

unicef 
Детский Фонд ООН



Министерство
здравоохранения
Республики Беларусь



unicef 
Детский Фонд ООН

Представительство Детского
Фонда ООН (ЮНИСЕФ)
в Республике Беларусь
e-mail: unicef@tut.by

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ СТАТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ

В 2–2,5 года здоровый малыш умеет очень многое. Он наконец-то научился ходить, бегать, он может спрашивать, просить, выражать свои желания. Новые возможности толкают малыша на бесконечное количество экспериментов, пробуждают в нем жажду самостоятельности.

Именно в это время у детей начинает формироваться воля, способность к самоконтролю. Всем нам хочется, чтобы наш малыш вырос ответственным и самостоятельным человеком. И мы можем помочь ему в этом, будучи любящими, заботливыми и эффективными родителями.

Посмотрите, с каким удовольствием дети выполняют простые, доступные им поручения. С помощью взрослого они могут помочь выбрать товары с магазинных прилавков, держать в руках небольшую сумму денег, помочь выгрузить покупки. Некоторые трехлетние могут самостоятельно пользоваться туалетом. Малыши обычно стремятся есть самостоятельно, иметь право голоса в выборе еды и одежды, любят, когда их привлекают к приготовлению пищи. Большинство детей быстро учатся включать и выключать телевизор или видео. Однако право решать, какие программы подходят ребенку, а какие нет, остается за родителями.

Самостоятельность маленьких детей имеет свои «плюсы» и «минусы». С детьми этого возраста возникают известные трения, но это вовсе не значит, что кому-то точно известно, как при таком противостоянии поступать. Наиболее разумным и важным представляется делать то, что ближе вам и что вы уверенно сможете довести до конца.

Первое, что необходимо, – это **«безусловно» любить и принимать своего малыша**. Это значит, что вам может не нравиться его поступок или поведение, но его вы продолжаете любить, несмотря ни на что. Любви сложно научить с помощью советов. Этому, наверное, мы учимся у наших детей.



Что касается таких сторон воспитания, как **контроль и эффективность**, психологи дают следующие советы, которые помогут эффективно развивать у ребенка самостоятельность, сохраняя необходимый родительский контроль.

- Не стесняйтесь хвалить ребенка за его правильное поведение.
- Давайте ему посильные поручения, которые не превышают возможности малыша.
- Сначала покажите, сделайте вместе.
- В ответ на неудачу малыша постарайтесь объяснить ему ошибку и ободрить.
- В конфликтных ситуациях предоставляйте возможность выбора и старайтесь договориться.
- Приучайте ребенка, чтобы он словами выражал, что он хочет и что он чувствует.
- Как бы ни были необходимы запреты, применять их следует ограниченно. Мы добьемся большего, если в ответ на непослушание попытаемся переключить внимание ребенка на что-то другое.
- В процессе воспитания необходимо очертить рамки возможного, чтобы ребенок ясно представлял себе границы допустимого поведения. Помните, что организация безопасного пространства для ребенка целиком лежит на родителях.



Машенька – смысленая и расторопная девочка лет четырех. Она просыпается рано и, собираясь в детский садик, решительно направляется к шкафу выбирать себе одежду. Мама не довольна, что Маша настойчиво выбирает свои лучшие платья, а домой возвращается перепачканная. Мама решила изменить такой порядок. Она надежно заперла шкаф, но предварительно выбрала для дочки два комплекта одежды на выбор. Это сработало, сражений вокруг одежды стало меньше. Да и Маша, видимо, не осталась в накладе, ведь у нее по-прежнему сохранилось право выбора.



Пете три года и восемь месяцев. Он очень активный и любознательный малыш. Он часто говорит: «Я сам», но ему еще сложно принять ограничения. Петя очень любит своих родителей, хочет подражать им, например, он хочет ложиться спать в то же время, когда и папа с мамой. И он не понимает, почему надо укладываться в кроватку в самый интересный момент игры или телепередачи. Каждый отход ко сну превращается для Пети и его родителей в сражение. Родители поговорили с Петей. Они объяснили, почему малышу нужно больше сна, показали Пете, где будет стоять часовая стрелка, когда ему нужно укладываться спать. Они напомнили ему об этом сразу после ужина и за некоторое время перед сном. Кроме того, у Пети был выбор – играть или смотреть телевизор, это тоже обсудили и его мнение учли. Так или иначе, родители старались придерживаться распорядка. Постепенно Петя привык и в большинстве случаев ложился спать самостоятельно, а просыпался бодрым и веселым.



Родители Наташи огорчены и удивлены. Их малышке уже исполнилось два года, но она почти не пользуется активной речью. При этом она, несомненно, оченьмышленная девочка и во всем остальном развивается по возрасту, хорошо понимая обращенную к ней речь. Мама скоро поняла, что будучи чрезмерно заботливой и предупредительной, она просто не дает дочке труда говорить. Мама все понимает без слов и предупреждает любое Наташино желание, прежде чем девочка о нем скажет. Мама решила быть менее «сообразительной», она «перестала понимать» жесты девочки и ее звуки, выражающие просьбы. Это стимулировало Наташу выражать свои желания словами, и мама скоро убедилась, что девочка у нее растет очень сообразительная и разговорчивая.



В развитии маленького ребенка есть период, когда основное, что ему нужно – **забота матери, ее любовь и защита**. Затем наступает момент, когда малышу необходимо познакомиться с **определенными правилами**. На самом деле эти периоды перекрываются, это условное разделение. Можно условно сказать, что после периода младенчества малыша начинают постепенно приучать к правилам, одни из которых он принимает с удовольствием (например, прогулки), к другим относится нейтрально, третьи (необходимость закончить игру, собрать игрушки, лечь спать) могут длительное время вызывать у малыша протест.



С ПОМОЩЬЮ РОДИТЕЛЬСКОЙ ЛЮБВИ, ЭНЕРГИИ, ХОРОШЕГО ЗНАНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА РОДИТЕЛИ МОГУТ **ПОМОЧЬ СВОЕМУ МАЛЫШУ НАУЧИТЬСЯ САМОКОНТРОЛЮ**, УМЕНИЮ СООТНОСИТЬ ВНЕШНИЕ ТРЕБОВАНИЯ И ВНУТРЕННИЕ ЖЕЛАНИЯ И, КАК СЛЕДСТВИЕ, **НАУЧИТЬ ЕГО САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ**.



ПОМНИТЕ: ВНЕ ЗАВИСИМОСТИ ОТ СТИЛЯ ВОСПИТАНИЯ, ЕСЛИ РЕБЕНОК РАСТЕТ В СЕМЬЕ, ГДЕ СОБЛЮДАЮТСЯ ВЗАИМНЫЕ ДОГОВОРЕННОСТИ И ИНТЕРЕСЫ, НО ПРИ ЭТОМ КАЖДЫЙ ЧУВСТВУЕТ СЕБЯ СВОБОДНЫМ, МАЛЫШ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОСТАРАЕТСЯ СОХРАНИТЬ ЭТОТ ТИП ОТНОШЕНИЙ, НАЛАЖИВАЯ СВЯЗИ С ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ.



Литература:

1. С.К.Нартова-Бочавер, Г.К.Кислица, А.В.Потапова. «140 вопросов семейному психологу», Москва, 2002 г.
2. Джудит Трауэлл. «Вашему ребенку 3 года», Москва, 1996 г.
3. «Развитие личности ребенка от года до трех», сост. В.Н.Ильина, Екатеринбург, 2004 г.

Врач-психотерапевт
УЗ «ГКДПНД» **Е.В. Навицкая**

