

ROZWÓJ SAMODZIELNOŚCI U DZIECI Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ W WIEKU PRZEDSZKOLNYM

Czym jest samodzielność?

Polskie przysłowie mówi: „Czego Jaś się nie nauczy, tego Jan nie będzie umiał”. Umiejętności, wiedza i postawy, które zdobywamy w czasie dzieciństwa, towarzyszą nam przez całe życie. Dlatego niezwykle ważne jest, aby w pracy z małymi dziećmi, szczególnie dziećmi z niepełnosprawnością, zwracać uwagę na rozwój ich samodzielności. Dzięki temu w przyszłości mogą lepiej radzić sobie w sytuacjach dnia codziennego i stać się w większym stopniu niezależne od pomocy innych. Samodzielność jest bardzo złożonym pojęciem. Według definicji za osobę samodzielną uważa się jednostkę niezależną, dającą sobie radę, niepotrzebującą pomocy z zewnątrz. Jakie ma to jednak odniesienie do małych dzieci? Początkowo są one uzależnione od osób dorosłych. Jednak już od pierwszego roku życia możemy mówić, że w pewnych dziedzinach dziecko staje się samodzielne. Samodzielność jest potrzebą rozwojową każdego człowieka. Gromadząc nowe doświadczenia dziecko zdobywa i rozwija swoje umiejętności, odkrywa nieznaną mu dotąd możliwość, kształtuje swoją odrębność i tożsamość, dzięki czemu nieświadomie dąży do osiągnięcia w przyszłości pełnej autonomii. O pierwszych oznakach samodzielności mówimy wtedy, kiedy dziecko zaczyna chodzić. Moment ten przypada zazwyczaj w okolicach pierwszego roku życia i jest nazwany etapem lokomocyjnym w rozwoju samodzielności. W tym czasie dziecko zdobywa umiejętność samodzielnego pokonywania przestrzeni i dosięgania przedmiotów. Samodzielnie poznaje nowe otoczenie, eksploruje je, bez niczyjej pomocy może dotrzeć w inne miejsce. Kolejny etap rozwoju samodzielności to samodzielność elementarna (2-3 r.ż.). W tym okresie dziecko samodzielnie zaspokaja swoje podstawowe potrzeby, rozwija umiejętności samoobsługowe, sygnalizuje swoje stany emocjonalne. W codziennych sytuacjach staje się niezależne od dorosłych. Samodzielnie pije z kubka i je posiłki łyżką. Dwulatek chętnie pomaga rodzicom podczas domowych obowiązków – podczas tych aktywności poznaje nowe przedmioty, wszystkiego dotyka, ciągle zadaje pytania, czeka na pochwały. Dziecko w tym wieku powinno samodzielnie założyć bieliznę (majtki), skarpety i buty. Trzeci etap to tzw. samodzielność praktyczna (3-4 do 6-7 r.ż.). W tym czasie dziecko uczy się celowo podejmować działania tak, aby zrealizować swój zamierzony plan. Oznacza to, że potrafi już świadomie kierować swoją aktywnością, przygotowywać się do niej i przewidzieć jej końcowy efekt. W okresie od 7-8 do 11-12 r.ż. rozwija się samodzielność poznawcza. Dziecko w tym wieku powinno uczyć się z własnych doświadczeń oraz świadomie ponosić skutki własnych decyzji i działań. Kolejny etap to samodzielność refleksyjna i przypada ona na okres od 13-14 do 17-18 r.ż. Młody człowiek w tym czasie staje się zdolny do świadomej analizy swoich działań, przewidywania ich konsekwencji, brania pod uwagę różnych możliwych rozwiązań. Jest w stanie kierować swoimi emocjami. W tym czasie człowiek, dzięki refleksjom i przemyśleniom, określa własną tożsamość i konstruuje wstępną wizję swojego przyszłego życia. Ostatnim etapem rozwoju samodzielności jest samodzielność autonomiczna. Człowiek osiąga ją ok. 18-19 r.ż. Okres ten cechuje się świadomą realizacją wybranego przez siebie modelu życia, kierowaniem się ustanowionym przez siebie kodeksem norm i wartości. Człowiek autonomiczny potrafi wychodzić poza utarte schematy działania w sytuacjach codziennych i problemowych. Z etapów rozwoju samodzielności wynika, że składa się ona z trzech aspektów: samodzielności praktycznej, umysłowej i społecznej. Aspekt praktyczny łączy się z rozwojem motorycznym i oznacza głównie czynności samoobsługowe, takie jak: korzystanie z toalety, mycie się, ubieranie i rozbieranie, sprząatanie swoich rzeczy (ubrań, zabawek) oraz wykonywanie poleceń dorosłych. W dorosłości umiejętności te przeradzają się w dbanie o siebie oraz o swoje otoczenie. Aspekt umysłowy polega na umiejętności podejmowania wyborów oraz rozwiązywania problemów zarówno podczas nauki, jak i zabawy, samodzielnym zdobywaniu

doświadczeń, wyrażaniu swoich opinii, pokonywaniu przeszkód. Dzięki rozwojowi tych umiejętności człowiek przygotowuje się do pokonywania trudności życiowych, do rozwoju woli działania, podejmowania ważnych decyzji życiowych oraz budowania własnego kodeksu etycznego i hierarchii wartości. Samodzielność społeczna przejawia się w nawiązywaniu kontaktu z rówieśnikami i osobami dorosłymi. Wspólna zabawa dzieci może w przyszłości skutkować wysoko rozwiniętą umiejętnością pracy w zespole, umiejętnością rozwiązywania konfliktów, czy negocjacji. Osoby z wysoko rozwiniętymi umiejętnościami społecznymi w dorosłym życiu nie mają problemów z wypełnianiem przypisanych im ról społecznych.

Rady dla rodziców

Nauka samodzielności to złożony i długotrwały proces. Jego przebieg jest zależny od postaw osób dorosłych przebywających w otoczeniu dziecka. Dzięki konsekwentnemu stosowaniu kilku prostych zasad zarówno nauczyciele, jak i rodzice mogą sprawić, aby przebiegał on bardziej efektywnie.

1. Uzbrój się w cierpliwość.

Bardzo często w codziennym pośpiechu nie dajemy dzieciom możliwości rozwijania samodzielności. Dziecko potrzebuje znacznie więcej czasu na wykonanie niektórych czynności, niż osoby dorosłe. Jest to naturalne i powinniśmy dać mu go tyle, ile wymaga od niego dane zadanie. Nieważne, czy jest to założenie butów, czy zjedzenie kanapki. Naszym zadaniem jest taka organizacja czasu, aby dziecko mogło próbować swoich sił i poznawało swoje możliwości. W przeciwnym wypadku możemy zahamować podejmowanie samodzielnej aktywności dziecka i sprawić, że stanie się ono bierne.

2. Przenoś zdobyte umiejętności na nowe środowiska.

Kiedy dziecko odkrywa nowe umiejętności i możliwości angażuje się w ich wykonywanie całym sobą. Umiejętności już nabyte i utrwalone stają się dla niego nudne. Dlatego często zdarza się, że dziecko przestaje je prezentować. Ważne jest, aby urozmaicać dziecku ich wykonywanie i sprawiać, że będą one dla niego ciągle atrakcyjne. Jeżeli dziecko nauczyło się sprzątać własne zabawki, zmieńmy mu co jakiś czas pudełko, do którego je wrzuca. Dzięki takim działaniom dziecko nadal będzie czerpało radość z wykonywanej pracy, a dodatkowo zostanie za nią w naturalny sposób nagrodzone.

Ważna jest również spójność w wymaganiach stawianych dziecku. Dlatego tak istotna jest wymiana informacji między rodzicem, a nauczycielem. Przekazujemy sobie informacje o dziecku, np. że dziecko nauczyło się samodzielnie wyrzucać śmieci po własnej aktywności. To co dziecko pokazuje nam w domu, nie zawsze wykonuje poza nim i na odwrót.

3. Chwal dziecko za każdą podjętą samodzielnie aktywność.

Największą motywacją dziecka jest aprobatą osób dla niego znaczących: rodziców, czy ulubionej pani w przedszkolu. Jeżeli docenimy jego zaangażowanie, jest wysoce prawdopodobne, że powtórzy swoją aktywność. Doceniajmy nawet te mniej udane próby. Dzięki temu dziecko nie zniechęci się do podejmowania kolejnych. Zda sobie sprawę, że nie tylko efekt końcowy jest ważny, ale również wysiłek, który włożyło w jego osiągnięcie.

4. Pozwól dziecku podejmować decyzje.

Liczenie się ze zdaniem dziecka daje mu poczucie sprawczości i zwiększa jego pewność siebie. Nie warto kłócić się z dzieckiem o kolor spodni. Jeżeli chcemy uniknąć prób wymuszania i

manipulowania z jego strony wyprzedźmy jego zachcianki i dajmy mu wybór, który będziemy mogli zaakceptować. Zapytajmy, które spodnie chce dzisiaj założyć: niebieskie, czy żółte. Dziecko czuje się w takich sytuacjach traktowane poważnie.

5.Nie wyręczaj dziecka.

Często spieszymy się i bywamy zniecierpliwieni powolnością działań dziecka, dlatego wykonujemy pewne czynności za nie. Dziecko owszem uczy się naśladować dorosłych. Jednak lepszy przykład mamy mu sprząając kuchnię, niż jego pokój albo pokazując jak zapinąć guzik, a nie zapinając sweter za niego. Przy nauce nowych czynności dziecko będzie potrzebowało naszej pomocy, pozwólmy mu jednak wykonać chociaż część czynności samodzielnie.

6.Ustalcie wspólną strategię i konsekwentnie się jej trzymajcie.

Podczas ćwiczenia nowej umiejętności często wykorzystujemy wzmocnienia. Są one jednak skuteczne tylko wtedy, kiedy dziecko nie ma do nich dostępu w innej sytuacji. Jeżeli nauczyciel nagradza dziecko naklejką za posprzątanie zabawek, to dziecko nie powinno jej dostać w innych okolicznościach. W przeciwnym razie naklejka traci swoją „moc”. Kontakt między opiekunami, nauczycielami i innymi osobami przebywającymi z dzieckiem oraz ustalanie wspólnych celów i strategii ich osiągnięcia to podstawa skuteczności w nauce.

7.Daj dziecku poczucie bezpieczeństwa.

Dziecko, które odczuwa lęk ma obniżone zdolności poznawcze, a co za tym idzie umiejętność uczenia się. Lęk przed negatywną oceną może hamować dziecko w samodzielnym podejmowaniu aktywności. Dziecko, które czuje się bezpieczne – ma wsparcie osoby dorosłej, nie boi się porażek, a co najważniejsze nie boi i nie wstydzi się poprosić o pomoc.

8.Obserwuj dziecko i rozwijaj jego zainteresowania.

Dzieci próbują wykonywać różne czynności na swój własny sposób. Pozwólmy im na to. Nie zawsze nasz sposób jest najlepszy dla każdego. Zdobywając nowe doświadczenia dzieci uczą się i rozwijają znacznie szybciej. Podczas samodzielnego działania odkrywają swoje słabe i mocne strony, odkrywają nowe zainteresowania. Kiedy zauważymy, że dziecko jest czymś szczególnie zaintrygowane dajmy mu możliwość lepszego poznania danego tematu.

9.Okaz dziecku szacunek i wyrozumiałość.

Każdy człowiek, nie wykluczając dzieci, miewa gorsze dni. Nie ma ochoty lub zwyczajnie nie chce mu się podejmować aktywności. Jeżeli nie jest to sytuacja ciągła, dajmy mu do tego prawo. Szanujmy jego samopoczucie i emocje. Porozmawiajmy z nim i szukajmy przyczyny tego stanu. Możliwe, że zdarzyło się coś, czego nawet nie zauważyliśmy, a dla niego jest powodem do głębokiego smutku. Może się jednak okazać, że po prostu się nie wyspało albo ma zły humor bez powodu. Zaakceptujmy to i dajmy mu przestrzeń, aby mógł poczuć się lepiej.

10.Pamiętaj o potrzebach i możliwościach dziecka.

Dzieci rozwijają się w różnym tempie, mają inne zdolności i potrzeby. Pamiętajmy, aby każde z nich traktować indywidualnie. Coś co dla jednego z nich jest bardzo przyjemne, w innym może budzić niepokój. Zaspokojenie potrzeb dziecka jest niezbędne, aby rozwijało się ono we właściwy sposób. Zwracajmy również uwagę na proponowane dziecku aktywności. Nie mogą one być dla niego zbyt trudne. Jeżeli dziecko będzie osiągało same porażki, nie będzie zmotywowane do podejmowania kolejnych prób, a ich poczucie własnej wartości znacząco się obniży.

Każde samodzielnie wykonane zadanie i każda aktywność podjęta z własnej inicjatywy mają w rozwoju dziecka ogromne znaczenie. Niezależnie, czy dziecko rozwija się w normie, czy występują u niego zaburzenia, przebywając w jego otoczeniu powinniśmy go wspierać, pomagać mu odnaleźć własną drogę. Musimy pamiętać, że w przyszłości napotka wiele trudnych sytuacji, z którymi nieraz będzie musiało poradzić sobie samo. Poprzez podjęcie odpowiednich działań wychowawczych możemy sprawić, że sytuacje te nie będą dla niego aż tak trudnym wyzwaniem.

Katarzyna Dziubich

Źródło Internet