**Pozwólmy dziecku na samodzielność  -**   mgr Dorota Rutkowska

„Ja sam…” -  miło jest słyszeć te słowa z ust kilkulatka.

Od najmłodszych lat dziecko uczy się samodzielności, która rozwija się etapami przez kolejne lata życia. Pierwszym przejawem samodzielności u dziecka jest nauka chodzenia, jedzenia, korzystania z toalety…

Szczególnym okresem jest czas przedszkola, dziecko uczy się wówczas otaczającego świata,  zadaje nieskończoną ilość pytań, wiele rzeczy chce robić samo. Zadaniem dorosłych jest przyzwolenie na rozwijanie dziecięcej samodzielności. Wykorzystajmy ten czas, pozwólmy dziecku na wyrażanie swoich potrzeb, na pokazywanie, że potrafi, na bycie przysłowiową   Zosią – Samosią. Pamiętajmy, że najlepsze efekty przedszkolak osiąga, gdy oczekiwania są takie same zarówno w przedszkolu jak i w domu. Jest mu po prostu łatwiej zrozumieć, że to czego oczekują panie w przedszkolu jest normalne, że rodzice również się cieszą jego zaradnością.  Dziecko czuje się wówczas docenione. Człowiek z natury lubi być chwalony, nawet za najmniejsze sukcesy. Współpraca rodziców z przedszkolem znacznie przyspiesza rozwój samodzielności dziecka. Wyznaczanie tych samych celów i bycie konsekwentnym daje dziecku poczucie samodzielności ale i bezpieczeństwa. Niestety z wygody, z pośpiechu lub też świadomości, że zrobimy to lepiej, wyręczamy nasze dzieci w wielu czynnościach. Zastanówmy się tylko, po co ? Czego to ma je nauczyć ?

Czasami dajemy dziecku szansę i czekamy, jednak szybko tracimy cierpliwość i wyręczamy je, dla nas w prostej, a dla dziecka trudnej sztuce jaką jest np. założenie butów, czapki czy kurtki. Myślimy wówczas; to nic złego, pomogę dziecku założyć buty, bo dziecko jest niezdarne, przecież samo nie potrafi. I tu właśnie pojawia się problem. Ludzie zależni, zwykle odczuwają bezradność, frustrację, a nawet złość. Często dziwimy się, że nasze dziecko złości się i płacze  bez powodu, gdy ma coś zrobić, może dlatego, że zazwyczaj było wyręczane. A przecież za parę lat będziemy oczekiwać od naszej pociechy, że pójdzie do szkoły i bez problemu poradzi sobie w nowym środowisku, będzie do niej chętnie chodziło i dobrze się uczyło, że będzie szczęśliwe, spokojne, zaradne. Odbierając mu możliwość rozwijania samodzielności w wieku przedszkolnym, nie oczekujmy, że nagle nauczy się samodzielności w szkole.

Powstaje pytanie, co możemy zrobić ? Ucząc samodzielności, ważne jest wsparcie dziecka poprzez budowanie bezpiecznej relacji i poczucia własnej wartości. Pamiętajmy o docenianiu starań, dostrzeganiu i okazywaniu szacunku dla wysiłków dziecka. Nie spieszmy się z dawaniem rozwiązania i pomocy. Maluch potrzebuje czasu na nabywanie nowych umiejętności, które są konieczne, aby dziecko mogło samodzielnie funkcjonować poza domem. Udany start w przedszkolu nie oznacza, że dziecko ma być w pełni samodzielne – dorośli są po to, by je wspierać. Nauka samodzielnego jedzenia dla dziecka może być trudna. Na tym etapie istotne jest, aby przedszkolak nie zniechęcał się i próbował samodzielnie jeść. Starajmy się nie wyręczać dziecka, a jedynie pokazywać jak sobie radzić. Nigdy nie należy karać czy krzyczeć na dziecko za nieudane próby, wolne tempo jedzenia i niezgrabne ruchy. Dostrzeganie starań przy samodzielnym jedzeniu przyniesie znaczenie szybsze i lepsze efekty.  Dziecko osiąga postępy małymi krokami i potrzebuje konsekwencji – jeżeli wymagamy od dziecka samodzielnego jedzenia jednego dnia, nie wyręczajmy go poprzez karmienie następnego dnia. Również nauka ubierania to świetne ćwiczenie samodzielności oraz niezależności. Poprzez zauważanie najmniejszych starań dziecka będziemy budować jego motywację do działania. Nie krytykujmy, nie poprawiajmy, nawet jak założy bluzkę na lewą stronę, zapytajmy czy tak jest dobrze, dziecko wówczas zastanowi się i samo spróbuje się poprawić. Najważniejsze, dajmy czas nie tylko dziecku, ale i sobie. Cierpliwość wymaga czasu, a radość wówczas jest bezcenna. W wieku przedszkolnym dziecko uczy się wielu umiejętności związanych z higieną; korzystania z toalety, mycia rąk, buzi i zębów. Czynnościom higienicznym towarzyszy szereg innych umiejętności; podciąganie rękawów, odkręcenie i zakręcenie kranu, wciąganie rajstop czy spodni, zapinanie guzików, spuszczenie wody, opuszczenie klapy, wycieranie rączek itd. Dziecko musi więc wykonać nieskończoną ilość czynności samodzielnie. Dorosły wówczas może mu przypominać co ma w dalszej kolejności zrobić, ale nie wyręczać. Nie bójmy się zachlapanych bluzeczek i mokrych rękawów. Lepiej przygotować ubrania na zmianę, nie pozbawiać dziecka doświadczeń, a na pewno zobaczymy szybkie efekty jego starań. Dajmy możliwość samodzielnego wykonania czynności przez dziecko, nawet jeśli rozciąga się w czasie i jest niestaranna. Oceniajmy zaangażowanie i starania dziecka, a nie efekt końcowy.

Samodzielność dziecka można rozwijać, ograniczać a nawet tłumić. Nie zabijajmy w dziecku jego naturalnej spontaniczności, chęci doświadczania, uczenia się. Wybór zależny jest od podejścia dorosłych. Uwierzmy w nasze dzieci. Nauka samodzielności jest jak nauka jazdy na rowerze, gdy nadejdzie odpowiedni moment, należy puścić kijek.

W zależności od wieku i możliwości pozwalajmy dziecku na ćwiczenie nowych umiejętności. Nadmiernie nie chrońmy przed doświadczaniem niepowodzenia, nie trzymajmy dziecka pod tzw. kloszem. Okazujmy szacunek dla dziecięcych zmagań. W chwili niepowodzenia zachęcajmy do ponawiania prób. Nie uzależniajmy dziecka od siebie, ono ma prawo do autonomii. Okazujmy cierpliwość, dziecko potrzebuje wielu prób, by opanować określoną umiejętność. Pamiętajmy, że im bardziej nasze dziecko będzie samodzielne, tym w życiu będzie mu łatwiej, a wówczas wyrośnie na szczęśliwego człowieka.