

## ЧЕМУ НАДО НАУЧИТЬ РЕБЁНКА?

- **Быть вежливым.** Еще никогда употребление слов «спасибо», «пожалуйста», и умение пожелать доброго вечера не приносило вреда. Напротив, хорошие манеры и доброжелательное поведение упрощают отношения между незнакомыми людьми, украшают любой разговор, открывают не поддающиеся на первый взгляд двери.
- **Уметь говорить «нет».** Незнакомцу по дороге из школы, который предлагает пройти вместе с ним в неизвестном направлении. Однокласснику, что постоянно одалживает вещи и не отдает их без напоминания. Ровеснику, предлагающему выпить коктейль на школьной дискотеке. Ребенок должен понимать, что вежливость – прекрасное качество, но им нужно уметь жертвовать в целях собственной безопасности, самоуважения и уважения к своему личному времени.
- **Соблюдать гигиену.** Если с юных лет приучить ребенка заботиться о чистоте своего тела: мыть руки после улицы, чистить зубы два раза в день, регулярно стричь ногти, принимать душ и пользоваться средствами гигиены, в будущем эта привычка сослужит хорошую службу. Все любят иметь дело с опрятными людьми.
- **Не опаздывать.** Непунктуальность – один из самых больших раздражителей. Она может подводить и ученика в школе, и офисного работника, поэтому с медлительными детьми стоит с раннего возраста взять за правило выходить из дома на десять минут раньше, готовить одежду и учебники с вечера, чтобы избежать утренней суматохи, а также самим родителям показывать пример прихода к назначенному времени на дни рождения, дружеские встречи или к врачу.
- **Соблюдать правила безопасности.** Жизненно важные правила необходимо выработать до автоматизма, пока дети еще маленькие и, если нужно, повторять их сотни раз, пока не впечатаются в памяти: не перебегать дорогу на красный свет, не играть на проезжей части, пользоваться электроприборами согласно инструкции, аккуратно обращаться с огнем.
- **Уметь слушать.** Это одно из важнейших умений, которое пригодится и в школе (воспринимать информацию), и в работе (проходить собеседования, вести переговоры), и в

межличностных отношениях. Поэтому родителям важно самим внимательно слушать детей. А также учить их ждать очереди, чтобы высказаться, не перебивать старших и быть внимательными.

- **Сосредотачиваться.** Сейчас о неумении , говорят с некоторым вызовом и бравадой. А меж тем и современные дети, и взрослые утрачивают способность быть усидчивым, концентрироваться на одной задаче и доходить до сути. Мы можем научить детей отсекаать лишнее, не отвлекаться на мелочи, сосредоточиваться на одном деле, а по его завершении приниматься за другое.
- **Класть вещи на место.** Приучая ребенка убирать за собой игрушки и вешать на место одежду, в которой он пришел из школы, можно уменьшить энтропию разбросанных вещей сейчас и в будущем.
- **Извиняться.** Важно не относиться к ошибкам как к чему-то постыдному, не вырабатывать у ребенка чувство стыда за любую оплошность. Но ввести в лексикон простое слово «извините», когда наступил кому-то на ногу, нечаянно толкнул или обидел, необходимо. Это слово ребенок должен слышать и от родителей. Способность попросить прощения у того, кому сделал больно, поможет не только наладить отношения, но и снять тяжелый груз с души, когда чувствуешь свою неправоту.
- **Читать.** Читающему человеку никогда не будет скучно, литература поможет и с кругозором, и с грамотностью. Поэтому, чем раньше в руках ребенка появятся книги, тем интереснее и богаче будет его жизнь.
- **Питаться правильно.** Дети перенимают пищевые привычки от родителей, поэтому если хочется, чтобы малыши ели здоровую пищу, начинать стоит с себя и с того, что мы ставим на стол. Привередливые дети и из правильного продуктового набора составят список исключений, но все-таки, если в родительском рационе присутствуют только полуфабрикаты и сладости, сложно представить, чтобы ребенку захотелось съесть овощной салат или кусок рыбы.
- **Знакомиться.** Начиная с детского сада можно учить ребенка подходить к другим детям и спрашивать, можно ли поиграть вместе. В первое время родитель может брать на себя функцию лидера и сам интересоваться у ребенка, играющего рядом на

площадке, как его зовут, чтобы дети слышали и запоминали, как заводить новые знакомства и дружбу.

- **Уважать личное пространство.** Некоторым тактильным детям ничего не стоит познакомиться с человеком и через пять минут сидеть на его коленках. Но совсем не многие люди готовы радостно принять столь доверительное к себе отношение. Поэтому и открытых, тактильных детей нужно мягко учить понятию личного пространства, подсказывать, как близко можно подходить во время разговора с незнакомым человеком, кого можно смело обнимать и трогать, а кого это может поначалу испугать.
- **Выражать свои чувства.** В стрессовых ситуациях и родителям, и детям важно обозначать, что с ними происходит. И когда случаются ссоры, нужно обязательно рассказывать о своих чувствах и учить детей говорить, что им больно, обидно, неприятно или страшно. Умение выражать чувства поможет не закрываться и не держать переживания внутри.
- **Задавать вопросы.** В возрасте почемучек необходимо поощрять детские вопросы и обязательно удовлетворять любознательность. Тогда в дальнейшем дети не побоятся задавать вопросы учителю, захотят узнавать природу тысяч важных вещей и тем самым будут проявлять свое равнодушие к окружающему миру.
- **Уметь сострадать и сочувствовать.** Помощь больному котенку, покупка продуктов для одинокого соседа, благотворительный взнос позволят ребенку понять, что он в этом мире не один. Честный разговор о сложных жизненных ситуациях и чужой боли помогут научиться ставить себя на место других людей и понимать, как по-разному могут складываться обстоятельства.
- **Содержать вещи в порядке.** Умение организовать школьные принадлежности, аккуратно раскладывать одежду в шкафу, рассортировать свои творческие материалы здорово упрощает быт. Родители сами могут решить, с какого возраста доверить детям уборку своей территории, но до того, как этот вопрос окончательно положить под детскую ответственность, помощь по дому должна войти в привычку.

- **Готовить еду.** Дети, которые умеют сделать бутерброд и простой салат, легко осваиваются в походах, могут помочь на семейных пикниках да и просто не чувствуют себя беспомощными, если родитель занят или неважно себя чувствует.
- **Делать зарядку.** Здорово, когда спорт с детства – часть жизни. Но если ваш ребенок больше тянется не к секциям и бассейну, а к книгам и моделированию, то даже простая привычка делать по утрам зарядку поможет проснуться, привести мышцы в тонус и быть со спортом если не на дружеской, то хотя бы на приятельской ноге.
- **Выступать на публике.** Как бы ни противились некоторые родители муштре на детсадовских утренниках, наивные четверостишия про зайчиков и елочку пушистую – это первый опыт публичных выступлений, которые будут практиковаться в школе и институте, а во многих случаях и на работе. Умению справиться со страхом выступлений психологи посвящают тома книг, мы же можем подбадривать и радоваться сначала стишкам для Деда Мороза, а в школьные годы – помогать продумывать концепцию выступлений и настраивать детей на успех.
- **Понимать природу денег.** Первое представление о деньгах ребенок получит, играя в магазин, но настоящую цену заработанному он узнает не скоро. Родительская задача – до вступления детей в самостоятельную жизнь обучить их финансовой грамотности. Каждый сам решит, что именно нужно знать: как вести бюджет, оплачивать счета, экономить, откладывать часть дохода или инвестировать его. Важно, чтобы, начав зарабатывать деньги, дети понимали, как умело ими распоряжаться.
- **Верить в лучшее.** Оптимистам все-таки легче живется, в конце их тоннеля всегда есть свет. Мы не можем повлиять на то, какой темперамент достанется нашим детям, но можем вселять уверенность в загрустивших меланхоликов, настраивать их на лучшее, верить в своих детей и собственным примером демонстрировать позитивное отношение к жизни.
- **Доводить дело до конца.** Упорство и нежелание бросать на полпути то, что не получается – не самое распространенное детское качество. Но его все-таки стоит развивать, ведь в будущем предстоит встретиться с задачами, которые нельзя

будет бросить, как недостроенную башню. Чтобы ребенок учился добиваться поставленной цели, нужно давать ему простые задания и постепенно повышать их сложность. А при возникновении трудностей показывать, как можно просить о помощи, как искать способ решения проблем и доводить начатое до конца. И обязательно дать прочувствовать удовлетворение от хорошо проделанной и завершенной работы.

- **Делиться.** Сейчас нередко говорят о том, что не стоит заставлять ребенка делиться вещами, если он этого не хочет. И, в общем, с этим сложно не согласиться, достаточно лишь спроецировать на себя ситуацию, когда нас, взрослых, попросят отдать кому-то вещь, которая нужна самим. Но все-таки есть большой человеческий смысл в том, чтобы уметь разделить то, что у тебя есть, с другим человеком. Еще Джек Лондон писал, что милосердие – это кость, поделенная с собакой, когда ты голоден не меньше ее.
- **Заботиться о близких.** Видеть, что кому-то необходима забота и участие (живущей одной бабушке, заболевшей тете, другу, сломавшему руку), и просто так предложить свою помощь – очень важно и для дружбы, и для будущей семейной жизни, и для того, чтобы, став родителем самому, уметь безусловно отдавать свою любовь, время и силы детям, не задумываясь о том, что получишь взамен.