

ТАК НАЗЫВАЕМАЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ КАК РАЗВИТЬ В РЕБЕНКЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ И КАК ЕЕ УБИТЬ?

«Он сам не делает уроки/не убирает в комнате/не моет посуду/не (...). И поэтому мне приходится напоминать, заставлять, ругать...» У каждого родителя найдутся такие жалобы. Ок, но почему они связываются с идеей «Мой ребенок несамостоятельный»? Не все так очевидно.

САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ – ЧТО ЭТО?

- Как мне развить самостоятельность в ребенке?
- Что вы имеете в виду под самостоятельностью?
- Самостоятельность... ммм... Ну это когда он сам выполняет свои обязанности. Вы прослушали стандартный диалог родителя и психолога. То есть самостоятельность – это послушное выполнение требований (тут задумчивый эмодзи, потирающий подбородок).

Никто не говорит: «самостоятельность – это когда он сам выбирает то, что сегодня наденет». Или: «когда он может добраться сам до секции». Или: «когда она решает, как ей снять селфи». Мне как человеку-буквоеду нравится начинать с признанных определений. Например, из «Большой психологической энциклопедии».

Самостоятельность – обобщенное свойство личности, проявляющееся в инициативности, критичности, адекватной самооценке и чувстве личной ответственности за свою деятельность и поведение.

Самостоятельность личности связана с активной работой мысли, чувств и воли. Выписываем важные понятия: инициативность, критичность, адекватная самооценка, чувство личной ответственности, своя деятельность, свое поведение, мысли (замыслы), чувства, воля. Я бы еще добавила сюда мотивацию.

ПРИМЕРЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ:

Мальчик пяти лет решил нарисовать пиратский корабль (замысел, инициативность). Он нарисовал его (воля). Смотрит и говорит: «Что-то у меня не все получилось, парус можно было бы лучше нарисовать (адекватная самооценка, критичность), но мне нравится (позитивные чувства для поддержки будущей мотивации)». Итого: человек был в своей деятельности, осуществил свой замысел, как-то к нему отнесся, получил опыт. С точки

зрения психологии – это акт самостоятельности.

Школьник, 13 лет, решает, что на контурные карты по истории он не будет тратить слишком много времени (замысел, инициативность), и он согласен на «3» за них, но будет стараться в устных ответах (адекватная самооценка и оценка ситуации, критичность, чувство личной ответственности, стратегия поведения). Время и силы он готов потратить на тщательное выполнение домашнего задания по физике, желая получить «5» (мотивация, ответственность, воля, инициативность).

Итого: поведение можно маркировать как самостоятельное, так как у него есть все признаки такового.

Но что могут сказать родители? «Лентяй, с его-то мозгами мог бы на все пятерки учиться».

ДЕЛАЙ, ЧТО НУЖНО

«А что, если вместо задания по физике он решит это время в телефоне сидеть?», «А что это он решил рисовать, когда я сто раз попросила лего убрать?» – справедливо спросят родители.

Да, все это неприятно. Кстати, увы и ах, «сидение в телефоне» тоже может быть актом самостоятельности (когда, конечно, оно не является зависимым поведением). Потому что «сидение» «сидению» рознь. Например, ребенок решил отдохнуть часок, чтобы начать делать уроки в 18.00, а не в 17.00, как требует родитель. Возможно, ребенку виднее. Скажем, у него есть опыт, что он успевает сделать уроки до 20.00, знает, что у него лучше идет процесс, когда он переключился. Да и вообще, может он «Википедию» читает.

Не будем путать мокрое с холодным. Поведение самостоятельное – отдельно, выполнение требований и обязательств – отдельно. Я не буду спорить, что школа, уборка, правильное питание и режим – очень важные темы. Это не про свои решения. Не про свою мотивацию. А значит, все компоненты, которые перечислены выше (инициативность, работа мысли, ответственность за результат, воля и т. д.), работают довольно плохо.

Почему? Если какая-то деятельность или поведение человеку навязаны, он не будет с энтузиазмом за них хвататься. Тут включается иной процесс – сопротивление, избегание. Честно говоря, меня больше пугает состояние детей, которые все делают послушно. Шаг за шагом: что сказали, то и сделал. Такой ребенок настолько привыкает к постоянной опеке и внешнему руководству, что и шагу не может шагнуть самостоятельно, ни самого

маленького решения без оглядки принять. В отсутствие родителей он прилипает к учителю, а по мере взросления – к авторитетным сверстникам. Знаете такие типажи?

Зато не спорит, уроки делает, когда ему скажешь, и суп ест без вопросов. Так кто более самостоятельный? Тот, который спорит и отстаивает что-то свое или послушно выполняющий?

ИЩЕМ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ

Сейчас давайте предположим, что вас беспокоит именно то, что ребенок (вроде бы) несамостоятельный, а не то, что он чего-то нужного не делает. Суп отдельно, мухи отдельно. Я предлагаю вам искать самостоятельность не там, где ее обычно ищут, а в совершенно другом месте. Обратите внимание на деятельность, которую ребенок делает по своей инициативе, которая ему нравится. Скажем, он построил космический корабль из лего – это акт самостоятельности. Или он навел в комнате «свой» порядок, пусть и не лучший, по вашему мнению. Но – свой.

Обратите внимание на сферы жизни, где он успешно обходится без вас. Например, раньше вы водили его в бассейн, а сейчас он добирается и полностью справляется сам. Или раньше приходилось поднимать с утра, а сейчас она выбирает одежду, причесывается, делает себе бутерброд и отправляется в школу красивая.

Обратите внимание на сферу обязанностей. Возможно, ребенок оптимизирует процесс, чтобы он отнимал меньше сил и времени. Скажем, у него появляется своя система мытья посуды. Или сбора портфеля. Или он настаивает на порядке выполнения предметов (возможно, он что-то знает про себя).

Пытается ли он влиять на жизнь семьи? Вносит какие-то предложения? Ребенок отстаивает то, что относится непосредственно к его «границам»: интересы, режим, одежда, друзья.

Если вы нашли примеры, можно не беспокоиться – у вашего ребенка развивается самостоятельность.

КАК УБИТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ

Скажу сразу, сделать это не так просто. Все же человек организован так, чтобы смочь выжить самому. Поэтому психика сопротивляется, как может.

Но поставить человека в сложные условия, где ему будет труднее развивать самостоятельность, можно.

Гиперопека и гиперконтроль

Достаточно с младенческого возраста опекать ребенка, не давая ему делать то, что он уже может сам, и к школе можно получить человека с вполне сформированной выученной беспомощностью.

Критика и советы

Критикуйте любые попытки что-то сделать самостоятельно. Объясняйте, что «дерево так не рисуют», а когда он обидится, рассердитесь и скажите, что желаете ему только добра. К школе у него будет прочно сформированный страх оценки и опоры только на внешний авторитет.

Страхи

Позвольте своим страхам руководить вами. Ребенок, ваш малыш, может ошибиться. Ошибка – это ведь стыдно, неприятно, и в ваших силах его оградить. Постарайтесь сделать так, чтобы он не допускал ошибок. Ну да: гиперопека, контроль, критика, советы. Круг замкнулся. Не факт, что самостоятельность будет убита, но то, что ей будет тяжелее пробиться, – факт. Правда, есть дети, которые здорово сопротивляются, но это уже про семейные войны.

ВЫВОДЫ

Самостоятельность – это когда человек сам планирует свою деятельность от замысла до осуществления, а также оценивает результат. То, что вы хотели бы видеть как исполнение обязанностей, – это навыки самоорганизации. Они имеют отношение к самостоятельности, но не прямое. Так сказать, они сестры по воле – и то, и другое имеет корни в волевых процессах. Об этом поговорим отдельно. Если человек имеет зону для тренировки самостоятельности (и чем старше, тем более широкую), это идет ему на пользу: принимая решения, реализуя их, он приобретает опыт. Постоянные тренировки приводят к тому, что у человека формируется способность принимать сознательно мотивированные решения и добиваться результатов, несмотря на трудности. А это каждому пригодится.

ЮЛИЯ ВАСИЛЬКИНА детский и семейный психолог