



KAKO POTAKNUTI SOCIOEMOCIONALNI RAZVOJ DJETETA?

Polazak u školu predstavlja važno razdoblje u životu djeteta. Dijete ulaskom u školu postaje dio organizirane i strukturirane sredine, izlaže se sustavu vrednovanja i natjecanja, uz mogućnost doživljaja neuspjeha i kritike. Važno je dijete primjereno pripremiti za uspješno savladavanje tih izazova. Istraživanja pokazuju kako je socioemocionalna zrelost jedan od najvažnijih čimbenika akademskog uspjeha. Socioemocionalna zrelost uključuje:

Prepoznavanje emocija

Socijalne vještine

Izražavanje emocija

Empatija

Psihološka otpornost

Samopouzdanje

RAZVOJ SOCIJALNIH VJEŠTINA I EMPATIJE

Razgovor o situacijama/događajima i pričanje priča- neka dijete objasni događaje i situacije, kako različite situacije pobuđuju različite emocije te kako bi se netko mogao osjećati u toj situaciji.

Modeliranje- budite primjer! Dijelite vlastita iskustva suočavanja s izazovima na način koji je primjeren djetetu, Pokažite optimizam i strpljenje.

Kritika i pohvala- pohvalite trud, a kritiku usmjerite na ponašanje, a ne na djetetovu osobnost.



SAMOPOUZDANJE I OTPORNOST

Poticati dijete na pokušaj- ohrabrujte dijete da pokuša čak i kada misli da ne može, time mu dajete do znanja da vjerujete u njega te kako je važno uložiti napor, a ne samo uspjeti.

Podrška pri neuspjehu- pokažite razumijevanje kada dijete u nečemu ne uspije, time mu dajete do znanja kako je neuspjeh sastavni dio života i prilika za učenje.

Pohvala- pohvalite dijete nakon stvarnih postignuća ili uloženog napora. Time gradite njegovo samopouzdanje na čvrstim temeljima.

Sigurnost i ljubav- tople riječi, razumijevanje, otvorenost i zagrljaj njeguju osjećaj sigurnosti i pripadnosti te jačaju povjerenje.



PREPOZNAVANJE I IZRAŽAVANJE OSJEĆAJA

Igre s licima i osjećajima- koristite sličice s različitim izrazima lica i pitajte dijete koji osjećaj prepoznaje, kada se ono tako osjeća i zašto. Koristite maštu.

Glazba- slušajte glazbu i razgovarajte o osjećajima koje pobuđuje. Istu igru možete igrati odabirom jedne rečenice i

naglašavanjem druge riječi u rečenici pri svakom sljedećem izgovaranju rečenice.

Razgovarajte o tome kako se značenje rečenice mijenja ovisno o riječi koji naglasimo i načinu na koji ju izgovorimo.

Stripovi- neka dijete nacrtá strip o situaciji koja ga je razljutila- što se dogodilo, kako se osjećalo i što je moglo učiniti drugačije. Možete djetetu zadati i da nacrtá strip o jednoj emociji ili izmišljenoj situaciji.



Izražavanje
emocija

Prepoznavanje
emocija

Empatija

Psihološka
otpornost

Samoregulacija

Samosvijest

KAKO POTAKNUTI SOCIOEMOCIONALNI RAZVOJ DJETETA?

Suradnja i
timski rad

Samopouzdanje

Nošenje s
kritikama

Odgovorno
donošenje
odluka

