

4 простых правила, как научить ребенка убирать за собой

*(отрывок из книги Нагисы
Тацуми «Магическая
уборка для детей»)*



Вы убираете квартиру вместе с детьми или за них? Многие психологи считают, что ребёнку полезно играть по общим для всей семьи правилам — это касается и наведения порядка. Как приучить детей не разбрасывать вещи или собирать их, рассказывает японская писательница Нагиса Тацуми, книга которой вышла в издательстве «Бомбора».

1. Определите место

Когда приходится раздумывать над каждым действием, работа превращается в сплошную мороку. Нужно создать для уборки условия, в которых можно действовать не задумываясь. Для этого очень важно, чтобы каждая вещь имела своё определенное место. Главный критерий — на этом месте она должна быть доступна для использования.

Ножницы можно убрать в верхний ящик стола. Школьные распечатки — во второй. Кукол поставить на полку возле кровати. Вязаных зверей — в ящик шкафа, где хранятся игрушки. Радиоуправляемые машинки — на верхнюю полку этого же шкафа.

Шапку — на крючок в прихожей. Снятую одежду — на вешалку...

Нетрудно решить, что модели самолетов можно поставить на одну полку с радиоуправляемыми машинками, а цветные карандаши положить в ящик с мелками. Это сумеет даже ребёнок. Родителям нужно плавно подвести его к тому, чтобы он делал это самостоятельно.

Детям непросто распределить свои вещи на группы и придумать, куда и как их лучше убрать

Поэтому родителям нужно сначала в общих чертах представить себе, на какие категории их можно разделить, и приготовить для каждой категории свой «уголок».

Например: учебный уголок, уголок для одежды, уголок для разных игрушек, уголок для книг и т. д. Затем распределяем вещи в уголках на более мелкие группы. Например, одежда: свитеры и кофты, рубашки, нижнее белье, мелочи и т. д. Определяем, куда и как складывать вещи каждой группы.

Но это еще не всё. Теперь нужно решить вопрос о количестве вещей. Их должно быть столько, чтобы мы легко с ними управлялись, чтобы они не валялись, забытые и никому не нужные. Не стоит бесконечно захламлять шкафы.

Ребёнку сложно понять, сколько ему нужно вещей. Он пока не может составить себе общее представление обо всем, что его окружает в жизни. Родители должны сами это решить, исходя из характера и привычек ребёнка, и объяснить, куда что класть.

2. Определите идеальное количество вещей

Если ребёнок жалуется, что коробка уже полная и в неё больше ничего не помещается, найдите сломанное и ненужное и сразу выбросьте это. Не нужно готовить новые коробки, бездумно увеличивая количество вещей.

Старайтесь заполнять места хранения примерно на 70%. Люди часто пытаются уместить как можно больше, занимая все 100% или даже 150% пространства и не оставляя ни одного свободного миллиметра. Но если все так уплотнять, то потом сложно класть обратно то, что вы вытащите, да и доставать нужный предмет непросто.

Пока все коробки и полки не заполнятся, вы наверняка будете добавлять туда что-то новое. Приучите себя, убирая на хранение очередную вещь, заодно проверять, нет ли в коробках того, что можно выбросить. В будущем это упростит вам задачу.

Конечно, вам может понадобиться еще одна коробка. Это означает, что вашему ребёнку нужно немного больше вещей, чем вы думали.

3. Обозначьте время

Одним простым замечанием можно дать понять, что действовать нужно прямо сейчас. Если вы видите, что ребёнок собирается бросить ножницы, скажите ему, что нельзя оставлять их где попало. Если он вставал на стул, чтобы что-то достать, и потом забыл его убрать, напомните ему, что стул стоит не на месте.

Это применимо и к более продолжительным действиям. Если ребёнок достаёт сначала кубики, потом игрушечную железную дорогу, потом оригами, мягко остановите его. Достаточно простых слов: «Убери здесь немного, а потом продолжай, хорошо?» или «Сначала убери на место то, во что поиграл, а потом уже доставай другие игрушки». Можете сказать ему один раз в конце дня: «Ну что ж, уже вечер, пора тебе убрать все на место».

Возвращать вещи на место — дело привычки. Первые замечания вряд ли понравятся ребёнку, и, возможно, он будет вам перечить. Но если вы неустанно

повторяете одно и то же, как будто сразу убирать — это само собой разумеющееся действие, то он постепенно привыкнет к этой мысли. Для него это станет так же естественно, как выключить свет, выходя из туалета.

Людам вообще не нравится, когда им указывают, что делать. Даже то, с чем ты охотно справился бы по своей воле, тяжело делать по указке

Если родители заставляют помыть посуду, то тебе не хочется ее мыть. Но если ты сам решил помочь, то с радостью берешься за дело. Наверняка у каждого был похожий опыт.

Если у родителей с детьми складываются хорошие отношения, то рано или поздно ребёнку надоест делать всё по указке и он начнет действовать сам. Поэтому родителям нужно проявить мудрость, чтобы понять, когда можно делать замечание. Например, если ребенок только собирался убрать вещь на место, а вы ему говорите: «ты не положил, куда нужно», то он вам возразит, что «как раз собирался», и будет только хуже.

Тем не менее родительское воспитание чуть ли не полностью состоит из настойчивого повторения одних и тех же установок. Там, где посторонний человек сдаётся с первого раза, родители, выполняя свою социальную роль, повторяют снова и снова, не поддаваясь эмоциям и поддерживая свой авторитет.

Наверное, родителям ничего другого не остается, пока их дети в таком возрасте, когда привычку можно сформировать только с помощью слов.

4. Расскажите о том, что убирать вещи нужно так, чтобы их было легко доставать

Обозначение временных рамок важно для того, чтобы ребенок, придя домой, возвращал на место то, что он брал с собой. Скажите ему, что он оставил в прихожей свою сумку, и он сам догадается ее убрать. Вам достаточно просто констатировать факт, например: «на стуле лежит контейнер для еды». Не нужно говорить «убери»: ребенок все поймет и так. Но всё же обозначения временных рамок недостаточно.

Выше я уже говорила, что вещи легко убирать без лишних размышлений, если у них есть свое место. Точно так же и с удобством: если вещь лежит так, что ее легко достать и убрать, вам будет просто ею пользоваться.

Давайте подумаем, удобно ли хранить куртку, которую вы носите каждый день, в шкафу в спальне, если спальня на втором этаже, а прихожая, ванная и гостиная — на первом? Придя домой, вы снимете куртку перед тем, как помыть руки, и бросите ее куда-нибудь на диван в гостиной. Может быть, вы унесете ее на второй этаж только перед сном или вообще оставите внизу, ведь все равно завтра опять одеваться. Если бы вешалка для верхней одежды была где-то между прихожей и ванной, вы бы смогли сразу повесить куртку и пойти мыть руки.

У моих знакомых в прихожей стоят три коробки для троих детей, чтобы каждый из них мог после школы сложить туда свои вещи. Но их мама жалуется, что убирать в итоге приходится родителям. Умение заставить ребенка делать то, что нужно, служит показателем, насколько хорошо родитель справляется со своей ролью.

Другой пример: допустим, ваш ребенок ходит на кружок рисования. Что будет, если вы сделаете местом для хранения красок верхнюю полку книжного шкафа? Наверняка ребенку будет лень каждый раз залезать на стул, поэтому краски останутся валяться на полу всю неделю.

Если так происходит, значит, следует серьезнее отнестись к определению места для вещи. То, чем вы пользуетесь крайне редко, от силы один-два раза в год, можно размещать на верхних полках. Для вещей, которые нужны часто (каждый день, раз в неделю и т. д.), старайтесь выбрать место, до которого легко достать, не вставая на стул и не садясь на корточки. Кроме того, детям бывает неохота постоянно открывать коробки и неудобно каждый раз уплотнять их содержимое, если они набиты.

Почему у ребенка не получается убрать или выбросить то, что он принес домой? Ведь если определено место для хранения, остается просто положить вещь куда следует. Поводов для этого может быть много, но причина — в банальной лени.

Когда приносишь домой что-то новое, нужно выбрать, где это хранить. Пока место не определено, остается большой соблазн положить новую вещь «где-нибудь тут».