**Potrzeby psychiczne dziecka w wieku przedszkolnym**

**W zaspokajaniu potrzeb dziecka bardzo istotna jest rola dorosłych.** Zaspokajanie i wzbogacanie potrzeb dziecka stanowi ważny element wychowania i nauczania dziecka – sprawia, że rodzina, szkoła, placówka wychowawcza stają się środowiskiem radosnym i przyjaznym dla niego.

W przypadku małych dzieci (wiek przedszkolny i wczesnoszkolny) ważnymi potrzebami, które wpływają na rozwój dziecka i jego funkcjonowanie, są w pierwszej kolejności potrzeby emocjonalnego kontaktu, bezpieczeństwa i samorealizacji (sukcesu), które realizowane są w relacji z bliskimi osobami.

Potrzeby zmieniają się wraz z wiekiem dziecka. W wieku przedszkolnym dziecko stopniowo separuje się od rodziców, staje się coraz bardziej samodzielne, świadome swojej odrębności i dążeń. Coraz większa ciekawość świata i wyodrębnienie siebie jako niezależnej jednostki powodują, że dziecko jest w stanie wyjść ze środowiska domowego i swoją uwagę skierować na kontakty z innymi osobami, także rówieśnikami. Dzięki tym zmianom możliwe jest zaspokajanie potrzeb dziecka także poza domem – w przedszkolu. W tym wieku pojawiają się także inne potrzeby, jak potrzeba kontaktu i zabawy z rówieśnikami, w której dziecko doskonali swoje zdolności motoryczne, fizyczne, ale także intelektualne. Rozwijająca się wyobraźnia powoduje ogromną potrzebę twórczości, która realizowana jest przez dzieci na wiele sposobów. Coraz większa samodzielność i samoświadomość jest podstawą do rosnącej potrzeby zauważenia i uznania.

Możemy wyłonić trzy obszary aktywności w zaspokojeniu potrzeb dziecka:

* Po pierwsze rodzic/opiekun zaspokaja potrzeby dziecka: tworzy odpowiednie warunki fizyczne do rozwoju, dba o bezpieczeństwo, zaspokaja potrzeby: bliskości, czułości, przynależności. Zadaniem opiekuna i rodzica jest także regulowanie dostarczanej dziecku ilości stymulacji – dostosowywanie wymagań do możliwości, dbanie, by nie było ani znudzone, ani „przestymulowane”. Z zadaniem tym wiąże się częsta obawa dorosłych wiązana z nadmiernym rozpieszczeniem dziecka. Jeżeli dziecko będzie miało wszystko „podane na tacy”, wówczas wyrośnie na osobę niesamodzielną, niezaradną i nieprzygotowaną na stawianie czoła przeciwnościom losu. Żeby dziecko mogło skutecznie radzić sobie z trudnościami, musi w pierwszej kolejności czuć się bezpiecznie, doświadczyć zaspokojenia podstawowych psychicznych potrzeb – właśnie te doświadczenia nas uodporniają i wzmacniają. Atmosfera miłości, akceptacji i bezpieczeństwa nie grozi rozpieszczeniem dziecka, wychowaniem kogoś wiotkiego, podatnego na zranienie.
* Po drugie, rodzic/opiekun stara się tak organizować warunki, aby sprzyjały one zaspokajaniu potrzeb dziecka. Przykładowo dając dziecku możliwość pracy w grupie, dbamy o jego potrzebę współuczestnictwa. Wprowadzając odpowiednie zasady pracy w grupie, dbamy o to, aby dziecko było dowartościowywane (potrzeba uznania) oraz, aby dzieci nie wchodziły ze sobą w konflikty (potrzeba bezpieczeństwa).
* Po trzecie, rodzic/opiekun może wskazywać dziecku, w jaki sposób można zaspokajać potrzeby w sytuacji, gdy dziecko przeżywa konflikt pomiędzy różnymi potrzebami. Przykładowo, jeśli dzieci pracują w grupie, może dojść do konfliktu pomiędzy potrzebą dominacji i alienacji. Dorosły może pokazać rozwiązanie pośrednie, polegające na zamienianiu się rolami i przez to uniknięcie przykrych sytuacji.

*Potrzeba bezpieczeństwa*

Na poziom lęku u dzieci wpływa wiele czynników, takich jak poprzednie doświadczenia, relacje z otoczeniem, relacja z podstawowymi opiekunami (rodzicami), czy reakcja opiekuna lub wychowawcy, a także poziom samooceny, mechanizmy samoregulacji czy typ układu nerwowego.

Opiekun lub wychowawca może zrobić wiele rzeczy, aby zmniejszać poziom lęku u dzieci:

– zapewniać bliskość, ciepło, fizyczny kontakt (czasem dziecko potrzebuje przytulenia, a czasem jedynie dotknięcia);

– wzmacniać dzieci i dowartościowywać (zastępować kary pochwałami);

– unikać zerwania relacji (np. zmian nauczyciela, stawiania do kąta, ignorowania dziecka);

– wprowadzać rytuały, stały rytm, budować przewidywalność i konsekwencję;

– obdarzać dzieci zaufaniem;

– ograniczać ilość czasu spędzonego na graniu w gry, oglądaniu filmów;

– unikać wykorzystywania strachu jako metody wychowawczej (lęk przed karą, oceną, usunięciem z grupy itp.).

Złe zachowanie wynika bowiem często z poczucia lęku i niepewności. Wzmacniając lęki dziecka, możemy nasilić zachowania destrukcyjne. W pierwszej kolejności potrzeba zatem obniżyć lęk i napięcie, a następnie oddziaływać wychowawczo. Dopiero kiedy dziecko jest spokojne, może nas słuchać, samodzielnie myśleć i działać.

*Potrzeba eksploracji*

W żadnym okresie naszego życia nie jesteśmy tak aktywni, ciekawi świata jak w dzieciństwie. Opiekun dziecka ma do dyspozycji szereg narzędzi pomagających dzieciom eksplorować świat:

– zachęcanie, podtrzymywanie uwagi;

– nagradzanie i wyrażanie podziwu dla aktywności i postępów;

– przekierowywanie potrzeb w sytuacji kiedy dziecko robi coś niebezpiecznego (np. próbuje sięgnąć do gniazdka palcami lub bawi się zapalniczką). Potrzebę można zauważyć i zasugerować lub zorganizować jej zaspokojenie w inny sposób („Znam sposób, w jaki to można zrobić bezpiecznie….”);

– regulowanie pobudzenia poprzez kontrolę, czy poziom stymulacji nie przekracza możliwości dziecka (czy nie jest za szybko, za dużo, za trudno…).

Rodzice dostarczają dziecku wiedzy o otaczającym świecie, a co najważniejsze stają się modelami osobowości i wzorami zachowań w konkretnych sytuacjach życiowych. Przekazują określony system wartości i norm moralnych, etycznych i społecznych. Wpływ, jaki rodzice wywierają na swoje dziecko, jest więc bardzo silny i trwały. Jeżeli dziecko ma w środowisku rodzinnym korzystne doświadczenia to będzie się to przedkładać na lepsze relacje z innymi i lepsze przystosowanie się do życia. Wychowanie jest podstawowym narzędziem kształtowania młodych ludzi. **Dlatego wychowanie musi być przemyślane i konsekwentne.**

Bibliografia:

Ciechomska, M., & Ciechomski, M. Potrzeby psychiczne dziecka w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym.