

Naslov članka/Article:

Uporabnost ABC -sistema povezovanja čustev in vedenja

Applicability of the ABC System in Connecting Emotions and Behaviour

Avtor/Author:

Elizabeta Kos

CC licenca



Priznanje avtorstva-Nekomercialno-Brez predelav



Vzgoja in izobraževanje 1-2/2020, letnik 51

ISSN 0350-5065

Izdal in založil: Zavod Republike Slovenije za šolstvo
Kraj in leto izdaje: Ljubljana, 2020

Spletna stran revije:

<https://www.zrss.si/strokovne-revije/vzgoja-in-izobrazevanje/>

Elizabeta Kos

Vrtci občine Žalec

UPORABNOST ABC-SISTEMA POVEZOVANJA ČUSTEV IN VEDENJA

Applicability of the ABC System in Connecting Emotions and Behaviour

UVOD

V šolskem letu 2018/2019 sem kot del tima iz našega zavoda obiskovala seminar ZRSŠ »Spodbudno in varno učno okolje – začetni.« Poudarek je bil na spodbujanju preventivnih dejavnosti na področju duševnega in telesnega zdravja ter dejavnosti na področju socialnega in čustvenega učenja. Udeleženi so bili omogočili razširitev razumevanja in vedenja o pomembnosti čustvenega in socialnega opismenjevanja ter nas opremili s učinkovitimi strategijami. Ob seznanitvi z modelom ABC povezovanja čustev in vedenja ter tehniko 4R – pravila odzivanja ob lažjih disciplinskih težavah ali nezaželenem vedenju sem se odločila, da bom oboje preizkusila tudi pri vsakodnevem delu z otroki. V skupini je s svojim ponavljajočim neželenim vedenjem izstopal petletni deček Ž. Že od začetka šolskega leta se je velikokrat zapletal v konflikte z vrstniki v skupini. Prisotno je bilo agresivno vedenje v verbalni in fizični obliki. Zelo pogosto je preizkušal meje dovoljenega in je težko sledil dogovorjenim pravilom. Model ABC in pravila odzivanja 4R so se v interakciji z dečkom pokazali kot zelo koristni in učinkoviti.

UPORABA MODELA ABC V PRAKSI

Po zajtrku je v vrtcu čas za dejavnosti v centrih dejavnosti – kotičkih. Štirje otroci so se igrali v ustvarjalnem kotičku. Na voljo so imeli različne materiale za ustvarjanje: papir, odpadno kartonsko embalažo, barvnik, svinčnike, škarje, lepilo, lepilni trak, voščenke. Preostali otroci so bili v dveh kotičkih z vodenimi dejavnostmi. Nenadoma sem opazila, da je deček Ž., ki je stal pri mizi, v rokah držal ostro ošiljen svinčnik in meril v obraz otroka M., ki je stal zraven, in ga skušal pičiti. Da bi preprečila najhujše (npr. morebiten zapik konice v oko), sem odločno povzdignila glas in poklicala dečka Ž., ki je držal svinčnik v roki. S tem sem prekinila potek dogodka. Deček Ž. je spustil roko s svinčnikom. Dečka M., ki se je močno prestrašil, sem poklicala k sebi. Dečku Ž. pa sem naročila, naj se usede v knjižni kotiček in počaka, da pridem k njemu. Počakala sem nekaj minut, da se je situacija umirila. Potem sem povabila oba dečka v prazno telovadnico, da vsak predstavi potek dogodka. Deček M. je povedal svojo zgodbo, deček Ž. pa je vztrajno

molčal. Zato sem naročila dečku M., ki se je medtem čisto pomiril, da se vrne v igralnico. Drugo strokovno delavko sem prosila naj dečka M. vključi v izvajanje vodene dejavnosti, ki je v tem času potekala pri njej.

V nadaljevanju bom predstavila delo z dečkom, ki je v situaciji kazal namero nesprejemljivega vedenja.

A: Kaj se je zgodilo?

Vprašala sem ga, kaj se je dogajalo, preden je s svinčnikom meril v otroka. Ko sem začela pogovor z njim, je molčal. Ko sem ga ponovno vprašala, je še vedno molčal in mi je kljubovalno gledal v oči. Sledila je sprejemljiva oblika socialnega pritiska in pogojevanja: povedala sem mu, da se, dokler ne bova končala s pogovorom, ne bo smel igrati v kotičkih v igralnici, ki so na voljo otrokom. To je učinkovalo. Počasi se je razgovoril. Pojasnil je, da mu je deček M. že v jutranjem krogu (sedela sta skupaj) in tudi med umivanjem rok po zajtrku govoril, da mu ne bo pokazal albuma VODNAMANIJA.¹ Deček M. je imel album že v celoti napolnjen. Ko sem ga ponovno vprašala, zakaj ga je hotel pičiti pri mizi v ustvarjalnem kotičku, je rekel, da se mu je M. smejal in kar naprej govoril, da mu ne bo pokazal albuma.

B: Kaj si takrat pomislil o tem, o sebi, drugem?

Dečka Ž. sem vprašala, na kaj je pomislil, ko se mu je M. smejal in kar naprej govoril, da mu ne bo pokazal albuma. Rekel je, da je bil jezen nanj in ga ni hotel več poslušati. Da je hotel tudi on videti album, ker mu je obljubil, da mu ga bo pokazal. Da se mu je zdel M. grd.

¹ Sparov album z nalepkami, ki jih je večina otrok v skupini z navdušenjem zbirala.

C: Katero čustvo si občutil?

Potem sva šla v našo igralnico v kotiček DA BI NAM BILO LEPO (tu imamo slikovne aplikacije na temo čustev in plakat - JEZIK ŽIRAF, JEZIK VOLKOV) in pokazala sem slikovne

aplikacije s čustvi: JEZA, STRAH, ŽALOST, VESELJE, PRESENEČENJE, GNUS (vir: Cicido, september 2018, oktober 2018, november 2018, december 2018, januar 2019, februar 2019). Spodbudila sem ga, naj pokaže, katero čustvo je občutil. Pokazal je na jezo.



► SLIKA 1. Kotiček DA BI NAM BILO LEPO je prostor, kjer se otroci radi zadržujejo in se ustvarjalno izražajo (lastni vir).

V nadaljevanju sem ga prosila, naj me posluša, če sem ga prav razumela. Rekla sem mu: »M. ti je obljubil, da ti bo pokazal Vodnomanijo, vendar ti je ni in ni držal obljube. Postal si jezen in si mu to hotel vrniti tako, da bi ga pičil s svinčnikom, da bi se tudi on slabo počutil.«

Povprašala sem ga, kako bi ravnala žirafa, če bi bila na njegovem mestu. Brez težav je ugotovil, kakšno ravnanje bi bilo ustrezno, pravilno. Žirafa² bi na glas povedala M., da ji njegovo obnašanje ni všeč, da se ne obnaša kot pravi prijatelj (za kar sta se dečka večinoma imela).

REFLEKSIJA

Menim, da je bil model povezovanja čustev in vedenja ABC v tem primeru optimalno uporabljen. Pri tem dečku se je konfliktno vedenje še vedno večkrat pojavljalo. Moja težnja k dosledni lastni uporabi načela 4R je pri meni spodbudila drugačno dožemanje tega otroka. Pri otroku Ž. in tudi drugih otrocih se je vpeljava »jezika žirafe« in primerjava z »jezikom volka« pokazala kot zelo učinkovita. Otrok prek žirafe kot simbola – vzora ustrezne komunikacije hitreje dojame in izbere ustrežnejše vedenje v skupini.



► SLIKA 2. Strategija SEMAFOR POČUTJA je otroku v pomoč pri prepoznavanju ter izražanju občutij in čustev (lastni vir).

2 Ameriški psiholog Marshall B. Rosenberg (1934–2015) je razvil pristop nenasilne komunikacije, ki ga prikazuje z uporabo jezika žiraf in volkov. V slovenski prostor se je ta koncept prenesel v okviru projekta Erasmus+ Youth Start Entrepreneurial Challenges (Izzivi podjetnosti za mlade).



► SLIKA 3. Kartončki s fotografijami otrok v oddelku omogočajo samostojno razvrščanje v koticke – centre dejavnosti. Ob tem se krepijo odnosne in sodelovalne spretnosti otrok (lastni vir).

Čez nekaj dni se je naš tim dobil na delovnem sestanku, kjer smo »pretresale« uporabo modela ABC in pravila odzivanja 4R³ v praksi – pri vsakodnevnem delu v vrtcu. Ugotovile smo, da smo v naših odzivih prehitre in da preskočimo pomembne korake pri reševanju konfliktov. Zelo smo ciljno usmerjene in pri tem pozabimo na proces, ki medtem poteka. Pri sebi sem ugotavljala, da so me vsebine seminarja »Spodbudno in varno učno okolje – začetni« spodbudile k bolj premišljeni, dosledni in empatični naravnosti pri delu z otroki, ki so mi zaupani. Postale so in ostajajo pomemben del lastnih strategij razmišljanja, dojemanja in delovanja.

VIRI IN LITERATURA

Holcar - Braunauer, A., Bizjak, C., Cotič - Pajntar, J., Borstner, M., Eržen, V., Kerin M. idr. (2016). Formativno spremljanje v podporo učenju: priročnik za učitelje in strokovne delavce. 2. dopolnjena izd. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.

Grah, J., Braunauer - Holcar, A., Rutar - Ilc, Z., Rogič - Ožek, S., Gramc, J., Skvarč, M. idr. (2017). Vključujoča šola: priročnik za učitelje in druge strokovne delavce. 1. izd. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.

Rutar Ilc, Z., Rogič Ožek, S. in Gramc, J. (2017). Socialno in čustveno opismenjevanje za dobro vključenost (str. 18 - 19). Vključujoča šola, 4. zvezek. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.

Seminarsko gradivo iz seminarja Spodbudno in varno učno okolje-začetni (Zora Rutar Ilc idr.). Izvedeno: 27. 11. 2018, 30. 1. 2019, 11. 3. 2019, 19. 4. 2019.

[Http://www.youthstart.eu/sl/challenges/my_feelings___your_feelings__giraffe_language](http://www.youthstart.eu/sl/challenges/my_feelings___your_feelings__giraffe_language). Dostopno: 27. 5. 2019.

- 3 Strategija 4R – pravila odzivanja ob (lažjih) disciplinskih problemih: Razumno se odzovem. Vzdržim se nepremišljenih impulzivnih reakcij. Razlikujem vedenje od osebe. Razumem dogajanje in ga ne vzamem osebno. Reagiram odločno, a konstruktivno, usmerjeno v rešitve.



► SLIKA 4. Pozitivni odnosi v skupini se odražajo v dobri medsebojni povezanosti in učinkovitemu sodelovalnemu učenju (lastni vir).