

Obowiązki domowe Twojego dziecka.

Edyta Orłowska i Monika Sztolpa-Zaremba

Obowiązki domowe: dobre dla dzieci i dobre dla rodziny

Dzieci, które mają obowiązki domowe mają szansę na tej podstawie wiele się nauczyć.

Wykonywanie obowiązków domowych pozwala dzieciom dowiedzieć się co trzeba robić aby zadbać o swoje potrzeby, o dom czy o rodzinę. Nabywają umiejętności, których mogą użyć w dorosłym życiu: jak przygotowywać posiłki, sprzątać, organizować i utrzymywać ogródek.

Zaangażowanie w obowiązki domowe daje dzieciom okazję do szlifowania umiejętności społecznych: jasnej komunikacji, negocjacji, współpracy i pracy grupowej.

Kiedy dzieci mają swój wkład w życie rodzinne, daje im to poczucie bycia kompetentnym i odpowiedzialnym. Nawet kiedy nie sprawia im to przyjemności, w miarę pracy uzyskują poczucie satysfakcji towarzyszącej zakończeniu tych czynności.

Podział obowiązków domowych pomaga także całej rodzinie. Redukuje zmęczenie i stres. Kiedy dzieci Wam pomagają, prace

domowe kończą się szybciej i macie więcej czasu dla siebie jako rodzina.

Jak zaangażować dzieci w obowiązki domowe?

Sekretem skutecznego zaangażowania dziecka w obowiązki domowe jest prośenie o wkład, który jest dla Ciebie ważny i odpowiedni do wieku dziecka. Obowiązki zbyt trudne będą frustrujące-a nawet niebezpieczne-zbyt łatwe z kolei szybko stają się nudne.

Nawet małe dziecko może pomagać w domu jeżeli dobrze dobierzesz zadania do wieku i możliwości pociechy. Możecie zacząć od prostych prac jak dbanie o własne zabawki.

Jeżeli Twoje dziecko jest wystarczająco duże możecie zaangażować je w rodzinną dyskusję i proces przydzielania obowiązków wszystkim członkom rodziny. To pomoże wzmocnić poczucie, że wszyscy wkładają wysiłek w życie domowe. Dzieci powyżej 6 roku życia mogą już uczestniczyć w decyzjach i określić obowiązki, które chciałyby wykonywać.

Możesz motywować Swoje dziecko do zaangażowania się w obowiązki domowe poprzez:

Obowiązki domowe Twojego dziecka.

Edyta Orłowska i Monika Sztolpa-Zaremba

- Wykonywanie pracy wspólnie dopóki dziecko nie będzie gotowe robić to samodzielnie.
- Jasne określenie co dana osoba ma do zrobienia każdego dnia/tygodnia- najlepiej to gdzieś zapisywać.
- Mówienie czemu to dobrze, że coś zostało zrobione.
- Okazywanie zainteresowania tym, jak dziecko wykonało zadanie.
- Chwalenie pozytywnych zachowań.
- Wprowadzenie tabelki ukazującej wypełnianie obowiązków i zaplanowanie drobnych nagród po pewnym czasie (wybranie programu w TV, który będą wszyscy oglądali lub zadecydowanie co będzie na obiad)

Zachęta utrzymuje zainteresowanie dziecka wykonywaniem obowiązków. Jeżeli pierwsze wysiłki Twojego dziecka nie są rewelacyjne możesz wytłumaczyć od nowa jak należy coś zrobić. Powtarzaj dziecku, że dobrze sobie radzi.

Kieszonkowe za wypełnianie obowiązków?

Łączenie obowiązków domowych z kieszonkowym może prowadzić do targowania się o to, ile warta jest dana czynność. Może także stać na przeszkodzie wykonywaniu prac domowych tylko dlatego, że wszyscy w rodzinie są odpowiedzialni za coś i sobie pomagają.

Jednakże, jeżeli Twoje dziecko już wcześniej tak pracowało i czuje się motywowane kieszonkowym, pójdz za tym. Możesz nawet rozważyć dawanie premii za dodatkowe obowiązki, jeżeli dziecko zbiera pieniądze na coś specjalnego.

Jeżeli zdecydujesz się wypłacać kieszonkowe za obowiązki domowe, wyjaśnij jasno co ma robić aby nie było niejasności: co i jak i kiedy ma być wykonane.

Niektóre rodziny decydują się na wypłacanie „bonusów” za dodatkowe prace ale podstawowe obowiązki nie są powiązane z kieszonkowym.

Obowiązki domowe Twojego dziecka.

Edyta Orłowska i Monika Sztolpa-Zaremba

Obowiązki domowe dla dzieci w różnym wieku.

Oto kilka przykładów:

Małe dzieci (2-3 lata)

- Pozbieranie zabawek i książek.
- Zawieszenie ubrania na haczyku, ewentualnie prostym wieszaczku.
- Pomoc w ustawieniu podkładek, serwetek na stole przed obiadem.

Dzieci w wieku przedszkolnym (4-5 lat)

- Przygotowanie stołu do posiłku.
- Pomoc w przygotowaniu posiłku z nadzorem dorosłego.
- Podawanie mokrych ubrań wyjętych z pralki do rozwieszenia.
- Pomoc w rozdzieleniu wypranych rzeczy w oddzieleniu dla każdego członka rodziny (sterta mamy, taty, dziecka, siostry itp.)
- Pomoc w zakupach i rozłożeniu zakupionych rzeczy na półki, do lodówki.

Dzieci w wieku szkolnym (6-8 lat)

- Podlewanie ogródka i roślin w domu.

- Karmienie zwierząt domowych.
- Czyszczenie zlewu w łazience, ścieranie krzesel, ławek, mycie podłóg mopem, wynoszenie śmieci.
- Pomoc w rozwieszaniu prania i składaniu wysuszonych rzeczy.
- Odkładanie na miejsce wmytych sztućców i talerzy.
- Pomoc w planowaniu posiłków i zakupach.
- Pomoc w przygotowaniu posiłków i ich podawaniu do stołu pod nadzorem osoby dorosłej.

Możesz utrzymać motywację do wypełniania obowiązków Twojego dziecka pozwalając od czasu do czasu na zmianę obowiązków domowych na inne. To pozwoli także na zamienne wykonywanie różnych obowiązków przez innych członków rodziny i pozwoli poćwiczyć dziecku umiejętności współpracy, negocjacji i uzyskiwania kompromisu.