








## Jak wspierać dziecko w rozwoju samodzielności?

„Zostaw, bo wylejesz!” „Nie dotykaj, bo stłuczesz!” „Daj, ja to zrobię lepiej/szybciej/dokładniej!” – często słyszy przedszkolak. Czy ciągle pomagając dzieciom lub wyręczając je w różnych sprawach spowodujemy, że staną się samodzielne? Niestety nie!

Samodzielność jest potrzebą rozwojową każdego dziecka. **Poprzez podejmowanie prób i gromadzenie doświadczeń, stopniowo opanowuje ono niezbędne w życiu umiejętności, rozwija swoje możliwości, poznaje własną odrębność i kształtuje tożsamość.**

Często już trzylatki bardzo chcą robić wszystko same. Dzięki temu czują się dorosłe i samodzielne. Pozwól zatem dziecku robić samemu to, co umie. Niech je samodzielnie łyżką i widelcem, zrobi sobie rano płatki z mlekiem, odniesie naczynia na wyznaczone miejsce po posiłku, ubiera się i rozbiera, myje zęby, korzysta samodzielnie z toalety, myje się i wyciera. Rola rodzica niech ograniczy się tylko do pomocy. Dzięki Tobie maluch szybko dojdzie do wprawy, a z czasem i do perfekcji!

Oto kilka rad, jak nauczyć dziecko samodzielnego dbania o siebie.

-  **Podziel zadania na mniejsze części.** Wspólnie zastanówcie się, co należy zrobić na początku, a co potem. Zaobserwuj, co sprawia dziecku największe trudności.
-  **Pokaż dziecku, jak ma zrobić wszystko to, co przed chwilą zrobiłeś.** Jeśli zajdzie taka potrzeba, pokieruj ruchami jego rąk. Kiedy zauważysz, że pociecha stara się zrobić coś sama, pomalutku zabierz swoje ręce.
-  **Uzbrój się w cierpliwość!** Wyjaśnij i pokazuj dziecku, co i jak – tak długo, jak będzie to konieczne.
-  **Bądź elastyczny!** Jeśli nie wyszło w ten sposób, może wyjdzie w inny.
-  **Nie rzucaj się dziecku na pomoc, gdy tylko zauważysz choćby najmniejszy problem!** Zamiast tego, daj maluchowi więcej czasu. Niech sam dojdzie do tego, co i jak należy robić.
-  **Nie oczekuj cudów!** I tym bardziej nie wymagaj od dziecka doskonałości.
-  **Zawsze zachęcaj dziecko do działania!** Za każdym razem, gdy pociecha próbuje nauczyć się czegoś nowego, mów jak bardzo jesteś z niej dumny. **Bez względu na rezultaty!** 😊