

Jak nauczyć dziecko samodzielności?

Twoje dziecko wróciło do szkoły po wakacjach, (lub dłuższej przerwie) , a Ty na samą myśl o zbliżających się obowiązkach masz już dosyć? Jak nauczyć dziecko samodzielności i poczucia odpowiedzialności za własne obowiązki?

W Pozytywnej Dyscyplinie wykorzystujemy technikę nazywaną **4 kroki do uczenia**. Poniżej wytłumaczę Ci, na czym ona polega i w jaki sposób możesz ją wykorzystać, aby ułatwić Twojej rodzinie powrót do obowiązków po wakacjach (i nie tylko)

4 kroki do uczenia – technika Pozytywnej Dyscypliny a samodzielność dziecka

1. Pokazujesz dziecku, co ma zrobić, a ono Cię obserwuje.
2. Robisz to coś razem z dzieckiem.
3. Dziecko robi, a Ty obserwujesz z oddali.
4. Dziecko jest w stanie zrobić to samodzielnie.

4 kroki do uczenia – Jak wykorzystać tę technikę w praktyce?

Możesz ją wykorzystać do wspólnego planowania z dzieckiem, co w następstwie nauczy je samodzielności.

- **W pierwszym kroku układasz plan dnia razem z dzieckiem. Naprowadzasz je pytaniami na to, co jest ważne i o czym warto pamiętać.**
- **W drugim kroku Ty układasz swój plan, dziecko zajmuje się swoim planem. Jesteście w różnych pokojach, ale możecie się komunikować i w każdej chwili może poprosić Cię o radę.**
- **W trzecim kroku zostawiasz dziecko z planowaniem na kilkanaście minut, aby samodzielnie mogło się nim zająć.**
- **W czwartym kroku dziecko jest w stanie planować samodzielnie i czuje z tego powodu satysfakcję.**

Jakie są zalety samodzielnego planowania?

Dzięki samodzielnemu planowaniu u dziecka wzrasta poczucie kompetencji i rzeczywiste umiejętności. Twoje dziecko będzie odczuwało satysfakcję, że potrafi przygotować plan, który mieści w sobie zarówno miejsce na obowiązki (więc uniknie gderania rodziców o odrabianie lekcji), jak i na przyjemności, czyli np. wyjście na rower czy zaproszenie kolegi z klasy. A Ty? Ty będziesz miał/a samodzielne dziecko, które być może nie obudzi Cię nad ranem z informacją, że: „Pani kazała przynieść kasztany i żółędzie”.

Bibliografia: Maria Napierała „POZYTYWNA DYSCYPLINA”

<https://pozytywnadyscyplina.pl/jak-nauczyc-dziecko-samodzielnosci/>