

Dziecięce potrzeby

Czym jest potrzeba?

Potrzeba to stan, w którym jednostka odczuwa chęć zaspokojenia jakiegoś braku, np. poprawienia sobie warunków życia, utrzymaniu gatunku, osiągnięciu pozycji społecznej. W procesie rozwoju i dorastania dziecka bardzo ważne jest by jego podstawowe potrzeby zostały zaspokojone. Niezaspokojone potrzeby oraz związane z tym stany frustracji powodują powstawanie różnych zaburzeń w zachowaniu, trudności wychowawczych, nieprzystosowania społecznego.

POTRZEBA	ZACHOWANIE DZIECKA	WSPIERAJĄCA POSTAWA RODZICA
<i>Akceptacji</i>	Niezaspokojoną potrzebę akceptacji u dziecka można zaobserwować poprzez szukanie nadmiernej aprobaty u osoby dorosłej, domaganie się pochwał i docenienia. Zdarzają się sytuację, w których dziecko próbuje zwrócić uwagę dorosłego stosując zachowania niewłaściwe: gryzie, bije, używa niedozwolonych słów.	Okazywanie bezwarunkowego wsparcia, miłości i akceptacji. Rozumienie popełnianych przez nie błędów, wspólne szukanie rozwiązań. Docenianie włożonego wysiłku dziecka, wspieranie i budowanie samodzielności, a także stawianie wymagań dostosowanych do jego wieku.
<i>Bezpieczeństwa</i>	Nadmierne wycofanie społeczne, trudności w nawiązywaniu i podtrzymywaniu adekwatnych do wieku relacji rówieśniczych. Poszukiwanie niewłaściwej bliskości fizycznej np. przesadne przytulanie się do osób obcych.	Aktywne wspieranie i rozumienie emocji dziecka. Wysłuchanie, gdy opowiada o wydarzeniach dla niego istotnych. Dostępność fizyczna: przytulanie, gesty. Docenienie wysiłków i osiągnięć.
<i>Przynależności</i>	Niskie poczucie własnej wartości i powątpiewanie w swoje możliwości oraz osiągnięcia. Zniechęcenie i brak motywacji. Ogólne	Oprócz rodziców, dla dziecka ważne są też więzi społeczne – z rówieśnikami i całym światem zewnętrznym. Poprzez

Odpoczynku

problemy w relacjach z innymi.

przyjaźnie i należenie do jakiejś grupy, dziecko potwierdza swoją akceptację i ważność. Warto zadbać o budowanie relacji dziecka z rówieśnikami

Rozpierająca energia w porze wieczornej, trudności z uspokojeniem się. Zachowania o charakterze agresywnym, trudności z koncentracją. Pojawiające się problemy psychosomatyczne: bóle brzucha, głowy, problemy ze snem.

Zwrócenie większej uwagi na odpoczynek dziecka i zaplanowanie takiego czasu w trakcie każdego dnia. Wyciszanie się poprzez stosowanie bajek relaksacyjnych, organizowanie krótkich drzemek. Dbanie o jakość i higienę snu.

Radości

Unikanie podejmowania nowych wyzwań. Dominujący nastrój to smutek, przygnębienie. Utrata apetytu, trudności z nawiązywaniem relacji.

Stwarzanie radosnych momentów poprzez organizację zabawy, wycieczek, wspólnego czasu. Zachęcanie do kreatywnych zadań i zabaw. Dbanie o wspierające otoczenie, akceptowanie emocji dziecka oraz udzielanie wsparcia.

Sprawczości

Brak współpracy, pojawiająca się agresja, kłótnie. Niechęć do codziennych czynności oraz brak zaangażowania w zabawę czy edukację.

Prowadzenie rozmowy z dzieckiem poprzez wysłuchiwanie jego argumentów, poszukiwanie wspólnych rozwiązań. Angażowanie dziecka w codzienne obowiązki domowe, docenienie i chwalenie za drobne osiągnięcia.

Bibliografia:

- Bee H. „Psychologia rozwoju człowieka”. Poznań: Wyd. Zysk i Ska.
- Strelau J., Doliński D. „Psychologia akademicka. Podręcznik. Tom 2.” Gdańsk: GWP