

# Emoce a potřeby dítěte

# Emoce

Psychologie rozlišuje:

- Základní motivy (hlad, žízeň...)
- Emoce (vztek, radost..)

Které aktivují a zaměřují naše chování

# Složky emocí

- Emoce = komplexní stav vznikající v reakci na určité afektivně zabarvené zážitky.
- Složky:
  - Subjektivní prožitek emoce
  - Vnitřní tělesná reakce, zvláště ty, na nichž se podílí autonomní nervový systém (zvýšení hlasu, třesení se...)
  - Kognitivní hodnocení nebo přesvědčení, že se odehrává pozitivní nebo negativní událost
  - Reakce na emoci (negativní emoce = svět je nepříznivé místo)
  - Tendence jednání (vzorci chování, které lidé využívají při konkrétní emoci (vztek vede k agresi)).

# Porozumění emocím

Děti se sociálním a emočním dovednostem učí

- v rodině (hry, pozornost, společný čas)
- v komunitě (v MŠ), kde se lidé k sobě chovají laskavě a s respektem.

Děti potřebují:

- Hranice
- Pravidla
- Důslednost
- Prostředí s reálnými nároky

## Je potřebné se naučit (Gross, 2008):

- Porozumění sobě samému, pozitivní vnímání sebe sama, být si vědom silných a slabých stránek a zodpovědnosti, kterou mám vůči druhým.
- Pochopit a umět ovládnout své pocity: umět se uklidnit, když jsem znepokojený a rozzlobený; umět se povzbudit, když jsem smutný.

- Optimismus, odolnost, vytrvalost při obtížích s plánováním a plněním svých cílů
- Komunikační dovednosti, vycházet s ostatními, umět řešit problémy a postavit se sám za sebe
- Empatie a schopnost vidět svět z pohledu ostatních, pochopit a těšit se z rozdílů mezi lidmi, věnovat pozornost a naslouchat druhým.

# Ovládání emocí

Závisí na:

- Vyspělosti neurologického inhibičního systému
- Osobní charakteristice, na povaze a stádiu vývoji dítěte
- Raném vlivu prostředí, například rodičovské socializaci
- Podpoře emočního vývoje v MŠ

(Webster-Strattonová, 2008)

# Jak pomoci dětem, naučit se ovládat své emoce?

- Porozumění pocitům (pojmenování).
- Porozumění situacím, kdy tyto emoce vznikají. Co je vyvolává a jak se dají zvládnout.
- Procvičování. 😊



# Osobnostně sociální vývoj dítěte (Allen, Marotz)

<b>3 roky</b>	<p>Chápe v čem spočívá střídání, ale ne vždy je ochotné se střídat. Je vstřícné a ochotné, často se směje a snaží se zavděčit. Přidává e k jednoduchým hrám a skupinovým činnostem, i když někdy váhavě. Často mluví samo pro sebe. Brání si vlastní hračky a majetek. Někdy se při tom chová násilnicky, vytrhává hračky druhým a boje děti. Sleduje, jak si hrají ostatní a někdy se na chvíli připojí.</p>
4 roky	<p>Dítě je společenské, otevřené, přátelské někdy překypuje až přílišným nadšením. Rychle a nepředvídatelně se u něj střídají nálady, v jednu chvíli se směje, vzápětí pláče. Přepadají ho záchvaty vzteku kvůli maličkostem. Truceje, když je z něčeho vynecháno nebo se nemůže podílet, na čem chce. Vychloubá se, přehání, překrucuje, vymýšlí si historky. Je hrdé na dosažené úspěchy. Touží po chvále a povzbuzení ze strany dospělých. Vše chce dělat samo, ale při nezdaru propadá zuřivosti. Rádo hraje hry, při kterých je potřeba zapojit fantazii. Uzavírá přátelství s dětmi, se kterými si hraje.</p>

**5 let**

**Dítě se rádo kamarádí (často uzavírá přátelství s 1 nebo 2 dětmi). Obvykle je štědré a velkorysé (půjčuje hračky..). Rádo si hraje ve skupině s jinými dětmi a věnuje se kolektivním činnostem. Má spoustu nápadů. Vůči mladším dětem se chová ochranně.**

**Rodiče a pečovatele zpravidla poslouchá a plní svěřené úkoly.**

**Nadále potřebuje, aby ho dospělí povzbuzovali a dodávali mu pocit jistoty.**

**Lépe se ovládá a neprožívá výrazné emoční výkyvy.**

**Rádo vypráví vtipy a rozesmívá ostatní.**

**Chlubí se svými úspěchy.**

6 let

Prochází náhlými změnami nálad (jeden den láska a ochota, druhý den protivné). Nepředvídatelnými změnami chování zasahuje zvláště matku nebo primárního pečovatele.

Rozšiřuje si okruh přátel a chce se odpoutat od rodičů, zároveň potřebuje zažívat výchovnou péči rodičů.

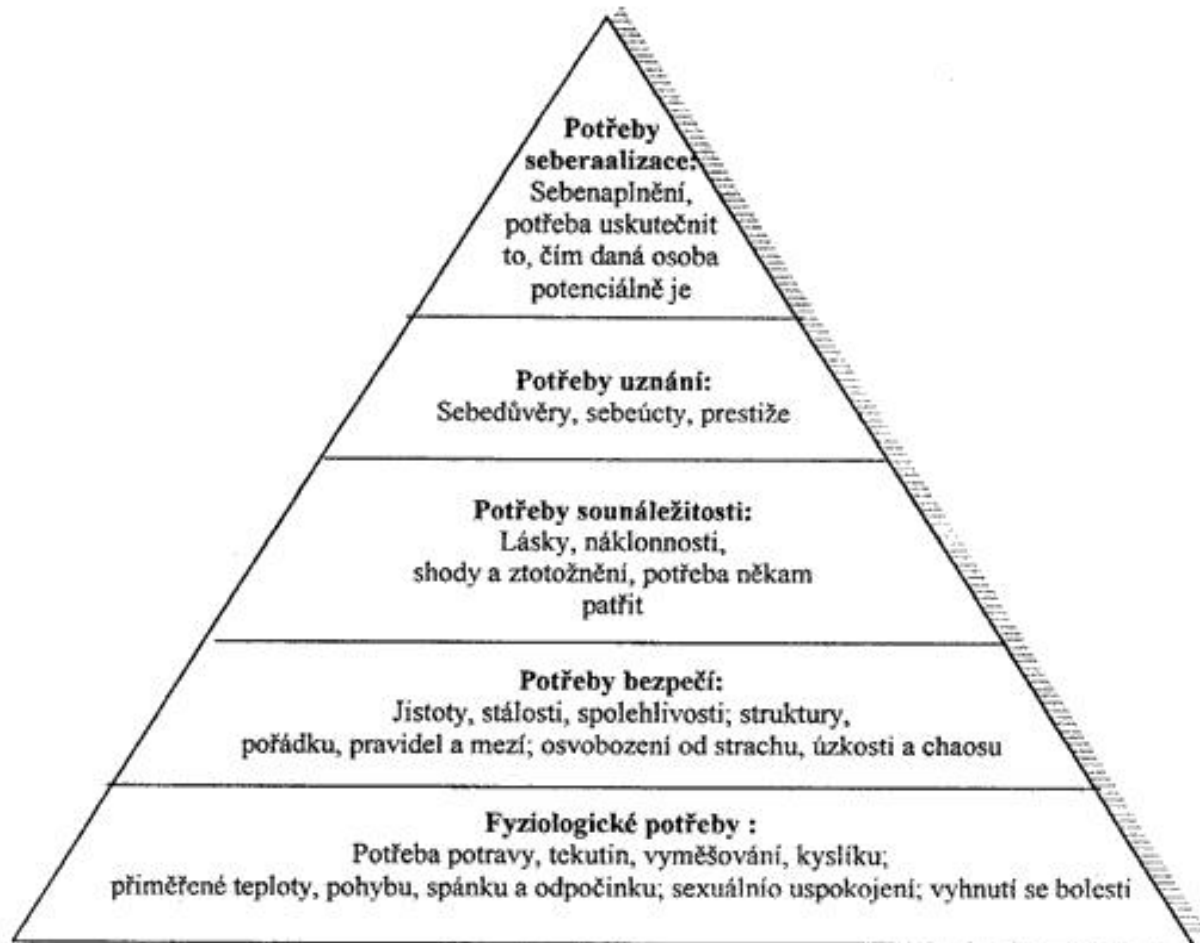
Chce se zalíbit dospělým, potřebuje aby projevovali souhlas s tím, co dělá, aby mu dodávali jistotu, Stále je sebestředné.

Když má dojem, že v něčem selhalo, prožívá hned velké zklamání a beznaděj. Nesnáší, když ho někdo opravuje a když prohrává ve hře. S velkým zaujetím se zajímá o vše kolem.

Pojetí správného a špatného odvozuje od toho, co od něj očekávají rodiče a učitelé a jaká uplatňují pravidla.

# Potřeby dítěte

Maslow



# Matějček, Langmeier

1. Potřeba určitého množství, kvality a proměnlivosti podnětů.
2. Potřeba určité stálosti, řádu a smyslu v podnětech.
3. Potřeba prvotních citových a sociálních vztahů.
4. Potřeba identity, společenského uplatnění a společenské hodnoty.
5. Potřeba otevřené budoucnosti neboli životní perspektivy.

Děkuji za pozornost.