

Dziecko – jego myśli i uczucia

„Każde dziecko na ziemi ma tą samą godność w oczach Bożych”

Jan Paweł II

Każde dziecko ma prawo do własnej odrębności, tożsamości, godności i niby to stwierdzenie jest bardzo oczywiste, bo przecież człowiek jest człowiekiem od urodzenia, a nie po osiągnięciu określonego wieku, np. pełnoletniości. Niby oczywiste, a przechodząc obok placu zabaw, gdzie bawią się dzieci w towarzystwie swoich rodziców, czy chodząc po ulicy, często jesteśmy świadkami sytuacji, które ukazują nam zupełnie coś innego. Słyszymy krzyczących rodziców na dzieci z powodu, że biegają, hałasują, i zaraz nasuwa się pytanie - a cóż mają robić? Właśnie to im jest potrzebne do zadowolenia, tak jak dorosłym dobra kawa; Oprócz zadowolenia potrzebne jest im to także do prawidłowego rozwoju, co tym bardziej zmienia perspektywę patrzenia na takie zachowanie dziecka. Zawstydzających i obrażających swoje pociechy rodziców, którzy - w imię błędnie pojętego dobra - w taki sposób chcą przełamać lęki i obawy swoich dzieci, którzy w ten sposób osiągają dokładnie odwrotne efekty. Dlaczego tak się dzieje, skoro przeważająca większość dorosłych deklaruje poszanowanie dziecięcej godności?

Wskazówki do zrozumienia myśli i uczuć dzieci podał nam już wiele lat temu Janusz Korczak w swoich „Prawidłach życia” i pomimo upływu lat i rozwoju wiedzy psychologiczno-pedagogicznej nadal są one aktualne, a wręcz jeszcze bardziej uzasadnione. Myślenie każdego człowieka odnosi się do paradygmatu kognitywizmu, czyli postrzegania świata w swój indywidualny sposób; to wewnętrzne odzwierciedlenie otaczającej nas rzeczywistości powoduje, że pozornie widząc to samo, widzimy tak naprawdę inaczej. Na ten indywidualny obraz świata składa się wiele czynników począwszy od cech osobowości, własnych przeżyć, jak i poziomu rozwoju. (Brich A., Malian T., 1998; Harwas-Napierała B., Trempała J, 2001; Strelau J., 2000;) Niezrozumienie dzieci wynika często właśnie z oceny ich myślenia z perspektywy dorosłych. Dorośli mają nie tylko większą wiedzę o otaczającej rzeczywistości, większe doświadczenie, ale także znacznie lepiej kontrolują swoje przeżycia emocjonalne. Lepsza kontrola powoduje, że tylko najsilniejsze emocje wywołują zmianę

percepcji rzeczywistości, np. ciężka choroba, śmierć, narodziny itp. Przecież wtedy każdy dorosły zaczyna też w zupełnie inny sposób postrzegać otaczający świat, następuje zmiana wartościowania różnorodnych spraw czy przedmiotów. A dzieci? Korczak powiedziałaby „Czasem myślę, że tak zrobię, a wyjdzie właśnie inaczej. Raz mi się tak wydaje, a raz tak. I naprawdę wygląda, że sam siebie nie znam.” (str. 62) Dzieci postrzegają swój świat przez to, co dla nich jest ważne, czyli kamyk na drodze, ślimaka czy chmurę. To są elementy otaczającej rzeczywistości, które je fascynują. Dorośli mówiący: „co ty tam widzisz, chodź już, co się gapisz, przecież tam nic nie ma” patrzą właśnie ze swojej perspektywy, oni już poznali i zrozumieli te elementy, więc nie są dla nich interesujące, ale chcąc zrozumieć dziecko, uszanować jego autonomię i dać szansę rozwoju, trzeba spojrzeć z jego perspektywy, z perspektywy badacza, który właśnie przez ruch i swoje zmysły poznaje otoczenie, samego siebie, swoje możliwości i ograniczenia.

Oprócz zainteresowania innymi rzeczami czy zjawiskami dzieci są niedojrzałe emocjonalne. Prawie do końca wieku przedszkolnego trwa dojrzewanie ośrodków podkorowych, które warunkują harmonię pomiędzy procesami hamowania a pobudzania. Niedojrzałość mózgu emocjonalnego powoduje labilność emocjonalną. (Ekman P., Davidson R.J.,1999; Obuchowska I., 2001) Te szybkie zmiany nastrojów powodują, że dziecko potrafi prawie w jednej chwili być wesołe i smutne, zadowolone i zmartwione. Te nastroje wpływają na sposób interpretacji myśli, zmieniając ją zupełnie. Zmienność ta właśnie tak irytuje dorosłych. Mówią: „nie wiesz czego chcesz”, często denerwują się i o, ironio losu – zaczynają krzyczyć - „uspokój się”. A tak naprawdę, to kto ma się uspokoić? Nasze dziecko? Przecież w taki sposób dorosły dostarcza mu następnych emocji, wywołując jeszcze większe pobudzenie i chaos, który w takiej sytuacji może tylko zintensyfikować emocjonalne reakcje dziecka, a nie wyciszyć. Życie pokazuje, że dalszy scenariusz wygląda następująco: dziecko coraz głośniej płacze, krzyczy lub tupie, a dorosły coraz bardziej traci cierpliwość zaczynając groźnie krzyczyć czy – o, zgrozo - karać fizycznie dziecko i taka eskalacja trwa dopóty, dopóki jedna ze stron nie opadnie z sił. Nie ma w takim zachowaniu poszanowania dziecka. Dorosły dostrzegający perspektywę dziecka wiedziałby, że dziecko nie potrzebuje pobudzenia, ale wyciszenia. Oczywiście, wyciszenie nie polega na zaprzeczaniu emocjom, ale na daniu wsparcia. Owo wsparcie może być różne w zależności od wieku dziecka i poziomu pobudzenia; od dostarczenia wiedzy, która pomoże dziecku odnieść się do własnych przeżyć, do przytulenia czy dania czasu, by dziecko mogło przeżyć i wyciszyć swoje emocje. Nie zawsze trzeba doszukiwać się motywów takiego zachowania dziecka, wynika ono po prostu z rozwoju i co najważniejsze - jest ono potrzebne do podnoszenia jego poziomu. Warto

chyba zastanowić się nad motywami działania dorosłych. Dlaczego zachowują się tak, jakby u nich też dominowały procesy pobudzania nad hamowaniem, czyli jakby ich mózg emocjonalny też był niedojrzały? Z jednej strony wynika to z braku rzeczywistego poszanowania dziecka. Jeżeli naprawdę szanujemy dzieci, trzeba brać pod uwagę sposób ich patrzenia na świat, ich możliwości rozwojowe i przez ten pryzmat budować wobec nich oczekiwania i oceniać ich czyny. Z drugiej strony to często nieumiejętność panowania nad własnymi emocjami powoduje, że dorośli wybuchają i dopiero gdy zniwelują swoje napięcie, to potrafią się uspokoić. Nieraz jest to reakcja na własną bezsilność, bo nie wiedzą, co mają powiedzieć, jak reagować, tak naprawdę odczuwają złość na siebie, która zostaje przeniesiona na dziecko bo ono spowodowało tą bezsilność. Zarówno reakcja na bezsilność czy niepanowanie nad emocjami obnaża szacunek dorosłych do dziecka. Oczywiście, każdy ma swoją cierpliwość, prawo do własnych emocji, ale czy większość dorosłych nie ma zdecydowanie większego przyzwolenia na niepanowanie nad swoimi emocjami wobec dzieci? Dlaczego, gdy drażni nas druga osoba dorosła w pracy czy w domu potrafimy zachować przynajmniej pozorny spokój, a w przypadku dziecka dajemy sobie przyzwolenie na wyładowanie swoich emocji? Dlatego, że nam nie odpowie? Dlatego, że musi nas słuchać? Czy dlatego, że jest to dziecko a my z racji przewagi wieku udowodniamy mu swoją siłę i wyższość?

Dziecko do osiągnięcia większej dojrzałości emocjonalnej potrzebuje, oczywiście, czasu, ale również edukacji. Najpierw musi poznać, zrozumieć emocje, by móc uczyć się nad nimi panować. W tej drodze powinien towarzyszyć dziecku dorosły. I towarzyszy, ale nie zawsze, niestety, z pozytywnym skutkiem.

Przeanalizujmy niektóre emocje, które często sprawiają wiele trudności dzieciom przez co i dorosłym.

Małe dzieci często odczuwają wstyd, nie potrafią wtedy wykonać wielu czynności, z którymi na co dzień nie mają już problemu. Wstyd jest przykrym uczuciem powiązanim z poczuciem winy. Dziećmi najczęściej wstydzonymi są dwulatki, u których rozwija się autonomia. (Erikson E., 1997) Częste przeżywanie tej emocji w tym właśnie wieku może powodować utrwalenie wstydu w strukturze JA, hamując inicjatywę dziecka i utrwalając wstydlivość już jako cechę osobowości. (Stasiakiewicz M.P., 2001) Z uwagi właśnie na te fakty ważnym wydaje się zachowanie dorosłych w stosunku do wstydzających się dzieci. A ono bywa różne. Zacznijmy od poszanowania wstydu dziecka, zrozumienia go i poszukiwania wspólnych rozwiązań ułatwiających pokonanie tej emocji, np. kiedy dziecko ma przywitać się z gośćmi, może to zrobić po pewnym czasie, a nie od razu w progu domu itp. Dziecko

niezmuszane do przełamania wstydu samo często podpowiada dorosłym, czego potrzebuje do jego pokonania. Warto jednak pamiętać, że często jest to po prostu czas, którzy dorośli muszą zaakceptować. Niestety, wstyd dziecka często wywołuje bardzo negatywne emocje u samych dorosłych. Jak pisze Korczak, „często dorosłym zdaje się, że dziecko robi na złość, uparte, nie chce czego zrobić albo powiedzieć. A nie ono się wstydzi.” (Korczak J., str. 63) Niezrozumienie wstydu dziecka rzeczywiście prowadzi często dorosłych do odbioru tej emocji jako nieposłuszeństwa, krnąbrności tym bardziej trudnego do zaakceptowania, ponieważ przeważnie jest okazywane w sytuacjach ekspozycji społecznej, np. podczas spotkania ze znajomymi, występów w przedszkolu itp. Działają w tej sytuacji na osoby dorosłe dwie trudności. Z jednej strony wydają oni polecenie dzieciom, które nie jest realizowane, czyli budzi się złość, że dziecko ich nie słucha, z drugiej dorośli odczuwają dokładnie to samo co dzieci, czyli wstyd, ale w innym kontekście. Wstyd, że dziecko nie potrafi np. przywitać się, który wiąże się z domniemaną oceną innych o nich jako rodziców, wychowawców czy nauczycieli. Te emocje powodują, że dorośli zapominają o emocjach swoich dzieci i chcąc przeciwdziałać własnemu dyskomfortowi zaczynają zmuszać dzieci do podjęcia oczekiwanej przez nich aktywności. Zaczynają wypychać, zwracać uwagę, ale niestety, często też ośmieszać i obrażać, np. „nie bądź głuptasem, taki duży a zachowuje się jak mała dzidzia itp.” Taka reakcja dorosłych wywołuje jeszcze większe poczucie winy, pogłębiając i utrwalając odczuwany wstyd, co w konsekwencji może powodować utrwalenie wstydlivosti jako cechy osobowości. Wstyd nie wynika zawsze z wyżej wymienionych sytuacji, nieraz jest on spowodowany opowieściami dorosłych o dzieciach, w których ujawnia się ich przeżycia czy trudności. Takie rozmowy dorosłych w szczególny sposób ukazują brak poszanowania godności dziecka. Rozmawiając w taki sposób o dzieciach dorośli zapominają o emocjach dzieci, właśnie o ich godności i często intymności. Gdyby podobne tematy dotyczyły dorosłych ,wszyscy uważaliby, że została przekroczona granica poszanowania drugiego człowieka. Dlaczego, jeżeli dotyczy to dziecka, śmieją się, a nie czują zażenowania? Odpowiedź, niestety, jest prosta - brak faktycznego uznania praw dziecka do godności jako człowieka, a traktowanie go jak kogoś, kto ma dopiero się człowiekiem stać.

Innym uczuciem, które towarzyszy każdemu dziecku, jest strach, lęk, którego u małych dzieci nie można odróżnić „a to z tego powodu, iż dziecko na skutek braku dojrzałych mechanizmów psychicznych nie jest w stanie odróżnić między zagrożeniami wewnętrznymi a zewnętrznymi, realnymi i wymagowanymi: sztuki tej musi się dopiero uczyć, zaś ucząc się, potrzebuje uspakajających wskazówek ze strony dorosłych.” (Erikson E., 1997, s.421) Dorosły jest potrzebny dziecku do zrozumienia i opanowania tych uczuć.

Potrzebny jest jednak dorosły, który spojrzy z perspektywy dziecka. Dzieci odczuwają często lęk przed rzeczami, postaciami wyimaginowanymi przez rozwijającą się ich fantazję, które dla osób dorosłych nie istnieją, co oczywiście jest zgodne z rzeczywistością, ale dziecko przecież o tym nie wie i dlatego się boi. (Ranschburg J., 1993; Shaw M.A., 1999) Dorosły, który zaprzecza lękom dziecka albo, co gorsza zaczyna je wyśmiewać, powoduje, że dziecko odczuwa jeszcze większy lęk i wstyd. Lęk się potęguje, ponieważ dziecko nie widzi możliwości wsparcia; skoro zostaje z nim samo, staje się to jeszcze groźniejsze, na dodatek zostaje zachwiane bazalne poczucie bezpieczeństwa dziecka związane z zaufaniem do najbliższych osób. Osoby, które zawsze dawały mu wsparcie, teraz się śmieją i nie wierzą. Dziecko zaczyna odczuwać wstyd, że dalej czuje lęk, przez co zaczyna go ukrywać. Zaprzeczanie też lękom dziecięcym typu „nie masz się czego bać” bez pokazania realnych dla dziecka wskazówek wspierających jego pokonanie, powoduje poczucie dysonansu poznawczego. Z jednej strony dziecko odczuwa strach, z drugiej - słyszy komunikat o braku zagrożenia. Komu ma w tej sytuacji zaufać? Swoim odczuciom czy autorytetom dorosłych?

Lęki dziecka zmieniają się wraz z jego rozwojem, zaczynając od lęków związanych z hałasem, samotnością, bólem, upadkiem, ciemnością poprzez wszystkie lęki związane z wyobraźnią dziecka, po lęki związane z różnymi sytuacjami społecznymi, np. szkołą, rodziną, rówieśnikami, sytuacjami zagrażającymi życiu czy zdrowiu. Sam strach, lęk spełnia również pozytywną rolę w życiu człowieka, ponieważ mobilizuje organizm do działania, przez co chroni go przed zagrożeniami. (Becker G., 1998) Żeby jednak mógł spełniać tę pozytywną rolę, nie może paraliżować, dezintegrować działań człowieka, dlatego jest takie istotne uczenie radzenia sobie z lękiem, oczywiście na określonym poziomie rozwojowym. Bazalne poczucie zaufania, stałość otoczenia uczy przewidywania własnych działań jak i działań innych osób, co powoduje obniżenie lękliwości. Niestety, nieraz zdarza się, że dorośli zamiast wspierać budowanie tej stałości, burzą ją. Jak to napisał J.Korczak „ Wyśmiewać strach albo umyślnie straszyć – to okrucieństwo” (s.64) Dorośli, którzy straszą dzieci, często robią to z dwóch pobudek. Poprzez wywoływanie sytuacji zagrożenia chcą pomóc dziecku pokonać ich lęk lub z braku innego pomysłu wychowawczego poprzez zastraszenie chcą osiągnąć zamierzony efekt. Pierwsza sytuacja mogłaby być korzystna , ponieważ strach podlega wyuczeniu (wtedy boimy się pewnych sytuacji, bodźców kojarzonych z przeżytym wcześniej lękiem, a nie realnego niebezpieczeństwa) jednak tylko wtedy, gdy dorosły dziecku zapewni poczucie bezpieczeństwa, które okaże się takim wsparciem, że dziecko będzie chciało z własnej woli się przekonać o braku realnego zagrożenia. Zmuszanie na siłę, działanie z zaskoczenia przyniesie dokładnie odwrotny efekt, czyli potęguje poczucie strachu. Druga

sytuacja nie ma pozytywnego aspektu, ponieważ wychowanie nie może polegać na zastraszaniu, to jest przecież przemoc. Często dorośli zastraszają z własnej bezsilności, bez zastanowienia się nad wszystkimi skutkami swojego postępowania. Mówią np. „bądź cicho, bo ciebie zabierze pan z dużą torbą”, a po pewnym czasie gnębi ich wielka troska, że dzieci mają problemy emocjonalne, że są takie wrażliwe bo boją się listonosza i panów z aktówkami. Inny przykład: „jeżeli nie weźmiesz lekarstw, to pojedziesz do szpitala, albo przyjdzie lekarz i da ci zastrzyk”, co zaowocuje zaskoczeniem, że dziecko boi się lekarza, szpitala itd., a przecież to tylko konsekwencja zachowania osób dorosłych wobec lęków dziecka.

Dzieci przeżywają negatywne i pozytywne uczucia, zastanawiają się czym jest dobro, miłość i w poszukiwaniach odpowiedzi na te pytanie szukają pomocy dorosłych. Trudno im zrozumieć, czym jest dobro, skoro jest tak różnie interpretowane. Nieraz dobrze jest, gdy dzieci są cicho, ale nieraz gdy są głośno, to jak jest dobrze? Dzieci mają być dobre, choć znaczenie tego słowa jest ogromne. Jeżeli nie są dobre, otrzymują karę, która sama w sobie jest zaprzeczeniem dobra. Dzieci często nie wiedzą, za co otrzymały tę karę a zarazem jak mają się zachowywać, by być dobrym. Przecież słyszą „jesteś dobrym chłopcem” w sytuacji kiedy podniosą papier, pomogą innemu dziecku czy zrobią siusiu. To jak mają zrozumieć o co chodzi dorosłemu, który mówi „ale jesteś dziś niedobry”? Dzieci potrzebują jasnych reguł, jasnych komunikatów. „Jesteś niedobry” (jeżeli musimy używać tego sformułowania), ponieważ uderzyłeś siostrę. Z takiego komunikatu dziecko wie, co oznacza w tej chwili określenie „niedobry”, co pozwala, że może się do tego odnieść. Całościowo pojęcie dobra będzie mógł zrozumieć, gdy zacznie myśleć formalnie i będzie posiadał umiejętność uogólniania, abstrahowania. Chociaż czy w ogóle można przyjąć jedną spójną definicję dobra – przecież jest to pojęcie abstrakcyjne.

Innym niezwykle ważnym, ale trudnym do zrozumienia uczuciem jest miłość. Bo skąd wiedzieć, czy się lubi, czy już kocha? I czy zawsze kocha się tak samo, bo jak się jest złym, to się nie kocha, a po chwili już się kocha i jak takie uczucie ma uporządkować dziecko? Miłość, uczucie, którym pryncypalnie powinno być otoczone dziecko od samego urodzenia, a nawet i jeszcze wcześniej, buduje w nim poczucie bezpieczeństwa i przynależności. Niestety, nie wszystkie dzieci doznają takiej miłości. Można za Kościelską wyróżnić różne rodzaje miłości: symbiotyczną, rekompensującą, rozumną, wstydliwą, przebojową, z oddali, zracjonalizowaną, nieodwzajemnioną, własną, uszczęśliwiającą, za wszelką cenę dążącą do normalności. Wyróżnione typy nie wyczerpują wszystkich rodzajów miłości, nie wykluczają się wzajemnie, wskazują jedynie na to, że stosunek rodziców do dzieci jest psychologicznie

bardzo złożony i podlega zmianie. (Kościelska M., 1995) Wszystkie te rodzaje miłości mają ściśle określone skutki dla rozwoju dziecka. Jakiej dziecko doznaje miłości, takiego uczucia się uczy. Oczywiście, pierwowzorem jest także model miłości pomiędzy rodzicami, które dziecko odwzorowuje w toku socjalizacji pierwotnej. Drugą bardzo ważną sytuacją, jakiej doświadcza dziecko, związaną z poznawaniem miłości jest miłość do rówieśników. Dzieci zaczynają się zakochiwać około 4-5 roku życia. Jest to związane z rozwojem społecznym, w tym wieku dzieci wchodzi w etap nawiązywania pierwszych przyjaźni, miłości przedszkolnych, na co pozwala powolne wychodzenie z fazy egocentryzmu. (Brich A., Malian T., 1998; Harwas-Napierała B., Trempała J, 2001; Strelau J., 2000;) Oczywiście, nawiązywanie takich kontaktów podnosi kompetencje społeczne, ale też rozwija emocjonalnie. Dla dzieci jest to bardzo ważny etap w życiu, przeżywają pierwszą miłość, zastanawiają się, czy już kogoś kochają, czy jeszcze nie. Uczucie to nie tylko jest trudne do rozpoznania, ale na dodatek bardzo zmienne. I tu ogromna rola dorosłych, ich stosunku do tych pierwszych dziecięcych miłości. Czym one są dla dorosłych. Czy możliwością obserwacji rodzących się uczuć dziecka, czy, niestety, często tematem sensacją. Reakcja dorosłych pokazuje dziecku, jak ważne jest to uczucie, a także że jest one intymne. Poszanowanie tajemnicy dziecka, dopytanie czy możemy podzielić się tymi pierwszymi zwierzeniami dziecka pokazuje jemu szacunek do niego samego i jego uczuć. Niestety, często dzieje się odwrotnie. Dorośli ogłaszają wszystkim, że dziecko jest zakochane, ma narzeczoną/narzeczonego ironizując, „uważaj, bo zostaniesz babcią.” Dziecko, które często pełne obaw, zastanawia się, czy to jest w ogóle miłość, przyznaje się do swojego uczucia, czuje zawód, wstyd, a nieraz złość. Uczy się, że nie opłaca się mówić o swoich uczuciach, ponieważ nie są one odbierane przez dorosłych poważnie i z szacunkiem. Później po wielu latach, kiedy dzieci stają się już nastolatkami, dorośli dziwią się, dlaczego niczego im już ich dzieci nie chcą powiedzieć – a przecież sami ich tego nauczyli. Mówienie o własnych uczuciach jest trudne. Trudne dla dzieci jak i dorosłych, dlaczego? Wpływ na to ma na pewno zmienność emocji, a także niepewność własnych odczuć, ale również pierwsze doświadczenia związane z okazywaniem, rozmawianiem o emocjach. Niestety, pierwsze doświadczenia mówienia o emocjach przeważnie nie są pozytywne. Dzieci nie tylko nie mają przykładu do naśladowania od dorosłych, ale także pierwsze samodzielne próby wypowiedzi zamiast obdarzania wsparciem, często zostają wyśmiane, przez co skutecznie blokują chęć dzielenia się swoimi emocjami .

Uczuciem, które często bezpośrednio wiąże się z uczuciem miłości, jest tęsknota. Nieraz właśnie poprzez rozłąkę i odczuwaną w tym czasie tęsknotę za kimś lub czymś

zdajemy sobie sprawę, że tak naprawdę to darzymy kogoś lub coś miłością. Tęsknić można, jak pisze Korczak, za rodzicami, kolegami, domem czy ojczyzną. Każda ta tęsknota ma inny wymiar i zależy od wieku – poziomu rozwoju, stopnia przywiązania i osobowości człowieka. Każde te uczucie można by szczegółowo opisać, odnosząc się do wszystkich wcześniej wymienionych zmiennych. Zwróćmy uwagę na tęsknotę za rodzicami jaką przeżywają dzieci na progu edukacji przedszkolnej. Pójście do przedszkola jest bardzo trudnym momentem dla każdego dziecka i jak się okazuje rodzica. Jest to moment tzw. kryzysu adaptacyjnego. Dziecko pozostaje na rozstaju dróg. Z jednej strony ma potrzebę bycia z rówieśnikami, poznawania nowych rzeczy, które jego interesują, fascynują, z drugiej strony chce być z osobami sobie najbliższymi. Pogodzenie tych dwóch potrzeb jest, oczywiście, niemożliwe. Dzieci pozostając w przedszkolu, czują dumę, że są przedszkolakami, że są już „duże”, ale odczuwają też tęsknotę za najbliższymi. Małe dziecko ma trudność z radzeniem sobie z tym uczuciem. Wchodzi ono w okres separacji, a brak orientacji w czaso-przestrzeni, nieumiejętność uogólniania, przewidywania powodują duże zachwiania w poczuciu bezpieczeństwa dziecka. Dlatego w pozytywnym przeżyciu, tego kryzysu, powinien pomóc dziecku dorosły. Proces adaptacji, przez jaki przechodzi dziecko, składa się z mechanizmu akomodacji i asymilacji. Spojrzenie na te mechanizmy z perspektywy dziecka ułatwi adaptację do nowych warunków. Dziecko wchodzące do przedszkola powinno poznać wraz ze swoimi bliskimi to miejsce, by móc się czuć w nim bezpiecznie. Wiedza, gdzie znajduje się ubikacja, gdzie można odpocząć i się napić, pomaga w budowaniu tego bezpieczeństwa. Dziecko poznające swojego wychowawcę w obecności najbliższych może być skupione na jego zachowaniu, a nie tylko zapewnianiu swojego poczucia bezpieczeństwa. Odpowiednio przygotowane pomieszczenia sprzyjające rozwojowi dziecka, gdzie może zostawić i przynieść coś swojego, namiastkę swoich bliskich, swojego domu pomaga dziecku w przełamaniu lęku przed rozłąką. Oczywiście, rodzice uczestniczą tylko przez pewien okres w zajęciach przedszkolnych swoich dzieci, po około dwóch trzech tygodniach większość dzieci adaptuje się do nowych warunków. Są dzieci, które w ogóle nie potrzebują obecności swoich rodziców, ponieważ mają uwewnętrzniony ich obraz lub wcześniejsze pozytywne doświadczenia separacyjne, które umożliwiają szybką adaptację. Będą też dzieci, które potrzebują dłuższego czasu obecności rodziców, większego ich i nauczycieli zaangażowania. Wszystkie jednak w okresie adaptacji odczuwają tęsknotę za swoimi rodzicami, dlatego warto mieć na uwadze perspektywę dziecka i pomóc jemu w radzeniu sobie z tym uczuciem. Żeby móc pomóc dziecku przeżywać tęsknotę, dorosły nie może jej zaprzeczać. Niestety, często wydaje się dorosłym, że mówienie o tęsknocie wzmacnia to uczucie, dlatego lepiej go nie

zauważać, lub jemu zaprzeczać. Taka postawa burzy w dziecku poczucie zaufania do nauczyciela, wzmagając jednocześnie poczucie tęsknoty, za rodzicem, który to bezpieczeństwo zapewnia. Dając dziecku zgodę na przeżywanie tęsknoty pomagamy ją przeżyć. Pierwszym takim czynnikiem, który wspiera dziecko, to tzw. obiekty zastępcze, czyli przytulanki, zdjęcia, które dzieciom przypominają dom, dają pewność, że rodzice dalej ich kochają i nie zniknęli (wiąże to się z mało ustabilizowanym obrazem uwewnętrznionego rodzica). Drugi element to pokazanie dziecku na konkretnie perspektywy pobytu dziecka w przedszkola. Dziecko w wieku trzech lat nie ma poczucia czasu. Czeka na swoich rodziców, nie potrafi sobie wyobrazić, kiedy to będzie. Powiedzenie typu „rodzice przyjdą po obiedzie” raczej nie uspokaja dziecka tylko prowokuje pytanie „to jest już po obiedzie?” Dlatego usytuowanie całego dnia w schematycznych obrazkach pomaga dziecku zrozumieć, kiedy przyjdzie rodzic i to zaakceptować. Tutaj oprócz pracy samego nauczyciela, muszą współpracować rodzice, którzy szczególnie w początkowym okresie powinni dotrzymywać umów ze swoimi dziećmi, budując więc pewną i zabezpieczając im tym same poczucie bezpieczeństwa, np. przychodzić o określonej godzinie, żegnać się ze swoimi dziećmi, a nie cichaczem jak się tylko dziecko obróci uciekać itp. Taka pomoc w przeżyciu u dzieci tęsknoty za rodzicami powoduje, że zaczynają sobie z nią radzić, przez co wzbogaca się ich świat doznań emocjonalnych, a nie zostaje sparaliżowany. (Bogdanowicz M, 1991; Friedl J., 2001; Harwas-Napierała B., Trempała J, 2001; Wolf J., 2000)

J. Korczak w swojej książce wspomina jeszcze o trzech innych uczuciach: zawodu, urazy i obrazy. Na początku poczucie zawodu łączy się z poczuciem bezpieczeństwa. Dziecko odczuwa zawód, niepewność, gdy dorośli nie spełniają jego oczekiwań najpierw związanych z bezpieczeństwem, później z innymi potrzebami. Poczucie zawodu staje się szczególnie trudne dla dziecka wieku około 5-6 roku życia, kiedy wychodząc już z fazy egocentryzmu, zaczyna porównywać się z rówieśnikami i z jednej strony doznaje dumy z własnych osiągnięć, a drugiej zawodu, że nie wszystko mu wychodzi tak, jakby chciał. Zaczyna przeżywać frustrację związaną z porażką. Ten moment rozwojowy jest bardzo ważny dla dziecka, szczególnie budowania adekwatnego obrazu własnej osoby. Ważne by dziecko przeżywało zawód, by umiało się pogodzić z własnymi porażkami, zaakceptować swoje słabe strony, przy równoczesnym, oczywiście, doznaniu poczucia sukcesu i odkrywaniu swoich mocnych stron. Dorosły powinien pomóc dziecku w przeżyciu tego uczucia, pokazać, że jest ono potrzebne, ponieważ wskazuje obszar do pracy nad sobą, dostarcza wiedzy o nas samych. Ochrona przed porażką jest niemożliwa, dlatego im wcześniej dziecko będzie odczuwało zawód, uczyło sobie z nim radzić, tym lepiej będzie funkcjonować w przyszłości.

Zawód dzieci przeżywają nie tylko z racji na ocenę swojego postępowania, ale także postępowania innych: rówieśników czy dorosłych, wtedy najczęściej łączy się on z urazą. Żalem, że ktoś nas zawiódł, nie dotrzymał słowa. Taka uraza powoduje, że stajemy się ostrożniejsi, mniej ufni i to ma swoje pozytywne konotacje rozwojowe, jednak w niektórych przypadkach może mieć też negatywne skutki. Dzieje się, tak kiedy dorośli, oszukują swoje dzieci, jak im się często wydaje dla ich dobra. By dziecko nie płakało tata np. mówi, że idzie tylko coś zjeść i znika na cały dzień do pracy. Zachowanie takie powoduje, że dzieci budują więź niepewną ze swoimi bliskimi, która będzie miała olbrzymie znaczenia dla budowania ich poczucia bezpieczeństwa przez całe życie, a nie tylko w okresie dzieciństwa. Nauczyciele, którzy niesprawiedliwie oceniają prace dzieci, pokazują, że nie warto się starać, że nie zawsze się liczy praca, demotywują dzieci i uczą oszustwa. Takich przykładów zawodu, który nie wpływa pozytywnie na rozwój dziecka można by podać wiele.

Innym uczuciem, które ma szczególnie negatywne konsekwencje dla kształtującej się struktury JA dziecka, jest obraza, która ma na celu poniżenie, wyśmianie kogoś. Dziecko odczuwa wtedy pomniejszenia własnej wartości, co może powodować bierność, nieśmiałość. Dzieci o niskim poczuciu własnej wartości często wchodzą w rolę kozłów ofiarnych. Pomimo tak negatywnych skutków dorośli często obrażają swoje dzieci, i co najgorsze, w tym wczesnym okresie dzieciństwa, kiedy jeszcze nie mają tak ukształtowanego poczucia własnej wartości, by mogło je uchronić przed takimi komunikatami. Są to często w oczach dorosłych niewinne uwagi, mające motywować dzieci, np. ”ty jesteś ale gapa, niezdara, siusiumajtek, brzydka itp.” Czy są one takie niewinne i nie naruszają godności dziecka można łatwo sprawdzić. Co powiedziałby dorosły, którego tak byśmy nazwali, zamieniając te określenia na przystające do osoby dorosłej? Myślę, że czułby się co najmniej obrażony. Przedstawione tutaj uczucia są zbieżne z przedstawionymi w książce J. Korczaka, ale rzecz jasna nie wyczerpują całej palety uczuć ludzkich.

Analizując emocje, trzeba pamiętać, że różni są ludzie i różnie odbierają swoje emocje bez względu na to czy są dziećmi, czy dorosłymi. „Emocje, w tym uczucia nie są zjawiskiem statycznym, są to procesy mające swój początek, przebieg i koniec. Procesy te można pod względem formalnym rozpatrywać z punktu widzenia ich natężenia (siły), czasu trwania, złożoność a także adekwatność do sytuacji, w jakiej występują (I.Obuchowska, 2001, s.18) Emocje mogą mieć charakter pozytywny, negatywny czy ambiwalentny. Przypisuje im się coraz to bardziej znaczącą rolę. Wiadomo, że inteligencja emocjonalna w 80% warunkuje możliwość osiągnięcia sukcesu w życiu dorosłym, kiedy inteligencja intelektualna uważana przez długie lata za dominującą tylko w 20%. (D. Goleman, 1997) Emocje pełnią też

znaczącą rolę w motywowaniu do działania, w komunikowaniu, funkcjonowaniu poznawczym czy w sposobach radzenia sobie. (P.Ekman, R. Davidson, 1999; I. Obuchowska, 2001; K.Obuchowski, 2000) Wiedząc o tych istotnych faktach, warto dbać o rozwój emocjonalny dziecka, ponieważ warunkuje on w dużej mierze jego sukces życiowy. Nie wszyscy jesteśmy specjalistami we wspieraniu tego obszaru rozwojowego dziecka, ale wszyscy w nim uczestniczymy z większymi lub mniejszymi kompetencjami. Jak postępować by podnosić co dzień możliwości dziecka, nie blokować go, a co najważniejsze nie szkodzić mu. Niby tak niewiele – dbać o godność dziecka – a jakie to trudne... Dlaczego?

Bibliografia:

- Becker G. (1998) *Dar strachu*, Poznań, Media Rodzina.
- Bogdanowicz M. (1991) *Psychologia kliniczna dziecka w wieku przedszkolnym*, Warszawa, WSiP.
- Brich A., Malian T. (1998) *Psychologia rozwojowa w zakresie od niemowlęctwa do dorosłości*, Warszawa. PWN.
- Ekman P., Davidson R.J. (1999) *Natura emocji*, Gdańsk, GWP.
- Erikson E. (1997) *Dzieciństwo i społeczeństwo*, Poznań, Dom Wydawniczy REBIS.
- Friedl J., (2001) *Moje dziecko idzie do przedszkola*, Kielce, Wydawnictwo „JEDNOŚĆ”
- Gertsman S. (1986) *Rozwój uczuć*, Warszawa, WSiP.
- Goleman D. (1997) *Inteligencja emocjonalna*, Poznań, Media Rodzina.
- Harwas-Napierała B., Trempała J.(2001), *Psychologia rozwojowa człowieka*, Warszawa. PWN.
- Korczak J. (), *Prawidła życia*,
- Kościńska M. (1995) *Oblicza upośledzenia*, Warszawa, PWN.
- Obuchowska I. (1996) *Kochać i rozumieć*, Poznań, Media Rodzina
- Obuchowska I. (red.)(2001) *Jak sobie radzić z niechcianymi uczuciami*, Poznań, Media Rodzina.
- Obuchowski K. (2000) *Galaktyka potrzeb*, Poznań, Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Ranschburg J., (1993) *Lęk, gniew, agresja*, Warszawa, WSiP.
- Schaw M.,A. (1999) *Dziecięce lęki*, Poznań, Wydawnictwo Moderski i S-ka.

Stasiakiewicz P.M. (2001) *Uczucie wstydu*, W: Obuchowska I. (red.) *Jak sobie radzić z niechcianymi uczuciami*, Poznań, Media Rodzina.

Strelau J. (red.) (2000) *Psychologia*, Gdańsk, GWP.

Wolf J., (2000) *Mam trzy latka*, Warszawa, PWN.