

Хочу или должен?

Как заставить ребёнка выполнять обязанности

Важно, чтобы дети делали не только то, что они хотят, но и то, что им нужно. Можно ли этого добиться без споров и давления?

Побуждение к действию

«Мотивация» переводится на русский язык как «побуждение к действию». Ребёнок может часами играть, бегать с друзьями или плескаться в бассейне. Для желаемых действий мотивация ему не нужна – она присутствует изначально. Но как заставить малыша делать то, что ему не хочется?



Шантаж и угрозы

Мы зачастую используем угрозы, шантаж, давление на чувство вины... «Не сделаешь уроки – не будешь смотреть мультики», «Если бы ты меня любил, ты бы вынес мусор», «Все хорошие девочки убираются в комнате, а лентяйки – нет», «Не будешь помогать, мы тебя отдадим милиционеру, а возьмём другого ребёнка и будем его любить». Мы нередко говорим такие фразы, чтобы привлечь детей к делам, которые им неинтересны, но не задумываемся о последствиях сказанного.

Любая подобная фраза способна не только вызвать стопроцентное отвращение к вынужденному делу, но и привести к неврозу (не сделаю – меня не будут любить!!!).

А как ещё заставить ребёнка не только смотреть в монитор компьютера, но и по дому помогать, спросите вы? Если он всё делает из-под палки и ничего ему, видите ли, не нужно!

Давайте разберёмся, почему у него отсутствует мотивация.

Почему он не хочет?

Психологи выделяют три основные причины отсутствия побуждения к действию.



У ребёнка нет уверенности в том, что всё получится (он может отказаться убираться в комнате лишь потому, что в прошлый раз после уборки вы осудили его, сказав, что он прибрался недостаточно хорошо).

Малыш неспособен сконцентрироваться на поставленной задаче, потому что в силу возраста он может сосредоточиться лишь на том, чего действительно хочет.

У ребёнка нет плана действий: ваше чадо может элементарно не знать, с чего начать, быть может, вам стоит предложить ему определённый алгоритм действий?

А ещё дети просто не понимают, для чего им делать что-то не очень интересное. Ну зачем, к примеру, убирать постель, если вечером её нужно разбирать снова? Зачем ребёнку учить урок по нелюбимому предмету, если он не собирается становиться географом или историком? Зачем есть суп, когда на полке лежат конфеты? Какова конечная цель и выгода всего этого предприятия?

Самое интересное, что на некоторые вопросы у вас точно не будет ответа. Но мотивировать ребёнка всё-таки надо. Как это сделать?

Из двух зол

«Что ты будешь: подметать пол в кухне или мыть полы в детской?» Предоставьте малышу выбор, не предложив любимого действия. Ребёнку придётся остановиться на меньшем из двух зол.

Игра и обязанности

Смешайте домашние обязанности и игру. Предложите ребёнку микс из того, что хочет он, с тем, чего хотите вы. «Давай посоревнуемся, кто быстрее соберёт все игрушки в корзину!»

Сделайте его победителем

Дети любят похвалу. Это не тщеславие, для ребёнка похвала – это возможность убедиться в том, что он может, что он способен.



Не забывайте хвалить своё чадо и говорить ему о том, какой он молодец. Ведь вы и сами знаете, что после похвалы даже нелюбимую работу хочется выполнять с особым усердием.

Обозначьте цель

Расскажите ребёнку понятным ему языком, зачем ему это делать. Возможно, он увлекается компьютером, тогда знания по русскому и английскому помогут ему в будущем стать успешным программистом. Возможно, ваша дочка часами прихорашивается, в то время как в её комнате полный бардак. Она хочет нравиться? Поясните, что нравятся не только привлекательные девушки, но и следящие за порядком в своём доме.



Откажитесь от манипуляций

Давления, упрёков, шантажа быть не должно. Этим вы не только разовьёте у ребёнка нелюбовь к обязательным делам, вы воспитаёте в нём привычку поддаваться на шантаж и манипуляции других людей. И сделаете его неврастеником.



Расслабьтесь

Здесь в очередной раз на то, что малыш не собрал игрушки, задумайтесь: а кому станет легче от идеального порядка в доме? Возможно, наступил момент, когда вам лучше всего расслабиться и, попивая чай с чабрецом и мятой, с улыбкой наблюдать за тем, как растёт ваш ребёнок.