***Як навчити дитину самостійності***

   Кожен з батьків, звісно, прагне, щоб його дитина стала самостійною людиною. Але нерідко трапляється так, що син або донька виростають, створюють свою сім’ю, виховують власних дітей, але так і залишаються залежними, безпорадними в скрутних ситуаціях, як кажуть, «несамостійними».Чим же керуватися, щоб виховати такі якості, як відповідальність за свої вчинки, здатність самостійно приймати рішення і захищати власну гідність, впевненість у собі і своїх силах? Напевно, кожен з батьків хотів би в майбутньому бачити свою дитину саме такою.Виховання дитини - це, з одного боку творчий, цікавий процес, який приносить батькам справжнє задоволення і багато щасливих переживань, з іншого боку, виховання - тривалий і складний процес. Він потребує від батьків уважного ставлення і сумління, тому що кожен малюк - це унікальна особистість, але є певні закономірності в процесі розвитку, характерні для будь-якої особи.

  Американські психологи Бері і Дженей Уайнхольди визначають чотири стадії процесу індивідуального розвитку дитини від стадії повної залежності від батьків (стадія співзалежності) до повної самостійності (стадія взаємозалежності).

  За сприятливих умов, процес індивідуального розвитку дитини як особистості завершується в 12 років, тобто дитина в цьому віці має стати самостійною. На кожній з цих стадій дуже важливо, щоб батьки поступово навчали дитину самостійності і відповідальності, були поруч, підтримували дитину на її нелегкому шляху засвоєння нових знань і навичок.

  Перша стадія - співзалежності - триває близько 6-9 місяців. На цій стадії дитина ще не відчуває себе окремою особистістю, вона існує в атмосфері єднання і злагоди зі своєю матір’ю. Основна потреба дитини на стадії співзалежності - це постійний догляд і комфорт. Якщо у немовляти виникають будь-які потреби (в їжі, питті, теплі, обіймах тощо), але батьки в силу певних причин не звертають на це уваги, малюк відчуває безпорадність і страх, що створює підґрунтя для розвитку невротичного стану.

  Тільки в умовах постійної турботи, любові і дбайливого догляду з боку матері, батька та інших дорослих дитина зростає емоційно врівноваженою і здоровою. Ця стадія закінчується, коли малюк починає повзати і ставати на ніжки.

  Друга стадія - протизалежність - припадає на вік від 1,5 до 3 років. У дитини переважає прагнення пізнавати навколишній світ та відокремлюватись. Вона намагається якомога більше навчитись, часто повторює «Я сам». Батьки в цей період також переорієнтовуються на свої особисті інтереси, такі як кар’єра, власні взаємовідносини.

  На цій стадії, окрім вміння ходити, говорити, самостійно їсти, дитина також навчається важливим емоційним вмінням:

* відкладати задоволення;
* розуміти заборону;
* відчувати зв’язок з батьками та іншими членами родини;
* довіряти оточуючим.

  Після завершення другої стадії малюк плавно переходить до третьої стадії свого розвитку - стадії незалежності.Протягом цієї стадії, яка звичайно триває до 6 років, дитина більшу частину часу може діяти автономно, але все ще потребує постійної підтримки і контролю з боку батьків та інших членів сім’ї.

  В цей період в особистісному розвитку малюка відбуваються важливі зміни:

* розвивається відчуття власного «я», окремого від інших;
* розвивається наполегливість, а також здатність розраховувати на себе при зіткненні з труднощами або критикою;
* розвивається здатність брати на себе відповідальність за свої дії та рішення;
* розвивається вміння і потреба ділитися з іншими;
* розвивається вміння ідентифікувати свої відчуття та відчуття інших;
* досягається повна незалежність в повсякденних справах (вмивання, одягання, користування туалетом тощо).

  Після третьої стадії дитина підготовлена до завершальної четвертої стадії особистісного розвитку - взаємозалежності, яка триває в період від 6 до12 років. У цьому віці у дитини формується своя власна особиста думка про себе і оточуючий світ. У взаємовідносинах з дорослими і однолітками в поведінці дитини спостерігаються коливання: то прагнення до близьких стосунків, то намагання відокремитись. Головне, чого дитина має досягти у взаємовідносинах з оточуючими - це самодостатність, тобто відчуття комфорту, незалежно від того, подобається вона іншим чи ні, знаходиться вона у близьких взаємовідносинах чи ні. Така дитина спроможна самостійно приймати важливі для себе рішення (говорити «ні», робити вибір і т.д.) та відповідати за свої вчинки.

  Звісно, що від дорослих, які виховують дитину, залежить, як успішно вона пройде всі стадії особистісного розвитку і стане самостійною та відповідальною. За несприятливих умов і певних недоліків виховання, дитина залишається на стадії співзалежності, що зумовлює виникнення проблем у стосунках з оточуючими (залежність від партнерів), в самореалізації або спричиняє залежність від хімічних речовин (наркотики, алкоголь, переїдання тощо).