

Sociálny a emocionálny rozvoj dieťaťa

Predškolský vek je najvýznamnejším obdobím formovania základov osobnosti dieťaťa. Obdobie predškolského veku je zásadným spôsobom ovplyvnené prostredím materskej školy. Napriek tomu však základom pre správny vývin dieťaťa je domáce prostredie a jeho najbližšia rodina. Dieťa sleduje správanie a reakcie svojich rodičov, napodobňuje ich a tak sa snaží pochopiť okolitý svet a správanie ľudí v jeho okolí. Po dovŕšení 6 roku je čas nastúpiť do prvej triedy. Táto udalosť je pre každé dieťa výnimočná. Vek však nie je len jedinou podmienkou nástupu do základnej školy. Nestačí, že dieťa je na školu zrelé. Je potrebné aby na ňu bolo aj pripravené. Práve preto, v súčasnom období, kedy sú rodiny vo väčšine prípadov spolu je obrovský priestor pre rodičov na rozvíjanie sociálnej a emocionálne oblasti dieťaťa.

Čo zahŕňa sociálna a emocionálna oblasť?

Emocionálna zrelosť dieťaťa spočíva hlavne v tom, že dokáže ovládať svoje impulzívne reakcie, je emocionálne stabilné. Pozná svoje emócie, vie ich rozlišovať, orientovať sa v nich, čo pre neho tá ktorá emócia znamená a ako ich môže prijateľne prejať. Veľmi dôležitá je sebaregulácia

tzn. vedomé riadenie myšlienok, správania a emócií. Ide o to, že dieťa je schopné zastaviť sa, porozmýšľať a až potom konať. V neposlednom rade je dôležitý aj jeho pozitívny vzťah k povinnostiam, predovšetkým školským povinnostiam.

Na emocionálnu oblasť úzko nadväzuje aj sociálna oblasť. Dieťa je schopné vyjadriť svoje vlastné potreby, názory, dokáže byť ohľaduplný voči druhým, vie rozpoznať vhodné a nevhodné správanie v obvyklých situáciách, uvedomuje si zodpovednosť za vlastné konanie ako aj jeho následky. Dokáže rešpektovať pravidlá v každodennom kontakte s deťmi aj dospelými, je schopné spolupracovať a spolupodieľať sa na činnostiach. Zároveň však nepocituje separačnú úzkosť pri odlúčení od matky, neplače a dokáže sa adaptovať v novom prostredí.

Námety na hry

- 1. Pocity z čarovného klobúka** – z časopisov vystrihnete obrázky ľudí, na ktorých je vidieť nejakú emóciu. Nalepte ich na kartičky z tvrdého papiera. Dieťa si vytiahne jednu kartičku a pantomimicky predvedie danú emóciu. Rodičia hádajú

o akú emóciu ide. Môžete sa striedať s dieťaťom.

2. Spoločná maľba – táto aktivita je vhodná na rozvoj neverbálnej komunikácie, aby dieťa dokázalo pochopiť myslenie a emócie druhého. Vyberte si nejaké miesto spoločne s dieťaťom, kde budete maľovať. Maľovať budete bez toho, aby ste sa dohodli na téme a celý čas ste ticho. Sedíte oproti sebe a pravidelne sa v ťahoch štetcom striedate. Dôležité je všímať si pocity dieťaťa a to, čo prežíva. Keď máte obidvaja pocit, že maľba je hotová, spoločne sa o tom porozprávate a aj o tom ako ste sa pri tom cítili.

3. Spoločenské hry - ide o hry, ktoré pomáhajú dieťaťu osvojiť si mnohé sociálne zručnosti. Podporujú komunikáciu, myslenie, ak vyhrá zvyšuje sa mu sebavedomie a zároveň každá prehra ho učí vyrovnávať sa s neúspechom.

4. Nepriateľ menom HNEV - Aktivita vychádza zo spoločného konštatovania, že sú dni a chvíle, kedy nemáme dobrú náladu, kedy sme nahnevaní, podráždení. Skúste spoločne s dieťaťom výtvarne znázorniť takéto pocity. Po ukončení práce obidvaja prezentujte svoje výtvary, môžete používať aj staré časopisy, vystrihovať a lepiť. Následne sa porozprávate o svojich pocitoch hnevu. Môžete mu klásť otázky:

„Ako často máš podobné pocity?“, „Na koho, na čo sa najčastejšie hneváš?“, „Kto alebo čo ti pomôže zbaviť sa hnevu?“. Na záver je vhodné demonštratívne koláž zničiť (spáliť, roztrhať a pod.) na dôkaz, že sa takto môžeme zbaviť hnevu. Aktivita rozvíja citovú zložku osobnosti dieťaťa a zároveň mu pomáha pri sebakontrolu – zbavuje sa hnevu a lepšie sa ovláda.

5. Cukrík – cieľom tejto aktivity je rozvíjať schopnosť riešenia problémov a vyjadrovanie. Obidvaja si zoberiete cukrík a sadnete si oproti sebe a pozeráte sa na seba. Dajte si medzi vás obrús a na neho jeden cukrík. Cukríka sa nemôžete dotýkať. Cukrík môžete dostať jedine vtedy, keď vám ju dá váš parter. Nesmiete zabudnúť na toto pravidlo. Môžete sa začať spolu rozprávať a pamätajte si, že nesmiete cukrík vziať len tak.

6. Náš spoločný príbeh – cieľom tejto hry je rozvoj tvorivosti, spolupráce aj komunikácie. Rodič povie začiatok vymyslenej rozprávky, stačí jedna veta. Dieťa pokračuje ďalšou vetou, ktorá má nadväzovať na prvú. Takto postupujete dookola až nakoniec sa vytvorí rozprávka. Ideálne je aj zapisovať.

Váš tím CPPPaP (PhDr. Beáta Tancsáková)