

Zapraszam rodziców do zapoznania się z artykułem. Jest on też zamieszczony w zakładce "PEDAGOG".

Dyrektor

Jednym z ważniejszych celów w wychowaniu młodego człowieka jest nauczanie go samodzielności. Chcemy, aby nasze dziecko stało się niezależne, realizowało swoje plany, umiało podejmować własne decyzje i brać za nie odpowiedzialność. Aby stało się osobą pewną siebie, samodzielną i zaradną życiową.

Czymś naturalnym jest to, że chcemy chronić nasze dziecko. Dlatego często go wyręczamy, planujemy za dziecko, wrywamy się z natychmiastową radą, zamiast dać dziecku możliwość na przeanalizowanie problemu i podjęcie własnej decyzji. Może się wydawać, że nic złego jest w tym, że pomogę dziecku zawiązać but lub rozwiązać konflikt z koleżanką. Niestety, gdy nadmiernie wyręczamy dziecko, staje się ono zależne od nas. Sytuacje trudne powodują u niego frustrację i bezradność, co może także skutkować obniżeniem samooceny u dziecka.

Co robić, aby kształtować u dziecka samodzielność i zaradność życiową już od najmłodszych lat?

1. Daj dziecku wybór.

Nawet najmniejszy wybór (np. pomiędzy tostem a kanapką na śniadanie) daje dziecku większą kontrolę nad jego życiem i kształtuje umiejętność podejmowania decyzji. Dawanie dziecku wyboru w sytuacjach niezgodnych z zamysłem dziecka (np. gdy dziecko chce cztery zabawki w sklepie, a my jesteśmy w stanie kupić mu jedną) jest także dobrym sposobem zmniejszenia złości dziecka, przy jednoczesnym pozostaniu konsekwentnym przez rodzica.

1. Zauważ, jaki trud podejmuje dziecko zmagając się z problemem.

Często chcemy zachęcić dziecko do podejmowania jakiegoś zadania, mówiąc, że jest to łatwe. Tylko, co wtedy, gdy dziecko nie będzie w stanie podołać wyzwaniu. Pewnie pomyśli, że jest mało zdolne i niewiele umie. Lepiej jest, jak zauważymy trud, jaki dziecko wkłada w wykonanie czynności, mówiąc np. „Odkurzanie nie jest łatwą sprawą. Wymaga dużo siły i dokładności”. Takie słowa wpłyną pozytywnie na motywację dziecka i jego poczucie własnej wartości.

Gdy dziecko nie podoła jakiemuś trudnemu zadaniu, uczmy go, że „trening czyni mistrza”. Pochwalmy go za podejmowany wysiłek i elementy zadania, które mu wyszły.

1. Nie zadawaj zbyt wielu pytań.

Gdy tylko dziecko wróci do domu, często zarzucamy go tysiącem pytań, a w rezultacie niewiele się dowiadujemy. Gdy zrezygnujemy po części z zadawania pytań, a skupimy się na słuchaniu dziecka, możemy zauważyć u niego większą otwartość na rozmowę, a także dajemy mu większe poczucie autonomii, a mniejsze kontroli ze strony rodzica.

1. Zachęcaj do korzystania z doświadczeń innych ludzi.

Pokażmy dziecku, że rodzic nie jest specjalistą od wszystkiego. Gdy nauczymy dziecko, że u lekarza możemy zdobyć informację na temat bólu głowy, a pani od matematyki może pomóc w rozwiązaniu bardzo trudnego zadania, to nauczymy go także szukać pomocy, jak rozwiązać dany problem, gdy spotka się z nim w przyszłości. Często informacje zdobyte od osób spoza domu lepiej wpływają na zmianę nawyków dziecka niż rady rodziców.

1. Daj dziecku marzyć.

Zamiast szybko urealniać dziecięce marzenia, daj dziecku rozwijać swoje pasje i poszerzać informacje na temat zainteresowań. Stwarzaj dziecku możliwość próbowania wielu zróżnicowanych aktywności, ale nie zapomnij, że to ono ostatecznie decyduje w co się angażuje i na ile. Da to dziecku większe poczucie kontroli, pomoże w wyznaczaniu celów na przyszłość i wyciąganiu wniosków. Może się okazać, że cele, które teraz wydają się nierealne staną się sposobem na życie twojego dziecka lub też pod wpływem doświadczeń i wiedzy dziecko podejmie decyzję o zmianie celów życiowych.

Pamiętaj, że odwaga u dzieci i motywacja do podejmowania się nowych i trudnych zadań bierze się z poczucia szacunku i zaufania ze strony rodziców, a także dzięki nauce dokonywania wyborów i rozwiązywania problemów od najmłodszych lat. Dzięki temu młodzi ludzie wierzą we własne możliwości i mają świadomość własnych ograniczeń, co daje im możliwość podejmowania trafnych decyzji w przyszłości.

Opracowała: Agnieszka Strzesak, psycholog