

## ПОМОЩЬ ДЕТЕЙ ПО ДОМУ: «ДАЙТЕ РЕБЕНКУ ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫБИРАТЬ ТУ РАБОТУ, КОТОРУЮ ЕМУ ХОЧЕТСЯ ДЕЛАТЬ»

Должны ли дети помогать родителям по дому: убираться, мыть посуду, выносить мусор и так далее? Обязанность это или желание? Как вообще привить детям любовь к труду, порядку и делам по дому, и можно ли при этом избежать ругани и психологических травм с обеих сторон?

Проведите себе тест-драйв, когда подводите итоги помощи ребенка по дому. Не слишком ли вы требовательны? Не страдаете ли перфекционизмом? Не перегружаете ли ребенка? Не обесцениваете ли / не строго ли оцениваете его работу? Не ожидаете ли, что ребенок вам должен обеспечивать идеальный порядок и чистоту? Если на все пункты тест-драйва ответ — «нет», вы идеальный родитель.

### *Детская помощь по дому: для кого и чего?*

Родителю важно честно ответить себе на вопрос: почему вы хотите научить помогать детей по дому? Для себя? Или для ребенка? Чтобы облегчить себе домашнюю работу, успокоить свою тревогу? Или мы хотим научить ребенка самого «ловить рыбу» — дать ему удочку и научить вести домашнее хозяйство, заботясь о себе с любовью и радостью?

В первом случае стратегии или стили общения родителей, вероятно, приведут к обострению отношений в подростковом возрасте или даже раньше.

Выбор второго пути — как раз: «Прямо пойдешь — счастье найдешь!». Но так будет не сразу. Сначала необхо-



димо осознать основные принципы в сфере помощи ребенка по домашнему хозяйству.

### *Принципы родителей*

1. Дайте ребенку возможность выбирать ту работу, которую ему хочется делать. Исключите при этом выбор «ничего не делать».
2. Проговорите сроки и критерии качества того, что ребенок должен сделать, а также логические последствия в случае отказа
3. Дайте наступить логическим последствиям, если ребенок не слушается или нарушает договоренности. Не нарушайте договоренности сами.
4. Помните, вы — образец для ребенка. Он легко учится не по вашим словам, а повторяя ваше поведение.
5. Если ребенку стало скучно, меняйте задания.
6. При выборе заданий и вводе критериев качества и сроков выполнения работ учитывайте возраст ребенка.





## *Помощь по дому: 4–6 лет*

Важно проводить обучение новым навыкам в несколько этапов:

- взрослый делает сам, показывает;
- взрослый делает вместе с ребенком;
- ребенок делает сам, а взрослый помогает в случае необходимости и акцентирует на том, что у него хорошо получилось;
- ребенок делает сам.

Если ребенок что-то делает сам с интересом и у него это отлично получается (например, развешивает белье), родителю важно подчеркивать экспертную его позицию в этом. Тем самым подтверждая, что он видит, замечает и положительно относится к этому: «Ты сделал печенье необычной формы. Расскажи, как у тебя получилось?», «Меня так порадовало, что ты накрыл на стол».

Когда у ребенка появляются постоянные обязанности, родителю важно не допускать, чтобы он уставал от повторяемости. Можно спрашивать: «А что бы ты хотел

сейчас сделать?».

Нужно объяснять последствия того, что может произойти, если не выполнить требование родителя: «Если мы не уберем машинку, то ночью папа может на нее наступить, и она сломается». Ребенку важно дать встретиться с последствиями, прожить их и сделать выводы на будущее. Именно через свой опыт он поймет, почему вы так настойчивы в уборке.

Ребенок в этот период определяется со своими предпочтениями в области помощи по дому («Зовите меня месить тесто, а мыть полы я не люблю») — родителям важно прислушиваться!

Если видите, что ребенок может справиться с делом сам, дайте ему сделать это. Пусть даже не все получится идеально или как у взрослых. Иначе он перестанет пробовать делать новое.

Вносите критерии в помощь: «Мы уберем ВСЕ игрушки в коробку, тогда работа будет считаться выполненной»

Если родители придерживаются разных систем воспитания или имеют различные точки зрения на какие-то вопросы, им важно уметь договариваться за закрытыми дверями и не ставить под сомнение позицию второго супруга при

В этот период дети очень любят ролевые игры. Они назначают функции определенным предметам: жарят куличики в песочнице, кормят ими единорогов и отправляют «папу» в «магазин» за новой «мукой» для песочного теста.

Детскую помощь в 4–6 лет можно принимать через игру. Важно включать фантазию и творчество родителей: «Мы не картошку чистим, а спасаем принцессу, снимая с нее кожу лягушки». А еще — элементы игры: «Мы подметаем, а дальше можем полетать на вениках, как Баба-Яга». Проговаривайте то, что вы делаете вместе — это поможет ребенку увеличить словарный запас и натренировать память.

## Навыки ребенка 3-4 лет

- ребенок уже может самостоятельно умыться, причесаться, помыть руки, одеться-раздеться.
- ребенку можно поручить собрать и сложить игрушки на место, положить книги на полку, разложить салфетки, убрать за собой крошки и тарелку, а также предложить разбирать покупки, выполняя простые односложные просьбы и действия.
- Класть грязную одежду в бельевую корзину, вытереть пролитую жидкость, Вытереть пыль с низкой мебели, помогать в готовке: вырезать печенье формами, добавлять варенье, смешивать продукты.



## Навыки ребенка 4-6 лет

Дети средней и старшей группы детского сада более осознанные и ловкие. Они могут выполнять довольно ответственные поручения.

- Помогать накрывать на стол, смешивать салаты, намазывать масло на хлеб, собирать бутерброды, чистить яйца.
- Поддерживать порядок в шкафу с одеждой и в ящике с игрушками, помогать складывать одежду, мести пол детскими веником и совком, кормить домашнего питомца, поливать цветы.
- Малышу необходимо четко знать, куда и какие складывать игрушки, какой тряпочкой вытирать пыль, где находится грязное белье, куда складывать чистое белье.

**Постепенное приучение к домашнему труду – важный этап взросления.**

**Начиная с 3 лет ребенок уже способен выполнить несложные поручения**

## Важное для родителей во всех возрастных периодах

- Не предъявляйте сверхтребований к ребенку! Иначе вы получите перфекциониста, который столкнется с переживанием: «Я не имею право на ошибку».
- Не требуйте того, что пока не по возрасту: ребенок будет иметь низкую самооценку, синдром самозванца. Ему будет крайне сложно быть уверенным в своих силах и счастливым в жизни.
- Следите за комментариями, которые вы отпускаете. Исключите оценочные суждения, обесценивания, иронию над тем, что сделал ребенок. Отмечайте то, что у ребенка получается, то, в чем он превзошел себя вчерашнего.
- Будьте последовательны! Не обманывайте ребенка и соблюдайте договоренности. Не включайте жалость. В этом случае ребенок будет манипулировать и нарушать границы.