



## *10 речей, які батькам треба навчитися відпустити, щоб виховати зрілу особистість*

Зрілість має кілька облич: емоційна, фізична, моральна, соціальна та інтелектуальна. Кожен її аспект важливий у житті дитини, через них вона стає незалежною й відповідальною особою, зі сформованим світоглядом і вмінням прийти на допомогу людям. А ви можете допомогти дітям розвивати в собі ці якості та підготувати їх до дорослого життя.

### *1. Навчіть дитину бути самостійною.*

Радимо навчитися не робити всього за дитину: діти самі мають вміти одягатися, зав'язувати шнурівки взуття і збирати до школи портфель. Звісно, вам це легше зробити, але наберіться терпіння і зачекайте, поки дитина опанує цю навичку. Ви не завжди будете поруч, і малюків варто навчати самостійності.

### *2. Дозвольте їй обирати самій.*

Дайте дитині вибрати: не варто обирати їм одяг, взуття, інтереси, що вони люблять, а що — ні. Можна лише порадити й обговорити їх вибір. Проте якщо ви думаєте, що краще знаєте, чого вони хочуть, то помиляєтесь. Вони знають себе найкраще — дайте їм можливість одержати бажане.

### *3. Відпустіть дитину саму.*

Не треба ходити всюди за дітьми — хай самі ідуть до школи чи їдуть до неї на автобусі. Звісно, якщо ви самі відвозите дитину, то точно впевнені та спокійні, що вона дісталася до місця призначення. Проте в старшому віці діти знають правила поведінки та безпеки на дорогах. Ба більше: якщо до школи іде групка друзів вашої дитини, відпустіть її з ними. Хай обговорить з ними домашні завдання чи улюблені іграшки.

### *4. Вчіть дитину самоконтролю.*

Діти дуже емоційні, це всім відомо: або надто щасливі, або ридають на цілу вулицю. Радість — це добре, але якщо за найменшої вашої незгоди малюк починає сильно битися і кидатися іграшками, треба показати йому, як керувати

своїми емоціями. Дитині треба пояснити все, що з нею відбувається. Якщо ставитися з поблажкою до кожного крику, то вони ним всього будуть добиватися.

#### 5. Прищепіть дитині організованість.

Дитина мусить бути організованою, вміти виконувати потрібні завдання, навіть якщо вони ще граються і бігають. Чистити зуби перед сном, прибирати іграшки, виконувати домашнє завдання — невіддільні складові режиму дня. Не контролюйте їх, дозвольте допомогти з хатніми справами, і лише нагадайте за зубки перед сном.

#### 6. Дитина має відповідати сама.

Дайте дитині можливість відповідати самій. Це важливо для розвитку навичок спілкування та обміну інформацією. Дитина не має боятися, що дорослі можуть про щось її запитати — малі повинні навчитися будувати відповідь і спонтанно відповідати. В протилежному випадку дитина буде сором'язливою й закритою.

#### 7. Донесіть до дитини, що таке причина і наслідок.

Пояснюйте дітям свої вчинки. Якщо ви їх за щось картаєте — скажіть за що і де вони провинилися. Діти мають усвідомити свої помилки та зробити висновки — оце головне. Вони мусять зрозуміти, що дії мають наслідки. Якщо пояснюєте їм, як треба поводитися і які з цього можуть бути наслідки, намагайтеся бути спокійними.

#### 8. Не забороняйте дитині робити помилок.

Не варто надто опікуватися дитиною, звісно — обов'язково роз'ясніть, які речі можуть загрожувати її життю. У всьому іншому дайте дитині свободу: таким чином малюки вчитимуться на своїх помилках і набудуть свій досвід, який пригодиться в майбутньому. Пам'ятайте, що падіння, невдачі й розчарування — невіддільні частини життя.

#### 9. Допоможіть дитині сформуванати свою думку.

Корисно розвинути здатність дитини розмірковувати й критично дивитися на ситуацію, висловлювати точку зору, що базується на переконаннях і почуттях. А ще вміти сказати своє слово. Так діти не будуть боятися однолітків та погоджуватися на сумнівні пропозиції, лише щоб щось їм довести. А в майбутньому така людина відстоїть свою позицію і не потрапить під вплив інших.

#### 10. Спробуйте сприймати дитину як дорослу людину.

Після досягнення дитиною 3-річного віку можна довіряти їй певні обов'язки, наприклад, поскладати іграшки. Список має збільшуватися, коли дитина підростає — це сприяє їх розвитку, прищеплює старанність і організованість. І так малюк навчиться допомагати іншим людям та цінуватиме їх працю.