

# **„Samodzielność”**

**dr Elżbieta Jezierska-Wiejak**

W słowniku języka polskiego termin „samodzielność” odnosi się do człowieka, który jest „nieuzależniony od nikogo, niepotrzebujący niczyjej pomocy, nieulegający czyjemuś wpływowi, niepodlegający czyjejś władzy, niezależny, niezawisły, niepodległy”. Szukając wyrazów bliskoznacznych dla przysłówka „samodzielnie” możemy natknąć się na takie określenia jak: „o własnych siłach, własnymi siłami, na własną rękę, na swoje ryzyko, niezależnie, autonomicznie”.

Zdaniem Ireny Mudureckiej samodzielność jest to „kategoria nierozzerwalnie związana z aktywnością, niezależnością, inicjatywą, autonomią i samostanowieniem.” Autorka wyróżnia następujące kategorie samodzielności:

1. jako cel rozwoju, czyli inaczej mówiąc cecha osoby dojrzałej,
2. samodzielność będącą warunkiem prawidłowego rozwoju jednostki indywidualnej i twórczej,
3. samodzielność jako forma aktywności ludzkiej,
4. samodzielność jako potrzeba psychiczna jednostki,
5. samodzielność jako postawa życiowa.

K. Kuszak pisze o samodzielności będącej „dyspozycją dziecka do podejmowania wyzwań i działania zgodnie z własną wolą. Samodzielność wynika z potrzeby niezależnego zdobywania i gromadzenia doświadczeń, pokonywania przeszkód, sprawdzania swoich umiejętności w różnych sytuacjach. Jest wyrazem dążenia do poznania granic osobistych możliwości. Wiąże się z gotowością do podjęcia kolejnych prób działania w celu realizacji zamierzenia, a także z umiejętnością poniesienia konsekwencji własnych wyborów i decyzji”. Rozumienie to, choć bardzo czytelne i odnoszące się do wielu aspektów rozwojowych, wskazuje na właściwość przynależną jedynie dziecku. Rozwojowy charakter nabywania tej dyspozycji podkreślił w swojej definicji W. Szewczuk. Dla którego jest to „proces stopniowego osiągnięcia przez jednostkę kontroli nad czynnikami determinującymi działanie dzięki ukształtowaniu się umiejętności ich wzajemnego przeciwstawiania, równoważenia oraz zastępowania, a także kompensacji jednych czynników innymi”. Tak rozumiany rozwój samodzielności jest rozłożony w czasie i obejmuje swoim zasięgiem nie tylko etap dzieciństwa.

## Obszary samodzielności człowieka

Analizując kolejne etapy życia człowieka można dostrzec rozwój obszarów samodzielności. I tak od wieku niemowlęcego do dorosłości wyróżnia się następujące jej obszary:

- samodzielność w sferze sprawności motorycznej (pozwalająca jednostce na niezależność i swobodę w poruszaniu się oraz dosięganiu, chwytaniu i manipulowaniu przedmiotami),
- samodzielność w zakresie czynności samoobsługowych (jej osiągnięcie daje jednostce możliwość bycia niezależną podczas spożywania posiłków, ubierania i rozbierania się, czynności higienicznych i toaletowych oraz innych tego rodzaju elementarnych czynności potrzebnych w życiu codziennym),
- samodzielność w posługiwaniu się różnego rodzaju narzędziami, przyborami (ten obszar wymaga od jednostki dostatecznie rozwiniętej sfery motorycznej, precyzyjnych i dokładnych ruchów rąk oraz odpowiedniej bazy doświadczeń, jaka potrzebna jest w posługiwaniu się danym narzędziem zgodnie z jego przeznaczeniem),
- samodzielność działań (dotyczy złożonych czynności uwzględniających samodzielny i odpowiedzialny wybór celu oraz dostosowania metod i środków do jego realizacji, co odbywać się może dzięki opanowaniu w potrzebnym stopniu sprawności motorycznych oraz tych związanych z użytkowaniem narzędzi),
- samodzielność praktyczna (to jedna z najogólniejszych płaszczyzn samodzielności. Swym zasięgiem obejmuje przede wszystkim sprawności motoryczne, czynności samoobsługowe oraz dotyczące posługiwania się narzędziami. Prócz nich uwzględnia także: czynności użyteczne dla innych, czynności konstrukcyjne i te związane z aktywnością plastyczną. Podkreślany jest tutaj czynnik motywacyjny, jako istotny, niezbędny do rozwijania tego typu samodzielności),
- samodzielność myślenia (jako kategoria niezbędnie potrzebna do odnajdywania i rozwiązywania problemów, a także selekcjonowania informacji i wzbogacania wiedzy),
- samodzielność mowy (osiągana w celu werbalizowania myśli, decyzji czy problemów),
- samodzielność w kontaktach społecznych (to umiejętność nawiązywania i podtrzymywania kontaktów społecznych, wyboru grup i sposobów komunikowania, a także umiejętność wyrażania swojej indywidualności, swojego zdania oraz zdolność do zachowań asertywnych),
- samodzielność moralna (dotyczy postępowania w zgodzie z przyjętymi wartościami, normami),

- samodzielność emocjonalna (zdolność do panowania nad własnymi reakcjami emocjonalnymi i wyrażania ich w powszechnie akceptowany sposób),
- samodzielność poznawcza (łącząca części samodzielności myślenia oraz działań, a także samodzielność w zakresie rozwiązywania problemów i uczenia się. Polega na łączeniu zdobytej wiedzy z już posiadaną, refleksji nad doświadczeniami, umiejętności selekcjonowania napływających informacji i korzystania z posiadanej wiedzy)
- samodzielność psychologiczna (najogólniejsza kategoria, charakteryzuje jednostkę, która jest samodzielna we wszystkich wyżej wymienionych obszarach).

Powyższe zestawienie płaszczyzn ludzkiej samodzielności nie wyczerpuje wszystkich pojawiających się w literaturze odniesień. Wskazuje jednak na wielość różnych jego kategorii i ukazuje wielowarstwowy ich charakter.

### **Etapy rozwoju samodzielności**

Kolejne okresy życia człowieka niosą mu możliwość stopniowego rezygnowania z pomocy otoczenia. Dzięki nowopoznanym i opanowanym umiejętnościom obszary jego zależności zewnętrznej mogą stale się zawężać. Mając na uwadze rozwojowy charakter dążenia do samodzielności i wielość płaszczyzn, których może ona dotyczyć wyodrębniono umowne etapy jej rozwoju, a są to:

1. samodzielność lokomocyjna (1 rok życia) - samodzielne pokonywanie przestrzeni, dosięganie przedmiotów, a przez to badanie i poznawanie świata;
2. samodzielność elementarna (2-3 rok życia) - pierwsze osiągnięcia na polu samoobsługi, kontaktów ze środowiskiem, odkrywania i sygnalizowania własnych potrzeb, stanów i działań zgodnie z własną wolą, czyli elementarna niezależność od osób najbliższych w zaspakajaniu swoich podstawowych potrzeb;
3. samodzielność praktyczna (od 3-4 do 6-7 rok życia) - świadome kierowanie własną aktywnością uwzględniające zdolność do samodzielnego planowania działań i celowego wpływu na ich efekty, a także większa samodzielność w zakresie samoobsługi i interakcji z otoczeniem;
4. samodzielność poznawcza (od 7-8 do 11-12 rok życia) - umiejętność czerpania z dotychczasowych doświadczeń, świadomość i celowość działania ze zgodą na konsekwencje podejmowanych decyzji; czynnik intelektualny dominuje sferę aktywności własnej jednostki;

5. samodzielność refleksyjna (od 13-14 do 17-18 rok życia) - zdolność świadomej analizy własnych działań, przewidywania skutków i rozważania wielu możliwości rozwiązań, a także pierwsze wyobrażenia przyszłego życia, kontrola i refleksja nad emocjami w drodze do tworzenia własnej tożsamości;
6. samodzielność autonomiczna (od 18- 19 roku życia) - postępowanie zgodnie z przyjętymi przez siebie zasadami i wartościami, autonomia w kontaktach z otoczeniem, a więc realizowanie własnego, indywidualnego pomysłu na życie.

Każdy z wyżej wymienionych etapów ukazuje zbiór osiągnięć, sukcesów na drodze do pełnej autonomii. Zmiany te mają zarówno charakter ilościowy, wskazujący na osiąganie coraz to nowych płaszczyzn samodzielności, jak i jakościowy, podkreślający dążenie do precyzji w opanowanych już wcześniej w jakimś stopniu umiejętnościach. I tak umiejętności nabyte przez dziecko w interesującym nas wieku, zgodnie z zaproponowanym podziałem, umożliwiają mu powodzenie w nabywaniu kolejnych kompetencji i doskonaleniu tych już posiadanych w następnych latach życia. Podkreślić także należy w tym miejscu wielość i złożoność czynników mających wpływ na kształtowanie samodzielności. Tworzą one mianowicie tzw. indywidualny kontekst rozwoju jednostki, mogący wspomóc lub utrudnić proces nabywania autonomii. Samodzielność kształtowana jest bowiem pod wpływem czynników tkwiących w jednostce, a także dzięki oddziaływaniom zewnętrznym otoczenia. Na każdym etapie rozwoju niezależności dochodzi do konfliktu pomiędzy możliwościami i gotowością jednostki do podejmowania określonych zadań, a tym czego wobec niej oczekuje środowisko. Każdorazowe rozwiązanie takiego konfliktu umożliwia jej osiąganie kolejnych poziomów na drodze do pełnej autonomii.

### **Mechanizmy rozwoju samodzielności**

Dziecko rodzi się, rośnie i dojrzewa w określonym środowisku społecznym. W wyniku obserwacji osób z najbliższego otoczenia, prób ich naśladowania, a także spełniania ich wymagań i oczekiwań jednostka staje się coraz bardziej niezależna. Sposoby tego typu oddziaływań, a także aktywność własną jednostki w tym zakresie literatura przedmiotu określa mianem mechanizmów związanych z kształtowaniem samodzielności. Wśród nich wyróżniono następujące:

- mechanizm związany z naciskiem społecznym,
- mechanizm uczenia się samodzielności poprzez pełnienie ról społecznych,
- mechanizm modelowania zachowań,
- mechanizm wsparcia społecznego,
- mechanizm etykietowania,

- mechanizm związany z gromadzeniem doświadczeń w toku własnej aktywności.

Mechanizm związany z naciskiem społecznym sugeruje, że otoczenie, na każdym z etapów rozwoju samodzielności, formułuje wobec jednostki określone oczekiwania dotyczące postaw i zachowań, które powinna przejawiać osoba samodzielna w danym wieku. To tzw. normy społeczne. Podołaniu wymogom otoczenia i opanowaniu społecznie pożądanym zachowań sprzyja samodzielne otoczenie. Wśród osób niezależnych szybciej stajemy się samodzielnymi. Również wtedy, kiedy możemy obserwować negatywne konsekwencje braku czyjejś samodzielności w pewnym obszarze sami, chcąc uniknąć podobnej dezaprobaty środowiska, dążymy do osiągnięcia sprawności w tym zakresie. Także komunikaty werbalne dotyczące norm wysyłane przez otoczenie, są nam bardzo pomocne. Instrukcja słowna ukierunkowuje nasze działania, bieżące informowanie porządkuje wiedzę, pochwała natomiast utrwala umiejętności i mobilizuje do podejmowania dalszych starań. Dodatkową mobilizacją może być dla nas osoba wytyczająca nam kolejne zadania. Jeśli będzie ona dla nas autorytetem, z szacunku i lęku przed wstydem, szybciej opanujemy samodzielne zachowania. Trudności nie do pokonania przynoszą natomiast sytuacje, w których środowisko wyznacza jednostce wymagania niedostosowane do jej indywidualnych możliwości rozwojowych. Polecenia takie są ignorowane, bo ich wykonanie jest dla jednostki jeszcze niedostępne.

Drugi mechanizm uczenia się samodzielności związany jest z pełnieniem ról społecznych, które stanowią „ogół oczekiwań, zachowań i postaw odnoszących się do kompetencji osoby zajmującej określoną pozycję w strukturze społecznej”. Podczas kontaktów z otoczeniem uczymy się takich stereotypów zachowań, jakimi powinna odznaczać się osoba pełniąca daną funkcję społeczną lub funkcjonująca w określonej sytuacji. Najważniejsze i pierwsze role społeczne trenujemy w domu rodzinnym. Poprzez wypełnianie określonych obowiązków, wyznaczanych nam przez dorosłych, stajemy się odpowiedzialni za powierzane nam zadania, a także stopniowo niezależni od pomocy z zewnątrz. Zakres i rodzaj obowiązków oraz, co za tym idzie, przywilejów jest tak dobierany przez otoczenie, by odpowiadał naszej roli związanej z płcią. Prócz obowiązków, także zabawa i role, w jakie wcielać możemy się podczas niej przygotowuje nas do samodzielności w kolejnych obszarach działań. By rola społeczna pełniona była prawidłowo potrzebne jest jej uwewnętrznienie. Będzie ono możliwe, jeśli realizacja wyznaczonych zadań gwarantować nam będzie uznanie społeczne lub wiązać się będzie z określonym dla nas przywilejem czy nagrodą.

Mechanizm modelowania zachowań daje jednostce możliwość uczenia się ich poprzez obserwację i zapamiętywanie ich cech charakterystycznych podczas

naturalnego działania modelu w podpatrywanych sytuacjach, również tych, w których przejawia swą samodzielność. Jeśli za wykonane zadanie obserwowany przez nas model zostanie uznany lub w jakiś inny sposób nagrodzony będziemy dążyć do osiągnięcia podobnego sukcesu. Zapragniemy być do niego podobni i działać w podobny sposób. Jeśli nasze otoczenie przychylnie zareaguje na nasze starania będzie to dla nas sygnał, zachęcający do podjęcia jeszcze większego wysiłku. Bardziej lub mniej wierne odtwarzanie przez nas spostrzeżeń może być uzależnione m. in. od: czasu, jaki upłynął od obserwacji, szczegółów na które zwróciliśmy uwagę, wpływu wcześniej monitorowanych i zinterioryzowanych zachowań, a także naszych możliwości motorycznych.

Kolejnym, niezwykle istotnym mechanizmem w zakresie kształtowania nowych umiejętności jest mechanizm wsparcia społecznego. Bez „asysty” bliskich, otuchy i zachęty otoczenia w sytuacjach trudnych, nieraz przełomowych czujemy się niepewnie. A przecież potrzebujemy zewnętrznej motywacji, dzięki której rośnie w nas siła i wiara we własne możliwości, a także mobilizacja do podejmowania dalszych wysiłków i znoszenia najgorszych trudów. W zakresie dążenia do samodzielności możemy wesprzeć drugą osobę emocjonalnie, informacyjnie i instrumentalnie. Wsparcie emocjonalne to zachowanie innych dodające otuchy, dostarczające pocieszenia i dające wiarę w możliwość pokonania trudności. Informacyjne zaś dostarcza informacji ułatwiających rozwiązanie danego problemu lub niezbędnych do ukończenia określonego zadania.. Z kolei wsparcie instrumentalne dyktuje konkretne wskazówki, instruuje i pokazuje krok po kroku jak osiągnąć cel. Każde działanie wspierające wysiłki jednostki powinno być dobrze przemyślane i wystosowane w odpowiednim czasie. Trzeba pamiętać, że tak rozumiana pomoc ma pozwolić danej osobie samodzielnie rozwiązać swój problem, a przede wszystkim zmobilizować ją do dalszych starań. Zbyt częsta ingerencja otoczenia, nawet w postaci wsparcia, może być odebrana przez jednostkę jako nadmierna kontrola. Prowadzić także może do uzależnienia się jednostki od wsparcia zewnętrznego.

Mechanizm etykietowania, inaczej typizacji, to „etykiety” otoczenia wydawane jednostce na bazie obserwacji jej zachowań. Spostrzeżenia obserwatorów i ich opinie na temat radzenia sobie jednostki podczas określonych zadań, przypisują jej pewne cechy (np. samodzielny, bądź niezaradny). Na podstawie wystawionej oceny otoczenie formułuje wobec jednostki nowe zadania w podobnych do tych obserwowanych wcześniej sytuacjach i oczekuje, że jednostka będzie zachowywała się w określony „etykieta” sposób. Następuje więc jej przystosowanie do stawianych przed nią wymagań. Pozytywna etykieta sprzyja rozwijaniu pożądanym zachowań i gromadzeniu doświadczeń określonego typu działania (tu: samodzielnego).

„Naznaczenie” określoną cechą nie zwalnia jednak obserwatorów od prowadzenia dalszej, bieżącej obserwacji starań i zaangażowania jednostki. Pozytywne reakcje, bo zgodne z „etykietą”, a pozbawione refleksji mogą hamować podejmowaną przez jednostkę aktywność w analogiczny do negatywnych ocen sposób.

Ostatni mechanizm związany jest z gromadzeniem doświadczeń w toku własnej aktywności jednostki. Rozwój niezależnych od otoczenia zachowań nie nastąpi bez samodzielnych prób działania jednostki. Środowisko musi zapewnić jej możliwość trenowania przyswojonych wzorów zachowań w różnych sytuacjach. Tylko w czasie twórczych, aktywnych i samodzielnych działań jednostka może poczuć się sprawcą, przeżyć i zapamiętać ich strukturę, czyli inaczej gromadzić własne doświadczenia. Podejmując kolejne próby działa ona coraz sprawniej i celniej. Jest wytrwała i zdolna do modyfikacji zachowań. Własna aktywność jednostki, a przez to poszerzenie zasobu osobistych doświadczeń, jest warunkiem skutecznego kształtowania samodzielności w każdym z wyżej wymienionych mechanizmów. Gromadzone wzorce, spostrzeżenia i informacje bez możliwości ich „wypróbowania”- praktycznego zastosowania, nie pozwolą jednostce osiągnąć właściwej samodzielności.

### **Trzylatek w przedszkolu**

Przedszkola, jako instytucje wychowania zbiorowego, stawiają przed dziećmi rozpoczynającymi edukację przedszkolną pewne wymagania określające poziom możliwości i umiejętności dziecka niezbędnych do jego prawidłowego funkcjonowania w tego typu placówkach. Sprostanie przez dziecko owym wymaganiom będzie możliwe, jeśli osiągnie ono „taki stopień rozwoju emocjonalno- społecznego, fizycznego i umysłowego, jaki pozwoli mu na pozostawanie w ciągu kilku godzin dziennie pod opieką personelu przedszkola i współuczestniczenie w organizowanych tam zajęciach”. Tak określone osiągnięcia rozwojowe dziecka w literaturze przedmiotu noszą nazwę dojrzałości przedszkolnej.

Dojrzały trzylatek przychodzący do przedszkola w zakresie rozwoju emocjonalno-społecznego powinien być dzieckiem w pewnym stopniu zaradnym, posiadającym elementarne umiejętności komunikacyjne i potrafiącym sprawnie poruszać się w nowym otoczeniu. Dziecko takie odznacza się także pewnym poziomem równowagi uczuciowej i umiejętności dostosowania swojego zachowania do sytuacji, w której się znajduje. Jest dzielne, wytrwałe, podatne na opinię dorosłych. Pozytywne nastawienie do przedszkola i obowiązków związanych z rolą przedszkolaka świadczą natomiast o jego dojrzałości umysłowej. Znamienna dla trzylatka powinna być także

swoista ciekawość co do otaczającego go świata. Dziecko chętnie formułuje wtedy swoje myśli i wątpliwości, zadaje pytania, przysłuchuje się rozmowom dorosłych, obserwuje zachowania innych i zmiany w przyrodzie. Dojrzałość do przedszkola, prócz osiągnięć w zakresie rozwoju mowy, uwagi, myślenia i wyobraźni, wiąże się ściśle z odpowiednim poziomem rozwoju fizycznego dziecka. Ten zaś uwarunkowany jest zdrowiem i ogólną sprawnością organizmu jednostki. Trzylatek dojrzały fizycznie posiada pewien zasób sił i odporności na zmęczenie, a także odpowiedni poziom równowagi nerwowej. Dziecko powinno również potrafić sprawnie i bezpiecznie przemieszczać się w otoczeniu przedszkolnym, a także zręcznie poruszać rękoma, by efektywnie manipulować przedmiotami i posługiwać się narzędziami.

Prócz wymienionych sfer rozwojowych dziecka bardzo ważnym elementem dojrzałości przedszkolnej jest prezentowany przez nie zakres i poziom posiadanych umiejętności samoobsługowych. Przedszkola stosują jednolite kryteria wymagań w tym zakresie, a są to:

- samodzielne jedzenie łyżką,
- mycie rąk,
- czynności higieniczne przy załatwianiu potrzeb fizjologicznych,
- zdejmowanie i nakładanie podstawowych części garderoby (np. nakładanie kapci),
- rozpoznawanie swoich rzeczy wśród innych,
- wycieranie nosa,
- w miarę rytmiczne chodzenie po schodach przy poręczy,
- znajomość swojego imienia i nazwiska.

Wszystkie wyżej wymienione wymagania wynikające z kryteriów dojrzałości przedszkolnej odpowiadają prawidłowościom i normom rozwojowym dziecka w interesującym nas wieku. Zakres i poziom prezentowanych przez trzylatki wstępujące do przedszkola umiejętności w tym zakresie jest jednak bardzo zróżnicowany. Zależy bowiem prócz wrodzonych zalet anatomiczno-fizycznych dziecka, od podejmowanej przez niego aktywności oraz, co za tym idzie, zasobu jego doświadczeń, a także szeroko rozumianych warunków środowiskowych, w których wychowuje się dziecko. Stopień rozwoju malucha nie zawsze musi więc odpowiadać jego wiekowi chronologicznemu.

Dyrekcje placówek wychodzą coraz częściej naprzeciw oczekiwaniom zagubionych rodziców dla których decyzja o wysłaniu własnego dziecka do przedszkola wiąże się z ogromem wątpliwości i obaw. Dlatego też w wielu przypadkach w statutach przedszkoli pojawiają się dodatkowe, dotyczące dojrzałości przedszkolnej, warunki rekrutacji. Poza tym coraz częściej na stronach internetowych oraz broszurach informacyjnych placówek pojawiają się



testy na przedszkolaka, jako w moim odczuciu bardziej dostępna dla opiekunów forma oczekiwań przedszkoli. Poniżej przykład takiego testu.

### **TEST NA PRZEDSZKOLAKA**

Im bardziej samodzielne jest dziecko tym większa szansa, że w przedszkolu mu się spodoba łatwiej się w nim zaaklimatyzuje. Odpowiedz na pytania, a dowiesz się, czy to właściwy czas.

1. Potrafi samodzielnie jeść i pić z kubeczka.
2. Zgłasza swoje potrzeby fizjologiczne.
3. Umie się samodzielnie (lub z niewielką pomocą) ubrać, założyć buty, kurtkę, bluzeczkę.
4. Mówi na tyle dużo i wyraźnie, aby porozumieć się z innymi osobami.
5. Potrafi wyrazić swoje potrzeby, poprosić, zapytać o coś.
6. Jest w stanie samodzielnie umyć ręczki, buzię.
7. Umie powiedzieć, że jest głodne, najedzone, że nie smakuje mu danie.
8. Potrafi "przetrwać" bez ciebie kilka godzin.
9. Bawi się i współpracuje z innymi dziećmi.
10. Jest na tyle śmiały, by bez problemu odezwać się do nieznanym osobie, np. do innego dziecka.

### **PUNKTACJA**

Za każdą odpowiedź TAK policz 1, a za NIE - 0 punktów.

- **8- 10 punktów**

Gratulacje! Wygląda na to, że twój kandydat na przedszkolaka jest super samodzielny. Są duże szanse, że pobyt w przedszkolu okaże się dla niego wielką frajdą.

- **5- 7 punktów**

Twoja pociecha jest gotowa na pójście do przedszkola, ale nad pewnymi sprawami musicie jeszcze popracować. Jeśli w czasie najbliższych miesięcy poświęcicie trochę czasu na "wyglądanie" tych niedociągnięć, przedszkole może stać się dla dziecka wspaniałą przygodą.

- **4 i mniej punktów**

Jeszcze raz przemyślcie swoją decyzję, bo pobyt w przedszkolu może być dla twojego dziecka trudnym przeżyciem. Poradź się nauczycielki w przedszkolu lub psychologa dziecięcego. Jeśli bardzo chcesz (lub musisz) posłać dziecko do przedszkola we wrześniu, trzeba "popracować" nad samodzielnością malca, by ta wielka zmiana nie była dla niego zbyt dużym stresem. Nie poddawaj się - macie jeszcze na to kilka miesięcy!

Jak widać wymagania wynikające z dojrzałości przedszkolnej dotyczą w dużym stopniu samodzielności kandydatów na przedszkolaków. Dzieci, które dotychczas wyręczane były we wszystkim w nowym środowisku mogą być narażone na bezradność i zagubienie. Wsparcie dorosłych może złagodzić nie tylko proces adaptacji dziecka do przedszkola, może także pomóc w uniknięciu trudności wynikających z negatywnych doświadczeń malucha w dalszych latach życia.

### **Rola rodziców i nauczycieli w kształtowaniu samodzielności dziecka**

Pierwszym środowiskiem prawdziwie usamodzielniającym jest dom rodzinny dziecka. Od rodzicielskich postaw i reakcji na pierwsze przejawy niezależności ich maluchów zależy najwięcej. Pozostawienie dzieciom pełnej swobody lub przeciwnie nadmierna nad ich funkcjonowaniem kontrola niosą ze sobą wiele niebezpieczeństw. Od poczucia zagubienia, przez brak wiary we własne możliwości, bezsilność, aż do zupełnej bierności malucha. Tymczasem potrzebna jest tutaj przede wszystkim relacja oparta na wzajemności. By wspierać narastającą u trzylatka potrzebę niezależności rodzice powinni więc po pierwsze uszanować jego autonomię. Ważne zdaje się być tutaj przede wszystkim podmiotowe traktowanie własnego dziecka o którym świadczą między innymi:

- otwartość na jego potrzeby i pomysły,
- dawanie dziecku prawa do wyrażania własnego zdania i podejmowania decyzji,
- szacunek wobec jego własności i prywatności,
- przyzwolenie na podejmowanie przez niego licznych prób,
- brak nadmiernej ochrony przed porażkami, błędami,
- rzetelne odpowiadanie na wątpliwości i pytania dziecka,
- poważne traktowanie jego problemów,
- pozwalanie dziecku na niezależne działanie.

Szacunek środowiska rodzinnego wobec odrębności ich dziecka niesie ze sobą wiele korzyści mogących mieć wpływ na jego dalszy rozwój. Choć dziecko nie potrafi jeszcze decydować o sobie w każdym obszarze własnego funkcjonowania, dawanie mu okazji do podejmowania wyborów dotyczących jego samego lub współuczestniczenia w decyzjach rodzinnych, jak na przykład takich dotyczących formy zabawy, koloru bluzeczki czy drogi podczas spaceru, rozwijają u malca poczucie niezależności i wpływu na to, co dzieje się wokół niego.

W postępowaniu rodziców nastawionym na rozwijanie samodzielności własnego dziecka prócz uznania jego odrębności, ważne jest także zachęcanie go do wykonywania codziennych czynności, z jakimi potrafi radzić sobie już samo i stwarzanie mu warunków do eksperymentowania w niepoznanych jeszcze przez niego sferach życia. Rozwijające się u dziecka pragnienie kontrolowania coraz to nowych obszarów własnego funkcjonowania wymaga od jego rodziców czujności i rozwagi. Rolą opiekunów jest wtedy przede wszystkim cierpliwe towarzyszenie swoim pociechom w codziennych zmaganiach oraz zapewnianie im bezpieczeństwa i poczucia bezwzględnej akceptacji. Zamiast nadmiernej ochrony, wyręczania i usuwania każdej przeszkody stojącej na drodze do sukcesu dziecka rodzice powinni wykorzystywać nadarzające się okazje by uczyć maluchy sposobów radzenia sobie z trudnościami oraz systematycznie utrzymywać z nimi wzory zachowań społecznie akceptowanych. Warto więc by rodzice rezygnując z pośpiechu oraz przekonania „ja zrobię to lepiej” pomyśleli o korzyściach płynących z oddania inicjatywy swoim podopiecznym. Uzależniając dziecko od swojej pomocy uniemożliwiają mu gromadzenie doświadczeń niezbędnych dla jego rozwoju.

Przedszkole to kolejne środowisko mające duży wpływ na rozwój samodzielności dziecka trzyletniego. Nauczyciel odwołując się do głównych celów swoich oddziaływań określonych w podstawie programowej dba o wspieranie zaradności dziecka we wszystkich dostępnych mu obszarach funkcjonowania. Dlatego też organizuje sytuacje, w których maluchy nie tylko uczą się czynności samoobsługowych, ale także samodzielnie myślą, komunikują się z otoczeniem, rozwiązują problemy, podejmują decyzje i same dokonują ocen. Planując pracę z grupą musi mieć na uwadze możliwości rozwojowe każdego dziecka. Dobierając ćwiczenia musi brać pod uwagę umiejętności i preferencje dzieci. Wcześniejsze doświadczenia maluchów w samodzielnym podejmowaniu działań nie tylko ułatwiają im funkcjonowanie w środowisku przedszkolnym, ale także usprawniają pracę nauczyciela. Bowiem każde działanie w przedszkolu wykonywane lub powtarzane jest tak długo aż uporają się z nim wszystkie dzieci. Wśród nawyków wartych kształtowania u maluchów od najmłodszych lat wymieniana się następująco:

- pomaganie innym,

- nawyk dbałości o to, aby rzeczy były na swoim miejscu,
- nawyk poszanowania czyjegoś wysiłku,
- nawyk właściwego zachowania się przy stole i kształtowanie dobrych manier przy jedzeniu,
- nawyk bezkonfliktowego układania się do snu,
- nawyk radosnego budzenia się,
- nawyk właściwego zachowania się w ubikacji,
- nawyk samodzielnego rozbierania i ubierania się.

Jak łatwo się domyślić kształtowanie wyżej wymienionych czynności tak, by przeszły one w nawyk, to proces długotrwały, przynoszący wiele trudności zarówno dzieciom, jak i dorosłym. Dla maluchów najważniejsza jest wówczas motywacja zewnętrzna. Pozytywne wzmocnienia znaczących dorosłych skutecznie nakłaniają je do podejmowania kolejnych prób i dalszych wysiłków. Podziw, zainteresowanie i radość opiekunów daje dzieciom siłę i wiarę we własne możliwości. Stąd też dorośli pamiętać powinni o trzech zasadach, które bez wątpienia pomogą im w kształtowaniu samodzielności dziecka:

1. zadowolenie z każdego przejawu samodzielności dziecka,
2. cierpliwość,
3. systematyczność i konsekwencja.

Człowiek ucząc się nowych umiejętności na początku bywa nieostrożny i niezdarny. Czasem dziecku zdarzy się coś popsuć. Innym razem wykonanie nowopoznanej czynności zajmuje mu naszym zdaniem zbyt wiele czasu. Dorośli muszą uzbroić się w cierpliwość i zachować rozsądek. Nawyków bowiem nie da się załatwić krzykiem. Czasem niezbędny będzie ponowny pokaz, powtórna wypowiedź i zachęta. Jednak to czy starania rodziców i nauczycieli będą trwałe i przyniosą oczekiwane rezultaty zależy przede wszystkim od dobrej współpracy między nimi. Nauczyciel może w tym celu podejmować szereg działań rozwijających partnerstwo przedszkola z opiekunami dzieci. Wśród najbardziej popularnych form kontaktu nauczyciela z rodzicami wyróżniamy m.in.: spotkania adaptacyjne dla dzieci i rodziców „świeżo upieczonych” przedszkolaków, rozmowy indywidualne, zajęcia otwarte, Skrzynia Pytań, uroczystości grupowe i przedszkolne, spotkania merytoryczno-szkoleniowe, współudział rodziców w organizowaniu różnego rodzaju wycieczek i imprez, kontakty telefoniczne i korespondencyjne. Charakter każdego z tych spotkań jest jednak dobrowolny. Zadaniem nauczyciela jest więc organizowanie ich w taki sposób by były one atrakcyjne dla rodziców. Musi więc otworzyć się na ich sugestie i potrzeby. Współpraca rodziców i nauczycieli będzie prawdziwie efektywna jeśli obie strony interakcji świadome będą celów i korzyści podejmowanych wysiłków. Niezbędne jest określenie priorytetów, zgodnych zasad, metod i form pracy

z dzieckiem zarówno w domu, jak i przedszkolu, co da wszystkim stronom interakcji pewność o słuszności podejmowanych działań i poczucie bezpieczeństwa.

Poniżej zamieszczam listę zasad postępowania dorosłych w relacjach z dziećmi jeśli zależy nam na kształtowaniu ich samodzielności:

- pozwólmy dziecku na samodzielne wybory,
- doceniajmy dziecięcy wysiłek i trud,
- pamiętajmy o tym, że dziecko wiele czynności wykonuje po raz pierwszy,
- nie porównujmy dziecka ze sobą,
- wspierajmy je,
- pokazujmy możliwe rozwiązania,
- ćwiczmy razem z dzieckiem cierpliwość,
- nie oceniamy za dziecko, jak trudne jest zadanie, które na nie czeka,
- słuchajmy z zainteresowaniem o wszystkim, co chce nam powiedzieć,
- bądźmy w cieniu, czuwajmy,
- dajmy sobie pomoc,
- zachęcajmy dziecko do myślenia,
- wspólnie rozwiązujmy jego problemy,
- chwalmy jego pomysły,
- nie krytykujmy,
- wspierajmy jego odwagę i komunikatywność,
- negocjujmy z dziećmi, przekonujmy się wzajemnie do swoich racji,
- pod żadnym pretekstem nie wyręczajmy,
- nie pouczajmy,
- dyskretnie radźmy,
- asekurujmy,
- dajmy dziecku czas,
- nie ponaglajmy go,
- chwalmy i nagradzajmy,
- nie oszukujmy go ,
- nie dążmy do realizacji swoich marzeń kosztem dziecka,
- nie uzależniamy dziecka od siebie,
- pamiętajmy najlepszą formą nauki jest zabawa,
- nie wymagajmy od malucha zbyt wiele,
- pozwólmy dziecku na gromadzenie doświadczeń.

Podsumowując chciałabym przytoczyć cytaty Agaty Wawer wg której „nauka samodzielności jest jazda na rowerze - gdy nadejdzie czas, trzeba puścić kijek. Jeśli zrobimy to w odpowiednim momencie, jeśli pozwolimy dziecku na samodzielną jazdę, otworzymy przed nim szeroką i prostą drogę w dorosłość.”

Myśl ta podkreśla konieczność uwzględniania w naszym postępowaniu wobec dziecka perspektywę szerszą, aniżeli tę dotyczącą jedynie jutra.

### **Literatura:**

1. Sobol E. (oprac.), Podręczny słownik języka polskiego.
2. Skorupka S. (red.), Słownik wyrazów bliskoznacznych, s. 192.
3. Mudrecka I., Hasło : samodzielność dziecka, w: Encyklopedia pedagogiczna XXIw. (red.), Pilch T.
4. Tamże, s. 597.
5. Kuszak K., Samodzielność, ale jaka..., Wychowanie w przedszkolu 2006 nr 2, s. 9.
6. Szewczuk W. (red.), Słownik psychologiczny,
7. Okoń W., Nowy słownik pedagogiczny, ; Pilch T. (red.), Encyklopedia pedagogiczna XXIw., Kuszak K., Dziecko samodzielne w szkole. Empiryczne studium szkolnych losów dzieci o różnym poziomie samodzielności.
8. Kuszak K., Dziecko samodzielne w szkole. Empiryczne studium szkolnych losów dzieci o różnym poziomie samodzielności, s 32-37.
9. Tamże, s.38-41.
10. Kupisiewicz Cz., Kupisiewicz M., Słownik pedagogiczny, s.156.
11. Tamże, s. 41- 50.
12. Klim- Klimaszewska A., Adaptacja dziecka do środowiska przedszkolnego, s. 27.
13. Tamże, s. 27-28.
14. Lubowiecka J., Trudności dziecka w przystosowaniu się do przedszkola, „Wychowanie w przedszkolu” 2001 nr 6, s. 326.
15. Góral R., Dojrzałość przedszkolna, „Bliżej przedszkola” 2009 nr 6, s. 34-35.
16. Źródło: <http://www.przedszkole125.wroclaw.pl/test.html>
17. Appelt K., Wiek poniemowlęcy. Jak rozpoznawać potencjał dziecka?, w: Brzezińska I. A. (red.), Psychologiczne portrety człowieka. Praktyczna psychologia rozwojowa, s. 116-123.
18. Wawer A., Gdy nadejdzie czas - czyli o samodzielności, Bliżej przedszkola, 2011 nr 4, s. 34- 35.
19. Por. [http://www.babyboom.pl/dzieci\\_1\\_2/wychowanie/uczymy\\_dziecko\\_samodzielności.html](http://www.babyboom.pl/dzieci_1_2/wychowanie/uczymy_dziecko_samodzielności.html)

20. Wawer A., Gdy nadejdzie czas- czyli o samodzielności, Bliżej przedszkola, 2011 nr 4, s . 35.