

Što je socio-emocionalna zrelost i zašto je ona važna?

Priprema za školu ne počinje u godini pred polazak u školu kada je naša pažnja više usmjerena na ono što dijete zna, poznaje li slova i brojeve, zna li napisati vlastito ime. Djeca usvajaju mnoge važne vještine polaskom u jaslice ili vrtić, usvajanjem kulturno-higijenskih navika, razvijanjem samostalnosti i stvaranjem prvih prijateljstava. Pripremu za školu predstavljaju i sve one društvene igre i vještine koje dijete stječe u okruženju svojih vršnjaka.

U godini pred polazak u školu više se pažnje posvećuje različitim akademskim vještinama, od učenja slova i brojki, pisanja prvih riječi ili vlastitog imena. No, i te vještine se razvijaju od rane djetetove dobi. Na koncu, nije važno zna li dijete čitati i pisati prije polaska u prvi razred, iako u današnje vrijeme djeca pokazuju interes za slova i brojke vrlo rano, već pozitivan stav prema školi i učenju, radoznalost, upornost i samostalnost u brizi o sebi.

Te vještine čine socio-emocionalnu zrelost, koja je kako nam istraživanja govore, izuzetno važna za uspjeh u školi i suočavanje s novim izazovima koja nosi ovo razdoblje. Socio-emocionalna zrelost se razvija u podržavajućoj obiteljskoj atmosferi i malim svakodnevnim izazovima.

Poticanje samostalnosti kod djece

Postoje različiti aspekti samostalnosti, od brige o sebi (odlaska na toalet, pranja ruku, odijevanja), samostalnosti pri hranjenju do brige o vlastitim stvarima.

Dobro je poticati dijete da uči pospremati osobne stvari, na primjer, u ruksak, prilikom izlaska van ili na sportske aktivnosti i da uči brinuti o njima. Bilo bi poželjno učiti djecu da pospremaju za sobom, da im stol bude uredan, da znaju posložiti i pronaći knjigu ili slikovnicu.

Naravno da je za to potrebno više strpljenja, no roditelju će biti lakše kad zna da djetetov osjećaj samostalnosti u svakodnevnim aktivnostima utječe na njegovo samopoštovanje i pozitivnu sliku o sebi.

Samoregulacija emocija

Ovo razdoblje u dječjem razvoju je praćeno intenzivnim fiziološkim razvojem i sazrijevanjem onih dijelova mozga koji su važni za prepoznavanje i izražavanje vlastitih osjećaja i emocija te sposobnosti njihove samokontrole. Dijete sve češće uspijeva odgoditi trenutno zadovoljenje vlastitih potreba i želja i uspijeva pričekati dok ne dođe pravi trenutak za to.

Treba dopustiti djetetu da osjeti frustraciju i neuspjeh i ne prezaštićivati ga od zahtjevnijih životnih situacija. Današnji odgoj je usmjeren na dijete, pa je važno ne propustiti naučiti dijete da i druge osobe imaju svoje potrebe i želje.

Suradnja s drugim osobama

Dijete će u školi surađivati s djecom koja mu možda nisu najbolji prijatelji, koje dobro ne poznaje, no bez obzira na to, ono treba naći način kako se dogovoriti, poštivati želje i osjećaje druge djece i izraziti vlastite na primjeren način. U školi postoje razna nova pravila i očekivanja koja dijete treba razumjeti, prihvatiti i poštivati. Suradnja se uči i u obitelji, ravnopravnim uvažavanjem i poštivanjem želja i potreba svih njezinih članova.

Upornost

Važno je poticati dijete da ne odustane ukoliko nešto ne može odmah napraviti, ili se radi o vještini koja zahtijeva duže vrijeme da se usvoji i savlada. Djeca znaju često reći *Ja to ne mogu, to mi je teško!* Poticanjem djeteta da pokuša i kad misli da ne može gradimo njegovo samopouzdanje. Ispričajte i vi djetetu što ste vi učinili kada ste se suočili s izazovima u vlastitom životu.

Optimizam

Da li ste znali da se optimizam uči? Mi smo najvažniji modeli ponašanja djetetu, ono uči od nas i našeg načina suočavanja s preprekama i izazovima u obiteljskoj svakodnevici. Ako roditelji daju primjer optimističnog načina objašnjavanja uzroka događaja kao što je da neugodni događaji ili situacije imaju svoj početak i kraj, ne odražavaju se na sva životna područja i imaju vanjski uzrok veća je vjerojatnost da će i dijete usvojiti slično razmišljanje.

Socio-emocionalne vještine gradit ćemo i poticati na način da ćemo dijete pohvaliti za uspjeh u određenoj aktivnosti i igri, dati mu podršku kada doživi neuspjeh ili ne može nešto učiniti na način na koji želi. Kritika uvijek treba biti konstruktivna i usmjerena na ono što možemo učiniti ili mijenjati.

Na kraju, važno je zapamtiti da svi imamo potrebu za bliskim i ispunjenim socijalnim odnosima s drugim osobama i da se ljubav njeguje zagrljaj po zagrljaj, riječ po riječ i poljubac po poljubac.

Pripremila:

Anita Marić, dipl.psiholog-profesor

