

Zachęcanie do samodzielności

„Młodzi ludzie spędzają swoje lata słuchając słów, a słuchanie nie czyni człowieka. Jedyne rzeczywista praca i doświadczenie prowadzi młodego człowieka do dorosłości.

W mojej wizji przyszłości młodzi ludzie nie zdają kolejnych egzaminów przechodząc ze szkoły średniej na uniwersytet. W mojej wizji przyszłości młody człowiek przechodzi z jednego etapu samodzielności do kolejnego – wyższego dzięki swojej własnej aktywności, wysiłkowi własnej woli.

To właśnie stanowi wewnętrzny rozwój człowieka”.

Maria Montessori

Jednym z ważnych celów wychowania dziecka jest pomóc dzieciom rozłączyć się z rodzicami; pomóc stać się niezależnymi ludźmi, którzy pewnego dnia będą zdolni do samodzielnego życia. Apeluje się, by nie kształtować dziecka na swój obraz i podobieństwo. Ważne jest, aby rodzice traktowali swoje dziecko jako osobę jedyną w swoim rodzaju, z własnym temperamentem, uczuciami, pragnieniami, aspiracjami, marzeniami....

Jak tego dokonać? Starajmy się pozwalać własnym dzieciom na działanie według własnego uznania, na przezwyciężania własnych problemów, pozwólmy im uczyć się na własnych błędach i ponosić konsekwencji.

Postawmy się w pozycji dziecka i zapytajmy samych siebie jaka byłaby nasza reakcja na następujące sytuacje:

➤ Masz dziesięć lat. W ciągu dnia słyszysz, jak rodzice mówią do siebie:

„Nie zakładaj tej kurtki. Zielony nie jest twoim kolorem”.

„Daj mi ten słoik. Otworzę go za ciebie”.

„Jedz fasolkę szparagową. Warzywa są zdrowe”.

„Jesteś zmęczona. Połóż się spać”.

Czy nasza reakcja nie byłaby w większości przypadków negatywna? Kiedy ludzie znajdują się w pozycji zależności to zwykle odczuwają bezradność, urazę, frustrację czy złość. Czy są jakieś sposoby, aby zminimalizować u naszych dzieci poczucie zależności? Czy możemy pomóc im stać się odpowiedzialnymi ludźmi, którzy potrafią działać samodzielnie?

Aby zachęcić dziecko do samodzielności

| | |
|----|--|
| 1. | Pozwól dziecku dokonać wyboru. |
| 2. | Okaż szacunek dla dziecięcych starań. |
| 3. | Nie zadawaj dziecku zbyt wielu pytań. |
| 4. | Nie śpiesz się z dawaniem odpowiedzi. |
| 5. | Zachęć dziecko do korzystania z cudzych doświadczeń. |
| 6. | Nie odbieraj nadziei. |
| 7. | Nie mów o dziecku w jego obecności. |
| 8. | Pozwól dziecku odpowiadać samemu. |

1. POZWÓL DZIECKU DOKONAĆ WYBORU

„Czy masz ochotę włożyć dzisiaj szare czy czerwone spodnie?”

„Czy chciałbyś pół szklanki soku czy też całą?”

„Za pięć minut wychodzimy. Czy chcesz jeszcze raz zjechać czy połuścić się?”

Te możliwości wyboru dają dziecku korzystną sposobność podejmowania decyzji. Kiedy się jest dorosłym, trudno podejmować decyzje o karierze, stylu życia, nie mając dość doświadczenia w wypowiadaniu własnych sądów. Nawet najmniejszy wybór stanowi dla dziecka zwiększoną możliwość rozszerzenia kontroli nad swoim życiem. Dziecko tak wiele MUSI zrobić, że czasami czuje się urażone i niezdyscyplinowane.

„Musisz wziąć lekarstwo.”

„Przestań stukać!”

„Marsz do łóżka!”

Jeżeli możemy zaproponować mu wybór spośród różnych możliwości, wystarcza to często, by złagodzić jego złość czy urazę.

„Wiem, jak bardzo nie lubisz tego lekarstwa. Może łatwiej byłoby ci połknąć je z sokiem jabłkowym lub porzeczkowym?”

„To stukanie bardzo mi przeszkadza. Możesz zostać, jeżeli przestaniesz. Jeżeli nadal będziesz stukał, idź do swojego pokoju. Decyduj.”

„To jest czas na rozmowę dla mamy i taty, a dla ciebie – czas do łóżka. Czy chcesz od razu spać, czy pobawisz się chwilę w łóżku i zawołasz nas, kiedy będziesz chciał, abyśmy powiedzieli ci dobranoc?”

2. OKAŻ SZACUNEK DLA DZIECIĘCYCH ZMAGAŃ

| Zamiast | Okaż szacunek |
|---|--|
| Dziecko siłuje się z otwarciem słoika... <i>„Widzę, że nie możesz otworzyć słoika. Daj mi go.”</i> | <i>„Otwarcie słoika może sprawiać trudność. Czasami pomaga gdy postuka się łyżką w wieczko”.</i> |
| Dziecko próbuje zawiązać sznurowadła... <i>„Co tak długo robisz”?</i> | <i>„Wiązanie sznurowadeł wymaga dużej zręczności palców”.</i> |
| Dziecko odrabia lekcje... <i>„Dodawanie ułamków jest banalne. Pomogę ci”.</i> | <i>„Dodawanie ułamków jest skomplikowane. Nie jest łatwo znaleźć wspólny mianownik”.</i> |

Kiedy dziecięce wysiłki są doceniane, zbiera ono w sobie odwagę do samodzielnego pokonania przeszkód. Mówiąc: „*To łatwe*” wcale nie wyświadczamy dziecku przysługi, albowiem jeżeli uda mu się zrobić coś łatwego, ma wrażenie, że nie dokonało wiele. Jeżeli poniesie porażkę, znaczy to, że nie potrafiło zrobić czegoś łatwego. Natomiast jeżeli mówimy: „*To nie jest łatwe*” / „*To może być trudne*” – dostarczamy mu mniej frustrujących doświadczeń, gdyż w razie niepowodzenia może mieć szansę pocieszenia się tym, że zadanie było ciężkie. Patrząc z punktu widzenia niedoświadczonego dziecka, zdajemy sobie sprawę, że zawsze kiedy zaczyna się robić coś nowego – jest to trudne. Unikajmy natomiast mówienia” „*To może być trudne dla ciebie*” bo dziecko może pomyśleć: „*Dlaczego akurat dla mnie?*”.

Starajmy się zamiast wyręczania dziecka, udzielić mu użytecznych informacji:

„Zanim pociągniesz zamek błyskawiczny do góry, spróbuj raz jeszcze dokładnie docisnąć jego końcówkę. Czasem przynosi to skutek”.

Starajmy się „robić za dzieci” tylko okazjonalnie...

3. NIE ZADAWAJ ZBYT WIELU PYTAŃ

| Zamiast | Nie zadawaj zbyt wielu pytań |
|---|---|
| <p>Dziecko wraca ze szkoły...</p> <p><i>„Co dostałaś ze sprawdzianu z matematyki? Czy ktoś przyjedzie dzisiaj po szkole bawić się z tobą? Nie? Dlaczego? Pokłóciłaś się z</i></p> | <p><i>„Cześć, cieszę się, że już jesteś...”</i></p> |

| | |
|--|------------------------|
| <i>koleżankami?”</i> | |
| Dziecko wchodzi do domu... <i>„Czy dobrze się bawiłeś? Kto był? Z kim tańczyłeś?”</i> | <i>„Witaj w domu!”</i> |

Zadawanie zbyt wielu pytań może być potraktowane jako wtargnięcie w życie osobiste...Dzieci będą mówiły same to, co chcą powiedzieć i o czym chcą. Dzieci stosują wiele defensywnych reakcji: „*Nic*”, „*Nie wiem*”, „*Zostaw mnie w spokoju*”. Ważne aby być wyczulonym na możliwy odzew na postawione pytanie. Jeśli przestaniemy bombardować dzieci pytaniami i zaczniemy z zainteresowaniem słuchać, co do nas mówią, staną się bardziej otwarte...

4. NIE SPIESZ SIĘ Z DAWANIEM ODPOWIEDZI

| | Zamiast | Nie spiesz się z daniem odpowiedzi |
|---|--|---|
| Dziecko | Rodzic | Rodzic |
| <i>„Tato, skąd się bierze deszcz”?</i> | <i>„Deszcz jest spowodowany parowaniem, nagromadzeniem wilgoci”.</i> | <i>„To interesujące pytanie. Jak myślisz”?</i> |
| <i>„Dlaczego babcia odwiedza nas co tydzień”?</i> | <i>„Dlatego, że bardzo nas kocha, że mieszka niedaleko i ...”</i> | <i>„Zastanów się nad tym... Dlaczego nas odwiedza”?</i> |

Kiedy dzieci zadają pytania, należy dać im szansę, aby najpierw same znalazły odpowiedź. Rodzice często czują się zakłopotani pytaniami dzieci i gorączkowo szukają natychmiastowej odpowiedzi. Tymczasem taka presja nie jest potrzebna. Zwykle, kiedy dziecko zadaje pytanie, już wcześniej myślało nad odpowiedzią. Chce ono wykorzystać rodzica, aby móc później ocenić swoje myśli. Zawsze będzie dość czasu, aby dorosły dostarczył „poprawnej” odpowiedzi.... Lepiej zachęcić je do dalszych dociekań w rozwiązywaniu własnych problemów:

„Zastanów się nad tym.”

„Co o tym myślisz?”

„Zadałeś ważne pytanie.”

5. ZACHĘĆ DZIECKO DO KORZYSTANIA Z CUDZYCH DOŚWIADCZEŃ

| Dziecko | Rodzic |
|---|--|
| <i>„Moja rybka wygląda na chorą. Co powinienem zrobić?”</i> | <i>„Hmm...zastanawiam się czy właściciel sklepu zoologicznego coś ci doradzi?”</i> |
| <i>„Mamo, czy znalazłaś już dla mnie nauczyciela gry na gitarze?”</i> | <i>„Ciągle dopytuję się. Mam zamiar zapytać też w szkole. Może kogoś polecą.”</i> |
| <i>„Wszyscy moi koledzy mogą żuć gumę. Czy możesz mi kupić?”</i> | <i>„Sprawdzimy u dentysty i dowiemy się, co on myśli o żuciu gumy.”</i> |
| <i>„Tato, musisz pomóc mi w przyrodzie”</i> | <i>„Co byś powiedziała, gdybym zorganizował ci korepetycje?”</i> |

Chcemy, aby dzieci wiedziały, że nie są zupełnie od nas zależne. Świat poza domem – sklep zoologiczny, dentysta, szkoła, starsze dziecko – mogą pomóc przy rozwiązywaniu problemów. Pokażmy dziecku, że poza domem istnieje szersza społeczność gotowa udostępnić mu swoje cenne doświadczenia. Istnieje pomoc, z której można skorzystać...

6. NIE ODBIERAJ NADZIEI

| | Zamiast | Nie odbieraj nadziei |
|---|---|---|
| Dziecko | Rodzic | Rodzic |
| <i>„Mamo, chcę zagrać główną rolę w szkolnym teatrze. Czy myślisz, że ją otrzymam?”</i> | <i>„Dlaczego zaraz główną rolę, skoro nie masz żadnego doświadczenia? Może jest jakaś mniejsza rola?”</i> | <i>„A więc zamierzasz wystąpić w głównej roli. To dopiero będzie przygoda”.</i> |
| <i>„Może będę inżynierem, kiedy dorosnę?”</i> | <i>„Z twoimi stopniami z matematyki? Daj spokój!”</i> | <i>„A więc myślisz o karierze inżyniera?”</i> |

Zamiast przygotowywać dzieci na możliwość porażki, pozwól im na własne poszukiwania i doświadczenia. Próbując zabezpieczyć dzieci przed porażką, pozbawiamy je nadziei, dążeń, marzeń, urzeczywistnienia planów.

7. NIE MÓW O DZIECKU W JEGO OBECNOŚCI NIEZALEŻNIE OD TEGO, W JAKIM JEST WIEKU

„W pierwszej klasie był nieszczęśliwy z powodu czytania, ale teraz już mu idzie lepiej.”

„Nie zwracaj na niego uwagi. On jest taki nieśmiały.”

Kiedy dzieci słyszą, że mówi się o nich w ten sposób, czują się jak przedmioty – własność swoich rodziców.

8. POZWÓL DZIECKU ODPOWIADAĆ SAMEMU

Często kieruje się pytania do rodziców w obecności dziecka:

„Czy Jaś lubi chodzić do szkoły?”

„Czy lubi swoją małą siostrę?”

„Dlaczego nie bawi się nową zabawką?”

Prawdziwą oznaką szacunku dla autonomii dziecka jest powiedzenie dociekliwemu rozmówcy: *„Jaś ci powie. On tylko zna odpowiedź”*.

Główne źródło informacji stanowiła książka: „*Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać żeby dzieci do nas mówiły*” Adele Faber i Elaine Mazlish.

Przygotowała

Martyna Ozych

nauczyciel terapii pedagogicznej