

Как воспитать самостоятельность в ребенке

Родители знают, как важно вырастить ребенка самостоятельным, и стараются сделать все возможное, чтобы подготовить его к взрослой жизни. Но, оказывается, далеко не все из них представляют, как выглядит настоящая самостоятельность и какими способами можно ее воспитать. Мы попросили прояснить этот вопрос доцента кафедры дифференциальной психологии и психофизиологии МГППУ Елизавету Давыдову.

1. Самостоятельность каждый понимает по-своему

Все родители хотят, чтобы ребенок был самостоятельным, но при этом каждый понимает самостоятельность по-своему. Истинная самостоятельность ребенка не всегда удобна взрослому, поэтому то, чего мы обычно добиваемся от детей, — это так называемая управляемая самостоятельность: взрослый хочет, чтобы ребенок самостоятельно сделал то, что нужно именно ему, родителю. А как же иначе? Ведь ребенок еще не может сделать все сам так, чтобы результат нас устроил.

Наша задача — предоставить ребенку возможность быть самостоятельным, учитывая множество факторов. Ситуации, в которых родитель готов позволить ребенку действовать самому, зависят от возраста, индивидуальных особенностей, от его умений и зоны ближайшего развития, от тех примеров, которые он наблюдает в семье. Если, например, в семье есть старший ребенок, то младшему можно доверить некоторые действия без обучения, потому что он уже видел, как в таких ситуациях действует старший.

Если у него такого примера не было, а мы говорим: «Сделай сам», ничего не объясняя и не показывая, то у ребенка, скорее всего, не получится. При этом он почувствует свою неуспешность, особенно если мы будем говорить ему: «Ну, вот видишь, не получилось. Значит, ты еще не готов к самостоятельности».

Часто двойственное понимание самостоятельности присутствует в отношениях между родителями и ребенком с самого начала. Из страха, что ребенок не справится с задачей, мы как будто разрешаем ему сделать что-то самому, но на самом деле предоставляем псевдovýбор. Каждый раз мы пытаемся добиться того результата, который необходим нам, действуя по формуле: «Ты свободен сделать так, как я сказала».

2. Самостоятельность требует времени

Чтобы ребенок учился самостоятельности, взрослым необходимо учитывать его реальные возможности и адекватно оценивать ситуацию. Часто ребенок может сделать что-то сам, но не в тот отрезок времени, который у нас есть. Он может сам съесть суп, но не за 5 минут. И тут решение остается за родителем.

Лучше не требовать самостоятельности в тех случаях, когда нет времени дождаться результата, будет правильнее дать небольшое задание, которое ребенок сделает сам, а в остальном помочь или даже сделать самим, главное, чтобы эта ситуация была реально оправдана обстоятельствами.

Если мы не торопимся в поликлинику, а решили просто погулять, можно дать ребенку возможность самому выбрать одежду и одеться. Может случиться так, что до прогулки дело и не дойдет, но ребенок получит ценный опыт: увидит последствия своих действий (он одевался медленно, поэтому для прогулки не осталось времени) и сам сделает выводы.

Конечно, мы не можем ребенку во всех обстоятельствах предоставлять самостоятельность и свободу выбора, да ему это и не нужно. Одна из основных проблем родителей заключается в метаниях от одной крайности к другой: [либо вседозволенность, либо полный контроль](#). Ответственные взрослые действительно должны глобально управлять ситуацией, но при этом определить «окна» полной самостоятельности — то есть моменты, когда они готовы оставить ребенку право решать.

3. Самостоятельность не исключает помощи и совместных действий

Единственное, что родитель должен обеспечить ребенку, — возможность при необходимости попросить о помощи. Если ребенок спрашивает: «А как это сделать?», это не отказ от самостоятельности, а его способ принятия решения.

Решая, что ему нужна помощь, ребенок проявляет зрелость: он понял, что именно ему сейчас нужно. Как поступить родителям в этом случае? Попросите ребенка конкретизировать просьбу: «Что именно тебе необходимо — объяснить, показать, проверить?»

Родительская помощь не будет лишением самостоятельности: таким образом вы обучаете ребенка разным способам достижения цели, осознанному целеполаганию. Существует много разных способов помочь ребенку, но родители, как правило, используют очень мало вариантов и пренебрегают нюансами.

Чем более разнообразные подсказки мы предоставляем, тем более дифференцированный запрос от ребенка мы получим в дальнейшем. Через какое-то время он сможет четко сформулировать, что именно ему нужно.

Мы хотим, чтобы ребенок научился действовать самостоятельно, но он не научится этому в одиночестве. Совместная деятельность — идеальное средство обучения самостоятельности. Мама, например, рисует или делает аппликацию вместе с ребенком, и он видит, как у нее что-то не получается, как она в десятый раз стирает рисунок или выкидывает листок и начинает заново. Сначала отмеряет, а потом отрезает, делает набросок, исправляет, уточняет детали. Это как раз те способы достижения целей, которые мы даем ребенку не свысока, не с менторской позиции, а непосредственно, напрямую, в условиях реальной задачи.

4. Доверие рождает ответственность

Если мы предоставили ребенку выбор и свободу действий, то должны смириться с результатом. Не важно, каким он будет: ребенок должен пройти весь путь от начала до конца и сам найти ответы. Иначе ребенок почувствует нашу нечестность, потеряет [доверие к взрослым](#) и в следующий раз будет или пытаться просто нам угодить, или вообще опустит руки. Никакой самостоятельности у него в этом случае не прибавится.

Когда родитель действительно намерен дать сыну или дочери самостоятельность, он должен заранее принять выбор ребенка, его действие и решение, и при этом быть готовым помочь. Часто ребенок пытается, пробует, делает что-то по-своему, а мы ему говорим: «Нет, ты пока сам не можешь. Давай я вырежу, а ты наклеишь». И отбираем предоставленную возможность обратно. Такой подход только вредит воспитанию самостоятельности.

5. Тренировки никто не отменял

И конечно, не будем забывать о старых добрых тренировках. К сожалению, мы настолько торопимся, что вынуждены многое делать «с первой попытки» и сразу оценивать ее результат. Для ребенка это неприемлемо. Он должен иметь возможность «отработать» новые умения.

Пока ребенок маленький, это происходит само собой — не просто так дети любят многократно делать одно и то же. Но чем старше ребенок, тем меньше таких возможностей.

Ребенку все время предлагаются новые и новые задачи, он просто не успевает совершенствоваться в том, чему научился. Он не привыкает стараться, не стремится сделать лучше, потому что хочет поскорее переключиться на что-то новенькое.

Но во взрослой жизни мало выразить желание самостоятельно решить задачу, надо еще и доказать, что ты способен ее решить, что тебе можно доверить ее решение. Именно сознательные тренировки помогают справиться со склонностью детей к избеганию трудностей, которую родители легко оправдывают словами: «Ему просто не интересно».



Главные враги самостоятельности: непоследовательность, неискренность, недооценка и переоценка результата, категоричность. Будьте внимательны, замечайте ростки самостоятельности, оберегайте их, давайте им время окрепнуть. В воспитании самостоятельности спешить и опаздывать одинаково вредно.