

JAK UCZYĆ DZIECKO WYTRWAŁOŚCI?

Każdy dzień, tydzień, miesiąc przynosi coś nowego, jakąś zmianę – zainteresowań, hobby, pasji. Dzieci nieustannie stawiają rodziców w niespodziewanych sytuacjach, w których każda podjęta decyzja może okazać się chybiona. A przecież chcielibyśmy, aby nasze dzieci nauczyły się wytrwałości w dążeniu do celów, bo wiemy, że nie jest łatwo wprowadzać zmiany w życiu.

Ciekawość poznawcza a zmiana

Zmiana hobby czy pasji to nie jedyna sytuacja, gdy u rodziców pojawiają się myśli, że ich dziecko chyba nigdy nie nauczy się wytrwałości. Niemal codziennie toczą się w domach rozmowy: “Mówiłeś, że to dzisiaj skończysz..., Przecież dopiero zaczęłaś, a już odkładasz?..., Ale przecież mówiłeś, że to najlepsza kolekcja świata, a teraz chcesz przerwać i rozpocząć zbieranie czegoś nowego?”.

Dlaczego dzieci tak często zmieniają zainteresowania?

Dlaczego – z punktu widzenia dorosłych – nie potrafią być wytrwałe?

Zmiany te są wynikiem rozbudzonej ciekawości poznawczej. I to jest dobra wiadomość dla rodziców, którzy martwią się domniemanym brakiem wytrwałości u swoich dzieci. Im większa ciekawość, tym więcej różnorodnych zainteresowań, ale też więcej zmian, które wywoływane są... nudą. Coś, czemu dziecko poświęciło już – w swojej ocenie – dość dużo czasu, przestaje być tak fascynujące, jak coś nowego, co właśnie pojawiło się w zasięgu poznawczym dziecka.

Najważniejszym mechanizmem wpływającym na pobudzanie ciekawości poznawczej (a w uogólnieniu: pobudzającym rozwój dziecka) jest **swoboda i samodzielność w wybieraniu aktywności**. Jeśli nieustająco podpowiadamy, prowadzimy za rękę, czuwamy, aby dziecko się nie potknęło, uprzedzamy każdą niekomfortową dla niego sytuację, to może się okazać, że nawet najbardziej pobudzona ciekawość umrze z nudy, ze względu na brak osobistego zaangażowania. Jako rodzice musimy uważać,

aby nasze argumenty za kontynuowaniem danej aktywności nie zostały odebrane jako brak zrozumienia, niepotrzebna presja, bo efektem będzie jedynie zniechęcenie dziecka.

Rozwój: bezpieczeństwo i wyzwania

W rozwoju dziecka bardzo ważna jest **równowaga pomiędzy poczuciem bezpieczeństwa a wyzwaniami**.

Bezpieczeństwo to przede wszystkim **bezwarunkowa miłość rodziców, pełna akceptacja** dziecka takim, jakie jest. To fundament. Pomaga **zrównoważenie emocjonalne** rodziców. Są oni wtedy przewidywalni dla dziecka i okazują zaufanie do jego umiejętności (zgodnych z możliwością podejmowania samodzielnych decyzji, adekwatnych do wieku). Ważna jest również **dobra, obustronna komunikacja**. Należy pamiętać, że obie strony mają w niej takie same prawa – mogą wyrażać swoje zdanie na dany temat, oczekiwać wysłuchania, przeżywać emocje i zgadzać się lub nie ze zdaniem drugiej strony. Buduje to wysoką samoocenę i wiarę w siebie. A te wszystkie elementy wpływają na więź, która łączy rodziców i dzieci.

Wyzwania pozwalają poznawać świat, nabywać kompetencje w budowaniu relacji z innymi, uczyć się radzenia sobie z trudnościami. Aby to było możliwe, dziecko potrzebuje czuć się bezpiecznie i wierzyć w swoje siły, ale przede wszystkim musi **podejmować się różnych zadań czy wyzwań o odmiennym stopniu trudności**. Czasem podola im samodzielnie, czasem poprosi o pomoc, a innym razem opowie o trudnościach i zapyta nas o zdanie lub zniechęci się, stwierdzając, że to dla niego za trudne. W każdej tej sytuacji **ważne jest zaangażowanie i zainteresowanie rodzica**. Powinniśmy cieszyć się z sukcesów dziecka, ale także akceptować fakt, że czasem mogą pojawić się błędy. Kiedy błędy te są samodzielnie poprawiane przez dziecko - kibicujmy i chwalmy, chwalmy i jeszcze raz chwalmy. Jeśli wynikają one z braku kompetencji dziecka, należy wspierać je w nabyciu odpowiednich umiejętności, które nie tylko pozwolą naprawić błąd czy wyjść z trudnej sytuacji, ale też wzmocnią samoocenę dziecka i jego zaufanie do siebie.

Wychowuje przykład, a nie wykład

Im młodsze dziecko, tym mocniej opiera ono swoje zainteresowania na **naśladowaniu dorosłych opiekunów**.

Ta chęć bycia jak tata czy mama wpływa nie tylko na rodzaj zainteresowań i aktywności, ale także na sposób, w jaki dziecko je realizuje.

Jeśli rodzic chce nauczyć dziecko wytrwałości i stałości zainteresowań, równocześnie nie pozbawiając go możliwości poznawania świata przez podejmowanie wyzwań – może włączać je w realizację swojego hobby i równocześnie uczestniczyć w jego zainteresowaniach. Np. ojciec gra w tenisa i w tym samym czasie na drugim korcie jego córka/syn grają z trenerem (czy też mają zajęcia w szkółce tenisowej), wspólne wyjścia na basen, w góry, rodzice na siłownię, a z dziećmi na siłownię na wolnym powietrzu, aby mogły poćwiczyć z dorosłymi, rodzic czyta tę samą książkę, którą przeczytało dziecko, aby podjąć rozmowę na ten temat, rodzinne rozmowy o zajęciach dzieci (po to, aby usłyszeć, co było ciekawego, co zdziwiło, zaskoczyło albo co zachwyciło dziecko na dzisiejszych zajęciach).

Nieustanne okazywanie dziecku, że ufamy jego ocenie sytuacji, że jesteśmy jego sprzymierzeńcami, że może na nas liczyć, że akceptujemy je także wtedy, gdy popełnia błędy albo zachowuje się w sposób niezgodny z oczekiwaniami dorosłych (wtedy dziecko najbardziej potrzebuje komunikatu: “Kocham Cię!”), **budują wysoką samoocenę i wiarę w swoje możliwości, a to wpływa wzmacniająco na rozwój**.

Jeśli na chęć zmiany zajęć, informację o rezygnacji z treningów czy innej zaskakującej niespodziance, na którą jako rodzice nie jesteśmy przygotowani, będziemy reagować pretensjami, wymówkami, wyliczaniem poniesionych kosztów i zawiedzionych nadziei – dziecko może zbudować przekonanie, że **rodzice kochają je wtedy, gdy spełnia ich oczekiwania**. A stąd już blisko do problemów emocjonalnych, obniżenia samooceny i kłopotów z poczuciem wartości, co może skutkować problemami dziecka we wszystkich obszarach rozwoju.