«Прививки от детской лени»

Лень может стать приобретенной моделью поведения, если не скорректировать привычки ребенка. Есть взрослые, которые считают, что трудолюбие придёт с возрастом, с необходимостью решать проблемы и добиваться целей. Так не бывает — все негативные установки ребенок переносит во взрослую жизнь. Если безделье не пресекается родителями, то сын/дочь и дальше не будет сильно «напрягаться». Лень будет проявляться и в учёбе, и в карьерном росте, и в выстраивании отношений.

Труд необходим для полноценного психического и физического развития. Праздность и безделье нередко приводят к деградации личности. Как сказал Антон Семёнович Макаренко, «Труд — это совсем не то, чем заняты руки ребенка, подростка. Труд — это то, что развивает маленького человека, поддерживает его, помогает ему самоутвердиться».

«Прививки» от детской лени

Распорядок дня. Он должен содержать все необходимые действия, включая учебу, занятия спортом, домашние дела, время для отдыха и развлечений. Благодаря расписанию ребенку будет легче разобраться в своих делах и упорядочить их.

Мотивация. Дети часто теряют желание что-то делать, когда сталкиваются с трудностями или не видят результатов/не получают награды за свои усилия. Чтобы поддержать ребёнка, хвалите его, поощряйте. Это может быть доброе слово, похвала, например, можно сказать: «Я видела, как усердно ты трудился над этим проектом. Ты сделал отличную работу!». Такая оценка поможет ребенку ощутить удовлетворение от своих усилий.

Личный интерес. Ребенок может лениться, если ему не интересны те или иные занятия. Попробуйте «вычислить» интересы и организовать план дня в соответствии с ними. Например, если ребенок увлекается наукой, вы можете найти ему интересные научные эксперименты или игры, занятия в специализированных кружках.

Здоровый образ жизни. Правильное питание и регулярные физические упражнения, как известно, бодрят. Недостаток энергии лечится спортом.

Понятные правила и цели. Установите правила и цели для своего ребенка. Например, ребенок должен закончить все домашние задания перед тем, как играть в игры, а по субботам он принимает участие в уборке, и только потом — гулять.

Личный пример. Дети часто наблюдают за поведением своих родителей и могут подражать им, поэтому важно демонстрировать хороший пример. Проводите вместе больше времени — привлекайте ребенка к домашним делам. Пусть он увидит и почувствует на себе, как мама крутится «как белка в колесе», чтобы обеспечить комфортный быт всем домочадцам.

Демонстрация лени. Если ребенок неохотно отзывается на «прививки от лени», проведите эксперимент. В выходной день не выходите в привычное время из своей комнаты, не готовьте завтрак, объяснив это тем, что вам не хочется этого делать. Откажитесь от домашних дел — пусть ребенок увидит, что безделье реально может подпортить жизнь, и что здорово немного полениться, когда позади — сделанные дела!

Лень у детей может быть вызвана различными причинами, и ее преодоление часто требует времени и терпения со стороны родителей.

Каждый ребенок уникален, и путь к трудолюбию и целеустремлённости, соответственно, у каждого свой — универсального рецепта нет. Важно понимать потребности и интересы своего ребенка, чтобы умело приспосабливать методы и подходы в зависимости от конкретной ситуации.

У некоторых детей лень может быть частично связана с психологическими или медицинскими проблемами, поэтому не стесняйтесь обращаться за помощью к профессионалам, при этом давить на ребенка нельзя. Необходимо мягко его убедить в необходимости визита к специалисту. Совместная работа с психологом поможет выявить корень проблемы, причины ее появления и разработать индивидуальный подход к ее решению.

И самое главное – в борьбе с ленью у ребенка нельзя прибегать к агрессивным методам, крикам и наказаниям. Ребенок может просто закрыться в себе и делать назло, особенно в подростковом возрасте.

Маме стоит взять на себя роль домашнего дипломата и в спокойных доверительном общении объяснять ребёнку важность саморазвития. Главное – подобрать правильный «ключик», и ребенок обязательно пойдет навстречу.

Источник: [https://www.ya-roditel.ru/](https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fwww.ya-roditel.ru%2F&post=-117370064_2317&cc_key=)

Лень может стать приобретенной моделью поведения, если не скорректировать привычки ребенка. Есть взрослые, которые считают, что трудолюбие придёт с возрастом, с необходимостью решать проблемы и добиваться целей. Так не бывает — все негативные установки ребенок переносит во взрослую жизнь. Если безделье не пресекается родителями, то сын/дочь и дальше не будет сильно «напрягаться». Лень будет проявляться и в учёбе, и в карьерном росте, и в выстраивании отношений.

Труд необходим для полноценного психического и физического развития. Праздность и безделье нередко приводят к деградации личности. Как сказал Антон Семёнович Макаренко, «Труд — это совсем не то, чем заняты руки ребенка, подростка. Труд — это то, что развивает маленького человека, поддерживает его, помогает ему самоутвердиться».

«Прививки» от детской лени

Распорядок дня. Он должен содержать все необходимые действия, включая учебу, занятия спортом, домашние дела, время для отдыха и развлечений. Благодаря расписанию ребенку будет легче разобраться в своих делах и упорядочить их.

Мотивация. Дети часто теряют желание что-то делать, когда сталкиваются с трудностями или не видят результатов/не получают награды за свои усилия. Чтобы поддержать ребёнка, хвалите его, поощряйте. Это может быть доброе слово, похвала, например, можно сказать: «Я видела, как усердно ты трудился над этим проектом. Ты сделал отличную работу!». Такая оценка поможет ребенку ощутить удовлетворение от своих усилий.

Личный интерес. Ребенок может лениться, если ему не интересны те или иные занятия. Попробуйте «вычислить» интересы и организовать план дня в соответствии с ними. Например, если ребенок увлекается наукой, вы можете найти ему интересные научные эксперименты или игры, занятия в специализированных кружках.

Здоровый образ жизни. Правильное питание и регулярные физические упражнения, как известно, бодрят. Недостаток энергии лечится спортом.

Понятные правила и цели. Установите правила и цели для своего ребенка. Например, ребенок должен закончить все домашние задания перед тем, как играть в игры, а по субботам он принимает участие в уборке, и только потом — гулять.

Личный пример. Дети часто наблюдают за поведением своих родителей и могут подражать им, поэтому важно демонстрировать хороший пример. Проводите вместе больше времени — привлекайте ребенка к домашним делам. Пусть он увидит и почувствует на себе, как мама крутится «как белка в колесе», чтобы обеспечить комфортный быт всем домочадцам.

Демонстрация лени. Если ребенок неохотно отзывается на «прививки от лени», проведите эксперимент. В выходной день не выходите в привычное время из своей комнаты, не готовьте завтрак, объяснив это тем, что вам не хочется этого делать. Откажитесь от домашних дел — пусть ребенок увидит, что безделье реально может подпортить жизнь, и что здорово немного полениться, когда позади — сделанные дела!

Лень у детей может быть вызвана различными причинами, и ее преодоление часто требует времени и терпения со стороны родителей.

Каждый ребенок уникален, и путь к трудолюбию и целеустремлённости, соответственно, у каждого свой — универсального рецепта нет. Важно понимать потребности и интересы своего ребенка, чтобы умело приспосабливать методы и подходы в зависимости от конкретной ситуации.

У некоторых детей лень может быть частично связана с психологическими или медицинскими проблемами, поэтому не стесняйтесь обращаться за помощью к профессионалам, при этом давить на ребенка нельзя. Необходимо мягко его убедить в необходимости визита к специалисту. Совместная работа с психологом поможет выявить корень проблемы, причины ее появления и разработать индивидуальный подход к ее решению.

И самое главное – в борьбе с ленью у ребенка нельзя прибегать к агрессивным методам, крикам и наказаниям. Ребенок может просто закрыться в себе и делать назло, особенно в подростковом возрасте.

Маме стоит взять на себя роль домашнего дипломата и в спокойных доверительном общении объяснять ребёнку важность саморазвития. Главное – подобрать правильный «ключик», и ребенок обязательно пойдет навстречу.

Источник: [https://www.ya-roditel.ru/](https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fwww.ya-roditel.ru%2F&post=-117370064_2317&cc_key=)