

## **Warsztat „Praca z oporem małego dziecka”**

Opór ze strony dziecka w każdym wieku stanowi dla rodziców bądź nauczycieli wyzwanie. W powszechnym mniemaniu prawdziwym problemem jest bunt nastolatka. Jednak jak wskazuje praktyka gabinetów psychologów, pedagogów i logopedów również opiekunowie małych dzieci nierzadko doświadczają sytuacji, w których mali podopieczni sprawiają im wiele podobnych kłopotów. Jaka jest tego najczęstsza przyczyna? Są nią oczywiście silne emocje, które utrudniają zrozumienie, dlaczego mały człowiek się buntuje. Dorośli często przyjmują postawę konfrontacyjną – reagują zdenerwowaniem lub złością, siłą wymuszają pożądane zachowanie. Dziecko odpowiada silniejszym buntem i zaczyna się tworzyć rodzaj „błędnego koła”. Jego negatywną konsekwencją jest bezradność i bezsilność, a czasami poczucie braku kompetencji po stronie rodzica i nauczyciela. Ten duży dyskomfort powoduje przerzucanie odpowiedzialności na dziecko i zwrotnie wzrost ujemnych emocji w stosunku do niego. Mały człowiek odbiera te uczucia i czuje się nie rozumiany, nie kochany, a nawet skrzywdzony. To może zakłócać jego rozwój, a na pewno utrudnia tworzenie więzi z dorosłym.

Warsztat „Praca z oporem małego dziecka” stanowi moją propozycję rozwijania praktycznych umiejętności rodziców i nauczycieli rozwiązywania codziennych sytuacji w sposób budujący prawidłowe relacje dziecka z opiekunami. Priorytetem dla mnie podczas tworzenia programu była pomoc tym dorosłym, którzy dążą do tego, by ich relacje z podopiecznymi służyły jak najpełniejszemu rozwojowi dziecka. Uznałam, że będzie to możliwe tylko wtedy, kiedy rodzic i nauczyciel wykaże się właściwym rozumieniem zachowań malucha, także tych, z jego punktu widzenia, niepożądanych. Z tego względu konieczne jest właściwe rozpoznawanie przez opiekunów ich postaw wobec oporu dziecka, posiadanie rzetelnej wiedzy na temat ich roli w rozwoju psychicznym dziecka i różnych źródeł tego rodzaju zachowań oraz dysponowaniem bogatym repertuarem dojrzałych reakcji dorosłych.

Program warsztatu zawierał wszystkie opisane elementy. Odbyły się dwie edycje – pierwsza w ramach konferencji „Wspieranie rozwoju małego dziecka (0-4)”, druga została zrealizowana w odpowiedzi na duże zainteresowanie nauczycieli i rodziców. Obie grupy były reprezentowane w podobnych proporcjach, a większość uczestników deklarowała chęć uczestniczenia w rolach. Przebieg warsztatów obu edycji był tożsamy, zgodny z programem. Po wprowadzeniu i krótkiej prezentacji prowadzącego i uczestników, zaproponowano ćwiczenie, które miało za zadanie uświadomienie im osobistego nastawienia wobec zachowań, odbieranych przez nich jako opór. W tym celu uczestnicy zapisywali na karteczkach swoje skojarzenia ze słowem „opór”, a następnie, po przypisaniu im określonej wartości emocjonalnej, umieszczali je na tablicy w odpowiednim polu. Mieli do wyboru pola oznaczone znakiem „+”, „-” i „+/-”. Następnie uczestnicy dzieli się swoimi spostrzeżeniami i refleksjami.

Kolejnym punktem warsztatu był mini – wykład, w którym zostało zaprezentowane znaczenie oporu dla rozwoju emocjonalnego i społecznego dziecka.

### **Różne perspektywy w rozumieniu oporu małego dziecka:**

- naturalne zjawisko w rozwoju psychicznym dziecka – niezbędny warunek kształtowania się odrębności i autonomii;
- niezbędny warunek budowania i rozwijania się u dziecka poczucia sprawczości;
- możliwość sprawdzenia przez dziecko, jakie zachowania są oczekiwane i akceptowane przez otoczenie;
- wstępny etap treningu asertywności;
- sposób na znalezienie się w centrum uwagi;
- sygnał o ważnych niezaspokojonych potrzebach dziecka;
- naturalna reakcja na zmianę lub inne, nowe oczekiwania opiekunów, wynikająca z faktu, iż nawyki i przyzwyczajenia są strażnikami porządku i stałości;
- informacja o braku stałości ważnym dla poczucia bezpieczeństwa;

! Dzieci, gdy odkrywają swoją odrębność i niezależność od rodziców manifestują to niemal na każdym kroku.

! Nasze reakcje na opór dziecka budują jego asertywność i odporność na wpływy innych ludzi.

Zwrócono uwagę na różnorodność reakcji dzieci, stanowiących przejawy oporu - od śmiechu, przymilania się i błaznowania, poprzez brak reakcji i unikanie kontaktu, do płaczu, krzyku, robienia na przekór i jawnej wrogości w formie np. agresji słownej. To, co szczególnie powinno wzbudzić czujność dorosłych, to objawy psychosomatyczne typu: powtarzające się bóle głowy, brzucha, wymioty, wzmożona częstotliwość zachorowań o charakterze infekcyjnym. Warto podkreślić, iż sposób reagowania przez dziecko może znacznie utrudniać wybór właściwych rozwiązań w sytuacji radzenia sobie z występującym u niego oporem.

Ostatnim elementem mini – wykładu, a jednocześnie wstępem do kolejnego ćwiczenia było omówienie trzech potencjalnych źródeł, które mogą wyzwać opór dzieci w codziennych sytuacjach.

## ŹRÓDŁA OPORU U DZIECI

DZIECKO	RODZIC/NAUCZYCIEL	OTOCZENIE
stan psychofizyczny (choroby, temperament, zakłócenia rozwojowe, np. SI)  wewnętrzne poczucie bezpieczeństwa  trudności w relacjach z dorosłymi i rówieśnikami  dotychczasowe doświadczenia w rodzinie i placówkach (Pan świata)	kondycja psychofizyczna  wiedza na temat rozwoju dzieci i wychowania  kompetencje wychowawcze i własne doświadczenie  umiejętności psychologiczne (komunikacja, asertywność)	warunki (lokalowe, pomoce)  organizacja pracy  metody (sztywność, rutyna)  presja innych ludzi (rodziny, środowiska, współpracowników)

Kluczowe ćwiczenie „Bank pomysłów – jak sobie radzić z oporem dziecka” było wykonywane w małych, kilkuosobowych zespołach. Każda z grup otrzymywała krótki opis funkcjonowania przykładowego dziecka oraz losowała jedno z omówionych wcześniej źródeł oporu. Po zapoznaniu się z materiałem członkowie wyszukiwali zachowania będące przejawami oporu, wspólnie określali ich przyczyny, a następnie wymyślali różne sposoby radzenia sobie z nimi w odniesieniu do wylosowanego źródła. Wszystko zapisywali w otrzymanych kartach pracy. Najważniejszą częścią ćwiczenia było omówienie w formie prezentacji pracy poszczególnych grup na forum i spisania wszystkich pomysłów.

Następnie prowadzący przedstawił propozycje kierunków zmian w myśleniu i zachowaniu rodzica i nauczyciela w sytuacji oporu małego dziecka. Ich prezentacja miała na celu ułatwienie stosowanie nowych rozwiązań w codziennej praktyce uczestników. Najważniejsze z nich to:

- NIE TRAKTUJ buntu osobiście.
- ZASTANÓW SIĘ nad źródłem oporu.
- MÓW do siebie – unikniesz skupiania się na ujemnych emocjach.
- OPISZ sytuację i uznaj uczucia dziecka.
- ZAPOBIEGAJ wyłącznie niebezpiecznym zachowaniom.
- MYŚL pozytywnie.
- ROZŁADUJ sytuację humorem.

- PAMIĘTAJ O RUTYNIE – dobrych nawykach i przyzwyczajeniach.
- MÓW SZEPTEM – działaj z zaskoczenia, wywołaj zainteresowanie.
- WYCOFAJ SIĘ NA CHWILĘ – krok w tył.
- MIEJ WENTYL BEZPIECZEŃSTWA – wzburzenie zawęży widzenie.
- PAMIĘTAJ: TO NIE ZŁOŚĆ JEST ZŁA, A JEJ WYRAŻANIE.
- KOMUNIKACJA – DBAJ O FORMĘ (pożądane krótkie wskazówki jako drogowskazy).
- CZUŁOŚĆ I BLISKOŚĆ

Ostatnim elementem warsztatu było podsumowanie w formie rundki.

Wypowiedzi uczestników obu wskazywały na następujące korzyści osobiste i zawodowe:

- poszerzenie wiedzy na temat wielu różnorodnych uwarunkowań powstawania oporu oraz jego znaczenia dla rozwoju aktywności i samodzielności dziecka,
- zwiększenie świadomości wpływu sposobu rozwiązywania przez opiekunów sytuacji odmowy dziecka dostosowania się do wymagań i oczekiwań na kształtowanie się umiejętności budowania i utrzymywania prawidłowych więzi i relacji z ludźmi,
- zmiana perspektywy w spostrzeganiu i ocenie oporu stawianego przez dziecko, docenienie pozytywnej roli zachowań oporowych w jego rozwoju emocjonalnym i społecznym oraz w wychowaniu,
- poznanie nowych możliwości i sposobów radzenia sobie z oporem małych dzieci,
- umożliwienie zdystansowania się do dotychczasowych doświadczeń, analizy własnych reakcji i skorygowania popełnianych błędów,
- wymiana sprawdzonych różnych rozwiązań.

Z punktu widzenia autorki i realizatorki warsztatu oceniam pozytywnie dobór treści oraz ćwiczeń. Poza zbieżnymi refleksjami z tymi, jakie przedstawili uczestnicy, chciałabym zwrócić uwagę na pewną znaczącą różnicę między edycjami. W drugiej z nich brał udział jako „rodzynek” mężczyzna – nauczyciel wychowania przedszkolnego. Jego sposób rozumienia reakcji dzieci oraz propozycje rozwiązań wniosły nową jakość. Pozwoliły pozostałym uczestniczkom dostrzec inne możliwości w nazywaniu i interpretowaniu „trudnych zachowań” oraz poszukiwania bardziej skutecznych sposobów reagowania na opór podopiecznych. Dla mnie jako prowadzącego, sposób formułowania przez mężczyznę przykładowych wypowiedzi do dzieci, były doskonałą okazją do pokazania różnic płci w komunikowaniu się w sytuacjach

konfliktowych. Matki i nauczycielki przekazują bardzo wiele drobiazgowych informacji w jednej wypowiedzi, której towarzyszy często duża ekspresja emocjonalna. Nierzadko same zadają pytania i same na nie odpowiadają. Bardziej skupiają się na relacji z dzieckiem niż na rozwiązaniu problemu. Ojcowie i nauczyciele zwracają się do dziecka krótko i rzeczowo. Kiedy zadają pytanie, dłużej czekają na odpowiedź. Sprawiają wrażenie, że traktują je bardziej po partnersku, tj. wierzą w jego możliwości i umiejętności. Częściej ich rozwiązania cechuje większy pragmatyzm, ale przede wszystkim konsekwentne monitorowanie realizacji przez dziecko.

Reasumując: większą efektywność w rozwiązywaniu sytuacji problemowych z dziećmi, dorośli mogą osiągać, gdy:

- rozumieją zachowania swoich podopiecznych, tj. ich przyczyny i cele jakimi służą;
- dbają o właściwy sposób komunikowania się z nimi (mówią krótko i „na temat”, jest to dialog);
- poszukują różnorodnych rozwiązań i wycofują się z nieskutecznych, zgodnie z zasadą „jak coś nie działa to tego nie powtarzaj”;
- koncentrują się na rozwiązaniu sytuacji, a nie na swoich emocjach.

Ważną rolą rodziców i innych wychowawców, w tym nauczycieli, jest pomoc dzieciom w tym, aby były szczęśliwe będąc sobą, a także umiały rozwiązywać problemy, szanując siebie i innych. Sytuacje w których dziecko przeciwstawia się dorosłemu jest doskonałą okazją do osiągnięcia tych dwóch celów.

Opracowała B.Jaworska