

ROZWÓJ PSYCHOMOTORYCZNY TRZYLATKA

Każde dziecko jest wyjątkowe i jego rozwój przebiega inaczej. Nie istnieje coś takiego, jak dziecko "uśrednione". Nie ma, więc powodu do niepokoju, jeśli rozwój dziecka nie odpowiada dokładnie poniższym opisom.

Jakie jest dziecko w wieku trzech lat?

Jest bez wątpienia małą osobą, na dodatek zwykle bardzo słodką, która coraz mniej przypomina złoścącego się i negującego wszystko bobasa sprzed roku. Zdecydowanie mniej tyranizuje otoczenie, zaczyna uczyć się cierpliwości, jednak ciągle z trudem radzi sobie z frustracjami. Jego reakcje mogą być bardzo żywe, a uczucia takie jak strach lub zazdrość są częste.

Podsumowując: dziecko w tym wieku jest bez wątpienia przemile.

Rozwój fizyczny

Dziecko w wieku trzech lat średnio mierzy między 90 a 96 cm i waży od 13 do 16 kg.

Charakteryzuje je dobre poczucie równowagi: potrafi stać na jednej nodze, odbić piłkę, iść prosto po linii i cofać się. Lubi podskakiwać w rytm muzyki i zjeżdżać ze zjeżdżalni. Coraz sprawniej posługuje się dłońmi, robi nożyczkami wycinanki i rysuje. Dziecko w wieku trzech i pół lat waży między 14 a 17 kg i mierzy między 92,5 a 100 cm. Potrafi już stać na palcach, przejść po desce i skakać ze złączonymi nogami. Pedaluje bez większych problemów na trójkołowym rowerku. Podczas schodzenia i wchodzenia po schodach potrzebuje jeszcze, by trzymać je za rękę, gdy stawia naprzemiennie nogi na stopniach. Lubi, gdy huśta się je na huśtawce. Na placu zabaw najbardziej podobają mu się domki, do których można się wspinać, i zjeżdżalnie. Lubi rysować lub po prostu bazgrać po kartce. Dobrze wycina. Trudności w koordynacji oczu i ręki sprawiają, że niektóre z rysowanych przez nie linii są nieco chwiejne.

Życie codzienne

Apetyt dziecka jest zwykle dobry i uregulowany. Ulubionymi posiłkami są najczęściej śniadanie i podwieczorek, czyli posiłki nieco mniej solidne, zajmujące mniej czasu niż pozostałe oraz zwykle zawierające coś słodkiego. Zdarza się jeszcze, że trzylatek odmawia jedzenia, by zwrócić na siebie uwagę. Zazwyczaj je samodzielnie, dość sprawnie posługując się swoimi sztucami.

Potrafi się samodzielnie rozebrać, jeśli pomoże mu się rozpiąć guziki lub inne skomplikowane zapięcia. Zaczyna się również sam ubierać i bez pomocy potrafi nałożyć najprostsze ubranka.

Większość trzylatków jest już nauczona czystości i w ciągu dnia korzysta z nocnika lub toalety, jednak w nocy jeszcze ciągle mogą być z tym problemy. "Wypadki" zdarzają się coraz rzadziej. Dziecko uwielbia się kąpać, bawić wodą i bardzo niechętnie wychodzi z wanny.

W wieku trzech i pół lat małe dziecko może już służyć w domu pomocą: nakrywać do stołu, wkładać brudne rzeczy do pralki, słać łóżko itp. Przy stole zaczyna samodzielnie nakładać sobie jedzenie na talerz. Swoje upodobania i niechęci objawia mniej gwałtownie. Surowe lub gotowane warzywa oraz kawałki mięsa zjada najczęściej bez problemu.

Dziecko coraz lepiej ubiera się i rozbiera. Nie myli się już, który but, na którą nogę. Buty bez sznurowadeł potrafi nałożyć samodzielnie.

Wiele dzieci w tym wieku nadal ssie palec lub smoczek i nie rozstaje się ze swoją ulubioną przytulanką (pluszową zabawką, pieluszką itd.). Z problemów zdrowotnych najczęstsze są przeziębienia i katary.

Większość dzieci nie budzi się już w nocy i ciągle ucina sobie popołudniową drzemkę. Zwyczaje związane z zasypianiem powoli przestają być niezbędne, choć maluszek ciągle bardzo je lubi. Gdy obudzi się w nocy, zazwyczaj przychodzi do łóżka rodziców. Niektóre dzieci budzą się bardzo wcześnie i muszą nauczyć się szanować fakt, że inni jeszcze śpią. Płacz w nocy najczęściej spowodowany jest koszmarami sennymi, jednak dziecko rzadko jest w stanie je opowiedzieć. Uspokojone przez rodziców, szybko ponownie zasypia. Niektóre dzieci nauczone już czystości w nocy nie budzą się aż do rana. Inne budzą się w nocy i wołają, by je zaprowadzić do łazienki.

Trzylatek sypia 10 do 13 h dziennie, wliczając w to popołudniową drzemkę. Ta liczba godzin jest bardzo różna w zależności od dziecka. Zanim rodzic zacznie narzekać na ewentualne problemy dziecka ze snem, niech się zastanowi, czy jego dziecko rzeczywiście potrzebuje tylu godzin snu.

Charakter i osobowość

Dziecko pragnie sprawiać rodzicom przyjemność i chce być we wszystkim pomocne, jednak mniej

spontanicznie okazuje swoje uczucie. Odkrywa siłę słów, lubi zadawać zagadki i śmiać się nawet samo podczas swoich zabaw. Zauważa różnice między chłopcami i dziewczynkami i się tym interesuje, choć bawi się jednakowo dobrze z dziećmi każdej płci. Zadaje pytania skąd się biorą dzieci, i jest zazdrosne o brata lub siostrę. Ciągłe jest skupione na sobie i trudno mu wyobrazić sobie, że cały świat nie podziela jego punktu widzenia. Cierpi, jeśli czuje się niezrozumiane.

Pojawia się u niego strach przed ciemnością. A także nagle lęki przed różnymi osobami (ludźmi o innym kolorze skóry, starszymi), grymasami (maski, postaci z telewizji) lub obrazami i rzeczami, które wydają mu się obce i niebezpieczne.

W wieku trzech i pół lat dziecko uczy się panować nad swoją złością, lękami lub wybuchami agresji. Dojrzewa zarówno fizycznie, jak i psychicznie. Agresję zaczyna wyrażać werbalnie. Nauka samokontroli jest dla niego trudnym zadaniem i potrzebuje ze strony rodzica wsparcia, a zwłaszcza dobrego przykładu. W tym wieku może pojawić się strach przed zwierzętami (lub wręcz przeciwnie – ogromna miłość do nich). Dziecko boi się być samo.

O wiele lepiej potrafi wyrażać swoje uczucia. Mówi “kocham cię”. Czasami darzy dużym uczuciem inne dziecko przeciwnej płci, z czego rodzice nie powinni się naśmiewać. Wykazuje duże zainteresowanie dorosłymi, ich płcią i życiem intymnym. Lubi się pieścić i odwzajemnia pieszczoty. Chętnie wskakuje do łóżka na miejsce któregoś z rodziców. Małe dziewczynki próbują uwodzić tatę, przekonane, że wyjdą za niego za męża. Mali chłopcy są z kolei bardzo czuli dla swoich mam i starają się być ich “małymi rycerzami”.

Lęki nocne

W drugim lub trzecim roku życia budzi się wyobraźnia, a wytwory fantazji mogą napawać grozą. Dziecko w tym wieku nie potrafi oddzielić świata realnego od fantazji. We wszystkich bajkach noc wiąże się z ciemnością, tajemnicą i trwogą. Noc może więc budzić lęki i rodzić fantazje, w których pojawiają się potwory i demony. Na ciemnym ekranie nocy odbijają się często wewnętrzne lęki, konflikty, agresja. Do drugiego roku życia ciemność nie powoduje u dziecka niepokoju. Protestuje ono przeciwko rozstaniu z rodzicami, a nie przeciwko ciemności. Między drugim a piątym rokiem życia rzadko zdarzają się dzieci, które nie bałyby się ciemności. Banalny niepokój może się wiązać z odmową pójścia do łóżka, zostaniem samemu, płaczem... i kończy się wędrówką do łóżka rodziców.

Lęki nocne znikają samoistnie około ósmego lub dziesiątego roku życia, jeśli nic nie zakłóci tego procesu. Zwłaszcza, gdy sami rodzice nie mówią przy dzieciach o swoim niepokoju przed ciemnością i nie straszą dzieci opowieściami o dziwnych stworach czy złych duchach. Zdarza się, że nawet filmy rysunkowe dla dzieci są przez wrażliwsze maluchy odbierane jako “straszne”. Niektóre zapamiętane sceny mogą być tak przekształcone przez ich wyobraźnię, że budzą lęk i wracają przed zaśnięciem. Warto więc oglądać bajki wraz z dzieckiem, obserwować jego reakcję, a potem omówić to, co wspólnie obejrzelismy.

Czytanie bajek

Wieczorne czytanie bajek dziecku pozwala mu łatwiej zasnąć, ale jest także wspólnym, cudownie spędzonym czasem. Dziecko odkrywa przyjemność płynącą z poznawania innego świata i wzbogaca słownictwo. Pierwsze książki dziecka pozwalają mu przejść od słowa mówionego do słowa pisanego. Jego słownictwo staje się bogatsze, zdania bardziej złożone, a odmiana coraz poprawniejsza. Oprócz tego, by tekst książki był dla niego zrozumiały, ważna jest też odpowiednia intonacja. W baśniach nie unika się mówienia o chorobie, cierpieniu, starości, śmierci, zazdrości, nienawiści, złości... Zawsze jednak dobrze się kończą. Dziecko rozumie, że je także czeka wiele prób, przez które będzie musiało przejść, zanim dotrze do celu. W baśniach wygrywa ten, kto jest mały, sprytny, szlachetny, a nie silny i bogaty. Moralność i dobro triumfują. Baśnie są dziecku niezbędne, nawet jeśli nie ma w nich czarów i magii.

Zadaniem ilustracji w książkach to nie tylko ilustrowanie akcji, lecz przyciągnięcie uwagi dziecka do książki, której jeszcze nie potrafi czytać. Czasami tekst ogranicza się zaledwie do paru linijek, podczas gdy ilustracje są jej główną treścią. Powinny mieć więc wartość informacyjną. Dobrze wykonane, sympatyczne, poetyckie obrazki pomagają maluchowi “czytać” książki na swój sposób. Dziecko w wieku od trzech do sześciu lat jest bardzo wrażliwe na to, jak obrazki oddają detale tekstu. Jeśli bajka opowiada o pięciu kaczkach, to na rysunku nie mogą być cztery. Ilustracje pozwalają na dyskusję z dzieckiem na temat bajki. Dzięki nim jest ono w stanie bardzo szybko się jej nauczyć i opowiadać ją samodzielnie.

Życie intelektualne i mowa

Dziecko w tym wieku chce oglądać rysunki oraz tekst w książkach, które mu się czyta. Jego ulubione książki to te z obrazkami. Lubi opowiadania o zwierzętach i łatwo identyfikuje się z małym misiem lub króliczkiem. Chce, by czytać mu te same historie lub bajki wiele razy, nie zmieniając ich treści tak, że w

końcu zna je prawie na pamięć. Chętnie też słucha bajek z kasyty lub płyty. Trzypiółatek dzięki temu, że bardziej potrafi się skoncentrować i jest spokojniejszy, może słuchać coraz dłuższych bajek. Lubi rytmiczne, rymowane wiersze. Uwielbia bajki, których głównymi bohaterami są ludzie i zwierzęta. Niektóre dzieci w tym wieku mają ulubione płyty i piosenki, przy których tańczą lub biegają. Trzypiółatek zna na pamięć kilka wyliczanek i potrafi je wyrażać mimiką.

Trzylatek potrafi rozpoznać swoje napisane imię. Niektóre dzieci umieją liczyć do pięciu lub dziesięciu, lecz nie potrafią policzyć więcej niż dwóch, trzech rzeczy.

Większość dzieci mówi dobrze i płynnie, a ich zasób słów jest spory (od 800 do 1000 słów). Potrafi używać liczby mnogiej, rodzajów, choć gramatyka pozostawia ciągle wiele do życzenia. Rymowanki bez znaczenia i gry słowne są dla niego fascynujące. Często posługuje się swoimi ulubionymi słowami dla określenia różnych czynności. Rozumie i potrafi wykonać złożone polecenia: "Poszukaj piłki i połóż ją na stole". Oglądając proste obrazki, umie opowiedzieć, co na nich widzi.

Chociaż tzw. słownik czynny trzylatka obejmuje około 1000 wyrazów, nie zawsze łatwo się z nim porozumieć, zwłaszcza osobom obcym.

Trzylatki lepiej rozumieją polecenia kierowane do nich indywidualnie niż wydawane całej grupie.

Część trzypiółatków ciągle jeszcze bazgrze, lecz są też takie, które potrafią nakreślić proste linie i przerysować kilka liter. Dziecko potrafi zazwyczaj liczyć do dziesięciu i wznosić duże budowle z klocków. Zna swoje imię i nazwisko, a także imiona innych domowników, w tym swoich rodziców (czasami zwraca się do nich po imieniu). Buduje coraz dłuższe zdania. Czasem zaczyna się, gdyż myśli szybciej, niż mówi. Zadaje teraz mnóstwo pytań zaczynających się od "dlaczego", "kiedy", "kto". Robi bardzo duży postęp w wyrażaniu swoich opinii w czasie przeszłym, teraźniejszym i przyszłym.

Zmysł dotyku

Małe dzieci bardzo często posługują się dotykiem, dlatego sprawiają rodzicom tak wiele kłopotów w sklepie lub muzeum, gdzie nie wolno "nic dotykać". Dziecku trudno poznać rzeźbę, zabawkę lub jakąś inną rzecz jedynie przez oglądanie. Ono ma naturalną potrzebę dotykania. Ręce są dla dziecka podstawowym narzędziem poznawania, odkrywania i badania nowych rzeczy. Dlatego pozwólmy mu jak najczęściej korzystać z dotyku. Niech maluje palcami, lecz nie po ścianach! Dobrym sposobem na rozwijanie zmysłu dotyku jest zabawa w "rozpoznawanie palcami": schowane w worku zabawki dziecko maca i rozpoznaje każdą po kolei. Stymulująco wpływają także wszelkie zabawy z zasłoniętymi oczami.

Zabawa i zabawki

Dominującą formą aktywności trzylatka jest zabawa. Rzeczywistość poznaje w procesie swobodnego zdobywania doświadczeń i mimowolnego uczenia się. Zabawy są proste i krótkie, gdyż trzylatek nie potrafi koncentrować przez dłuższy czas uwagi i szybko zmienia przedmiot swoich zainteresowań.

Trzylatek uwielbia wszystko, co jeździ: trójkołowe rowerki, małe samochody, wózki, pociągi. Buduje drogi i trasy z przeszkodami, po których potem jeździ swoimi pojazdami. Lubi także bawić się wodą: chlapać, nalewać do różnych naczyń, robić bańki mydlane. Zabawa łódkami jest jedną z ukochanych. Z równym zapałem bawi się w piaskownicy: robi babki z piasku, buduje zamki, kopie tunele. Chętnie maluje palcami i lepi z plasteliny. Potrafi nawlec duże korale i budować z klocków. Wyobraźnia odgrywa dużą rolę podczas zabaw lalkami i innymi zabawkami.

Trzypiółatek może bawić się ze swoim wymyślonym przyjacielem. Razem z rówieśnikami bawi się w sklep, doktora, dom, przedszkole zwłaszcza, gdy ma do dyspozycji różne dodatkowe sprzęty. Bardzo lubi się przebierać, malować i udawać, że jest kimś innym. Chętnie układa proste puzzle, bawi się torbą lekarską, figurkami zwierząt, buduje z klocków. Po raz pierwszy oczekuje Bożego Narodzenia i Świętego Mikołaja. Jest ciekawe prezentów.

Każda zabawa czegoś dziecko uczy: kształtuje jego pewność siebie, rozwija wyobraźnię, wzbogaca o nowe doświadczenia. Zabawa odgrywa fundamentalną rolę w rozwoju dziecka od trzech do sześciu lat. Jest niezbędna, by mogło się uczyć i rozumieć. Przez zabawę dziecko uczy się otaczającego go świata i siebie samego. Dzięki wyobraźni i badaniu odkrywa swoje ciało, swoje możliwości, emocje, rozwija mowę i sposób komunikowania się z innymi osobami.

Uczy się także panować nad światem zewnętrznym. Budując mur z klocków, ćwiczy posługiwanie się przedmiotami. Biegając i skacząc, uczy się panować nad swoim ciałem.

Odreagowuje w zabawie problemy psychiczne, z którymi boryka się w życiu codziennym (np. gdy leczy swojego misia). Wyraża swoje myśli i uczucia. Jeśli nie wyrzuci ich z siebie podczas zabawy, to będzie je ignorować lub zostanie przez nie zdominowane. Zabawa pozwala mu radzić sobie z różnymi

trudnościami, które miało w przeszłości lub obecnie. Poprzez nią wyraża to, czego nie potrafi powiedzieć słowami. Dzięki temu my także możemy zrozumieć, jak dziecko widzi i buduje swój świat, jakie chce być, jakie są jego niepokoje i problemy. W końcu poznaje także stosunki społeczne, ucząc się tego, jak się przystosować do innych, by zabawa była długa i przyjemna.

Dziecko podczas zabawy z dorosłym ma potrzebę kontaktu, trzeba z nim rozmawiać. Czasami może potrzebować zachęty lub pomocy, oparcia podczas dokonywania nowych odkryć. Chce czuć, że dorosły też z niecierpliwością czeka na chwilę zabawy z nim. Wszystko to daje mu pewność siebie i pozwala wykształcić nowe umiejętności. Gdy zauważa zainteresowanie ze strony innych, czuje się kochane. Właśnie to jest największa korzyść ze wspólnej zabawy.

Rozwój społeczny

Dla trzylatka mama ciągle jest w centrum jego życia uczuciowego (nawet, gdy woli, by tata towarzyszył mu podczas niektórych zabaw) i stosunki z nią są na pierwszym miejscu: lubi pomagać jej w codziennych zajęciach lub po prostu spędzać z nią czas, na przykład idąc na spacer, czy zakupy.

Mogą natomiast pojawić się problemy w stosunkach z rodzeństwem, gdyż źle znosi rywalizację: zanudza je, przeszkadza starszemu rodzeństwu, lecz płacze i skarży się, gdy ono zachowuje się podobnie. W stosunku do młodszego rodzeństwa potrafi być czuły, lecz również bardzo zazdrosny.

W przedszkolu uwielbia swoją wychowawczynię i chce być jej ulubieńcem, ma coraz lepsze stosunki z rówieśnikami. Coraz lepiej koncentruje się i współpracuje. Czeki na swoją kolej i rozumie potrzebę dzielenia się. Rozmowa jest teraz dla niego sposobem porozumiewania się z innymi dziećmi. Dziecko w tym wieku zazwyczaj mówi już "proszę", jeśli się tego konsekwentnie wymaga. Nie mówi spontanicznie "dzień dobry", lecz zwykle odpowiada, jak echo. Daleko jeszcze do tego, by dziecko samo mówiło "dziękuję" i "do widzenia". Należy jednak cierpliwie je o to prosić, a przede wszystkim stosować te formy grzecznościowe w stosunku do niego.

Dla trzypięcioletka każde święto, każde wydarzenie, każda zmiana w codziennej rutynie, o ile jest oczekiwane przez rodzinę i nie powoduje poczucia niepewności, są przyjmowane przez dziecko z zachwytem. Uwielbia wyjeżdżać na wakacje, chodzić z wizytą do znajomych, jedząc obiad u babci itp. Jest bardzo wrażliwe na to, co mu się mówi w sekrecie do ucha, a na dźwięk słowa "niespodzianka" przebiera nóżkami z podniecenia.

Coraz lepiej potrafi dzielić się i czekać na swoją kolej, co znacznie ułatwia zabawy z innymi dziećmi. Wie, które dzieci lubi bardziej, a których nie lubi. Rasa lub środowisko nie mają dla niego znaczenia, jeśli rodzice nie będą w to ingerować. Niektóre dzieci są często wykluczane z grupy, inne z kolei przejmują przywództwo. Wychowawczyni w przedszkolu może wywierać wpływ na pewne zachowania dziecka, gdyż pragnie się ono jej podobać i jest bardzo wrażliwe zarówno na pochwały, jak i upomnienia.

Podsumowanie

Czasami rodzice zapominają, co naprawdę dziecku jest potrzebne, by mogło rosnąć szczęśliwe i cieszyć się poczuciem bezpieczeństwa. Dziecko potrzebuje uczucia. Chodzi tu o drobne dowody miłości, które można codziennie okazać dziecku. Ma ono nie tylko potrzebę bycia kochanym, ale pragnie by mu to okazać. Okazanie dziecku uczucia polega przede wszystkim na daniu mu odrobiny siebie, swojego czasu i zainteresowania oraz szacunku. To ignorowanie jego pomyłek i błędów (one i tak są dla niego nauką), okazanie mu oparcia bez oceniania i potępiania. To codzienne zapewnianie dziecka, że jest kimś dobrym, nawet jeśli istota przekazu jest zupełnie inna ("Jesteś zbyt mały, by...", "Możesz się przewrócić...", "Nie, nie możesz przejść sam...", "Przestań to robić..." itp.). To akceptowanie tego, że nie chce się bawić swoimi zabawkami, nawet jeśli kosztowały tak dużo, czy nie chce chodzić na muzykę, co jest marzeniem rodziców. Małe dziecko czuje się kochane, gdy rodzice poświęcają mu czas, gdy odczuwają jego pragnienia, gdy nie musi bez przerwy domagać się ich spełnienia. Ono chce, by wysłuchać jego problemów i stawać po jego stronie. Chce, by czytać mu bajki i bawić się z nim. Chce rozrabiać i uwielbia łaskotki. Lubi, gdy pomaga mu się przy ubieraniu i podaje przedmioty, do których nie jest w stanie samo sięgnąć. Jest szczęśliwe, gdy pomoże mu się znaleźć jego ukochaną przytulankę i gdy dzieli się z nim żal po jej stracie.

Szacunek dla dziecka oznacza traktowanie go poważnie. To, czy będzie samodzielne i pewne siebie, zależy w dużej mierze od tego, w jaki sposób się do niego odnosimy. Czy ma prawo mieć własne zdanie, czy ma prawo się mylić?

Dziecko buduje swój obraz na podstawie tego, jaki my sami mu dajemy, jak je widzimy. Ten obraz siebie samego utrwała mu się na dalsze życie.