BIULETYN DLA RODZICÓW
Nr 41 Marzec 2022

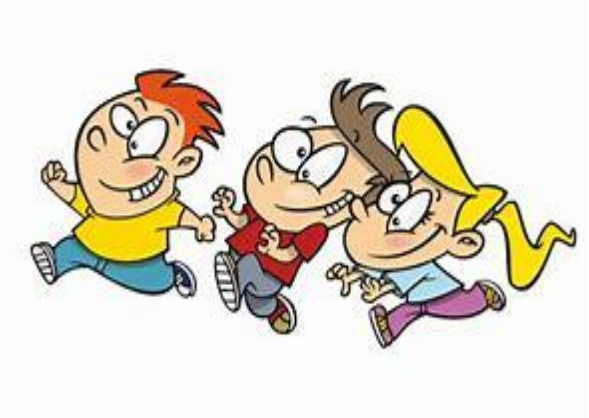
„Niezapominajka”

Trzymiesięcznik dla rodziców dzieci
z Przedszkola Samorządowego nr 42 „Niezapominajka”
w Białymstoku

Jak uchronić dzieci przed wyścigiem szczurów?

(Przed)szkolne rozgrywki

W Polsce kultura środowiska wychowawczo-edukacyjnego z reguły jest rywalizacyjna. To my, dorośli – nauczyciele, wychowawcy, opiekunowie – niejednokrotnie zapraszamy dzieci do wzięcia udziału w dziecięcym wydaniu wyścigu szczurów. Uczymy dzieci rywalizować, zachęcamy je do tego. Dzieci najprawdopodobniej nie rodzą się z genem rywalizacji, przeciwnie, uczą się takiej postawy na drodze naśladowania. Pojęcie wyścig szczurów w potocznym języku oznacza niezdrową rywalizację, gdzie głównym czynnikiem napędowym jest raczej chęć wyprzedzenia, pokonania, czasem wręcz wyeliminowania innych, a nie własny rozwój. A to właśnie dążenie do samorozwoju powinno być czymś, co napędza nas do działania. Dlaczego jest to takie ważne? Ze względu na dobrostan psychiczny człowieka, jego równowagę emocjonalną, kondycję zdrowotną, ale i jego funkcjonowanie w relacjach interpersonalnych. Wysoki poziom rozwoju poznawczego oraz umiejętności praktycznych często decyduje o satysfakcji z samorozwoju, poprzez budowanie dobrych relacji opartych na współpracy, szacunku, zaufaniu i poczuciu bezpieczeństwa.



Skąd już u małych dzieci bierze się potrzeba wygrywania, dominowania, przewodzenia?

Z perspektywy rozwojowej można to zjawisko badać w następujący sposób: dziecko w trakcie postępującego rozwoju nabiera coraz większej sprawności i kompetencji

w kierowaniu swoim działaniem oraz we wpływaniu na otoczenie. Możliwość wpływania na otoczenie jest czymś, co fascynuje dziecko i zachęca do dalszej aktywności. Rozwój intelektualny oraz fizyczny idą tutaj w parze. Dziecko potrafi w prosty sposób planować i przewidywać, a także zapamiętywać skutki swoich działań. Tworzy więc swoiste dziecięce koncepcje myślowe, formułuje zamiary, dążenia i pragnie je spełnić. Co więcej, dziecko, aby mogło się prawidłowo rozwijać, potrzebuje uwagi i reakcji otoczenia, w tym szczególnie opiekunów, na swoje działania. W zabieganiu o uwagę i odpowiedź dorosłych, z których czerpie informację na temat wartości i znaczenia jednostka uczy się, że – w określonych warunkach – wykonaniu lub powstrzymaniu się od wykonania danej reakcji towarzyszy pojawienie się pewnych konsekwencji działania. Dziecko skłonne jest starać się pod każdym względem być „naj" – najszybsze, najlepsze. Jednak nie zawsze to się udaje – czasami dziecko uzyskuje pożądany efekt, a innym razem nie. Opiekunowie różnie reagują na te sytuacje, jednak siłą rzeczy łatwiej dostrzec i pochwalić rzeczywisty „sukces" niż wyłącznie wysiłki, które nie zawsze do sukcesu prowadzą. I tak poprzez reakcje aprobaty lub dezaprobaty – w odpowiedzi na różne zachowania dziecka, poprzez wartościowanie (chwalenie lub krytykowanie) reakcji i cech malucha dorośli wpływają zarówno na to, w jaki sposób dziecko postrzega i ocenia siebie samego, jak i na to, iż dziecko uczy się, że bycie „naj" przynosi korzyści w postaci pochwały, uwagi itp. I tak dziecko, wchodząc w świat dorosłych, uczone jest „rywalizowania". Może się to odbywać w sposób niecelowy, nieświadomy, na przykład poprzez sytuacje, w których dorośli obdarzają uwagą oraz chwalą te dzieci, które wykonały daną czynność szybko, sprawnie, samodzielnie i z powodzeniem. Uwaga i pochwała stanowią dla dzieci nagrodę, zatem można się spodziewać, że większość dzieci będzie starać się tę nagrodę uzyskać i zacznie o nią „rywalizować". Dorośli także w sposób świadomy wykorzystują dziecięcą skłonność do „udowadniania" swojej kompetencji i samodzielności, porównując dziecko z rówieśnikami lub podając inne dzieci za przykład (Zobacz, rysunek Mai jest taki ładny, kolorowy, a twój jest cały szary; Pospiesz się, bo Wojtek wyprzedzi cię w jedzeniu zupy...)

Trening rywalizacji już od przedszkola?

Psycholog dziecięcy Agnieszka Stein oraz psycholog wychowawczy Jarek Żyliński w audycji „Czy sześciolatki powinny iść do szkoły?" wypowiadają się między innymi na temat rywalizacji dziecięcej. Z ich wypowiedzi wynika, że dzieci nie mają naturalnej skłonności do porównywania się między sobą oraz rywalizowania. Sugerują, że zdarza się, iż to dorośli

skłonni są niejako narzucać dzieciom takie schematy. Dobrze, by dzieci były w ten sposób prowadzone, wychowywane i nauczane, aby mogły rozwijać wewnętrzne poczucie wartości w odniesieniu do swoich własnych cech i możliwości, nie zaś w oparciu o możliwości swoich rówieśników. Obserwacja zachowania dzieci w warunkach, gdzie oddziaływania „pedagogiczne" dostosowywane są indywidualnie do tempa, możliwości i naturalnych potrzeb każdego dziecka, wskazuje, że dzieci nie ujawniają „wrodzonej" potrzeby rywalizowania czy porównywania się. Dzieci w sposób naturalny czerpią większą radość z samej aktywności, z samego tworzenia, wpływania na otoczenie niż z szeroko pojętego „wygrywania". Czy może być zatem tak, że to dorośli są w pewnej mierze za to odpowiedzialni poprzez porównywanie dzieci między sobą oraz wtłaczanie ich w sytuacje rywalizacyjne? Dorośli, angażując dzieci do udziału w konkursach, wyścigach, zawodach, mogą niekiedy mobilizować je do wysiłku i starań poprzez porównywanie do innych dzieci. Być może takie działania mają swój udział w rozwijaniu u dzieci potrzeby wygrywania, dominowania? Prawdopodobnie sam fakt udziału w zawodach i konkursach nie jest „zagrożeniem" dla rozwoju emocjonalnego dziecka. Trudności mogą pojawić się wówczas, gdy brakuje odpowiedniego wsparcia ze strony wychowawców. Wyrazem tego wsparcia powinno być właściwe definiowanie sytuacji „niepowodzenia" – nie jako porażki, przegranej, ale raczej jako wyzwania, próby, zadania. Dorośli powinni pamiętać, aby wspierać dziecko w rozwijaniu umiejętności dokonywania samooceny oraz autokorekty, wytrwałego dążenia do celu i ukierunkowywania się na współ-działanie zamiast rywalizowania.

Jak uchronić dzieci przed wyścigiem szczurów? – 10 kroków

1. Najpierw określ, jak rozumiesz wyścig szczurów – co ten termin oznacza dla ciebie; określ plusy i minusy, szanse i zagrożenia – zrób analizę. Potem zastanów się, czy ty nie bierzesz udziału w wyścigu szczurów – w swojej pracy, w swoim życiu. Jaka jest twoja postawa względem rywalizacji? Czy lubisz rywalizować? Czy to cię nakręca, motywuje, mobilizuje? Czy wręcz przeciwnie, nie lubisz być porównywana/-y i nie porównujesz się z innymi?
2. Pomagaj dzieciom radzić sobie z niepowodzeniami i traktować je nie jako porażki, ale jako wyzwania i szanse. Twój komentarz do sytuacji jest naprawdę ważny – dobrze się zastanów, co w takiej chwili chcesz powiedzieć do dziecka.
3. Zwróć uwagę na sposób, w jaki opisujesz te sytuacje – co wtedy mówisz do dziecka i o dziecku? Zastanów się, czy twój komentarz pomaga dziecku rozwijać wiarę w siebie, poczucie własnej wartości i skuteczności – czy wręcz przeciwnie, podcina mu skrzydła.

4. Zdefiniuj konstruktywne znaczenie rywalizacji. Staraj się przekazać dziecku, że udział w grach i zabawach z elementami rywalizacji to przede wszystkim dobra zabawa, okazja do dostrzeżenia własnych postępów, nauczenia się szacunku dla innych osób, kształtowania świadomości i pokory wobec własnych „ograniczeń", rozpoznawania mocnych stron u siebie i innych. Przekazuj dziecku pozytywne znaczenie rywalizacji, podkreślaj rolę zaangażowania, wkładania wysiłku, starania się, akcentuj dobre strony zarówno „wygrywania", jak i przegrywania.
5. Unikaj porównywania dziecka do rówieśników. Lepiej porównywać aktualne postępy dziecka do jego dotychczasowych osiągnięć, czyli wyznaczać indywidualny poziom dla każdego dziecka.
6. Ucz dziecko rozpoznawania u samych siebie mocnych i słabych stron – akceptowania zarówno jednych, jak i drugich.
7. Rozwijaj inteligencję emocjonalno-społeczną swojego dziecka.
8. Dbaj o rozwój samooceny, poczucia własnej wartości i adekwatnego obrazu siebie u dziecka.
9. Pomagaj dzieciom w rozwijaniu, kształtowaniu poczucia kontroli wewnętrznej. Ucz je dostrzegać związki przyczynowoskutkowe w ich działaniach. Pokazuj, że mają wpływ na otoczenie, pozwalaj podejmować decyzje, dokonywać wyboru. Unikaj metody kijka i marchewki. Dostrzegaj i rozbudzaj dziecięcą energię życiową, motywację wewnętrzną i pasję samorealizacji.
10. Dbaj o klimat współpracy i wzajemnej pomocy. Unikaj niepotrzebnej rywalizacji.

Jak często przekonujemy nasze dzieci, że należy się uczyć, aby w przyszłości mieć dobrą pracę? Czy naprawdę to powinna być główna motywacja do uczenia się, czy wyłącznie dlatego warto się uczyć? A może chodzi raczej o to, żeby pomóc dzieciom wykształcić w sobie przekonanie, że tzw. kariera czy sukces dla każdego z nas może oznaczać co innego. Do sukcesu czy kariery zawodowej może prowadzić wiele różnych dróg. Każda z tych dróg może być wartościowa, może dawać poczucie osobistej satysfakcji i sukcesu. Warunkiem kluczowym jest tutaj zgodność obranej drogi zawodowej z osobistą linią samorozwoju, którą człowiek traktuje jako swoją życiową misję, jako życiową przygodę. Aby ją wyznaczyć, potrzebna jest znajomość samego siebie, swoich mocnych i słabych stron, swoich motywacji, celów i dążeń. Potrzebna jest pewność swego, kompetentne zarządzanie własnymi emocjami, sprawne poruszanie się w świecie relacji międzyludzkich. Dzieci, które będą w tym duchu kształtowane będą potrafiły realizować swoją własną indywidualną ścieżkę rozwoju osobistego i zawodowego z refleksyjnością, spokojem i satysfakcją, z poczuciem spełnienia, w zgodzie ze sobą i innymi.

Opowiadanie profilaktyczne dla dzieci – A. Wentrych

„O dziwnym wyścigu pszczółek”

Ignaś był wesołą pszczółką, która mieszkała w ulu w pasiece wujka Wojtka. Ignaś, podobnie jak inne pszczółki, już od najmłodszych lat uczył się zbierać nektar z kwiatów na pobliskiej łące i pomagał dorosłym pszczołom w ich pracy. W ulu, gdzie mieszkał Ignaś, organizowano dla pszczółek konkursy. Podczas tych konkursów pszczółki miały zebrać do swoich koszyczków nektar w jak najkrótszym czasie. Wygrywała ta pszczółka, która najszybciej zebrała nektar i z pełnym koszyczkiem wracała do ula. Pszczółka, która zwyciężyła, otrzymywała złoty medal, który mogła zawiesić sobie na szyi. Ignaś brał udział w każdym konkursie, ale żadnego jeszcze nie udało mu się wygrać. Na metę przybywał czwarty, albo piąty. Zawsze wtedy był bardzo smutny i zezłoszczony, czasem płakał żałośnie, czasem krzyczał i odgrażał się. Kilka razy próbował nawet oszukiwać – albo podkradał komuś nektar z koszyczka, albo przeganiał jakąś pszczółkę z kwiatka, z którego zbierała nektar, albo próbował wylecieć z ula jeszcze przed sygnałem startu. Na nic jednak zdały się te jego oszustwa – sędzia zawsze rozpoznał je i przyznawał Ignasiowi ujemne punkty. Raz nawet wykluczył Ignasia z wyścigu. Ignaś z żalem patrzył na cieszących się zwycięzców wyścigu i marzył o tym, aby też zdobyć kiedyś medal. Pewnego lata Ignaś wraz z rodzicami poleciał na wakacje do innego ula, który mieścił się w pasiece pana Tomasza. W tym ulu także organizowano dla małych pszczółek zawody w zbieraniu nektaru. Ignaś nie brał w nich udziału, ale z zaciekawieniem oglądał konkurs. Zasady były takie same, jak w ulu Ignasia – wygrywała ta pszczółka, i ta też pszczółka otrzymywała medal, która pierwsza wróciła do ula z koszyczkiem pełnym nektaru. Jednak Ignaś zaobserwował podczas tego konkursu coś niebywałego. Otóż pszczółka Klara, która przybyła do ula czwarta – a więc nie wygrała konkursu i nie otrzymała medalu – zamiast się smucić i złościć, skakała z radości i przyjmowała gratulacje od rodziców i trenera. – Jak to? – zdziwił się Ignaś. – Dlaczego ona się cieszy, skoro nie była pierwsza na mecie? Ignaś był bardzo tym zaciekawiony i postanowił zapytać o to Klarę. Pszczółka Klara wyjaśniła Ignasiowi: – Cieszę się, ponieważ w tym miesiącu przyfrunęłam do ula jako czwarta, a w ubiegłym byłam piąta na mecie – tak więc poprawiłam swój wynik. – Ale przecież nie dostałaś medalu... – dziwił się niezmiernie Ignaś. Klara wyjaśniała więc dalej: – Dla mnie najlepszą zabawą i nagrodą jest udział w konkursie. Cieszę się, że mogę w nim uczestniczyć. A wygrywam sama ze sobą zawsze wtedy, kiedy sprawniej zbieram nektar i latam szybciej niż w ubiegłym miesiącu. Nie medal jest dla mnie najważniejszy, ale wspólna zabawa z przyjaciółmi i poprawienie swojego wyniku.– Hm... Teraz chyba zaczynam rozumieć, o co chodzi w tych „wyścigach” – pomyślał Ignaś. – Nie chodzi o to, żeby pokonać innych, ale żeby starać się za każdym razem poprawić swój poprzedni wynik.

Fragment artykułu Agnieszki Wentrych zaczerpnięty z miesięcznika Bliżej Przedszkola

Z optymistycznym pozdrowieniem,
Dorota Kulikowska i Anna A. Grodzik