

Ja Sam ! Ja Sama ! Jak wspierać samodzielność u przedszkolaka_

W przedszkolu dziecko zdobywa umiejętności, których nie opanuje przebywając tylko wśród dorosłych. Przedszkole to miejsce, gdzie dziecko często po raz pierwszy zostaje poza domem bez rodziców. Jak wspierać dziecko w rozwoju samodzielności? „Zostaw, bo wylejesz”, „nie dotykaj, bo stłuczysz”, „daj, ja to zrobię lepiej/szybciej/dokładniej” – stale słyszą dzieci.

Czy ciągle pomagając dzieciom lub wyręczając je w różnych sprawach, spowodujemy, że staną się samodzielne? Niestety nie! Kierując do dzieci wyżej przytoczone albo podobne komunikaty, nie pozwalamy im się uczyć, a usłyszane przez nie słowa blokują ich działanie i zaniżają wiarę w siebie.

Samodzielność jest potrzebą rozwojową każdego dziecka, próbując poprzez doświadczenie stopniowo uczy się umiejętności potrzebnych do życia, rozwija swoje zdolności, uczy się własnej osobowości i kształtuje swoją tożsamość. W pierwszym roku życia możemy zaobserwować, jak mała osoba stara się usamodzielniczyć, próbując przezwyciężyć pierwsze trudności związane z nauką chodzenia. Później potrzeba samodzielnego działania jest silniejsza – w tzw. buncie dwulotka, który wyraźnie stwierdza „Ja Sam/sam”, choć jego chęć do działania nie zawsze wystarcza, by poradzić sobie z taką możliwością. To tutaj środowisko odgrywa niezwykle ważną rolę, może rozwijać lub ograniczać samodzielność dziecka, a nawet ją hamować.

Dlaczego nie pozwalamy dzieciom na samodzielność? Powodów, dla których rodzice hamują u dziecka naturalną potrzebę rozwoju i bycia samowystarczalnym, jest wiele, np.:

- strach, że zrobi sobie krzywdę (lub coś zepsuje),
- pewność, że zrobimy coś szybciej i lepiej (szczególnie, gdy nam się śpieszy, a tak jest prawie zawsze),
- przekonanie, że jest jeszcze małe i nie musi nic robić („jeszcze się w życiu napracuje”),
- obawa, że jak mu się nie uda, to będzie mu smutno z tego powodu, będzie płakało (a jako rodzice „mamy za zadanie oszczędzić dzieciom przeżywania porażek”).

Nadmiernie zaniepokojeni dorośli chcą chronić swoje dzieci przed wszystkimi trudnymi sytuacjami i negatywnymi emocjami. Dlatego dzieci w wieku przedszkolnym są oszczędzone. Jednym z nich są czynności samopomocowe (zawijanie własnej koszuli, poprawianie czapki, zakładanie butów itp.), a drugim znajdowanie rozwiązań własnych problemów. Na przykład zachowanie polegające na dzwonieniu do rodzica przyjaciela w celu

wyjaśnienia konfliktu rówieśniczego jest również szkodliwe dla rozwoju dziecka i utrudnia jego rozwój.

Zgoda na samodzielność

Kiedy myślimy o niezależności, najczęściej chodzi nam o tak zwaną „niezależność wymuszoną”, samopomoc, sprzątanie, zgodnie z instrukcją dorosłego. Oczywiście to też jest ważne. Jednak z perspektywy małego dziecka niezależność polega głównie na nauce nowych umiejętności. Jeśli nauczy się sprzątać, pamięta, gdzie są zabawki, a nie zawsze spieszy mu się z czyszczeniem, bo już może. Aktywność niezbyt mu się podobała, więc szukał innych nowych doświadczeń. To długi proces, aby zrozumieć, że każdy ma obowiązki, że nie zawsze są lubiane, ale trzeba je wykonać. Wypełnianie codziennych obowiązków to kwestia dyscypliny, najpierw dyscypliny zewnętrznej, potem internalizacji siebie, czyli stania się rutynowym zachowaniem. W domu więc dzieci często unikają tych obowiązków, ale w przedszkolu, u cioci czy na wycieczce chwalą się niezależnością w tym zakresie. Nowe miejsce, inne otoczenie skłaniają do działania.

Wspieranie w rozwoju samodzielności od najmłodszych lat

Wszystko, co przedszkolak wykona własnymi rękami, do czego dojdzie własną myślą, co przeżyje – buduje jego umiejętności, wiedzę o sobie i innych oraz o świecie. Dziecko, poznając efekty własnej działalności, jest konfrontowane ze swoimi możliwościami. Czerpie również ze swojego działania satysfakcję i buduje poczucie sprawności.

Pozwól dziecku samodzielnie znaleźć rozwiązania problemów. Możemy dać mu grę o nazwie „co by było, gdybyś to zrobił”. Można to zrobić w domu i przedszkolu/szkole. Rodzice lub wychowawcy będą zadawać dzieciom pytania związane z codziennym życiem w zależności od ich poziomu i wieku. Pytanie zaczynamy od słów: „Co byś zrobił, gdyby...” Dziecko ma możliwość zastanowienia się, jak dobrze udało się zrealizować pomysł. Możemy zadawać pytania typu “Co byś zrobił, gdyby ktoś zabrał twoją zabawkę”, “...gdybyś nie mógł wykonać zadania”, “Jeśli się skaleczyłeś” itp. W starszych grupach możemy kolejno pytać dzieci o sugestie i wybierać te, które ich zdaniem są najciekawsze. Ma to na celu pokazanie dzieciom, że znalezienie rozwiązań sytuacji problemowych jest ważne i że każde rozwiązanie może być dobre. Ważne jest, aby nie mówić „nie wiem”, „nie umiem”, „Ty zrób to” itp. Pozwól dzieciom samodzielnie decydować o proponowanych przez siebie rozwiązaniach. Niech mają poczucie, że o czymś same decydują. To umiejętność, która przydaje się przez całe życie.

Troska o bezpieczeństwo jest konieczna, ale w dobry sposób. Prawdziwą pomocą dorastającego dziecka musi być budowanie poczucia własnej wartości poprzez sukces w niezależnym działaniu. Nauka samodzielności jest jak jazda na rowerze – gdy nadejdzie stosowny czas, należy puścić kijek.

<https://przedszkole.dukla.eu/ja-sam-ja-sama-jak-wspierac-samodzielnosc-u-przedszkolaka/>

Literatura:

-Aleksandra Ksokowska – Robak, Katarzyna Zeh „Tropiciele”-Poradnik dla rodziców

-, „Z klasą”-magazyn dla nauczycieli (Kwartalnik 01(03)/2016, artykuł Justyny Sobolak”-, „Metody rozwijania kreatywności i pomysłowości u dzieci”

– Marta Cygan, psycholog, zespół Akademii Zdrowego Przedszkolaka