваши полюса Мысли, Чувства и Действия с помощью следующей шкалы.

Поставьте отметку в том месте, которое соответствует оттенку ваших Чувств, Мыслей, Действий

Мысли:

Негативные

Нейтральные

Позитивные

Чувства

Негативные

Нейтральные

Позитивные

Действия

Негативные

Нейтральные

Позитивные

Шаг 3. Определите для себя, как ваши реакции (в том числе и внутренние) влияют на активность ребенка: стимулируют ее, притормаживают, гасят, возможно, никак не влияют. Насколько данная картина соответствует вашим интересам, главным целям?

Мои реакции скорее негативно влияют на деятельность ребенка, так как он чувствует мое раздражение и напряженный взгляд, даже если я молчу (а часто я и критикую его).

* * *

Итак, прежде чем упрекать своего ребенка в безынициативности, постарайтесь проанализировать, не губите ли вы его самостоятельность критикой, тревогой или собственной повышенной активностью.

Встречная активность ребенка

В любой деятельности ребенок обязательно проявит хоть небольшое стремление к развитию, более полному овладению миром, каким – то навыком. Даже если взрослый делает нечто за ребенка (кормит, одевает, убирает за ребенком, контролирует его уроки и т. п.) можно будет заметить, что ребенок стремится проявить собственную активность. Однако, эта активность не всегда столь настойчива, чтобы преодолеть инерцию ситуации. Для лучшего понимания процесса, рассмотрим пример с обучением детей с ограниченными возможностями навыкам самостоятельного принятия пищи. В этом случае нам удастся отчетливо увидеть, как возникает и развивается (либо угасает) активность ребенка.

Перед воспитателем стоит сложная задача – обучить слепоглухонемого ребенка самостоятельному принятию пищи. Действия таких детей весьма хаотичны, в результате физических ограничений, им максимально трудно организовать целенаправленное движение. Вначале, достаточно продолжительное время, воспитатель действует вместо ребенка, направляя его руку ко рту. Ребенок пассивен, его рука расслаблена, он стремится только к удовлетворению чувства голода, а наикратчайший для этого путь – позволить взрослому манипулировать его рукой. В какой – то момент взрослый может заметить напряжения некоторых групп мышц ребенка, это свидетельство того, что ребенок стремится помочь взрослому и себе, организовать свои действия вокруг кормления. Это напряжение и правильная интерпретация взрослым поведения ребенка

является критическим моментом для дальнейшего успеха дела. Дальше ситуация может развиваться по трем сценариям.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.