

Домашние обязанности

Почему эта сторона семейной жизни вызывает у нас столько негативных эмоций?

Во-первых, это вопрос справедливости – редко бывает, чтобы нагрузка делилась поровну между всеми в семье. Всегда найдется повод для обид.

Во-вторых, это вопрос столкновения стереотипов и привычек: у взрослых членов семьи (у детей тем более) могут быть очень разные представления об аккуратности или беспорядке.

В-третьих, многие родители испытывают беспокойство: если у ребёнка не будет привычки к повседневному труду, умения сделать свой дом уютным, это отразится на его будущей семейной жизни. Особенно эта тревога характерна для родителей девочек. Считается, что они должны быть готовыми постоянно демонстрировать будущим родственникам свои хозяйственные таланты.

И все же накал страстей по поводу домашней работы можно снизить.

Делим обязанности на всех.

Если в вашей семье это проблема, стоит вернуться вновь к распределению домашних дел между всеми в семье. Обсуждать это лучше на семейном совете, с обязательным участием детей.

– Сначала попробуем разделить все обязанности на постоянные и временные. Например, постоянные – уборка, мытьё посуды, стирка, прогулки с собакой и т.д. Временные – генеральная уборка, ремонт, мытьё окон и др.

– Теперь выделяем из них специфические мужские, женские и детские обязанности. Определяем затраты времени на каждого, после этого можем перераспределить объём обязанностей. Например, разгрузим маму, передав часть дел папе и детям.

– Дальше выделяем временные и постоянные поручения для ребёнка (исходя из его возможностей, а иногда и желаний).

Как зафиксировать это распределение и где его поместить для всеобщего обозрения – вопрос вашей фантазии и изобретательности. Можно сделать это совместно, а можно поручить ребёнку.

Как заинтересовать ребёнка?

– Время от времени он может меняться домашними ролями с другими членами семьи. Полезно, во-первых, познакомиться с другими, возможно, более сложными, чем постоянные поручения, видами работ. Во-вторых, неплохо на себе испытать, например, мамину каждодневную нагрузку.

– Позвольте ребёнку самому выбирать средства, которые помогают облегчить домашний труд. Если в его обязанности входит мытьё посуды или стирка своих вещей, можно давать ему деньги на приобретение новых моющих жидкостей или порошков. Не стоит беспокоиться, что он пойдет на поводу у телевизионной рекламы и будет стремиться покупать только дорогие средства. Пускай пробует сам – это позволит ему убедиться, что не всегда высокая стоимость совпадает с высоким качеством. Заодно поучится более критично относиться к рекламе.

– Предоставляйте больше возможностей для творчества в домашней работе. Например, поручите сыну или дочери ежедневное приготовление салатов. Снабдите их готовыми рецептами, но поощряйте и самостоятельные кулинарные поиски.

– Мальчикам стоит поручать домашние дела, в которых используется разнообразная техника, в том числе и кухонная. Возможно, они сами захотят предложить технические решения для облегчения повседневного труда.

– Для дошкольников и младших школьников можно посоветовать сделать из плотной бумаги большую ромашку с отдельно вырезанными сердцевинкой и несколькими лепестками. На каждом лепестке написать по одному виду домашней работы, интересных и полезных занятий и т.п. (или сделать рисунки). Например: мытьё посуды, уборка комнаты, покупка продуктов, стирка, помощь в приготовлении обеда, выполнение вовремя всех уроков, утренняя зарядка, чтение, рукоделие, занятия спортом и т. д.

Сделав что-то из перечисленного, ребёнок в течение дня сам прикрепляет к сердцевине ромашки соответствующие лепестки. И ему, и родителям сразу видно, что было сделано за день. Если в семье двое (или больше) детей, то каждый делает себе свою ромашку. Можно даже устраивать семейные соревнования, в чьей ромашке к вечеру больше лепестков. Отмечать необходимо не только количество дел, но и качество их выполнения.

Важно, КАК попросить о помощи.

Понятно, что бывают важные обстоятельства и кто-то не успевает сделать свою часть работы. Распределение распределением, но взаимовыручку из отношений тоже нельзя исключать. Важно, как мы просим ребёнка о помощи. Это именно просьба, а не требование. Вместо «ты должен» – «ты не мог бы?». Или: «Интересно, сумеешь ли ты..?». Вместо «сделай» – «мне очень нужна твоя помощь» и т. д.

Как быть, если ребёнок забывает о своих обязанностях?

Нужна система напоминаний, причём использовать можно самые разные приёмы. Ребёнок сам выберет такой способ, который его устраивает. Ребёнку постарше удобно пользоваться таблицей-календарём, в которой заранее обозначены домашние дела и есть место, чтобы отметить: выполнено – не выполнено. Можно сделать большой рисунок дерева с незакрашенными листочками. Каждый раз, выполнив какую-то работу, малыш может закрасить один листочек (начиная с нижних), постепенно всё дерево «зазеленеет», а ответственный исполнитель получит какой-нибудь приз.

Поощрения и наказания.

Очень важный вопрос – о поощрениях и наказаниях за сделанную или несделанную работу. Одни родители считают, что специально поощрять за выполнение каждодневных обязанностей не нужно. Обязанности есть у всех членов семьи, но взрослым-то ведь никто не делает подарки за выстиранное бельё или вычищенный ковёр. Но не стоит забывать: когда у человека только начинает вырабатываться новый навык, ему очень нужны поддержка и признание. В какой форме это лучше делать – зависит от склонностей ребёнка и от ваших возможностей. Можно хвалить, делать время от времени небольшие подарки, уделять ребёнку больше внимания (ведь, помогая, он сберёт ваше время) и т.д.

Стоит ли платить за помощь по дому? Не исключено, что в некоторых случаях ребёнка или подростка можно поощрить и деньгами. Например, если он помогал в длительном ремонте или самостоятельно освоил и выполнил какую-то сложную работу. А вот насчёт оплаты постоянных обязанностей... Последствия могут быть и нежелательными.

Многие дети с удовольствием помогают по дому до какого-то возраста. А потом проблема домашних обязанностей может встать с новой остротой. Например, когда ребёнок становится подростком.

Как быть, если ребёнок не убирает в своей комнате?

Это доставляет родителям, особенно матерям, нестерпимые мучения. Но ведь в большинстве случаев беспорядок влияет преимущественно на жизнь ребёнка. Это ему приходится жить в атмосфере свинарника, испытывать стыд, когда приходят в гости друзья, и затруднения, когда приходится искать в груде вещей учебник или чистые носки, надевать нестиранную, мятую одежду. Попробуйте убедить себя, что беспорядок на территории ребёнка (если у него есть отдельная комната) – это его личная проблема. И досаждать вам это будет только в тех случаях, когда

- дверь комнаты оказывается приоткрытой, так что всем видны беспорядок и грязь,
- в комнате скапливается посуда, которая нужна вам на кухне,
- возникает угроза нашествия тараканов или муравьёв из-за скопления тарелок с объедками,
- вы знаете, что придут гости, которые захотят заглянуть в детскую (например, бабушка или дедушка).

В этих случаях вы будете с полным правом требовать восстановления порядка. Как грамотно и эффективно это сделать – *см. раздел «Правильно разговаривать с ребёнком»*.