

Asertivnost v vrtcu in kompetenten otrok



Nives Krajnc, magistra profesorica predšolske vzgoje, Vrtec Slovenske Konjice, enota Teganje

Vrtec ima pomembno vlogo pri spodbujanju asertivnosti in hkratnemu ali posledičnemu razvijanju kompetentnega otroka. Da lahko strokovni delavci spodbujajo asertivnost na vseh nivojih komunikacije, in sicer komunikacije otrok z otrokom, otrok z vzgojiteljem, vzgojitelj z vzgojiteljem, vzgojitelj s starši, in da lahko prenesejo svoje znanje na otroke, morajo najprej sami poznati in osvojiti spretnosti, veščine in tehnike asertivne komunikacije, pa tudi asertivnega vedenja in asertivne drže. Biti asertiven v vrtcu pomeni, da otroke vidimo kot kompetentnega, takega, ki zmore in zna biti asertiven v odnosu, vedenju in komunikaciji z vrstniki in odraslimi.

Ključne besede: asertivnost, asertivno vedenje, asertivna komunikacija, kompetentnost, kompetenten otrok

Uvod

Da lahko vzgojimo kompetentnega otroka, moramo v procesu interakcije uvideti, kako pomembno je, kako se vedemo drug do drugega in kako se ob tem počutimo, da z otrokom oblikujemo osebni dialog, ki temelji na enakopravnosti, ter z njim sodelujemo kot z enakovrednim partnerjem (enakovrednost dostojanstva vsakega človeškega bitja). Otroci potrebujejo odrasle, ki jih lahko naučijo, kako naj v odnosu z drugimi poskrbijo zase. Ne potrebujejo odraslih, ki bi jih učili le, kako se prilagaja ali sodeluje (Juul 2008). To lahko dosežemo z asertivno komunikacijo, s katero ne škodujemo drugim in vendar delujemo v svoje dobro, hkrati pa je pot do drugih in do sebe. Prav tako to lahko dosežemo z asertivnim vedenjem, ki je, kot navaja Kavaš (2011), sposobnost stati za lastnim mnenjem, potegovati se za lastne pravice, s spoštljivim odnosom do drugačnosti.

Asertivnost

Definicijo asertivnosti povezujemo s socializacijo agresivnega gona v službi ega oz. nedestruktivno agresivnostjo. Asertivnost se najpogosteje povezuje s pojmi samoaktivnost v interakciji z okoljem, samopodoba, samozavest in samozaupanje (Bertoncelj 2010). Asertivnost je sposobnost postaviti se za svoje pravice ob spoštovanju pravic drugih ter pokazati svoje občutke in mišljenje na odkrit in neposreden način. Je sposobnost, da prevzameš odgovornost za svoje ravnanje in zase, da najdeš kompromis, ko pride do konflikta (Hribar 2001). Koncept in vsebina asertivnosti temelji na treh glavnih vidikih, kjer se izražajo kognicija, vedenje in emocije (Vagos in Pereira 2009 v Vagos in Pereira 2010). Asertivnost je eno od štirih prevladujočih vedenj, slednje pa delimo na:

- asertivno vedenje (»ti si v redu, jaz sem v redu«), ne ogrozimo druge, ko se postavimo zase;
- agresivno vedenje (»ti nisi v redu, jaz sem v redu«), ko na račun drugega skušamo doseči cilj;

- pasivno vedenje (»ti si v redu, jaz nisem v redu«), ne znamo se postaviti zase in se povsem podredimo;
- posredno agresivno vedenje (»ti nisi v redu, jaz sem v redu«) (Ucman 2003).

Asertivnost po ugotovitvah Petrovič Erlah in Žnidarec Demšar (2004) pomaga, da posameznik: izraža svoje občutke, čustva; se počuti močnejše; na probleme gleda ustvarjalno in ne zapravlja časa za to, da bi se smilil samemu sebi; ljudem daje smisel za optimizem; ne čuti, da bi se moral skozi svoje besede in dejanja potrjevati, izžareva sproščenost in mirnost; je pogosto živahen, zavedajoč se dragocenosti svoje energije, ki jo uporablja s skrbnostjo; verjame v lastno zmožnost odločanja; zaveda se svojih pravic, jih nenehno spoznava in se zanje bori; prevzema odgovornost za svoje občutke; je tisto, kar je; prizna svoje napake in šibkosti ter se zaveda, da ni popoln; zna prisluhniti svoji notranjosti in svojemu telesu; ima občutek samozaupanja; počuti se samozavestno; zna ravnati s ponižanjem in kritiko; izbira življenjski stil; se učinkovito sporazumeva z drugimi; ima pozitivno samopodobo in je zadovoljen s seboj; poveča se odgovornost in samospoštovanje; ima trdnjše medsebojne odnose; uspešneje ravna s konflikti v odnosih in v svojem življenju; izbira medosebne odnose, v katere vstopa; postane naraven in odprt.

Asertivno vedenje

Pri asertivnosti gre za vedenje, ki je uspešno na točno določenih področjih in nam pomaga doseči konkreten cilj (Kavaš 2004). Asertivno vedenje pomaga posamezniku pri spopadanju s težavami, da se s pomočjo samozavesti in samozaupanja nauči postaviti zase in za svoje pravice (Bertoncelj 2010). Je spekter interpersonalnega vedenja, ki vključuje, kadar se pojavi konflikt med dvema ali več stranmi potreb ali interesov. Pri tem se pojavlja agresivnost in bojevitost, prilagajanje in ustrežljivost, pa vse do izogibanja oziroma pasivnosti. Asertivnost naj bi tako izražala mejo, do katere se je posameznik sposoben braniti, postaviti zase, hkrati pa ostati ustrežljiv do interesov drugih (Ames 2008 v Bertoncelj 2010). Asertivnost pojmuje kot vzorec

vedenj, ki lahko prepreči negativna čustva in konflikte v komunikaciji. Je sposobnost, da upoštevamo našega sogovornika, in hkrati odkrito izražanje čustev, potreb, pravic, prepričanj ali lastnega mnenja (Krapež 2007 v Prašnikar 2016). Temelj asertivnega obnašanja je zavedanje in občutek, da nam za dobro počutje ni potrebno poniževati druge, se neprestano dokazovati in tekmovati z drugimi ljudmi. Asertivno obnašanje omogoča, da občutek lastne vrednosti ne bo povsem ali v veliki meri odvisen od priznanja, ki ga bomo dobili iz zunanjega sveta (Videmšek, Zaviršek in Zorn 2002).

Asertivna komunikacija

Vsak odnos temelji na osnovi komunikacije. Pri komunikaciji gre za dvosmeren proces, kjer je najpomembnejše, kako nekaj povemo, in ne samo, kaj povemo (Maxwell 2007). Pri asertivni komunikaciji pa je v ospredju, kot poudarja Ebru Ikiz (2011), medsebojno spoštovanje, najprej do sebe, nato še do drugih. Učinek asertivne komunikacije je, da drugi ljudje slišijo, ne le poslušajo, saj so ljudje, ki komunicirajo na asertiven način, bolj samozavestni (prav tam) in tako prepričljivejši. Kadar posameznik izraža svoje čustva in potrebe na jasn in odprt način, preko tekoče, jasne in trdne komunikacije ter s spontanimi in hitrimi odgovori, govorimo o asertivni komunikaciji. Asertivna komunikacija je sposobnost, ki je pomembna za naše dobro delovanje v družbi in okolju. Asertivno komunikacijo lahko podpremo s primerno govorico telesa (Petrovič Erlah in Žnidarec Demšar 2004). Neverbalna komponenta vključuje kontakt z očmi, sproščeno držo, mirne geste, primerne obrazne izraze in primerno paralingvistiko (Hartley 1999 v Bertonecelj 2010). Asertivna govorica telesa je odprta in sproščena, geste so umirjene, sogovornika gledamo v oči. Spoštujemo sogovornikov osebni prostor in smo pozorni na ustrezno bližino oz. oddaljenost. Ramena imamo zravnanana, odprta in pokončna. Govor je jasn in odločen, ton glasu ni pretih, ampak zmeren (Petrovič Erlah in Žnidarec Demšar 2004).

Kako doseči asertivnost v vrtcu

Koraki do asertivnega vedenja so:

- pridobivanje samozavesti;
- naučiti se postaviti zase;
- razvijanje zavesti o lastni kapaciteti;
- povečanje občutka sposobnosti;
- neodvisnost od zahtev in pričakovanj drugih;
- raziskovanje poti za odkrivanje samega sebe;
- možnost raziskovanja virov moči (vpliv nad svojim življenjem);
- izmenjava izkušenj;
- doživljanje v preteklih situacijah (pomanjkanje samozavesti, vzvod nemoči);
- odkrivanje načinov odzivanja in vedenja (Kaj potrebujem?);
- razumevanje in doživljanje osebnih izkušenj (Kaj želim?);
- raziskovanje biografije (Kdo sem?) (Petrovič Erlah in Žnidarec Demšar 2004).

Asertivni posamezniki se zavedajo, da imajo osnovne človekove pravice, svobodo izražanja lastnih potreb in čustev, kar morajo drugi spoštovati. Gledano v socialnem smislu je asertivnost sklop veščin za ohranjanje avtonomije v medosebnih odnosih, gledano s psihološkega vidika pa je značajska lastnost. Je lastnost, ki jo lahko izgubimo, zaradi česar je v zadnjem času narasla priljubljenost t. i. treningov asertivnosti, lahko jo tudi okrepiamo, ko se je priučimo (Ebru Ikiz 2011). Priučimo in spodbujamo pa jo lahko že pri predšolskih otrocih, s tem ko se sami vedemo asertivno, spoštujemo otroka, ga vidimo in razumemo kot kompetentnega posameznika, spoštujemo njegove pravice in hkrati zahtevamo spoštovanje naših pravic, potreb, čustev. Asertivnosti se lahko naučimo, saj je definirana kot skupek komunikacijskih in socialnih spretnosti, zato je pomembno, da veščine obvlada najprej vzgojitelj, ki jih lahko z vzgledom in lastnim vedenjem posredno in neposredno prenaša na otroka (Bertonecelj 2010).

Asertiven vzgojitelj prevzema odgovornost za svoje življenje, ima samospoštovanje in samozaupanje, razmišlja o sebi, ima razvite učinkovite komunikacijske veščine in strategije za spoprijemanje s stresnimi situacijami (Ogrinc 2012). Pri otroku spodbuja asertivno komunikacijo na ta način, da mu pokaže, kako se naj odzove v konfliktni situaciji in kako naj se postavi zase, hkrati pa od otroka pričakuje, da spoštuje sovrstnika in odraslega. Ker je asertivnost predvsem socialna spretnost, ki omogoča učinkovito vključevanje v družbo v različnih socialnih situacijah (Arrindell in van der Ende 1985 v Vagos in Pereira 2010), so za spodbujanje le-te v vrtcu primerne različne socialne igre in igre vlog.

Če razumemo, da je asertivno vedenje tisto vedenje, kot navaja Ogrinc (2012), ki se pojavi kot odgovor na agresivno vedenje drugih ljudi in torej vodi k ponovnemu vzpostavljanju ali vzdrževanju nekega polja oz. domene, ki ga je posameznik obvladoval ob začetku konflikta, vemo, da je vredno pridobiti asertivne kompetence, saj je vrtec prostor, kjer se otroci pogosto znajdejo v konfliktu in se šele v odnosu z vrstniki učijo ustreznega reševanja teh.

Kompetentnost v vrtcu

Kompetenten (po avtoriteti, pravicah, položaju) je posameznik, ki je pooblaščen, pristojen, odločujoč v čem, upravičen za kaj, odgovoren, zmožen, usposobljen in obvlada določeno področje (Slovar tujk 2002).

Kompetenten otrok pa je tisti, ki zna in zmore, na kate-rega odrasli gleda kot enakovrednega in sposobnega. Otrokovo kompetentnost v vrtcu razvija kompetenten odrasli, ki otroku priznava njegove kompetence in pravico do uveljavljanja osebne odgovornosti. Ne zatira svojih misli in občutkov ter je zvest samemu sebi, drži se načela enakovrednosti dostojanstva in spoštovanja do individualne različnosti. Vse vrednote, ki jih odrasli izkazujejo z vedenjem, čustvi in naravnostjo v vsakdanjem življenju, otroci neizogibno prevzamejo (Law Nolte in Harris 2000, XV), zato je pomembno, da so strokovni delavci s svojim vedenjem vzgled, da je v vseh interakcijah in vedenju zaznati asertivnost ter

da otroka razumemo kot kompetentnega. Tudi Juul (2008) poudarja, da mora biti odrasel vreden zaupanja, zvest samemu sebi in odkrit. Odrasli v vrtcu mora biti sposoben vzpostaviti pristen osebni dialog z otrokom, ki temelji na enakovrednosti. Odrasli se mora znati odpreti, prisluhniti otroku, mu priznati kompetentnost in se od njega učiti, saj na ta način postaja za otroka vreden tako, kot si želi.

Izražanje asertivnosti in kompetentnosti v vrtcu

Juul (2008) poudarja, da bi razmerja med odraslimi in otroki morala temeljiti na načelu enakovrednosti dostojanstva. Interakcija med odraslimi in otroki mora temeljiti na prijateljstvu in enakovrednosti vseh članov. Prav tako menita avtorja Novak in Kržišnik (2010), da pride do najkakovostnejših odnosov med ljudmi takrat, ko se ustvari pristna povezava: ko se vzpostavi živ energijski pretok, ko empatično razumemo občutke, ko se zares zaslišimo in razumemo potrebe drug drugega, ko se upoštevajo in spoštujejo pravice vseh, ne le otrok, temveč tudi odraslih, ter smo vsi videni in slišani. Tako je razvijanje dialoške, reflektivne, odgovorne in asertivne avtoritete odraslega, ki spoštuje otrokovo integriteto in krepi njegovo samospoštovanje ter je pomemben orientacijski steber med odraščanjem, osrednja naloga staršev, otrok in vzgojiteljev (Kuhar 2011). Vendar se je potrebno zavedati, da je vsiljevanje svojih vrednot otroku nasilno početje, ki se mu bo otrok verjetno odkrito ali prikrito uprl. Bolj konstruktivno je pomagati otroku, da razvije lastne vrednote – na kar imamo odrasli izjemen vpliv, vendar bolj z lastnim zgledom kot s pridigo (Novak in Kržišnik 2010). Kadar moramo uveljaviti avtoriteto, to naredimo odločno, a prisrčno in prijazno, in ne pokroviteljsko ali brezčutno, torej asertivno (Law Nolte in Harris 2000).

Otrok mora biti aktivno vključen v vse procese v vzgoji in izobraževanju, saj je njegova participacija neposredno povezana s predstavo o otrokovi kompetentnosti ter pomenom, ki ga pripisujemo poslušanju in slišanju otrokovega glasu. Na ta način se bo otrok v prijaznem okolju, kjer so njegova prizadevanja opažena, pohvaljena in deležna spodbude, obenem pa so v istem okolju dovoljene tudi napake, pomanjkljivosti in razlike med posamezniki – a se v tem okolju vendarle z otroki ravna pošteno, potrpežljivo, prijazno, skrbno in razumevajoče – naučil reševanja stresnih, konfliktnih in neprijetnih situacij na asertiven način kot kompetentni otrok (Law Nolte in Harris 2000).

Biti asertiven je za otroka pomembno zlasti za učinkovitejšo soočanje s socialnimi zahtevami svojih vrstnikov in odraslih (Ogrinc 2012). Izražanje asertivnega vedenja za otroka ni umik iz situacije, v kateri se je potrebno postaviti zase, temveč pomeni, da drugemu povemo, da nam njihovo ravnanje ni všeč in da naj s takim vedenjem takoj preneha. Če to ne zaleže, otrok prosi za pomoč odraslega, v vrtcu vzgojitelja. Otrok, ki je kompetenten in ima razvito osebno integriteto, samospoštovanje ter samoodgovornost, se bo odzval asertivno (Juul 2008). Vendar pa mora otrok najprej razumeti, kakšne so njegove potrebe in se jih naučiti za-

dovoljevati na način, da pri tem ne bo pokvaril odnosa s tistimi, ki so pomembni zanj. Spoznati mora tudi, kaj mora narediti, da bo zadovoljen (Zadel 2013).

Zaključek

Današnji vzgojni koncepti temeljijo na razvijanju sposobnosti za življenje v demokratični družbi, na aktivnem državljanstvu, medsebojni strpnosti, razvijanju zavesti o enakopravnosti spolov, spoštovanju drugačnosti in sodelovanju z drugimi, spoštovanju človekovih in otrokovih pravic in temeljnih svoboščin (Pšunder in Dečman Dobrnjič 2010). Poudarja se otroštvo, otrok in vzgoja.

Asertivna in kompetentna odrasla oseba mora imeti visoka moralna načela, visoko samospoštovanje, samozavest, da lahko z vzgledom vzgoji asertivnega in kompetentnega otroka. Vzgojitelj lahko veliko naredi za to, da spodbudi asertivnost pri otroku ter vzgoji kompetentnega otroka, predvsem s socializacijo in moralno vzgojo, spodbujanjem razvoja pozitivne samopodobe, samospoštovanja in osebne odgovornosti. Tako dviguje kakovost v komunikacijskih procesih medsebojnih odnosov med otroki, navaja na strpnost, preprečuje agresivnost in dojema otroka kot kompetentnega, v smislu kompetentnega sogovornika, soustvarjalca procesov v vrtcu, sovoditelja odraslemu, kot enakovrednega partnerja. Odrasli v vrtcu ima odgovornost ustvarjati takšno kakovost interakcije, da lahko v njem vsak posameznik raste in napreduje. Kajti otrok mora čutiti, da so njegove misli pomembne in da vzgojitelj spoštuje njegovo mnenje. Odrasla oseba ga uči vrednotiti lastno delo, zaupa vanj, potrpežljivo in željno posluša, spodbuja z odprtimi vprašanji in spodbudami za razprave ter s podporo omogoča razvoj njegovih lastnih potencialov, idej (Brglez 2016, 35). Skratka, uči ga asertivnega vedenja in ga pri tem opolnomoči s kompetentnostjo.

Literatura

- Brglez, M. (2016): Podpora odraslega v spodbudnem učnem okolju. Pedagoška revija za predšolsko vzgojo in prvi triletji, *Educa*, XXV, št. 3/4, str. 33–41.
- Bertoncelj, F. (2010): Agresivnost vs. Asertivnost. Magistrsko delo. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta.
- Ebru İkiz, F. (2011): Self-perceptions About Properties Affecting Assertiveness of Trainee Counselors. *Social behavior and Personality*, 39(2), 199–206.
- Hribar, N. (2001): Skupinsko delo z mladostniki. *Psihološka obzorja*, 10(1), 71–79.
- Juul, J. (2008): *Kompetentni otrok*. Radovljica: Didakta.
- Kavaš, M. (2011): *Asertivna komunikacija*. Diplomsko delo. Kranj: B&B višja strokovna šola. https://www.bb.si/doc/diplome/Kavas_Marija-Asertivna_komunikacija.pdf (20. 12. 2019).
- Kuhar, M. (2011): Podoba otroštva. *Emzin*, letnik 21, št. 1/2.
- Law Nolte, D. in Harris, R. (2000): *Otroci so podoba svojih staršev*. Tržič: Učila.
- Maxwell, J. C. (2007): *21 nepogrešljivih lastnosti vodje: postanite človek, ki mu bodo drugi hoteli slediti*. Ljubljana: Lisac&Lisac.
- Ogrinc, P. (2012): *Trening asertivnosti kot metoda preventivnega dela z mladostniki*. Diplomsko delo. Ljubljana: Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo. Dostopno s http://mss.si/datoteke/dokumenti/Ogrinc_Polona.pdf (11. 12. 2019).
- Petrovič Erlih, P., Žnidarec Demšar, S. (2004): *Asertivnost: zakaj jo potrebujemo in kako si jo pridobimo*. Nazarje: Argos.
- Prašnikar, K. (2016): *Asertivnost pri sprejemanju in podajanju kritike*. Diplomsko delo. Kranj: B&B višja strokovna šola. Dostopno s https://www.bb.si/sites/default/files/uploads/files/diplome/katarina_prasnikar.pdf (10. 12. 2019).
- Pšunder, M. in Dečman Dobrnjič, O. (2010): *Alternativni vzgojni ukrepi med teorijo, zakonodajo in prakso*. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.
- Trebešanin, Ž. (2011): Nova podoba otroka in otroštva v antropologiji, zgodovini, psihologiji in psihoanalizi. *Emzin*, letnik 21, št. 1/2, str. 75–77.
- Uchman, I. (2003): *Koncepti in veščine komunikacije*. Novo mesto. Pridobljeno s <https://www.leila.si/dokumenti/kom.pdf> (15. 12. 2019).
- Vagos, P., Pereira, A. (2010): A Proposal for Evaluating Cognition in Assertiveness. *Psychological Assessment*, 22(3), 657–665.
- Veliki slovar tujk. (2002): Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Videmšek, P., Završček, D., Zorn, J. (2002): *Inovativne metode v socialnem delu: opolnomočenje ljudi, ki potrebujejo podporo za samostojno življenje*. Ljubljana: Študentska založba.
- Zadel, A. (2013): *Tretji obraz*. Ljubljana: Društvo Kros.