

SAMODZIELNOŚĆ

Na początku swojej rodzicielskiej drogi większość z nas zauważa, wręcz chwali się coraz większą samodzielnością dziecka – „nasz Adaś już siedzi, Ola jak miała dziesięć miesięcy to po prostu biegała”. Pęd do samodzielności jest naturalny w rozwoju dziecka, najważniejszy (i co za tym idzie najtrudniejszy dla rodziców) okres uzyskiwania i wręcz swoistej walki o bycie niezależnym to wiek około dwóch lat. Pamięta go dobrze większość udreńczonych „strasznie normalnym” dwulatkiem.

Dlaczego jednak tak wiele wokół trzylatków w pieluchach, czterolatek karmionych przez mamy, pięciolatek nie potrafiących ciąć nożyczkami? I dodatkowo udreńczonych swym macierzyństwem mam dziesięciolatek, przy których trzeba klęczeć by zawiązać im buta? Zmęczenie rodziców nieustającą „obsługą” rodzi przecież niejednokrotnie z czasem bunt, którego niestety nie rozumieją dzieci nauczone bezradności.

Większość dzieci mających kłopoty z ubieraniem, jedzeniem, myciem a potem z rysowaniem czy pilnowaniem swoich obowiązków to dzieci rodziców wychowujących je w pewien sposób do „bycia niesamodzielnym”. Wynika to zazwyczaj z „dobrej woli” ale to miłość krótkowzroczna. Wyręczanie dziecka we wszystkim to inaczej dawanie mu komunikatu – nie można ci ufać, bez rodziców sobie nie poradzisz, nic nie umiesz, my wiemy lepiej. Są i tacy rodzice, których rosnąca samodzielność dziecka przeraża i złości. Niezależność dziecka często jest dla takiego rodzica przejawem tego, że jest on coraz mniej potrzebny a to uczucie, które niespecjalnie mu się podoba.

Powodów, dla których najczęściej rodzice hamują naturalną potrzebę rozwoju bycia samowystarczalnym u dziecka jest wiele. Oto przykłady:

- strach, że zrobi sobie krzywdę (lub czemuś)
- 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 porażki”).

Trzeba przypomnieć tutaj znaną prawdę, że na wychowanie należy patrzeć jak na proces, który ma na celu ukształtowanie nowej (osobnej od nas) i właśnie samodzielnej istoty. Kiedy zacząć ten proces? Kiedy i w jaki sposób rodzice powinni pozwalać lub wręcz motywować do niezależności?

Prawidłowy rozwój dziecka zaczyna się od silnego wręcz symbiotycznego związku z matką (lub inną bliską osobą) aż do stopniowego rozluźniania tych

relacji tak, aby uczenie bycia niezależnym i samodzielny dzieckiem zaowocowało w przyszłości przygotowanym do życia dorosłym. Taka symbioza z matką trwa do mniej więcej ósmego miesiąca życia (tak, tak miesiąca) potem nadchodzi czas na samodzielność odpowiednią do wieku.

Różnorodne, codzienne (często zupełnie nieprzemyślane) działania wobec dziecka mogą zahamować jego naturalne dążenie do rozwoju. Jak raczkuje – to przystosujemy dom a nie zabraniamy raczkować i z obawy przed katastrofą nie wkładamy dziecko do kojca, gdzie pewnie nic sobie nie zrobi ale też niczego się nie nauczy. Zostaw bo wylejesz, nie dotykaj bo stłuczesz, daj – ja to zrobię lepiej /szybciej/ (wybrać dowolne) – słyszy ciągle przedszkolak.

To właśnie w takich sytuacjach dziecko zaczyna w sobie wątpić, czuje się słabe i nieporadne. Jak utworzyć w dziecku poczucie własnej wartości jeśli ono nawet nie decyduje o kolorze rajstopek, nie śpi samo, mama je karmi bo się przecież ubrudzi, nic nie pomaga w domu bo stłucze, zniszczy, nie umie...

Radość z obserwowania jak samodzielne staje się nasze dziecko powinno być największą dla rodzica nagrodą. Aby zachęcać do bycia niezależnym warto pamiętać o paru wskazówkach:

- nie porównywać dziecka z innymi (Kasia już sama się ubiera a ty nie umiesz)
- podkreślać postępy (wcześniej zakładałaś sam czapkę a teraz świetnie radzisz sobie jeszcze z szalikiem i rękawiczkami)
- pamiętać że niezbędne jest morze cierpliwości (przyda się, gdy siedzimy i czekamy od paru minut na zapięcie guzików)
- pomagać ile trzeba ale nie więcej (obserwuj uważnie swoje dziecko, doradź się pań w przedszkolu, szkole)
- poznaj ogólną charakterystykę dziecka w danym wieku – spójrz na swojego malucha z dystansem
- nigdy nie zarażaj dziecka swoimi lękami (nie ma nic gorszego niż mama na placu zabaw, która co chwila krzyczy – uważaj, spadniesz, ! nie tak wysoko!, nigdy tego nie robiłaś, to niebezpieczne...)
- jak coś się nie udaje rozłóż zadanie na mniejsze i prostsze
- pokaż wybór, wtedy łatwiej zmotywujesz, żeby zrobiło coś samo (jaką szczoneczkę kupimy do mycia zębów, niebieską czy zieloną?)
- pokaż zainteresowanie i docenienie wysiłku dziecka, niekoniecznie efekt końcowy (wkładanie tych rzeczy do pudełka musiało być trudne, spróbujmy teraz zrobić resztę razem)
- pokaż ile zrobiło dobrze (zapięłaś trzy guziki, świetnie, zostały tylko dwa)
- staraj się poznać i rozgraniczyć dwie strefy a mianowicie to, gdzie dziecko koniecznie musi podporządkować się rodzicielskiej woli (jemy rano śniadanie) od tego o czym dziecko ma prawo decydować (je chrupki z mlekiem)
- po prostu daj dziecku szansę!

Kiedy i jak pozwalać na samodzielność? Co powinno dziecko wykonywać już samo a czego nie? Trudno tu o jedną konkretną odpowiedź bo rozwój każdego dziecka jest sprawą niezmiernie indywidualną. Na pewno musi to być samodzielność na miarę wieku, początkowo szczególnie kontrolowana i dyskretnie połączona z dużym wsparciem (nie wyręczaniem) rodzica.

Ogólnie trzylatek powinien sam (lub z niewielką pomocą) się rozebrać, włożyć łatwiejsze części garderoby, zjadać samodzielnie większość potraw, umyć ręce (nie liczymy, że zrobi to dobrze więc lepiej dyskretnie sprawdzić) nieobce powinny być mu kredki (to na razie próby rysowania ale bardzo istotne) i plastelina czy nożyczki. To czas wdrażania do wspólnego sprzątania pokoju (proszę włóż te klocki do pudełka). Większość dzieci czteroletnich potrafi rozbierać się bez problemu i szybko, ubieranie powinno odbywać się jeszcze z pomocą przy trudniejszych rzeczach, myć zęby w obecności dorosłego pomagać przy nakrywaniu stołu.

Pięciolatek i dziecko sześciolatnie może samo zacząć przygotowywać sobie łatwy posiłek, posmarować kanapkę masłem, wyjąć mleko i chrupki, może podlewać kwiatki. Uczeń na początku szkoły podstawowej to dziecko, które wykonuje już naprawdę wiele rzeczy samodzielnie, szczególnie jeśli wcześniej miało taką możliwość. Najważniejsze aby przyglądać się dziecku i nie wykonywać za niego rzeczy, które może robić już samo.

***Iwona Grabowicz-Chądrzyńska, psycholog dziecięcy, nauczyciel akademicki
Magazyn dla Rodziców czasopisma Świerszczyk***