

## *Zachowania społeczne i emocje u dzieci w wieku przedszkolnym*

**Trzeci** rok życia przynosi duże zmiany w potrzebach społecznych dziecka. Będąc w grupie zaczyna również współdziałać, uczestniczyć w tej samej zabawie tematycznej. Niektóre dzieci potrzebują na to trochę więcej czasu niż inne, czasami kilka miesięcy nieprzerwanego uczestnictwa w życiu przedszkolnym. Niewątpliwie związane jest to z poczuciem bezpieczeństwa, jakie dają prawidłowo ukształtowane relacje z matką oraz innymi członkami najbliższej rodziny. Negatywny wpływ może mieć zarówno niedostateczna ilość kontaktów z matką jak i jej nadopiekuńczość. Dziecko z prawidłowo ukształtowanym przywiązaniem, tym samym dużym poczuciem bezpieczeństwa, chętnie poznaje nowe osoby i miejsca - nie są one odbierane jako źródło zagrożenia. Ogromne znaczenie w rozwoju kontaktów społecznych ma prawidłowo rozwijający się język dziecka. Pod koniec trzeciego roku powinno ono rozumieć większość kierowanych do niego komunikatów dotyczących spraw codziennych oraz umieć sygnalizować swoje potrzeby. Język pozwala dziecku również na uczestniczenie w zabawach tematycznych. W trzecim roku życia następuje rozwój emocjonalny, pojawiają się nowe dla dziecka uczucia, m.in.: wstydu, poczucia winy, zakłopotania i zazdrości. Ma to ścisły związek z kształtowaniem się poczucia „ja” oraz świadomości własnej odrębności. Pomimo następującego rozwoju emocjonalnego trzyletnie dziecko nadal nie potrafi kontrolować swoich ekspresji. Większość jego ekspresji emocjonalnych ma podłoże impulsywne, zwłaszcza w przypadku zachowań negatywnych. W związku z tym nie potrafi jeszcze rozpoznać i zwerbalizować powodów dla których np. popchnęło kolegę lub brata. Zadawanie dziecku pytań „dlaczego to zrobiłeś?” nie ma najmniejszego sensu, bowiem odpowiedź dziecka w tym wieku jest niemożliwa. Należy samemu nazwać sytuację i towarzyszące jej uczucia osób biorących w niej udział np. „widzę płaczącego Piotrusia i porzucane zabawki, jestem zdenerwowana, zaniepokojona, itd. (należy wesprzeć np. przytulić poszkodowanego). Poznanie nazw różnych emocji ułatwia dziecku panowanie nad nimi i zwiększa jego kompetencje społeczne. W tym wieku dziecko cechuje egocentryzm i nie potrafi ono jeszcze przyjmować cudzego punktu widzenia, więc dobre jest to, co dobre jest dla niego.



### **Ćwiczenia:**

- Ustalanie wyraźnych, ale możliwych do spełnienia zasad obowiązujących w domu. Może to dotyczyć sprzątanía zabawek, pory i rytuału zasypiania, pożegnania gości.
- Stymulowanie zabaw tematycznych dwojga dzieci (akcesoria do zabawy), jeśli dzieci same nie ustalają zasad, dorosły może im pomóc dokonać rozdziału ról.
- Schematyczne rysunki twarzy przedstawiające osobę wesołą, smutną, złą, przestraszoną. Nazywanie emocji towarzyszących bohaterom, przedstawionych na obrazkach sytuacyjnych lub w książeczce.
- Omawiając zachowanie dziecka należy często używać słów nazywających emocje. Słowom powinna towarzyszyć adekwatna do zdarzenia wyrazista mimika.

**Czwarty** rok życia przynosi dalsze kształtowanie się kompetencji społecznych. Jest to przełomowy moment ze względu na umiejętność reakcji odroczonych oraz kontrolowania swoich zachowań w odpowiedzi na działające bodźce. W związku z tym czterolatek zaczyna kontrolować wybuchy złości i żalu, umie reagować po pewnym czasie. Przestaje działać impulsywnie, a wzrost możliwości językowych pozwala na dokładniejsze rozumienie instrukcji. Bycie w grupie przynosi nowe doznania emocjonalne. Pojawia się m.in. poczucie winy, które wraz z innymi czynnikami warunkuje rozwój sumienia i rozumienia norm moralnych. Dziecko staje się bardziej wrażliwe na sygnały akceptowania przez kolegów w przedszkolu. Czasami wywołuje to zachowania agresywne, dzieci walcząc o pozycje w grupie, ulegają uczuciu gniewu, niekiedy przechodzącemu w agresję. Wzrost kompetencji językowej oraz rozwój społeczny i poznawczy powodują zwiększenie liczby zabaw tematycznych, zabawy te stają się grupowe. W czwartym roku dziecko ciągle przejawia ogromne chęci uczestniczenia w czynnościach wykonywanych przez dorosłych. To dobry moment aby uczyć dzieci wykonywania różnych czynności (rzeczywistej pomocy) leżących w granicach możliwości dziecka. Może więc rozkładać sztuce, odkurzyć mały dywanik, zetrzeć kurz z wyznaczonej półki itd. Takie czynności wyrabiają poczucie obowiązku, szanowanie zasad, uczestnictwo w życiu rodziny. Zastosowanie pochwały dotyczące starań dziecka, jest dla niego źródłem radości i ogromnej satysfakcji.



### **Ćwiczenia:**

- Organizowanie zabaw z prostymi regułami np. przy muzyce, w grupie 2-4 dzieci.
- Wyznaczanie dziecku drobnych obowiązków np. posprzatanie określonej półki, fragmentu dywanu itd.
- Analizowanie na wspólnym spacerze napotkanych sytuacji, zdarzeń, np. *dziewczynka jedzie na rowerze, jak myślisz co czuje ta dziewczynka, jaka jest*?. W ten sposób dziecko poszerza zasób słów określających uczucia oraz uczy się zauważać i rozpoznawać uczucia swoje i innych.
- Organizowanie szeregu zabaw tematycznych polegających na naśladowaniu zachowań, łącznie z językowymi właściwych danemu miejscu: na placu zabaw, u lekarza, w sklepie itp.

**Piąty i szósty rok życia** to czas na ostateczne utrwalenie się nabywanych dotychczas kompetencji społecznych, które umożliwiają rozpoczęcie nauki w szkole. Przedszkolaki zaczynają kontrolować swoje odpowiedzi, zastanawiać się nad nimi. Coraz większego znaczenia zaczyna nabierać grupa rówieśnicza. Istnienie autorytetów jest niezwykle ważne

dla prawidłowego rozwoju dziecka i poczucia jego bezpieczeństwa. Istotna jest gotowość rodziców do rozmów z dzieckiem, a przede wszystkim do odpowiadania na pytania, których ciekawość 5-6 ciołatek stawia bardzo wiele. W tym też wieku wzrasta liczba i różnorodność zabaw tematycznych, 6-ciołatek wie już dobrze jakich zachowań i jakich reakcji w określonych sytuacjach się od niego oczekuje. Coraz częściej udaje mu się te oczekiwania spełnić. Respektowanie obowiązujących zasad przyczynia się do rozwoju moralnego. Rozwój językowy pozwala także na doskonalenie się kompetencji społecznych, dziecko wie do kogo zwracać się w formie pan/pani, do kogo używać bezpośredniej formy „ty”, zna sposoby witania się i żegnania. W tym wieku potrafi również panować nad swoimi reakcjami i ekspresją, a nawet niekiedy ukrywać swoje uczucia. Staje się świadome tego, co rodzice odbierają jako właściwe lub niewłaściwe, w związku z czym próbują niekiedy ukrywać lub zmieniać fakty lub emocje.



#### **Ćwiczenia:**

- Ustalenie stałych reguł i zasad funkcjonowania w różnych sytuacjach społecznych.
- Kształtowanie i doskonalenie zabaw tematycznych z naprzemiennością ról np. dziecko jest nauczycielem raz uczniem, raz sprzedającym raz kupującym w sklepie itd.
- Stawianie wymagań dotyczących zachowań w stosunku do innych ludzi. Sposób witania się, żegnania, ustępowania miejsca w tramwaju, podawania przedmiotu, który upadł itp. ułatwiających w późniejszym czasie akceptację społeczną.
- Inicjowanie częstych rozmów z dzieckiem (wspólne oglądanie programów telewizyjnych, czy odpowiednich dla wieku dziecka filmów za pośrednictwem Internetu) – nazywanie, omawianie, komentowanie różnych zachowań społecznych.

## *Dodatkowe ćwiczenia stymulujące rozwój społeczno- emocjonalny*

<b>Ćwiczenia wspierające rozwój emocjonalny.</b>	<p><b>I. Nauka dostrzegania i nazywania swoich emocji:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Powitanie, „Mam na imię... i bardzo lubię...”</li><li>2. Powitanie „Jestem dziś...(w jakim humorze). Uzasadnienie odpowiedzi.</li><li>3. Powitanie „Czuję się dziś jak...(dziecko wybiera określone zwierzę).</li><li>4. Dziecko rysuje swój nastrój na kartce mając do wyboru słońko, chmurki z deszczykiem, pioruny, rzekę (radość, smutek, złość, spokój).</li><li>5. Dziecko określa swoje samopoczucie za pomocą koloru i pokolorowane kółeczko przyczepia do tablicy/na lodówkę.</li><li>6. Słuchanie krótkich opowiadań, bajek, układanie historyjek uwzględniających aspekt emocjonalności dziecka - próba omówienia konkretnych sytuacji.</li><li>7. Zabawa z lusterkiem - prowadzący czyta odpowiednie zdanie np. kolega cię przezywa, dostałeś prezent od rodziców itp., a dzieci robią w odpowiedzi na stwierdzenie odpowiednią minę.</li><li>8. Nauka rozpoznawania emocji - dzieci losują karty z konkretną miną i próbują nazwać emocje.</li><li>9. Ciuciubabka - jedno dziecko ma zawiązane oczy, drugie kieruje nim słownie i trzyma go za rękę, aby nic mu się nie stało, potem omawiane są emocje towarzyszące zadaniu.</li><li>10. Pudełko marzeń - dzieci siedzą w kole i umownie wrzucają do pudełka to co dziś jest ich marzeniem.</li><li>11. Jaka to melodia? - dzieci wsłuchują się w krótki utwór muzyczny, a następnie dobierają obrazek lub obrazki z emocjami jakie towarzyszyły im podczas słuchania.</li></ol>
<b>Zabawy podnoszące samoocenę dziecka.</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Moje mocne strony - dzieci rysują co lubią robić i co sprawia im przyjemność.</li><li>2. Dokończ zdanie: Potrafię..., Umiem..., Najlepiej robię...</li><li>3. Zabawy ze zmieniającym się prowadzącym np. jesteś maszynistą i wiesz pasażerów, proponujesz zabawę ruchową dla innych, opiekujesz się kolegą, jesteś bohaterem bajki itp.</li><li>4. Pantomima - jak pomagam w domu, jak pomagam w przedszkolu, jak opiekuję się zwierzętami - inne dzieci zgadują.</li></ol> <p>Dzieci są pozytywnie wzmacniane, nagradzane pochwałą za wykonaną pracę i podejmowane starania.</p>