



„Pozwólmy dzieciom błędzić i radośnie dążyć do poprawy”
J.Korczak

UCZYMY DZIECKO SAMODZIELNOŚCI

RODZICU!

Samodzielność to cecha, która rozwija się etapami, to stopniowe przechodzenie od bycia zależnym od obecności i pomocy osób dorosłych w zaspokajaniu swych potrzeb do stawiania się samodzielnym.

Jak możesz pomóc dziecku stać się bardziej samodzielnym?

Kształtowanie samodzielności dziecka nie jest zadaniem łatwym. Wymaga czasu, Twojego zaangażowania i cierpliwości. Musisz stać się „kibicem” dziecka, który towarzyszy mu w tym żmudnym procesie, wspiera w chwilach porażki i zachęca do ponownych prób.

Jeśli wyręczasz dziecko, bo jest Ci go żal, roztaczasz nad nim parasol bezpieczeństwa, mówiąc, że chcesz, aby jak najdłużej miało „szczęśliwe dzieciństwo”, myślisz sobie „jeszcze zdąży się w życiu namęczyć” lub też denerwujesz się, gdy robi coś wolno, nieporadnie, spieszysz się...

STOP wiedz, że to najlepsza droga do uzależnienia Twojego dziecka od Ciebie, do tego, aby było nieporadne i doświadczało negatywnych uczuć takich, jak bezradność, złość, wrogość.

Kochać mądrze dziecko to stawiać mu odpowiednie do wieku i możliwości wymagania.

Od kiedy możesz zacząć naukę samodzielności?

Samodzielność jest procesem, który zaczyna się bardzo wcześnie. **START** - już od drugiego roku życia możesz swoim zachowaniem, postawą kształtować samodzielność u dziecka.

Największy rozwój samodzielności przypada jednak na wiek przedszkolny dziecka. W tym okresie powinieneś w szczególności pomóc dziecku stać się niezależną indywidualnością, przygotowaną na samodzielne życie.

Jakie będziesz miał z tego korzyści?

Dziecko, które swobodnie rozwija samodzielność, w przyszłości będzie zaradne, odpowiedzialne, odważne w pokonywaniu trudności i podejmowaniu decyzji. Samodzielność ułatwia szkolną naukę, zachęca do koncentracji na zadaniach i pozwala uwierzyć we własne siły.

Samodzielność może być „funkcjonalna” - kształtowana od najmłodszych lat np. *Trzeba nakryć do stołu, Są talerze do zmycia...*

lub polegająca na umiejętności podejmowania decyzji *Wybierz...*

- bardzo ważna, może być doświadczeniem dziecka, jeśli rodzice zechcą podjąć pewne ryzyko.

(J. Sakowska)



Powiatowa Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Olsztynie
10-516 Olsztyn, Plac J.Bema 5
tel. (0 89) 527-03-46 NIP: 739-32-79-852



Jak zachęcać dziecko do samodzielności?

1. **Pozwól dziecku dokonać wyboru:** *Czy dzisiaj wolisz pójść na plac zabaw czy jeździć na rowerku?*
Każda alternatywa jest bowiem zachęceniem dziecka do nauczenia się sztuki wyboru - sztuki, która przyda mu się w całym jego życiu (wszak „życie jest sztuką wyboru”)
2. **Okaż szacunek dla dziecięcych zmagania:** *Aby ugotować makaron, należy go wrzucić na gotującą się wodę.*
3. **Nie zadawaj zbyt wielu pytań:** *Witaj, Kochanie. Dobrze, że już jesteś.*
4. **Nie śpiesz się z dawaniem odpowiedzi:** *Ja też się nad tym zastanawiałem, a jakie jest twoje zdanie?*
5. **Zachęć dziecko do korzystania z cudzych doświadczeń:** *Może pani w sklepie plastycznym coś ci doradzi.*
6. **Nie odbieraj nadziei:** *A więc myślisz, że będziesz dobrym pilotem. To wspaniale zobaczyć ziemię z góry.*
(Faber i Malich, 2002).

Krok po kroku...

- zachęcaj dziecko do podejmowania wyzwań i zdobywania nowych doświadczeń *Spróbuj, Zobacz...*
- pozwól dziecku na dokonywanie prostych wyborów np. dotyczących ubioru, form zabawy
- stopniowo ogranicz pomoc, nie wyręczaj go podczas ubierania się, mycia zębów, sprzątania zabawek
- unikaj wydawania bez przerwy poleceń np. wychodząc na dwór warto poczekać, może samo wpadnie na pomysł, co najpierw powinno się założyć, co spakować...
- włączaj dziecko w różnorodne zajęcia domowe dostosowane do jego możliwości rozwojowych, zapewnij przy tym bezpieczeństwo i asekurację za strony dorosłych np. pozwól na pomaganie ci w porządkach (*przynies mi proszę ściereczkę*), praniu (*możesz włożyć do pralki?*)
- gdy dziecko wykonuje czynności wolno i mało sprawnie, nie ponagla, nie krytykuje a dyskretnie poradź, z pomocą wstrzymaj się do momentu, aż maluch sam cię o to poprosi.
- kiedy dziecko się irtuje, że coś mu nie wychodzi, uświadom je, że to, co chce zrobić, jest naprawdę trudne i wymaga wiele cierpliwości i treningu - za którymś razem złożenie skomplikowanej układanki będzie dla niego banalnie proste.
- nie spiesz się z dawaniem gotowych odpowiedzi dziecku przy jednoczesnym prowokowaniu go do samodzielnego myślenia np. odpowiadanie pytaniem: *A jak myślisz, dlaczego wieje wiatr?*. Oczywiście należy chwalić wszystkie pomysły dziecka, ale jednocześnie odpowiednio weryfikować odpowiedzi
- mów o samodzielności. O tym, że samodzielne są duże dzieci i ulubieni bohaterowie bajek, że bycie samodzielnym to powód do dumy
- chwal, doceniaj nakład pracy i inicjatywę, nagradzaj najmniejsze drobiazgi oraz czynności zakończone nawet połowicznym sukcesem np. *Ale z ciebie duża chłopiec, Brawo! Zrobiłaś to sama.*

**Właściwie wychowywać to zachowywać się tak, jak się zachowuje morze wobec kontynentów,
usuwa się, aby umożliwić im wyptynięcie.**

Opracowanie: mgr Magdalena Baranowska - psycholog PPP-P w Olsztynie