

Dr Aneta Jegier

Zamiast komputera – czyli jak kształtować aktywność społeczną dziecka

Wiek przedszkolny i szkolny to cudowny czas szybkiego rozwoju dziecka we wszystkich obszarach. Coraz lepiej opanowane umiejętności językowe pozwalają na łatwiejsze nawiązywanie relacji społecznych. Jednak mimo niewątpliwego postępu w rozwoju językowym i poznawczym wielu dzieciom brakuje umiejętności, kompetencji i wzorów zachowań prospołecznych.

Celem tego artykułu jest przedstawienie źródeł deficytów umiejętności społecznych oraz propozycji metod i technik uczenia zachowań niezbędnych do wchodzenia w dobre relacje społeczne zarówno w szkole, na placu zabaw, jak i w domu.

W dzisiejszym świecie coraz więcej osób odczuwa samotność. Już w przedszkolu zauważyć można dzieci, które gdzieś obok grupy wybierają zabawy indywidualne. W szkole tych dzieci jest więcej. Obserwując je widzimy, że tylko część z nich ma chęć na samotną zabawę, inne są z zabaw grupowych po prostu wykluczone. Rodzice podpatrując swoje pociechy, dostrzegają problem i mówią: "moje dziecko nigdy nie ma pary", "moje dziecko wraca smutne z wycieczki, bo nikt nie chciał się z nim bawić", "mojemu dziecku inni dokuczają", "moje dziecko nie ma przyjaciół". Takiemu dziecku z każdym dniem trudniej jest wejść do grupy, jego samotność prowadzi do narastających napięć i konfliktów.

Dom rodzinny

Rodzice najczęściej nie dostrzegają związku pomiędzy własnym postępowaniem a zachowaniem dziecka. Zbyt duża troska powoduje czasem, że rodzice, chcąc chronić dziecko, trzymają je zbyt blisko siebie, nie pozwalają rozwinąć skrzydeł, ingerują nadmiernie w dziecięce znajomości, wypełniają wolny czas innymi zajęciami. Dobre, właściwe postawy rodziców, jak akceptacja dziecka, współdziałanie z nim, dawanie mu swobody odpowiedniej do wieku oraz poszanowanie, uznawanie jego praw jako członka rodziny - decydują o prawidłowym rozwoju dziecka i nie zaburzają jego zachowania. Zaś postawy negatywne, takie jak odrzucenie dziecka, unikanie z nim kontaktu, nadmierne ochranianie czy nadmierne wymagania nie dają dziecku poczucia bezpieczeństwa i miłości, a co za tym idzie - powodują, że może ono poszukiwać możliwości zaspokajania swych potrzeb psychospołecznych nie zawsze w sposób akceptowany społecznie.

Dla rozwoju osobowości społecznej dziecka niebagatelne znaczenie ma więc to, w jakiej rodzinie ono wzrasta. Najważniejsi są rodzice, którzy przez samą swoją obecność dostarczają dziecku wzorów zachowania. Naśladowanie postępowania rodziców, a także identyfikacja z nimi to podwaliny przyswajania sobie przez nie norm społecznych.

Jak dawać dobry przykład?

- **Mów o tym, co czujesz.** Naucz swoje dziecko uświadamiania sobie i nazywania emocji. Pokaż, że Tobie też może być przykro i co wtedy robisz, a co, gdy jesteś zły. Takie postępowanie pozwala dziecku zrozumieć uczucia innych osób i to, jak sobie z nimi radzić.
- **Słuchaj swojego dziecka.** Pokazuj mu, że jest dla Ciebie ważne. Słuchasz swojego dziecka, gdy patrzysz na nie, gdy poświęcasz mu czas, gdy mu przytulasz i wyrażasz swoje zdanie. Nie słuchasz go, gdy jednocześnie robisz obiad, gdy czytasz gazetę, gdy oglądasz telewizję. Znajdź czas na słuchanie, żeby dziecko czuło się ważne i umiało słuchać innych!
- **Nie wyśmiewaj problemów swojego dziecka.** Dziecięce problemy są tak samo istotne dla dzieci, jak nasze dorosłe problemy dla nas. To, że "Ala znalazła sobie nową koleżankę", że "Arek już mnie nie lubi" - jest dramatem. Ty - dorosły - możesz pomóc dziecku to znieść. Okazuj szacunek dla każdego problemu, aby dziecko nie bagatelizowało problemów innych, a także uczyło się różnych sposobów rozwiązywania problemów!
- **Używaj komunikatów typu "ja".** Mów o tym, co Ty czujesz, a nie oceniaj, np.: "Jest mi przykro, że dostałaś uwagę za nieprzygotowanie, gdyż wczoraj prosiłam, żebyś się dokładnie spakowała", zamiast: "Zawsze się lenisz i zapominasz spakować, stąd ta uwaga".
- **Dziel się swoimi uwagami w odpowiednim miejscu i czasie.** Dzięki takiej postawie dziecko będzie się czuło szanowane i będzie umiało traktować z szacunkiem innych. Nie będzie miało poczucia krzywdy i poniżenia, lecz zrozumie, że nasze uwagi są wynikiem naszej miłości i troski.
- **Ucz dziecko trudnej sztuki rozwiązywania konfliktu na własnym i jego przykładzie.** Przy okazji zaistnienia konfliktu w domu omawiaj z dzieckiem, dlaczego należy postąpić właśnie tak. Pokazuj, że są różne sposoby rozwiązywania konfliktu, ale nie wszystkie są dobre. Opowiadaj, dlaczego powstają konflikty i co to jest kompromis. Taka postawa przygotowuje dzieci do prawidłowych i pozytywnych zachowań w sytuacji konfliktu.

Pamiętajmy, że powyższe rady nie odnoszą się tylko do relacji mama - dziecko, tata - dziecko. Takie zasady muszą obowiązywać wszystkich domowników.

Wpływ grupy rówieśniczej

Większość dorosłych z nostalgią wspomina czasy dzieciństwa. Osobom zapytanym o ten czas, na myśl przychodzą zabawy na podwórku: "w gumę", "w berka", "w podchody", "w klasy", "w państwa - miasta" itp. To właśnie tego typu zabawy kształtowały charaktery, uczyły cierpliwości, szacunku dla zasad gry i zasad panujących w grupie, wprowadzały w świat zdrowej rywalizacji. Żaden dorosły nie wyjaśniał zasad, nie uczył nowych gier; robiły to same dzieci. Miło wspominały te czasy, gdy w pośpiechu odrabialiśmy lekcje, łykaliśmy obiad i biegliśmy na dwór. Czasem dostawaliśmy reprimendę od rodziców lub sąsiadów za wrzaski na podwórku. Mimo to chętnie zamienialiśmy dobranockę na dodatkowe pół godziny zabawy z kolegami.

Niestety, wiele dzisiejszych dzieci w ogóle nie doświadcza tego typu uniesień. Gdy wyjrzymy przez okno, nawet przy słonecznej pogodzie, nie widzimy "paczek" dzieci, które wspólnie by się bawiły. Dzieci spędzają czas przed telewizorem, komputerem lub na zajęciach dodatkowych (często wybranych i narzuconych przez rodziców). Między innymi tu tkwi źródło dziecięcych problemów z nawiązywaniem kontaktów i przyjaźni z rówieśnikami.

Propozycje dla rodziców:

- **Naucz dziecko gier** - zarówno tak zwanych podwórkowych, jak i tych domowych - planszowych. To bowiem sprawia, że dzieci są atrakcyjniejsze dla innych, umieją się bawić, umieją panować nad emocjami, przestrzegać zasad, cieszyć się sukcesem, ale i znieść porażkę. Przy tym są sprawniejsze, co na pewno zjednuje kolegów.
- **Stwarzaj sytuację do zabawy.** Zapraszajcie inne dzieci do zabawy na podwórku, ale też kolegów z klasy do domu. Róbcie to stopniowo, najpierw jeden kolega, potem dwóch. Stawiaj swoje dziecko w roli gospodarza, niech czuje się odpowiedzialne za swojego gościa i jego dobre samopoczucie.
- **Organizuj dziecku przyjęcia w domu lub ogrodzie - wspólne świętowanie.** Wyprawianie dziecku urodzin w klubie jest modne. Warto jednak zaangażować rodzinę we wspólne przygotowania i potem sprzątanie, a efekt będzie dużo lepszy. Tak niewiele potrzeba, aby dobrze się bawić po lekcjach i czuć się ważnym w gronie rówieśników. Czasem możemy to zorganizować w klasie szkolnej, czasem na boisku, a czasem na polance w lesie, jeśli w domu nie mamy miejsca.
- **Zorientuj się, co proponuje dzieciom Twoja gmina.** W większych miastach, na stronach internetowych urzędu miasta lub urzędu gminy zamieszczone są informacje o festynach, konkursach, akcjach, organizowanych z myślą o samych dzieciach lub całych rodzinach. Warto w nich uczestniczyć, poznając przy okazji nowych ludzi i przeżywając wiele radości.
- **WAŻNE! Każdy członek rodziny ma w niej swoje obowiązki.** Rodzice mówią: "niech on się tylko uczy, a my już resztę zrobimy". Oczywiście, że nauka to

obowiązek, jednak nawet małe dzieci należy uczyć odpowiedzialności i tego, że "nie żyje się tylko dla siebie". Zaszczepimy w dziecku poczucie, że jest ważne w rodzinie nie wtedy, gdy będziemy spełniać wszystkie jego zachcianki, tylko wtedy, gdy będzie czuło, że ono też dokłada swoją cegiełkę do całości, jaką jest rodzina. Dlatego młodsze dzieci mogą odkurzać czy podlewać kwiatki, starsze - wychodzić po drobne zakupy, wnosić śmieci i obierać ziemniaki do obiadu lub robić mniej skomplikowaną sałatkę. W gospodarstwach wiejskich dzieci mają wiele obowiązków, ale w miastach często ich jedynym obowiązkiem jest odrobienie lekcji i komputer. Warto wpłynąć na aktywność dzieci na rzecz rodziny dla ich własnego dobra.

Fragment poradnika dla rodziców: „**Między lekcjami – jak rozmawiać z dzieckiem o przemocy w szkole (i nie tylko)**”