Користь домашніх обов'язків для дітей

Виконання домашніх обов'язків розвиває у дітей багато навичок, необхідних для успішного дорослого життя. Молодші діти, виконуючи прості завдання (наприклад, складаючи одяг або заправляючи ліжко), розвивають координацію і навички моторики. Виконання домашніх обов'язків також підвищує здатність дитини слідувати інструкціям, а ще планувати і організовувати справи. Діти також вчаться керувати своїм часом.

У результаті дослідження, присвяченого звичкам навчання дітей, було встановлено, що у дітей, які регулярно виконували домашні обов'язки, успішність була вищою, ніж у їхніх однолітків.

Домашні обов'язки також допомагають дітям розвинути в собі почуття відповідальності. Вони не тільки вчаться виконувати роботу самостійно (що робить їх більш самостійними), їм прищеплюється почуття відповідальності за спільну справу і благополуччя всієї родини. Якщо дитина виконує поставлені перед нею завдання, вона розвиває почуття власної гідності і усвідомлює свій внесок у життя сім'ї.

Коли всю домашню роботу виконують батьки, дитина може відчувати себе залежною від них. Згодом вона починає чекати, що батьки будуть робити для неї все, що вона захоче.

Уміння подбати про себе і виконувати просту домашню роботу допомагає дітям стати більш самостійними. Так вони будуть краще готові до свободи, яка прийде, коли вони стануть старшими. Однак важливо розрізняти домашню роботу й елементарне вміння подбати про себе. Деякі діти вважають, що, якщо вони заправляють за собою ліжко і прибирають іграшки, або навіть чистять зуби, то вони вже виконують домашні обов'язки.

Проблему поглиблює одержимість дітей комп'ютерами і смартфонами. Вони ненавидять будь-які справи, які можуть на кілька хвилин відірвати їх від екрану. Дотримуйтеся правила: на першому місці завжди повинні бути заняття, пов'язані з доглядом за собою, виконанням домашніх обов'язків, доглядом за домашніми вихованцями і допомогою сім'ї. Якщо після цього у дитини залишається час, вона може використовувати його на розваги.

Серед батьків немає однозначної думки з приводу того, чи варто платити дитині за виконання домашніх обов'язків. Дитячі психологи стверджують, що діти повинні виконувати домашню роботу з тієї ж причини, що і дорослі - просто тому, що ця робота повинна бути виконана, а не тому, що за неї можна отримати винагороду. Якщо батьки вважають нормальним давати дитині кишенькові гроші, то це потрібно робити не за виконану роботу, а для того, щоб навчити розпоряджатися грошима. Дитина може зрозуміти цінність грошей, вартість різних речей, навчитися плануванню бюджету тощо.

Однак замість грошей за виконану домашню роботу діти повинні отримувати похвалу і подяку. Так вони повинні відчути гордість від того, що вони здатні виконувати роботу, свою самостійність і внесок в благополуччя сім'ї. Хвалити дитину потрібно після виконання роботи, часом можна обійтися короткими фразами: «Спасибі» або «Я пишаюся тобою». Постійна похвала позбавляє дитину ініціативи та особистої відповідальності за справу.

Іноді потрібно пояснити, за що саме ви хвалите дитину: «Мені подобається, що ти склав іграшки на свої місця», «Я пишаюся тим, що ти виконав роботу без нагадування», «У тебе вийшло акуратно заправити ліжко» тощо.

Найкраще давати дитині домашні обов'язки з раннього віку. З дошкільнятами можна робити це в ігровій формі: наприклад, запропонуйте дитині уявити себе татом чи мамою. Найменшим, можливо, буде потрібен певний час, щоб поспостерігати або потренуватися. Хвалити дитину потрібно за зусилля, які вона докладає, а не за якість виконаної роботи. Це стосується і дітей старшого віку, які освоюють нові обов'язки.

Для старших дітей і підлітків потрібен інший підхід, щоб привчити їх до відповідальності. Наприклад, можна провести сімейні збори. Заохочуйте дитину висловлювати свої пропозиції. Запитуйте її думку. Складіть список обов'язків для всіх членів сім'ї (і для дітей, і для батьків). Це послужить нагадуванням кожному, а також продемонструє, що внесок кожного в благополуччя сім'ї важливий. Коли дитина побачить, як багато всього батьки роблять вдома до і після роботи, це може стати для неї причиною задуматися.

Після того як ви затвердите план, використовуйте похвалу, коли дитина виконує свої обов'язки. Нагадуйте їй, якщо вона забуває їх виконувати. Іноді нагадувати доводиться кілька разів. До закінчення роботи дитина не повинна мати доступу до електронних пристроїв.

Знову ж таки, потрібно мотивувати дитину докладати зусилля. У цьому вам можуть допомогти два правила. Перше: коли дитина виконає роботу, вона може користуватися смартфоном і комп'ютером. Друге: дитина не повинна сидіти за комп'ютером або смартфоном весь свій вільний час. Час за екраном потрібно обмежити. Щоб дитина виконувала ці правила, не потрібно кричати на неї або її ображати. Зберігайте спокій і будьте послідовні.

І ще: ніколи не слід давати дитині домашню роботу в якості покарання за погану поведінку.

Зрештою, домашні обов'язки повинні відповідати віку і рівню розвитку дитини. Дітям 2-3 років можна доручити прибирати за собою іграшки, складати одяг в кошик для прання, наповнювати миску кішки або собаки кормом. Діти 3-5 років можуть допомагати прибирати зі столу, поливати квіти, витирати пил. Діти молодшого шкільного віку (6-9 років) можуть підмітати підлогу або прибирати ліжко. Діти у віці 10-13 років можуть готувати їжу або виносити сміття. Діти від 14 років можуть розморожувати холодильник або прасувати одяг.

Ніколи не пізно допомогти дитині навчитися бути самостійною і відповідальною. У майбутньому вона тільки подякує вам за навички і якості, які ви їй прищепили. Вони дійсно важливі для щасливого й успішного життя.