

Vysvětlení oblasti Pracovní zralost

Pracovní zralost můžeme chápat jako určitou práce schopnost, která odvisí především od úrovně vyzrálosti centrální nervové soustavy, ale také od toho, jak je dítě vedeno k určitým pracovním návykům a samostatnosti. Dítě v předškolním věku by již mělo být schopno danou činnost včas začít, přiměřeně činnost nebo úkol vykonat a samostatně či s mírnou podporou ho dokončit. Tato schopnost odráží také vyzrálost dítěte v pracovním vztahu s autoritou, od které je dítě schopné instrukce přijmout, respektovat ji a jednat podle ní. Z toho plyne, že tato schopnost významně ovlivňuje úspěšnost dítěte ve škole, kde již musí na instrukce učitele reagovat bez odkladu a poměrně rychle. Předškolní dítě by mělo zvládnout na vyzvání a požádání přerušit např. hru či zábavu, uklidit hračky a věnovat se zadané činnosti přiměřeně dlouhý čas. Při pozorování pracovní zralosti si všímáme toho, zda se dítě věnuje úkolu s přiměřenou péčí a trpělivostí (přiměřeně věku), či zda je jeho cílem zadanou aktivitu co nejrychleji odbýt a vrátit se ke hře.

Tipy na doma pro rozvoj této oblasti

Pravidla - Utvořte si s dítětem jednoduchá pravidla, která dovedete dodržovat.

Plán - Vytvořte přehledný strukturovaný a stručný plán, kdy se odchází z domova, kdy je večeře, čas na hru, čas na povinnosti, čas jít spát.

Hodiny - Používejte hodiny, budíky, přesýpací hodiny na ohraničení úkolů. Ukazujte dětem, kdy je čas začít a kdy se bude s prací končit.

Vlastní prostor - Vytvořte dítěti pracovní místo (klidné). Bude to jeho osobní prostor, kam si může kdykoli zalézt.

Řád v pokojíčku - Pomozte dítěti v jeho pokoji najít místa pro jednotlivé věci a vytvořit řád, kterému rozumí.

Kroužky - Zapište jej do zájmového či sportovního kroužku. Kroužky ale nesmíte dítě přetěžovat! Jeden kroužek, maximálně dva pro předškoláka jsou tak akorát. Pokud má dítě obtíže v logopedické oblasti, nezapisujte jej na jazykový kroužek. Pokud má problémy se sykavkami, vyhněte se angličtině.

Omezení určitých aktivit - Zkuste omezit TV, videohry a další přístroje na rozumnou míru. Vytvořte jasná pravidla, jímž dítě porozumí a která dokáže bez obtíží dodržovat. Nezahrnujte velké výzvy, které dítě stojí námahu. Vaše role bude v takovém případě spíše roli dráha vyžadujícího dodržení pravidla proto, že "se to řeklo". Co se týká věku, někteří odborníci dokonce říkají, že by se dítě nemělo běžně setkávat s počítačem, tabletem, či smartphonem až do věku 6 let. Pokud vše budete brát s rozumem a volit vhodné aplikace, dítě může krátkodobý pobyt na těchto zařízeních i obohatit. Co se týče televize či youtube, vždy sledujte, na co se dítě dívá. V televizi jsou i pořady pro dospělé, kterým děti vůbec nerozumějí a mohou je tak špatně pochopit. Přes youtube se může dítě proklikat prakticky kamkoli. To mějte vždy na paměti.

Výsledek snažení - Někdy napomáhá výsledek společného snažení pověsit na nástěnku (ne jako výstrahu, ale jako pomoc). Pro děti, které neumějí číst, lze vše udělat v obrázcích.

Organizovaný systém - Děti velmi dobře reagují na organizovaný systém ocenění a následků. Důležité je vysvětlit, kdy a co se oceňuje a co nese nepříjemné důsledky. Co se stane, když se pravidla poruší, co nastane, když se dodrží.

Zlaté pravidlo - Jedná se o pravidlo vytvořené společně. Dodrží je jak rodiče i děti.

Důslednost - Důslednost je jedna z nejdůležitějších vlastností rodiče ve výchově. Pokud se na něčem domluvíte a bude to rozumné, trvejte na splnění. Kontrolujte splnění a nezapomínejte na to. Pokud nedojde ke kontrole, nebude dítě považovat za nutné příští zadaný úkol splnit.

Oceňování - Nezapomeňte oceňovat a nahlas říkat pozitivní komentáře a ujištění, které si často jako rodiče jen pomyslíte. Máte obavy, že když je řeknete nahlas, ztratíte autoritu či dítě přistě neposlechne? Platí opak, oceněním posilujeme dobré chování a jednání dítěte. Oceňujte dílčí úspěchy, formulujte ocenění konkrétně, za co dítě chválíte, co přesně se mu podařilo.

Dítě s potížemi - Zejména dítě, které se potýká s obtížemi v některé z oblastí, touží po ocenění. Hledejte proto za co jej ocenit, ale je třeba hledat vhodně. Pokud budete oceňovat pouze ty jsi šikovná/ý, dítě přestane na tuto pochvalu slyšet. Popište, co se vám líbilo, že dítě udělalo, zvládlo atd.

NE kritice - Nekritizujte své dítě, nemáte-li k tomu opravdu vážný důvod. Mnoho dětí působí dojmem, že jim to nevadí, že tomu nevěnují pozornost. Opak je pravdou - neustálá kritika tyto děti zasahuje, ničí jejich sebedůvěru a dává vzniknout pocitu méněcennosti.

Odděluje dítě a jeho chování - Nejste nespokojeni s dítětem, ale s jeho chováním.

Odměny - Oceňujte spíše různými privilegii a aktivitami, než sladkostmi a hračkami. Odměny pozměňujte, trochu je překvapte. Odměna by měla přijít co nejdříve po splnění. Děti rychle zapomenou a pak zůstanou jen plané sliby bez efektu.

Hra úspěchu - Děti rády sbírají něco za své úspěchy (hvězdičky, políčka atd.). Vybarvují políčka jako známku svého drobného úspěchu. Domluvte se na celém průběhu hry - za co se sbírá, kolik se musí nasbírat, co se stane, když se nasbírá domluvený počet. Naopak co se stane, když se to nepodaří. Co se může udělat pak? Pokud vám a vašemu dítěti tento systém sbírání funguje, nehleďte na poznámky, že rozvíjíte jen vnější motivaci a dítě hraje pro zisk. Přehledy a tabulky jsou viditelným připomenutím úspěchů dítěte, které má na očích i tehdy, když se nedaří.

Spouštěče nevhodného chování - Nevystavujte dítě situacím, které jsou spouštěči jeho nevhodného chování.

Jak to mohlo dopadnout - Pokud se dítě chovalo nevhodně, ptejte se ho, jak mohla celá situace dopadnout. Co by třeba udělalo jinak. Můžete si s dítětem jeho nápady na zkoušku zahrát.

Dostatek spánku - Nezapomínejte na dobrý denní režim. Přiměřená hodina ke spánku a klidnější aktivity před ním mají na dítě velký vliv.

Dobrá strava - Důležitá je zdravá a pravidelná strava. Spousta dětí však odmítá kvůli jídlu přerušit hru. V tomto případě je nutné důsledné rodičovské vedení. Přeslazené nápoje a fastfoodové jídlo potíže dítěte jen zhoršují. Nápoje obsahující kofein a energetické nápoje by dítě nemělo mít vůbec v dosahu.

Mazlení - Každý den se s dítětem minimálně deset minut mazlete. Objetí a pohlazení potřebují všichni, obzvláště malé děti. Cítí bezpečné a láskyplné místo. Často se v těchto chvílích svěří s nějakým trápením. Jestliže dítě častý fyzický kontakt příliš nevíta, buďte s ním, posaďte se vedle a povídejte si, vybírejte pohádky či si postavte stavbu z kostek.