

Mamo, Tato – pomóżcie mi zrobić to samodzielnie!



Wasze dziecko potrzebuje samodzielności jak powietrza. Jest to jeden z ważniejszych warunków osiągnięcia pięknej, ukształtowanej harmonijnie osobowości. Dzieci pragną zdobywać różnorodne doświadczenia życiowe, a wyzwania związane z samodzielnym pokonywaniem przeszkód są wpisane w ich rozwój.

Wasze małe dziecko bardzo dużo potrafi.

Istnieje duże prawdopodobieństwo, że przed pójściem do przedszkola lub w pierwszych miesiącach pobytu w nim nauczycie je:

- samodzielnie zjadać pokarmy za pomocą sztućców,
- z niewielką pomocą ubierać się, zapinać guziki, zasuwac suwaki,
- samodzielnie myć ręce, zęby oraz korzystać z toalety,
- posługiwać się nożyczkami,
- wielu czynności przydatnych w codziennym życiu: korzystania z chusteczek higienicznych, odkładania przedmiotów na miejsce po skończonej zabawie, nakrywania do stołu, pomocy przy gotowaniu, sprzątaniu.

**Samodzielność oznacza
poczucie sprawstwa,
sukcesu, zaradność,
a w konsekwencji poczucie
szczęścia i spełnienia.**



Jak pomóc dziecku osiągnąć samodzielność ?

- 1. Dać czas** – dzieci wykonują wiele czynności wolniej niż dorośli.
- 2. Uczynić ze zwykłych czynności zabawę oraz rytuały** – dzieci przykładają wagę do celebrowania swych działań i wprowadzania tych samych, niezmiennych zasad podczas zwykłych czynności, np. do mycia zębów może się przydać klepsydra odmierzająca czas, a sygnałem do przebierania się i toalety wieczornej może stać się piosenka *Idzie noc, słońce już zeszło z gór, zeszło z pól, zeszło z mórz*.
- 3. Przygotować przestrzeń do samodzielności** – stółek w łazience, by z łatwością dosięgnąć do umywalki, mydło z dozownikiem, papier toaletowy łatwo dzielący się, wieszaki na ubrania na wysokości wzroku dziecka, chusteczki higieniczne na wyciągnięcie ręki, itp.
- 4. Stworzyć klimat wsparcia** – dzieci potrzebują akceptacji i uznania. Liczy się wysiłek, chęć dziecka, a nie efekt końcowy.
- 5. Bezpośrednio chwalić** – w formie przytulenia, opisanie tego, co dziecko robi: Widzę, że sam zakładasz skarpetki. Jestem z Ciebie dumna!
- 6. Dyskretnie pomagać w sytuacjach kryzysowych** – nie dopuścić do frustracji, utrzymać motywację dziecka na wysokim poziomie.
- 7. Uczestniczyć w tych czynnościach, które wykonuje dziecko** – wspólne posiłki, równoczesne ubieranie się, mycie rąk, itp. Dziecko uczy się przez naśladownictwo!

