«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=)