

Čustveni razvoj otrok v predšolskem obdobju

Predavateljica je na srečanju predstavila način razmišljanja o navezanosti. Otrok kot senzitivni, nežni inštrument, na katerega se lahko naučimo igrati. Kadar se ne naučimo dobro igrati, cvili, je neuglašen. Koliko časa je znanost potrebovala, da je prišla do nekih osnovnih naravnih značilnosti otrok. Kje moramo pritisniti, da dobimo čist zvok. Biti v stiku z otrokom, da ga slišimo. Z otrokom moramo biti deset tisoč ur, da ga obvladamo, kar pomeni 7 let po 10 ur na dan. V odnosih postajamo virtuozi in se jih naučimo ustvarjati. Znanstveniki so raziskovali, kako se odziva otrok, ko z njim prekinemo stik? Ogled posnetka. Ugotovili so, da je le 20-30% časa, ko smo močno uglašeni na otroka, v preostalem času iščemo stik. Kadar naredimo napako, je potrebno poskusiti znova, da otrok dobi izkušnjo, da kadar nekaj ni v redu, poskusimo znova. Pomembno je iz česa otrok raste, poskušati poiskati stik z njim. Iz tega se razvijajo njegovi možgani. **Temelj razvoja je, da te otrok zna poklicati, ko te potrebuje.** Napotki naših babic, da pustimo otroka jokati, da bo zaspal, niso v tej luči. Otrok se bo prilagodil, saj ne bo tvegala, da izgubi starše. Kadar otrok čuti, da preveč izraža neka stanja in da starši tega ne sprejemajo, bo prenehal. Vendar občutja in vzdušje ob tem ostanejo v njegovem telesu. Taki otroci so mirni, prilagodljivi, notranje pa izjemno napeti in se okrnjeno razvijajo, ne bodo kreativni, fleksibilni in suvereni pri 15. letih. Takrat mu bo težko dati notranjo motivacijo. Omogočiti otroku stik s seboj, da ga ima, otrok se odziva s celim telesom. Če dobi vaš odziv, začne svoje vedenje razumeti, če se ne odzivamo na otroka, se tudi sam ne bo razumel. Otrok bo klical dokler bo verjel, da te dobi nazaj, ko obupa, se začne braniti z lažno samozadostnostjo. Starši hitimo in si mislimo, še to naredim, pa bo. Otroci so se začeli upirati temu, da ne bi več na ta način. Ne gre več za zunanje pogojevanje, ampak bolj celostno gledanje »to je moj otrok, jaz vem, kaj potrebuje«. Ko mama pogleda stran, jo otrok pokliče in mama pride nazaj. Najlažje se je pomiril tretji otrok na posnetku, ki je bil najbolj agresiven.

Prvi odziv je na ženske možgane, na ženski pogled. Ženski možgani so bolj kaotični, bolj odzivni, več povezav je med desno in levo hemisfero. Zato ženske bolj pozabljamo, ne zmoremo poslušati. Pri očetih se otrok počuti varnega, je stabilnost, se ne spreminja, vedno se lahko nasloniš na očeta, ob očetih otrok lahko premaguje strahove. Mama težko uspava otroka zaradi odzivnosti možganov. Ženske se težje umirimo, potrebujemo še dve uri pogovora o vsaki stvari in punčke isto. Tako močno se čustvene reakcije vtisnejo v možgane. Moški možgani so fokusirani, osredotočeni, lažje rešijo problem, zato se ženska ob moškem umiri. Oče drži rdečo nit v otrokovem življenju, mati daje okus, vsebino, radovednost.

Ključni mejniki predšolskega obdobja:

6 mesecev: obseg in globina čustvovanja:

Med 6. in 9. meseci je izrednega pomena, da se otrokovih čustev ne odreže ali spregleda, kajti bolj kot otrok uspe izraziti svoja čustva, bolj bo kasneje ustvarjal.

1 in 1/2 do 2 leti: razvoj iniciative, razvoj sramu:

V času med 18 meseci in 2 leti otrok veliko raziskuje, dela, ne zmore pa vsega predelati. Ko otrok nekaj narobe naredi in mama odreagira, tu se otrok začne učiti meja. Občutek sramu pomeni, takoj prenehaj vse aktivnosti. V teh situacijah je potrebno otroka potolažiti. Če kregaš otroka, ko je ves mlahav, ker je naredil hudo napako, si naredimo delo za leta naprej, ker otrok ne bo vedel, kaj je prav in kaj ne. Ko je reakcija negativna, telo avtomatično mlahavo odreagira, ostane brez moči. Če gledaš otroka v oči, ga ne

moreš udariti ali mu kaj grdega reči. Občutek sramu nas čuva, tako vemo, do kje v nekem odnosu lahko gremo. Ko je otrok iniciativen, to uporabimo v njegovo dobro. npr. ko pridivja v sobo, ga primeš za roko in zavrtiš ter tako na zabaven način ustaviš. Potrebno je delati z otrokovim telesom na zabaven način, stvari, ki povezujejo, so zabavne, aktivne.

3. leto: utrditev navezanosti:

Do 3. leta se oblikuje navezanost, to pomeni, da ko je otrok v stiski, da se obrne na odraslo osebo. če je oseba tam in ti da odgovor na tvojo stisko, se potolažiš. Mama kot varno zatočišče za otroka in oče kot varno izhodišče za raziskovanje v svetu. Otrok pri 3. letih zna presoditi, kdo je varen in kdo ne. Npr. otrok je nemiren, ko pride na obisk neka oseba, ki ogroža njegove starše. Otrok zazna čustveno namero človeka, ki je prišel. Dojenčki imajo izredno pretanjen posluš, ker je to zanj življenjskega pomena, zaznajo vsako trohico strahu. Dokler otrok ne začne govoriti, se najbolj razvijajo zrcalni nevroni v možganih. Če je starš napet, se otrok začne jokati, ker odseva njegovo stanje. Enako v času pubertete, ko otrok zazna vse, razlaga pa si narobe. Pomagati mu moramo razumeti, kaj to pomeni, kar zazna. Otrok potrebuje to, da mu potrdimo njegova čustva. Prva tri leta je pomembno, da otroka umaknemo pred močnimi čustvenimi dražljaji. Če se mama ujame z vzgojiteljico, se bo tudi otrok. Če se starši počutimo ob vzgojiteljici sprejeti in varni, se bodo tudi otroci.

4- 5 let: začetek zavestnega spomina, verbalni spomin.

Otroci se razlikujejo glede na temperament:

- veliko-srednje-malo energije;
- ima rad spremembe-srednje-ne mara sprememb;
- ima rad ljudi-srednje-ne mara ljudi;
- ima močno voljo-srednje- se rad podreja;
- je zelo redoljuben-srednje- nima reda;
- temperament odraslega-ujemanje, kombinacije.

Intervence prilagodimo glede na temperament otroka. Največja potreba otroka je, da se nam prilagodi, da nas ohrani v svoji bližini. Otrok, ki ves čas »cvili«, je tesnoben, ni varno navezan, še nima do konca oblikovane navezanosti. Poznamo dva tipa: **izogibajoča navezanost** (pri otrocih, ki pogosto zbolevajo, na zunaj mirni, noter polni čustev, za starše sprejemljiv, ko ne moti) in **ambivalentna navezanost** (pri starševskem nestabilnem vedenju, včasih otroka potolaži, včasih ne, glede na počutje, otrok ne ve, kaj naj naredi, on pazi na odrasle; vedenje je dvoumno, te vleče in odriva, lepljivi otroci, se drži odraslega, se ne igra; ko odraste je težko, zna se prilagoditi v izrednih razmerah, potem ne ve, kaj naj dela).

Če starši resno jemljejo svoje doživljanje, potem ne morete zgrešiti pri vzgoji. Otrok nas poskuša uglasiti nase, bolj ko se poskušamo uglasiti na otroke v prvih štirih mesecih, se bo otrok že pri osmih mesecih že sam uglasil na nas. Če dojenčku od začetka vsiljujemo svoj ritem, bo tudi pri osmih mesecih potreboval isto časa, da ga potolažimo kot prej. Otrok, ki zaupa, lahko največ čaka. V prvih letih otrokovega življenja lahko največ naredimo, kar se pozna tudi na odzivanju v času pubertete. Otrok potrebuje občutek, da če on pozabi na mamo, da bo ona še vedno se spomnila in vedela, kaj sta zmenjena. Ko otrok uvidi, da mu držimo rdečo nit življenja, bo zmožel živeti, raziskovati, iti v zunanji svet. Biti ob otroku ne glede na to, kaj dela. Mama naj bi bila otroku vedno na voljo v prvih treh letih življenja. Mi zaznamo za kaj gre, otrok prej začuti. Vzgoja kot stvar pogleda (očesni kontakt) in že ve, kaj želiš. Otrok bere iz telesnega odziva, bere intenco osebe. Raziskave kažejo, da se pri materah na porodniški poveča čustvena odzivnost in hkrati žensko telo pridobi na kondiciji in fleksibilnosti. Pridni fantje so tisti, ko jih ima

mama rada samo takrat, ko kaj naredi, drugače ne. Fiziološko fizični stik otroka z očetom izjemno umiri. Otrok mami daje nemir, ženska se odziva na vse otrokove dražljaje.

Značilnosti vedenja predšolskih otrok:

- enoletnik kot »izumitelj«;
- dvoletnik kot »šef«;
- triletnik kot »pajdaš«;
- štiriletnik kot »raziskovalec«.

Enoletnik vse dela po svoje. Voljo dvoletnika je treba sprejet, regulirat in usmerit. Ko otrok ugotovi, da ima kontrolo, da s svojim vedenjem nekaj doseže, dobi občutek, da lahko s svojim delom preživi. Pustiti mu, da vztraja in izpelje tako, kot je želel. Tempirati stvari kot jih lahko prenese, tako dobi povratno informacijo, da je notranje in zunanje povezano. Pri treh letih je otrok tak kot ti, mi smo pajdaši, gremo, vse ga zanima, bi popravljaj... V tem času je v redu, da gre otrok v vrtec. Otrok potrebuje občutek, da sme biti del našega sveta. Pri štirih letih bo sposoben osvajat nove stvari, več prostora, novo posteljo, takrat bi rad vse sam. Starši si ne nalagajmo dodatnega dela, otrok začne po 3. letu sodelovat, pri 4. letih začne že čustveno nositi stvari, ki jih počne. Ima željo, da nekaj obvlada.

Otrokov razvoj kot razvoj temeljnih mehanizmov, da si bo želel osvojiti svet. Če lahko živi v čustvenem sozvočju, se bo naučil marsičesa mimogrede, če se zabavamo, smo povezani.

Povzeto po predavanju dr. Katarine Kompan Erzar, dr. psihologije, zakonske in družinske terapevtke, predavateljice in avtorice več knjig.

Zapisala: Esmira Behrić, svetovalna delavka