

ЗОНА ОТВЕТСТВЕННОСТИ РЕБЕНКА: ВОСПИТЫВАЕМ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ

Динара Арибжанова



2014

«Растим девочку... Растим мальчика»

Оглавление

Отзывы наших читателей.....	3
От автора.....	5
Введение	6
Обязанности ребенка. Какие и чему они учат.....	8
Когда и как начинать приучать к обязанностям.	10
Как же приучать к домашним обязанностям?	11
Обязанности ребенка в зависимости от возраста	12
Обязанности детей до 2-3 лет	14
Обязанности трехлетнего ребенка	14
Обязанности четырехлетнего ребенка	15
Обязанности пятилетнего ребенка.....	16
Обязанности шестилетнего ребенка.....	17
Обязанности семилетнего ребенка	17
Обязанности восьми и девятилетнего ребенка	18
Обязанности девяти и десятилетнего ребенка.....	19
Обязанности десяти и одиннадцатилетнего ребенка	19
Обязанности одиннадцати и двенадцатилетнего ребенка	20
Обязанности учеников старших классов.....	20
Заключение.....	21
Вы можете ознакомиться и с другими нашими материалами.....	22
Наши контакты	23

Отзывы наших читателей

Здравствуйте, пишу прямо после прочтения. Книга мне понравилась. Обязанности прям слово в слово, все дочка делает, даже масло на бутерброд намазывать начала, я ей не запрещаю (4года). Часто ловлю себя на мысли, что хочется сделать за нее, побыстрее, но как могу, сдерживаюсь, позволяю самой. Вот только одевание у нас самостоятельно длится часами, а когда торопимся с/на занятие, так вообще я ее одеваю. И с кормлением беда, если ее не кормить, так и просидит, болтая и вертясь во все стороны...В книге Вы напомнили мне, что надо вовремя ловить интерес ребенка к самостоятельному действию, и тогда он потом будет это делать сам и ответственность за его выполнение будет естественной, как и должна быть. Но если момент упущен? Что же делать, как извне навязать обязанность? Вот тут Вы даете три пункта, три шага, как это делать. Буду пробовать. Хочется, конечно, все сразу, а придется по неделям биться над одним... Еще очень хороший момент, в самом начале, Вы говорите о пользе самостоятельности, вот об этом многие мамочки сейчас забывают, когда делают за ребенка все. А ведь это действительно очень важно, приучение к обязанностям это не просто навыки самообслуживания, это еще и умение добиваться целей, планировать и отвечать за последствия своих поступков. Это крайне важно напомнить современным мамам.

Кристина, мама четырехлетней дочери

Уже некоторое время я испытываю трудности с приобщением детей к самостоятельности. Особенно после того, как старшая пошла в первый класс, а младшая почувствовала свою "взрослость", перейдя из ясельной в младшую группу в садике. Проблемы с самостоятельностью подкралась как-то незаметно и стали нормой жизни. Если честно, я уже совершенно "опустила руки" и просто шла на поводу у своих детей. До тех пор, пока не познакомилась с книгой Динары "Зона ответственности ребёнка: воспитываем самостоятельность!". Это практическое руководство к действию! Мне понравилось то, что книга легко читается, она совсем небольшая. Информация четко структурирована по возрастам ребёнка и есть понятный алгоритм приучения к ответственности. Прочитал и сразу применил - получил результат. У меня уже наметилась позитивная тенденция: девочки убирают игрушки и за собой после еды без напоминания.

Флида Бурина-Гершина, мама двух девочек

Если вы хотите воспитать своего ребенка ответственным и самостоятельным, получив четкий алгоритм, как это сделать, прочтите книгу. Это своеобразный тайм-менеджмент для детей. Книга не только рассказывает о том, что нужно делать сейчас, но и ориентирует родителей на то, как скажутся их поступки на будущем ребенка. Видно, что книга написана не дилетантом, однако язык изложения очень простой и приятный. Спасибо, Динара, за Вашу работу.

Наталья Пушкар

Спасибо Вам за интересный материал. Много полезного и интересного, не могу сказать, что для меня это ново, но я еще раз получила подтверждение, что все делаю правильно. Так получилось, что родственников и бабушек не было рядом и справляться приходилось самой. Поэтому совмещала домашние дела и ребенка настолько, насколько получалось: на кухне дочь играла посудой, вместе вешали белье, в слинге ходили в магазин за продуктами и т.д. Сначала я немного расстраивалась, что у меня нет таких помощников, как у знакомых и подруг, но сейчас я просто счастлива, что прошла этот путь самостоятельно. Дочке скоро исполнится 2 годика, в "день космонавтики", а она у меня уже с удовольствием делает многие дела по дому. Пылесосит, подметает, моет полы и посуду со мной (правда пока по своему, и с небольшим результатом, однако). Одевать себя дочка не дает, требует "САМА", я не сопротивляюсь, только смотрю, чтобы все правильно было. А такие вещи как: кушать и горшок я уже почти не контролирую, да и горшок она выносит сама, ну или приносит родителям, чтобы его помыли. Конечно, бывают ситуации, когда не все так гладко, да и за собой не всегда хочет убирать, я просто стараюсь не делать на этом акцент, и постепенно все возвращается на круги своя. Самое приятное для меня открытие было, это то, что мне не приходится ничего заставлять, я за что-то берусь, а дочурка уже тут как тут. Согласна с вами, главное не отбить желание, да и терпение маме требуется железобетонное.

А материал Вашей книги будет для меня опорой, чтобы не преувеличить зону ответственности ребенка, и реально понимать на что способен ребенок в определенном возрасте. Спасибо!

Кристина Удальцова

От автора



**Здравствуйте,
мои дорогие читатели и читательницы!**

Давайте познакомимся!

Меня зовут – Динара Арибжанова.

Я - практикующий психолог, гештальт-терапевт, интернет-тренер, автор проекта «Растим девочку... Растим мальчика», мама двух дочерей.

В своей очной практике я работаю с детьми и со взрослыми, индивидуально и в психологических группах. Хочу отметить, что по собственным наблюдениям я убеждаюсь в том, что каким бы «проблемным» ни был ребенок, работать отдельно с ним, не привлекая родителей, практически бесполезное занятие. Многие «ошибки» родители совершают не столько, потому что вынуждены это делать или не любят малыша, или не понимают важности процесса воспитания, а зачастую, потому что просто не знают, как формируются те или иные качества дитя, к каким последствиям приводят те или иные действия или слова в адрес ребенка со стороны взрослых.

Поэтому одной из задач моей деятельности в рамках онлайн-проекта «Растим девочку... Растим мальчика...» является просвещение, информирование родителей о том, как формируется личность и характер ребенка, как именно наше «воспитание» сейчас отзовется в будущем для взрослого человека, которого мы растим сегодня.

При опросе родителей, на вопрос «каким вы хотите видеть своего ребенка», среди прочих ответов одни из наиболее частых – самостоятельным, независимым, ответственным.

В этой небольшой книге я хочу рассмотреть, как домашние обязанности влияют на формирование этих качеств у ребенка.

Возможно, в силу сжатости материала, у вас возникнет много вопросов.

Вы можете смело задавать их мне по электронной почте на da-psixolog@mail.ru

Желаю Вам приятного прочтения и радости в процессе воспитания!

Введение



Человек в течение жизни проходит путь от полной зависимости к независимости, а затем взаимозависимости.

Если говорить о ребенке, то он рождается абсолютно зависимым от взрослых, и задача последних помочь ему стать независимым от них.

Что же такое независимость?

Существует множество трактовок этого понятия. Я же хочу выделить два основных компонента: *способность самому позаботиться о себе* (навыки самообслуживания, социальные навыки) и *способность жить, ориентируясь в первую очередь на собственные потребности*, восприятие или оценки, а потом уже соотнося их с требованиями окружения или мнениями других людей, а не наоборот.

Толкование «независимости» как способности самому позаботиться о себе, по сути, синонимично слову «самостоятельность». Однако «самостоятельность» также является более широким понятием.

Самостоятельность – это обобщенное свойство личности, проявляющееся в инициативности, критичности, адекватной самооценке и чувстве личной ответственности за свою деятельность и поведение.

Таким образом, такие качества как независимость, самостоятельность и ответственность тесно взаимосвязаны.

Все эти качества развиваются у ребенка благодаря правильному формированию личных или, как их еще называют, личностных границ.

Личные границы, можно определить как некую невидимую линию, которая очерчивает наше психологическое пространство. Эта линия определяет некие пределы, внутри которых распространяется наше влияние, а также зону нашей ответственности, то есть за что мы отвечаем, а за что нет.

Тема формирования личных границ очень емкая. В этой книге мы рассмотрим лишь одну, но очень важную сферу, которая помогает воспитать у ребенка ответственность и самостоятельность – **сферу обязанностей ребенка.**

Обязанности ребенка. Какие и чему они учат.



Все обязанности, которые могут и должны быть у ребенка, делятся на **2 категории**.

❖ В первую входят обязанности, которые *концентрируются на собственных потребностях ребенка*: следить за своей одеждой, собирать свои вещи и игрушки, поддерживать порядок в своей комнате и т.д.

❖ Вторая категория обязанностей, это *домашние дела, вклад в жизнедеятельность семьи*.

При этом важно следующее. Во-первых, *учитывать возрастные особенности ребенка*. Во-вторых, у родителей должно быть четкое представление, какие именно дела поручаются ребенку, насколько регулярно они должны выполняться и в каком объеме.

По сути, постепенное появление у ребенка обязанностей, касающихся его самого или всей семьи в целом, есть **процесс плавной передачи родителями ответственности** за жизнь ребенка в его собственные руки, и, следовательно, формирование самостоятельности.

Для того чтобы полнее ощутить важность и необходимость своевременного введения обязанностей в жизнь ребенка, давайте рассмотрим подробнее – чему они учат наших детей.

Ребенок вырастет **аккуратным и трудолюбивым**. При этом если обязанности в его жизни появляются достаточно рано, их принятие и выполнение становится для ребенка чем-то вполне естественным. Он не будет воспринимать их как наказание или обузу. Домашние обязанности также развивают у ребенка умение находить время на дела по дому, находить пользу и даже удовольствие от рутинных дел, которые все равно надо выполнять.

Ребенок, который выполняет домашние дела, учится **рассчитывать свои силы**. Это очень важный навык при выполнении любых задач и достижении целей уже во взрослой жизни. Изначально взрослый рассчитывает силы ребенка, когда дает поручение, учитывая при этом возраст и темперамент дитя. Например, когда нужно навести порядок в

детской комнате, малышу нужно раздробить эту задачу на мелкие подзадачи. Сначала убрать книжки на полку. Когда книги убраны, малыш с помощью мамы или папы, убирает свою одежду в шкаф или на стирку. Теперь можно сложить все карандаши и раскраски и т.д. Если ребенок уже устал и пора спать, то выполняется одна или две подзадачи, остальные будут выполняться после отдыха. Хотя, конечно, лучше приучать ребенка к простому правилу «Убери игру (вещь), которая тебе уже не нужна и только потом бери другую».

Выполняя свои обязанности, ребенок (не без помощи родителей, конечно) учится **планировать, ставить четкие цели** и вырабатывает навыки, которые помогают поставленные цели достигать. Например, такой хороший навык – класть все на свои места. Делая это ежедневно, ребенок без всяких нотаций усвоит, что так находить необходимые вещи очень легко и быстро.

Грамотное приучение к обязанностям со стороны взрослых вырабатывает у ребенка **самодисциплину и организованность**. Малыш учится мотивировать себя и вдохновляться, создавать рабочее настроение, а также грамотно распределять время, ставить приоритеты и структурировать свои дела.

Наличие у ребенка домашних обязанностей в помощь родителям формирует у него **чувство самоуважения**, причастности к семье, важность среди других членов семьи. Он вносит свой вклад в организацию жизни семьи и, следовательно, имеет обоснованное право голоса на семейном совете. Кроме того, домашние обязанности развивают у ребенка понимание, что он живет не в замкнутом пространстве, а с близкими людьми, которые не обязаны его обслуживать, а также умение заботиться о других.

Кроме того, и это очень важно, у ребенка формируется **чувство ответственности**. Ведь если он не выполнит свои обязанности, никто за него это не сделает, и тогда будет страдать он сам, а может и другие члены семьи. Если в обязанности ребенка входит покупка хлеба, то не сделай он этого, вся семья останется без хлеба. Если он не бросит вовремя свое грязное белье в стирку, то придется идти в грязном, или не в любимых брюках и стильной майке, а в чем-то другом. Если он не уберет школьные принадлежности сразу после уроков, то младший братик может порвать учебник и нарисовать в тетради. Если ребенок не убирает по местам свои материалы для творчества, то в следующий раз

потратит массу времени на поиски, а у мамы время на занятие с ним уже закончится.

Малыш, выполняющий домашние обязанности, не только приучается к порядку, у него формируется **определенное отношение к жизни**. Например, он рано понимает, что трудиться нужно, важно и даже приятно. Ребенок узнает, что жизнь это циклический процесс, в котором всегда что-то начинается, затем заканчивается, потом повторяется, и к чему-то надо готовиться заранее. За беспорядком, благодаря некоторым усилиям, неизбежно наступит порядок, а за порядком в ходе жизнедеятельности снова будет наступать беспорядок. После приема пищи, надо мыть посуду, а через какое-то время снова готовить и накрывать стол. Для него это будет некоторой данностью, как то, что нужно дышать, чтобы жить, и соответственно не будет вызывать какое-то сопротивление.

Когда и как начинать приучать к обязанностям.



Родителей часто интересует вопрос, а с какого возраста надо приучать ребенка к обязанностям.

Ответ может показаться весьма странным. Приучать ребенка надо практически с рождения.

Как это возможно, спросите вы?

Наверное, для всех мам уже не секрет, что с малышом с рождения надо разговаривать. Петь песенки, рассказывать стишки и потешки, но самое главное, как можно больше комментировать действия свои и ребенка. Кстати, это отличный способ для накопления пассивного словаря ребенка, а также стимулирования развития речи.

Многие домашние дела мамы делают с малюткой на руках, либо пользуются шезлонгами и носят ребенка с собой по комнатам. Делайте и проговаривайте: «сейчас мы с тобой пеленки положим на место, чтобы было удобно их брать с полки», «а теперь мама вытрет со стола, чтобы было чисто и красиво», «скоро придет папа, надо приготовить ужин

поскорее» и т.д. Таким образом, у ребенка уже формируется ощущение о связанности различных действий между собой и с людьми.

Этап, когда уже ребенок начинает сам что-то делать, готовясь к принятию на себя обязанностей, начинается *примерно с одного года*.

Как же приучать к домашним обязанностям?

Для начала необходимо определять соответственно возрасту, что уже можно постепенно переводить в зону ответственности ребенка.

Многие дела дети сами с радостью на себя берут, и тут главное, не отбить у них желание. Малыш рвется подмести, и пыль летит столбом?! Купите ему щетку поменьше и выделите участок. На каком-то этапе взрослым кроме понимания потребностей ребенка в помощи маме и выполнении хозяйственных дел, а также завидной доли родительского терпения, больше ничего не нужно.

Если же, ребенок не горит желанием брать на себя обязанности, либо с радостью их выполняет только тогда, когда ему захочется, а не на постоянной основе, то нужно придерживаться следующих шагов.

1. Если это сразу несколько дел, то *выберите что-то одно*. Выделите неделю или две, когда постепенно ребенок учится выполнять поручение и помнить о нем.
2. Затем объясните, что он уже достаточно взрослый, настоящий член семьи, и ему вся семья уже может доверить такое важное дело. Рутинные и впрямь очень важны, потому что они обеспечивают стабильность и бесперебойность жизни всей семьи!
3. Ну и поскольку это дело такое важное, то от его невыполнения будет кому-то плохо. Поэтому при невыполнении будет *возникать определенное последствие*. Лучше всего, если это будет *естественное последствие*, которое возникает само по себе, либо *логическое последствие*, которое связано непосредственно с невыполненной задачей.

Например, в обязанности ребенка входит уборка игрушек. Если он не выполняет свою обязанность, то игрушки валяются по комнате, и на них может кто-то наступить. Чем это плохо для всех членов семьи? Во-первых, тем, что беспорядок некрасиво смотрится и портит настроение

другим. Во-вторых, тому, кто наступит на игрушку, будет больно. В-третьих, игрушка может сломаться, если на нее наступить.

Естественным последствием в этом случае будет поломка игрушки, когда на нее наступят. Но вовсе необязательно этого дожидаться. Можно заранее объяснить ребенку, какие будут *логические последствия*. Например, если ребенок не убирает игрушки к определенному времени, значит, он готов к тому, что эта игрушка может сломаться, и, следовательно, он не дорожит ею, она ему не нужна. Тогда после наступления заранее оговоренного времени, все неубранные игрушки изымаются и прячутся далеко и надолго (срок зависит от возраста ребенка, чем младше, тем меньше времени). При этом важно никакие игрушки в этот период ребенку не покупать и не дарить.

Кроме того, может быть и другое или дополнительное последствие. Если маме или папе неприятно играть с ребенком в комнате, в которой разбросаны игрушки, то они не будут играть, пока в комнате не будет чисто и красиво. Ребенку об этом заранее сообщается. А если такая ситуация возникает, то родитель повторяет ребенку о своих желаниях (через «я-сообщения») и предлагает помощь в уборке. Здесь важно, что это не вы убираете, а ребенок. Вы всего лишь помогаете ему в уборке. Следите за тем, чтобы большую часть убрал все-таки ребенок сам, иначе он может манипулировать этим «инструментом».

Обязанности ребенка в зависимости от возраста



Дети испокон веков посильно помогали старшим. Затем были движения за отмену детского труда, а также значительно сместились акценты в воспитании. Основной проблемой современных родителей является неуверенность в том, что дети способны им помочь и должны это делать.

Дети хорошо чувствуют эту неуверенность. Они понимают, что могут избежать выполнения обязанностей, если будут просто отказываться или «не слышать» родительских просьб, либо могут добиться своего

скандалом или капризами. Поэтому главное условие при введении домашних обязанностей — уверенность родителей в том, что это действительно нужно.

Неуверенность родителей часто связана с тем, что они *не знают*, в каком возрасте какое задание будет для ребенка по силам. Знать ответ на этот вопрос очень важно.

Если поручить ребенку дело, которое превышает его возможности, это может привести к одному из двух неприятных и для родителей, и для ребенка последствий.

Ребенок, скорее всего, будет сопротивляться выполнению этого задания, а родители расценят это как лень, будут выказывать свое недовольство и упрёки в сторону малыша.

Ребенок выполнит задание так, как сможет, но результат разочарует и родителя, и самого ребенка.

Оба варианта негативно влияют на самооценку ребенка. Самооценку дошкольника подкрепляет лишь позитивный результат, очевидный успех при выполнении дела. Если задание не получилось выполнить, малыш (до 5 лет в особенности) будет стремиться избегать его, чтобы снова не «проиграть». По этой причине для детей дошкольного возраста важно, чтобы задания были им по силам. Тогда их выполнение принесет ребенку удовольствие от полученного результата.

При этом важно помнить другую сторону медали. На развитие ребенка очень пагубно влияет повышенная опека со стороны взрослых. Старайтесь **никогда не делать за ребенка то, с чем он может справиться сам!**

Далее приведем примерные перечни обязанностей в соответствии с возрастом ребенка.

Внимание! Хочу предупредить, что приводимые обязанности примерны и далеко не исчерпывающи. Они свидетельствуют о том, что дети в принципе в этом возрасте на это способны, но в каждом отдельном случае необходимо учитывать семейную ситуацию развития ребенка. И если, к примеру, вашему ребенку уже 8 лет, а до этого у него не было никаких обязанностей, то его нужно сначала постепенно подготовить к этому. Помните, это должен быть плавный процесс!

Обязанности детей до 2-3 лет



В возрасте до двух лет рано вводить ребенку обязанности. Тем не менее, уже сейчас важно поручать малышу задания, которые он сможет сразу выполнить.

Для детей от 1 года до 1,5 лет это могут быть задания, состоящие из одного действия, например: «принеси мне салфетки», «дай мне ложку», «отнеси игрушку на место».

Детям от 1,5 лет и старше можно давать задания из двух действий: «возьми мокрые трусики и отнеси их в ванную», «положи эту книжку на полку и принеси другую». Такие короткие задания в виде инструкций помогают детям понять, что они уже способны выполнить дело, нужное маме или папе. И, как правило, малыши с удовольствием их выполняют. Поэтому не спешите все сделать сами. Проверьте, возможно, малыш уже способен вам помочь в выполнении пусть и простых, но необходимых действий.

Обязанности трехлетнего ребенка¹



- Убрать и положить игрушки в соответствующее место.
- Положить книги и журналы на полку.
- Отнести салфетки, тарелки и столовые приборы на стол.
- Убрать за собой оставшиеся после еды крошки. Очистить свое место за столом.
- Простые гигиенические процедуры: почистить зубы помыть и вытереть руки и лицо, причесаться.
- Самому раздеться и с некоторой помощью одеться.
- Вытереть за собой следы "детской неожиданности".
- Перенести упаковку с продуктами или баночку с консервами из пакета до нужной полочки.

¹ Перечни обязанностей ребенка различных возрастов во многом взяты из книги Грюнвальд Б.Б., Макаби Г.В. «Консультирование семьи» и немного скорректированы автором.

- Убрать вещи на нижнюю полку.
- Повесить в отведенное место собственную одежду.
- Аккуратно поставить обувь, придя с улицы.
- Протереть влажной тряпкой свою обувь.
- Поставить свою тарелку в мойку (если тарелка пластиковая, а мойка находится не слишком высоко).
- Подмести под столом.

Обязанности четырехлетнего ребенка



- Сервировать стол, в том числе хорошими тарелками (с некоторой помощью).
 - Помочь убрать бакалейные товары.
 - Под тщательным наблюдением помогать с покупками бакалейных товаров.
 - По расписанию кормить домашних животных и поливать цветы.
 - Помогать прибирать в саду и во дворе.
 - Помогать расстилать и убирать постель.
- Помогать мыть посуду или загружать посудомоечную машину (с некоторой помощью).
- Протирать пыль с мебели.
- Намазывать масло на хлеб.
- Готовить холодные завтраки (хлопья и т. п.).
- Помогать приготовить простой десерт (положить украшение на кекс, залить мороженое сверху вареньем и т. п.).
- Делиться с друзьями игрушками (практика вежливости).
- Доставать из почтового ящика почту.
- Сообщать родителям, когда выходит из дома поиграть, где будет находиться (в своем дворе).
- Играть в доме без постоянного наблюдения взрослых, без постоянного с их стороны внимания.
- Развешивать носки, носовые платки и другое мелкое белье на низкой сушилке для белья или веревке.
- Помогать складывать полотенца.
- Заполнять салфетками салфетницу на столе.

Обязанности пятилетнего ребенка



- Помогать планировать приготовление пищи и закупку бакалейных товаров.
- Самому приготовить бутерброд или пр. и убрать за собой.
- Самостоятельно наливать себе питье.
- Сервировать обеденный стол.
- Нарвать салата.
- Добавлять согласно рецепту некоторые ингредиенты.
- Расстелать и убирать постель, убирать комнаты.
- Самостоятельно одеваться и прибирать одежду.
- Чистить раковину, туалет и ванную (без агрессивных моющих средств).
- Чистить зеркала, если они низко расположены.
- Сортировать белье для стирки. Складывать в одну кучу белое белье, в другую - цветное.
- Складывать чистое белье и убирать его.
- Отвечать на телефонные звонки.
- Помогать по уходу за двором.
- Оплачивать мелкие покупки.
- Помогать мыть машину.
- Помогать выносить мусор.
- Самостоятельно решать, как потратить свою часть семейных денег, предназначенных для развлечений.
- Кормить своего домашнего питомца и убирать за ним.
- Самостоятельно завязывать шнурки на своей обуви.

Обязанности шестилетнего ребенка



- Самостоятельно подбирать себе одежду по погоде или одежду, соответствующую конкретному случаю.
 - Пылесосить коврики.
 - Поливать цветы и растения и отвечать за своевременный полив.
 - Чистить овощи.
 - Готовить простую в приготовлении пищу (бутерброды, вареные яйца, тосты).
- Помогать развешивать белье на бельевую веревку.
 - Убирать граблями листья и полоть сорняки.
 - Вешать свою одежду в платяной шкаф.
 - Собирать дрова для камина или костра.
 - Прогуливать домашних животных.
 - Завязывать шнурки на своей обуви.
 - Нести ответственность за свои мелкие раны.
 - Содержать в чистоте мусорный контейнер.
 - Помогать чистить салон автомобиля.
 - Приводить в порядок или чистить ящик для столовых приборов.
 - Накрывать (сервировать) стол.

Обязанности семилетнего ребенка



- Смазывать велосипед и ухаживать за ним. Запирать его в соответствующем месте, когда он не используется.
 - Принимать телефонные сообщения и записывать их.
 - Мыть внутренний двор.
 - Быть на посылках у родителей.
 - Поливать лужайку.
 - Следить за велосипедом и иными игрушками или снаряжением, находящимся во дворе.
 - Мыть собаку или кошку.
 - Тренировать домашних животных.
 - Нести пакеты с продуктами.
- Самостоятельно без напоминания вставать по утрам и ложиться спать вечером.

- Самостоятельно переходить улицу.
- Быть вежливым, учтивым и уважительным с другими.
- Собирать свой школьный завтрак.
- Самостоятельно носить в школу деньги на завтрак.
- Готовить чай, кофе или сок, разливать по чашкам.
- Оставляя после себя ванную в надлежащем виде, вешать чистые полотенца.
- Утюжить простые вещи.

Обязанности восьми и девятилетнего ребенка



- Правильно складывать салфетки и раскладывать столовые приборы.
- Мыть или натирать пол.
- Помогать переставлять мебель; помогать планировать расстановку мебели.
- Самостоятельно наполнять себе ванну.
- Помогать другим (если они попросят) в работе.
- Наводить порядок в своих шкафах и ящиках.
- Покупать себе одежду и обувь с помощью родителей, выбирать одежду и обувь.
- Менять без напоминания грязную школьную одежду на чистую.
- Складывать одеяла.
- Пришивать пуговицы и зашивать распоровшиеся швы.
- Чистить кладовку.
- Убирать за животными во дворе или в доме.
- Начинать знакомиться с рецептами по приготовлению простых блюд и учиться их готовить.
- Срезать цветы и готовить вазу для цветов.
- Собирать фрукты с деревьев.
- Разжигать костер; готовить все необходимое для приготовления пищи на костре (древесный уголь, еду).
- Красить забор или полки.
- Писать простые письма и поздравительные открытки.
- Помогать размораживать и мыть холодильник.
- Кормить ребенка.
- Полировать столовое серебро, медь или бронзу.

- Чистить обстановку внутреннего двора.
- Полировать мебель в гостиной.

Обязанности девяти и десятилетнего ребенка



- Менять постельное белье и складывать грязное белье в корзину.
- Уметь обращаться со стиральной машиной и сушилкой.
- Отмерять стиральный порошок и отбеливатель.
- Покупать продукты по списку.
- Самостоятельно приходить на назначенные встречи (к зубному врачу, в школу и т. д., если это находится на расстоянии поездки на велосипеде).
- Печь печенье из полуфабриката в коробках.
- Готовить еду на семью.
- Получать свою почту и отвечать на нее.
- Ходить в гости.
- Планировать свой день рождения и другие вечеринки
- Быть в состоянии оказать простую первую помощь.
- Мыть семейный автомобиль.
- Учиться бережливости и экономии.
- Купать младших сестер или братьев.

Обязанности десяти и одиннадцатилетнего ребенка



- Сидеть с младшими детьми (старше 3 лет)
- Не бояться одному оставаться дома.
- Ответственно распоряжаться некоторым количеством денег.
- Уметь ездить на городском автобусе.
- Ответственно относиться к своему хобби.

Обязанности одиннадцатилетнего и двенадцатилетнего ребенка



- Быть в состоянии взять на себя обязанности лидера вне дома.
 - Помогать уложить спать маленьких братьев или сестер.
 - Чистить территорию.
 - Самостоятельно выполнять свои дела.
 - Косить лужайку.
 - Помогать отцу в строительстве, поделках и выполнении домашних дел.
- Чистить плиту и духовку.
- Самостоятельно распределять время для учебных занятий.
- Отвечать за доставку прессы.

Обязанности учеников старших классов



- В школьные дни отход ко сну в определенное время (по взаимному согласованию детей и родителей).
 - Принимать на себя ответственность за приготовление пищи для семьи.
 - Иметь представление о здоровом образе жизни: есть здоровую пищу, поддерживать правильный вес, регулярно проходить медицинский осмотр.
- Предвидеть потребности других и предпринимать соответствующие действия.
- Иметь реалистические представления о возможностях и пределах возможностей.
- Последовательно выполнять принятые решения.
- Проявлять взаимное уважение, преданность и честность в отношениях.
- По возможности зарабатывать немного денег.

Заключение

Обязанности, которые приведены в этой книге, составляют лишь примерный список, для того, чтобы отразить, на что физически и психологически способны дети в определенном возрасте.

Родителям важно помнить, что они не просто растят ребенка, они готовят его к самостоятельной и социально успешной жизни. Чем раньше ваш ребенок поймет, что такое ответственность именно за свою жизнь и свои действия, тем более независимым и свободным он вырастет.

Важно понимать, что те обязанности, с которыми ваш ребенок может самостоятельно справляться в определенном возрасте, на предыдущем этапе делает с вами и под вашим чутким руководством. Только когда вы видите, что он уже может обходиться без вашей помощи и контроля, вы передаете эту обязанность под его ответственность. Если же вы неподготовленному ребенку поручите такую обязанность, у него могут возникнуть страх, неуверенность, протестные реакции.

Конечно, вокруг темы обязанностей и семейных правил возникает огромное количество вопросов и сомнений. Буду рада вашим вопросам, присланным по адресу da-psixolog@mail.ru

Я очень хочу, чтобы эта книга оказалась для вас полезной. Мне важно знать, насколько она удовлетворила ваш интерес, чем помогла, заслуживает ли она вашей рекомендации для прочтения другими родителями.

Кроме того, мне важно знать, чего в этой книге для вас не хватило, либо какую еще информацию вы хотели бы получить в следующих моих книгах.

Пожалуйста, присылайте ваши отзывы на da-psixolog@mail.ru

Со своей стороны, в знак своей признательности, всем приславшим отзыв, подарю Интеллект-карту «Обязанности и ответственность ребенка».

С уважением и наилучшими пожеланиями,

Ваша Динара Арибжанова

Вы можете ознакомиться и с другими нашими материалами

Книга "10 ошибок в воспитании девочек"

[Скачать здесь](#)

Вебинар "Личные границы: как вырастить счастливого ребенка и не потерять себя!"

[Скачать здесь](#)

Вебинар "Как помочь девочке вырасти женственной"

[Скачать здесь](#)

Вебинар "Формирование характера и личности ребенка: 7 фактов, которые надо знать"

[Скачать здесь](#)

Вебинар "Сама себе хозяйка, или как маме не зависеть от чужого мнения, уметь говорить "нет" и получать удовольствие"

[Скачать здесь](#)

Вебинар "Отношения с мамой - начало пути к женскому счастью"

[Скачать здесь](#)

Наши контакты

Сайт Проекта
«Растим девочку...Растим мальчика...»

<http://rastim-dm.ru>

Группа ВКонтакте [Растим девочку](https://vk.com/rastim.devochku)

<https://vk.com/rastim.devochku>

Группа ВКонтакте [Растим мальчика](https://vk.com/rastim.malchika)

<https://vk.com/rastim.malchika>

E-mail

da-psixolog@mail.ru