

Samodzielność – jak wypracować ją u dziecka



Jako rodzice chcemy, żeby nasze dzieci były samodzielne, aby mogły poradzić sobie w życiu w każdej sytuacji. Jednak nauczanie dziecka samodzielności to trudna i czasochłonna praca, wymagająca od rodziców uważności, konsekwencji i... pracy nad samym sobą. Warto wykorzystać ten specyficzny okres, kiedy w większości przebywamy w domu, na naukę samodzielności u naszych dzieci. Wyciągnijmy z tego czasu jak najwięcej dobrego dla nas i całej naszej rodziny!

Samodzielny przedszkolak

Można stawiać zadania przed dzieckiem w każdym wieku. Tym, co może okazać się problematycznie, jest oszacowanie stopnia ich trudności. **Zbyt łatwe** – zniechęcają dziecko do współpracy. Możemy wtedy usłyszeć słowa wypowiedziane tonem pełnym pretensji: No coś Ty, Mamo! **Zbyt trudne** – frustrują i odbierają motywację do wysiłku. Jak więc wyznaczać odpowiednie zadania? Rozmawiając z dzieckiem, np. *Kochanie, proszę się ubrać. Gdybyś potrzebowała pomocy, zawołaj...*

To daje dziecku **poczucie, że w trudnej sytuacji jesteśmy z nim, a równocześnie mamy do niego zaufanie**, że sobie poradzi. Zobacz, Twoja nauczycielka przysłała nam zadania na dziś. Razem je teraz przejrzymy i sprawdzimy, czy wszystko rozumiesz... Następuje wspólne przeglądanie kart pracy, przygotowanie potrzebnych materiałów i przyborów, wyjaśnienie trudnych kwestii. Kolejny krok – *Super. Teraz będziesz pracować na swoich zadaniach, a ja nad swoimi.* Był czas przygotowania, teraz pora na samodzielną pracę. Oczywiście u przedszkolaka będzie trwało to od kilku do kilkunastu minut, więc przerwy w naszej pracy musimy dostosować do jego potrzeb. Pomocne może okazać się ustawienie kilku stacji zadaniowych (dziecko może wykonywać każde zadanie w innym punkcie pokoju, ze wszystkimi niezbędnymi przyborami). Taka organizacja pracy może dać nam dłuższą chwilę bez konieczności pomagania dziecku. Trzeba także pamiętać, że w tym wieku dziecko potrzebuje **czasu przeznaczonego na wspólny relaks**, np. przytulenie i pogaduchy (kilka razy po dwie – trzy minuty).

Przykłady wypowiedzi rodziców, które przeszkadzają w ćwiczeniu samodzielności: *To za trudne dla Ciebie... Daj, poprawię to... Pospiesz się... Mówiłam, że tak będzie... Jak to nie umiesz? Przecież to proste... Nie widzisz, że pracuję?...*

Zamiast tego dziecko powinno usłyszeć: *Widzę, że ciężko pracujesz... Podoba Ci się Twoja*

praca? W czym mogę Ci pomóc? Przyjdę do Ciebie za 10 minut... Takie komunikaty to potwierdzenie, że dziecko jest dla nas ważne, że doceniamy jego wysiłki i wspieramy samodzielność.

Dziecko w wieku wczesnoszkolnym

Oczekiwania wobec 7-11-latka są oczywiście większe. **Dziecko powinno być samodzielne w wielu obszarach, co nie oznacza jednak, że nie potrzebuje wsparcia** np. w wyjaśnieniu trudności związanych z wykonaniem poleceń nauczyciela. W nauczaniu zdalnym nie ma fizycznej obecności kogoś, kto wesprze, wyjaśni, pokaże technikę. W obecnej sytuacji spadło to na barki rodziców. Co może utrudniać rozwijanie samodzielności u takich dzieci?

1. Pułapki w komunikacji, prowadzące często do nieświadomego prowokowania niewłaściwych zachowań dziecka

- Mamo, jestem głodny!
- Zaraz Ci coś przygotuję...

Ile trwa Twoje „zaraz”? Szef właśnie domaga się zestawienia operacji rachunkowych za ostatni miesiąc. Współpracownik przesyła kolejne dokumenty do analizy. W skrzynce kilkanaście maili do przeczytania i natychmiastowego załatwienia. A Twoje dziecko ponownie się przypomina...

- Mamo, ale jestem bardzo głodny...
- Za moment synku...

Rozwiązanie: Rano przygotuj wspólnie z dziećmi przekąski, kanapki, dzbanek z sokiem, termos z ciepłym napojem, pokrój w cząstki owoce i warzywa i pozostaw wszystko w jednym miejscu. Taki zestaw przyda się zarówno Tobie, jak i Twoim dzieciom. Gdy usłyszysz słowa: *Mamo, jestem głodny* – wystarczy, nie przerywając rozmowy telefonicznej z szefem lub innej pracy, wskazać na stół w kuchni czy jadalni, aby przypomnieć dziecku, że może być samodzielne w tej sprawie. **Dziecko uczy się samodzielności, a Ty możesz spokojnie pracować.**



2. Brak konsekwencji

Myślisz sobie, że przecież Twoje dziecko wie, że musisz pracować i słyszało to już wiele razy. Ale przychodzi kolejny dzień i znowu biegasz od komputera do pokoju dziecka – przynosisz przekąski i pomagasz w matematyce, równocześnie rozmawiając służbowo przez telefon... W obecnej sytuacji wielu rodziców komentuje posty na portalach społecznościowych pisząc: Istny dom wariatów! Ale tak nie musi być! Pomocne mogą okazać się czarodziejskie słowa: **Umówiliśmy się**. Wieczorem przy wspólnym posiłku lub rano przy śniadaniu umawiamy się, czyli planujemy czas pracy i nauki. **Jeśli dziecko mimo to łamie umowę, konsekwentnie komunikujemy** – może przy pomocy dużej kartki z wyraźnym napisem: *Umówiliśmy się!*

3. Wyręczanie dziecka

To trudne zadanie w czasach nauki zdalnej. Nauczyciele nie mają możliwości wspierania dzieci tak, jak robili to w szkole. Jako rodzice nie musimy być ekspertami w każdej dziedzinie. **Jeśli mamy kłopot z jakimś zagadnieniem, możemy skorzystać z możliwości skomunikowania się z nauczycielem prowadzącym i uzyskać pomoc**. Wielu nauczycieli jest dostępnych dla rodziców poprzez dziennik elektroniczny, komunikatory internetowe lub telefonicznie. Korzystanie z takiej pomocy nie jest słabością rodzica, a raczej racjonalnym wykorzystaniem czasu i możliwości. Zasadą kluczową w kwestiach nauki zdalnej jest **zwrócenie uwagi na samodzielność dziecka zawsze, gdy może działać samo**. Wyręczanie go prowadzi do utrwalania w nim bezradności wobec napotykanym trudności. Zatem nie ulegaj za każdym razem, gdy Twoja pociecha, przytulając się słodko, cieniutkim głosikiem prosi: *Tatusiu, Ty to umiesz na pewno lepiej, zrób to dla mnie, ja Cię tak kocham...* Kochający tatusz powinien odpowiedzieć: *Ja też Cię kocham, dlatego zrobisz to sama, bo wiem, że potrafisz...*

4. Ignorowanie potrzeb i trudności dziecka

Nie w każdej sytuacji dziecko może poradzić sobie samo. **Dobrze jest wyznaczyć sobie czas**

na wspieranie dziecka tak, aby nie kolidowało to z naszą pracą. I konsekwentnie się tego trzymać. Zanim siądziemy do własnej pracy, umawiamy się z dzieckiem, że zadania, które oceni jako zbyt trudne, powinno zostawić na później. Po skończonej pracy poświęć czas na wsparcie dziecka w realizacji jego zadań. Może też pomóc duża kartka papieru (lub tablica), na które młody człowiek zapisuje trudności, a my w przerwach możemy go wspierać.

Samodzielność nastolatków

Dla dzieci w wieku 12-17 lat wsparcie w nauce raczej nie różni się od tego, którego udzielaliśmy przed kwarantanną. Młodzi pracują samodzielnie, są też bardziej operatywni w uzyskaniu pomocy, świetnie radzą sobie z wirtualną przestrzenią, więc kontakt z nauczycielami czy rówieśnikami nie stanowi dla nich problemu. Ale to **nie zwalnia nas od odpowiedzialności za okazywanie zainteresowania życiem naszych dzieci.** Pytania: *Czego się dzisiaj ciekawego dowiedziałeś? Coś cię zaskoczyło? Znalazłeś odpowiedzi na te pytania z biologii? Skąd czerpałeś te informacje? Podoba mi się Twoje stanowisko w tej sprawie... Myślę inaczej, może porozmawiamy o tym przy kolacji?*

Samodzielność nastolatków bardziej wesprzemy, **okazując zaufanie do ich możliwości, niż podsuwając rozwiązania.** Ale nadal potrzebują poczucia bezpieczeństwa, które dajemy im wtedy, gdy okazujemy zainteresowanie ich światem, osiągnięciami, trudnościami, a także dajemy wsparcie w trudnych sytuacjach.

Podsumowując

Samodzielności uczymy na każdym etapie rozwoju naszych dzieci. To, co jest wspólne dla każdego wieku, to okazywanie zaufania dla możliwości dziecka. Wspieranie w momencie, gdy rzeczywiście tego potrzebuje i docenianie wysiłków, a nie tylko efektów pracy. Nie jesteśmy doskonali i nasze dzieci też nie muszą takie być. Ważne, aby stale się rozwijały i wzmacniały swoją wiarę w siebie. Wtedy każde wyzwanie będzie do pokonania. I będą szczęśliwe, a my razem z nimi.