



### **Разработка «С. В. Кривцова. О жизненных навыках ребенка 5-7 лет».**

С. В. Кривцова предлагает *описание основных жизненных навыков* (базовые умения, необходимые для жизни среди других людей), которыми спонтанно может владеть 5–7-летний ребенок:

*Навык 1. Умение слушать.*

*Навык 2. Умение обратиться за помощью.*

*Навык 3. Умение следовать полученной инструкции.*

*Навык 4. Умение доводить дело до конца.*

*Навык 5. Умение вступать в обсуждение.*

*Навык 6. Умение предлагать помощь другому.*

*Навык 7. Умение задавать вопросы.*

*Навык 8. Умение заявлять о своих потребностях.*

*Навык 9. Умение проявлять инициативу.*

*Эти навыки развиваются при успешном решении жизненных задач*

#### **Навык 1. Умение слушать.**

Наблюдая за родителями, ребенок постепенно перенимает их способ слушать мир. Позднее, с 4,5–5 лет, эта способность станет одним из самых важных жизненных навыков – базовых умений, необходимых для жизни.

#### **Описание навыка:**

*когда ребенок слушает, он...*

...смотрит на человека, который говорит,

...пытается понять, что ему говорят,

...показывает это «языком тела» (кивает или выражает несогласие),

...задает встречные вопросы,

...молчит, пока говорит собеседник.

*Когда навык не сформирован, ребенок...*

...не оборачивается на того, кто обращается к нему,

...убегает от говорящего,

...перебивает или переключается (как будто намеренно) на другое занятие в тот момент, когда с ним разговаривают.

*Жизненное значение навыка.*

Только умея воспринимать других людей, настраиваться на них, можно научиться жить среди людей. Когда ребенок слышит и понимает другого человека, он может соотнести услышанное с собой и как-то отнестись к нему – почувствовать согласие или несогласие и дать какой-то ответ.

Фундамент навыка слушания – отношения младенца и взрослых. Если в первый год жизни ребенок в со-настройке с близкими взрослыми переживает хорошие чувства, если ему не надо постоянно защищаться, позже он сохраняет это чувство на всю жизнь. Оно проявится в том, что он с готовностью будет общаться со сверстниками, с воспитательницей в детском саду, учительницей в школе...

## **Навык 2. Умение обратиться за помощью.**

На втором году жизни начинает развиваться навык, без которого невозможна жизнь человека – обращение за помощью и поддержкой сначала к близкому взрослому, позднее – к другим людям. Когда маленький ребенок ищет взглядом взрослого, тянет его за рукав или говорит: «Мам, смотри!», – он просит о поддержке и помощи. Позднее он станет описывать то, с чем не может справиться сам. И таким образом будет учиться не бояться затруднительных ситуаций. Став еще старше, он сможет ждать, если помощь не может быть оказана сразу. Когда дети доверяют взрослым, они могут спокойно выдерживать некоторую неопределенность.

**Описание навыка** (дети обычно хорошо осваивают этот навык к 4–5 годам):  
*ребенок, который умеет просить о помощи...*

...оценивает ситуацию: могу ли я справиться сам,  
...самостоятельно подходит к человеку, который может помочь, обращается к нему за помощью,  
...если на него обратили внимание, говорит: «Помогите мне, пожалуйста»,  
...дожидается ответа и, если ему согласились помочь, объясняет свою проблему,  
...если ему отказали, ищет другого человека (взрослого или сверстника),  
...говорит «спасибо!».

*Когда навык не сформирован, ребенок...*

...остаётся один на один с непосильной задачей,  
...замирает и переживает свою беспомощность, или плачет, замыкается, гневается,  
...избегает трудностей – подобно серфингисту, скользит от занятия к занятию, каждое из которых теряет для него привлекательность, как только появляется намек на затруднение;  
...не готов ждать, требует немедленной помощи,  
...не просит помощи, а привлекает к себе внимание «плохим поведением», истериками.

*Жизненное значение навыка.*

Целеустремленность и способность доводить дело до конца – прежде всего этот навык отражает степень доверия ребенка взрослым. Всегда помогайте ребенку, не бросайте его один на один с любым затруднением, где нужна поддержка. Ищите способы помочь ему, не жалеете на это времени. Но не забывайте себя, следите за собственным эмоциональным выгоранием.

## **Навык 3. Умение следовать полученной инструкции.**

Начиная с 5 лет и до конца жизни умение подчиняться требованиям, не испытывая при этом обиды и неприятного чувства «на меня давят!», – это признак личностного здоровья. Удивительно, но этот навык напрямую связан с отношениями со взрослыми на третьем году жизни. Доверие к взрослому, опыт сотрудничества с ним мотивируют ребенка к тому, чтобы охотно выполнить просьбу взрослого или позволить ему себя научить.

**Описание навыка:**

*ребенок, который умеет следовать инструкции...*

...охотно соглашается выполнить какое-то задание взрослого,  
...внимательно слушает инструкцию,  
...задает вопросы, если что-то непонятно,

...может повторить инструкцию по просьбе или тихо себе самому.

*Когда навык не сформирован, ребенок...*

...соглашается, не собираясь задание выполнять,

...берется за непосильные задания,

...начинает делать, не дослушав инструкцию.

*Жизненное значение навыка.*

Уметь оценивать свои возможности и, не обижаясь, выполнять предложенное задание – основа жизненного успеха, адекватной самооценки, профессионализма, партнерских установок и умения работать в команде.

#### **Навык 4. Умение доводить дело до конца.**

Примерно к 3 годам начинают складываться предпосылки этого навыка. Это происходит, когда ребенок перестает отвлекаться от игры на новые яркие игрушки. Он теперь не прерывает игру, наоборот, включает в нее новые игрушки. Полностью этим навыком дети овладевают к школьному возрасту.

##### **Описание навыка:**

*ребенок, который умеет противостоять искушению переключиться на другое занятие...*

...внимательно смотрит на то, что делает и может оценить, закончена ли она,

...когда дело завершено, стремится показать взрослому результат,

...степень готовности работы можно понять по его репликам: «Еще чуть-чуть», «Еще разок!», «Я все сделала!», «Молодец!».

Так выглядит сформированный навык в 4–5 лет. А в трехлетнем возрасте стремление закончить начатое еще только развивается в диалоге со взрослым, когда мама или папа спрашивают, например, по поводу рисунка или игры ребенка: «А что было дальше?», «А кого ты рисуешь/лепишь?», «Расскажи о нем».

*Когда навык не сформирован, ребенок...*

...бросает недоделанную работу, легко отвлекаясь на другое занятие и не замечая, что дело не доведено до конца,

...начав выполнять просьбу взрослого, на полдороге забывает, потому что увлекается игрой.

*Жизненное значение навыка.*

Чтобы внести в жизнь что-то свое, нужно не только это задумать, но и старательно воплотить. Важно видеть и ценить результаты своих начинаний, даже если они меньше изначально задуманных.

#### **Навык 5. Умение вступать в обсуждение.**

Начиная с 3,5–4 лет из бесконечных детских «почему?» развивается навык философской или деловой беседы.

##### **Описание навыка:**

*ребенок к 7 годам...*

...умеет поддерживать беседу на определенную тему, говорить сам, слушает другого и может дополнить услышанное,

...не перебивает, задает вопросы,

...не переключает разговор на другую тему или на себя, сам придерживается темы и может поправить собеседника, который отвлекся.

*Когда навык не сформирован, ребенок...*

...не участвует в разговоре, молчит, отводит глаза, продолжает заниматься своим делом (что-то перебирает, тербит),

...перебивает или переключается (как будто намеренно) на другое занятие либо начинает говорить на свою тему, о себе, о том, что его интересует.

*Жизненное значение навыка.*

Обсуждение той или иной темы сначала со взрослым, а затем (лет с пяти) со сверстниками – основа упорядочивания сведений о себе, о другом, о мире. В обсуждениях дети высказывают свое мнение, свои взгляды и убеждения, приобретают этот опыт. Одновременно закладывается хорошая привычка выслушивать другого, уточнять его позицию, точно задавать вопросы, спокойно вступать в дискуссию, опираясь на аргументы. Выстраивается логика собственного высказывания, оттачивается способность доносить свои мысли до другого. Хорошие обсуждения в жизни и детей, и взрослых приводят к построению новых планов, к открытию новых жизненных перспектив, к интересным совместным проектам (у детей – к содержательным играм и занятиям).

### **Навык 6. Умение предлагать помощь другому.**

Дети 1,5–2 лет любят присоединиться к занятиям взрослых. Большой интерес и энтузиазм вызывают и стирка, и приготовление еды, и мелкий ремонт. Дети вызываются участвовать в этих делах, помогать взрослым, часто создавая при этом трудности для них. Мы же знаем, что даже трехлетние дети действительно помогают взрослым, если получают четкие инструкции. К 5 годам они уже могут заметить ситуацию, когда другие люди нуждаются в помощи, и могут предложить свою помощь. К 7 годам, предлагая ее, они готовы подождать согласия, а также выполнить рекомендации и выслушать уточнения, какой именно помощи от них ждут.

#### **Описание навыка:**

*ребенок, который умеет предлагать свою помощь...*

...замечает, что кто-то нуждается в ней,

...чувствует, что может помочь,

...подходит с предложением: «Вам помочь?» или спрашивает: «Давайте я помогу».

*Когда навык не сформирован, ребенок...*

...не замечает, когда окружающим нужна помощь,

...не видит, как и где он может помочь,

...не умеет предложить помощь либо не принимает ограничений, то есть помогает по своему усмотрению, неверно оценивает свои возможности.

*Жизненное значение навыка.*

За умением видеть потребности других людей, быть чутким к их состояниям, быть опорой в решении трудностей и проблем стоит важное личностное качество «не только принимать, брать от жизни, но и давать другим, заботиться о ком-то». Без баланса «брать, вбирать, принимать» и «давать, заботиться, одаривать» невозможно чувствовать полноту жизни. Не поэтому ли многие люди охотно участвуют в благотворительности?

### **Навык 7. Умение задавать вопросы.**

Свои первые вопросы дети начинают задавать задолго до того, как начинают говорить. Указательный жест может означать просьбу: «Дайте мне это», «Я хочу это». Он может быть также вопросительным: «Расскажите мне об этом», «Что это такое?» По мере освоения окружающего мира количество вопросов нарастает лавинообразно, и к 4 годам речь ребенка наполняется ими. Важно,

чтобы дети освоили навык задавать вопросы к моменту поступления в школу: это поможет им взаимодействовать с учителем и адаптироваться в новой ситуации.

**Описание навыка:**

*ребенок, который умеет задавать вопросы...*

- ...чувствует, когда ему не все понятно,
- ...сообщает об этом взрослому (способен определить, кто лучше ответит на его вопрос),
- ...понимает, когда уместно спросить, умеет задать вопрос вежливо,
- ...если вопрос не понят или ответ недостаточен, переспрашивает,
- ...слушая ответ, может задавать уточняющие вопросы.

*Когда навык не сформирован, ребенок...*

- ...боится задать вопрос,
- ...не может его сформулировать,
- ...когда ему отвечают, перебивает или переключается на другую тему.

*Жизненное значение навыка.*

Мужество задать вопрос, умение его точно формулировать расширяет наши возможности собирать и проверять информацию, доходить до сути, до глубины. И инициирует диалог с другим человеком – основную форму получения знания, в частности и о себе самом.

**Навык 8. Умение заявлять о своих потребностях.**

Плачущий младенец, конечно, сообщает нам, взрослым, о своих потребностях. Мы принимаем это сообщение и, по мере распознавания причин дискомфорта, отзываемся на нужды малыша. Но уже двухлетнего ребенка, который капризничает или просто плачет всякий раз, когда ему некомфортно, грустно или голодно, мы спрашиваем: «Расскажи, чего ты хочешь. Я не могу этого понять, когда ты только плачешь». Чем старше становятся наши детям, тем настойчивее мы ожидаем от них умения говорить о своих потребностях.

**Описание навыка:**

*ребенок, который умеет заявить о своих потребностях...*

- ...может понять неблагополучие в своем теле, почувствовать эмоциональный дискомфорт (во время занятия вдруг стало грустно, захотелось взять любимую игрушку; перед сном вспомнил о маме, жалеет, что мама на работе),
- ...не стесняется своих чувств, не боится сказать о своих желаниях взрослому,
- ...сообщает взрослому о своих потребностях как телесных (хочу пить, мне жарко), так и эмоциональных.

*Когда навык не сформирован, ребенок...*

- ...терпит, молчит, страдает от дискомфорта,
- ...сообщает о потребностях только плачем или каким-то иным поведением (не выражает потребности словом).

*Жизненное значение навыка.*

Состоит прежде всего в привычке понимать свои потребности, относиться к ним серьезно. Отношения людей в современном мире, например, в семье, строятся на фундаменте взаимного эмоционального принятия. Это требует понимания себя и другого, умения сообщать другому о своем эмоциональном состоянии, обращаться за эмоциональной поддержкой. Пренебрежение своими нуждами, неумение сообщать о них приводят не только детей, но и взрослых к неадекватным реакциям (раздражение, досада, обида).

## **Навык 9. Умение проявлять инициативу.**

Начиная с 2,5–3 лет ребенок все больше интереса проявляет к сверстникам, к совместным с ними играм и занятиям. Участие в игре или групповых занятиях требует инициативы, проявления активности.

### **Описание навыка:**

*когда ребенок находится среди других детей, он предлагает им поиграть в какую-нибудь игру или начать вместе что-то делать, при этом...*

...видит себя и других в разных ролях, организует игровое пространство,  
...может установить правила взаимодействия: очередность, вход в игру и выход из нее, договориться, кто будет главным,  
...подбадривает, мотивирует других детей,  
...предлагает выход из конфликтных, спорных ситуаций.

*Когда навык не сформирован, ребенок...*

...не предлагает ничего от себя, ждет предложений от других,  
...растерянно молчит, замыкается, отводит глаза, может даже заплакать, когда другие спрашивают его мнение («Ты играешь с нами? Ты кем тогда будешь?»).

*Жизненное значение навыка.*

Умение предъявлять себя, свои желания, идеи, предложения окружающим – важнейшее следствие умения проявлять инициативу. Договариваться о сотрудничестве, участвовать в создании правил, по которым живет и работает та или иная команда. Быть активным и, более того, настойчивым, конструктивно «упрямым» человеком – в современном мире означает ни много ни мало быть автором своей жизни. Только в генеративности (порождении идей, проектов, задумок) и в соответствующей самому человеку активности в социальном мире можно чувствовать полноту жизни – собственно, саму жизнь.

*Мы перечислили лишь некоторые жизненные навыки, их истоки для того чтобы лучше, ярче, выразительнее показать значение первого семилетия для жизненного пути человека.*

*К перечисленным навыкам должны присоединиться также уверенные навыки коммуникации со сверстниками (знакомиться, присоединяться к группе, играть по правилам, делиться, извиняться, принимать комплименты, выражать симпатию, предлагать помощь, просить об одолжении), а также навыки выражения своих чувств, принятия чувств других людей, обхождения с неприятными, неудобными чувствами.*

***«Да! Все это прекрасно звучит, захватывающе выглядит в теории, и хочется, чтобы мой ребенок обладал всеми этими перечисленными жизненными навыками. Но как достичь этого идеала?»***

***В том-то и дело, что навыки складываются исподволь, в простых повседневных ситуациях, в той самой нашей с вами хорошей жизни вместе с детьми.***

*Источник: Искусство понимать ребенка. 7 шагов к хорошей жизни / С. В. Кривцова — «CLEVER», 2018 — (Жизненные навыки. Книги для родителей)*