



Алтайский краевой центр
психолого-педагогической и медико-социальной помощи

ДАЙДЖЕСТ для родителей дошкольника



ВОСПИТАНИЕ ВОЛИ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Введение

Волевые качества

Формирование волевого поведения

Способы воспитания волевых качеств

Подведем итоги

ВВЕДЕНИЕ

Введение

Волевые качества

Формирование
волевого поведения

Способы воспитания
волевых качеств

Подведем итоги

Воля играет огромную роль в жизни человека и является одним из ценнейших качеств личности. Благодаря ей человек обладает способностью прикладывать регулярные усилия и добиваться задуманного вопреки обстоятельствам, сиюминутному нежеланию или настроению, развивает свои способности и навыки, принимает решения и действует в соответствии с ними. Именно от волевых усилий зависят его здоровье, отношения и успех в любой области жизни.

Две основные функции воли - побудительная и тормозящая позволяют человеку либо, приложив усилия и преодолев трудности, совершить нужное, но неинтересное действие, добиться успешного завершения начатого дела («не хочу, но надо»), либо удержаться от совершения каких-то действий замедлить или остановить их, если они уже начаты («хочу, но нельзя»).

Никакое систематическое обучение и воспитание невозможно, если ребенок не владеет собой, действует только под влиянием непосредственных побуждений, не умеет подчинить свои действия указаниям воспитателей и родителей.

К сожалению, число детей с недостаточной зрелостью сферы волевой регуляции поведения и деятельности, с низким уровнем развития волевых качеств растет с каждым годом.

Дефицит волевых качеств искажает адекватное личностное развитие и социализацию ребенка, приводит к появлению заметных проблем в обучении и адаптации к дисциплинарным требованиям образовательной организации, проявляется упрямством, ленью, беспринципностью, безынициативностью, несдержанностью, робостью.

Увы, сама по себе воля в ребенке не развивается. Ее наличие является результатом целенаправленного воспитания и самовоспитания, поэтому воспитывать волевые качества целесообразно во все периоды становления личности. А начинать следует как можно раньше – еще в дошкольном возрасте. Ведь уже в период кризиса трех лет в ребенке появляется такое новообразование воли, как самостоятельность волеизъявления; закладываются основы структуры его волевых действий.

Говоря о развитии волевых качеств маленького человека нельзя вкладывать тот же смысл, какой вкладывается в понятие воли для взрослого человека. Родители не должны с пеленок «закалять» малыша в попытке научить его быть дисциплинированным и исполнительным. Но зачатки волевых проявлений можно начать вырабатывать уже у самых маленьких, обеспечивая для этого максимально благоприятные условия в повседневной жизни.

Так что быть или не быть вашему ребенку человеком с сильной волей, зависит только от вас – родителей.

ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА

Прежде чем начать развивать волю у ребенка, следует определиться, что же относится к волевым проявлениям и качествам. Под волевыми качествами личности подразумевается конкретные проявления воли, обусловленные характером преодолеваемых препятствий. При этом проявления волевых усилий зависят от характера преодолеваемой трудности, а не вида деятельности.

К свойствам волевых качеств относятся:



ШИРОТА

количество разнонаправленных занятий с проявлением этого качества



СИЛА

степень проявления волевого усилия, направленного на преодоление трудностей



УСТОЙЧИВОСТЬ

степень постоянства проявления этого качества в сходных ситуациях

Волевые качества могут быть частными, проявляющимися только в отдельной конкретной ситуации, и постоянные – как свойства личности, черты характера.

Развитие волевых качеств ребёнка проходит несколько этапов в зависимости от возраста



До 1 года

в этот период закладывается способность к целеполаганию: через развитие способности следить за предметом, выделять его зрительно, тянуться к нему, а потом доставать и действовать с ним (ребёнок видит игрушку и находит способ до неё добраться)



2-3 года

начинает формироваться способность выдерживать фрустрацию (неудовлетворенность) и справляться со своими эмоциональными реакциями на неё



4-5 лет

интенсивно формируется произвольность действий (ребёнок учится выполнять какие-либо дела и правила в соответствии с заданием взрослого или требованиями детского коллектива, осознает необходимости ждать и следовать инструкциям)



6 лет

ребенок способен самостоятельно ставить перед собой задачи, проявлять инициативу и упорство, но пока это, как правило, касается только действий, которые сопровождаются или влекут за собой положительные эмоции



к 7 годам

формируется устойчивый самоконтроль и терпение: ребёнок учится выполнять задачи не только потому, что этого хотят другие люди, а из осознания необходимости достичь определённой цели и довести дело до конца

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА

Формирование воли и произвольности поведения у детей:



«В дошкольный период дети только начинают самостоятельно определять и осознавать свои действия. Но если с вашей помощью они смогут делать что-то не слишком привлекательное для них в данный момент ради какой-то другой, более значимой цели, это уже явный признак того, что у них появляется волевое поведение»

Елена Олеговна Смирнова,
доктор психологических наук, профессор,
специалист в области возрастной психологии

- **Надо помнить о следующих особенностях развития детей: в основе волевого усилия лежит желание. Без него человек не способен преодолеть себя. А чтобы у ребенка возникли желания, ему необходимы впечатления.**

На развитие каких волевых усилий следует обратить внимание в дошкольном детстве?

- появление и удержание цели;
- планирование, как ее достигнуть;
- поиск средств достижения;
- выполнение собственно действий;
- проверка результата.

- **Определенные ошибки воспитания препятствуют формированию волевых качеств. А именно: когда ребенок избалован и все его желания беспрекословно осуществляются, либо когда ребенок подавляется жесткой волей взрослых и он не способен сам принимать решения, его желания не учитываются. Гасят волевой порыв и сравнения ребенка не в его пользу с другими детьми, негативные оценки типа: «Ты ничего не можешь довести до конца!», «У Марата получается лучше!»**

Родителям надо особо позаботиться о воле ребенка, если у него обнаруживаются «факторы риска», связанные с осложнениями при вынашивании, родах и в раннем периоде развития, в том числе:

- гипоксия (недостаточное кислородное питание мозга ребенка);
- недоношенность;
- состояния гипо- и гипертонуса у младенцев;
- тяжело протекавшие инфекционные заболевания в возрасте до 3 лет;
- гиперактивность и др.

К счастью, детская психика пластична и, несмотря на перенесенные «вредности», мозг имеет способность к компенсации. Но ему понадобится помощь, чтобы восстановиться полностью.

ФОРМИРОВАНИЕ ВОЛЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ

Так как воля является регулятором поведения человека и формируется в ходе целенаправленной деятельности, то ключевым условием воспитания волевых качеств является активное участие ребенка в деятельности.

В материалах Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ) предложены следующие этапы формирования воли у ребенка

Формирование волевого поведения у младенца и ребенка 1 года

Чем больше ярких чувственных впечатлений получит младенец, тем быстрее у него возникнет желание поучаствовать в изменениях, происходящих в мире. Звуки, музыка, разнообразные на ощупь предметы и игрушки, тепло родительских рук – все это способствует пробуждению желаний малыша. Особенно в стимулах нуждаются младенцы с пониженным тонусом, слишком спокойные.

Вот одно упражнение для того, чтобы ребенок понял связь между своими желаниями и необходимыми для их осуществления усилиями.

Положите младенца на живот и поодаль – яркую игрушку, так, чтобы он мог ее достать. На следующий день кладите предмет чуть дальше, чтобы до него приходилось дотягиваться, потом ползти.

ЗАПРЕТОВ НЕ ДОЛЖНО БЫТЬ
СЛИШКОМ МНОГО, ЛУЧШЕ
ОБЕЗОПАСЬТЕ ПРОСТРАНСТВО
В ДОМЕ



★ Годовалые дети любят залезать на разные предметы, карабкаться, перелезть через препятствия. Так они узнают возможности своего тела, убеждаются в своей самостоятельности, умелости, закладывая, таким образом, фундамент целеустремленности. Поощряйте физическую активность детей любого возраста – помогает ребенку научиться «владеть собой» в более широком (чем только физическом) смысле.

Формирование волевого поведения у ребенка 2 - 3 лет

После двух лет важно, чтобы у ребенка выработались определенные привычки: гигиенические, режимные. Это также способствует развитию воли.



Чтобы помочь ребенку, **можно использовать любимые игрушки, наделяя их функциями контролера**: «Вот наша кукла Ляля пришла, послушай, она говорит: *«Все детки на улице гуляют, Анюте тоже пора».* Вот Ляля кофточку принесла нам. Смотри, Ляля, Анюта сама одевается».

Поощряя ребенка быть волевым, **используйте промежуточные цели**. Например, до магазина далеко, ребенок хнычет, хочет на руки. Обратите его внимание: *«Машина интересная стоит, пойдём поближе, посмотрим. А там котята сидят, идем к ним. Давай-кто быстрее дойдет до ступенек. Вот и пришли».*



Создание внешних опор – условных сигналов – также помогает ребенку осуществить саморегуляцию. Для того чтобы помочь ребенку переключиться с одного действия на другое, можно использовать будильник или таймер. *«Посмотри на часы. Стрелка сейчас на цифре 1. Ты будешь рисовать до тех пор, пока стрелка не подойдет к цифре 4. Тогда часы зазвонят, и мы побеседуем о твоём рисунке».*

Формирование волевого поведения у ребенка 4 - 5 лет

В этом возрасте детям очень хочется проявить самостоятельность. Среди большого числа домашних дел у ребенка могут и **должны быть обязательные поручения**. Ребенку будет приятно оказать помощь взрослым в делах, где именно он может справиться – у ребенка формируется ощущение его незаменимости. *«Сеня кормит рыбок, приносит на стол ложки, чашки, хлеб...» «Напомни мне... У тебя глазки зоркие, вдень нитку... Ты ловкая, достань, пожалуйста...»*



Вместе с родителями ребенок готовится к уборке квартиры. *«Что нам нужно для уборки? Настенька, приготовим фартук, тряпочки, веник, совок...»* Ребенок участвует в конкретном трудовом действии и выполняет его последовательно под руководством взрослого: например, готовит тесто – сам насыпает муку, наливает молоко, добавляет соль, размешивает и т.д.

Представление реальных действий помогает ребенку почувствовать себя уверенно в новой для него ситуации и поступать последовательно, организованно. Например, ребенку предстоит впервые самостоятельно сходить в магазин (к бабушке, и т.д.). Ребенок должен точно и связно описать последовательность своих действий и мыслей. *«Я выйду из дома, поверну за угол, пойду в магазин, попрошу продавца дать мне багет, подойду к кассе, подам кассиру карточку, возьму чек, потом пойду домой»*. В таком описании ребенок использует много глаголов. Это способствует осознанию своей активности и целенаправленности.

Формирование волевого поведения у ребенка 6 - 7 лет



Для формирования способности к волевой саморегуляции будущего первоклассника важно стимулировать желание учиться в школе. В связи с этим полезны различные **игры по правилам**. Они создают почву для произвольного поведения вне игровой деятельности, развития способности к самоорганизации, самоконтролю. Убедитесь, что

правила ясные и понятно сформулированы, ребенок понял их: попросите напоминать их вам перед игрой, научить друга. Если ребенок может пересказать условия игры, он, скорее всего, сможет им следовать.

Старшим дошкольникам рекомендуется **посещение спортивных секций**.

Прогнозирование развития событий побуждает ребенка производить нравственную оценку действий и дает право на ошибку. Это помогает ему научиться ограничивать импульсивность своих реакций и руководствоваться общими нормами и ценностями. Обсуждайте, правильно ли поступил, например, герой сказки или реальный человек. *«А как еще можно поступить? Как ты думаешь, как бы поступила я? А ты?»*. Создайте возможность выбора цели: *«Как ты хочешь и почему? Как ты считаешь и почему?»* Вопрос «почему?» необходим для создания мотива действия.

- В статье Шевченко С. [«Как воспитывать волю у ребенка»](#) отмечается,
- что нужно показывать причинно-следственные связи событий,
- спокойно, но твердо объяснять, что надо делать не только то, что хочешь, а научить спокойно реагировать на отказы, справляться со своими эмоциональными реакциями

Самостоятельность проявляется в умении организовывать свою деятельность и в умении взаимодействовать со сверстниками и взрослыми. В старшем дошкольном возрасте самостоятельность становится качественным приобретением личности ребенка. А о том, как развивать в ребенке это важное качество рассказано в представленных ниже книгах.



Балышева Е. А можно я сам? Как пережить кризисы самостоятельности ребёнка / Е. Балышева – СПб: Питер, 2021. – 224с.

Петербургский психолог рассказывает родителям, как научить ребёнка самостоятельности, не подавляя его волю. «Уважаю», «понимаю», «не спешу» - три кита, на которых строится взаимодействие. Книга поможет найти баланс между наставничеством и навязыванием собственного опыта, направлять ребенка без давления

Филоненко Е. Детки без клетки: 5 ступеней к развитию самостоятельности / Е. Филоненко. – Ростов на Дону: Феникс, 2016. – 189 с.

Данная книга, основанная на 16-летнем психотерапевтическом опыте работы ее автора, даст вам описание практических шагов по развитию самостоятельности ребенка. В ней даны практические методики, которые помогут вам привить самостоятельность без давления и конфликтов.



Глазырина Ю. Я все умею сам! /Ю. Глазырина. - М.: АСТ, 2014. – 14 с.

Это настоящая энциклопедия самостоятельности. В ней рассматриваются самые разные умения: и личная гигиена, и помощь маме, и самостоятельная игра. Дети узнают, что делать утром, после пробуждения, а что вечером, перед сном, научатся завязывать шнурки и застегивать пуговицы, со стороны посмотрят на порядок и беспорядок, узнают, почему у каждой игрушки должно быть свое место.

СПОСОБЫ ВОСПИТАНИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ

Введение

Волевые качества

Формирование
волевого поведения

Способы воспитания
волевых качеств

Подведём итоги

Игры. Настоящей школой воспитания воли дошкольника являются игры: подвижные, ролевые, настольные, игры-соревнования. В основе всех игр лежат правила, и для того, чтобы не нарушить их, ребенку нужно приложить волевые усилия (удержать программу действий, затормозить произвольную реакцию, соблюсти очередность и т.п.).

- При помощи игр, собранных в [картотеке игр, развивающих волевые качества ребенка](#), вы можете своему ребенку проявить индивидуальность, способности, умение быстро ориентироваться в создавшейся ситуации, помогут думать не только о своих достижениях, но и об успехах партнеров по игре.

Чтение историй, герои которых преодолевают преграды, испытывают серьезные трудности и лишения, но добиваются цели. Такие функции выполняют терапевтические сказки: они предлагают детям идентифицироваться с героями сказки и проживать их приключения, которые отражают аналогичные ситуации в их собственной жизни. В процессе чтения таких сказок дети могут осознать свои эмоции, найти пути решения проблем и развить навыки саморегуляции. Терапевтическую сказку можно прослушать, прочитать и подумать над ней вместе с ребенком, вспомнить ее в нужное время или просто применить игровой момент в конфликтной ситуации.



Аудиосказки «Воспитание воли»

На портале «azbyka.ru» представлено 10 аудиосказок про воспитание силы воли и волевых качеств у детей.

Грошкова М. У меня получается! 10 сказок для развития самостоятельности. – Из-во: Феникс, 2024. - 58с.

Психолог Мария Грошкова придумала истории о белочке Мие, которая шаг за шагом учится убирать свои игрушки, самостоятельно чистить зубы и умываться, складывать вещи, готовить несложные блюда и ещё многому другому.



Ирина Гаврилик «Сказки для детей: 93 волшебные и полезные сказки избавят от 38 детских проблем»

Сказку можно не только прочитать, но и проиграть ее, а также нарисовать. Вместо того, чтобы ругать, кричать, ссориться или заставлять ребенка что-то сделать, прочитайте или расскажите ему волшебную сказку. А ребенок пусть сам сделает выводы.



Просмотр и обсуждение поучительных мультфильмов и киносказок



Мультсериал «Смешарики»
(Сезон 4, эпизоды 16 и 179
«Сила воли»)



Мультсериал «Три кота»
(Сезон 2, серия 35 «Сила воли»)

Введение

Волевые качества

Формирование
волевого поведения

Способы воспитания
волевых качеств

Подведем итоги

В статье Бурухиной А. и Кумрякова Е. [«Советские мультфильмы, которые помогут отучить ребёнка от лени»](#) описан механизм формирования у дошкольников ценностного отношения к лени через высмеивание этого качества у героев мультфильмов. Родителям совместно с детьми предлагается к просмотру 5 мультфильмов, приводятся примеры вопросов для их обсуждения, все это подкрепляется выводами и примерами из практики.

Авторы статьи подчеркивают, что для того, чтобы детские кинофильмы или мультфильм были более эффективными помощниками в воспитании детей, важно:

- смотреть их вместе с ребёнком,
- эмоционально реагировать на происходящее,
- после просмотра обсудить с ребёнком увиденное,
- обязательно сделать вывод,
- периодически напоминать ребенку сделанные выводы и возвращаться к ним по мере необходимости (для этого можно распечатать картинки из мультфильма/фильма с образами героев и важными моментами).

Участие в домашнем труде

В статье [«Как развивать волю и произвольное поведение у ребенка»](#) акцентируется внимание на том, что существует две крайности воспитания дошкольника, которые делают ребенка безвольным:

- **мягкое воспитание**, когда ребёнка балуют, не поручают ему никаких заданий по дому, исполняют его желания - в результате он привыкает не прилагать никаких усилий в достижении целей;
- **слишком требовательное воспитание**, когда родители постоянно нагружают ребенка невыполнимыми заданиями, не подходящими по возрасту – и ребёнок, не справляясь с их выполнением и бросает всё на половине пути.

Утренняя зарядка, физические упражнения, спорт

Даже 15-20 минут ежедневных упражнений являются суперэффективным тренингом воли в домашних условиях. Блогер, многодетная мама Татьяна Полухина в своей статье [«Спортивные секции для дошкольников: точно ли они нужны»](#) поднимает такие вопросы, как выбрать секцию, как не перегрузить ребенка, как выбрать тренера и как сформировать интерес ребенка к спорту.

ПОДВЕДЕМ ИТОГИ

Воля по-настоящему делает человека хозяином своей судьбы. Поэтому, чем раньше вы начнете развивать волевые качества у своего ребенка, тем успешнее будет складываться его жизнь – в детском саду, в школе, в профессиональной и личной сфере во взрослом возрасте.

Введение

Волевые качества

Формирование
волевого поведения

Способы воспитания
волевых качеств

Подведем итоги

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА



По мнению, [Татьяны Валерьевны Гогоуадзе](#), директора Центра Дислексии (Москва), «за развитие воли в нашем мозгу отвечает префронтальная кора, в «обязанности» которой входит сознательный контроль мыслей, эмоций, чувств, способность удерживать цель, контролировать поведение, подавлять инстинктивные порывы. Поэтому для развития воли и характера нужно в повседневную жизнь ребёнка включить больше обязанностей, которые будут естественным образом стимулировать работу его мозга, в частности, префронтальную кору»

Для того, чтобы развить у ребенка волевые качества, родителям следует:

1. Постепенно учить ребёнка самостоятельно принимать решения и выполнять их, вызывая у него чувство радости от достигнутого.
2. Приучать ребенка к тому, что любое начатое дело должно быть закончено.
3. Организовать соблюдение режима дня, домашних ритуалов и обязанностей.
4. Предъявлять к ребенку требования, соответствующие его возрасту, с обязательным контролем за их выполнением.
5. Формировать у ребенка привычку преодолевать сравнительно незначительные трудности, не выполняя за ребенка задачи, с которыми он может справиться сам, но обеспечивать условия для успеха его деятельности.
6. Учить ребенка формулировать свои цели, учитывая при этом потребности других людей, помогать намечать этапы их достижения, прогнозировать развитие событий и побуждают производить нравственную оценку действий.
7. Демонстрировать личный пример, показывая ребенку, что взрослым людям тоже приходится преодолевать трудности, показывая возможность такого преодоления, важность иметь волевые качества.
8. Стимулировать ребенка, мягко оценивая результаты его деятельности.
9. Предоставлять ребенку право выбора, то есть давать возможность самостоятельно (в разумных пределах) выбирать чего он хочет.
10. Научить ребенка простым способам планирования действий.
11. Завести для ребенка обязательные поручения из числа домашних дел.
12. Развивать у ребенка уверенность в себе через одобрение и похвалу за достижения.