

Додатак за Ериксонovu теорију.

Први: Поверење/Неповерење (до 18. месеца)

- Главни фактор респонзивност мајке, брижно опхођење према детету, узајамну интеракцију и способност мајке да стимулише дете.
- Безусловну топлину, љубав и бригу – да би особа могла да схвати како је други људи препознају као биће које заслужује да прима негу, подршку, награду, љубав и да осећа повезаност.

- Врлина: нада
- Мана (негативно разрешење): неповерење

Други: Аутономија/Стид и повлачење (од 18. месеца до 3. године)

- Основна тема аутономија.
- Овладавање ходом, говором и почетак мишљења води у прву аутономију (или независност).
- Фраза "Ја то могу сам-а"
- да раде ствари на свој начин - то им доноси много задовољства и понос због свог успеха.
- Дете се учи (само)контроли која не обухвата само анално подручје (по Фројду), већ шире подручје деловања.
- Снага воље - криза треће године ("Ја нећу", фаза негативизма) - дете почиње да се опире одраслима који све раде уместо њега и почиње да изражава жељу да нешто уради само; испитивање граница самосталности, стицање првог идентитета (психолошко ЈА).
- Уз љубав потребно је да деца осете одређену чврстину и контролу од стране родитеља
- Слободу унутар структуре - што омогућава индивидуи да развије осећај личне аутономије, (али не распуштености. Распуштеност, испољавање «неограничене слободе», «слободе без одговорности» не подстиче развој самопоштовања).
- Развој могу да ометају прерани и нереални захтеви одраслих, па ће дете доживљавати понижење, стид пред другима и осећај да је "на оку" других, што угрожава развој самосталности и самоконтроле.
- Позитиван исход је стицање аутономије.

- Врлина: воља, самостално доношење одлука (воља даје одлучност особи **да при властитом избору** поштује очекивања и забране, има надзор над властитим импулсима)
- Мана: осећање срама (недостатак поверења у сопствене способности)

Интерес и узбуђење које одојчад показује када користе нове предмете помаже им у изградњи осећања **самоефикасности**, односно уверења у сопствене способности контролисања догађаја у свом окружењу (Хартер, 2006). До **средине друге године**, када је самосвест довољно развијена, деца почну да доживљавају нови распон емоција које имају одређене функције. Осећање **поноса и нелагодности**, два емоционална стања која се односе на вредновање колико смо добри или лоши у односу на стандарде морала, социјалног понашања и овладавања задатком (Саарни анд ал., 2006).

АУТОНОМИЈА. Родитељи често буду фрустрирани када се спремају да некуда пођу, а њихов предшколац прати неки другачији распоред? Или, немају стрпљења када њихов предшколац чека последњи минут да би се обукао за вртић, а онда им одлази још времена на његово инсистирање на ношењу одређене одеће? Ове ситуације су типичне и репрезентују генералну тему око које се одвија развој у овом критичном предшколском периоду – развој осећања за аутономију (типичан развојни проблем – самовољно понашање). Као што је то већ речено, почевши негде од друге године, деца постају свесна своје психичке одвојености. У овом периоду, код деце се запажа растући осећај независности - инсистирају да ствари ураде на свој начин, често следе ригидне сетове ритуала, као што су читање две приче пред спавање, одређене играчке у кади за време купања, или седење на посебно место за време оброка. Можда је то разлог што је иницијални део овог периода се често назива "ужасна друга година". На овом узрасту, родитељи и деца често завршавају у борби за вољу. Када родитељи не попуштају, деца могу да изразе своје незадовољство на различите начине, укључујући нападе беса¹.

Родитељи и васпитачи треба да знају да дечије рутине треба следити, и да разумеју да дечији ритуали служе многобројним сврхама. Ритуали обезбеђују контролу и ред у дечјем окружење и обезбеђују им осећање сигурности и предвидљивости.

Фраза *Ја то могу сам*, а рефлектује доминантну тему овог периода. Деца воле да раде ствари на свој начин, то им доноси много задовољства и понос због свог успеха. Позитивни резултати њихових независних постигнућа јачају њихов осећај аутономије. Деца почињу да виде себе као компетентне и способне да задовоље сопствене потребе. Из ових разлога, за родитеље је важно да обезбеде могућности за своје дете да ради ствари на свој начин (да се само обуче, среди своју собу, помогне у кућним пословима). **Сходно приликама које дете има да искуси аутономију**, оно ће да развије више или мање самопоуздања и почети да предузме одговарајуће ризике.

Деца следе своју потребу и потрагу за аутономијом са бескрајном енергијом и упорношћу. Када су покренута одређеним задатком, она га се држе све док га не заврше. Није неуобичајено за предшколце да одлучно одбију било какву помоћ одраслих (у том смислу одрасли би требало да се уздрже од мешања све док деца не затраже помоћ. Такође је добро дозволити деци да помогну, иако у процесу помагања, могу сломити ствари или створити већи неред. Иако је одраслима обично лакше да ствари ураде сами, ово је веома важан начин да деца науче неке вештине. Стрпљење и охрабривање су важни начини који ће се родитељима и васпитачима исплатити на дуге стазе.

Континуирано родитељско обесхрабривање и критицизам код деце ће изазвати осећање неуспеха, стида и сумње у себе. Дугорочно, као резултат оваквог понашања одраслих, деца ће очекивати неуспех у свему што раде. Деца ће се уздржавати да покушају различите, нове активности, што ће даље довести до тога да не развију нове вештине. Касније, несамопоуздана деца осећаће се пријатно и сигурно само у високо структурираним ситуацијама где је ризик од неуспеха минималан.

¹ Видети при крају текста како реаговати на дечје нападе беса (temper tantrum)

Трећи: Иницијатива/кривица (од 3. до 5. године)

Развијање иницијативе је кључно у овом периоду. Кад дете крене изван, у социјални свет, оно се сусреће са новим изазовима. Нове ситуације захтевају од деце преузимање више и више одговорности – за њихова тела, понашање, играчке, кућне љубимце. За узварт, то је начин на који се код деце оснажује иницијатива у понашању.

Родитељи и васпитачи треба да разумеју важност дечје потребе за иницијативом, и да деци пруже слободу и могућности за физичке активности (трчање и скакање), интелектуалне активности (постављање питања или причање прича), и социјалне активности (игра).

Осећај самопоштовања/компетенције јесте друга страна развијене потребе за аутономијом и иницијативом. Може се рећи да је самопоштовање најважнији део предшколског развоја. Деца ће често преценити своје способности и потценити тежину задатка. Из перспективе предшколца ништа није немогуће. Овај високи ниво (изворног) самопоштовања је повољан зато што дете многим вештинама овладава управо у том раном периоду. Са сваким новим овладавањем, дечји осећај за иницијативу и компетенцију расте. Родитељско стрпљење и охрабривање је кључно за развој осећања личне компетенције.

Прекомерно коришћење "ја" и "моје" за време овог периода се од многих аутора тумачи као начин да дете означи границе између себе и других. Ако се деца не слажу и посесивна су спрема играчки, на пример, то је само један од много начина на које деца потврђују своју индивидуалност.

- Врлина: сврха, радозналост, иницијатива (сврха представља способност постављања и слеђења циљева, који су смисаони, реални, социјално прихватљиви и вредни).
- Мана: Осећање кривице - настаје код деце чији се родитељи критички односе према њиховој самоиницијативи или онемогућавају завршавање започетих активности.

знакови НИСКОГ САМОПОШТОВАЊА КОД ДЕЦЕ:

- потреба да непрестано побеђује у играма;
- перфекционизам;
- претерана самокритичност;
- претерано хвалисање ;
- давање слаткиша, новца или играчака другој деци, како би се "поткупила" пријатељства;
- привлачење пажње неодговарајућим понашањем (глупирање, задиркивање, агресивност);
- повученост или срамежљивост;
- плачљивост;
- претерано извињавање за све што каже или направи;
- страх од тога да покуша нешто ново;
- стално тражење оправдања;
- пребацивање одговорности или кривице на друге ;
- антисоцијално понашање;
- неповерење према људима;
- стална потреба да се угоди другима;
- неспособност да каже "нећу" или одбије нешто што не жели;
- неспособност доношења властитих одлука или избора.

Развој самоконтроле

Деца морају да стекну контролу над својим емоцијама и понашањем како би се адаптирала на свој физички и социјални свет. Како сазревају, постаје им све лакше да се придржавају захтева, да прилагоде своје понашање датој ситуацији, да одложе активности, и понашају се на социјално прихватљив начин. Дакле, самоконтрола поприма облик не само повећања контроле објеката и догађаја у окружењу, већ и способност контроле сопствених импулса.

Према томе, емоционална саморегулација се односи на стратегије које користимо како бисмо интензитет или трајање својих емоционалних стања довели на оптимални ниво који нам омогућава остварење циљева. Емоционална саморегулација захтева вољно управљање емоцијама у које треба уложити труд. Ова контрола са напором се постепено побољшава као резултат развоја мозга и уз помоћ старатеља, који деци помажу управљати и уче их стратегијама како управљати интензивном емоцијом.

Како постају старија, постају мање подложна фрустрацији и више толерантна када њихове жеље или потребе нису одмах задовољене. Рудиментарни осећај за време, који се појављује негде између две и три и по године, помаже им да одлагање толеришу лакше. Ово не значи да родитељи неће понекад бити преплављени питањима као што су - *Могу ли да имам одмах? Или када ћемо да једемо? Гладан сам!* Родитељски одговор на фрустрацију је важан.

Не заборавите, **како претерано ограничавање, тако ни распуштеност, испољавање "неограничене слободе", "слободе без одговорности" не подстиче развој самопоштовања.**

ПРЕПОРУКЕ ЗА РОДИТЕЉЕ И ВАСПИТАЧЕ

- Имајте на уму, да дечје "Не" **није** пркосно тестирање родитељског ауторитета. Предшколски период је време када дете спонтано преузима иницијативу и развија осећај аутономије. У овом процесу они тестирају ваше границе.

- Имајте на уму да деца када кажу "Не" - то је дечји начин одвајања од родитеља и развијања личних компетенција. Као што се то и дешава у животу, деца нису свесна реакције других (егоцентризам, Пијаже). Деца ће наставити са својим понашањем, упркос родитељским љутитим реакцијама. Важно је да се овде сетимо да да се деца понашају на овај начин јер су егоцентрична – разумеју свет само из своје перспективе.

- Родитељи могу да помогну деци подучавајући их неким стратегијама самоконтроле. На пример, ако се возите у ауто, и ваше дете вас непрестано бомбардује са "да ли смо стигли" питањима, можете му нацртати једноставну мапу са значајним знаменитостима – можда црква, школа, црвене и беле куће. Дајте детету да гледа у мапу и пејзаж, и покажите му где се на мапи можете налази у том тренутку.

- Не охрабрује дете да каже "Не".

а) **Избегавајте "да или не" питања.** Уместо тога, користите јасне, акционо оријентисане реченице које преносе очекивање, а онда дозволите избор: "Време је за кревет. **Коју књигу хоћеш да ми читаш?"**, или питање – "Да ли желиш да идеш у библиотеку?", изазваће скоро увек "не".

Уместо таквог питања користите: "Време је да идемо ..., да ли хоћеш да обучеш своју жуту или зелену јакну"

б) **Чините ствари кроз игру.** На пример, уколико се спремате да изађете из куће, можете да кажете да видимо да ли можеш да обучеш своју јакну док избројим до 10.

- Похвалите дете када се не понаша негативистички.

- Способност предшколаца да репрезентују догађаје ментално, њихово проширивање језичких вештина и њихово повећана саосвести - играју важну улогу у емоционалном развоју. Током ових година, предшколац развија боље разумевање сопствених и туђих осећања, и постаје више способно да контролише своје емоције. Вокабулар за причање о емоцијама развија се убрзано након 18. месеца, али мала деца још увек нису добра у коришћењу језика за управљање својим емоцијама. Крајем друге године појављују се напади беса, јер мала деца не могу да контролишу интензивну љутњу која се појављује када одрасли одбију њихове захтеве, посебно у ситуацијама када су уморни и гладни. Мала деца чији су родитељи емоционално саосећајни, али постављају границе (не попуштају испадима беса), активно одвлаче пажњу детета од забрањене активности (укључивањем детета у прихватљиву алтернативну активност), и касније упућују на боље начине ношења са забранама одраслих, стичу ефикасније стратегије регулисања љутње и социјалне вештине током предшколског доба.

- *Хвалите дете.* Развојни психолози указују да је за емоционални развој детета битно да оно од раног узраста доживљава да је окружено љубављу и бригом својих најближих. Родитељи који похвалама реагују на одређено понашање или постигнуће дају детету емоционални подстицај да се у том смеру развија.

Квалитетна повратна информација одраслих утиче на те ране реакције вредновања себе. Када одрасли стално коментаришу вредност детета и његово/њено извођење ("То ниси добро урадио", "Ја сам мислила да си ти добра девојчица"), деца доживљавају интензивне емоције самосвесности, више стида након неуспеха, више поноса након успеха. Насупрот томе, када се родитељ усмерава на **побољшање урађеног**, ("Направи си то на овај начин, сада пробај да то направиш овако"), тада се подстичу умерено адаптивни нивои срама и поноса, и већа истрајност у тешким задацима.

Међу западњачком децом **интензивни срам** је повезан са **осећањем сопствене неадекватности** ("Глуп сам", "Грозна сам особа"), и повезан је са лошим прилагођавањем, повлачењем и депресивношћу, те интензивном љутњом и агресивношћу према другима који су учествовали у тој ситуацији која је изазвала срам. Насупрот томе, кривица када се појављује у одговарајућим околностима и када није праћена срамом, повезана је са добрим прилагођавањем. Кривица помаже деци да се одупру штетним импулсима, а мотивише дете када се лоше понаша да поправи штету и понаша се обзирније.

4. МАРЉИВОСТ НАСУПРОТ ИНФЕРИОРНОСТИ (6 -11 година)

Ериксон је сматрао да се у овој фази, када деца започињу са формалним образовањем, јавља конфликт између марљивости и доживљаја инфериорности. Између пете и седме године, када

већина деца полази у школу, когнитивни развој се одвија великом брзином. Деца брже могу да обрађују веће количине информација, а повећава се и опсег њихове меморије. Они прелазе са преоперационалног на ниво мишљења у виду конкретних операција. Док ове унутрашње промене напредују, деца почињу да сваког радног дана проводе по неколико сати у новом физичком и социјалном свету школе. Ериксонове фазе психосоцијалног развоја деце сада морају да реорганизују у оквиру непознатог школског окружења. Морају да стекну *поверење* у неке нове одрасле особе, да се понашају *аутономно* у комплекснијим ситуацијама и да покажу *иницијативу* за активност поштујући нова школска правила.

Нови психосоцијални изазов на школском узрасту је оно што Ериксон назива марљивост насупрот инфериорности. Деца почињу да увиђају везу између истрајности и задовољства обављеним послом. Дечје могућности се у овом периоду крећу између окружења у кући, комшилуку и школи, као и да се носе са академским радом, групним активностима и пријатељима, и могу довести до осећања компетентности. Тешкоће са овим изазовима могу да доведу до осећања инфериорности. Деца морају да овладају новим вештинама и да раде у правцу остваривања нових циљева, али истовремено су изложена поређењима са другима и ризику од неуспеха.

Начин на који се деца носе са овим изазовима има импликације на њихова даља искуства у школи. Два најбоља предиктора напуштања школе јесу слабо постигнуће на узрасту од седам и осам година и заостајање у напредовању у односу на вршњаке. За будући успех детета у школи важније је да оно има добар учинак у школи на почетку школовања него у било ком другом периоду.