

## Výchova dieťaťa k samostatnosti

Okrem iných spoločensky potrebných vlastností má správna výchova vypestúvať v dieťati veku primeranú odvahu a schopnosť samostatne rozhodovať tak, ako to vyžadujú záujmy a potreby jeho i ostatných. Pritom treba dbať o to; aby konanie dieťaťa nebolo v rozpore so spoločenskými požiadavkami ani so spoločenskou morálkou. Tieto kladné vlastnosti môžeme u dieťaťa vypestovať len na základe vzájomnej dôvery medzi ním a rodičmi.

Aj k samostatnosti môžeme úspešne vychovať len dieťa s nepoškodenou nervovou sústavou. Dobre vychovávať znamená **vychovávať najprv seba**.

Pri výchove k samostatnosti využívame túžbu dieťaťa po poznaní, jeho potrebu zamestnania, sklon k napodobňovaniu a jeho úsilie o samostatnosť. Preto každý rodič by mal malému dieťaťu dožičiť a umožniť **čo najviac samostatnosti, aby všetko, na čo stačí a je schopné, vykonávalo samo**. Zdrojom túžby po samostatnosti je zdravý pocit sebadôvery, presvedčenie dieťaťa, že to vie, a jeho úsilie pokúsiť sa o to; keď sa mu to podarí, ešte viac to zvýši jeho sebadôveru. Najmä **každý nový výkon mu dodá odvahu a túžbu po samostatných činoch bez pomoci rodičov**. Sebedôvera dieťaťa rodič veľmi podporí, ak mu vysloví uznanie, obdiv a pochvalu.

Dieťa sa má čo najskôr naučiť samo jesť, obliekať, umývať a osvojiť si potrebné hygienické návyky. Trpezlivá matka mu ukáže, ako to má robiť. Stále opakovanie rozmanitých a zložitých pohybov, ktoré dieťa pri týchto úkonoch musí vykonať, zvyšuje zručnosť dieťaťa a prehĺbuje jeho skúsenosť. Už v dojčenskom veku ohmatávaním získava hmatovú skúsenosť, ktorá je pre jeho orientáciu veľmi dôležitá.

Tendencia napodobňovať pomáha dieťaťu preberať mnohé spôsoby správania, návyky a osobitosti rodičov, súrodencov alebo iných osôb, s ktorými prichádza do kontaktu. Na základe svojho úsilia o samostatnosť chcelo by dieťa samo vykonať to, čo dosiaľ nesmel.

Hra má v živote dieťaťa veľký význam. Ako sa dieťa prejavuje vo voľnej hre, tak sa neskoršie bude prejavovať v práci. Aj v hre máme dieťa viesť k samostatnosti a pestovať jeho tvorivú fantáziu.

Pokiaľ ide o výber hračiek, hračka má byť pre dieťa bezpečná, aby sa ňou neporanilo, pritom vkusná, pekná a upravená tak, aby pomohla pri výchove.

**Výchova k samostatnosti je súčasne výchovou k odvahe a smelosti.** Odvaha

patrí k cenným a užitočným ľudským vlastnostiam.

Od hry máme **viesť dieťa k postupnému zapájaniu do práce** a do činnosti dospelých - najprv v podobe hry a potom takou činnosťou, ktorá je veku dieťaťa primeraná a ktorú zvládne. Aj vážnu prácu môžeme s dieťaťom konať v podobe hry. Zároveň v ňom **vypestúvame zmysel pre poriadok, čistotu a vedíme ho k samostatnej práci**. Výchova k práci znamená predovšetkým utvoriť u dieťaťa správny pomer k nej. **Práca, ktorú dieťaťu pridáme, nesmie hamovať jeho iniciatívu**, naopak, musí podporovať samostatnosť jeho konania. Pretože zdrojom sebadôvery je úspešné konanie a zvládnutie stanovenej práce, ukladáme dieťaťu len také úlohy, ktoré splní bez väčšej námahy a úspešne. Živé a inteligentné deti získajú tak možnosť vybiť si prebytočnú energiu a súčasne si osvojovať osožné pracovné úkony. Dieťa sa zaujíma nielen o činnosť a samostatný úkon, ale aj o výsledky činnosti. **Preto ak dieťaťu niečo uložíme, musíme mu aj jasne vysvetliť, aký cieľ a účel má táto činnosť**. Sprvu ukladáme dieťaťu len málo a veľmi jednoduché činnosti, ktoré má vykonať v krátkom čase. **Keď mu uložíme zložitejší úkon, musíme mu názorne ukázať, ako má postupovať, a sledujeme jeho prácu až do skončenia**.

Pri práci deti oboznamujeme s okolitým svetom, aby samy zatúžili rozširovať si svoje znalosti. Prostredníctvom zmyslov poznávajú svoje okolie. Rukou zisťujú formu a veľkosť predmetov. Pritom hrá dôležitú úlohu tzv., svalový zmysel. Signalizuje príslušným mozgovým centráram každý pohyb, polohu a smer všetkých častí tela, ktoré sú v pohybe.

**Činnosť detí musí byť rozmanitá a má sa striedať**. Detský organizmus sa vyvíja, a preto neznáša prílišné vypätie. Jednotvárna a namáhavá práca ohrozuje normálny vývin dieťaťa. Aj náradie, s ktorým deti pracujú, musí byť primerané veku a nesmie byť ťažké.

Malým deťom, ktoré sa už vedú samy obliecť, treba zaobstarať jednoduché šaty. Pri výchove k samostatnosti a sebvýchove nestačí, ak dieťa máme radi a chceme mu pomôcť. **Láska, ktorá mu má priniesť istotu, znamená prácu a námahu, a to nielen s dieťaťom, ale aj so sebou samým**.

**Výchova k samostatnosti neznamená, že si dieťa robí, čo chce, práve naopak - v jeho výchove musí byť pevný poriadok a autorita**, ktorým sa dieťa musí podriaďovať a v rámci toho si osvojovať prvky samostatnosti a disciplíny. **Cieľom rodičovskej výchovy k samostatnosti je vychovať také dieťa, ktoré sa vie správať a správne samostatne konať aj vtedy, keď mu rodičia nič**

**nenariadili alebo keď ho nik nepozoruje a nekontroluje.** K disciplíne a poriadku vychovávame dieťa usporiadaním jeho života, zavedením denného režimu, ktorý by sa mal vyznačovať účelnosťou, pravidelnosťou a presnosťou. V každej rodine bude mať dieťa iný poriadok, jeho čas bude inak zadelený a bude mať iné povinnosti. No je nevyhnutné, aby taký poriadok bol a aby ho rešpektovali všetci členovia rodiny.

Výchova v rodine ako príprava na sociálne spolunažívanie musí vybudovať úctu k autorite. Malé dieťa na svoje konanie potrebuje vzor, ktorým by v útlom detstve mali byť rodičia. Ale autorita sa nemôže vybudovať ani na láske a добрote, ale má vyvierať zo života a práce rodičov, z ich postavenia v spoločnosti. Aj väčšie dieťa musí mať rešpekt k autorite a musí sa o ňu opierať.

**Autorita musí byť jednotná, druhý vychovávateľ nesmie dieťaťu povoliť, čo mu prvý zakázal, a nesmie sa stať, aby jeden popieral to, čo dieťa druhý učil.**

V predškolskom veku vzrastá vytrvalosť v konaní. Sklon k prelietavosti a meneniu hračiek, ktorý bol predtým badateľný, v staršom školskom veku zaniká. Dieťa sa čoraz vytrvalejšie venuje určitej činnosti, ktorá má preň pôvab.

Dieťa v predškolskom veku už pozná príkazy a zákazy domáceho prostredia alebo materskej školy. Už vie, čo môže konať a čo je jeho povinnosť. Zdravé dieťa sa tým obvykle aj riadi. Dieťa, ktoré chodilo do materskej školy, sa bez ťažkostí a nebadane vpraví do spoločnosti vrstovníkov i do školských pomerov, preto materská škola v tomto smere plní spoločenské poslanie. Duševná a sociálna zrelosť, ako aj psychická pripravenosť dieťaťa na školskú dochádzku závisí od jeho samostatnosti, od jeho schopnosti vpraviť sa do školských pomerov a zaujať ako plnohodnotný člen svoje miesto v žiackom kolektíve a v spoločnosti rovesníkov, obhájiť si svoje práva a presadiť sa. To všetko závisí od jeho predškolskej výchovy v jeho prostredí.

Ako sme už spomenuli v predchádzajúcich kapitolách, mnoho chýb vo výchove dieťaťa k samostatnosti narobia rodičia bojzliví, ustráchaní, úzkostliví, lebo namiesto smelého a samostatného dieťaťa vychovávajú dieťa bojzlivé a ustráchané, také, ako sú oni sami.

Strach vzniká u dieťaťa pri nečakaných alebo silných zmyslových podnetoch. Dieťa sa nastraší, keď sa zrazu zabreše pes, keď ho nečakane vyhodíme do výšky, keď sa zrazu ozve výstrel alebo zahrmí, keď za ním niekto znenazdania vykrikuje alebo ho mierne postraší. Dieťa dostane strach, keď sa matka vyhráža, že odíde alebo ho predá cigáňom. Strach nie je dieťaťu vrozený, ale vzniká nesprávnou

výchovou, ide o naučený strach. Tmy a búrky sa deti boja, keď vycítia strach u svojich rodičov. Nepokoj matky pred očkovaním dieťaťa sa prenáša na dieťa a matkine uisťovanie, že to nebude bolieť, iba zvyšuje jeho strach z lekára. Keď dieťaťu pichnú injekciu, naraz prestane kričať - značí to, že bolo prestrašené púhou predstavou hrôzy, ktorú mu nechtiac matka vsugerovala. Preto sa **akémukoľvek strašeniu dieťaťa treba vyhýbať**. Veľmi nevhodné a nepedagogické tresty sú zatváranie dieťaťa do tmavej miestnosti, nepustenie ho domov, ukrytie sa matky pred ním, aby sa domnievalo, že ho opustila. Také tresty priamo narušujú duševnú rovnováhu dieťaťa a poškodzujú jeho psychiku. Ako zbaviť dieťa bojzlivosti? Predovšetkým ho treba obklopiť atmosférou pokoja a bezpečnosti, ktorá vyplýva z jeho situácie. Pokojne, bez rozčuľovania a kriku uistíme dieťa, že sa mu nemôže nič stať, že o jeho bezpečnosť je postarané. Pritom sa usilujeme navykať ho na samostatnosť pri zaspávaní, obliekaní, umývaní a pri rozličných iných činnostiach. **Dieťa, ktoré sa samo oblieka, obúva, umýva, vie sa najesť a všetky úkony spojené s tým bez pomoci vykonáva, cíti sa istejšie a bezpečnejšie.** Samostatnosť vytvára podmienky pre získanie duševnej rovnováhy a pocitu bezpečnosti. Bojzivosť dieťaťa prekonáme aj vtedy, keď ho včleníme do kolektívu iných detí. Bojzlivé dieťa sa cíti bezpečnejšie a skôr sa osmelí pri styku s mladšími deťmi ako medzi svojimi vrstovníkmi.

Ak chceme, aby sa dieťa nebálo, nesmie vidieť báť sa dospelých. Ak sa dieťa bojí určitého zvieraťa, napríklad psa, oboznamujeme ho s týmto zvieraťom postupne, najprv na obrázku a potom podľa možnosti najprv s malým, živým psíčkom, ktorého pohladkáme a dovoľíme, aby ho pohladkalo aj dieťa a hralo sa s ním. Tak postupujeme pri likvidovaní každého strachu z konkrétneho predmetu.

**Kedy vychovávať k samostatnosti?** Stále - od mala, cez predškolský vek a školský vek, v priebehu puberty až do dospelosti. Najdôležitejšia je výchova v predškolskom veku. V priebehu puberty sa už zvyšuje túžba po samostatnosti a seba uplatnení a prejavuje sa úsilie dospievajúceho, aby ho už uznávali za dospelého a tak s ním jednali.

S výchovou k samostatnosti úzko súvisí **sebavýchova**. Sebavýchova vyžaduje inteligenciu, pevnú vôľu, disciplínu, sebakritickosť a sebazaprenie, uznávanie práv iných ľudí a objektívne posudzovanie vlastnej osobnosti, správne odhadovanie vlastných schopností a možností, uvedomenie si vlastných chýb a nedostatkov, úprimné úsilie zbaviť sa ich a stať sa lepším a dokonalejším človekom. Svoje chyby a nedostatky poznáva každý porovnávaním konania iných ľudí so svojím.

Podstatnou zložkou sebvýchovy je popri dôkladnom sebapoznaní ambícia, zdravá ctižiadosť, ktorá ovplyvňuje správanie, podnecuje k vyšším výkonom a usmerňuje i zmýšľanie jednotlivca túžiaceho po zdokonalení. Sebvýchova si vyžaduje, aby si jednotliviec osvojil hierarchiu hodnôt a životných cieľov a dobrovoľne si ukladal obmedzenia, ktoré sú potrebné na realizáciu vytýčeného cieľa a ktoré podmieňujú zmenu jeho osobnosti a povahy. Boj s vlastnou prirodzenosťou je vždy najťažší! Kto v boji so sebou samým zvíťazí pevnou vôľou a sebaovládaním a bude mať dosť síl, aby sa zbavil spoločensky nevhodných návykov, ten sa v živote nestratí a dosiahne úspechy. Takí ľudia, ktorí sa spoliehajú sami na seba, dôverujú si a svojou statočnou prácou vykonávanou vo svoj prospech, ale aj v prospech spoločnosti. Okrem poctivej práce to vyžaduje stále štúdium, overovanie si vlastných skúseností, stále napredovanie a zdokonaľovanie sa.

**Spracované podľa knihy © Dr. Ľudovít Repáň – Psychológ bez čakárne**