BIULETYN DLA RODZICÓW
Nr 35 Czerwiec 2020

„Niezapominajka”

Dwumiesięcznik dla rodziców dzieci
z Przedszkola Samorządowego nr 42 „Niezapominajka”
w Białymstoku

Dlaczego dzieciom potrzebna jest …

…SAMODZIELNOŚĆ ?

Samodzielność dziecka w wieku przedszkolnym przejawia się w trzech aspektach:

1. **samodzielności praktycznej,** czyli takiej która pozwala na samodzielne poradzenie sobie z wyzwaniami porządkowymi i samoobsługowymi,
2. **samodzielności umysłowej,** polegającą na umiejętności podejmowania decyzji i rozwiązywania problemów podczas zabawy i nauki,
3. **samodzielności społecznej,** przejawiającej się w umiejętności współdziałania z rówieśnikami i opiekunami, porozumiewania się z nimi oraz brania odpowiedzialności za podejmowane decyzje społeczne.

Dlaczego warto wspierać dzieci w rozwoju samodzielności od najwcześniejszych lat?

Uczenie małych dzieci czynności samoobsługowych ma głęboki sens, gdyż w dużej mierze wpływa na sukcesy w ich dalszej edukacji. Jeżeli np. dziecko samo umyje i wytrze ręce, założy kapcie czy zadba o porządek wokół siebie, **ma poczucie, że wykonało coś pożytecznego,** jest chwalone i **odczuwa komfort** wygody. Te wspaniałe doznania są w dalszej kolejności przenoszone na sytuacje zadaniowe, także **w dziedzinie aktywności intelektualnej**. Przekonanie o możliwościach efektywnego działania pozwala dziecku odważnie wybierać zadania i wkładać wiele trudu w ich realizację, a także konsekwentnie dążyć do postawionego sobie celu.

Z samodzielnego dziecka wyrośnie samodzielny dorosły!

Wszystko, co przedszkolak wykona własnymi rękoma, do czego dojdzie własną myślą, z wykonaniem czego wiążą się emocje - buduje jego umiejętności, wiedzę o sobie i innych oraz o świecie. Dziecko, poznając efekty własnej działalności, jest konfrontowane ze swoimi możliwościami. Poziom i zakres samodzielności osiągnięty w przedszkolu w dużym stopniu warunkuje funkcjonowanie dziecka w roli ucznia. Kiedy wchodzi ono w nową rolę społeczną, musi zmierzyć się z zadaniami, jakie stawia przed nim szkoła, a zadania te wcale nie są łatwe. Dzieci o dużej samodzielności, wkraczając w progi szkoły, zyskują opinię uczniów niezależnych i zaradnych.

Nadmierne uzależnienie od dorosłych *utrudnia dziecku działanie w świecie zewnętrznym i w konsekwencji:*

- hamuje odwagę, dociekliwość i ciekawość poznawczą,
- w efekcie dziecko ma niskie poczucie własnej wartości oraz trudności z samodzielnym podejmowaniem innych działań.

Samodzielność w domu, w przedszkolu i szkole:

Dobry start w dorosłe życie zależy wyłącznie od ludzi, którzy zajmują się wychowaniem dziecka na różnych etapach jego rozwoju. Pierwszym i najbardziej odpowiedzialnym środowiskiem jest **dom rodzinny dziecka**. Od postaw wychowawczych, jakie prezentują rodzice i stosowanych przez nich metod zależy najwięcej.

POMÓŻ DZIECKU UWIERZYĆ W SIEBIE!

Poczucia własnej wartości nie da się odziedziczyć.

Dziecko buduje poczucie wartości przez wiele lat, ale my, możemy mu w tym bardzo pomóc

1. Po pierwsze, ***akceptacja:***

W naszej kulturze zwykło się źle myśleć i mówić o akceptowaniu samego siebie. Z jednej strony wiemy, że należy „miłować siebie samego", z drugiej jednak uważamy, że ten, kto siebie lubi, to sobek i egoista. Powstrzymujemy się więc przed chwaleniem dzieci i niechętnie słuchamy, kiedy one siebie chwalą. Tymczasem akceptacja siebie to fundament, na którym mały człowiek może budować swój charakter, sposób myślenia i

kontakty z innymi rówieśnikami. Dziecko, które akceptuje siebie, potrafi o siebie dbać i dobrze o sobie myśli, nie porównuje się z innymi i nie zadręcza się tym, że inni są w różnych rzeczach lepsi. Ale skąd się to bierze? Otóż dzieci akceptują siebie, jeśli czują, że są kochane przez najbliższych.

Dzieci akceptowane:

– nie czują się winne, kiedy muszą o coś poprosić;
– nie manipulują otoczeniem, aby coś otrzymać;
– lubią, kiedy się nimi opiekujemy, i uczą się od nas, jak to robić;
– czują się dumne ze swoich osiągnięć;
– potrafią się koncentrować na zadaniu, tak by mieć z niego dużą satysfakcję;
– nie tracą czasu na rozpamiętywanie własnych błędów i porażek;
– lubią robić to, co im sprawia przyjemność.

*2. Po drugie, **zrozumienie:***

Dzieci pewne siebie rozumieją, co się z nimi dzieje. Nie przerażają ich gwałtowne emocje, jakie mogą je ogarnąć (np. złość czy smutek). Wiedzą, że każde uczucie jest czymś naturalnym, choć nie każde musi natychmiast znaleźć swój wyraz.

Rozumienie siebie kształtuje się wtedy, kiedy dziecko jest rozumiane przez najbliższych, którzy potrafią odczytać jego zachowanie jako pewne komunikaty.

Dzieci rozumiane:

– znają swoje mocne strony;
– znają swoje słabe strony, ale nie uważają ich za koniec świata;
– rosną z poczuciem, że są kimś niepowtarzalnym;
– rozwijają swoją hierarchię wartości, nie żyją w lęku, jak zostanie ocenione to, co zrobią;
– nie boją się krytyki, słuchają tego, co inni mówią na ich temat;
– potrafią przyjmować pomoc.

*3. Po trzecie, **praktyka**:*

Poczucie wartości buduje się dzięki codziennemu doświadczeniu. Dziecko widzi, że wczoraj jeszcze czegoś nie umiało, a dziś już potrafi. Możemy mu pomóc, stawiając w sytuacjach, w których poczuje, że zrobiło coś samo, że dokonało czegoś konkretnego. Nic, żadna pochwała nie zastąpi satysfakcji, jaką daje samodzielnie zrobione śniadanie, ludek ulepiony własnoręcznie z modeliny czy rozwiązane bez niczyjej pomocy zadanie.

Dzieci samodzielne:

– czerpią przyjemność z robienia czegoś samemu;
– stawiają sobie konkretne cele i starają się je osiągać;
– mają dużo energii i entuzjazmu;
– wiedzą, że mogą na sobie polegać;
– chętnie służą pomocą innym;
– tolerują nawet żmudną drogę do atrakcyjnego celu;
– potrafią podejmować decyzje.

*4. Po czwarte, **optymizm**:*

Dzieci, które są pewne siebie, widzą przyszłość raczej w jasnych barwach. Dzięki temu mają wokół siebie wielu kompanów – miło jest przebywać w towarzystwie kogoś, kto jest zadowolony z życia. Optymizmu można się nauczyć – sporo zależy od atmosfery w rodzinnym domu. Jeśli dziecko na co dzień słyszy wyłącznie narzekania i utyskiwania, może mu być trudno pielęgnować pogodę ducha.

Dzieci optymistyczne:

– uważają, że ogólnie rzecz biorąc, świat idzie ku lepszemu;
– nie są podejrzliwe, widzą w innych ludziach głównie to, co dobre;
– wierzą, że większość problemów znajduje swoje rozwiązanie;
– nie tracą energii na martwienie się tym, co może się zdarzyć;
– lubią się uczyć;
– lubią marzyć o swojej dobrej przyszłości.

Na podstawie: www. eDziecko.pl, dostęp z dnia: 12.05.2020r.

Z optymistycznym pozdrowieniem,

Dorota Kulikowska, Anna Sołowianiuk i Olga Stepaniuk.