

DZIELNIACZEK

MIESIĘCZNIK INFORMACYJNO-EDUKACYJNY PRZEDSZKOLA NR 208



10.11.2020 r. Nr 3/173/2020

CO SŁYCHAĆ W ODDZIALE IV?

Jesteśmy przedszkolakami na medal. Szybko zaadoptowaliśmy się w naszej grupie i czujemy się w niej bardzo dobrze. Z paniami Małgosiami i z panią Kasią szybko i wesoło upływa czas. Nasi rodzice są bardzo zdziwieni, że tu chcemy nosić ortozy, okulary, jesteśmy bardziej samodzielni i bardzo grzeczni. Z ich relacji wynika, że w domu nie zawsze się to udaje.



W przedszkolu nie nudzimy się ani przez chwilę. Malujemy, wyklejamy, przesypujemy, oglądamy książeczki. Najbardziej lubimy poranne powitanie w kręgu. Potrafimy wówczas wskazywać siebie i kolegów, wybierać własną fotografię, samodzielnie lub za pomocą komunikatora wymawiać własne imię.

**My przedszkolaki „dzielniaki”
to super dzieciaki !!!**

Opracowała:
mgr Katarzyna Grymuła

EUROPEJSKI DZIEŃ ZDROWEGO JEDZENIA I GOTOWANIA

Od 2007 roku kraje europejskie obchodzą **8 listopada Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania**. Celem święta jest promowanie zdrowego jedzenia wśród najmłodszych (i nie tylko), dobrych nawyków żywieniowych, spożywania regularnie posiłków, informowanie o konsekwencjach złej diety.



PRZEDSZKOLE SPECJALNE NR 208

UL. DZIELNA 1A

00 – 162 WARSZAWA

tel. 22 831 39 23

www.przedszkole208.edu.pl

sekretariat@przedszkole208.edu.pl

Gazetkę redagują zamiennie:
Patrycja Rochowiak, Agnieszka Przybyszek,
Ewa Dębińska-Dzidek, współpracując
wszyscy nauczyciele.

W TYM NUMERZE:

- ❖ Co słysząc w oddziale IV?
- ❖ Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania
- ❖ Co słysząc w oddziale III i IX?
- ❖ Co planujemy w listopadzie?
- ❖ Podsumowanie obchodów Miesiąca AAC w naszym przedszkolu
- ❖ „Trzeba spróbować!” – rozmowa z mamą Tomka z oddz. VII
- ❖ Agresja u dzieci

W listopadzie urodziny obchodzi:

KRZYŻ Z ODDZ. II

Wszystkiego
najlepszego!!!



KALENDARIUM:

- ❖ 08.11. – Dzień zdrowego Jedzenia
- ❖ 10.11 – Dzień Jeża
- ❖ 11.11 – Narodowe Święto Niepodległości
- ❖ 20.11 – Międzynarodowy Dzień Praw Dziecka
- ❖ 25.11 – Dzień Pluszowego Misia

Zespół prowadzący na terenie naszego przedszkola kampanię „Wiem, co jem” już od paru lat stara się realizować powyższe cele – nie tylko przy okazji wspomnianego święta. **Pamiętajmy, że nawyki żywieniowe z dzieciństwa mają wpływ na późniejszy styl życia i odżywiania.** Osoby, które w dzieciństwie poznają zalety zbilansowanego odżywiania i wiedzą, jak świadomie wybierać produkty żywnościowe, zapewne i w dorosłym życiu będą prowadzić zdrowy tryb życia.

Z okazji tegorocznego Dnia Zdrowego Jedzenia i Gotowania zachęcamy do zwrócenia uwagi na modyfikacje jakie nastąpiły w **Piramidzie Zdrowego Żywienia i Stylu Życia Dzieci i Młodzieży.** Piramidy żywieniowe, to graficzny opis różnych grup produktów spożywczych, niezbędnych w codziennej diecie. Im wyższe piętro piramidy, tym mniejsza ilość i częstota spożywanych produktów z danej grupy żywności. Opis ten wzbogacony jest o zasady i komentarze.

Specjaliści zauważyli, że głównym powodem tycia u dzieci i młodzieży jest brak równowagi pomiędzy ilością spożywanych kalorii, a aktywnością fizyczną. Dostrzeżono także ogromny wpływ snu i sposobu spędzania wolnego czasu przez dzieci na kształtowanie się masy ich ciała. Tworząc nową piramidę żywieniową, podjęto walkę z nadwagą i otyłością wśród dzieci i młodzieży.



Źródło: <https://alaantkoweblw.pl>

Zalecenia obecne w **NOWEJ** piramidzie żywieniowej dla dzieci i młodzieży:

1. JEDZ REGULARNIE 5 POSIŁKÓW I PAMIĘTAJ O CZĘSTYM PICIU WODY ORAZ MYJ ZĘBY PO JEDZENIU.

Posiłki powinny być jedzone regularnie co 3-4 godziny. Mycie zębów po każdym posiłku, to nowy aspekt w piramidzie, wynikający z tego, że aż 90% dzieci ma próchnicę. Pamiętajmy o tym, że do 7 r.ż. to rodzice powinni myć zęby dzieciom, by mieć pewność, że ta czynność wykonana jest prawidłowo.

2. JEDZ RÓŻNORODNE WARZYWA I OWOCE JAK NAJCZĘŚCIEJ I W JAK NAJWIĘKSZEJ ILOŚCI.

3. JEDZ PRODUKTY ZBOŻOWE, ZWŁASZCZA PEŁNOZIARNISTE.

1. PIJ CO NAJMNIEJ 3– 4 SZKŁANKI MLEKA DZIENNIE.

Dzieci powyżej 12 miesięcy mogą wypijać około 500 ml mleka (pełnotłustego). Starsze dzieci powinny pić około 3 szklanek mleka dziennie. Mleko można zastępować naturalnym kefirem, jogurtem, maślanką, czy – częściowo - serem.

2. JEDZ CHUDE MIĘSO, RYBY, JAJA, NASIONA ROŚLIN STRĄCZKOWYCH ORAZ WYBIERAJ TŁUSZCZE ROŚLINNE ZAMIAST ZWIERZĘCYCH.

Dziecko powinno spożywać mięso 4 razy w tygodniu w tym 2 x rybę. Według zaleceń Polskiego Towarzystwa Pediatrycznego, jeśli dziecko nie spożywa ryb, należy rozważyć z pediatrą suplementację DHA.

3. NIE SPOŻYWAJ SŁODKICH NAPOJÓW ORAZ SŁODYCZY (ZASTĘPUJ JE OWOCAMI I ORZECHAMI).

Aktualne zalecenia minimalizują podawanie soków dzieciom (nawet tych robionych samodzielnie w domu). Dzieci pragnienie powinny gasić wodą i w ten sposób nawadniać organizm. Nadmiar soków w diecie dziecka to nadmiar cukrów prostych. Zdecydowanie lepszym rozwiązaniem jest podanie warzyw lub owoców do ręki lub pod postacią posiłku.

Normy podawania soków dzieciom:

- od 1-3 r.ż. – max ½ szklanki dziennie,
- od 4-6 r.ż. – max ¾ szklanki dziennie,
- powyżej 7 r. ż. – max 1 szklanka dziennie.

4. NIE DOSALAJ POTRAW, NIE JEDZ SŁONYCH PRZEKĄSEK I PRODUKTÓW TYPU FAST FOOD.

5. BĄDŹ AKTYWNY FIZYCZNIE CO NAJMNIEJ 60 MINUT DZIENNIE. OGRANICZAJ OGLĄDANIE TELEWIZJI, KORZYSTANIE Z KOMPUTERA I INNYCH URZĄDZEŃ ELEKTRONICZNYCH (TELEFON, TABLET) DO 2 GODZIN.

Dzieci muszą spędzać czas aktywnie i na powietrzu. Druga część zalecenia, to nowość w piramidzie. Zauważa się, że coraz młodsze dzieci mają swobodny dostęp do sprzętów elektronicznych.

Amerykańska Akademia Pediatryczna na podstawie najnowszych badań zaleca:

- zero mediów dla dzieci poniżej 18 miesięcy,
- dla dzieci od 2- 5 r.ż. maksymalnie 1 godzina,
- 6-12 lat maksymalnie 2 godziny.

Zaleca się przy tym, by podczas kontaktu z mediami towarzyszył młodszymi dziećmi.

9. WYSPIAJ SIĘ, ABY TWÓJ MÓZG MÓGŁ WYPOCZAĆ.

Kolejna nowość w piramidzie. Zauważono, że niedobór snu może znacząco wpływać na trudności z utrzymaniem prawidłowej wagi. Jeśli dziecko nie przesypia odpowiedniej ilości godzin, należy popracować nad wcześniejszą porą zasypiania.

- Nastolatki od 14-17 lat powinni spać 8-10 g/dobę,
- dzieci od 6-12 r.ż. 12 g/ dobę,
- dzieci w wieku przedszkolnym 10-13 g/dobę.

10. SPRAWDZAJ REGULARNIE WYSOKOŚĆ I MASĘ CIAŁA.

Również nowe zalecenie. Sprawdzanie przyrostu masy ciała dzieci i nastolatków pozwala na pełniejszą jej kontrolę oraz wcześniejsze wykrycie nieprawidłowości, a co za tym idzie przeciwdziałanie im.

Piramidę żywieniową należy wdrożyć w menu dziecka i jego styl życia. To od nas – dorosłych – zależy, jak pokierujemy dietą dzieci. Pamiętajmy, że **zdrowe odżywianie to przede wszystkim profilaktyka chorób, a także inwestycja w prawidłowy rozwój układu odpornościowego dziecka.**

Opracowała:
mgr Karolina Król
(na podstawie artykułów na portalach:
<https://alaantkoweblw.pl> ; <https://gazetalekarska.pl>)

CO SŁYCHAĆ W ODDZIALE III I IX?

W październiku witaliśmy Panią Jesień. W pierwszej połowie miesiąca poznawaliśmy jesienne owoce: jabłka, śliwki i gruszki. Mieliliśmy okazję obejrzeć, dotknąć oraz skosztować te przepyszne owoce. Braliśmy udział w zajęciach czytania uczestniczącego: poznaliśmy wierszyk „Wpadła gruszka do fartuszka”, czytaliśmy go używając książeczek z symbolami PCS.

Poznaliśmy piosenkę „Mała, czerwone jabłuszko”, która okazała się oddziałowym hitem i wszyscy chętnie do niego tańczyliśmy. Rozmawialiśmy również o zwierzętach, które kojarzą nam się z jesienią, czyli o jeżu i wiewiórce; bawiliśmy się przy piosenkach „Wiewióreczka mała”, „Jeżyk”. Musimy Wam powiedzieć, że jesteśmy bardzo muzycznymi oddziałami: lubimy słuchać muzykę oraz grać na instrumentach, najwięcej wielbicieli ma bębenek i flet ;)

Czytaliśmy również książeczkę z symbolami PCS „Zielony jeż”. Czytać też bardzo lubimy!

Korzystaliśmy również z darów jesieni: kolorowych liści i kasztanów. Uczyliśmy się liczyć do 10, używając do tego specjalnej tablicy oraz kasztanów. Zdobyte umiejętności wykorzystujemy w grze w chowanego. Musimy jeszcze podszkolić się w tej zabawie, ponieważ na razie większość woli liczyć niż się chować:)

Październik okazał się ciekawym miesiącem dla naszych oddziałów, mamy nadzieję że kolejne będą tylko lepsze!



Opracowała:
mgr Aleksandra Guzińska

CO PLANUJEMY W LISTOPADZIE?

ODDZIAŁ I

W listopadzie, jak przystało na jesienną pogodę, będzie u nas bardzo deszczowo. Będziemy śpiewać o deszczu, grać razem z deszczem i malować deszcz. Nie zabraknie też zabaw z wodą i prac plastycznych z jej udziałem. Kalosze i parasolki mile widziane ☺.



ODDZIAŁ II i VIII

W listopadzie w oddziałach II i VIII zagości jesienne smakowite warzywo - burak. Dzieci poznają jego wygląd, smak, zapach i kształt. Przedszkolaki z oddziału II i VIII, w ramach projektu edukacyjnego „Pyszny sposób na nudę” będą przygotowywać z warzywa smakowite dania oraz zdrowe przetwory na zimę. W ramach działań edukacyjnych związanych z projektem „SensoSmyki” dzieci będą eksperymentować z sokiem z buraka, tworzyć „buraczane figurki”, obserwować i wykonywać ciekawe eksperymenty dotyczące cech fizycznych buraka. Wszystko to po to, aby usprawnić zmysły, małą motorykę i sprawność fizyczną, a jednocześnie dobrze się bawić. W listopadzie nie zapomnimy także o Święcie Niepodległości. Dzieci poznają wygląd flagi Polski malując i tworząc biało - czerwone prace plastyczne. Pomimo jesiennej aury listopad w oddziałach II i VIII zapowiada się kolorowo i wesoło.

ODDZIAŁ III i IX

W listopadzie oddziały III i IX będą dbały o porządek w sali, starały się pamiętać o odkładaniu zabawek na właściwe miejsca. Wspólnie będziemy słuchać wierszyków na temat utrzymywania porządku wokół siebie. Będziemy ćwiczyć liczenie zabawek, podskoków i kroków. Dzieci posegregują zabawki wg ich rodzajów. Wskażą, która zabawka jest większa, a która mniejsza. Będą ustawiać zabawki od najmniejszej do największej.

ODDZIAŁ IV

W bieżącym miesiącu tematem naszych aktywności będą owoce. Podczas zajęć będziemy realizować następujące cele:

- Poznawanie wielozmystowe jabłka, gruszki i śliwki.
- Nauka mycia i wycierania owoców.
- Poznawanie wierszyków i piosenek związanych z tematem.
- Wybieranie owoców za pomocą obrazka PCS, jedzenie ich.
- Nauka wykonywania prostych prac plastycznych.

ODDZIAŁ V

W listopadzie głównym obiektem zainteresowań chłopców z oddziału V będzie piłka. Na początku miesiąca zbierzemy w naszej sali rozmaite piłki: duże, małe, miękkie, twarde, piszczące, z dzwoneczkiem, do masażu. Chłopcy będą wskazywać piłki wśród innych przedmiotów, dobierać takie same piłki w pary, dopasowywać piłki do odpowiednich ilustracji. Na przykładzie piłek będą uczyć się różnicować małe i duże przedmioty. Nie zabraknie też zabaw muzycznych i ruchowych, podczas których będą ćwiczyć m.in. rzucanie do celu, chwytywanie, toczenie czy odbijanie piłki, natomiast proponowane chłopcom aktywności manualne przygotowują ich do samodzielnego narysowania kota.



ODDZIAŁ VI

W listopadzie oddział VI będzie prowadził zajęcia w oparciu o program „Poznaję świat wielozmystowo” ukierunkowany na rozwijanie zmysłów u dzieci przy wykorzystaniu zabaw i doświadczeń polisensorycznych. Na początek jako pierwszy będziemy stymulować zmysł dotyku doświadczając wszystkiego, co pozwoli wyostrzyć nam ten zmysł. Skupimy się na poznawaniu najbliższego otoczenia poprzez eksplorowanie głównie poprzez dotyk.

Zmysł ten jest niezbędny w poznawaniu świata, nabywaniu doświadczeń, dlatego chcielibyśmy aby był jak najbardziej aktywny i wyczulony na wszystko, co dzieje się wokół nas.

ODDZIAŁ VII

W listopadzie chłopcy z oddziału VII realizować będą tematy związane z orientacją w schemacie ciała oraz zdrowiem i higieną. W pierwszej połowie miesiąca utrwalimy części ciała. Nauczmy się je wskazywać podczas piosenek i zabaw. Będziemy układać z elementów postać chłopca, spróbujemy samodzielnie także narysować twarz. Drugą połowę listopada poświęcimy na utrwalenie zasad zdrowego trybu życia. Przypomnimy tak ważne obecnie zasady higieny – przede wszystkim jak właściwie i dokładnie myć ręce! Porozmawiamy także o zawodzie lekarza. W naszej sali stworzymy gabinet lekarski - każdy z chłopców podczas wspólnej zabawy wcieli się w postać lekarza.

ODDZIAŁ X



Listopad przyniesie w oddziale X temat „W świecie książek”. Poznamy wiele ciekawych utworów literatury dziecięcej. Wspólnie poszukamy książek i stworzymy nasz kącik czytelnicy, w którym znajdą się również książeczki fakturowe i interaktywne. Będziemy wskazywać lub nazywać (werbalnie lub z wykorzystaniem komunikatora) postacie oraz przedmioty na ilustracjach. Dzieci będą aktywnie brały udział w procesie czytania przewracając strony, wypowiadając słowa, zdania w odpowiednich momentach opowiadań. W zajęciach będą towarzyszyły nam kukiełki, pacynki i różnego rodzaju rekwizyty. Ulubionych bohaterów bajek uwiecznimy na kartce papieru podczas robienia prac plastycznych.

PAŹDZIERNIK MIESIĄCEM AAC – PODSUMOWANIE

Październik to czas obchodów Międzynarodowego Miesiąca Komunikacji Wspomagającej i Alternatywnej (AAC). Tegoroczne hasło obowiązujące we wszystkich krajach brzmiało „Wspólnie przełamując milczenie” (ang. „Bridging the silence through solidarity”). To moment, kiedy naszą uwagę w sposób szczególny kierujemy w stronę problemów osób – zarówno dorosłych, jak i dzieci – z trudnościami w komunikowaniu się.

Co roku celebруемy „Miesiąc AAC” także w naszym przedszkolu. Celem podjętych przez nas działań było budowanie świadomości, wyrozumiałości oraz ciekawości różnorodnością sposobów porozumiewania się. Nauczyciele naszego przedszkola opracowali wyjątkowy scenariusz zajęć promujący akceptację i wiedzę na temat AAC wśród najmłodszych. Otrzymały go wszystkie przedszkola w dzielnicy Śródmieście oraz zaprzyjaźnione z nami placówki! Na stronie internetowej naszego przedszkola mogą Państwo nadal oglądać filmy, gdzie główną rolę odgrywają nasi dzielni użytkownicy AAC. To wspaniała okazja, aby zobaczyć codzienną pracę oraz aktywną komunikację naszych przedszkolaków.



W szatni górnej i dolnej pojawiły się także gazetki ze zdjęciami dzieci. Prezentują one dzieci w różnych komunikacyjnych sytuacjach. W poprzednim numerze „Dzielnica” znalazł się artykuł „Bo do tanga trzeba dwojga – słów kilka o roli partnera w AAC”. Podkreślał on znaczenie osób uczestniczących w akcie komunikacji z użytkownikami AAC. W tym wydaniu zaś zapraszamy wszystkich do przeczytania rozmowy z mamą Tomka z oddz. VII oraz poznania ich komunikacyjnej historii.

„TRZEBA SPRÓBOWAĆ!” – ROZMOWA Z MAMĄ TOMKA Z ODDZ. VII

Tomek uczęszcza do naszego przedszkola od września ubiegłego roku. Jest użytkownikiem AAC. Z mamą chłopca – p. Justyną, rozmawiałyśmy o ich doświadczeniach, drodze w budowaniu wspólnego języka oraz wartości komunikacji.

P.R.: Od kiedy Tomek korzysta ze wspomagających metod komunikacji (AAC)?

P. Justyna: Tomek najpierw miał wprowadzone pojedyncze gesty Makaton. To mu szło ciężko i opornie. Tak naprawdę dopiero tutaj miał wprowadzone obrazki (*symbole PCS) i książkę do komunikacji. Makaton w poprzednim przedszkolu też nie pojawił się od razu – Tomek miał już jakieś 6 lat. Wcześniej nie było w zasadzie komunikacji.

P.R.: Właśnie – jak było wcześniej? Jak Tomek się porozumiewał? Jak komunikował w domu swoje potrzeby?

P. Justyna: Właściwie Tomek komunikował się jak niemowlak. Siedział i płakał. Denerwował się, krzyczał, pisał. Po jakimś czasie udało nam się wypracować to, że zaczął wskazywać ręką to, co chce. Choć było to trudne. Mam poczucie, że nie było z nim wtedy żadnego kontaktu.



P.R.: Jak jest teraz? Jak porozumiewa się Tomek?

P. Justyna: Teraz jest super! Ma swoją książkę do komunikacji z wieloma symbolami. Korzysta z niej i w przedszkolu i w domu. Sam wymyśla różne rzeczy. Cieszy się, że go wszyscy rozumieją i wiedzą, o co mu chodzi.

P.R.: Jak wyglądają rozmowy Tomka w domu - z rodzicami, z rodzeństwem? Czy pozostali członkowie rodziny występują także w roli partnerów komunikacyjnych?

P. Justyna: Z nimi też rozmawia za pomocą książki. Na swój sposób „rozdziela” komunikaty. O jedne rzeczy prosi mnie, o inne brata, o jeszcze inne tatę. Choć o popcorn prosi wszystkich! Podczas nauki zdalnej brata Tomek przyszedł do mnie z komunikatem „Chcę Marcina”, bo chciał zasygnalizować, że chce z nim teraz spędzić czas. Domownicy słuchają tego, co mówię - wyjaśniam im i tłumaczę jak z Tomkiem rozmawiać. Stosują się do tego. Tomek teraz sam inicjuje rozmowę. Przychodzi do nas z gotową, ułożoną na pasku zdaniowym wypowiedzią. Podaje go nam, sam wskazuje obrazki palcem, prosząc żeby przeczytać na głos to, co ułożył. Przy tym próbuje jeszcze mówić.

P.R.: A propos mowy. Najczęściej powielanym mitem w kontekście wprowadzania u dzieci AAC jest obawa, że wspomagający system komunikacji może zahamować rozwój mowy (**badania naukowe wskazują, że jest odwrotnie!*). Co Pani o tym sądzi w nawiązaniu do Waszych doświadczeń?

P. Justyna: Właśnie nie! Ja też kiedyś byłam w tym utwierdzana, że tak może się stać. Ale moim zdaniem jest to nieprawda. Tomek z książki do komunikacji korzysta od około roku, od niedawna ma w niej znacznie więcej symboli. Teraz zaczyna mówić sylabami. W sytuacjach, w których wie, że zrozumie to, co do mnie mówi korzysta z mowy. Zdecydowanie widzę u Tomka postępy w mówieniu.

P.R.: Czy miała Pani jakieś obawy przed wprowadzeniem AAC u Tomka? Czy teraz ma Pani jakieś wątpliwości?

P. Justyna: Teraz nie mam. Ale wcześniej... tak. Nasłuchałam się trochę od innych rodziców - że to hamuje rozwój, że to nic tak naprawdę nie daje, że nie będzie chciał mówić, bo się przyzwyczai, że ma „znaczek”, to pokaże go i tyle.

P.R.: Co Panią przekonało, że warto w to iść? Co było bodźcem, który zdecydował, że nie ma się czego bać i warto podjąć się wyzwania wprowadzenia AAC?

P. Justyna: Zaufałam paniom w przedszkolu i nie żałuję! Byłam z nauczycielami w ciągłym kontakcie i panie tłumaczyły mi, co mamy po kolei robić. Widziałam, że inne działania przynoszą efekty. Zaufałam, że taki system może być dla niego dobry. Współpraca w tym temacie wydaje mi się najważniejsza.



P.R.: Czy funkcjonowanie Tomka zmieniło się? Czy widzi Pani, żeby komunikacja miała wpływ na jego zachowanie?

P. Justyna: Widzę. Tomek nie denerwuje się tyle, nie krzyczy. Każdy go rozumie i nie musi tego robić. Wcześniej, mam wrażenie, że złościł się, bo nikt nie wiedział, o co mu chodzi. A teraz w domu krzyczy tylko z radości! Różnicę widzę także w kwestii rozumienia. Teraz Tomkowi wystarczy, że powiemy coś raz i on to wykonuje. Bez krzyków, pisków. Nawet podczas obcinania włosów – tłumaczyliśmy mu to od samego rana i było wszystko w porządku. Tomek rozumie polecenia i inne wypowiedzi. Widzimy to po tym, jak rozmawiamy w domu, że coś trzeba zrobić - on słucha i próbuje wykonać tę czynność sam. Jest też na pewno bardziej wyciszony, spokojniejszy. Nie potrafił wcześniej spożytkować swojej energii, nie wiedział co ma robić.

P.R.: Czy chciałaby Pani przekazać coś innym rodzicom dzieci z trudnościami komunikacyjnymi, którzy może wahają się przed wprowadzeniem AAC?

P. Justyna: Powiedziałabym takim rodzicom, żeby starali się zaufać. Tak jak ja to zrobiłam. Też nie byłam od razu, do końca przekonana, ale stwierdziłam, że trzeba spróbować! Dlaczego nie? A potem zobaczymy jak to wszystko wyjdzie... a wyszło super!

Opracowała:
mgr Patrycja Rochowiak

AGRESJA U DZIECI

Agresja u dzieci w wieku przedszkolnym jest zjawiskiem naturalnym i dosyć powszechnym. Oczywiście nie oznacza to, że każde dziecko jest agresywne wobec dorosłych czy rówieśników oraz że na zachowania agresywne mamy się zgadzać. Skoro jednak występują one dosyć często, warto zastanowić się, jaka jest ich przyczyna oraz jak sobie radzić w takich sytuacjach.



Należy pamiętać, że każde zachowanie dziecka jest komunikatem. Jeśli przedszkolak gryzie rówieśnika może oznaczać to, że chce odzyskać zabawkę, ma na celu zwrócenie na siebie uwagi znaczącej osoby, jest sfrustrowany (bo jest głodny, ma niewygodne ubranie, tęskni za mamą...) i w ten sposób chciał rozładować napięcie, a może chciał się z tym dzieckiem pobawić i ze względu na brak innych umiejętności, w ten sposób postanowił zaprosić je do wspólnej aktywności. Aby zrozumieć takie zachowanie często potrzeba wielu obserwacji. Tym bardziej, że nie każde dziecko jest w stanie zwerbalizować, swoich uczuć czy potrzeb. Sytuacja jednak wymaga natychmiastowej reakcji. Zastanówmy się jakiej?

Na nic zdadzą się kary, krytyka. Pamiętajmy, że obie strony są tu ofiarami. Dziecko, które dopuściło się agresji, jest dzieckiem, które nie poradziło sobie z daną sytuacją i potrzebuje pomocy, nazwania emocji, które mu towarzyszą, rozwiązania problemu, akceptacji i empatii.

Choć dla wielu dorosłych brzmi to niedorzecznie, zastanówmy się, czego my sami potrzebujemy, kiedy jest nam źle, czujemy złość, niesprawiedliwość? Niektórzy chcą być sami, potrzebują czasu i przestrzeni, inni chcieliby usłyszeć słowa wsparcia i zrozumienia. Na pewno nikt z nas nie potrzebuje w takich chwilach kolejnych przykrych doświadczeń. Po wyrażeniu sprzeciwu na takie zachowanie, dziecko potrzebuje pomocy w zrozumieniu tego, co się stało, emocjonalnego wsparcia, nie pozostawienia samemu sobie, budowania jeszcze większego napięcia. Czasami wystarczy dziecko przytulić, nazwać jego emocje, aby popłynęły łzy lub przeciwno - pojawił się uśmiech, w każdym razie, aby napięcie zostało zredukowane. Samo zauważenie, że sytuacja dziecka agresywnego nie jest komfortowa i nie chodzi o to, że zrobiło ono komuś krzywdę, ale o to, że coś w jego emocjonalnym świecie się zadziało jest kluczowe. Oczywiście dziecko poszkodowane, również potrzebuje wsparcia, jednak bardzo często okazuje się, że chwila uwagi i zrozumienia jest wystarczająca. W przypadku tego drugiego, sytuacja jest o wiele bardziej trudna.

W tym momencie należy zaznaczyć, że ugryzienie czy uderzenie rówieśnika nie zawsze jest spowodowane skomplikowanymi i ukrytymi przyczynami. Czasem po prostu dziecko chce się bawić tą samą zabawką co rówieśnik i w ten sposób ją pozyskuje. W takim przypadku też wytrwale i konsekwentnie należy pokazywać inne, akceptowane społecznie sposoby pozyskiwania tego, co upragnione. Bez krzyku, kar. Dajmy dziecku narzędzia i umiejętności, aby mogło zachować się w sposób społecznie akceptowany, zamiast stosować bezużyteczne pedagogicznie, wychowawczo i społecznie kary.

Istotną kwestią jest także różnica pomiędzy zachowaniami agresywnymi dziecka w placówce oraz tymi w domu wobec rodziców. To znaczy: jeśli agresja pojawia się tylko wobec rodzica oznaczać to może, iż właśnie przy nim dziecko czuje się bezpiecznie i w pełni akceptowane. Wie, że przy nim może rozładować swoje napięcie i nie spotka go żadna przykra konsekwencja. Oczywiście nie oznacza to: że jest to jedyne możliwe wyjaśnienie tej sytuacji oraz, że na takie zachowania dziecko powinno dostać przyzwolenie. Należy znaczyć jednak, że nie koniecznie jest ono wynikiem błędów wychowawczych rodziców.

Czy istnieje jeden sprawdzony sposób reagowania na agresję dzieci? Odpowiedź wydaje się być oczywista: nie. Natomiast uważam, że kluczowe jest to, jak myślimy o dziecku, które zachowuje się agresywnie oraz zdanie sobie sprawy z tego, że naszym celem, celem dorosłych, jest niesienie pomocy dziecku i wspieranie jego rozwoju, w tym społeczno-emocjonalnego. Zawsze zadajmy sobie pytanie: czego ja bym oczekiwał w takiej sytuacji, czego bym chciał co by mi pomogło? I dopiero potem działajmy.

Opracowała:
Joanna Obojska-Glinicka