

Dlaczego warto ćwiczyć u dzieci wytrwałość?

Anna Jankowska

Niektóre dzieci przebierają nogami z radości, dowiadując się, że będą w danym dniu uczyć się czegoś nowego. Inne kompletnie nie są tym zainteresowane i najchętniej wróciłyby do znanych im i zrozumiałych dla nich zajęć. Które z tych zachowań jest prawidłowe? Nie ma „prawidłowego”, obie reakcje są najzwyklej normalne. Jediną różnicą między dziećmi zainteresowanymi nowościami a tymi raczej wycofanymi jest sposób myślenia, z którym przychodzimy na świat, czyli różne predyspozycje. Jedni rodzą się ukierunkowani na myślenie **rozwojowe**, inni na **stałe**.

Nietrudno zauważyć nauczycielowi przedszkolnemu, że w grupie są zarówno dzieci bardzo chętnie podejmujące nowe wyzwania i nie denerwujące się zbytnio, kiedy coś im nie wychodzi, jak i reagujące na każdą nowość słowem „nie”. W ich przypadku każda nieudana próba poznania nowości, nauczania się czegoś, kończy się ogromną irytacją, nerwami i słowami: Nigdy mi się to nie uda.

Dlaczego nie lubią nowych wyzwań?

Ludzie ukierunkowani na myślenie rozwojowe zazwyczaj chętnie „rzucają się” na nowości, potrafią zmobilizować się do poszukiwania rozwiązania, podnieść po porażce, lepiej sobie radzą w zetknięciu z czymś nowym. Do drugiej grupy zaliczają się osoby, dla których świat nie jest jedną wielką niespodzianką. One nie przepadają za niespodziankami ani wyzwaniami. Nie wierzą w swoje możliwości, dlatego łatwo przychodzi im mówienie i myślenie w kategoriach „to mi się nigdy nie uda”. Oczywiście predyspozycje, z którymi przychodzimy na świat, to tylko część tego, na co składają się rozwój i osobowość człowieka. Widząc w grupie dzieci ukierunkowane na myślenie stałe, można nauczyć je radzić sobie z wyzwaniami. Predyspozycje zawsze można zmienić, wyćwiczyć, choć trzeba przyznać, że niektórym pewne rzeczy przychodzą z większym trudem. I warto pamiętać, że konkretne predyspozycje powinny być rozwijane od najmłodszych lat, zatem dziecko przychodzące do przedszkola jest już w jakiś sposób ukierunkowane przez rodziców. Nie każdy zdaje sobie sprawę z rozróżnienia myślenia stałego i rozwojowego, dlatego czasami po prostu słyszymy: Moje dziecko szybko się poddaje i ma trudności z podejmowaniem nowych wyzwań.

Czy wytrwałości można się nauczyć?

Szanując te predyspozycje, warto jednak uczyć maluchy wytrwałości. Pośród wielu cech wymienianych jako te dające człowiekowi satysfakcję, spełnienie i pozwalające określać życie jako szczęśliwe, właśnie wytrwałość stoi na najwyższym miejscu. Rzadko się o niej

mówi w kontekście rozmów z dziećmi, a nawet dorosłymi. Często słysząc, że dziecko ma talent, że jest w czymś dobre. Dużą wagę przykładamy do pracy z dziećmi uzdolnionymi lub z tymi potrzebującymi wsparcia – ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Mniej mówi się o całej rzeszy przeciętnych maluchów, którym ćwiczenie wytrwałości w dążeniu do osiągnięcia celu, zdobywaniu pewnych umiejętności, może otworzyć drogę do sukcesu w przyszłości.

Wytrwałości można się po prostu nauczyć. Niezależnie od predyspozycji, charakteru, zainteresowań, można ją ćwiczyć, a nawet trzeba, bo bez niej większość potknięć człowiek uznaje za porażkę. Chodzi o to, żeby nasze dzieci myślały o potknięciach jak o kolejnych etapach dążenia do celu, żeby je rozumiały i akceptowały jako naturalny element zdobywania wiedzy. Zdecydowanym utrudnieniem w ćwiczeniu wytrwałości jest ocenianie dzieci w taki tradycyjny, szkolny sposób. W tej ocenie wszystkim zależy na osiągnięciu jak najlepszego wyniku, a dzieci nie są uczone zauważania swoich drobnych postępów. Albo się jest uczniem celującym, albo miernym, głównie to jest zauważane. Mało kto docenia wysiłki i zaangażowanie uczniów średnich. O ile nie mamy wpływu na ocenianie w szkole, tak w przedszkolu jest jeszcze szansa na pokazanie dzieciom, że wytrwałość to niekoniecznie stanie na podium, choć to ona pozwoli w przyszłości osiągnąć najwięcej.

Dotyczy to wszystkich obszarów życia, nie tylko edukacji rozumianej jako zdobywanie wiedzy. Chodzi też o pasję, przyjaźnie, kontakty społeczne, emocje. **Z wytrwałością**, a właściwie pokazywaniem, **jak się jej uczyć**, nierozzerwalnie związana jest rola wspierającego, mądrego dorosłego, który nie szufladkuje dzieci, wręcz przeciwnie. Zachęca do poszukiwania nietuzinkowych rozwiązań, podrzuca niespodzianki, zaciekawia światem, sam szuka pomysłów na uczenie „poza schematami”, żeby pokazać dzieciom jedną prostą prawdę – zdobywać doświadczenia można w bardzo różny sposób, nie ma jednej konkretnej drogi. Tak samo jak nie powinno być jednego schematu rozmawiania o emocjach, nauki liczenia, zachowania w różnych sytuacjach.

Od różnorodności do rutyny

Wytrwałość potrzebuje różnorodności, zwłaszcza kiedy rozmawiamy o dzieciach. Jeśli jedno rozwiązanie się nie sprawdza, powoduje frustrację, warto szukać kolejnego. Oczywiście nie chodzi o poddawanie się po kilku nieudanych próbach, ale też nie trzeba poprzestawać na tylko jednym rozwiązaniu. Najważniejszy jest cel i wytrwałe dążenie do jego osiągnięcia. Drogi do tego celu mogą być bardzo różne.

Oczywiste jest, że ćwiczenie czyni mistrza. To powiedzenie zdecydowanie powiązane jest z wytrwałością. Dzieciom jednak często brakuje cierpliwości, żeby zrozumieć i docenić wartość tego hasła. Dlatego tak ważna jest rola dorosłego, który ukierunkuje myślenie dziecka i pomoże zrozumieć, że można szukać różnych dróg, jednak przychodzi taki moment, kiedy po prostu trzeba też rutynowo ćwiczyć. Nawet jeśli te ćwiczenia na początku wydają się nudne i trudne. Wytrwałość wymaga podejmowania kolejnych prób. Kiedy już znajdzie się najwygodniejszy sposób uczenia się konkretnej rzeczy, warto ją wyćwiczyć. Bez tego nigdy nie zrozumie się pojęcia wytrwałości. Może nie jest to ciekawe, może nawet nie jest miłe dla dziecka na początku drogi, ale przecież nie chodzi o to, żeby wychować człowieka oczekującego efektów bez włożenia żadnego

wysiłku. Dlaczego? To takie miłe, kiedy coś się udaje bez większego wysiłku. Ale w większości przypadków jest to nierealne. Rolą nauczyciela i rodzica jest przygotowanie dziecka do bycia dorosłym i radzenia sobie w życiu. Trudno sobie radzić, oczekując gwiazdki z nieba. Dlatego właśnie rozumienie pojęcia wytrwałości i umiejętność jej ćwiczenia są kluczem do poczucia, że jest się szczęśliwym człowiekiem.

Jak ćwiczyć wytrwałość?

Zakładając, że wytrwałość jest konsekwentnym dążeniem do sukcesu, warto wesprzeć u dzieci wiarę we własne możliwości. Wspomniane wcześniej myślenie stałe zdecydowanie utrudnia podejmowanie ćwiczeń od nowa i od nowa. Tym bardziej warto zwrócić uwagę na takie dzieci, bo one będą potrzebowały dodatkowego wsparcia w tych ćwiczeniach. Łatwiej się zniechęcają, częściej przerywają czynności w połowie, rzucają wszystko całe w nerwach. Nie dlatego, że im się nie chce, ale dlatego, że brak im wiary we własne możliwości. W tym wypadku sprawdzą się małe kroki, uzmystawianie drobnych postępów, które w przyszłości złożą się na osiągnięcie celu.

Cele stawiane dzieciom nie powinny być zbyt trudne ani odległe. Zgodnie z myślą pedagogiczną Lwa Wygotskiego powinno to być przekraczanie strefy najbliższego rozwoju, ale zaledwie o kilka kroków. Zbyt trudne zadania zniechęca do podejmowania kolejnych prób. Jeśli chodzi o cele, warto też skupić się na ich prawidłowym doborze. Mając pod opieką grupę przedszkolną i dzieci w jednym wieku, czasem łatwo zapomnieć, że jednak możliwości każdego z nich są inne. Tak wiele mówi się o indywidualizacji i potrzebach konkretnej jednostki w edukacji, jednak nie zawsze program uwzględnia te potrzeby. Mając do czynienia z dzieckiem, któremu brak wytrwałości i wiary w siebie, może warto czasem postawić inne cele niż pozostałym. Pozwolić dziecku pójść własnym tempem, tylko po to, żeby wzmocnić jego wiarę we własne możliwości. To lepsze niż przykładanie do wszystkich jednej miary, choć zarazem w obecnym systemie edukacji trudniejsze.

Jednym z ważniejszych elementów ćwiczenia cierpliwości jest nauczanie dzieci planowania swoich działań. Czasami stawiamy wyzwanie i oczekujemy efektów, nie zastanawiając się zbyt wiele nad tym, co dzieje się pomiędzy początkiem i końcem tego procesu. Pokazując, jak coś zrobić, nie zawsze wyjaśniamy, po co. Po co ten cały wysiłek, nauka, żmudne ćwiczenia? Do czego to się przyda w przyszłości? Nie zawsze też koncentrujemy się na pokazaniu planu działania krok po kroku.

Dorośli, wykonując jakieś działania, najczęściej wiedzą, co chcą osiągnąć, i znają poszczególne etapy pracy. Dzieci jeszcze nie postrzegają świata w tak globalny sposób. Dla tego często buntują się lub bronią przed ćwiczeniami, włożeniem wysiłku albo zwyczajnie tracą motywację, bo nie widzą, że świetnie sobie dają radę z wykonywaniem poszczególnych elementów większego planu. Kiedy dziecko wie, że powinno nauczyć się czytać, jest to bardzo ważny cel do osiągnięcia. Należy pokazywać mu codziennie, jakie postępy robi na drodze do sukcesu. Warto też pokazać mu na samym początku drogi, jaki jest plan działania.

Duże sprawy i wyzwania podzielone na mniejsze części są o wiele łatwiejsze do zrozumienia, wykonania i motywacja przy poszczególnych działaniach nie spada. Zamiast codziennie myśleć: „Jeszcze nie potrafię czytać”, dziecko powinno mieć szansę na

pomyślenie: „Dzisiaj poznałem literę A”. To jest dobra motywacja, **wzmocnienie pozytywne**, na którym opierają się w największej mierze ćwiczenia wytrwałości.

Kolejnym ważnym krokiem jest działanie. Dzieci często czują się zmuszane do podejmowania pewnych wyzwań, a to już na starcie bardzo obniża motywację. Nie będzie wytrwałości w człowieku, który z założenia nie jest zainteresowany podjęciem próby. Tam, gdzie się da, warto postawić na zainteresowanie danym tematem. Zamiast opowiadać o wielkim wyzwaniu, jakim jest np. przygotowanie przedstawienia dla rodziców, lepiej dać dzieciom możliwość za interesowania się tematem, do którego można podejść od najróżniejszych stron. Początek niekoniecznie musi się nawet wiązać z hasłem „przedstawienie”. W większości przypadków zresztą właśnie na tym polega życie przedszkolne, na przygotowaniu przez zabawę do dalszego etapu i wykorzystania zdobytej wiedzy w praktyce. Nie zawsze jednak maluchy radzą sobie z nowymi wyzwaniami, zwłaszcza tymi, które od początku wydają się trudne do osiągnięcia. Ciekawość zawsze wciąga i zachęca do działania, a chodzi właśnie o podjęcie przez dziecko akcji.

Niewątpliwie podjęcie akcji wiąże się z porażką. Mało które dziecko w wieku przedszkolnym potrafi wszystko. Po to jest okres dzieciństwa, żeby można było ćwiczyć, ale też uczyć się rozumieć, czym jest porażka. Tak jak wspominałam na początku, dla niektórych maluchów będzie niczym koniec świata. To znowu wynika z myślenia stałego, ukierunkowanego postrzeganie: „Skoro raz mi się nie udało, to nigdy mi się nie uda”, „Skoro wiem, że nie potrafię równo wycinać, to nie warto próbować. Po prostu nie potrafię”. Takie myślenie nie ma związku ze złą wolą czy lenistwem, tylko właśnie z predyspozycjami. Można je zmienić i nauczyć malucha, że porażka jest naturalnym elementem życia, jak radość, złość, codzienna porcja obiadowa i zasypianie. Porażka jest czymś naturalnym, choć nie jest oczywiście zbyt przyjemna.

Zanim zachęcimy dziecko do ponownej próby, warto dać mu chwilę na zasmucenie się z powodu porażki. Czasami tak bardzo staramy się odciągnąć uwagę dziecka od smutku lub frustracji z powodu nieudanej próby, że zakrzykujemy trochę jego prawdziwe odczucia. Potrzeba przeżycia tego smutku (nie mylić z zatopieniem się w nim na stałe) to ważny element zachęcania do wytrwałości. Dysponując zwykłymi talentami i niezwykłą wytrwałością, możesz osiągnąć wszystko. Tak jak każde wyzwanie powinno mieć swój plan, te ćwiczenia również go mają, a porażka jest zdecydowanie jednym z elementów większego planu. Tak samo jak możliwość przeżycia jej po swojemu, żeby w konsekwencji zrozumieć, że nie jest ona końcem świata. Jest drogą do celu, tak właśnie ona wygląda. Droga ta niemal nigdy nie jest uśłana różami – ani w dzieciństwie, ani tym bardziej w dorosłym życiu.

Tych kilka ćwiczeń składających się na rozumienie wytrwałości jest niezmiernie ważnym elementem edukacji już od najmłodszych lat. Ważnym i wydaje mi się, że trochę zaniedbanym. Mówią o tym ludzie, którzy osiągnęli sukces. A za najszcześniejszych wcale nie uważają się ci, którym wszystko przyszło łatwo, a właśnie ci, dla których dojście do celu było ogromnym wyzwaniem. Warto i o tych ważnych ludziach opowiadać dzieciom mającym problemy z wiarą w siebie i rozumieniem wytrwałości.

W konfrontacji strumienia ze skałą strumień zawsze wygrywa – nie przez swoją siłę, ale przez wytrwałość

Budda

Nie siła, lecz wytrwałość tworzy wielkie dzieła.

Samuel Johnson

Większość rzeczy na tym świecie stworzona została przez ludzi, którzy wytrwali, kiedy zdawało się, że nie ma już nadziei.

Dale Carnegie

Naszą największą słabością jest poddawanie się. Najpewniejszą drogą do sukcesu jest zawsze próbowanie po prostu jeden, następny raz.

Thomas Edison

Dysponując zwykłymi talentami i niezwykłą wytrwałością, możesz osiągnąć wszystko.

Thomas Fowell Buxton

Artykuł pochodzi z miesięcznika Bliżej Przedszkola