

Rozwój emocjonalny dziecka

Dziś po raz kolejny chcę zwrócić uwagę na ważny temat, jakim jest rozwój emocjonalny dziecka w wieku przedszkolnym. Często w gabinecie psychologa spotykam się z problemami i pytaniami ze strony rodziców:

-Czy to w porządku, że moje dziecko krzyczy i płacze, jak czegoś nie dostanie?

-Martwię, się bo mój syn boi się potworów, które nie istnieją. On wie, że nie istnieją, ale i tak się boi...

-Moja córka stała się ostatnio bardzo płaczliwa, nigdy taka nie była i nic takiego się ostatnio nie wydarzyło

-Mój Kacperek jest bardzo niestabilny emocjonalnie, złości się i tupie, a za chwilę śmieje się, jest wesołym jakby nic się nie stało...

No cóż, wiek przedszkolny to okres szczególnie ważny w rozwoju emocjonalnym dziecka, które przejawia niezwykle bogactwo i zróżnicowanie w przejawianiu emocji. Przedszkolaki zazwyczaj okazują emocje spontanicznie, nie potrafią ich ukrywać, odróżniać i nie kontrolują ich lub kontrolują w ograniczonym zakresie. Oczywiście im starsze dziecko tym powinno lepiej rozpoznawać emocje swoje i innych, nazywać je i w pewnym zakresie panować nad nimi. To jednak sztuka, której dzieci uczą się aż do dorosłości. Dlatego nie wymagajmy od naszego przedszkolaka emocjonalnej dojrzałości.

Chciałabym przedstawić krótko jak kształtuje się rozwój emocjonalny w wieku przedszkolnym, jakie zachowania są typowe dla danego wieku rozwojowego. Jest to oczywiście zestawienie „książkowe” i należy pamiętać, że każde dziecko rozwija się i dojrzewa w swoim własnym tempie, jednak to co jest wspólnie dla wszystkich dzieci to zmiana, każde dziecko się zmienia, zmieniają się jego zachowania, umiejętności, emocje.

Dziecko 2,5 letnie

Wchodzi w fazę świadomego „ja”. Wzrasta u niego siła napięć i konfliktów, pojawiają się więc nowe sposoby na ich rozładowanie np., kołysanie, ssanie palca, masturbacja, jękanie w chwilach podekscytowania oraz to co zazwyczaj najbardziej martwi rodziców, a jest tak naprawdę normą rozwojową dla tego

wieku, to napady złości (rzucanie się na podłogę, krzyki, plucie, kopanie, uderzanie rękoma). Dwiupółlatek najczęściej nie słucha argumentów i tyranizuje rodziców

Dziecko 3-letnie

W tym wieku intensywność wewnętrznych stresów i napięć zazwyczaj spada (najczęstsze sposoby rozładowania napięcia jakie obserwuje się u trzylatka to ssanie kciuka i masturbacja). Dzieci są dużo spokojniejsze, radośniejsze i pogodne. Są bardziej pewne siebie i świadome swojego ja. Potrafią podporządkować się czyjeś woli. Jednak w tym okresie często pojawiają się pierwsze strachy i lęki, dzieci boją się ciemności, czarownic, włamywaczy, policjantów, samotności, zwierząt małych i dużych. Trzylatki często domagają się, by znów być malutcy. Chcą być noszeni na rękach, karmieni butelką. Ten etap zazwyczaj szybko mija i nie należy zawstydzать dziecka. Problemem jest, że w naszej kulturze dziecko idzie w tym czasie do przedszkola i w tej sytuacji może nasilać się lęk separacyjny (czyli oddzielenia od najbliższych).

Dziecko 3,5 letnie

Na przełomie kilku tygodni radosny trzylatek staje się spiętym, przygnębionym, apatycznym, potykającym się i niezdarnym trzyipółlatkiem. Podczas ponurych nastrojów chce być sam, zakazuje mówienia do siebie, użala się nad sobą. Jako naturalny etap rozwojowy pojawia się brak poczucia bezpieczeństwa. Dziecko może domagać się od rodziców (również poprzez rozpacz i złość) specjalnej uwagi oraz okazywania miłości. Może pojawić się zacinanie i jąkanie o podłożu emocjonalnym.

Dziecko 4 letnie

Sprawność dziecka zazwyczaj się poprawia, ale zachowanie pogarsza (biega, niszczy zabawki, sabotuje polecenia, powtarza usłyszane wulgaryzmy, robi na przekór, wrzeszczy). W rozwoju emocjonalnym to znów okres wzmożonego napięcia, pojawiają się nowe sposoby odreagowania: płaczliwość, obgryzanie paznokci, robienie min, nudności i wymioty w chwilach szczególnego napięcia. Należy odwracać wtedy uwagę dziecka, by uniknąć powstania nawyku. Pojawiają się też manieryzmy tj. automatyczne ruchy, poprawianie ubrania, mruganie oczami itp., co zazwyczaj samo mija. Dla czterolatka rodzic jest największym autorytetem, ale uwielbia się przeciw niemu buntować. W tym wieku pojawiają się „lęki nocne”, dziecko zrywa się z krzykiem i płaczem, jest to wynik rozwoju

wyobraźni i pojawiania się wyrazistych snów. Dziecko może być też nadmiernie nieśmiałe, niepewne siebie.

Dziecko 5 letnie

Dziecko przeżywa gwałtowny rozwój intelektualny, uczy się odróżniać fantazję od rzeczywistości. W emocjach jest to czas względnego spokoju i stabilizacji uczuciowej, wycofują się też wcześniejsze sposoby odreagowywania napięć. Pięciolatki zazwyczaj potrafią już rozpoznawać i nazywać niektóre emocje.

Dziecko 6 letnie

To kolejny okres braku równowagi. Sześciolatek chce być we wszystkim najlepszy, rywalizuje z każdym, o byle co się obraża. Miota się między skrajnościami, pojawiają się gwałtowne emocje i silne napięcia psychiczne. Sprawia wrażenie zaniepokojonego i podenerwowanego. Może nieustannie się wiercić, huśtać na krześle, machać nogami, zacinać się, sapać lub dyszeć w sytuacjach podekscytowania. Mogą znów pojawić się napady złości, nieposłuszeństwa. Sześciolatek przechodzi ze skrajności w skrajność, może w złości wykrzyczeć przykre słowa zarówno do rodziców, jak i rówieśników. Mogą pojawić się bóle brzucha, częste oddawanie moczu, nudności lub wymioty przed pójściem do przedszkola. Jest to też okres nasilonych lęków, pojawia się mnóstwo nowych lęków, często dziwacznych i absurdalnych np. przed lampą w kącie, płaszcami w przedpokoju, szumem z rur, kościotrupami itp. Pojawia się też lęk przed burzą, wodą, wiatrem, ogniem. Lęki te mogą się nasilać, gdy dziecko zostaje samo w pokoju. Lęki te są normalnym etapem rozwoju i zazwyczaj same mijają.

Pragnę przypomnieć, że każde dziecko ma swój indywidualny tor w rozwoju emocjonalnym. I każde dziecko w toku rozwoju się zmienia. Czasami przechodzi ze skrajności w skrajność, czasem ze spokojnego, zrównoważonego, staje się dzieckiem niespokojnym, lęklwym lub rozwrzeszczanym. To czego najbardziej potrzebuje w tym czasie wzmożonych napięć, rozwoju, nauki emocji, zmian, przeżyć, poznawania własnych możliwości to wrażliwość rodziców, ich bezwarunkowa miłość, życzliwość i wyrozumiałość. Wspólna rozmowa wszystkich członków rodziny, przyjazna atmosfera, akceptacja stymuluje tworzenie trwałych więzi oraz kształtuje odporność emocjonalną dziecka, tak bardzo potrzebną do radzenia sobie w trudnych sytuacjach.

Literatura:

Faber A., Mazlish E., Wyzwoleni rodzice, wyzwolone dzieci, Media Rodzina.
Goleman D., Inteligencja emocjonalna, Media Rodzina.
Ilg F.L, Bates Ames Luise, Baker S.M., Rozwój psychiczny dziecka od 0 do 10 lat,
Wydawnictwo GWP