

Z NASZEGO PODWÓRKA

ROZWÓJ EMOCJONALNY U DZIECI W WIEKU PRZEDSZKOLNYM

Rozpoczęcie przez dziecko edukacji przedszkolnej jest momentem przełomowym w jego życiu społecznym. Pójście do przedszkola wiąże się ze zmianą dotychczasowego trybu życia i sposobu zaspokajania potrzeb, do czego dołączają się nowe dla dziecka zadania związane z funkcjonowaniem w grupie przedszkolnej. Niesie to za sobą większe napięcia emocjonalne.

Tabela "ROZWÓJ EMOCJONALNY" przedstawia cechy charakterystyczne tego rozwoju dla dzieci od 2 i pół roku do 6 lat. Dziecko nie rodzi się z gotowymi reakcjami emocjonalnymi. Uczy się ich w toku nabywania doświadczenia. W wieku przedszkolnym emocje dzieci przejawiają się w sposób bardzo ekspresyjny, są krótkotrwałe. Dzieje się tak wskutek niepełnej dojrzałości układu nerwowego i niewykształconych jeszcze procesów hamowania - dziecko jest bardzo pobudliwe. Dlatego nawet słabe bodźce mogą wywołać - w zależności od rodzaju - przykre lub przyjemne stany emocjonalne.

W kolejnej rubryce "ROZŁADOWYWANIE NAPIĘĆ EMOCJONALNYCH" znajduje się zestawienie najczęściej występujących dziecięcych sposobów na rozładowywanie napięć emocjonalnych. Jednak należy pamiętać, że każde dziecko jest niepowtarzalną indywidualnością i reakcje emocjonalne u każdego przebiegają inaczej! Na tę indywidualność składa się sieć oddziałujących wzajemnie czynników zarówno biologicznych, jak i społecznych (zadatki organiczne, czyli wrodzone wyposażenie anatomiczno - fizjologiczne, własna aktywność i działalność jednostki, środowisko, wychowanie i nauczanie). Zachowania dziecięce zależą również od etapu rozwoju, jaki w danym momencie osiągnęło.

Jak wynika z poniższego zestawienia, reakcje emocjonalne dzieci przebiegają w niektórych okresach łagodniej, w niektórych charakteryzują się wzmożonym napięciem, jak wiek 2 i pół, 3 i pół, 5 i pół i 6 lat. Niektórzy psychologowie uważają, że rozwój emocjonalny nie jest procesem progresywnym, lecz podlega różnego rodzaju fluktuacjom. Stany równowagi przeplatają się ze stanami zachwiania równowagi. W tych okresach należy zadbać o eliminowanie sytuacji, które mogą wywołać wzrost napięcia emocjonalnego. Opisane w tabeli zachowania to dziecięce sposoby na rozładowywanie napięć emocjonalnych, których jednak nie sposób całkowicie uniknąć. Z pewnością niektóre z tych sposobów nie są przyjemne dla otoczenia, a ich częste występowanie u dzieci budzi niepokój rodziców. Co robić z tymi nawykami jeżeli się już pojawią? Otóż w większości przypadków dzieci same z tego wyrastają. Rodzice nie powinni zwracać na nie szczególnej uwagi, ponieważ im mniej się o nich mówi, im mniejszą się przywiązuje wagę, tym szybciej przemijają. Ciągłe uwagi rodziców wypowiedane nawet w dobrej wierze, mogą raczej spotęgować, a nie ograniczyć ssanie kciuka, obgryzanie paznokci czy inne czynności. Rodzice powinni zachować spokój. Zrobić dokładne rozeznanie kiedy, w jakich okolicznościach pojawia się nawyk, zbadać jego podłoże a następnie unikać sytuacji, które do niego prowadzą. Jeżeli natomiast określone zachowania utrzymują się dłużej lub nabierają szczególnej intensywności (np. tiki), należy poradzić się lekarza.

Ostatnia wreszcie część tabeli to "TECHNIKI DYSCYPLINOWANIA DOSTOSOWANE DO STOPNIA ROZWOJU DZIECKA". Aby się nimi posługiwać należy

poznać mechanizm zachowań dzieci na każdym etapie rozwoju, i odpowiednio nim pokierować. Jest to metoda najskuteczniejsza.

Można przy okazji wspomnieć o najłatwiejszym sposobie dyscyplinowania dzieci, a jednocześnie najmniej pożądanym, - oddziaływanie na sferę emocjonalną poprzez wymierzanie klapsów, krzyki, groźby. Druga grupa metod opiera się na argumentowaniu, przekonywaniu, tłumaczeniu, rozmawianiu z dzieckiem dlaczego złe zachowanie jest naganne. Metoda ta sprawdza się w niektórych przypadkach.

Wiek	ROZWÓJ EMOCJONALNY	ROZŁADOWYWANIE NAPIĘĆ EMOCJONALNYCH	TECHNIKI DYSCYPLINOWANIA DOSTOSOWANE DO STOPNIA ROZWOJU DZIECKA
2 i pół roku	<ul style="list-style-type: none"> • Dziecko w tym wieku ulega gwałtownym emocjom i nie jest wtedy zdolne do współpracy z innymi. Oscyluje pomiędzy buntem a posłuszeństwem. • ragnie niezależności. • Tuż przed ukończeniem 3 lat staje się bardziej wyciszone i uległe. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dziecko może ssać kciuk w ciągu dnia. Nocą czynność ta może być związana z potrzebą np. skubania swojego kocyka, kręcenia włosów, trzymania ulubionej maskotki itp. • Czasami kołysanie się, walenie głową. • Masturbacja. • U dzieci sprawnych językowo może wystąpić jąkanie. • Darcie tapet, odrapywanie tynku. • Wielki bałagan w pokoju, niszczenie dużych i małych przedmiotów. • Nagłe, agresywne ataki, dziecko może uderzyć obcego. • Napady wściekłości. 	<ul style="list-style-type: none"> • Jest to wiek przeciwstawnych skrajności. Nie należy stawiać dziecka w sytuacjach wyboru, chyba że nie ma on większego znaczenia. • Dzieci niechętnie dzielą się czymkolwiek. Bywają agresywne i samolubne. • Należy odpowiednio przystosować otoczenie dziecka. Rzeczy, których dziecko nie powinno dotykać należy usunąć z jego zasięgu. Nakazy i zakazy słowne są nieskuteczne. • Z wyjątkiem sytuacji, kiedy bezwzględne posłuszeństwo jest niezbędne, można formułować polecenia tak, aby uszanować dumę dziecka: "A może byśmy...", "Chodź, zrobimy to i to...". • Należy używać słów i zwrotów, które są dla dziecka pełne znaczenia: "potrzebuje", "musi mieć", "już czas aby...". • Lepiej jest unikać pytań, na które dziecko może odpowiedzieć "NIE". Zamiast "Czy możesz pozbierać zabawki?" można zapytać: "A gdzie układa się te zabawki?". • Można stosować żarty słowne.
3 lata	<ul style="list-style-type: none"> • Dziecko staje się 	<ul style="list-style-type: none"> • Ssanie kciuka, często 	<ul style="list-style-type: none"> • Jest to wiek "Ja też". Dlatego

	<p>towarzyskie, kochające, przyjazne, ugodowe, łatwo ulega sugestiom innych.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Z łatwością przejmuje relacje i cechy charakteru osób dorosłych. 	<p>związane z manipulowaniem dodatkowymi przedmiotami może występować nocą i okazjonalnie za dnia. Podczas snu można dziecku wyjąć kciuk z buzi.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dziecko w tym wieku rzadziej rozładowuje napięcia. • Mogą się zdarzać nocne spacerery. 	<p>łatwo spowodować pożądane zachowanie wskazując na inne dziecko, które robi daną rzecz.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Należy wydawać polecenia o charakterze pozytywnym. Lepiej powiedzieć "Chodzimy po podłodze", niż "Nie chodzi się po stole". • W dalszym ciągu nie dzieli się zabawkami (rzadko), chociaż bardzo chętnie bawi się w pobliżu innych dzieci. • Dzieci potrafią wiele zrobić, jeżeli obieca się im niespodziankę. • Dzieci reagują na podniety językowe: "nowe", "inne", "wielkie", "niespodzianka", "tajemnica", "mógłbyś pomóc", "mógłbyś spróbować". • Można używać argumentów, wiele dzieci na nie reaguje: "Chodź, pozbieramy zabawki, Będziemy mieć więcej miejsca do zabawy po obiedzie". Można również wymyślać fantazyjne określenia, np. "Ciekawe czy mały drwal da radę podnieść te wielkie kłody" (jeżeli chcemy, aby dziecko pozbięrało klocki). Metody pośrednie też okazują się skuteczne np. nakłaniamy do zdjęcia butów, zgadując jaki jest kolor skarpetek dziecka.
<p>3 i pół roku</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dziecko częściej okazuje nerwowość, drażliwość, nieśmiałość. • Brak pewności siebie objawia wstydem. • Dzieci domagają się specjalnej uwagi, żądają od rodziców zapewnienia o miłości i przywiązaniu. Odczuwają brak pewności i bezpieczeństwa w 	<ul style="list-style-type: none"> • Wiek ten charakteryzuje się wzmożoną częstotliwością rozładowywania napięcia emocjonalnego. • Ssanie palca w nocy z dodatkowym przedmiotem, w dzień tylko ssanie palca. • Silne jąkanie się. • Dłubanie w nosie, obgryzanie paznokci, plucie. • Drżenie rąk, potykanie się, przewracanie. • Płaczliwość. 	<ul style="list-style-type: none"> • Jest to wiek "Ja też". Dlatego łatwo spowodować pożądane zachowanie wskazując na inne dziecko, które robi daną rzecz. • Należy wydawać polecenia o charakterze pozytywnym. Lepiej powiedzieć "Chodzimy po podłodze", niż "Nie chodzi się po stole". • W dalszym ciągu nie dzieli się zabawkami (rzadko), chociaż bardzo chętnie bawi się w pobliżu innych dzieci. • Dzieci potrafią wiele zrobić, jeżeli obieca się im

	sferze uczuciowej.		<p>niespodziankę.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dzieci reagują na podniety językowe: "nowe", "inne", "wielkie", "niespodzianka", "tajemnica", "mógłbyś pomóc", "mógłbyś spróbować". • Można używać argumentów, wiele dzieci na nie reaguje: "Chodź, pozbieramy zabawki, Będziemy mieć więcej miejsca do zabawy po obiedzie". Można również wymyślać fantazyjne określenia, np. "Ciekawe czy mały drwal da radę podnieść te wielkie kłody" (jeżeli chcemy, aby dziecko pozbiierało klocki). Metody pośrednie też okazują się skuteczne np. nakłaniamy do zdjęcia butów, zgadując jaki jest kolor skarpetek dziecka.
4 lata	<ul style="list-style-type: none"> • Dziecko w tym wieku demonstruje duże poczucie pewności siebie • Wykazuje celowość, skuteczność i wytrwałość w działaniu. • Posiada utrwalone standardy zachowań przejętych od rodziców i bliskich. • Traktowane poważnie, rozwiązuje problemy, kierując się rozsądkiem. 	<ul style="list-style-type: none"> • Zachowanie "nie do opanowania": motorycznie - dziecko ucieka, kopie, pluje, obgryza paznokcie, dłubie w nosie, robi miny; werbalnie - puszy się, przechwala, celowo koślawi język i używa brzydkich słów. • Ssanie palca tylko podczas snu. • Lęki i koszmary senne. • Bóle brzucha, a nawet wymioty w momencie stresu. • Potrzeba oddania moczu w chwilach podniecenia emocjonalnego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Należy pamiętać, że dla 4 latka jest to wiek "nie do opanowania". Wiedząc o tym, można przymknąć oko na niektóre sytuacje - przechwalanie, hałaśliwość, buntowniczość, nadmiar arogancji. Odpowiednio wydając polecenia można wykorzystać skłonność dzieci do przesady. • Można powiedzieć, że jest to wiek sztuczek, przygód i poszukiwania nowych dróg. Można to wykorzystać, mówiąc "Czy potrafisz pozbierać klocki, zanim policzę do dziesięciu?" Odwołujemy się do szybko rosnących zainteresowań dziecka, jego rozbudzonej wyobraźni aby uzyskać posłuszeństwo. • Skuteczne okazuje się wydawanie poleceń szeptem.
5 lat	<ul style="list-style-type: none"> • Dziecko potrafi dość dobrze panować nad emocjami, jest bardziej zrównoważone. • Z determinacją dąży 	<ul style="list-style-type: none"> • W tym wieku obserwujemy niezbyt wiele przejawów emocjonalnego napięcia. Często jedno dziecko objawia tylko jeden, 	<ul style="list-style-type: none"> • Należy pamiętać, że dla 4 latka jest to wiek "nie do opanowania". Wiedząc o tym, można przymknąć oko na niektóre sytuacje -

	<p>do tego, aby być najlepszym, z wytrwałością ćwiczy nowe umiejętności.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstruje pewność siebie, bywa zarozumiiałe, lubi się popisywać. • Okazuje przyjacielskość i wspaniałomyślność. 	<p>charakterystyczny dla siebie sposób rozładowywania napięć.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dłubanie w nosie, obgryzanie paznokci. • Ssanie palca przed snem albo w stanie wielkiego zmęczenia. Mruganie oczami, potrząsanie głową, chrząkanie, pokasywanie. 	<p>przechwalanie, hałaśliwość, buntowniczość, nadmiar arogancji. Odpowiednio wydając polecenia można wykorzystać skłonność dzieci do przesady.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Można powiedzieć, że jest to wiek sztuczek, przygód i poszukiwania nowych dróg. Można to wykorzystać, mówiąc "Czy potrafisz pozbierać klocki, zanim policzę do dziesięciu?" Odwołujemy się do szybko rosnących zainteresowań dziecka, jego rozbudzonej wyobraźni aby uzyskać posłuszeństwo. • Skuteczne okazuje się wydawanie poleceń szeptem.
5 i pół roku	<ul style="list-style-type: none"> • W sytuacjach trudnych może okazać się zagubione, gubi rzeczy; szuka pomocy u dorosłych. • Nie potrafi znieść odrzucenia ze strony innych. • Sądzi, że obowiązujące zasady mają charakter absolutny (stąd biorą się ataki płaczu, kiedy dziecko popełni nawet drobny błąd) 	<ul style="list-style-type: none"> • Wzrasta ilość i intensywność sposobów rozładowywania emocji. Jedno dziecko może uciekać się do kilku z nich. • Częstsze dłubanie w nosie, obgryzanie paznokci, jąkanie. • Pokazywanie języka. • Mniej ssania kciuka przed snem. 	<ul style="list-style-type: none"> • Automatyczną reakcją dziecka w wieku 5 i pół, 6 lat jest "nie", albo "spróbuj mnie zmusić". Najlepiej zachować spokój, kiedy dziecko tak reaguje. • Można spróbować stosować polecenia: "Widzę, że będziesz musiał spróbować kilka razy, zanim uda Ci się to zrobić". Pozwoli to dziecku zmanifestować bunt i podporządkować się poleceniu. Można - jak w poprzednim etapie - rzucać wyzwania: "Ciekawe, czy potrafisz to zrobić, zanim policzę do dziesięciu". Należy dawać dziecku szansę na sukces takim zachowaniem. • Z dziećmi 6 letnimi można porozmawiać przed snem o tym, co zrobić, aby następny dzień był lepszy. To również skutkuje.
6 lat	<ul style="list-style-type: none"> • Dziecko mniej stabilne emocjonalnie. Szybko zmienia uczucie przyjaźni na wrogość. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ogólny niepokój. • Niezdarność - dziecko przewraca się często. • Mogą powrócić napady wściekłości. 	<ul style="list-style-type: none"> • Automatyczną reakcją dziecka w wieku 5 i pół, 6 lat jest "nie", albo "spróbuj mnie zmusić". Najlepiej zachować spokój, kiedy dziecko tak

<ul style="list-style-type: none"> • Wykazuje skłonność do egocentryzmu, agresji, buntu, drażliwości. Skrupulatnie przestrzega rytuałów. • Niełatwo pokonuje frustracje, z trudem akceptuje brak własnego sukcesu. • Potrafi być kochające, przyjazne, z entuzjazmem współpracuje z innymi., Ciekawe wszystkiego, co je otacza. 	<ul style="list-style-type: none"> • Plucie, obgryzanie paznokci, pokazywanie języka, jękanie. • Dziecko robi miny, naśladować innych, jakby dla zabawy. • Ssanie palca u dzieci przywiązanych do tej czynności może się nasilić. • Kołysanie nogami, kopanie 	<p>reaguje.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Można spróbować stosować polecenia: "Widzę, że będziesz musiał spróbować kilka razy, zanim uda Ci się to zrobić". Pozwoli to dziecku zmanifestować bunt i podporządkować się poleceniu. Można - jak w poprzednim etapie - rzucać wyzwania: "Ciekawe, czy potrafisz to zrobić, zanim policzę do dziesięciu". Należy dawać dziecku szansę na sukces takim zachowaniem. • Z dziećmi 6 letnimi można porozmawiać przed snem o tym, co zrobić, aby następny dzień był lepszy. To również skutkuje.
--	---	--

Bibliografia:

1. *Frances I., Louise Bates Ames, Sidney M. Baker "Rozwój psychiczny dziecka od 0 do 10 lat", Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1992.*
2. *Caterine Lee "Wzrastanie i rozwój dziecka", WS i P, Warszawa 1997.*
3. *M. Przetacznik - Gierowska, G. Makiello - Jarża, Psychologia rozwojowa i wychowawcza wieku dziecięcego, WSiP, Warszawa 1985.*
4. *red. M. Żebrowska, Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1986.*