

## **«Как научить ребенка преодолевать трудности?»**

Родители часто замечают, что дети совсем перестали утруждать себя? Не решается задача – подождем маму, слетела цепь с велосипеда – придет папа и сделает. Зачем напрягаться, если у родителей все быстрее и лучше получается? «Не смог, не получилось, не понял, не разобрался» – вот оправдание. Самое печальное не то, что ребенок не справился, а то, что он даже не попытался. Утруждать себя – значит преодолевать трудности, а наши дети пасуют перед ними, ограничиваясь лишь одной попыткой – при неудаче они не предпринимают новых.

### **Почему дети не прилагают усилий**

Мы живем в эпоху быстрых результатов и случайных побед. Успех часто кажется результатом везения, а не длительного труда. Одних героев сменяют другие, неинтересные фильмы выключаются, книги убираются в сторону, дела откладываются на неопределенный срок. «Ну не хочет, тяжело ему, неинтересно, мы и не заставляем» – часто можно услышать от родителей.

Приведу пример из своей практики. Каждое утро в детском саду наблюдается одна и та же картина: дети сидят на скамейке, а родители активно переодевают их. Девочки и мальчики поднимают ноги и руки, протягивают их в рукава и штанины, засовывают ножки в сандалии. Они сонные, не проснулись, а родители спешат на работу.

Вечером картина та же. Теперь взрослые торопятся домой, и у них нет времени ждать, пока дитячко будет медленно натягивать одежду.

А вот днем все в корне меняется. На прогулку дети собираются сами. Воспитателю остается только проверить, помочь, проконтролировать. При возвращении с прогулки ребята сами переодеваются, аккуратно вешают и складывают вещи в шкафчик.

Почему:

- потому что некому одеть ребенка;
- потому что другие дети тоже одеваются самостоятельно;
- потому что нужно спешить на прогулку – там много интересного;
- потому что брошенные вещи все равно придется поднимать и аккуратно складывать – воспитатель увидит и заставит это сделать.

Вывод очевиден: дети не прилагают усилий, если знают, что за них это могут сделать. И, напротив, делают, стараются, если рассчитывают только на себя.

Сколько раз за день мы говорим детям:

- без меня уроки не делай (пиши пока на черновике);
- убирай только в своей комнате и не лезь в шкаф...

Мы почему-то уверены, что ребенок все сделает не так: плохо помоеет посуду или побьет ее, что-то сломает или испортит, неправильно выполнит задание. Мы внушаем чаду, что данное задание ему не под силу – не справится он с ним.

А еще наши дети точно знают, что любой вопрос можно решить без усилий и особых затрат. Решение задачи можно найти в решебнике или Интернете; для сочинения есть клише, а для рисунка – шаблон; плакат или картинку можно распечатать или срисовать, а длинный роман можно прочесть в сокращении.

Получается, что с дошкольного возраста за ребенка делают, думают, решают. Его учебу уже облегчили дополнительной литературой и Интернетом. А еще есть умная продленка, репетитор (уже в начальных классах), где можно сходу сказать, что не понял, не смог.

В общем, жизнь вокруг детей построена так, чтобы максимально облегчить ее.

### **Как научить ребенка преодолевать трудности**

Трудности будут всю жизнь, и учиться преодолевать их нужно как можно раньше. Конечно, уровень трудностей у каждого возраста свой, но желание и способность их преодолеть закладываются в детстве.

#### **Шаг 1. Показывать пример.**

С самого рождения ребенок бессознательно считывает и усваивает массу информации, впоследствии копируя модель поведения взрослых, их интонации и настроение. Узнаете в поведении детей свои реакции на проблемы: слезы, истерики или сосредоточенность, собранность?

Рассказывайте о своих проблемах и способах их решения: о неудачах, ссорах с другом, робости и застенчивости. Поделитесь своим опытом, даже если он не был успешным.

#### **Шаг 2. Формировать адекватное восприятие трудностей.**

Не стоит относиться к трудностям как к досадному недоразумению. Рассказывайте ребенку о том, что отсутствие в жизни проблем, трудностей и преград делает ее скучной и бессмысленной. Смысл трудностей – развивать человека. Только так он живет, а не проживает свою жизнь. Дети очень любят интересные истории со счастливым концом. Рассказывайте им о людях, чьи настойчивость и трудолюбие привели к успеху. Поучительные истории закладывают фундамент будущего мировоззрения.

#### **Шаг 3. Создавать позитивный настрой.**

Для преодоления трудностей важен правильный настрой. Пусть это будут правила, фразы, крылатые выражения, пословицы и поговорки, которые в трудную минуту помогут приободриться. Выберете те, которые будут понятны ребенку, и произносите их в нужный момент, чтобы он их запомнил. Например, «Если упал – поднимайся», «У тебя все обязательно получится – по-другому не бывает», «Трудности закаляют», «Русские не сдаются», «Слезам горю не поможешь». Слезы и истерики отнимают время, но не ремонтируют сломанную игрушку, не ищут потерянную вещь, не заживляют ранку. Чтобы исправить положение, нужно действовать.

#### **Шаг 4. Хвалить.**

За попытки самостоятельно решить проблему, будь то исписанная вариантами решения задачи тетрадь, попытка завязать шнурки или помыть полы, нужно хвалить. Только потом можно разобратся в причинах неудачи и определить дальнейшие действия.

Имейте в виду, что эффективность преодоления жизненных препятствий зависит от отношения к ним, а не от самого процесса! В трудный момент ребенку – и подростку – необходима родительская поддержка – следует показать, что все в порядке, идем дальше.