

PUSTI, SAM BOM!

»Kdaj bo moj otrok brez pleničk? Kdaj bo začel SAM jesti? Kdaj si bo SAM umil roke? Kdaj bo SAM obul škorenjčke? ...« Ta vprašanja in še mnoga druga, se pojavljajo v glavah vsakega starša. Vsakemu izmed vas je eden izmed ciljev vzgoje tudi ta, da otroka naučite samostojnosti, da se bo v svetu znašel brez vas in se znal soočiti s preprekami, ki mu jih bo prineslo življenje. Kdaj pa bo otrok postal samostojen, je odvisno od številnih dejavnikov, tako npr. od življenjskega sloga družine, kot tudi otrokovih osebnostnih lastnosti.

KDAJ ZAČETI NAVAJATI NA SAMOSTOJNOST

Starši morate **otroku dovoliti, da sme biti otrok**. To pomeni, da mu zagotovite brezskrbno otroštvo, da mu ne nalagate prezgodaj obveznosti in dolžnosti in **ga ne silite v samostojnost**. Prezgodnje, nasilno navajanje na samostojnost se lahko sprevrže v svoje nasprotje in ko se pričakuje od otroka samostojnost za delo v šoli in socialno zrelost, nastopijo težave, ki se prej niso pokazale. Potrebno je razviti občutek, kdaj lahko otrok postane samostojen. Drastične zahteve namreč lahko vodijo v krutost, zlorabo, v otroku sprožajo strah, ki ga je potem potrebno zdraviti s strokovno pomočjo. **Strokovnjaki tudi odločno odsvetujejo treninge k samostojnosti pri predšolskem otroku, še posebej ne na silo, saj to nima nobenega učinka na kasnejšo zrelost za samostojnost.**



Včasih starši naredite veliko napako, ko mislite, da mora otrok z vstopom v vrtec naenkrat postati samostojen. Vzamete mu dudo in stekleničko, spodbujate ga na navajanje na kahlico ... Vse te zahteve pa postavite tudi vzgojiteljici. Vendar pa ravno **ob vstopu v novo okolje, otrok ne potrebuje sprememb oz. spremembe nanj nimajo pozitivnega učinka**. Zato starši v takem obdobju ne bi smeli uvajati drastičnih sprememb. Otroku morate dovoliti, da vzame s seboj v vrtec igračko, ki jo ima rad, saj mu to pomeni vez z domom. Ne smete določiti dni, ko jo bo smel imeti, ali jo bo moral puščati v garderobi, da se ne bi poškodovala ali izgubila. **Otroka morate opazovati in ga postopoma voditi k samostojnosti, mu dovoliti strahove, nesamostojnost in druge človeške slabosti.** Pomembno je da je vzgoja postopna in s poslušom.

Otroka torej ne smete prezgodaj navajati na samostojnost, kajti le-ta se pri otroku **razvija zelo različno**. Njen razvoj je odvisen **materine skrbi za otroka**, ki izvira iz močne povezanosti oz. simbioze in otrokove potrebe ter želje po samostojnosti, ki se pojavi že zelo zgodaj. Ob tem pa je seveda potrebno upoštevati tudi **individualne značilnosti otroka**. Nekateri otroci postanejo hitreje samostojni, spet drugi so bolj plašni in potrebujejo drugačne vzpodbude. Otroka moramo dobro poznati, da vemo, kje potrebuje zaščito, kakšne so njegove sposobnosti in koliko časa potrebuje.

Pomembno je, da otroka **začnete navajati na samostojnost tisti trenutek, ko opazite, da nekaj počne sam**. Velikokrat se znajdete v situaciji, ko npr. pripeljete otroka v vrtec in se vam neznansko mudi, da ne bi zamudili v službo. Ravno takrat pa se vaš otrok sam loti sezivanja čevljev. V napeti situaciji sploh ne opazite, koliko truda vnaša vaš otrok v svoje delo, zato ga nekajkrat ostro spodbudite, da naj si hitro sezuje čevlje in ker mu to ne uspe, se tega raje lotite kar sami. Napaka! **Starši bodite do otroka zahtevni, vendar imejte potrpljenje in si vzemite čas zanj**. Raje si vzemite nekaj minut prednosti in dovolite otroku, da sam opravi delo, ki se ga je lotil. Prav tako mu ne kupujte stvari, ki bi mu olajševale delo (npr. čevlji brez vezalk). Kadar potrebuje pomoč, mu pokažite, kako lahko sam naredi, namesto, da naredite namesto njega. Otroku potrebuje svoj čas, da opravi svoje delo, vi pa ste tisti, ki ga morate pri tem spodbujati in mu dovoliti, da si vzame toliko časa, kolikor ga potrebuje. Pri tem pa ne pozabite pohvaliti otrokov trud in vložek (npr. »Vidim, da si poskušal/pospravil ...«).



Pospravljanje

Želja staršev je, da bi se otrok čim prej navadil pospravljati za seboj. Otroka je treba vzpodbujati, da postori tisto, kar je zmožen narediti. Vendar pa mu morate včasih priskočiti tudi na pomoč. Predšolski otrok ne more prevzemati stalnih obveznosti in dolžnosti, ker za to še ni sposoben. Njegovo vedoželjnost in pripravljenost za sodelovanje moramo vzpodbujati, da mu damo občutek, da zmore in marsikaj zna, vendar moramo upoštevati njegov interes, dokler je prisoten.

Igra

Starši morate upoštevati, da imajo otroci različne potrebe po samostojni igri. Nemirni otroci bodo pri igri pogosteje potrebovali prisotnost staršev, več skupne igre in

umirjeno, nemoteče okolje. Prav tako bo otrok, ki starše močno pogreša, kazal močno potrebo po njihovi bližini, kar je še posebej značilno za malčke, ki so bili ves dan v vrtcu in zato ločeni od staršev. Takrat si morate vzeti čas in se z njim poigrati. Ko bo imel otrok potešeno lakoto po vaši bližini, se bo samostojno zaigral. Če pa tega ne storite, bo ves čas iskal vašo prisotnost.

Sam doma

Ko se odločate, ali bi pustili otroka samega doma, premislite, kako velikim tveganjem ga prepuščamo. Strokovnjaki namreč pravijo, da predšolski otrok še ni zrel, da bi bil sam doma ali na igrišču, razen za krajši čas. Je namreč zelo radoveden in gotovo bo vedno našel kaj, kar bo ogrožalo njegovo varnost. Prav tako majhen otrok še nima izdelanega občutka za čas, ki se razvije šele v drugem oz. tretjem razredu.

Sam na počitnicah

Otrok rad odhaja v vrtec, se druži z vrstniki, je samostojen in dokaj samozavesten, torej je čas, da tudi sam odide s prijatelji na počitnice. Takšni so zaključki večina staršev. Vendar pa morate biti previdni. Če se otrok temu upira, se pogosto zgodi, da starši to preslišite in mu očitajte, kako so drugi pogumnejši. Upoštevati morate, da so med otroki razlike. Počakati je treba na čas, ko je otrok že predelal ločitvene (separacijske) procese in si bo počitnice s prijatelji želel. Pri vsem tem pa je pomembno tudi, kdo gre z otrokom. Če je to njegova vzgojiteljica, bo veliko lažje prenesel ločitev, kot če bi šel z osebo, ki je ne pozna.

USVAJANJE SAMOSTOJNOST PRI OTROKU

V nadaljevanju je predstavljena shema otrokovega usvajanja samostojnosti glede na njegovo starost. Seveda je potrebno upoštevati tudi ostale dejavnike (otrokova osebnost, življenjski slog družine ...), zaradi katerih lahko pride do določenih odstopanj.

9 - 12 MESECEV

- sam zaspí, ne da bi ga morali pri tem držati za roke
- igra se sam tudi v primeru, ko le za kratek čas zapustite prostor
- zmore jesti s prsti in držati skodelico

18 MESECEV

- samostojen je pri hranjenju z žlico
- zna piti iz skodelice in ne poliva več
- brez pomoči lahko pleza po stopnicah navzgor
- lahko pobere nekaj s tal in pri tem ne pade na zadnjico
- sam se zmore igrati

2 LETI

- zna uporabljati zobno krtačko (*sami ga umijte do konca*)
- »zrek« za kahlico
- zna si sam obuti nogavice in čevlje
- zna pritisniti na kljuko in odpreti vrata
- zna odviti pokrov na kozarcu (*Pazite na varnost!*)
- zna odpreti in zapeti zadrgo

- začne se vzporedno igrati - ob vrstnikih, občasno da ali pokaže igračko

2 LETI IN POL

- zna zapeti ohlapno prišit gumb v široko gumbnico
- zna se obleči in sleči hlače, spodnje hlačke in majico
- dovolj je stabilen, da lahko nese kak krhek predmet

3 LETA

- zna uporabljati škarje (*to je prava revolucija v možganih*)
- zna voziti tricikel
- hodi po stopnicah tako, da postavlja samo eno nogo na stopnico
- skoči iz spodnje stopnice - eden najbolj pogostih »Glejte me!«
- večinoma je podnevi suh in sam hodi na stranišče (ali zaprosi, da ga peljemo tja), ne da ga je potrebno spomniti
- zmore si sam obleči in sleči preprosta oblačila, ki jih natakne nase, si obleče plašček; še vedno potrebuje pomoč pri zapenjanju, zadrugi, vezalkah ali oprijeti obleki
- obesi obleko na obešalnik (*potrebno počakati in pohvaliti*)
- odloži in pusti igračko, če se to od njega zahteva
- sam pospravi svoje igračke (*kasneje se jih nauči sortirati*)
- nese kozarec s tekočino brez polivanja (*prava revolucija v možganih*)
- uporablja vljudnostne fraze: prosim in hvala (*»Prinesi mi kozarec vode, prosim«.*)

4 LETA

- sam se umije in očisti zobe, se obleče, lepo je in pije iz kozarčka
- uporablja vilico pri hranjenju (*včasih še nedosledno*)
- zna sam pripraviti mizo (*naučiti ga avtomatizma, kajti kasneje se bo težko naučil*)
- umije si roke in obraz
- pripravi svojo posteljo
- lepo pospravi svojo obleko
- začenja sprejemati preprosta pravila (*pomembno za priljubljenost*)
- samoiniciativno pozdravlja odrasle
- samostojno se pripravi za spanje (*ga ni potrebno nadzorovati*)
- začenja se pogajati (*jaz bom to, če boš ti to; pogajanje je spretnost izjemnega pomena*)
- spreminja pravila, da bi mu bolj ustrezala
- rad dela stvari samostojno (*Ne zamudite tega obdobja!*)
- raje se igra z drugimi kot sam
- prepozna okoliščine, ki vodijo v jezo, zadovoljstvo ali žalost (*učijo se izgovorov, skrivanja*)

5 LET (pomembno je, da ustvarimo avtomatizem)

- preden prečka cesto pogleda na obe strani
- pravilno uporablja pribor
- oglasi se po telefonu in prenese sporočilo
- počeše se
- igra se preproste namizne igre (*s tem se uči pravil, potrpežljivosti, zmagovanja, izgubljanja*)
- odpravi se spat

- poskuša si obrisati nos in pihniti
- samostojno se obleče od nog do glave

6 LET

- sam si organizira svojo igro
- zna dokončati delo, ne da bi čakal na pohvalo ali navodila (*Čeprav pohvala nikoli ne škodi!*)
- zna mirno sedeti in zdržati nekaj časa brez nadzora
- zaveže vezalke (*4-5 let, 6 let je skrajna meja*)
- sam se okopa, očisti zobe
- uporablja nož da si namaže ali odreže kruh (*lahko ima še težave z rezanjem mesa ali pizze*)
- zna prebiti večji del dneva brez vas in si deliti pozornost z 20 drugimi otroki ter pri tem lep uspeva

Vzemite si čas za otroke in jim pomagajte, da zrastejo v odrasle, zrele, samostojne ljudi. Kolikor boste vložili v malčka, toliko se vam bo obrestovalo, ko bo vaš otrok postal odrasla oseba. Verjemite, vaš trud bo poplačan! Uspešno! 😊

Pripravila: svetovalna delavka Sergeja Hudolin, univ. dipl. psih.