

Как научить ребёнка самоконтролю?

Рассмотрим, что подразумевается под таким сложным названием, как «самоконтроль». Если ребенок научился сознательно планировать и регулировать свою деятельность (ликуйте, родители!) у ребенка развит самоконтроль. Успешное обучение в школе предполагает развитие двух основных направлений самоконтроля: самоконтроля поведения и самоконтроля учебной деятельности.

Отсутствие или недостаточное развитие самоконтроля поведения превращают школьную жизнь ребенка в настоящий ад — ему сложно соответствовать требованиям режима и переносить нагрузку учебной программы. Самоконтроль поведения должен быть сформирован у ребенка еще до школы. В первом классе он совершенствуется, стабилизируется и обычно ребенок справляется со стрессом адаптации к школьной жизни, приобретает новые навыки общения с одноклассниками, втягивается в новый режим.

Развитие самоконтроля в учебной деятельности проявляется в умении выполнять работу, действовать по определенному образцу, соблюдать последовательность действий, находить в работе допущенные ошибки и самостоятельно исправлять их. Для этого ребенку необходимо идти путем проб и ошибок, а родителям — обсуждать с ним результаты ошибочных действий, не ругая, а делая выводы.

Развитие самоконтроля зависит во многом от реакции родителей на ошибки, допущенные в домашнем задании. Нередки ситуации, когда ребенок, торопливо выполняя домашнее задание, делает много ошибок, злится, все зачеркивает, и, не зная, что делать дальше, ищет помощи у родных. В таких ситуациях надо поддержать ребенка.

Мама успокаивает: «Петя, ты поспешил с решением, не подумал. Не расстраивайся, злиться можно только на самого себя, но это не поможет решению задачи. Успокойся, подумай, и у тебя все получится правильно». Петя справился с задачей. Мама поступила мудро — не огорчала сына, не отругала, а оказала ему поддержку в осмыслении происходящего.

Родители и учителя, иногда не желая того, порождают в детях боязнь ошибочных действий, страх наказания за ошибки. Поэтому у ребенка и затормаживается внутреннее желание действовать самостоятельно, контролировать себя, брать

ответственность за выполняемую работу. Когда слишком силен контроль взрослых, личность ребенка «задавлена» и долго будет неспособна к развитию самоконтроля.

Важно помнить!

- Формирование у ребенка самоконтроля во многом зависит от умения родителей своевременно предоставить ему возможность действовать самостоятельно, достигать результата, брать на себя ответственность за достижение цели.
- Самое сложное для родителей во взаимоотношениях с ребенком — признание и развитие его инициативы, передача ответственности в его руки, предоставление ему определенной свободы действий, способствующей развитию самостоятельности и самоконтроля.
- Уделите внимание выработке у ребенка адекватной эмоциональной реакции на допущенные ошибки. Вместо огорчения, злости и агрессии надо вырабатывать умение спокойно принимать ситуацию, ее осмысливать и делать выводы в будущем.