

Nauka samodzielności – jak sprawić, by dziecko było samodzielne?

Miłość do dziecka nie usprawiedliwia wyręczania go we wszystkim. Dziecko, które niedługo pójdzie do szkoły, powinno być samodzielne, musi wykazać się niezbędnymi umiejętnościami, pewnością siebie i wytrwałością. Jak mądrze wychowywać pociechę, aby była samodzielna?

Pamiętacie, jacy byliście dumni z pierwszych samodzielnych osiągnięć swojej pociechy? Wszyscy wkoło dowiadywali się, że wasz maluszek już zrobił pierwszy krok, powiedział pierwsze słowo, narysował pierwszą kreskę. Każdy taki „wyczyn” wymagał waszej pomocy – podania ręki, przytrzymania, zachęty – a zainteresowanie i radość, które wtedy okazywaliście, sprawiały, że pociecha wielokrotnie powtarzała daną czynność, utrwalając i doskonaląc sposób jej wykonywania.

Nauka samodzielności: jak uczyć przedszkolaka?

Przedszkolak na progu szkoły nadal oczekuje pomocy rodziców w odkrywaniu siebie i swoich możliwości, niezmiennie pragnie widzieć w waszych oczach dumę i satysfakcję z tego, że staje się coraz bardziej **samodzielny** i niezależny. Dlatego z życzliwością i uwagą obserwuj jego wysiłki, udzielając mądrego wsparcia w zakresie:

- **Doskonalenia umiejętności samoobsługowych**

Sprawne przebieranie się w szatni czy na gimnastykę, zjedzenie posiłku w określonym czasie, pakowanie rzeczy do tornistra – to codzienne szkolne wyzwania, którym **dziecko** musi sprostać bez pomocy rodziców. Jeśli zostało nauczone samodzielnego zbierania zabawek z piaskownicy, z pewnością nie będzie miało też kłopotu z pilnowaniem swoich przyborów szkolnych, a nawyk utrzymywania porządku w kącie zabawek sprawi, że na ławce i biurku również nie będzie bałaganu.

- **Dokonywania wyborów** Staraj się rozgraniczyć dwie strefy – tę, w której dziecko koniecznie musi podporządkować się woli rodziców (jedzenie śniadania przed wyjściem z domu), od tej, w której samo ma prawo podjąć decyzję (wybór rodzaju płatków). Proste pytania typu: „Dokąd pójdziemy dziś na spacer?” pomogą maluchowi w kształtowaniu odpowiedzialności za swoje decyzje i zachowania, a w stopniowe włączanie dziecka do współdecydowania o pewnych sprawach wzmocni jego poczucie własnej wartości.

- **Zdobywania nowych doświadczeń** Okazuj zainteresowanie aktywnością dziecka i doceniaj jego wysiłki, a nie ich efekt końcowy (Powiedz: „Podlanie wszystkich kwiatów to było trudne zadanie”, nawet jeśli „podlany” został również parapet). Zawsze podkreślaj to, co dziecko zrobiło dobrze, chwal każdą spontanicznie podejmowaną inicjatywę („Udało ci się ułożyć wszystkie książki, brawo!”). Docenianie

dziecięcych starań sprawia, że maluch znajduje w sobie odwagę do samodzielnego działania. Buduje też dobrą samoocenę i wzmacnia swoje poczucie sprawczości.

- **Umiejętności słuchania i cierpliwości** Zachęcaj swoją latorośl do rozwijania umiejętności słuchania. Jeżeli ma w pełni uczestniczyć w życiu szkolnym, czyli rozumieć przekazywane polecenia i informacje, już teraz musi nauczyć się słuchać innych. Czekanie na swoją kolej również jest wpisane w przebieg lekcji. Co jakiś czas wymagaj od dziecka, żeby poczekało. Rozmawiaj z nim o tym, że często trzeba mieć dużo cierpliwości: u lekarza, na poczcie, w kolejce do kasy...
- **Wytrwałości w dążeniu do ukończenia zadania** Twoje dziecko łatwo rezygnuje, gdy coś je nudzi lub jest wyczerpujące? Buduj jego wytrzymałość, powierzając mu najpierw drobne zadania, z którymi będzie w stanie poradzić sobie w krótkim czasie, i stopniowo zwiększaj wymagania. Uważaj, żeby nie przegapić momentu, kiedy maluch straci ochotę do działania – zaoferuj mu wtedy swoją pomoc i przez jakiś czas bierz udział w wykonywanym zadaniu. Na przykład: zaczyna złościć się po zapięciu trzech guzików, a zostały jeszcze dwa... Pochwal jego dotychczasowy wysiłek i zaproponuj, że „podzielicie się guzikami” – każde z was zapnie po jednym.
- **Zmagania się z trudnościami, niepowodzeniami** Nie ochraniaj dziecka nadmiernie przed doświadczaniem niepowodzenia. Troska o jego bezpieczeństwo i dobre samopoczucie jest w pełni zrozumiała, ale w granicach zdrowego rozsądku. Zanim przystąpisz do akcji (jeśli to w ogóle okaże się konieczne), pozwól maluchowi, by sam zmierzył się ze swoimi kłopotami i uczył na własnych błędach. Gdy zadaje pytanie lub chce rozwiązać jakiś problem, nie śpiesz się z podpowiedzią, zapytaj, co sam na ten temat myśli, jakie widzi możliwe rozwiązania. Daj mu czas na sprawdzenie swoich strategii nawet wtedy, gdy przewidujesz porażkę. W razie niepowodzenia zachęcaj do ponawiania prób. Nie krytykuj, lecz dodawaj otuchy, okazuj cierpliwość i wyrozumiałość. Umiejętność godzenia się z przegraną bez jednoczesnego obrażania się bardzo się w szkole przydaje...

Kochasz swoje dziecko mądrze – stawiaj mu wymagania, oczywiście dostosowane do jego wieku i możliwości. I pamiętaj, że trening czyni mistrza – daj dziecku czas i okazję, by szlifowało nowe umiejętności, dzięki temu w przyszłości będzie zaradne, pełne wiary we własne siły, odpowiedzialne, odważne w pokonywaniu trudności i podejmowaniu decyzji. Po prostu... daj swojemu dziecku szansę!