

Зміна свого мислення,
стилю життя, звичок,
розвиток власних якостей
особистості — це створення
нових якісних умов, у яких
зростатиме дитина.

РОЗВИВАЄМО КОРИСНІ НАВИЧКИ У ДИТИНИ І В СЕБЕ

Чому так важливо розвивати корисні навички не тільки в дитини, але і в себе? Відповідь на це запитання ви зрозумієте, погравши з дитиною в просту гру.

Інструкція до гри

Дорослий просить дитину послідовно виконати три завдання. Малюк має спочатку вислухати одразу всі три завдання і тільки потім їх виконувати. Дорослий пояснює завдання лише один раз і потім мовчить.

Повторювати інструкції до завдання не можна.

Завдання може бути будь-яким. Наприклад:

- 1) узяти рожевий м'ячик, покласти його на підлогу;
- 2) взяти і покласти іграшкового kota в шафу;
- 3) лягти на спину і 5 разів плеснути в долоні.

Використовуйте те, що є попідруч. Що доросліша дитина, то складнішими мають бути завдання.

Перш ніж читати далі, пограйте з дитиною в цю гру!

З досвіду можу сказати, що дитина навряд чи зможе повторити те, що ви їй сказали. Чому? Тому що вона вас не слухала! Діти часто не слухають дорослих, але вони їх бачать. Тому, якщо ви хочете виховати в малюка цілеспрямованість, починайте виховувати її в собі. Якщо хочете, щоб ваша дитина займалася спортом, починайте займатися спортом... Нечесно вимагати від неї те, що самим робити ліньки.

Головне — ваші дії є для дитини НОРМОЮ! Якщо ви так робите, отже, це нормально. Батьки — це найперший приклад для малюка. Якщо ви в години дозвілля лише дивитесь телевізор, для дитини буде нормою робити це весь час, вона не буде замислюватись над тим, що варто почитати книгу, побігати на спортивному майданчику або приділити час будь-якій іншій діяльності.

Якщо ви, наприклад, не можете розв'язувати конфлікти і постійно з усіма сваритесь, малюк бачитиме таку модель поведінки, яка в ньому закріплюється. Отже, в такий спосіб теж відбувається виховання, просто дорослі, на жаль, цього не помічають і не контролюють.

Варто також розуміти ось що. Можна безліч разів пояснювати дитині, що якщо один раз не вийшло, наприклад, закинути м'яч у кошик, то треба спробувати ще раз, а може і не один. Але якщо ви самі так не робите і звикли облишати справу після першої невдалої спроби, то чому ваша дитина має вірити вашим словам? Наприклад, якщо ви звикли брехати людям (маленька «невинна» брехня), малюк поводитиметься так само. Отже, потрібно стежити за собою, своїми діями. Така усвідомленість допоможе відучити дитину від брехні.

Саме тому розвиток навичок малюка так переплітається з розвитком власних навичок. Зміна свого мислення, стилю життя, звичок, розвиток власних якостей особистості — це створення нових якісних умов, у яких зростатиме ваша дитина.

Замість того щоб прищеплювати щось їй, попрацюймо за **концепцією спільного виховання**.

1. Робота над собою. Передбачає визначення найближчих точок власного розвитку та дії щодо цього. Це можуть бути кар'єрне зростання, розвиток творчих здібностей або формування корисних звичок.

2. **Робота з дитиною.** Передбачає інтелектуальний розвиток, заняття в школі, додаткові курси, розвиток творчих здібностей та ін.
3. **Виховання життєвими ситуаціями.** Передбачає виховання малюка на власному прикладі в конкретних життєвих ситуаціях, які відбуваються в моменті. Не будемо влаштовувати моралізаторських розмов, щоб пояснити дитині, як слід поводитись, наприклад, у ситуації конфлікту. Та щойно конфлікт спалахнув і ми його розв'язуємо, показуємо малюкові, як саме це зробили. Звісно, для цього треба вміти розв'язувати конфлікти, отже, працювати над собою (пункт 1 — робота над собою).
4. **Спільні техніки.** За допомогою спільних технік ми ніби залуцаємось до спільної гри з дитиною. Тобто намагаємось досягти однакової мети разом з нею. Щоб і нам, і дитині було легше й цікавіше, робимо це разом. Наприклад, ми вирішили щоранку робити зарядку. Розповідаємо малюкові, що, можливо, нам буде важко самим це зробити, тому ми просимо його підтримати нас і допомогти, тобто робити зарядку разом. Можна створити тематичний календар і щодня зазначити свої досягнення. Так само, якщо дитині у якійсь справі знадобиться наша підтримка, можна їй допомогти. Спільна діяльність полягає в тому, що ми робимо це разом з дитиною, і це, окрім розвитку конкретних навичок, ще й позитивно впливає на стосунки.

НОТАТКИ

Опишіть, який стиль життя вам хотілося б вести. Чого має бути сповнене ваше життя і життя ваших дітей? _____

Надзвичайно важливо розуміти, як саме отримати бажане, а крім цього, ще й навчити дитину самостійно досягати бажаного.

ГОЛОВНЕ ПИТАННЯ РОЗВИТКУ ДИТИНИ — «ЯК?»

Чи насправді питання «Як?» є головним? Звісно, надзвичайно важливо розуміти, як отримати бажане, а крім цього, ще й навчити дитину самостійно досягати бажаного. Та не менш важливо навчитися визначати точку, в якій ми перебуваємо зараз, і точку, в яку маємо прийти. Цього ж треба навчити й малюка.

Стратегія досить проста. Є точка, у якій ми перебуваємо зараз. Є точка, у якій ми плануємо опинитися через певний час. Між ними — кроки, які ми маємо зробити для того, щоб здолати той шлях.



Розгляньмо цю стратегію разом з дитиною, щоб вона навчилась визначати кроки. Наприклад, зараз малюк не вміє малювати. У майбутньому

він хоче цього навчитися. Які кроки для цього потрібно зробити? Нехай він пропонує свої варіанти: купити фарби, палітру, мольберт, приділяти час для малювання вдома, відвідувати художню школу... Допомагаємо йому визначити послідовність цих кроків.

Те саме робимо самі. Якщо зараз дитина не впевнена в собі, а наша мета — виховати її впевненою і щасливою, то які кроки для цього потрібно зробити? ЧОГО САМЕ маємо її навчити?

Кожний розділ цієї книги буде тими кроками, які нам потрібно пройти, щоб разом із дитиною бути впевненими, щасливими і задоволеними життям.

Перш ніж ми візьмемося формувати конкретні навички, визначмо, наскільки ці навички сформовані у нас самих і в малюка сьогодні. Для цього навпроти кожного з наведених нижче пунктів зазначаємо за десятибальною шкалою рівень сформованості навички.

НОТАТКИ

Навичка	Я	Дитина
Уміння ухвалювати рішення		
Упевненість у своїх силах		
Віра в себе		
Самоповага		
Уміння бачити можливості, а не перепони		
Уміння знаходити друзів		
Відповідальність		
Самостійність		
Уміння відстоювати свої права		
Дисциплінованість		

Навичка	Я	Дитина
Наполегливість		
Цілеспрямованість		
Креативність		
Уміння виражати емоції		
Уміння долати труднощі		
Уміння говорити «Ні»		
Уміння дякувати		
Уміння виявляти щедрість		
Здатність поліпшувати настрій		
Здатність мріяти		
Уміння знаходити натхнення		
Уміння радіти життю		

Дуже важливо дозволяти дитині змалку ухвалювати рішення на своєму рівні, тоді нам не доведеться вчити її цього, коли вона стане дорослою.

УХВАЛЮЄМО РІШЕННЯ

Дитина. Тату, я хочу ходити на танці. Можеш записати мене на танці?

Тато. Які ще танці? Тобі треба обов'язково ходити на англійську, у басейн і на шахи. І взагалі, що за танці для хлопця?

Дитина. Мамо, ти казала, що ми у вихідні поїдемо кудись гуляти. Ми можемо поїхати в мотузковий парк?

Мама. Ні, ми поїдемо в торговельно-розважальний центр.

Дитина. Але, мамо, я дуже хочу в мотузковий парк, потрінуватися.

Мама. Ні, ми вже запланували їхати в розважальний центр.

Мама. Одягайся швидше, нам незабаром виходити.

Дитина. Мамо, я вже готовий.

Мама. Ти що одягнув? Вберись у сорочку, яку я щойно випрасувала, і ось ці штани.

Дитина. Але я хочу піти в цьому!

Мама. У жодному разі, негайно вдягни те, що я сказала.

Дитина. Мамо, я не хочу зараз доїдати, я потім доїм.

Мама. Ні, ти маєш з'їсти все зараз.

Дитина. Але я зараз не хочу, я пізніше доїм.

Мама. Ти хіба не чула? Ти маєш з'їсти зараз.

Дитина. Я подала документи до вишу на юридичний факультет.

Мама. Який ще юридичний?! Твій батько був лікарем, і дід, і прадід. Невже ти порушиш сімейну традицію? Як відреагує твій батько? Він буде розчарований...

Дуже багато рішень, які ухвалюють діти змалку, виявляються НЕЗРУЧНИМИ для батьків. Часом ті навіть не сприймають їх як рішення, а радше як примхи чи впертість. Особливо коли дитина ще маленька. Ну що, здається, вона може вирішувати? Але це теж рішення — що саме вдягти, на який майданчик піти, яку іграшку взяти із собою на прогулянку. Це перші маленькі рішення.

Дуже важливо давати дитині змогу їх ухвалювати, тоді нам не доведеться вчити дитину щось вирішувати, коли вона стане дорослою. Інша річ, коли в нас справді інші плани і ми не можемо або не хочемо відмовлятися від них лише тому, що малюк вигадав собі щось інше.

Деякі рішення наших дітей здаються нам безглуздими. Ми вважаємо, що вони зашкодять їм, намагаємось уберегти своїх малюків (і не лише) від помилок, нав'язуючи їм свої рішення.

Звісно, є й інший бік медалі — діти часто не розуміють наслідків своїх рішень. Наприклад, дитина задля того, щоб мати гарніший вигляд, вдягається дуже легко, не відповідно до погоди, або починає курити, щоб бути «крутішою» в очах друзів. Такі рішення можуть становити реальну загрозу і небезпеку для неї.

То що ж тоді робити?