

„Na jakiego człowieka chcecie wychować swoje dziecko? Kim chcecie, żeby było kiedy dorośnie?” - Kilka słów o wychowaniu dziecka do samodzielności.



Ilustracja: Katarzyna Niewiadomska, www.niewiadomska.com

Samodzielność jest naturalną potrzebą każdego dziecka. Zdobywanie nowych umiejętności i różne doświadczenia przygotowują je na wyzwania stawiane przez życie. Aby nauczyć dziecka samodzielności, trzeba założyć, iż jest ono oddzielną, wolną osobą, a nauka samodzielności w dzieciństwie jest treningiem przed samodzielnością w dorosłym życiu.

Przygotowując dziecko do samodzielnego życia ofiarujemy mu możliwość decydowania o sobie i pewność siebie w sytuacji różnych zawirowań losu, z którymi będzie musiało zmierzyć się w dorosłym życiu. Wszystkie wartości, jakie mu przekazujemy, takie jak wolność wyboru, szacunek, motywacja i nadzieja są zasobami, do których dziecko, a później dorosły człowiek, będzie mogło sięgnąć, kiedy będzie poznawało świat i ludzi. Samodzielność ma ogromne znaczenie dla samooceny dziecka, umiejętności radzenia sobie w ciężkich sytuacjach oraz zdolności do podejmowania decyzji. Mówiąc o samodzielności nie można zapomnieć o prawidłowej relacji - więzi z dzieckiem. Budując z nim więź, wiemy, że w sytuacjach krytycznych bez lęku i wstydu zwróci się do nas z prośbą o pomoc czy wsparcie niezależnie od wieku, doświadczeń i zadań, które przyjdzie mu rozwiązywać. Dzięki bliskiej relacji z rodzicem dziecko zyskuje poczucie bezpieczeństwa, a im bardziej nam ufa, tym śmielsze próby i większe wyzwania podejmuje.

Dlaczego rodzicom trudno pozwolić na samodzielność dziecka?

- Obawy o bezpieczeństwo naszych pociech, lęk, że albo same zrobią sobie krzywdę, albo zrobi to ktoś inny.
- Ochrona dzieci przed popełnianiem błędów i podejmowaniem "niedoskonałych" decyzji.
- Pośpiech, wygoda i wyręczenie dziecka - "zrobię to za ciebie".

Jak rodzic może zachęcać dziecko do samodzielności?

- Pozwólmy naszym dzieciom dokonywać własnych wyborów.
- Okazujmy szacunek dla wysiłków dziecka.
- Motywujmy do działania i podejmowania zadań.
- Doceniajmy i pochwalmy ten element "zadania", który dziecko wykonało prawidłowo, pamiętając o staraniach, a nie tylko skupiając się na efekcie.
- Nie śpieszmy się z podpowiedziami. Pomoc oferowana dziecku nie oznacza wyręczenia go w zadaniu, które być może przerasta jego możliwości, ani też nie świadczy o tym, że jest ono gorsze, czy słabsze. W tym znaczeniu pomoc oznacza

wsparcie dla trudów dziecka, wzbudzenie jego motywacji oraz opiekę w sytuacji porażki.

- Nie odbierajmy dziecku nadziei na nowe doświadczenia - naturalnego pragnienia rozwoju i dorastania.
- Dajmy mu obowiązki, które musi wykonywać. Nic tak nie uczy samodzielnego funkcjonowania jak zadania i obowiązki (na miarę możliwości dziecka), które rodzic może dawać właściwie codziennie.
- Dajmy dziecku poczucie sprawczości.
- Pozwólmy mu poszukiwać rozwiązań.
- Pokażmy, że samo potrafi zrobić wiele rzeczy. Dajmy przestrzeń, żeby zrobiło coś po swojemu.
- Nie wypowiadajmy się za dziecko.
- Czasami dziecko nie wierzy, że sobie z czymś poradzi. Pokażmy dziecku jak wiele potrafi.
- Nie wzbudzajmy niepotrzebnej rywalizacji. Nie porównujmy do rówieśników.
- Pokażmy, jak radzić sobie z emocjami i jak rozwiązywać spory. Uczmy dziecko nie tego, aby zamykać się przed emocjami, ale tego, aby poradzić sobie z nimi w sposób, który nie krzywdzi innych.

Rozwijając samodzielność dziecka musimy bardzo uważać, żeby dziecko było świadome własnej wolności, ale nie naruszało jednocześnie dobrostanu innych osób, zarówno fizycznego jak i komfortu psychicznego (Obuchowska, 1995). Z tego powodu warto zadbać o to, żeby w domu były jasne i czytelne dla wszystkich zasady, normy, granice. Inaczej mówiąc, aby dziecko mogło świadomie i bez lęku poznawać świat i innych ludzi musimy stworzyć mu bezpieczną bazę w domu. Najlepszym sposobem, aby nauczyć dziecko tego, że każdy wybór pociąga za sobą kolejne wybory oraz uświadomić mu ich konsekwencje jest rozmowa z nim o odpowiedzialności.

RODZICU! „NIE WYRĘCZAJ DZIECKA”

Dzieci w okresie dorastania będą napotykały na trudności i przeszkody oraz będą stawały przed różnymi dylematami. Rodzice chcą wykorzystywać swoje doświadczenie życiowe, by ustrzec dzieci przed bólem i rozczarowaniem, którego sami doznali. W naturalny sposób chcą chronić dzieci przed popełnianiem błędów i podejmowaniem "mniej- niż-doskonałych" decyzji. Dążąc do bycia przewodnikiem i obrońcą dzieci, wielu rodziców wpada w pułapkę "zrobię to za ciebie".

Rodzicu:

Biorąc się za rozwiązanie problemów swoich dzieci, pozbawiasz je możliwości uczenia się na własnych błędach. Mimowolnie zachęcasz je do tego, by były zależne od Ciebie, zamiast uczyć je niezależności i samodzielności. Nie pozwalając dzieciom doświadczać konsekwencji swojego postępowania, powodujesz ich frustrację i zniechęcenie, ponieważ zostaje ograniczone ich naturalne pragnienie rozwoju i dorastania.

Zwyczaj wtrącania się w celu rozwiązania dziecięcych problemów często pojawia się jeszcze wtedy, gdy dzieci są małe. Codzienny pośpiech powoduje, że często wygodniej jest "mieć coś za sobą", zrobić coś za dziecko, niż poświęcać czas na uczenie go samodzielnego wykonania zadań. Pozwalanie dzieciom, by uczyły się na konsekwencjach swojego postępowania, to cenna umiejętność rodzica. Wyjątek stanowią sytuacje, gdy zagrożone bywa bezpieczeństwo dziecka lub postępowanie dziecka narusza prawa pozostałych domowników. W obu tych sytuacjach pożądane będzie bardziej bezpośrednie zaangażowanie rodziców.

W sytuacjach, gdy niezbędny jest aktywny udział rodziców w życiu dziecka, ważne jest, by angażować także dziecko. Kiedy pojawi się taka sytuacja, rodzic osiągnie więcej prosząc o pomoc dziecko i wspólnie rozwiązując problem, a nie po prostu wydając rozkazy i dyrektywy. Rozwiązanie problemu zaczyna się od jasnego i spokojnego określenia jego istoty. Szczegóły trzeba omawiać wtedy, gdy nie działają już silne emocje. Następnym krokiem jest prośba do dziecka o przedstawienie listy ewentualnych rozwiązań. Omów każde z nich po kolei. Kiedy wybrane zostanie najbardziej obiecujące rozwiązanie, zawrzyjcie umowę (pisemną lub ustną), żeby je wypróbować i potem w określonym czasie sprawdzić, czy dobrze działa.

Rodzicu:

Kiedy to tylko możliwe, pozwalaj dzieciom uczyć się na logicznych konsekwencjach swojego postępowania. Rozwiązywanie problemów za dzieci wywołuje ich złość i pogłębia zależność. Uczenie się na własnych błędach jest niewłaściwe tylko wtedy, kiedy zagraża to bezpieczeństwu dziecka lub naruszone zostają prawa innych. Pomagaj w rozwiązywaniu problemów tylko wtedy, kiedy konieczna jest twoja ingerencja. /za: K. Steede "10 błędów popełnianych przez dobrych rodziców/

NA KONIEC:

Dziecko w swoim rozwoju przebywa drogę od stanu całkowitej zależności od otoczenia (w niemowlęctwie) do stanu dojrzałości i dorosłego życia. Potrzebuje bezpiecznej przestrzeni do eksperymentowania, trenowania nowych umiejętności, próbowania swojej siły i niezależności. Aby dojrzeć, musi podejmować własne decyzje i ponosić ich konsekwencje, doświadczyć satysfakcji z odniesionych sukcesów a także goryczy porażek. W ten sposób buduje poczucie własnej kompetencji i uczy się odpowiedzialności za siebie. Do rodziców należy stworzenie mu bezpiecznej przestrzeni, poprzez stawianie rozsądnych granic i powstrzymywanie niewłaściwych, niebezpiecznych zachowań. /za: A. Karasowska DYLEMATY- Granice samodzielności dziecka Cz.I/

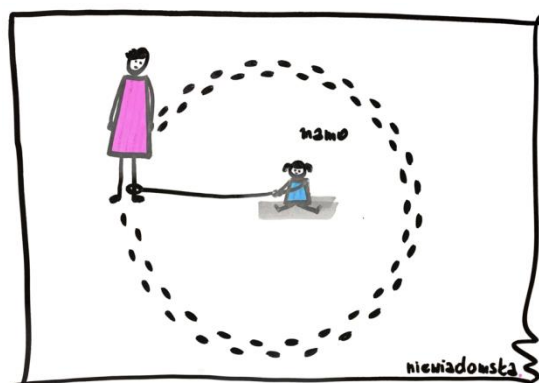
Warto przeczytać:

<https://pieknoumyslu.com/wychowanie-dzieci-samodzielne/>

<https://www.blogojciec.pl/dzieci/w-jaki-sposob-wspierac-dziecieca-niezalnosc-i-samodzielnosc/>

<https://rodziceidzieci.com/rozwijanie-samodzielności-dziecka-joanna-stepinska/>

<https://portal.librus.pl/rodzina/artykuly/zosia-samosia-jak-uczyc-dziecko-samodzielności>



Ilustracja: www.niewiadomska.com Kto tu kogo trzyma? ☺

Źródła:

- A. Karasowska DYLEMATY- Granice samodzielności dziecka Cz.I/
- <https://pieknoumyslu.com/wychowanie-dzieci-samodzielne/>
- <https://www.blogojciec.pl/dzieci/w-jaki-sposob-wspierac-dziecieca-niezaleznosc-i-samodzielosc/>
- <https://rodziceidzieci.com/rozwijanie-samodzielosci-dziecka-joanna-stepinska/>
- <https://portal.librus.pl/rodzina/artykuly/zosia-samosia-jak-uczyc-dziecko-samodzielosci>

opracowała: Renata Stachura