

## *Здравствуйте, равнодушные родители!*

Сегодня поговорим о том, как научить ребёнка делать выбор.



Люблю зиму! И не только потому, что не жалею жару, но ещё потому, что именно зимой (не знаю почему) мыслишь совсем иначе. Для меня это время глубоких раздумий и важных открытий (некоторые это состояние называют ещё депрессией).

Итак, наступила зима. Я уже 2 часа как дома, а мыслями ещё там, на работе, рядом с обратившимся кадетом - учеником 8 класса. Ему сейчас очень грустно, и тяжело. Родители считают, что кадету пора становиться взрослым и самостоятельным. Самому принимать какие-то важные решения и отвечать за них. Но подростку тяжело делать выбор. А делать выбор приходится часто. Например, с кем пойти гулять на улицу в выходной день или остаться учить уроки, с кем дружить. И такие вопросы возникают повсеместно. Выбирать он не умеет, да и не понимает, зачем вообще нужно выбирать. Ведь в каждом варианте есть что-то своё особенное, уникальное, притягательное. А сделав выбор, придется от чего-то отказаться.

Приведу пример из истории... «Сегодня я с детьми у моих родителей. Дома пахнет яблоками. Мама расставила на кухне тазы, доверху наполненные ранетками. Все присутствующие в приятном ожидании бабушкиных вкусностей. Старший сыночек общается с бабушкой на важные "взрослые" и "мужские" темы, куда мам не допускают. А младший, который вот только научился ходить, и каждый день оттачивает это своё новое умение, изучает устройство бабушкиной квартиры. Изучает мир, чтобы потом найти в нем своё место.

И вот Темка (младший сыночек) дошел на кухни. А тут такое! Возглас бесконечного удовольствия и радости раздался по всей квартире! Я поняла, что бурный восторг вызвали тазы с яблоками. Он хватает первое попавшееся яблоко, и восторженный несется с ним в зал, по дороге пробуя на вкус свое открытие. Но, сделав всего несколько шагов, он возвращается к тазу. Надкусанное яблоко, секунду назад вызвавшее столько эмоций, падает из маленькой ручонки. И тут же в ней появляется уже другой фрукт. Те же эмоции, тот же восторг. Но пара шагов и процедура повторяется: надкусанное яблоко валяется на полу, а он, радостный, кусает следующее. Видимо решив, что хождение в данном случае только замедляет процесс познания, Темка уже не выходит в зал, а сидит рядом с тазиком, перебирая ранетки. Итог: на полу куча надкусанных яблок, столбик настроения гостей явно подрос, а бабушка близка к нервному срыву. Ради сохранения бабушки Тему уводят с кухни. Он кричит, сопротивляясь несправедливости происходящего. Но тут же успокаивается, как только в руке появляется...яблочко из того же тазика. Он снова восторженный носится по комнатам, жуя единственный фрукт в руке. Что же до меня?...еще один инсайт, подаренный ребенком.»

Жизнь прекрасна в своем многообразии. Мы ее за это очень любим и ценим. А еще стремимся ее постигать, пробуя это разнообразие "на вкус". Но у каждой монеты есть 2 стороны. И если разнообразие, с одной стороны, делает нашу жизнь ярче, интереснее, и можно сказать даже вкуснее, то с другой стороны, это же самое разнообразие затрудняет нам нашу жизнь, создает напряжение, тревогу, когда нужно делать выбор. Как можно выбрать только одно яблочко? А вдруг вон то, с длинной ножкой вкуснее? А вдруг не это, а то, у которого красный бочок? Или то - с листиком?

А как это может узнать маленький ребенок? Ведь у него еще нет критериев выбора. Он опытным путем вырабатывает свою стратегию. И рано или поздно, я уверена, он научится выбирать!

Что происходит, когда ребенку не дают этого права - права наработать этот свой опыт? Да, поначалу он может сопротивляться и даже плакать. Но если выбор сделают за него, и избавят его от этого мучительного напряжения и стресса - "взвешивать" важность и ценность в данный момент для него самого каких-то критериев? Ему станет проще жить (хотя нет, это только иллюзия), и он даже может обрадоваться. Ему ведь не нужно делать такую сложную работу - учиться выбирать. За него это сделали взрослые. Бабушка решила, по каким-то своим (неозвученным для ребенка) критериям, что именно это яблоко - самое вкусное. Ребенок ей поверил, ведь она взрослая и умная, она лучше знает...

Но что будет, когда ему будет 12, и в один прекрасный момент ему скажут "Выбирай сам"... СТРЕСС, ДИПРЕССИЯ.....



Не давая права выбора своим детям, Вы обезоруживаете их! Вращиваете синдром **выученной беспомощности** — это состояние, мышление, поведение, характеризующееся тем, что человек ведет себя беспомощно — то есть пассивно: не улучшает негативные условия своей жизни, даже когда имеет такую возможность. Он разучается расставлять приоритеты, делать осознанный выбор, искать выход из сложившейся ситуации; склонен обвинять всех: власть, руководство, окружение, но только не себя. А Вы даёте своему сыну право выбора?

*Педагог – психолог И.А. Попова*