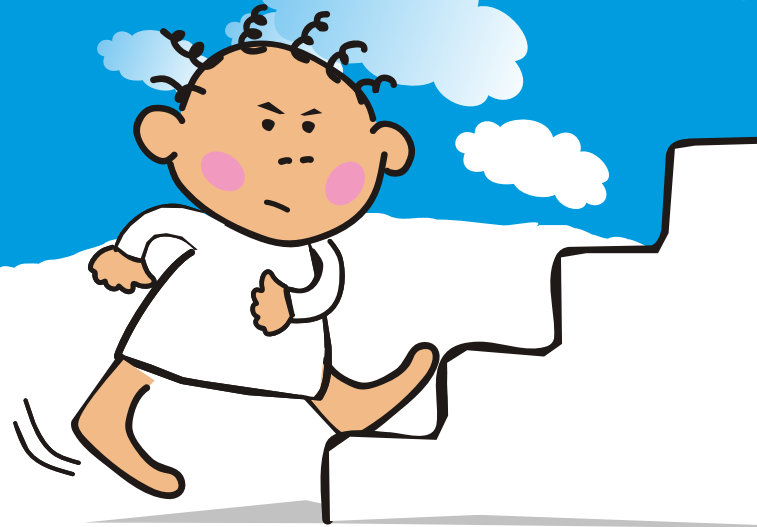


unicef 
Детский Фонд ООН



Министерство
здравоохранения
Республики Беларусь



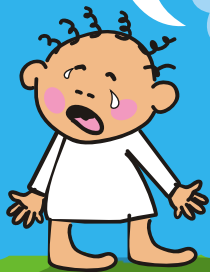
unicef 
Детский Фонд ООН

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

ВОСПИТАНИЕ ВОЛИ

Среди особо желаемых качеств характера зрелой личности многие назовут целеустремленность – умение ставить цель и достигать желаемого. И очень многие родители ищут ответ на вопрос, как научить ребенка быть волевым, организованным.

Воля – это способность человека действовать в направлении сознательно поставленной цели, преодолевая при этом внешние и внутренние препятствия (например, сиюминутные импульсы). Развитие воли ребенка проходит длинный путь, начинаясь в самом раннем детстве с приобретения способности управлять своими движениями. Постепенно совершенствуется способность к действиям, которые помогают осуществить желания, растет готовность поступить вопреки непосредственному эмоциональному побуждению в соответствии с определенной целью, правилами поведения, т.е. развивается способность к волевой саморегуляции и самоконтролю.



1



Родителям надо особо позаботиться о воле ребенка, если у него обнаруживаются «факторы риска», связанные с осложнениями при вынашивании, родах и в раннем периоде развития, в том числе:

- гипоксия (недостаточное кислородное питание мозга ребенка);
- недоношенность;
- состояния гипо- и гипертонуса у младенцев;
- тяжело протекавшие инфекционные заболевания в возрасте до 3 лет;
- гиперактивность и др.

К счастью, детская психика пластична и, несмотря на перенесенные «вредности», мозг имеет способность к компенсации. Но ему понадобится помощь, чтобы восстановиться полнее.

Определенные **ошибки воспитания** препятствуют формированию волевых качеств. А именно: когда ребенок избалован и все его желания беспрекословно осуществляются, либо когда ребенок подавляется жесткой волей взрослых и он не способен сам принимать решения, его желания не учитываются. Гасят волевой порыв и сравнения ребенка не в его пользу с другими детьми, негативные оценки типа: «Ты ничего не можешь довести до конца!», «У Дениса получается лучше!».

2

Родители, которые стремятся воспитать у ребенка волю, следуют **правилам**:

- 1.** не делать за ребенка то, чему он должен научиться, но обеспечить условия для успеха его деятельности;
- 2.** стимулировать самостоятельную деятельность ребенка, вызывать у него чувство радости от достигнутого, повышать веру ребенка в его способность преодолеть трудности;
- 3.** объяснять даже малышам, в чем заключается целесообразность тех требований, решений, которые взрослые предъявляют ребенку;
- 4.** постепенно учить ребенка самостоятельно принимать решения. Не решать за ребенка школьного возраста, а подводить его к рациональным решениям и побуждать непременно осуществить намеченное.

Развитие и коррекция воли ребенка происходит в процессе его непосредственного ежедневного общения со взрослыми. Ниже приведены фрагменты такого общения. Они показывают, каким образом близкие могут стимулировать способность ребенка к волевой саморегуляции. Каждый фрагмент базируется на определенном элементе волевого усилия: выбор цели, преодоление препятствий и совершение усилий, планирование и прогнозирование, оценка и т.д. Определенные игры и задания, описанные далее, также направлены на укрепление воли детей.

Надо помнить о следующих **особенностях развития детей**: в основе волевого усилия лежит желание. Без него человек не способен преодолеть себя. А чтобы у ребенка возникли желания, ему необходимы впечатления. Это особенно важно для младенцев. Чем больше ярких чувственных впечатлений он получит, тем быстрее у него возникнет желание поучаствовать в изменениях, происходящих в мире. Звук, музыка, разнообразные на ощупь предметы и игрушки, тепло родительских рук – все это способствует пробуждению желаний малыша. Особенно в стимулах нуждаются младенцы с пониженным тонусом, слишком спокойные.

Первый волевой акт маленького ребенка легко заметить: еще вчера он только наблюдал, как движутся развешенные перед ним игрушки, а сегодня ему хочется рассмотреть их поближе, и он тянет к ним ручки.

Заинтересованные малыши хотят схватить все, что видят. Вот одно упражнение для того, чтобы ребенок понял связь между своими желаниями и необходимыми для их осуществления усилиями.



Положите младенца на живот и поодаль – яркую игрушку, так, чтобы он мог ее достать. На следующий день кладите предмет чуть дальше, чтобы до него приходилось дотягиваться, потом ползти.

1 ГОД

Когда подрастающий малыш станет активнее двигаться – начнет ходить, дайте ему почувствовать силу его желаний. Годовальные дети любят залезать на разные предметы, карабкаться, перелезая через препятствия. Так они узнают возможности своего тела, убеждаются в своей самостоятельности, умелости, закладывая, таким образом, фундамент целеустремленности. Поощряйте физическую активность детей любого возраста – это помогает ребенку научиться «владеть собой» в более широком (чем только физическом) смысле.

ЗАПРЕТОВ НЕ ДОЛЖНО БЫТЬ СЛИШКОМ МНОГО, ЛУЧШЕ ОБЕЗОПАСЬТЕ ПРОСТРАНСТВО В ДОМЕ.



2 ГОДА

После двух лет важно, чтобы у ребенка выработались определенные привычки: гигиенические, режимные. Это также способствует развитию воли. Чтобы помочь ребенку, можно использовать любимые игрушки, наделяя их функциями контролера: «Вот наша кукла Ляля пришла, послушай, она говорит: «Все детки на улице гуляют, Насте тоже пора». Вот Ляля кофточку принесла нам. Смотри, Ляля, Настя сама одевается».

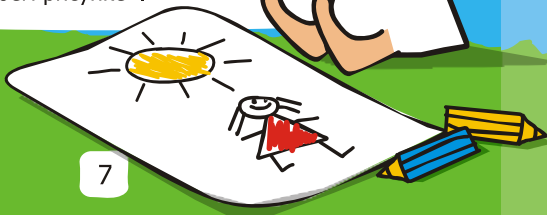
Поощряя малыша быть волевым, используйте промежуточные цели. Например, до магазина далеко, ребенок хнычет, хочет на руки. Обратите внимание малыша: «Машина интересная стоит, пойдём поближе, посмотрим. А там котятка сидят, идем к ним. Давай-ка, кто быстрее дойдет до ступенек. Вот и пришли».

Действия в игровом образе хорошо использовать для выработки способности к саморегуляции, например, для перехода от шумной игры к тихой. Ребенок бежит с мячом, не может остановиться. «А где мой «мышонок»? Надо ему сказать, что кошка идет, может мышку поймать. Вот «мышка» (обращаемся к ребенку). Настя, как ты, «мышка», будешь бегать? Тихонько, чтоб кошка не слышала. А теперь иди, мышка, в норку, иди к маме, кошка нас не найдет». Ребенок забирается на диван, рассматривает книжку. Ролевая игра научит ребенка регулировать свою активность.

Предложите своему шустрому малышу представить, что он – машинист быстрого поезда. Но у поезда есть остановки (быстрый бег прекращается на время) – надо выгрузить и взять новый багаж и пассажиров. Маленький машинист может в игре с родителями помочь им навести порядок – «подвезти» до кухни маму, «перевезти» кубики в ящик...

Этот прием также подойдет для поддержания усилий ребенка на прогулке: во время прогулки можно играть в разных животных: показывать, как они идут, как общаются жестами, своими «голосами».

Создание внешних опор – условных сигналов – также помогает ребенку осуществить саморегуляцию. Для того чтобы помочь ребенку переключиться с одного действия на другое, можно использовать будильник или таймер. «Посмотри на часы. Стрелка сейчас на цифре 1. Ты будешь рисовать до тех пор, пока стрелка не подойдет к цифре 4. Тогда часы зазвонят, и мы побеседуем о твоём рисунке».



Используйте ограничение и конкретизацию целей. «Рисуй кружочки» – процесс, которому не видно конца, это может показаться ребенку скучным и трудным.

«Нарисуй одну строчку кружочков» – конкретизация цели, указание на момент достижения цели.

«Нарисуй три красивых кружочка» – конкретизация цели, указание на качество.

«Постой, подожди меня, посчитай до 10 и еще раз до 10» – дозированное увеличение задания, нарастание усилий.

2–3 ГОДА

В этом возрасте детям очень хочется проявить самостоятельность. Пусть ребенок сделает что-то не так умело и быстро, как взрослый, все же наберитесь терпения, дайте малышу время завершить начатое и похвалите его усилия. Гиперактивным детям особенно важен опыт сосредоточенного длительного действия. Если вы заметили, что ваш гиперактивный малыш увлекся, например, постройкой из конструктора, дайте возможность продолжить это занятие подольше. Даже если вы сварили суп и собрались накормить ребенка, отложите это ради того, чтоб гиперактивный ребенок получил необходимый опыт направления своей активности к определенной цели.

Игра позволит ребенку познакомиться с правилами поведения в новой или «проблемной» ситуации. Так, с помощью игрушки разыгрывается предстоящее событие. Например: «Наша кукла Ляля пойдет в детский сад. Иди, Ляля, сюда, поздоровайся. У тебя будет шкафчик для одежды (покажем его). Есть будешь за столом, с другими детками (садим за столик с другими куклами), спать в кроватке. У тебя будут друзья. Потом мама придет за тобой». После такой же вариант разыгрывается с ребенком: «Покажи, как ты здороваешься в группе, как будешь есть, спать, ...» Сказка «Семеро козлят» и разыгрывание ситуации «кто-то звонит в дверь» поможет ребенку освоить правила безопасного поведения.

Совместная выработка правил игры учит правилам поведения. Например, ребенок приносит из детсада плохие слова. Предложите играть и договоритесь: «Кто скажет плохое слово, у того изо рта выскакивает жаба, кто хорошее – цветок. Посчитаем, у кого будет больше цветов, а у кого – жаб».

Но малыш подрастает, его мышление развивается. Полезно научить его простым способам планирования действий.

Вместе с родителями ребенок готовится к уборке квартиры. «Что нам нужно для уборки? Настенька, приготовим фартук, тряпочки, веник, совок...» Ребенок участвует в конкретном трудовом действии и выполняет его последовательно под руководством взрослого: например, готовит тесто – сам насыпает муку, наливает молоко, добавляет соль, размешивает и т.д.

Используя совместное рисование, можно научить ребенка действовать целеустремленно, упорядочено.

Взяв лист и карандаши, обсуждайте с ребенком и рисуйте последовательно ваши дела на текущий день: «Вот ты проснулась. А что теперь нарисуем? Да, ты завтракала. А что дальше? Нарисуем кубики. Что это значит? Будешь играть. А потом? Пойдем на улицу? Рисуи дорогу, деревья. А вот мы с тобой». Этим планом руководствуются в течение дня. Перед сном по картинкам можно вспомнить и обсудить весь день.

Ребенок постарше (с 5–6 лет) нарисует такой план для себя сам и с интересом будет с ним сверяться (ведь такая игра понравится больше, чем постоянные назидания взрослых «Ты должен...»).



Среди большого числа домашних дел у ребенка могут и должны быть обязательные поручения. Ребенку будет приятно оказать помощь взрослым в делах, где именно он может справиться – у ребенка формируется ощущение его незаменимости.

«Настенька кормит рыбок, приносит на стол ложки, чашки, хлеб...»

«Напомни мне... У тебя глазки зоркие, вдень нитку... Ты ловкая, достань, пожалуйста...»

С развитием интеллекта подрастающего малыша взрослые учат ребенка **прогнозировать развитие событий и побуждают производить нравственную оценку действий**. Это помогает ребенку научиться ограничивать импульсивность своих реакций и руководствоваться общими нормами и ценностями.

Обсуждайте, правильно ли поступил, например, герой сказки или реальный человек. «А как еще можно поступить? Как ты думаешь, как бы поступила я? А ты?»

В различных ситуациях общения взрослый может не реагировать немедленно, а предложить: «Попробуйка, угадай, что я сейчас думаю, что чувствую, что хочу сказать? Как ты думаешь, почему я тебе это говорю? Почему прошу поступить именно так, а не иначе, почему не советую тебе это делать?»

Создайте возможность выбора цели: «Как ты хочешь и почему? Как ты считаешь и почему?»

Вопрос «почему?» необходим для создания мотива действия.

Обыгрывание последствий возможных реальных действий дает ребенку право на ошибку, которая в реальной жизни бывает для него опасна, а благодаря тренингу в игре ребенок может тут же исправиться, повторить игру и выбрать лучший вариант для реального поведения.

«Зайчик был один дома. Он увидел таблетки в коробочке и подумал, что это конфеты, и съел их. Что с ним было дальше? Он плакал, стонал, у него болел живот, ему было плохо. Зайчик, покажи, что надо делать, если видишь что-то похожее на конфеты? А теперь Настя скажет».



5–6 ЛЕТ

Прогнозировать и обсуждать возможные последствия можно и в устной форме, задавая вопрос: «А что будет, если...?» Такое фантазирование не только тренирует прогностическую функцию интеллекта, но и развивает творческие способности, а игровая атмосфера веселит и сближает родителей и детей. Придумайте вместе, что было бы, «Если бы стул умел говорить»;
«Если бы дети были выше взрослых»;
«Если бы из крана в ванной потек компот».

Представление реальных действий помогает ребенку почувствовать себя уверенно в новой для него ситуации и поступать последовательно, организованно. Например, ребенку предстоит впервые самостоятельно сходить в магазин (к бабушке, и т.д.). Ребенок должен точно и связно описать последовательность своих действий и мыслей. «Я выйду из дома, поверну за угол, пойду в магазин, посмотрю, какой хлеб лежит на полках, потрогаю лопаткой, выберу мягкий, положу в мешок, посчитаю, сколько стоит, возьму из кошелька деньги, отдам их в кассу, потом пойду домой». В таком описании ребенок использует много глаголов. Это способствует осознанию своей активности и целенаправленности.

Для формирования способности к волевой саморегуляции будущего первоклассника в возрасте 5–6 лет важно стимулировать желание ребенка учиться в школе.

С этой целью можно организовать игру в школу, поручая ребенку разные роли: ученика, учителя, директора... Полезно сходить на экскурсию в школу, показать класс, рассказать о школьном режиме, о требованиях к поведению, познакомить детей с учителем начальных классов. Игра в школу создает положительную мотивацию к обучению. Поначалу в игре роль учителя выполняет родитель, затем можно организовать такую игру со сверстниками. Если ребенок стремится играть в эту игру даже один, то роль «учеников» могут играть куклы.

Во время игры в школу предлагайте небольшие, но эмоционально насыщенные задания с интересным или необычным содержанием, используйте красочные пособия, «задания на дом». При этом поощряйте успехи детей. Испытывая эмоциональное удовлетворение, ребенок будет стремиться к познавательной деятельности.

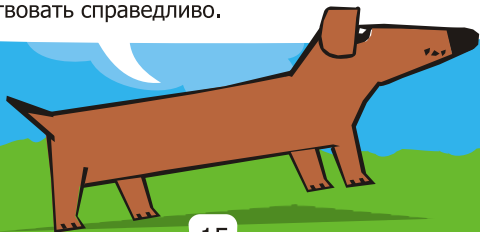


6–7 ЛЕТ

Старшим дошкольникам и младшим школьникам также полезны различные игры по правилам. Они создают почву для произвольного поведения вне игровой деятельности, **развития способности к самоорганизации, самоконтролю.**

Это могут быть самые разные игры: шашки, домино, детские карты, «ходилки» с фишками, «съедобное-несъедобное» с мячиком и много-много других. Игра продолжается, пока игроки следуют правилам. Убедитесь, что правила ясные и понятно сформулированы, ребенок понял их: попросите напоминать их вам перед игрой, научить друга. Если ребенок может пересказать условия игры, он, скорее всего, сможет им следовать.

Но порой нетерпеливые дети стремятся победить во что бы то ни стало, торопятся сделать ход не в свою очередь. Поручите такому ребенку наблюдать в игре за соблюдением правил всеми участниками и поправлять, если кто-то ошибся. Можно договориться о шуточных, но не обидных штрафах за отступление от правил. Роль «контролера» побудит и самого ребенка действовать справедливо.



15

Не грех, если взрослые позволяют детям испытать радость победы. Ведь если выигрывает только взрослый, ребенок вряд ли захочет продолжать. Ситуация успеха укрепляет самооценку неуверенного ребенка.

Старшим дошкольникам и школьникам рекомендуется посещение спортивных секций. Слишком **чувствительным и склонным к самоанализу детям** подойдут виды спорта, за которыми стоит определенная позитивная философия (например, восточные единоборства).



16

У **гиперактивных детей** обнаруживается недостаточность волевых регуляторов поведения в связи с высокой импульсивностью и трудностями концентрации внимания. Занимаясь спортом, ребенок учится самодисциплине, закаливается его воля в целом. Чтобы гиперактивный ребенок был успешней в учебной деятельности, важно позаботиться о развитии его внимания. Используйте игры, в которых необходимо концентрироваться, а также давайте задания со сменой ритма деятельности типа «Стоп – старт». Например, при выполнении каких-либо развивающих заданий (это может быть выполнение избирательной штриховки геометрических фигур или поиск в тексте и подчеркивание определенных букв или заполнение прописи по образцу) попросите ребенка по вашей команде «Стоп» приостанавливать исполнение на несколько секунд, а по команде «Дальше» – продолжать.

Необходима также адекватная организация выполнения домашних заданий гиперактивным школьником.



Делайте уроки совместно (присутствие взрослого дисциплинирует), просите ученика проговаривать все вслух – расчеты примера, задачки, текст в языковом упражнении (это повысит концентрацию внимания). Такой способ выполнения уроков с гиперактивным ребенком уместен в начальной школе, а при выраженности состояния – и в средней.

Литература:

1. Диагностика и коррекция психического развития дошкольника. Мн., 1997.
2. Закаляем волю // Мой ребенок, 08.2001.
3. Подготовка ребенка к школе. Томск, 1994.
4. Столяренко. Основы психологии. Ростов-на-Дону, 1996.

Психолог УЗ «ГКДПНД»
А.В. Леуненко

