



JAK NAUCZYĆ DZIECKO SAMODZIELNOŚCI.

Samodzielność- cóż to takiego?

Analizując literaturę fachową można powiedzieć, iż samodzielność jest potrzebą rozwojową każdego dziecka. Skąd się bierze? Jak ją mądrze kształtować u dziecka? Odpowiedzi prowadzą do jednego wniosku, mianowicie „...samodzielność można wykształcić **poprzez podejmowanie prób i gromadzenie doświadczeń. Dziecko stopniowo opanowuje niezbędne w życiu umiejętności, rozwija swoje możliwości, poznaje własną odrębność i kształtuje tożsamość.** Już około pierwszego roku życia możemy zaobserwować próby dążenia do samodzielności, kiedy to mały człowiek stara się pokonywać pierwsze trudności związane z nauką chodzenia. W dalszym etapie, potrzeba samodzielnego działania jest jeszcze silniejsza. W tym dynamicznym procesie nabywania przez dziecko samodzielności ogólnie pojmowanej, ważną rolę odgrywa otoczenie, które samodzielność dziecka może rozwijać lub ograniczać.¹ Od nas dorosłych zależy, którą z tych dróg podążymy. Czy będziemy rodzicem wspierającym, czy też ograniczającym nabywanie samodzielności naszego malucha.” Dla okresu dzieciństwa charakterystyczne są szybkie tempo rozwoju dziecka oraz ciekawość świata(...). Rozwijanie kluczowych umiejętności, takich jak: logiczne myślenie, efektywne komunikowanie się, kreatywność, rozwiązywanie problemów, kierowanie emocjami, współpraca w zespole, a także konstruktywne planowanie pracy oraz świadome kierowanie procesem własnego rozwoju umożliwia dziecku osiągnięcie sukcesu edukacyjnego.”² Każdy z rodziców jest pierwszym i najważniejszym nauczycielem życia swojego dziecka. To państwo znacie swoje dziecko najlepiej. Poniżej przedstawię kilka

¹ za M. Cygan, psycholog, zespół Akademii Zdrowego Przedszkolaka; źródło3. Źródło: <https://zdrowyprzedszkolak.pl/wychowanie/857/jak-wspierac-dziecko-w-rozwoju-samodzielności.html>

² Dorota Kamińska” Jak bawić się z pasją? Zastosowanie narzędzi myślowych TOC w pracy z dziećmi. Miniporadnik jak wychować dziecko twórcze, optymistyczne i ciekawe świata.

porad i haseł, które być może zainspirują Państwa do nowych wyzwań jakim bez wątpienia jest nabywanie umiejętności samodzielności naszej pociechy.

Porady

1. Nie oczekuj, że dziecko od razu, szybko i sprawnie zacznie się ubierać i samodzielnie jeść. By tak się stało, musi ono najpierw wykonać wiele prób, także nieudanych.
2. „ Dziecko, które wykonuje wiele czynności samo, jest pewniejsze siebie, bardziej niezależne, a co ważniejsze buduje pozytywny obraz własnej osoby.
3. Z perspektywy małego dziecka bycie samodzielnym to przede wszystkim zdobywanie nowych umiejętności.
4. Pozwólmy dziecku na samodzielne znajdowanie rozwiązania jego problemów.
5. Troska o bezpieczeństwo jest konieczna, ale w granicach zdrowego rozsądku.
6. Nie wyręczaj dziecka we wszystkim. Trzeba jednak cierpliwie, wielokrotnie pokazywać dziecku, jak wykonać powierzone mu zadanie . To długa nauka.
7. Daj dziecku prawo do decyzji. liczenie się z jego zdaniem daje mu poczucie, że ma ono wpływ na to, co się dzieje, że jest ważne. Zyskuje też poczucie, że jest samodzielne.
8. Ustalcie jedną strategię podczas nauki samodzielności. Jeśli jeden z domowników pozwoli dziecku na samodzielność, a drugi będzie nadopiekuńczy, wywoła to u dziecka dezorientację i złość. Koniecznie ustalcie jeden wspólny front wychowawczy.³

Reasumując:

1. **Nie wyręczaj.** Pamiętajmy jednak, że nie perfekcyjne wykonanie czynności jest najważniejsze, a to, że dziecko wykonało ją SAMO!
2. **Nie porównuj.** Porównania nie motywują! One sprawiają, że maluch czuje się gorszy i traci chęć do podejmowania jakichkolwiek wyzwań.
3. **Nie krytykuj (nie wymagaj zbyt wiele).** Pokazujmy dziecku, jak poprawnie wykonywać zadania, jednak nie wymagajmy zbyt wiele. Nie poprawiajmy ozdobionego przez nie tortu, nawet jeśli coś ścieka bokiem, a posypka nie jest rozprowadzona równomiernie.

³ Źródło: <https://mamotoja.pl/nauka-samodzielnosci-4-rady-jak-nauczyc-dziecko-bycia-samodzielnym,dziecko-w-przedszkolu-artykuł,1349,r1p1.html>).

4. **Zauważaj postępy.** Doceniony maluch dostaje skrzydeł i stara się jeszcze bardziej. Jego samoocena wzrasta i jest skłonny do podejmowania kolejnych wyzwań, bez wsparcia rodziców.
5. **Bądź zawsze obok.** Nauka samodzielności nie oznacza, że mamy pozostawić dziecko same. Maluch musi wiedzieć, że w razie potrzeby zawsze będziemy mu służyć radą i odpowiemy na nurtujące go pytania.
6. **Nie zarażaj lękiem.** Starajmy się jednak nie epatować lękiem! Teksty typu: „na pewno się przewrócisz!”, „a jak Ci się nie uda?”, to nie wpływa dobrze na dziecko...
7. **Daj wybór.** Samodzielne podejmowanie decyzji to sztuka. Dajmy możliwość dokonania wyboru między dwiema rzeczami, które dziecku proponujemy. Zaczniemy od prostych spraw: wolisz banana czy jabłko?; chcesz założyć bluzkę czerwoną czy zieloną? itp.
8. **Włącz w domowe obowiązki.** Nic nie jest tak świetnym treningiem samodzielnego życia, jak... uczestniczenie w codziennym życiu
9. **Stopniowo przyzwyczajaj do swojej nieobecności.** Dziecko zobaczy, że nic złego się nie dzieje, gdy pozostawione zostanie przez rodziców u Dziadków, w przedszkolu – rodzice zawsze wracają, a z innymi osobami też można się świetnie bawić!
10. **Mały przyjaciel doda odwagi.** Dobrze jest zawsze mieć przy sobie „kawałek” domu! Takim substytutem rodziców i bezpiecznego gniazdka może być ulubiona maskotka.⁴

Warto uświadomić sobie **dlaczego nie pozwalamy dzieciom na samodzielność?** Powodów, dla których rodzice hamują u dziecka naturalną potrzebę rozwoju i bycia samowystarczalnym, jest wiele, np.:

- **strach**, że zrobi sobie krzywdę (lub coś zepsuje),
- **pewność, że zrobimy coś szybciej i lepiej** (szczególnie, gdy nam się śpieszy, a tak jest prawie zawsze),
- **przekonanie, że jest jeszcze małe i nie musi nic robić** („jeszcze się w życiu napracuje”),

⁴ Źródło: <http://www.zabawkowicz.pl/zabawka/3394,10-sposobow-jak-nauczyc-dziecko-samodzielnosci.html>)

- **obawa, że jak mu się nie uda, to będzie mu smutno** z tego powodu, będzie płakało (a jako rodzice „mamy za zadanie oszczędzić dzieciom przeżywania porażek”).⁵
- **obawa i przekonanie, że dziecko zbyt szybko dorośnie i nie będzie nas potrzebować** (uciekający czas) .

Zalety wpływające z faktu, iż nasze dziecko staje się samodzielne:

- potrafi odnaleźć się w nowej sytuacji;
- chce doświadczać, poszukiwać;
- śmieiej funkcjonuje w grupie rówieśniczej;
- podejmuje próby, wyzwania;
- potrafi pokonywać trudności;
- ma wysoka samoocenę;
- ma wysokie poczucie własnej wartości;
- jest wspaniałym kompanem do zabaw i pracy zarówno dla dzieci jak i dla dorosłych;
- czerpie większą radość z pobytu w przedszkolu.

Myślę , iż warto często zaglądać do tych treści, by móc uświadomić sobie jak ogromną rolę odgrywamy my Rodzice. Pamiętajmy, że dzieci to największy skarb na świecie. Bycie rodzicem to wspieranie, a nie wyręczanie.

Literatura:

1. Dorota Kamińska” Jak bawić się z pasją? Zastosowanie narzędzi myślowych TOC w pracy z dziećmi” Miniporadnik jak wychować dziecko twórcze, optymistyczne i ciekawe świata.
2. Jackie Silberg „, Poznanie zmysłów przez zabawę- słuch, wzrok, dotyk, węch, smak.”
3. Źródło: <https://zdrowyprzedszkolak.pl/wychowanie/857/jak-wspierac-dziecko-w-rozwoju-samodzielności.html>
4. Źródło: <http://www.zabawkowicz.pl/zabawka/3394,10-sposobow-jak-nauczyc-dziecko-samodzielności.html>)
5. Źródło: <https://mamotoja.pl/nauka-samodzielności-4-rady-jak-nauczyc-dziecko-bycia-samodzielnym,dziecko-w-przedszkolu-artykuł,1349,r1p1.html>).

Opracowała; mgr Wioleta Gabryszak-Nogalska

⁵ Marta Cygan, psycholog, zespół Akademii Zdrowego Przedszkolaka <https://zdrowyprzedszkolak.pl/wychowanie/857/jak-wspierac-dziecko-w-rozwoju-samodzielności.html>