

## Jak budować prawidłowe kompetencje emocjonalno-społeczne u przedszkolaków? – porady dla rodziców



Źródło: <https://przedszkouczek.pl/2020/01/26/kraina-emocji/>

W szybko zmieniającym się świecie, każdy mały człowiek w przyszłości będzie potrzebował szeroko rozumianego spektrum kompetencji oraz umiejętności społecznych. Co więcej, ze względu na rozwijające się tempo zmian zachodzących w świecie należy pamiętać, iż dziecko jako przyszła osoba dorosła będzie musiała ciągle rozwijać swoje zasoby.

Kompetencje społeczne na poziomie postaw związane są nie tylko z otwartością na współpracę, ale także uzewnętrznieniem norm moralnych, akceptacją, asertywnością, poszanowaniem innych ludzi, a także gotowością do pokonywania uprzedzeń. Na funkcjonowanie przedszkolaka i na jego rozwój społeczno-emocjonalny mają wpływ czynniki takie jak:

- sytuacja rodzinna dziecka,
- środowisko szkolne/przedszkolne,
- stan psychofizyczny.

Rodzina jest fundamentalną szkołą życia społecznego. W niej dziecko zdobywa swoje pierwsze doświadczenia we wszystkich jego obszarach. To, jaki wzór stosunków międzyludzkich rodzina prezentuje, a także jaki przyjęła system wartości oraz norm postępowania, jak silne są więzi emocjonalne między jej członkami, w istotny sposób kształtuje funkcjonowanie dziecka w kontaktach międzyludzkich. Zgodne współzycie rodziny wpływa socjalizacyjnie, natomiast jej dezintegracja czy nieprawidłowe postawy rodziców utrudniają wszelkie procesy uspołecznienia.

Przedszkole dla małego dziecka, zaraz po środowisku rodzinnym jest terenem zdobywania doświadczeń emocjonalno-społecznych poprzez kontakty z rówieśnikami, nauczycielami oraz innymi dorosłymi osobami. Umiejętności te rozwijają się u przedszkolaka w oparciu o empatię, samokontrolę emocjonalną oraz komunikację.

Dlatego tak ważne jest wspieranie funkcjonowania emocjonalno -społecznego swoich dzieci w domu przez Państwa – rodziców. To rodzice są największym autorytetem i przykładem postępowania moralnych dla swoich dzieci.

Zatem, aby w pozytywny sposób kształtować rozwój, warto kierować się kilkoma zasadami:

- 1) Działać spójnie i być konsekwentnym - aby dzieci kierowały się w swoich działaniach odpowiednimi wartościami, muszą wiedzieć, dlaczego są one ważne.
- 2) Świecić przykładem – nasze zachowanie wpływa na przyswajanie dobrych praktyk. Przykładem może być nauka dziecka, iż do starszych od siebie należy zwracać się z szacunkiem to również nam samym należy w taki sposób się zachowywać.
- 3) Nie wymagajmy natychmiastowych efektów. Proces rozwijania kompetencji społeczno-emocjonalnych jest złożony, posiada wiele „poziomów trudności”. Na efekty podejmowanych

działań trzeba poczekać dłużej.

4) Korzystajmy z sytuacji dnia codziennego. Nasze codzienne życie daje wiele możliwości do rozwijania kompetencji emocjonalno-społecznych. Warto o nich pamiętać, np. kiedy jesteśmy w sklepie i na produkcie, którym jest zainteresowane nasze dziecko nie ma ceny. Warto zatem zachęcić dziecko, aby samo zapytało pracownika sklepu jaki jest koszt danego produktu.

5) Uczmy dziecka tego co na daną chwilę jest najważniejsze. Zindywidualizujmy proces rozwijania kompetencji emocjonalno-społecznych do możliwości i aktualnych potrzeb naszego dziecka. Obserwujcie swoje dzieci. Jeżeli zaobserwowaliśmy trudności z radzeniem sobie z przegraną – zacznijcie grać w gry planszowe, karciane, ruchowe, w których określicie i będziecie skrupulatnie przestrzegać zasad. Kiedy dziecko raz wygra, a innym razem przegra wówczas będziemy mieli okazję nauczyć go radzić sobie z przegraną i w odpowiedni sposób cieszyć się zwycięstwem.

A jak jeszcze efektywnie można rozwój dziecka jednocześnie rozwijając umiejętności emocjonalno-społeczne?

-Angażuj dziecko w życie rodzinne. Oglądaj albumy rodzinne, rozmawiaj o swojej pracy, razem z dzieckiem wykonuj obowiązki domowe.

- Ucz dziecko nazywania oraz rozpoznawania stanów emocjonalnych poprzez rozmowę, opisywanie, nazywanie uczuć.

- Zachęcaj do podejmowania zadań oraz pokonywania trudności aby dziecko nauczyło się cierpliwości i wytrwałości w dążeniu do wyznaczonego celu baw się. Zachęcaj dziecko do zabaw w tworzenie, opowiadanie historyjek, zabaw tematycznych czy zabaw w odgrywanie ról. Buduje to w dziecku poczucie odwagi i pewności siebie rysuj, maluj i opisuj rysunki dziecka. Dowiesz się w ten sposób co ono wie o świecie, a także jak go postrzega.

-Wspólnie z dzieckiem szukaj rozwiązań, przyczyn danego zachowania.

- Rozmawiaj z dzieckiem, a nie mów do dziecka. Dziecko poprzez to uczy się słuchać oraz nabywa większej kompetencji w zakresie użytkowania języka. W rozmowach odwołuj się do własnych uczuć i myśli.

Prawidłowo rozwinięte kompetencje emocjonalno-społeczne budują w dziecku poczucie bezpieczeństwa, rozumienie świata, zaufania do siebie i innych, pewności siebie w kontaktach społecznych, gotowość do tworzenia w przyszłości bliskich więzi z innymi, a także poczucie własnej odrębności.

Psycholog,  
mgr Agnieszka Kądziaława

Bibliografia:

Knopp K.A.(2013), *Kompetencje społeczne-pomiar i aplikacja praktyczna*. Strona internetowa <http://www.ore.edu.pl/>

Czub M.(2014), *Rozwój kompetencji społeczno-emocjonalnych dziecka*, Warszawa: PWN

Waloszek D. (2014), *Między przedszkolem a szkołą. Rozważania o gotowości dzieci do podjęcia nauki w szkole*. Poznań: Zysk i s-ka.Wyd. Akademickie Żak