

Socialne igre:

spodbujajmo razvoj čustveno in socialno kompetentnega otroka

Kdo si ne želi, da bi bili njegovi otroci zadovoljni sami s seboj, samozavestni, uspešni, sprejeti v družbi? Kdo si ne želi, da bi njegovi otroci znali uspešno obvladati stres ter konstruktivno reševati vsakodnevne konflikte v službi ali doma? Kdo si ne želi izbirati »primernih« interesov, prijateljev, partnerjev, si ustvariti dobre družine ter uspešne kariere?

Starši lahko za uresničitev teh želja storimo več, kot si mislimo. Ne moremo izbirati namesto otrok, lahko pa jih spodbujamo razvijati spretnosti, s katerimi jim bo to lažje uspevalo. Otroci, ki ne znajo razbrati čustev ali jih izraziti, so nerodni, zbegani in plahi v medosebnih odnosih, v vrtcu, na igrišču in v novih socialnih situacijah. Ker se stalno bojujejo s frustracijo, se odzovejo ali z umikom ali z napadalnim vedenjem.

Starši, sorodniki, druge pomembne osebe ter vrstniki smo učbenik za otrokov čustveno-socialni razvoj. Prve podobe o čustvovanju otroci usvojijo že v materinem trebuhu, saj vse materine odzive zazna tudi otrok. Učenje teh spretnosti poteka nezavedno, spontano, s posnemanjem, z lastnim izkustvom, ki se ohrani vse do odrasle dobe. Čustvene sposobnosti, s katerimi otroci kasneje v življenju razpolagajo in jih razvijajo, se gradijo na osnovi izkušenj predšolskega obdobja. In kaj ima vse to opraviti s temo

meseca? Veliko. Učenje teh spretnosti namreč poteka tudi preko otrokove igre (s samim seboj, z vrstniki ali odraslimi). Pravzaprav je kakršnokoli učenje v predšolskem obdobju najuspešnejše, če je vpleteno v igro, saj je igra naravno učenje. Ena izmed oblik učenja čustveno-socialnih spretnosti so tudi socialne igre. Z njihovo pomočjo otroci ustvarjalno in sproščeno razvijajo svojo intelektualno, emocionalno in socialno plat osebnosti. S pomočjo socialnih iger bolje osveščajo same sebe, svoje potrebe in čustva ter se tako uspešneje vživljajo v druge in komunicirajo z drugimi.

Otroka rajši najprej naučimo, kako naj se znajde v vsakdanjih življenjskih situacijah, nato pa ga šele učimo branja in računanja.

Čustvena inteligenca zajema spretnosti spodbujanja sebe, kljubovanje frustracijam, nadziranje vzgibov, odlaganje zadovoljitve, obvladovanja razpoloženja, vživljanje v čustva drugih in sproščanje stisk, ki zavirajo sposobnost razmišljanja. Inteligentnost v medosebnih odnosih pa je sposobnost razumevanja drugih ljudi, sposobnost prepoznati, kaj jih spodbuja, kako je dobro sodelovati z njimi, sposobnost opažanja in primerjanja odzivanja na razpoloženje, sposobnost razreševanja sporov, ohranjanja vezi in prijateljstev, vodenje. Notranja osebna inteligentnost pa pomeni sposobnost oblikovanja resničnega mnenja o sebi, sposobnost dostopa do svojih čustev in razlikovanja med njimi, da lahko vplivamo nanje pri upravljanju lastnega vedenja. V vsakodnevem življenju je od vseh različnih vrst inteligentnosti najpomembnejša prav medosebna – če je nimamo, se bomo slabše odločali o zadevah, kot so poroka, služba, družina ... Čustveno-socialne spretnosti, ki jih lahko pričakujemo od predšolskih otrok, so poznavanje lastnega telesa in njegovih zmožnosti, zavedanje lastnih želja, prepoznavanje lastnega počutja, vztrajnost in radovednost, v medosebnih odnosih pa delitev z drugimi, čakanje, da pridemo na vrsto, prijateljstvo, sodelovanje, spoštovanje avtoritete, skupno reševanje sporov in odlog zadovoljitve.



Čustveno-socialne spretnosti so lahko napovednik otrokovega šolskega uspeha.

Zelo jasen odgovor najdemo v knjigah Čustvena inteligenca, Socialna inteligenca, pa tudi v knjigi Znanost o vzgoji, Rahločutnost do otrok ipd. Ljudje z visokim inteligenčnim kvocientom so lahko izredno slabi gospodarji svojega življenja. V najboljših primerih IQ prispeva komaj 20 % dejavnikov, ki so odločilni za uspeh v življenju, ostalo pa je prepuščeno drugim dejavnikom, med katere sodi tudi čustvena in socialna inteligentnost. Kako čustva preplavijo naše razmišljanje, je znano vsem, ki smo že izkusili izbruh jeze – pri sebi ali svojih otrocih. V afektu jeze ni prav nihče sposoben trezno razmišljati. Čustva prevladajo inteligentnost iz preprostega razloga – čustvena središča so namreč prepletena z nešteto povezovalnimi tokovi s preostalimi deli možganov, tudi s središči za mišljenje. Zato se tudi iz tistega, kar čutimo, razvija tisto, kar razmišljamo. Čustva tako lahko ovirajo ali spodbujajo naše mišljenje. Čustvenost je področje, ki ga je mogoče, prav tako kot matematiko ali branje, obvladati z več ali manj spretnostmi in ki zahteva zrelost. Spodbudno je, da se temeljev spretnosti v čustvovanju lahko naučimo in jih izboljšamo že pri otrocih. Prav zato rajši svoj trud v predšolskem obdobju usmerimo v pomoč otroku pri soočanju in obvladovanju čustvenega in socialnega sveta. Branje, računanje in angleščina bodo s pridobljenimi čustvenimi kompetencami z lahkoto usvojene ob pravem času. Šolskega uspeha ne napoveduje otrokova zgodnja bralna pismenost, pač pa njegova samozavest, radovednost, znanje o tem, kaj je primerno vedenje, potrpežljivost pri čakanju, upoštevanje napotkov in sprejemljivo izražanje svojih

potreb. Otrokova zrelost za šolo je odvisna predvsem od zaupanje vase, radovednosti, vztrajnosti, samonadzora, povezanosti, sposobnosti razumevanja ter sodelovanja.

Otroci dobe tehnologije

Navsezadnje čustvena in socialna odzivnost nista pomembni le zato, ker bodo zaradi tega otroci tudi učno bolj uspešni. Pomembni sta tudi iz širše družbenega konteksta: v času, ko nas tehnologija spremlja na vsakem koraku, odnosi postajajo plitvi stiki na razdalji. Povečuje se socialna odtujenost. Če generacij otrok, ki rastejo s tehnologijo, ne bomo usmerjali v osebne stike in jih učili medosebnih odnosov, bodo s slušalkami v ušesih postali nekakšni družbeni avtisti.

Družina je prva šola učenja čustev in socialnih spretnosti. Kdaj začeti in kako?

Novorojenčki so socialna bitja – eden od pokazateljev tega je, da raje poslušajo glas staršev in sorodnikov kot druge zvočne dražljaje in raje gledajo človekov obraz kot druge podobe. Torej lahko pričnemo kar takoj. Ker novorojenčki posnemajo različne obrazne gibe, vključno s čustvenimi izrazi, lahko rečemo, da že od samega rojstva raziskujejo socialni svet in vzpostavljajo

odnose z ljudmi. Naši odzivi nanj so strašansko pomembni, saj se odtisnejo v njegove možgane kot »edini pravi odziv«.

Med četrtnim in šestim tednom se pojavi težko pričakovani socialni nasmeh, ki je pogostejši v situaciji očesnega stika kot v primeru odziva na predmete ali zvoke. Takrat skupaj z otrokom uživajmo v nasmehih.

V drugem mesecu starosti se pričnejo dojenčki še bolj intenzivno vključevati v socialne interakcije, vendar le v paru. Zmožni so kratkotrajnega očesnega stika, pozorno gledajo in poslušajo sogovornika in se nanj odzivajo z nasmehom. Z oglašanjem, gibanjem z rokami, odpiranjem ust pokažejo, kdaj si želijo komunikacije z nami, z odmikanjem glave stran in jokom pa nam sporočajo, kdaj je komunikacija za njih moteča. Zdaj tudi že pokažejo, da prepoznajo ljudi, s katerimi so že bili v interakciji. V tem obdobju je pomembno, da v otroka ne silimo, kadar mu ni do naše družbe, in da se nanj primerno odzovemo, ko nas povabi v komunikacijo. Igra v paru, iz oči v oči, je zanj veliko manj stresna kot v družbi množice radovednih pogledov. Igramo se igre glasovne izmenjave: izrečemo glas in počakamo, da nas otrok oponaša.

Ko izrečeno ponovi, z obrazom pokažemo, da se zavedamo, kaj mu je uspelo.

Polletni otroci se že vključujejo v sodelovalne igrice s partnerjem – npr. v igrico skrivanja. Najprej skrivamo svoj obraz, kasneje pa s pleničko ali prosojnim šalom pokrijemo tudi otrokovo glavico. Če želimo vzpostavljati komunikacijo z dojenčkom, so igrače v tem obdobju moteč dejavnik, saj je lahko pozoren le na osebo, ne pa na osebo in predmet hkrati. V tem obdobju se igrajo tudi z vrstniki, in sicer tako, da jih gledajo, se jim smejejo, se jih dotikajo ter vokalizirajo.

Med sedmim in osmim mesecem v igro že vključijo predmet in osebo hkrati. Takrat postanejo zanimive igrice »dam-daš«.

Okoli devetega meseca se razvije večji niz socialnih vedenj. Skupna vezana pozornost – on in partner sta hkrati osredotočena na predmet ali dejanje – omogoča, da se z otrokom lahko pričnemo igrati



enostavne igre, kot je skupna vožnja avtomobilčka, negovanje dojenčka in podobno. Posnemanje vedenja omogoča, da otrok pokaže »pa-pa«, »bravo«, »hvala«, »pošlje lubčka« ipd. Socialne namige uporabijo, kadar se soočajo z novo in morebiti nevarno situacijo. Takrat iščejo stik z drugo osebo, da bi od nje dobili podatek o varnosti. Ko se otrok prvič sooča z novo, neznano igračo ali osebo, stalno pogleduje proti staršem, ki mu z lastnimi odzivi sporočajo, ali je situacija varna. Opazimo tudi že socialno sklicevanje, kar pomeni, da prevzema verbalne in neverbalne odzive staršev v novih situacijah – če se mamica ustraši, ko pes zalaja, takšno vedenje prevzame tudi otrok. Prav tako se devetmesečni otrok že zave, da s svojim določenim vedenjem dosega določene cilje. V interakciji z vrstniki okoli enega leta lahko opazimo sodelovanje v obliki **ponujanja predmetov** vrstniku, kar ne pomeni nujno tudi pripravljenosti, da predmet oddajo. V drugem letu pa narašča konfliktno vedenje v obliki protesta in samoobrambe, zaščitite svoje igrače.

Z drugo polovico drugega leta se otroci začno prepoznavati na slikah in v ogledalu. Mlajši otroci si pikico z nosa brišejo na ogledalu in ne na nosu, starejši pa se že dotaknejo nosu, ko se gledajo v ogledalu. Otroci uživajo v igricah, v katerih z dotikanjem poimenujemo dele telesa.

Sposobnost ločevanja med seboj in drugimi se izraža tudi v težnji po posedovanju stvari in ljudi. Besedica »moje« odraža poskus vzpostavljanja meja med seboj in drugimi in ni odraz sebičnosti. To obdobje sicer prinaša ogromno konfliktov in je zato naporno, po drugi strani pa spodbuja razvoj čustveno-socialnih spretnosti, kot so empatija ter prosocialno vedenje.

Pri dveh letih in pol je vedenje preplavljeno z različnimi čustvenimi odzivi na odrasle in vrstnike. Čustveno prilagajanje na socialno okolje zajema razpoloženja med potrtostjo in veseljem, med anksioznostjo in zaupljivostjo ter med jezo in strpnostjo. Izhajajo iz tega, kako se otrok na splošno počuti v neki socialni situaciji, koliko se počuti varnega ter kako se spoprijema z izzivi in frustracijami. Z vrstniki vzpostavljajo interakcije v paleti od osamljenosti do vključevanja, od agresivnosti do mirnosti ter od egoizma do prosocialnosti. Otroku lahko pri čustvenem in socialnem prilagajanju pomagamo tako, da ga v njegovih doživljajih podpremo, a ne nujno odobravamo. Čustva in vedenja čim bolj opisujemo, saj jih bodo le tako naslednjič lažje poimenovali sami. Otroku povemo, da razumemo njegovo jezo, žalost, razočaranje, strah ... Vsa čustva lahko in mora izraziti, a sprejemljivo. Prav pri izražanju čustev pa igra pomembno vlogo tudi naš **zgled**: če sami jezo pokažemo tako, da vpijemo, razmetavamo stvari, uporabljamo kletvice, bo svojo jezo tako pokazal tudi naš otrok. V tem obdobju je pri otrocih značilna **simbolna igra** – kuhajo kavice, govorijo po telefonu, likajo, popravljajo aparate. Kadar se igramo z njimi odrasli, bodimo sodelovalni partnerji v igri, kar pomeni, da jih usmerjamo z lastnimi predlogi, vendar jim pustimo, da so oni vodje igre.

Sodelovalni otroci so socialno kompetentni in uspešni. So pretežno veseli, zaupljivi, mirni, samostojni, strpni do vrstnikov. Večje tveganje v razvoju samostojnosti je med večinom potrtimi, anksioznimi, odvisnimi – nesamostojnimi otroki. Pri jeznih, agresivnih otrocih, ki nasprotujejo avtoriteti, pa se napovedujejo večja tveganja v razvoju vedenjskih težav.



Prav tako raziskave kažejo, da imajo bolj anksiozni ter agresivni otroci v povprečju nižji učni uspeh od manj anksioznih in manj agresivnih otrok. Otroci, ki so v vrtcu pogosteje izražali prosocialno vedenje, so imeli v prvem razredu učinkovitejši spoznavni nadzor (osredotočanje pozornosti na nalogo ter sodelovanje v učnem procesu), kar je prispevalo k boljši učni uspešnosti.

Alenka Žavbi, mag. socialne pedagogike

Uporabljeni viri za članek:

Goleman, D. Čustvena inteligenca. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2007.

Goleman, D. Socialna inteligenca. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2010.

Srebot, R. in Menih, K. Potovanje v tišino. Ljubljana: DZS, 1996.

Zupančič, M. in Kavčič, T. Otroci od vrtca do šole: razvoj osebnosti in socialnega vedenja ter učna uspešnost prvošolcev. Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni center Filozofske fakultete, 2007.

Zabavno na poti prvih korakov

Hojica je odličan pripomoček za vašega malčka, ki si želi raziskovanja. Omogoča mu gibanje po prostoru in spoznavanje novih stvari. Skozi igro otrok razvija motorične sposobnosti in koordinacijo roka - oko.

Na voljo v otroških prodajalnah

PIKAPOLONICA
OTROŠKI SVET

www.pikapolonica.si

