

SPOŁECZNE FUNKCJONOWANIE DZIECI W PRZEDSZKOLU

EMOCJE - JAKO MOTOR DZIAŁANIA

Dzieci w wieku przedszkolnym nie kierują się w swojej aktywności zasadami czy normami – motorem ich działania są zawsze emocje. Podejmują tylko takie formy aktywności, które sprawiają im radość, a unikają wykonywania czynności, które są dla nich przykre lub trudne, np. rysowanie, ubieranie się. Emocje to niezmiernie złożony proces. To zespół zmian fizjologicznych (aktywność układu nerwowego i hormonalnego) i psychicznych (pod wpływem emocji lepiej lub gorzej koncentrujemy uwagę, spostrzegamy, zapamiętujemy, myślimy itp.). Stanowią również odpowiedź na bodźce płynące z otoczenia, są skutkiem subiektywnego przypisywania im znaczenia. Emocje, które odczuwa człowiek, wskazują mu, co jest dla niego korzystne, co mu zagraża oraz jakie ma nastawienie do danej sytuacji. Wszystkie emocje charakteryzują się:

- pobudzeniem – u dzieci jest ono wyraziste,
- znakiem – są przyjemne (+) lub przykre (-),
- siłą, natężeniem (od słabych do silnych) – u dzieci są silne,
- czasem trwania – u dzieci są zwykle krótkotrwałe i zmienne (labilne),
- treścią – tym, co przeżywamy (radość, przyjemność, żal, smutek, lęk, zagrożenie itp.).

Kiedy przychodzimy na świat, mamy wrodzone emocje przykre. Ich charakter jest obronny, dotyczą głównie niezaspokojonych potrzeb życiowych (głodu, bólu, zimna, niewygody – dziecko sygnalizuje je płaczem). Wszystkich pozostałych emocji, zarówno przyjemnych, jak i przykrych, uczymy się. Aby to się stało, nasze potrzeby biologiczne muszą być zaspokojone, stan zdrowia dobry, a także musimy odczuwać bezpieczeństwo psychiczne. Co ważne, nie ma emocji dobrych i złych – wszystkie są potrzebne w życiu. Dobra lub zła może być ekspresja, czyli sposób wyrażania uczuć. Uczymy się tego stopniowo, poczynając od wieku przedszkolnego. Emocjami nie możemy sterować, są one arbitralne, a tylko nasze zachowanie może podlegać ocenie.

Emocje przyjemne dla człowieka – zadowolenie, radość, satysfakcja, ciekawość i inne – motywują do działania, do pokonywania trudności, dodają energii, uskrzydłają. Uczucia przykre mają zaś charakter obronny:

- gniew, złość – dają energię do pokonywania trudności: do obrony, ataku, ucieczki,
- strach – pełni funkcję ochronną: odpowiada za unikanie, ostrożność, zwiększoną uwagę,
- smutek – pozwala przeżyć traumę, uświadomić sobie utratę kogoś, czegoś,
- zazdrość – wywołuje reakcje obrony „ja psychicznego”, np. przed utratą uczucia rodziców (gdy np. pojawia się młodsze rodzeństwo lub partner któregoś z rodziców).

Emocje nadają barwę życiu, nie należy więc się ich wystrzegać. Dzięki nim potrafimy z rozumieć innych ludzi. Przewaga uczuć przyjemnych wpływa na zwiększenie aktywności i na chęć uczenia się, poznawania nowych rzeczy, a także prowadzi do kreatywności i samorealizacji. Gdy odczuwamy większość emocji przykrych, dochodzi do unikania innych, bierności, lęku, wycofywania się, nadmiernej ostrożności, braku chęci poznawania świata i ludzi, wreszcie do zachowań anty- lub aspołecznych. Jakże są powody powstawania emocji u dzieci, co je wyzwala? Najważniejszych źródeł jest wiele:

- potrzeby biologiczne – dzieci głodne, śpiące, zmęczone, chore itp. płaczą, krzyczą, złością się, marudzą, niszczą zabawki, są agresywne, rozkojarzone,
- poznawanie zmysłowe – odkrywanie rzeczy i ich właściwości, szczególnie od ok. pierwszego do czwartego roku życia (maluchy poznają wszystkimi zmysłami, zbierają informacje na całe życie),

- własne działania, np. bieganie, skakanie, pokonywanie przeszkód, budowanie, rysowanie itp. – są istotne do ok. czwartego roku życia, na dalszych etapach dorastania bardziej liczą się efekty działań: gotowa budowla, rysunek, wygrana w zawodach,
- dorośli – ich obecność, stosunek do dziecka, bliskość, relacje,
- mowa – znaczenie słów, ich dobór, układ, intonacja,
- wzmocnienia – nagrody (przyjemność) oraz kary (przykrość),
- myślowa aktywność poznawcza – ciekawość, umiejętność rozwiązywania problemów, zagadek, dociekliwość, chęć zrozumienia,
- potrzeby psychiczne (akceptacja, bezpieczeństwo), kulturowe, poznawcze i inne,
- kontakty rówieśnicze – odgrywają ogromną rolę od czwartego roku życia dziecka aż do ukończenia szkoły,
- regulacyjne mechanizmy osobowości: głównie samoocena i poczucie własnej wartości – kształtują się one na podstawie wyżej podanych źródeł emocji, a utrwalają się w późniejszym czasie.

Emocje związane z poznawaniem zmysłowym oraz myślowym

Poznawanie zmysłowe u dziecka zaczyna się jeszcze w łonie matki (czuciowe, słuchowe, smakowe, równowagi) i intensywnie rozwija się w wieku niemowlęcym, poniemowlęcym, przedszkolnym i później. W wieku od ponad dwóch aż do lat czterech własna aktywność podczas poznawania jest ważnym źródłem emocji przyjemnych. Wyróżnia się kilka faz poznawania.

Dziecko odkrywca

Maluch (do lat pięciu) poznaje otoczenie wszystkimi zmysłami: patrzy, uderza i słucha, bierze do ust – smakuje, wącha, dotyka, rozkłada na części i bada, poznaje dotykowo kształt, ciężar, powierzchnię, wielkość, temperaturę itp. Takie poznawanie sprawia wiele radości, a zakazywanie dotykania przedmiotów wywołuje u dziecka płacz i złość. W młodszych grupach przedszkolnych powinno więc być wiele zabawek o zróżnicowanych kształtach, barwach itp., ale na tyle dużych, by nie zmieściły się w ustach. Dzięki nim dostarczamy dziecku wiedzy i ogromnej radości z poznawania – rozwijamy przy tym ciekawość świata.

Dziecko eksplorator

Dla dzieci w wieku od dwóch do czterech lat źródłem przyjemnych emocji (oprócz samej czynności poznawania) są takie czynności, jak rozrzucanie, burzenie, przesypanie, przelewanie, wkładanie i wyjmowanie, rzucanie, szeregowanie, piętrowanie. Dziecko wprowadza zmiany, bada, korzysta z różnych możliwości, dzięki czemu ma poczucie sprawstwa. W ten sposób buduje swoją pozytywną samoocenę.

Dziecko twórca

Kiedy dzieci ukończą czwarty rok życia, wzrasta ich kreatywność. Maluchy tworzą, korzystając z doświadczeń i wcześniej zdobytych umiejętności. Powstają budowle, rysunki, ciekawe tematy i pomysły różnych zabaw ruchowych i tematycznych. Dziecko rymuje, tworzy własne piosenki, czerpie radość z efektu działania. W przypadku trudności w uzyskaniu dobrych skutków, maluchy zaczynają unikać przykrości, czyli aktywności. Kształtują się niska samoocena i gorycz, pojawia się przekonanie, że nie potrafią czegoś dokonać. W takich przypadkach należy pomóc dziecku, zapytać: „Skąd wiesz, że nie umiesz?” i zaproponować rozwiązanie: „Może spróbuj inaczej, trochę ci pomogę, weź mniej klocków”. Kiedy tak postępujemy, stajemy się dla dziecka źródłem przyjemnych emocji, ponieważ może na nas liczyć w trudnej sytuacji.

Emocje związane z zabawą

W przedszkolu główną aktywnością dzieci jest zabawa, czyli czynność podejmowana dla przyjemności. Dzięki radości, którą maluch z niej czerpie, o wiele szybciej, więcej i efektywniej

się uczy, przyswaja informacje, wykorzystuje je i coraz lepiej się rozwija ruchowo, intelektualnie i społecznie. Różne rodzaje zabaw przynoszą wiele korzyści:

- Zabawy ruchowe to szczególne źródło radości. Wzmacniają i usprawniają układ kostny, mięśniowy, a więc przeciwdziałają wadom postawy, doskonałą zwinność, płynność ruchów, koordynację oraz równowagę. Przemieszczające się dziecko poprawia spostrzegawczość, ćwiczy skupienie uwagi i pokonywanie trudności, poznaje zależności i stosunki przestrzenne, a także swoje możliwości.
- Zabawy manipulacyjno-konstrukcyjne to szkoła wyobraźni, myślenia, tworzenia, doskonalenia ruchów rąk, koordynacji wzrokowo-ruchowej, a także ćwiczenie uwagi i nauka pokonywania trudności. Ten typ zabaw daje dzieciom wiele radości i dumy z własnych osiągnięć.
- Zabawy tematyczne, zabawy „w role” wiążą się z odtwarzaniem tych sytuacji i doświadczeń (przyjemnych i przykrych), które mają dla dzieci znaczenie emocjonalne. Maluchy próbują utrwalić i zapamiętać przyjemne doświadczenia albo odreagować te złe i przykre. Takie zabawy są bardzo ważne z punktu widzenia rozwoju emocji, ich rozumienia, zakresu oraz kształtowania empatii.
- Zabawy i gry dydaktyczne – korzystając z przyjemności, jaką jest zabawa, rozwijamy wszystkie procesy ruchowe i poznawcze; pomagamy wyrównywać opóźnienia i zmniejszać deficyty. Dzięki zabawowej formie dzieci uczą się łatwiej i pokonują trudności.

Emocje związane z mową

Słowa, którymi zwracamy się do dzieci, są pewnego rodzaju kluczami, za pomocą których możemy otworzyć dziecko, zablokować, a także zamknąć. Nie wolno zapominać, że słowa to potężne źródło emocji, szczególnie dla dzieci. Maluchy bardzo potrzebują dobrych słów, które dają radość i wzmacniają je psychicznie. Warto zwracać się do dziecka pozytywnie jak najczęściej, mówić, że się je lubi, kocha, cieszy się z jego obecności, a także chwalić jego osiągnięcia. Uważajmy za to na złe słowa, które zamykają, odbierają nadzieję, wystrzegajmy się określeń typu: źle to robisz, brzydko, bazgrzesz, jak zwykle zachowujesz się fatalnie, gadasz głupoty itp. W kontaktach z dziećmi absolutnie zakazane jest używanie ironii i sarkazmu. Nie wolno pod żadnym pozorem obrażać dzieci oraz używać wulgaryzmów i kolokwializmów, ponieważ takie słowa obniżają samoocenę, powodują gorycz i poczucie niesprawiedliwości. Ponadto obelgi niszczą u dzieci szacunek do drugiego człowieka, a także rozwijające się uczucia wyższe, wywołują lęk i inne przykre emocje.

Skutki wzmocnień – nagrody i kary

Wzmocnienia to konsekwencje naszych działań. Jeśli wszystko idzie dobrze, otrzymujemy nagrody: zadowolenie, radość, gdy ktoś nas chwali, podziwia. Jeżeli w wyniku naszej aktywności czujemy przykrość, rozgoryczenie, ból, strach lub inne przykre emocje, to mówimy o wzmocnieniach negatywnych, o karach. Wzmocnień naturalnych nie da się uniknąć, ale wzmocnień społecznych już tak: jeśli nikt nie wie, co zrobiliśmy, to kary nie ma i w ten sposób rodzi się bezkarność.

O ile nagrody uczą i motywują, to kary zwykle nie eliminują nagannych zachowań, ale je modyfikują. Dzieci uczą się kłamać, oszukiwać, ukrywać skutki przewinień, bite dzieci biją innych, naśladowując zachowania dorosłych. Kary wywołują przykre emocje i prowadzą do nerwic, niszczą wyższe uczucia. Zapominamy, że dzieci jeszcze nie rozumieją, co jest dobre, a co złe. Kierują się emocjami oraz ciekawością, w związku z czym – ukarane – często cierpią, ponieważ nie rozumieją, dlaczego tak się stało.

Jak postąpić, kiedy konieczne jest ukaranie dziecka? Należy zacząć od omówienia, co wolno, a czego nie wolno. Wielokrotnie powtarzamy to samo, unaoczniamy też, jak czuje się osoba pokrzywdzona, a następnie nagradzamy pochwałą za powstrzymanie się od tego typu zachowań. W efekcie po kilku latach starsze już dziecko powstrzyma się od niepożądanych działań i będzie rozumiało, że może przypadkiem kogoś skrzywdzić. Dobrze jest reagować od razu zarówno na dobre postępowanie, jak i na przewinienia dzieci (np. za pomoc koleżce, pocieszenie, podzielenie się zabawką itp. na specjalnej tablicy można przykleić obrazek – uśmiechniętą buźkę, a za przewinienie – smutną, ale jeśli dziecko postąpi po chwili właściwie, to smutna buźka znika, a uśmiechnięta się pojawia). Dzieci powoli orientują się, że można naprawić swój błąd i cieszyć się z możliwości takiej poprawy. Jeśli smutna buźka wisi na tablicy zbyt długo lub rośnie ich liczba, to dzieci tracą nadzieję na możliwość poprawy; wydaje im się, że są złe i zaczynają źle się zachowywać lub nie chcą chodzić do przedszkola – trzeba więc przeciwdziałać takim sytuacjom.

Emocje uwarunkowane rozwojowo

Emocje takie jak lęk mają charakter obronny. Typową dziecięcą emocją jest strach przed nieznanym oraz związany z tym lęk separacyjny. Możemy temu przeciwdziałać, organizując zajęcia adaptacyjne w przedszkolu, podczas których maluchy razem z rodzicami poznają placówkę, swoich rówieśników, ale w towarzystwie bliskiej osoby, do której co pewien czas biegną się przytulić, by odzyskać poczucie bezpieczeństwa. Dobrze jest po kilku dniach uprzedzić dzieci, że bliska im osoba na chwilę wyjdzie do sklepu, do apteki itp., ale niedługo wróci. Stopniowo maluchy przyzwyczajają się do przedszkola i nieobecności w nim bliskich, ale te wychowywane zbyt opiekuńczo lub takie, których układ nerwowy jest słaby, nadal cierpią: płaczą, rzucają się na ziemię, niszczą zabawki, biją się po głowie (są to reakcje zmniejszające lęk i napięcie emocjonalne). W takim przypadku albo wydłuża się okres adaptacyjny, albo po konsultacji psychologicznej odracza się pójście do przedszkola o rok (przez ten czas trwa terapia dziecka lub rodziców).

Każdemu dziecku w wieku od ok. trzech do ponad pięciu lat co pewien czas zdarza się przeżywać lęk – przez zły sen, straszny film w telewizji czy pretensje rodziców. W takiej sytuacji maluchy powinny mieć w przedszkolu możliwość przytulenia się do maskotki lub nauczycielki, która skieruje do nich kilka miłych słów lub pozwoli zadzwonić do mamy. Warto dać dziecku małą fotografię rodziców czy całej rodziny, by mogło mieć ją zawsze przy sobie i w razie potrzeby wyciągnąć, aby przypomnieć sobie, że bliscy czekają w domu. Nabiera wtedy przekonania, że jest kochane i nawet bez bliskich czuje się bezpiecznie.

Bibliografia:

1. M. Biała, *Przedszkolaki*. Fraszka Edukacyjna, Warszawa 2008.
2. W. Kołyszko, *Pogromca potworów i magia strachu*, Gdańsk 2004.
3. A. Kozłowska, *Zaburzenia emocjonalne u dzieci w wieku przedszkolnym*, Warszawa 1984.
4. K. Mitros, *Jak wychować geniusza przez zabawę*, Poznań 2006.
5. M. Molicka, *Bajki terapeutyczne*, Poznań 2004.
6. M. Sobótka, A. Włodarczyk, *Świat przedszkolaka*, Gdańsk 2012.

Nauczycielki gr III

Elżbieta Olszewska, Magdalena Miś