**Поможем нашим детям стать самостоятельными!**

 *(методические рекомендации для родителей)*

В возрасте 5-6лет дети уже достаточно взрослые для того, чтобы в некоторых вопросах проявлять инициативу и самостоятельность.

К сожалению, даже те родители, которые согласны с этим путверждением, часто становятся жертвами детских капризов и манипуляций.

Родители убираются в детской, хотя ребенок уже способен собрать игрушки самостоятельно. Выуживают из ящика с чистым бельем грязные футболки и носки, которым место в стирке. А иногда даже отвечают на вопросы, которые были адресованы их ребенку:

- Сколько лет?
- Нам пять уже, да, пять, — торопится ответить мама, не дав малышу даже секунду на раздумья.

Мы сами виноваты

Начинается все вполне невинно. Пока ребенок маленький, быстрее и проще сделать все самостоятельно, чем тратить время на то, чтобы научить его этому.

Гораздо дольше убирать игрушки вместе с двухлетним крохой. Нужно дать ребенку время поднять игрушку, донести ее до нужного контейнера или корзины, проконтролировать, чтобы по пути малыш не принялся снова за игру.

В детстве ребенка намеренно освобождают от простых задач: заправить кровать, отнести грязные вещи в стирку, убрать посуду со стола. Мы торопимся, экономим свое время, забывая, что упускаем шанс научить своих детей самостоятельности.

Если следовать принципу «быстрее и проще», то будет намного сложнее добиться помощи и понимания, когда ребенок станет старше. Он не привык помогать, обращать внимание на домашние дела, боится сам принимать решения.

Непонимание и требования со стороны родителей нарастают как снежный ком. Но ребенок уже привык, что всегда есть кто-то, кто готов прийти на помощь и сделать все за него.

Семья — значит вместе

Часто мы даже не задумываемся о том, что не даем ребенку возможности поучаствовать в жизни семьи. Мы лишаем его права голоса еще в детстве, игнорируя его просьбы отговорками: «Сейчас» или «Подожди».

Мы не замечаем, как часто пренебрегаем собственным мнением малыша. Многие родители принимают решения: какую одежду носить ребенку, где отдыхать, каким факультативным занятиям отдать предпочтение, в какой институт поступать. В итоге у ребенка не вырабатывается чувство ответственности за свою жизнь. Воспитать это чувство в подростковом возрасте может быть трудно. Однако вы всегда можете попробовать изменить ситуацию.

Меняемся сами — меняем детей

1. Пусть дети знают, что вы верите в их возможности

*Простая фраза: «Я знаю, у тебя все получится» или «Ты знаешь, как нужно поступить» способна ободрить и придать уверенности.*

2. Чаще называйте ребенка по имени

*Если вы обращаетесь к человеку по имени, тем самым вы подчеркиваете значимость собеседника. Подсознательно он начинает испытывать к вам положительные эмоции.*

3. Объясните ребенку, что делая за него всю работу, вы тем самым ему не помогаете, а наоборот — лишаете самостоятельности.

*Позвольте ребенку самому следить за порядком в детской. Не отнимайте у него возможность помыть посуду, подобрать одежду, выбрать кино для семейного просмотра, место для прогулки в выходной день.*

4. Попросите ребенка об одолжении

*Однажды Бенджамину Франклину удалось завоевать расположение человека, который его недолюбливал. Знаменитый политик вежливо попросил его одолжить ему редкую книгу и, получив желаемое, поблагодарил его, пообещав вернуть после прочтения. Отдав книгу владельцу, мудрый Франклин повел себя еще дружелюбнее и наконец, завоевал доверие этого человека.*

*Такой прием всегда работает. Тот, кто однажды сделал вам одолжение, в следующий раз сделает это еще охотнее. Единственное правило — всегда выполняйте данные вами обещания*.

5. Отложите претензии до утра

*Когда человек устаёт, он становится более восприимчивым к чужим словам, будь то просьба, критика или претензия. Усталость ощущается не только физически, но и снижает уровень сопротивляемости организма.*

6. Слушайте своего ребенка

*Говорить кому-то, что он не прав, не лучший способ расположить к себе человека. Эффект, скорее всего, будет обратным.*

*Существует другой способ выразить свое несогласие. Например, выслушайте своего ребенка и постарайтесь понять, что он при этом чувствует и почему.*

*Вы обязательно найдёте что-то общее в ваших, казалось бы, противоположных мнениях и сможете использовать это для объяснения своей позиции.*

7. Кивайте

*Подсознательно для собеседника кивок означает согласие. Это широко известный прием убеждения, который мы пользуемся при общении с чужими людьми. Но совершенно забываем о нем, когда разговариваем с домочадцами.*

*Если собеседник вам кивает, скорее всего, вы начинаете кивать в ответ. Даже если изначально не были согласны.*

*Продавцы успешно используют эту технику, чтобы убедить согласиться на покупку. Говорящий утвердительно кивает, а покупатель начинает бессознательно испытывать позитивные ощущения. Это создает атмосферу, благоприятную для продажи.*

*Кивайте — это полезно для успешного убеждения собеседника, будь то незнакомец или ваш ребенок.*

8. Пусть ваш ребенок знает, что вы твердо намерены изменить ситуацию для того, чтобы он стал самостоятельным.

*Обязательно делитесь своими эмоциями. Не хотите, чтобы вещи были разбросаны по комнате — заявите об этом прямо: «Мне не нравится, когда одежда валяется в гостиной».*

*Не кидайтесь ее собирать и раскладывать по местам. Попросите это сделать ребенка, обратившись по имени: «Коля, пожалуйста, собери одежду». Поблагодарите ребенка за то, что он собрал вещи, а в другой раз и за то, что не раскидал.*

9. Покажите на личном примере

*Стоит напомнить, что человек адекватнее воспринимает критику, когда имеет положительный пример перед глазами.*

*Вы не сможете привить чувство ответственности ребенку, если сами будете забывать про свои обещания; не сможете научить его аккуратности, если сами окажетесь неряхой, или чувству меры, пускаясь во все тяжкие.*

*Ребенок будет копировать ваше поведение, пока живет вместе с вами. Возможно, вы не сможете стать идеальным примером для подражания, но старайтесь хотя бы быть хорошим.*

10. Ответственно подойдите к решению проблемы, точно следуйте намеченному плану

*Решив изменить отношения с ребенком, придерживайтесь новых правил. Только так вы сможете повлиять на ситуацию. Знайте, что этим вы поможете своим детям стать самостоятельными, независимыми и счастливыми во взрослой жизни.*

Помните, что чем старше ребенок, тем с большим непониманием и сопротивлением вы столкнетесь. Не отчаивайтесь! У вас обязательно все получится. Будьте последовательны, показывайте положительный пример и всегда выполняйте данные обещания.

*По материалам сайта Мамsy*