

Детская лень: причины и методы борьбы

Далеко не редкость, что многие дети демонстрируют абсолютное нежелание что-либо делать. Например, родители просят помочь по дому, убрать свои игрушки или сделать собственными руками подарок бабушке на день рождения, а малыш или отказывается, или принимается за все с огромной неохотой, хотя само дело никак нельзя назвать сложным или невыполнимым. Скорее всего, он просто ленится. Почему так происходит и как справиться с детской ленью, расскажет «Я — Родитель».

Причины детской лени

1. Неправильное поведение родителей: излишняя опека

Причин детской лени — множество. Однако самые главные из них базируются на неправильном поведении родителей. Задумайтесь, как часто вы перехватывали у своего малыша инициативу: «Ты еще маленький, я сама все уберу!», «Не трогай, а то испортишь!», «Не бери чашку — разобьешь!». В подобных ситуациях родители попросту лишают ребенка инициативы и не разрешают ему заниматься каким-либо делом, предполагая, что сами справятся быстрее. В таком случае у малыша может и вовсе пропасть желание стремиться к самостоятельности: зачем, если все равно не разрешат или назовут «неумехой»?

2. Особенности темперамента

Рассуждая, ленивый ваш ребенок или нет, не забудьте остановиться на [оценке его темперамента](#). Может быть, ваш малыш — холерик или сангвиник. Тогда становится ясно, почему ему не дается работа, требующая концентрации внимания и усидчивости. Скорее ее выполнит сосредоточенный флегматик или меланхолик. Однако крохи с названными типами темперамента будут с трудом выполнять задания, где необходима быстрота реакции и активное общение.

3. Скука

Причиной лени бывает и банальная скука. Дети всегда очень подвижны: им нужно постоянно бегать, что-то придумывать и куда-то выплескивать свою энергию. Если же родители или воспитатели в детском саду постоянно заставляют их сидеть тихо и не мешать, то веселые и любознательные дети превращаются в грустных и безынициативных.

Иногда встречаются ситуации, когда ребенок не может выплеснуть свою энергию в детском саду и, приходя домой, хочет вдоволь набегаться и поиграть, а родители вместо этого заставляют его заниматься скучными делами — например, убирать игрушки. То же случается, когда вечернюю прогулку с ребенком мама с папой заменяют на просмотр телевизора: малышу не удастся выплеснуть свою энергию — он обижается, злится и, безусловно, ни о каком удовольствии от помощи по дому в таком случае уже не может идти и речи.

4. Непонимание: зачем это делать?

Порой дети просто не понимают, зачем необходимо выполнять то или иное действие. Зачем собирать игрушки, если завтра их снова нужно будет доставать? Зачем утром заправлять кровать, если вечером снова нужно будет в ней спать? Так происходит, когда родители просто требуют от ребенка соблюдения порядка, но не объясняют, почему это важно.

5. Незаинтересованность

Часто ребенок не хочет приниматься за то или иное дело, так как оно ему просто неинтересно. Родителям необходимо дать малышу мотивацию, вызвать в нем желание приняться за какое-либо занятие, наметить его цель. Тогда дети будут стремиться к достижению конечного результата, а он в свою очередь будет приносить им удовольствие.

6. Боязнь неудачи

Возможно, ребенок не берется за какое-то дело, так как просто испытывает страх неудачи. Например, не хочет учить стихотворение, потому что в прошлый раз неудачно прочитал его на уроке и был «награжден» насмешками одноклассников. Здесь уже проблема в неуверенности в себе, вероятно, даже в низкой самооценке.

Как бороться с детской ленью?

Если ваш ребенок ленится, стоит задуматься о том, как исправить ситуацию.

- Не забывайте, что дети впитывают все то, что делают и говорят родители, поэтому в первую очередь присмотритесь к собственному поведению. Если вы вместо приготовления ужина заказываете пиццу на дом, оставляете на ночь грязную посуду в раковине, вечернюю прогулку заменяете на «просиживание» за компьютером или на просмотр телевизора, а вместо утренней зарядки нежитесь в постели лишние двадцать минут — ребенок просто берет с вас пример! Вам нужно изменить собственное поведение, чтобы малыш равнялся на вас.
- Поощряйте самостоятельность ребенка и помните, что чрезмерная опека лишь вредит ему. Ничего страшного не случится, если малыш подметет пол не так чисто, как это сделали бы вы, или же разобьет одну чашку из сервиза, пока расставляет их в серванте. Это не беда и не трагедия!
- Не наказывайте принудительным трудом («За непослушание сегодня будешь мыть посуду!», «Раз не сделал уроки — иди убирайся в комнате!»). Подобные взыскания вызовут в ребенке отвращение к любой работе и абсолютное нежелание трудиться. А нежелание трудиться, в свою очередь, породит лень.
- Почаще давайте ребенку мелкие поручения, только делайте это не приказным тоном, а в форме просьбы. Так малыш почувствует, что вы доверяете ему — это повысит его самооценку. Не ругайтесь, если у него что-то не получается с первого раза, лучше спокойным и доброжелательным тоном объясните, как можно все исправить.
- Составьте расписание домашних дел для всех членов семьи и научите ребенка его придерживаться, закрепите за ним несколько посильных занятий. Но не забывайте следовать расписанию и сами! В противном случае, наблюдая за вами, малыш однажды заявит, что не хочет сегодня убирать игрушки и сделает это завтра, потому что устал.
- Следите за режимом ребенка. Помните, что помимо домашних заданий и выполнения поручений по дому, он должен гулять, играть и полноценно отдыхать (однако обращайтесь внимание, чтобы ребенок не злоупотреблял такими «ленивым» досугом, как просмотр телевизора и времяпрепровождение за компьютером). Если режим сна, отдыха и работы ребенка постоянно меняется, то сбиваются и его биоритмы, а это провоцирует проблемы со здоровьем и появление плохого настроения.
- Всегда поощряйте стремление ребенка помочь вам. Помните, что лень развивается именно тогда, когда вы запрещаете ему что-то делать. Выполняйте домашние дела вместе с ребенком, придумывайте игровую форму для обычных дел и не забывайте всегда хвалить его за помощь.