

ROZWÓJ DZIECKA W WIEKU PRZEDSZKOLNYM.
JAK WSPIERAĆ DZIECKO?

Wiek przedszkolny /4-6 rok życia/ jest kolejną fazą rozwojową, po okresie prenatalnym /od poczęcia do narodzin/ i po okresie wczesnego dzieciństwa /od narodzin do 3 roku życia/. Dziecko wchodzi w nią, przemierzywszy drogę od bezradności, braku umiejętności przemieszczania się i zaspokajania własnych potrzeb, od skrajnej zależności, całkowitego zdania na opiekę innych, od braku wiedzy o świecie, niemożności komunikowania się, znacznej chwiejności emocjonalnej, do panowania nad swoim ciałem, dość sprawnego poruszania się, radzenia sobie w prostych czynnościach samoobsługowych, aktywnego poznawania świata, posługiwania się przedmiotami i manipulowania nimi, opanowywania mowy biernej i czynnej, różnicowania uczuć, przywiązania do najbliższych.

W wersji optymalnej, rodzice i dziecko już poznali się wzajemnie, rodzice nauczyli się rozpoznawać podstawowe potrzeby dziecka i zaspokajając je, stworzyli "bezpieczną bazę", czyli dobrą atmosferę, pozwalającą rozwijać się ciekawości dziecka i jego chęci poznawania świata; dziecko w momencie zagrożenia nauczyło się poszukiwać ich przewidywalnej pomocy i znajdować ją, uspokajając swój lęk, a gdy niebezpieczeństwo mijało, mogło znowu bawić się - uzyskawszy "bezpieczną przystań, wypuszczało się na szerokie wody". Od powodzenia/niepowodzenia w procesie budowania relacji dziecko-rodzice zależy funkcjonowanie dziecka i jego rozwój /fizyczny i psychiczny/. W ten sposób kształtuje się zaufanie dziecka do otoczenia, zwłaszcza do najbliższych. Powstały fundamenty bio-psycho-społeczne pod dalszy rozwój dziecka /waga, wzrost, przemieszczanie się w przestrzeni, manipulowanie/posługiwanie się przedmiotami, mowa czynna i bierna, samodzielne zaspokajanie potrzeb, początki kształtowania się tożsamości – negatywizm, przeciwstawianie się/.

Cechy charakterystyczne dla rozwoju organizmu dziecka w wieku przedszkolnym są następujące: dziecko staje się szczuplejsze, jego sylwetka wydłuża się, rozrasta się część twarzowa głowy, do okresu dorastania dziecko rośnie rocznie 5-8 cm, przybiera na wadze 3 kg; następują zmiany w systemie nerwowym: postępuje mielinizacja włókien nerwowych, wytwarzają się nowe połączenia między neuronami, następuje wzrost produkcji chemicznych neuroprzekazników, wzrasta synchronizacja pracy różnych pól mózgu, dzięki tym zmianom następuje zwiększenie sprawności w kierowaniu uwagą, lepsza refleksja nad własnym zachowaniem i skuteczniejsze rozwiązywanie problemów.

Rozwój motoryczny dziecka obejmuje: powstawanie kombinacji ruchowych, lepsza harmonia, płynność i rytmiczność ruchów, osiągnięcia w samoobsłudze, umiejętności - dziecko biega, skacze, przeskakuje, podskakuje, wspina się, uczy się jeździć na dwukołowym rowerze, na łyżwach, rolkach, tańczyć, pływać.

W rozwoju poznawczym następują istotne zmiany: dziecko coraz lepiej rozpoznaje kształty realnych przedmiotów, figur geometrycznych, liter, umie je dokładniej odtwarzać, relatywnie lepiej rozróżnia barwy i odcienie, wzrasta jego wrażliwość w zakresie słuchu muzycznego i fonematycznego, rozróżnia sylaby, polepsza się jego orientacja w otoczeniu i w większych przedziałach czasu, coraz lepiej ujmuje ono kolejność zdarzeń, jego spostrzeżenia są wprawdzie ciągle niedokładne, ale już określa ono relacje między przedmiotami, a nie tylko między sobą i przedmiotem, zwiększa się pojemność jego pamięci */np. powtarza 4-6 usłyszanych cyfr/*, podejmuje czynności prestrategiczne */np. powtarzanie/*, rozwija szeregowanie i klasyfikowanie, coraz większa jest jego zdolność do rozumowania przyczynowo-skutkowego, rozwija się jego wyobraźnia, funkcja symboliczna - opanowuje ono różne systemy symboliczne i doskonali posługiwanie się nimi, co znajduje wyraz w zabawie symbolicznej i w rysunku, dostrzega, że przekonania poszczególnych osób dotyczące tego samego elementu rzeczywistości mogą różnić się między sobą, rozumie kłamstwa, żarty i metafory, kształtuje się jego gotowość do podjęcia nauki w szkole.

Postępuje rozwój mowy: wzbogaca się słownik */do 4 tys. słów/*, dziecko tworzy neologizmy, zadaje wiele pytań, rozwija się jego kompetencja narracyjna – struktura opowiadania, umiejętności konwersacyjne – dziecko uczy się uwzględniać punkt widzenia odbiorcy, słuchać i analizować jego wypowiedzi, opanowuje wyrażenia językowe, służące do określenia relacji czasowych, doskonali językowe opisywanie przestrzeni */przód-tył, wysoko-nisko/*, na koniec okresu przedszkolnego zna około 15 tysięcy słów, buduje zdania jednokrotnie, a potem wielokrotnie złożone.

Rozwój emocjonalny dziecka to początkowo tak zwany kryzys trzeciego roku życia - dziecko oddziela się psychicznie od matki, staje się autonomiczne i demonstruje swoją wolę – pojawiają się negatywizm, upór, krnąbrność, samowola, bunt, poniżanie innych, okazywanie swojej władzy nad innymi, kontrolowanie innych. Z upływem czasu jednak dziecko coraz lepiej rozumie emocje własne i innych osób, potrafi ocenić przyczyny reakcji emocjonalnych, przewiduje zachowania związane z emocjami wyrażanymi przez inne osoby. uczy się, że dany stan emocjonalny w dużej mierze zależy od samopoczucia i stanu psychicznego, a nie „aury otoczenia”, potrafi trafnie odczytywać sygnały niewerbalne i na bazie zewnętrznych przejawów emocji (mimiki, mowy, gestów) przewidzieć zachowanie rówieśników podczas zabawy, między 2., a 4. rokiem życia nabiera biegłości w pocieszaniu innych, żartowaniu z innymi (rozwój poczucia humoru) i droczeniu się. Zdolność empatii doskonali się wraz z rozwojem intelektualnym i umiejętnością przyjmowania perspektywy innych ludzi. Dziecko stopniowo coraz lepiej reguluje ekspresję własnych emocji, mimo to, że jego emocje są niestałe. Nabywa procedury zaradcze, które pozwalają mu manipulować przeżyciami otoczenia, umiejętności

radzenia sobie w sytuacjach stresowych. Umie mówić o przeżyciach. Pojawiają się u niego specyficzne lęki przed czarownicami, smokami i potworami, przed ciemnością itp. Przedszkolak może także buntować się, przejawiać agresję lub zachowania autoagresywne, mówić wulgarne słowa, kłamać, zrzucając winę na niewinnych kolegów; takie reakcje emocjonalne wynikają między innymi z chwiejności emocjonalnej dziecka, niskiego progu tolerancji na frustracje, niezgody na porażkę i odmowę. Pojawiają się zmiany w sposobie wyrażania emocji - obok przejawów fizjologicznych, jak np. czerwienienie się czy pocenie, obserwuje się wiele ruchowych oznak emocji, np. klaskanie, podskoki. Pod koniec wczesnego dzieciństwa (około 2.-3. roku życia) występują u dziecka "nowe" emocje, takie jak wstyd, poczucie winy, duma, zazdrość czy zakłopotanie.

Równolegle do rozwoju emocjonalnego, postępuje rozwój społeczny dziecka. Jego podstawową aktywnością jest zabawa - najczęściej symboliczna i tematyczna. Dziecko jest jeszcze egocentryczne, czyli przekonane, iż inni myślą to co ono i tak jak ono, może mieć trudność z przyjęciem punktu widzenia innych osób, ale też sukcesywnie poznaje role społeczne, uczy się reguł zachowania i tego, jak ich przestrzegać, buduje pierwsze dziecięce przyjaźnie. Zdarza mu się zachowywać negatywnie /np. agresywnie/, ale z wiekiem agresja fizyczna ustępuje miejsca agresji słownej. Pod wpływem oddziaływań wychowawczych następuje ograniczenie ekspresji emocji dziecka o znaku ujemnym, zwłaszcza strachu i gniewu. Wzrastająca kontrola emocji sprawia, że u przedszkolaków kształtują się pozytywne relacje z innymi osobami, zarówno z rówieśnikami, jak z dorosłymi.

Rozwija się osobowość dziecka, wyznaczona już nie tylko przez temperament - ustala się tożsamość płciowa /jestem dziewczynką – chłopcem/, dziecko staje się zdolne do samokontroli, może powstrzymać się od natychmiastowego działania i ujawniania emocji, może planować działania, dostosować się do poleceń, próśb i norm kulturowych, dzięki czemu rozwija się poczucie autonomii, inicjatywa i wykorzystywanie jej czyli przedsiębiorczość, rozwija się jego obraz własnej osoby, w którym obok konkretnych sądów, pojawia się samoocena - poziom samoakceptacji dziecka zależy od stopnia rozbieżności pomiędzy tym jak dziecko myśli, że jest i jak dziecko myśli że powinno być oraz od wsparcia, jakiego dziecko doświadcza od ważnych dla siebie osób.

W codziennym rozwoju dziecko podlega wielu zmianom, wyzwaniom, stresom. Cechą jego psychiki jest wrażliwość, delikatność, bezbronność, podatność na urazy. Dlatego też konieczne jest wspieranie rozwoju dziecka przez najbliższych mu dorosłych:

- Należy nawiązać z dzieckiem więź - ufną, bezpieczną, okazywać dziecku, że jest mile widziane, okazywać życzliwość, spędzać z dzieckiem czas, być dostępnym /obecnym i zainteresowanym/, okazywać uczucia, wychodzić naprzeciw potrzebom dziecka, chwalić, doceniać, zauważać mocne strony, dostrzegać małe osiągnięcia, dodawać otuchy w problemach,
- obserwować dziecko, pozwolić mu: być sobą, doświadczać własnych emocji, refleksji, planować, marzyć, rozwijać zainteresowania i pasje, kompetencje,

- być dobrym przykładem życia i postępowania, tworzyć rodzinę, która jest bezpieczną bazą i wsparciem, matrycą, uczyć dziecko żyć wśród ludzi, z ludźmi, w szacunku, empatii, współpracy, wspierać dziecięce przyjaźnie, kontrolować swoje reakcje przy dziecku, odraczać swoje reakcje, działać refleksyjnie nie impulsywnie, sensownie rozwiązywać problemy
- zapobiegać tworzeniu się destrukcyjnych schematów poznawczych w toku życia dziecka - jego negatywnych przekonań na własny temat, np. jestem słaby, nic nie umiem, nic mi się nie udaje, jestem najgorszy, ja zawsze..., ja nigdy...,
- zachęcać dziecko do eksplorowania świata, do nabywania umiejętności, wiedzy, samodzielności, do odwagi, zawdzięczenia sobie rozwiązań problemów,
- korygować błędne przekonania dziecka skutkujące nieprawidłowym funkcjonowaniem w rolach społecznych, uczyć odpowiedzialności i współdecydowania, pozytywnie przekazywać uwagi,
- jeżeli dziecko ma problemy - zauważać je, pomagać, leczyć, uczyć dziecko proszenia o pomoc
- uczyć dziecko rytuałów, zwyczajów, rozwijać życie rodzinne,
- nie bać się różnic, dyskusji, wyrażania swego zdania, dochodzenia do konsensusu,
- racjonalnie i regularnie żywić dziecko, nie krytykować wagi i wyglądu dziecka, doceniać jego piękno, podkreślać zalety wyglądu dziecka, przytulać, okazywać czułość i serdeczność,
- pracować nad sobą, wyobrażać sobie co widzi dziecko, co wie, co myśli, co czuje, czego się uczy od nas, czy nasze zachowania pomogą dziecku na przyszłość, czy też przeciwnie,
- w razie potrzeby szukać pomocy - dla dziecka, dla siebie, nie zaprzeczać, nie atakować dziecka, współczuć, współpracować w leczeniu ze specjalistami, korzystać z dostępnych ofert rehabilitacji, terapii, leczenia, nie marnować czasu na „a może przejdzie”,
- być "matką lwicą" i "ojcem lwem", ale i słuchać nauczycieli, wyciągać wnioski zawsze dla dobra dziecka,
- nie tresować /!/, ale wychowywać, kochać, zadbać o to, aby dziecko poradziło sobie kiedyś bez nas i aby świat radził sobie z naszym dzieckiem, tak zbudować więź z dzieckiem, aby zapewnić ją sobie do końca naszego życia.

Bibliografia:

Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B. (2016), Psychologia rozwoju człowieka, GWP, Sopot.

Kielar B. Harwas-Napierała, J. Trempała (2000), Psychologia rozwoju człowieka, PWN, Warszawa.

Józefik B., Iniewicz G. (2008), Koncepcja przywiązania, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.