



## Ο Απόλυτος Οδηγός για την Ενσωμάτωση της Πρακτικής Ζωής στο Σπίτι

**Heather White**

Είναι πραγματική χαρά να βλέπει κανείς τον θαυμασμό και το δέος των μικρών παιδιών κατά τη διάρκεια φαινομενικά συνηθισμένων εργασιών. Οι καθημερινές δραστηριότητες, όπως το ντύσιμο, το βούρτσισμα των δοντιών, το σκούπισμα του πατώματος, το στρώσιμο του τραπεζιού και η προετοιμασία ενός γεύματος, είναι για τα παιδιά ελκυστικές και συναρπαστικές. Δεν προσφέρουν απλώς στο παιδί νέες προκλήσεις, αλλά του επιτρέπουν να κάνει ανακαλύψεις για τον κόσμο στον οποίο ζει.

Οι δραστηριότητες Πρακτικής Ζωής αποτελούν χαρακτηριστικό στοιχείο της μοντεσοριανής μεθόδου και βοηθούν τα παιδιά να μάθουν πώς να φροντίζουν τον εαυτό τους, τους άλλους και το περιβάλλον τους. Η εισαγωγή αυτών των εργασιών εκμεταλλεύεται πλήρως την έμφυτη διάθεση του παιδιού να αποκτήσει αυτές τις δεξιότητες σε πολύ μικρή ηλικία. Στην πραγματικότητα, η Μαρία Μοντεσσόρι (2017, 49) δήλωσε κάποτε μιλώντας στους γονείς: *«Δεν διδάσκουμε αυτά τα πράγματα στα παιδιά για να τα κάνουμε μικρούς υπηρέτες, αλλά επειδή έχουμε παρατηρήσει ότι με τη δική τους θέληση, τα παιδιά δείχνουν πραγματικά το μεγαλύτερο ενδιαφέρον στο να τελειοποιούν όλες τις κινήσεις της καθημερινής ζωής».*

### **Τι είναι οι Δραστηριότητες Πρακτικής Ζωής;**

Οι δραστηριότητες Πρακτικής Ζωής είναι οι δραστηριότητες της καθημερινής ζωής. Σύμφωνα με τη Μοντεσσόρι (1948, 65), ικανοποιούν τη *«ζωτικότερη ανάγκη της ανάπτυξης των παιδιών»*, την οποία αποκαλύπτουν μέσω μιας εσωτερικής παρόρμησης, *«Βοήθησέ με να το κάνω μόνο μου!»*. Αφορούν παιδιά όλων των ηλικιών και αλλάζουν καθώς το παιδί συνεχίζει να μεγαλώνει και να αναπτύσσεται. Για ένα νήπιο, αυτές οι δεξιότητες μπορεί να περιλαμβάνουν το να μάθει να ανεβάζει το παντελόνι του ή να πλένει τα χέρια του. Για ένα παιδί σχολικής ηλικίας ή έναν έφηβο, αυτές οι δραστηριότητες μπορεί να περιλαμβάνουν τη διαχείριση χρημάτων, τον προγραμματισμό και την προετοιμασία οικογενειακών γευμάτων ή την ανάπτυξη ενός επιχειρηματικού σχεδίου.

Αν και αυτές οι δραστηριότητες μπορεί να φαίνονται απλές στους ενήλικες, αξιοποιούν τις δυνατότητες των παιδιών να αναπτύξουν μια αίσθηση υπερηφάνειας και αυτοεκτίμησης καθώς μαθαίνουν πώς να φροντίζουν τον εαυτό τους, τους άλλους και το περιβάλλον τους. Θέτουν επίσης τα θεμέλια για μετέπειτα ακαδημαϊκή μάθηση, καθώς επιτρέπουν στο παιδί να αναπτύξει συγκέντρωση, συντονισμό και αίσθηση της τάξης. Αυτές οι συνηθισμένες εργασίες είναι πραγματικά εφόδια ζωής.

Στη μοντεσοριανή τάξη, οι συνηθισμένες δραστηριότητες Πρακτικής Ζωής περιλαμβάνουν:

- Πλύσιμο χεριών
- Διακόσμηση με λουλούδια (ανθοδετική)
- Πλύσιμο πιάτων
- Σκούπισμα
- Πότισμα φυτών
- Στύσιμο πορτοκαλιών για φρέσκο χυμό
- Καθάρισμα και κοπή μπανάνας σε φέτες
- Άλειμμα σε φρυγανιά
- Φύσημα της μύτης
- Βήχας και φτέρνισμα ευγενικά

### **Φέρνοντας Δραστηριότητες Πρακτικής Ζωής στο Σπίτι**

Δεδομένου ότι οι δεξιότητες Πρακτικής Ζωής αφορούν σε κοινές καθημερινές εργασίες, είναι πολύ εύκολο να ενσωματωθούν σε ανάλογες δραστηριότητες στο σπίτι. Στις περισσότερες περιπτώσεις, δεν χρειάζονται ειδικά υλικά και απαιτείται πολύ μικρή προετοιμασία.

Ακολουθούν μερικές απλές ιδέες για δραστηριότητες Πρακτικής Ζωής στο σπίτι:

- Βοήθεια με το πλύσιμο ρούχων - μεταφορά ρούχων στο καλάθι των άπλυτων ρούχων, τοποθέτηση ρούχων στο πλυντήριο, προσθήκη απορρυπαντικού, μετά το πλύσιμο μεταφορά ρούχων στην απλώστρα, δίπλωμα των καθαρών ρούχων
- Ντύσιμο και γδύσιμο
- Βούρτσισμα μαλλιών
- Βούρτσισμα δοντιών
- Πλύσιμο χεριών
- Πλύσιμο πιάτων
- Στρώσιμο τραπεζιού
- Βοήθεια στην προετοιμασία γευμάτων.

## **Ακολουθούν Οκτώ Συμβουλές για να Εισάγετε τις Δραστηριότητες Πρακτικής Ζωής στο Σπίτι:**

*Προετοιμάστε το περιβάλλον.*

Να έχετε τα είδη καθαρισμού κοντά και έτοιμα, σε απόσταση που το παιδί να μπορεί να τα φτάσει και στο ύψος των ματιών του. Η διατήρηση αντικειμένων όπως μια πετσέτα χεριών, μια σκούπα και μια σφουγγαρίστρα σε μέγεθος παιδιού βοηθά στο να καθαρίζονται εύκολα μικρές και μεγαλύτερες ποσότητες χυμένες στο πάτωμα.

*Δείξτε τη διαδικασία .*

Όπως με όλες τις νέες δραστηριότητες, δείξτε πρώτα πώς γίνεται η εργασία. Χρησιμοποιήστε αργές, σκόπιμες κινήσεις, αφήνοντας το παιδί να συγκεντρωθεί σε κάθε μία από τις απαιτούμενες ενέργειες. Προσπαθήστε να περιορίσετε τις λεκτικές οδηγίες ενώ δείχνετε, ώστε να επικεντρωθεί το παιδί στις κινήσεις.

*Δώστε στο παιδί την ευκαιρία να εξασκηθεί.*

Ως ενήλικας, μπορεί συχνά να είναι δύσκολο να μην επέμβετε και να προσφέρετε συμβουλές ή υποστήριξη, αλλά προσπαθήστε να αντισταθείτε σε αυτή την παρόρμηση, δίνοντας στο παιδί χρόνο να καταλάβει κάθε νέα εργασία. Προσπαθήστε να μην παρεμβαίνετε ή να διορθώνετε, εκτός αν σας ζητηθεί από το παιδί. Ακόμα κι αν το παιδί κάνει λάθη ή δημιουργήσει ακαταστασία, αυτό είναι μέρος της μαθησιακής διαδικασίας και επιτρέποντας του να το διαχειριστεί μόνο του θα του καλλιεργήσει μια αίσθηση αυτοπεποίθησης και ικανότητας.

*Ακολουθήστε το παιδί.*

Να έχετε επίγνωση των ενδιαφερόντων και του αναπτυξιακού επιπέδου του παιδιού και προσαρμόζετε τις δραστηριότητες για να καλύψετε τις ανάγκες του. Προσπαθήστε να προσφέρετε στο παιδί δραστηριότητες οι οποίες το προκαλούν, αλλά είναι εφικτές για εκείνο. Η εισαγωγή δραστηριοτήτων που είναι πολύ πέρα από το επίπεδο δεξιοτήτων ενός παιδιού μπορεί να προκαλέσει απογοήτευση και αποθάρρυνση. Έχοντας αυτό κατά νου, θυμηθείτε ότι οι δραστηριότητες μπορούν να τροποποιηθούν ή να επεκταθούν καθώς το παιδί ωριμάζει και αναπτύσσεται. Προσθέστε περισσότερα βήματα σε μια βασική δραστηριότητα για να αυξήσετε το επίπεδο πρόκλησης. Για παράδειγμα, ζητήστε από το παιδί να φορέσει μια ποδιά, να πλύνει τα πιάτα, να σκουπίσει τον χώρο μαγειρέματος και να βάλει τα βρεγμένα πανιά στα ρούχα για πλύσιμο, ως μέρος της διαδικασίας προετοιμασίας φαγητού.

*Απολαύστε τη στιγμή.*

Είναι πιθανό ότι η συμμετοχή ενός παιδιού σε καθημερινές εργασίες θα τις κάνει να διαρκούν περισσότερο. Απολαύστε αυτές τις στιγμές. Μην βιάζεστε και επιτρέψτε στο παιδί να εξασκηθεί και να συμμετάσχει.

*Επικεντρωθείτε στη διαδικασία και όχι στο αποτέλεσμα.*

Θυμηθείτε ότι το παιδί μπορεί να μην ολοκληρώσει μια εργασία όπως θα την ολοκλήρωνε ένας ενήλικας ή ακόμα και όπως αναμενόταν. Μπορεί να υπάρχει ακόμα ζάχαρη στον πάγκο αφού τη σκουπίσει, μπορεί να υπάρχει ακόμα βρωμιά στο πάτωμα αφού σκουπίσει, τα ρούχα μπορεί να μην είναι διπλωμένα σωστά. Τα πράγματα μπορεί να μην είναι τέλεια, αλλά το παιδί μαθαίνει να κατακτά αυτές τις δεξιότητες και είναι σημαντικό η προσπάθειά του να μην υπονομεύεται. Αν κάτι πρέπει να διορθωθεί, προσέξτε να το κάνετε μακριά από το οπτικό πεδίο του παιδιού, ώστε να μην το αποθαρρύνετε.

*Αναζητήστε τρόπους με τους οποίους τα παιδιά μπορούν να βοηθήσουν.*

Μπορεί να μην φαίνεται προφανές στην αρχή, αλλά αξίζει να σταματήσετε για μια στιγμή και να σκεφτείτε μικρούς τρόπους για να συμμετέχει το παιδί στις καθημερινές εργασίες του σπιτιού. Κάτι τόσο απλό όσο το να μεταφέρει ένα ρούχο στον κάδο των ακάθαρτων ρούχων μπορεί να είναι απίστευτα σημαντικό για ένα μικρό παιδί.

*Κάντε το διασκεδαστικό!*

Ίσως το πιο σημαντικό: θυμηθείτε ότι αυτές οι εμπειρίες προορίζονται να είναι διασκεδαστικές. Συνεχίστε με μικρά βήματα και η μάθηση του παιδιού θα γίνει με έναν διασκεδαστικό, φυσικό τρόπο!

Αν και συχνά παραβλέπονται κατά τον σχεδιασμό Μοντεσσοριανών δραστηριοτήτων στο σπίτι, η προετοιμασία εμπειριών Πρακτικής Ζωής και η συμμετοχή του μικρού παιδιού σε αυτές τις φαινομενικά συνηθισμένες εργασίες έχει μεγάλη αξία. Αυτές οι δραστηριότητες παρέχουν ευκαιρίες στα παιδιά να βιώσουν χαρά και ολοκλήρωση, καθώς γίνονται σίγουρα και ικανά μέλη της οικογενειακής τους κοινότητας.

## **Αναφορές**

Montessori, Maria. 1948. *From Childhood to Adolescence*. Netherlands: Montessori-Pierson Publishing Company.

Montessori, Maria. 2017. *Maria Montessori Speaks to Parents: A Selection of Articles*. Netherlands: Montessori-Pierson Publishing Company.

## **Η συγγραφέας**

Η Heather White EdS, είναι εκπαιδύτρια και μοντεσσοριανή σύμβουλος , δημιουργός περιεχομένου και εκπαιδευτικός για ενήλικες εκπαιδευόμενους, καθώς και συντονίστρια και διαχειρίστρια της ομάδας Facebook Montessori at Home (0 – 3 years). Παλαιότερα, ήταν μοντεσσοριανή δασκάλα, φροντίστρια παιδιών στο σπίτι, συντονίστρια για το κατώτερο Δημοτικό σχολείο και αναπληρώτρια διευθύντρια σχολείου. Έχει επίσης εμπειρία ως ασκούμενη σχολική ψυχολόγος. Είναι πιστοποιημένη από το AMS (Πρώιμη Παιδική Ηλικία, Δημοτικό Ι) και είναι Εθνικά Πιστοποιημένη Σχολική Ψυχολόγος (NCSP).

*Αυτό το άρθρο δημοσιεύθηκε αρχικά στο Montessori Life, Ιούλιος 2024.*

*<https://amshq.org/blog/community-feature/2024-07-29-the-ultimate-guide-to-incorporating-practical-life-at-home/>*

Αναδημοσιεύεται εδώ με την άδεια του American Montessori Society και του συγγραφέα.

## **Μετάφραση: Δημήτρης Χασάπης**