



EMOCIONALNI RAZVOJ DJETETA





Što su emocije?

U našem jeziku najbliži pojmovi su osjećaji, odnosno čuvstva. Najjednostavnija definicija osjećaja bila bi "stanje uzbuđenosti nastalo kao reakcija na neki vanjski podražaj". Ta unutarnja uzbuđenost uzrokuje tjelesne promjene i pokreće određena ponašanja. Osjećaj je neodvojiv od tjelesne senzacije, a prema van se izražava kroz mišićnu aktivnost. Slikovito možemo reći da su osjećaji pogonsko gorivo za djelovanje. Tako dolazimo do drugog pojma, koji se naziva emocionalna reakcija ili izražavanje. Spontane emocionalne reakcije beba i male djece su naslijeđeni mehanizmi reagiranja pohranjeni u filogenetski najstarijim dijelovima mozga. One su u funkciji preživljavanja, pomažu nejakom djetetu da okolina prepozna njegove potrebe i u funkciji su djetetovog prilagođavanja u sve složenijim odnosima u njegovoj okolini. Osim izražavanja emocija, dijete vrlo rano pokazuje međuovisnost svojeg izražavanja i emocionalnih odgovora svoje okoline. To je osnova za razvoj razumijevanja i odabira emocionalnog izražavanja i ponašanja.

Prve emocije koje dijete izražava su reakcija ugone ili neugode. Pozitivno emocionalno stanje izražava se smiješkom, gugutanjem, pozornim gledanjem. Neugodno emocionalno stanje izražava se plačem, mrštenjem, izrazom gađenja. Do kraja 6. mj. života dijete izražava sve četiri primarne emocije (ljutnja, strah, radost, tuga) i prepoznaje osnovna emocionalna stanja majke ili skrbnika. Već u dobi od 3 mj. dijete reagira na ton kojim mu se obraća odrasla osoba, a sa 7 mjeseci povezuje ton glasa i izraz lica za razumijevanje osnovnog emocionalnog stanja odrasle osobe. Između 8. i 9. mjeseca svjesno traži podatke o emocionalnom stanju majke, kao uporište za vlastito ponašanje i vlastite emocionalne reakcije (po Vasta i suradnici, 1998.).



Što je u emocionalnom razvoju djeteta naslijeđeno, a što se uči?

Nasljeđuje se neurološka podražljivost – način i intenzitet reagiranja na osjetilne podražaje, vrijeme neurološkog sazrijevanja, hormonalna konstitucija, temperament. Emocionalni razvoj djeteta ne ovisi samo o urođenim dispozicijama. Prije bi se reklo da one određuju "teži" ili "lakši" način na koji dijete postaje svjesno sebe i svog bivanja unutar svoje okoline. Od najranijih odnosa s majkom i bliskim osobama dijete biva prepoznato ili ne, prihvaćeno ili ne. Odnos s bebom je najčešće nježan, rastuć, živ događaj međusobnog usklađivanja. Bliža okolina reagira na djetetov način izražavanja, majčino lice daje djetetu prve informacije za usklađivanje. Djeca "težeg" temperamenta izazivaju nesigurnost, napetost, strah ili krivnju roditelja te se narušava opušteno i spontano usklađivanje. Tijekom sazrijevanja djeteta, okolina sve više oblikuje i modificira njegov način izražavanja emocija i uči ga društveno prihvatljivim oblicima izražavanja emocija, a taj se proces naziva socijalizacija emocija.

Proces socijalizacije emocija događa se:

- Promatranjem i oponašanjem – sposobnost viđenja okoline i ljudi nužna je da bi dijete ostvarilo kontakt s okolinom. Djeca vide, primjećuju, obraćaju pozornost. Većina ljudi odrastanjem "odustaje od neposrednog gledanja" i vidi stvari i događaje u okviru naučenih shema i očekivanja.
- U okviru modela ponašanja ljudi iz bliske okoline. Dijete oponaša način i intenzitet emocionalnog izražavanja. Način priopćavanja o svojim emocijama ujedno je i poziv okolini da sudjeluje u emocionalnom doživljaju. Pojedine obitelji, pa i kulture, razlikuju se u načinu otvorenosti/suzdržanosti u izražavanju svojih osjećaja i uživljanja u emocije svojih bližnjih.
- Namjernim odgajanjem kontrole emocija od strane roditelja, odgajatelja. Postavljanjem granica prihvatljivog i neprihvatljivog izražavanja emocija, osobito izražavanja srdžbe. Dijete se usmjerava na smanjivanje intenziteta, potiče ga se na samokontrolu i uči odabiru društveno prihvatljivih oblika izražavanja emocija.



Što je važno znati o emocijama djece predškolske dobi?

Djetetovi su osjećaji njegova srž. Nemoguće je dijete prepoznati i prihvatiti ako ne prihvaćamo njegovu srž. Dječje emocije su vrlo snažne, one ga preplavljaju. Dijete ih pokazuje spontano i izravno. One su kratkotrajne i brzo se izmjenjuju. Postoje i tipične razvojne faze u doživljavanju i izražavanju emocija. Razvojne faze su uvjetovane biološkim sazrijevanjem, sve složenijim situacijama u djetetovom okruženju, kao i sazrijevanjem intelektualnih sposobnosti koje omogućuju djetetu razumijevanje situacije i planiranje vlastitog ponašanja (detaljnije u priručniku B. Starc i sur.: Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi, 2004.). Dakle, djeca imaju snažne autentične osjećaje i vrlo ograničenu sposobnost da ih priopće okolini.

Dijete treba pomoć odraslih kako bi:

- Došlo u dodir sa svojim vlastitim osjećajima, osvijestilo svoju potrebu i unutarnje stanje (Vidim da si srdit. Što sad stvarno trebaš ili želiš? Čega se bojiš? Što te brine?...).
- Naučilo imenovati svoje osjećaje i govoriti o njima, spoznati kakvih sve osjećaja ima.
- Naučilo prepoznavati osjećaje kod drugih, dijeliti svoje osjećaje s drugima.
- Steklo iskustvo izražavanja osjećaja na različite načine.
- Razumjelo emocionalnu reakciju na neki događaj i steklo sposobnost predviđanja njezinih posljedica.
- Naučilo da je moguće odabirati načine izražavanja i ponašanja u emocionalnim situacijama.



Pridružite nam se na sljedećim radionicama!

Do tada pratite zanimljivosti i obavijesti na našoj Web i Facebook stranici.

Web stranica:

<https://www.vukovarski-leptirici.hr/>

Facebook stranica:

<https://www.facebook.com/vukovarskileptirici>