

## Памятка для родителей



Научные исследования показали, что лень – неотъемлемая часть нашей жизни. И однажды наступает время, когда вы сталкиваетесь с детской ленью. Проблема на лицо: не убирает игрушки за собой, не идет выкидывать мусор и просто не реагирует на ваши слова о помощи.

Чтобы бороться с ленью ребенка, запаситесь терпением, а если оно у вас уже иссякло – долготерпением. Настроились? Тогда начинаем!

### *Личный пример*

«И в кого ты только такой!...» — сгоряча можете воскликнуть вы. И действительно, в кого? Чтобы эффективно бороться с ленью ребенка, нужен личный пример родителей. Вместе вытирайте пыль, делайте генеральную уборку. Проведите час разбора гардероба: вы аккуратно складываете свои вещи в шкаф, ребенок свои в комод.

### *Ответственность*

Закрепите шефство над цветами, часть поливаете вы, а пару растений ребенок своей лейкой. Дети любят, когда им что-то поручают, это помогает им почувствовать себя важным и нужным. Внимание! Проследите, чтобы цветы поливались не чаще одного раза в день, процесс так увлекает! Доверьте ребенку-школьнику приготовить салат из имеющихся продуктов, дайте готовый рецепт, и вы увидите, как чадо будет сиять на семейном обеде, довольный собой и своим шедевром.

### *Мотивация*

Психологи говорят, что лень – это отсутствие мотивации. Мы, взрослые, не

забудем наградить себя часом отдыха после трудового дня. Дайте мотивацию и ребенку. «Выгулай, пожалуйста, собаку, а потом ты посмотришь мультфильм». «Убери, пожалуйста, игрушки и мы почитаем твою любимую сказку». Чаще пользуйтесь самой простой и действенной мотивацией – словами благодарности, не скупитесь на похвалу после сделанного дела. Также важно не переусердствовать с мотивацией: не обещайте вкусную награду или деньги.

Отношение к выполнению любой работы, как к нудной обязанности, а не как процессу творчества, может привести к тому, что работа станет в тягость. Если к работе принуждать, то это может испортить отношение к любой работе даже у взрослых. А, что уж говорить о маленьком ребенке, который только начинает взрослеть.

Еще ребенок может не сознательно не желать что-либо делать. Это в основном происходит в тех семьях, в которых взрослые выполняют все дела не потому, что им хочется их выполнять, а потому, что «надо».

### *Я сам! Я сама!*

Кто чаще в вашей семье говорит эти слова? Вы или дети? Может быть, дети хотели убрать тарелки со стола, а вы подхватили их со словами: «Я сама». Не бойтесь небольших поломок, дайте детям возможность помогать вам, не пресекайте инициативу. Принцип «Я сам – я сама» помогает целенаправленно бороться с ленью ребенка.

### *Превращаем труд в игру*

В детстве основная деятельность – игра. В процессе игры дети учатся,

# Как бороться с ленью ребенка?

совершают ошибки, узнают новое и просто живут. Превратите труд в игру, и вы увидите, как она самостоятельно начнет бороться с ленью ребенка.

### ***Игра на меткость***

Уборка игрушек может превратиться в испытания на меткость: вы держите корзину, ребенок целится и попадает.

### ***Рекорд Гинесса***

Заведите блокнот с записями рекордов ребенка, для соревнования с самим собой. На время можно собирать игрушки, выкидывать мусор, заправлять постель, на улице соревноваться в беге с собакой. На утренней зарядке рекорд по приседаниям или отжиманиям. Нельзя на время убираться, чистить зубы, мыть посуду.

Очень плохо, если у ребенка нет таких людей в близком окружении, которые смогли бы его вдохновить и заинтересовать на отношение к делу творчески.

За ленью может еще скрываться и то, что ребенок хочет избежать неудачи. Даже взрослые не хотят выполнять дела, в которых они чувствуют себя слабыми. А, что уж здесь говорить о ребенке.

Детская лень может также возникать из-за дефицита игр и движений в жизни ребенка. Это происходит в тех случаях, когда из ребенка пытаются раньше сделать взрослого. При этом, не давая ему вдоволь восполнить его возрастные потребности в движении и игре.

### ***Чего нужно избегать родителям?***

1. Гиперопека: где только ешь, пей, играй, расти, а все остальное за тебя мы выполним сами. Несколько лет воспитания, которое проходит в таком духе, потребует и столько же лет перевоспитания.
2. Родители ребенка не слушают, а живут по принципу «надо и все». Ребенок тем самым учится что-то делать по принуждению, но не по своей инициативе.
3. Пресечение личной инициативы ребенка. Если ребенок хочет помочь папе подать молоток, а маме помочь приготовить обед, полить огород детской леечкой с бабушкой, то не нужно прогонять его такими словами: «Не трогай, ты еще маленький!» Пусть в ребенке развивается активность и трудолюбие, не подавляйте это.
4. Если родители переоценивают и недооценивают возможности своего ребенка, у него возникает то, что он пока не понимает своих задач и путей, как их решить.
5. Иногда родителям будет полезно поставить на место собственного ребенка, любого другого кроху, чтобы их критика была более тактичной и деликатной.
6. Родители также должны постараться творчески подойти к организации даже семейного досуга. Потому, что ленивое времяпрепровождение своего досуга, например, сидение за компьютером или телевизором, будет усваиваться и запоминаться ребенком, как жизненная норма, ленивый ребенок превратится в ленивого взрослого...

### ***Какие нужно выполнять родителям приемы, чтобы не допускать лени у ребенка?***

- Первое – не нужно подавлять инициативу ребенка.
- Не доделывайте за кроху его неоконченные дела.
- Не нужно постоянно твердить ребенку, что он ленивый!
- Используйте соревновательные моменты.
- Нужно иногда все же выделять определенное время, чтобы поленился.
- Не сильно злоупотребляйте такими видами отдыха, как телевизор и компьютер.
- За ребенком нужно закрепить посильные для него дела.
- Постарайтесь помогать находить ребенку интересные для его возраста и темперамента занятия.
- И не в коем случае не использовать детский труд, как наказание!

Бороться с ленью ребенка — не такая сложная задача, когда вы последовательны и постоянны в своих действиях. Занимайтесь воспитанием трудолюбия ежедневно, практикуйте пару советов и через какое-то время вы забудете, что такое ленивый ребенок!