

## „Ja to zrobię!”, czyli o samodzielności dziecka

Stopień samodzielności dzieci zależy od tego, jak postępują z nim dorośli, którzy je wychowują, a więc przede wszystkim zależy od rodziców lub bezpośrednich opiekunów. Samodzielność nie przychodzi sama. Pewne cechy, takie jak zręczność, spryt czy zaradność, dziecko może odziedziczyć po rodzicach. Nie są one jednak jeszcze ukształtowane i szybko mogą zaniknąć, jeśli dziecko nie będzie miało okazji do samodzielnej działalności. „Ja to zrobię!” to jedno ze zdań, które rodzice dzieci przedszkolnych coraz częściej zaczynają słyszeć od czasu, gdy pociecha kończy dwa lata. Ta deklaracja samodzielności daje rodzicom wspianą okazję, aby pozwolić dzieciom rozwijać swoje umiejętności tak długo, dopóki zasady panujące w domu nie zostaną przez to złamane. Opiekunowie powinni cały czas zdawać sobie sprawę z celu, jaki chcą osiągnąć: wychować pewne siebie i samodzielne dzieci. Toteż bardzo ważne jest uzbrojenie się w odpowiednią dawkę cierpliwości, aby znosić wszystkie popełniane przez malucha błędy i zrównoważyć chęć szybkiego wykonania obowiązków domowych oraz ważną rolę nauczania dziecka istotnych umiejętności życiowych.

### ZAPOBIEGANIE PROBLEMOWI

#### 1) Nie zakładaj, że twoje dziecko nie potrafi czegoś zrobić.

Jeżeli dziecko chce wziąć dwa kubki w jedną rękę podczas nakrywania do stołu, nie zabraniaj mu tego, twierdząc, że na pewno rozleje. Upewnij się, że dajesz mu szansę spróbowania czegoś zanim zrobisz to za niego, aby uniknąć niedoceny jego aktualnych umiejętności.

#### 2) Kupuj ubrania, z którymi dziecko poradzi sobie samo.

Zaopatrzenie się w ubrania, które na przykład łatwo będzie założyć i zdjąć idąc do toalety. Kupuj koszulki, które z łatwością można włożyć przez głowę i które nie zatrzymają się na ramionach, gdy maluch będzie próbował je włożyć.

#### 3) Przechowuj ubrania w konkretnych, dostępnych zestawach.

Pomóż dziecku rozwijać jego zmysł koordynacji poprzez układanie ubranek. Uczyni je dostępnymi poprzez umieszczenie ich w szafkach, do których dziecko z łatwością może mieć dostęp.

#### 4) Zapobiegaj frustracji.

Postaraj się, by zadania, które wyznaczasz dziecku, były jak najmniej skomplikowane, aby dziecko z łatwością mogło je wykonać (na przykład rozsuń nieco suwak przy kurtce, zanim pozwolisz mu dokończyć zadanie).

Obok uczenia dziecka samoobsługi, cenne jest również wdrażanie go do wykonywania pewnych domowych obowiązków. Początkowo będą to drobne czynności, takie jak podlewanie kwiatków, ścieranie kurzu, zamiatanie itp. Samodzielne wykonywanie tych elementarnych czynności ma duży wpływ na późniejszy start dziecka w szkole.

### ROZWIĄZYWANIE PROBLEMU

#### *Jak należy postępować?*

#### 1) Bawcie się w robienie rzeczy na czas.

Powiedz dziecku, ile masz czasu na zrobienie danego zadania, aby nie myślało, że mu pomagasz tylko dlatego, że nie potrafi czegoś zrobić. Nastaw stoper na odpowiednią ilość czasu, który chcesz przeznaczyć na dane zadanie i powiedz: „Zobaczymy teraz, czy uda nam się ubrać zanim stoper zadzwoni”. Pomoże to dziecku nauczyć się pojęcia czasu i zmniejszyć napięcie pomiędzy maluchem i rodzicami, ponieważ to nie ty mówisz mu, że ma coś zrobić i żeby się pospieszył. Jeśli natomiast bardzo ci się spieszy i musisz dokończyć zadanie rozpoczęte przez dziecko, wyjaśnij mu okoliczności zanim zaczniesz coś robić samemu, by nie myślało, że po prostu nie poradziło sobie z zadaniem.

#### 2) Zasugeruj współpracę i podział obowiązków.

Ponieważ dziecko nie zawsze rozumie, dlaczego nie może czegoś zrobić i nie zdaje sobie sprawy, że nie da rady tego wykonać samemu, możesz zasugerować podział obowiązków, gdzie dziecko wykona to, co potrafi, natomiast Ty zrobisz resztę. Na przykład, gdy razem z trzyletnim dzieckiem pielęgnujesz kwiatka, możesz powiedzieć: „Ja przytnę roślinę, a ty ją podlejesz”. Gdy tylko to możliwe, pozwól dziecku dokończyć dane zadanie, zamiast kazać mu jedynie obserwować cię i myśleć, że nic nie potrafi.

#### 3) Próbowanie też się liczy.

Powinieneś zachęcać dziecko, aby próbowało robić różne rzeczy. Naucz je stwierdzenia, że „trening czyni mistrza”, na przykład poprzez powiedzenie: „Podobało mi się, w jaki sposób próbowałeś zawiązać sobie sznurowadła. Bardzo dobrze ci szło. Możesz spróbować jeszcze raz później”.

#### 4) Pozostań tak cierpliwym i opanowanym, jak tylko możesz.

Jeśli twoje dziecko chce robić wszystko samemu („Ja włożę spodnie”, „Ja otworzę drzwi”), pamiętaj, że w ten sposób ugruntowuje ono swoją samodzielność, a nie stara się być uparte. Unikaj denerwowania się, gdy zadania nie zostają wykonane tak dobrze i tak szybko, jak byś chciał. Zamiast tego ciesz się faktem, że twoja pociecha czyni pierwszy krok do samodzielności i bądź dumny z tego, że przejmuje inicjatywę.

### 5) Pozwalaj na jak największą niezależność.

Pozwól dziecku robić samodzielnie jak największą rzecz, na które je stać, aby frustracja nie zastąpiła wewnętrznej ciekawości. Gdy na przykład zawiązujesz mu bucik, nie zabieraj mu drugiego, jeśli akurat chce go potrzymać. Poda ci go, gdy uporasz się z pierwszym.

### 6) Proś dziecko, by robiło różne rzeczy; nie nakazuj.

Aby twoje dziecko ładnie prosiło o różne rzeczy, musisz mu najpierw pokazać w jaki sposób należy grzecznie prosić. Na przykład powiedz mu, by powiedziało „Poproszę widelec”, jeśli chce, byś mu go podało, ale też zwracaj się w taki sam sposób do dziecka.

### *Jak nie należy postępować?*

#### 1) Nie karz dziecka za błędy.

Na długiej drodze nauki nie da się niestety uniknąć błędów, zatem uzbrój się w cierpliwość. Jeśli dziecko próbuje samo sobie nalać sok i w rezultacie go rozlewa, następnym razem pomóż mu zrobić to uważniej. Nie oczekuj natychmiastowych sukcesów.

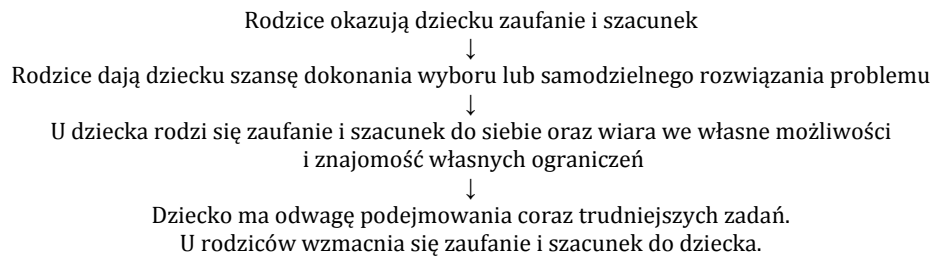
#### 2) Nie krytykuj wysiłków dziecka.

Unikaj wypominania dziecku błędów. Jeśli na przykład założy bluzkę na lewą stronę, powiedz po prostu: „Teraz założymy bluzkę w taki sposób, żeby nie było widać metki, dobrze?”.

#### 3) Nie czuj się odrzucony.

Nie czuj się skrzywdzony, ponieważ twoje dziecko nie chce twojej pomocy. Stara się ono po prostu robić różne rzeczy samemu i twoja pomoc może zostać postrzeżona jako przeszkoda. Jeśli dziecko mówi: „Pozwól mi odkurzyć dywan”, zgódź się. Ono wie, że ty robisz wszystko szybciej i z mniejszym wysiłkiem, ale musi i chce przecież rozwijać swoje umiejętności. Doceń jego próby robienia rzeczy bez pomocy.

### SKĄD BIERZE SIĘ ODWAGA U DZIECKA DO SAMODZIELNYCH DECYZJI?



Niektórzy rodzice nie mają dość cierpliwości, aby wyrabiać w dziecku samodzielność. Wyręczają je, bo im się spieszy, bo sami zrobią to lepiej. W innym przypadku nadopiekuńcze mamy lub babcie traktują dziecko jak dużo młodsze niż faktycznie jest, myjąc je, karmiąc itp. W ten sposób nieświadomie wyrządzają dzieciom krzywdę, choć chwilowo ułatwiają im życie. Niecierpliwość, zbytnia nerwowość, pośpiech, a także przesadna troskliwość są wrogami samodzielności. Im wcześniej dziecko wdrażane jest do samodzielności, tym lepiej radzi sobie potem w szkole i tym większą wykazuje dojrzałość do wypełniania szkolnych obowiązków.

#### Literatura:

1. Wyckoff J., Unell B. (2008), *Dyscyplina bez krzyku i bicia. Praktyczne rozwiązania najczęstszych problemów dotyczących zachowania dzieci*, LIBER, Warszawa.
2. *Bliżej Przedszkola. Wychowanie i edukacja*, Nr 4.96 wrzesień 2009.
3. Materiały dla uczestników kursu „Szkoła dla rodziców i wychowawców”.