

Dlaczego dziecku potrzebne są obowiązki?

Tak, dzieciństwo powinno być beztroskie i wypełnione zabawą. Ale czy powinno być pozbawione obowiązków? Nie! Dzięki nim dziecko uczy się odpowiedzialności („Poukładałam książki na półce, bo na podłodze mogą się zniszczyć”), samodzielności i niezależności (co wpływa na ocenę własnej wartości). Dziecko uczy się też systematyczności, bo jeśli czegoś nie zrobi dzisiaj, jutro będzie miał dwa razy więcej. A do tego czuje się potrzebne i ważne.

Od czego zacząć?

Zastanów się, jakie obowiązki może mieć twoje dziecko, a potem:

- Powiedz mu, czego od niego oczekujesz. Konkretnie! Nie mów: „Sprzątaj codziennie pokój”, tylko: „Odstaw samochodziki/lalki na półkę”, „Odłóż koszulkę na tę półkę, a spódnice na tę”. Dziecko powinno dokładnie wiedzieć, jakie są jego zadania. Dla ułatwienia możesz zapisać je lub narysować na kartce – zawieś ją w widocznym miejscu.
- Wyznacz termin. To ważne, by dziecko wiedziało, do kiedy ma się wywiązać ze swoich obowiązków, Czyli: „Przed kolacją/po zabawie/przed kąpielą”.
- Pokaż dokładnie, jak ma coś zrobić. Jeśli dziecko nie radzi sobie z nowymi obowiązkami, pokaż mu, jak ma to zrobić. Możesz mu towarzyszyć w pierwszych próbach, aż do skutku.
- Bądź cierpliwa/y. Tak, to niełatwe, patrzeć, jak smyk powoli porządkuje zabawki. Stop! Jeśli wyręczysz go, zniechęcisz go do pracy. I pokażesz, że od sprzątanía jest mama. I jeszcze jedno. Jeśli dziecko zrobi coś nie tak, jak trzeba, nie poprawiaj po nim (tzn. nie przy nim).

Główna zabawa

Jeśli zaproponujesz dziecku zabawę zamiast pracy, nawet nie zauważy, kiedy posprząta swój pokój. Bawcie się: w odkurzacz, w sklep, ekipę porządkową, roboty... Można np. wykorzystać dziecięcą chęć rywalizacji. Wystarczy powiedzieć: „Kto pierwszy” albo: „Ciekawe, czy to potrafisz?”. Zrobi wszystko, by udowodnić ci, że jednak potrafi. Pochwal dziecko, jeśli wywiąże się ze swoich obowiązków. Doceń jego wysiłek, wspominaj o tym przy innych.

Lista zadań dla dziecka

Obowiązki powinny być dostosowane do możliwości dziecka, inaczej zniechęci się do pomagania.

- **DWU- i TRZYŁATEK:** sprząatanie po sobie zabawek, odkładanie książek na miejsce i naczyń do zlewu, zmiatanie podłogi, rozbieranie się i ubieranie przy pomocy rodziców, pomoc przy karmieniu zwierząt domowych, odwieszanie kurtek na niskie wieszaki, pomoc przy wkładaniu zakupów na dolne półki lodówki.
- **CZTEROLATEK:** nakrywanie do stołu, wkładanie zakupów do lodówki, pomaganie w odkurzaniu, ścieraniu kurzu, przygotowanie mleka z płatkami na śniadanie.
- **PIĘCIOLATEK:** pomoc w codziennych zakupach, sprząatanie po skończonym posiłku, ścielenie łóżka, samodzielne ubieranie się, wkładanie brudnych ubrań do kosza, odkładanie czystych ubrań do szafy, karmienie zwierząt domowych.
- **SZEŚCIOLATEK:** podlewanie kwiatków, przygotowanie pod nadzorem rodziców prostych potraw, np. kanapki, odmierzania ryżu/mąki, odwieszanie ubrań do szafy, mycie owoców i warzyw.

Na podstawie książki „Kiedy pozwolić? Kiedy zabronić?”, Roberta J. MacKenzie.