



Wspieranie kompetencji miękkich u dzieci

Paulina Szczepanek

Uniwersytet Ekonomiczny
w Katowicach
15 czerwca 2020 r.

Organizatorzy



EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

1

KOMPETENCJE MIĘKKIE

To cechy psychofizyczne i umiejętności społeczne, które decydują o tym jak się zachowujemy, rozumiemy z innymi ludźmi, cenimy różnorodność czy organizujemy swoje życie i pracę.

To umiejętności psychospołeczne takie jest kreatywność, asertywność, elastyczność.

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

2

Dlaczego kompetencje miękkie są ważne?

- *Fundament kreatywności*
- *Radzenie sobie ze stresem i negatywnymi emocjami*
- *Nawiązywanie relacji*
- *Pożądanane na rynku pracy*
- *Budują szczęśliwą jednostkę*
- *Budują poczucie własnej wartości i wiarę w siebie*

3

Lista kompetencji



4

Czynniki wpływające na rozwój kompetencji miękkich

Dziecko sprawczość procesów umysłowych i cechy temperamentu.

Zewnętrzne: Rodzina, rówieśnicy, żłobek/przedszkole, instytucje użyteczności publicznej, placówki oświatowe, opiekuńcze, kulturowe

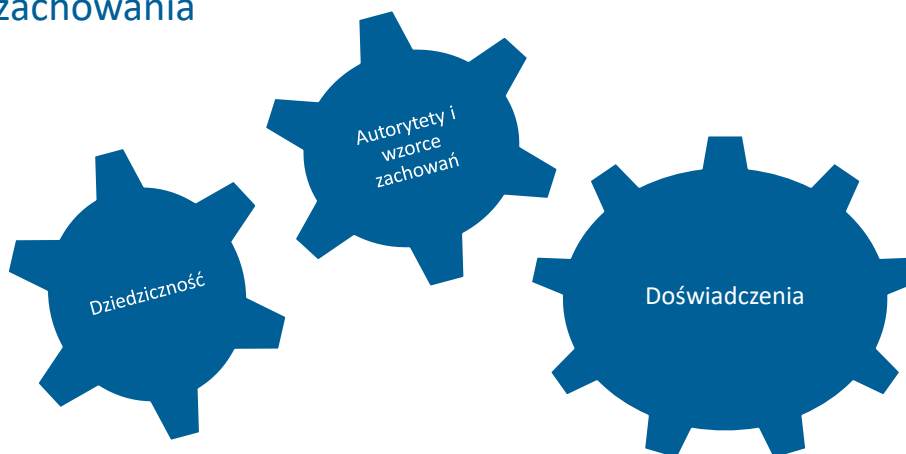
5

3 Aspekty kompetencji

- 1. Aspekt poznawczy** oznacza, że wiesz po co i w jakich sytuacjach stosować daną kompetencję.
- 2. Aspekt motywacyjny** oznacza, że chcesz stosować daną kompetencję. Masz wewnętrzną motywację, aby ją zastosować
- 3. Aspekt behawioralny** oznacza, że wiesz jakie zachowania składają się na daną kompetencję.

6

3 kluczowe czynniki, decydujące o naszym stylu zachowania



EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

7

4 style Osobowości

- *Dominujący*
- *Wpływowy*
- *Sumienny*
- *Stały*

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

8

Wśród doradców personalnych krąży takie powiedzenie: „Pracę otrzymuje się w 70% dzięki wiedzy fachowej i w 30% dzięki zdolnościom społecznym.

Traci się ją zaś w 70% z braku zdolności społecznych i w 30% z braku kwalifikacji merytorycznych.”

Posiadanie wysoko rozwiniętych kompetencji miękkich gwarantuje stabilność zatrudnienia i ciągłość kariery zawodowej w większym stopniu niż tylko same kwalifikacje merytoryczne.

Rola rodziny w procesie kształtowania

- Jasno zdefiniowane, elastyczne granice
- Wyodrębnione, czytelne podsystemy
- Otwarta, czytelna struktura (hierarchia, role)
- Przepływ materii i energii (otwarta wymiana ze środowiskiem)
- Elastyczna zdolność przystosowywania się do zmian wewnątrz i zewnątrz systemu (radzenie sobie z kryzysem)
- Jawne, klarowne normy, zasady, reguły i przekonania tworzone przez wszystkich członków systemu



11

- Postawa wspierająca.
- Swobodny kontakt z dzieckiem, zrównoważenie uczuciowe rodziców oraz ich autonomia wewnętrzna.
- Akceptacja dziecka.
- Współdziałanie z dzieckiem
- Dawanie dziecku rozumnej swobody, właściwej dla jego wieku.
- Uznanie praw dziecka jako równych, bez przeceniania i niedocenywania jego roli.

12

Metoda FUKO

Najpierw wylistuj **fakty**

Opisz swoje emocje, jakie się wiążą z daną sytuacją (jakie wywołały te fakty)

Wyjaśnij, jakie to niesie za sobą **konsekwencje** dla Ciebie i dla Twojego rozmówcy

Poinformuj, jakie masz **oczekiwania** na przyszłość dla podobnej sytuacji

Fakty

Ustosunkowanie się

Konsekwencje

Oczekiwania

www.annajankowska.pl

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

13

Style komunikacji

	„Ja jestem w porządku”	„Ja nie jestem w porządku”
„Ty jesteś w porządku”	asertywność	uległość
„Ty nie jesteś w porządku”	agresja	manipulacja

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

14

Objawy stresu u dzieci

Bóle i zawroty głowy.
 Dolegliwości żołądkowe.
 Zgrzytanie zębami.
 Brak apetytu lub pociąg do jedzenia.
 Kłopoty ze snem lub ciągłym zmęczeniem.
 Omdlenia.
 Moczenie się.
 Obgryzanie paznokci.
 Drżenie ciała.
 Brak koncentracji.
 Negatywna samoocena
 Częste nieuzasadnione wybuchy gniewu
 Częste choroby.
 Pociąg do używek.

15

Istotne jest aby wraz z dzieckiem

- *Spędzać aktywnie czas.*
- *Wyznaczać z dzieckiem cele bieżące i być blisko kiedy je realizuje i kiedy odczuwa porażkę.*
- *Programowanie myśli i przekonań na pozytywne konsekwencje i zakończenie.*
- *Pozwalamy dziecku skonfrontować się z problemami i konsekwencjami.*
- *Uczymy złotego środka pomiędzy tym co konieczne a tym co chcemy.*

16



Dzieci uczą się tego, czego doświadczają.

Dziecko krytykowane uczy się potępić.
 Dziecko otoczone wrogością uczy się agresji.
 Dziecko żyjące w strachu uczy się lęklności.
 Dziecko doświadczające litości uczy się rozczulać nad sobą.
 Dziecko wyśmiewane uczy się nieśmiałości.
 Dziecko otoczone zazdrością uczy się zawiści.
 Dziecko zawstydzane uczy się poczucia winy.
 Dziecko zachęcane uczy się wiary w siebie.
 Dziecko otoczone wyrozumiałością uczy się cierpliwości.

17



- Pomóż dziecku odkrywać jego mocne strony !!!
 - Wspieraj obszary wymagające rozwoju !!!
- Modeluj, bądź dla dziecka inspiracją zachowań !!!
- Stwórz przestrzeń do kontaktów z rówieśnikami, niech ma szansę na doświadczenia!!!
 - Pomagaj w odkrywaniu i realizacji pasji!!!
 - Trening Umiejętności Społecznych!!!
- Korzystaj z narzędzi wspierających np. FUKO!!!
 - Wspieraj nie wyręczaj !!!

18

■ NIE POZWÓJ DZIECKU MÓWIĆ ŹLE O SOBIE !!!

*POKAŻ INNY OBRAZ SAMEGO SIEBIE DZIECKU
GENERUJ SYTUACJE, GDZIE DZIECKO WIDZI SIEBIE
W POZYTYWNY SPOSÓB*

*MÓW O DZIECKU DOBRE RZECZY, KIEDY ONO
SŁYSZY*

PRZYPOMINAJ DOBRE MOMENTY Z ŻYCIA

19

■ Cechy Dobrego Rodzica

Empatia- wczucie się w potrzeby dziecka

Życzliwość- sympatia mimo wszystko

Autentyczność- nie udajemy

Konkretność- używamy faktów

Inicjatywa- umiejętność nawiązania kontaktu z dzieckiem

Konfrontacja- stajemy twarzą w twarz

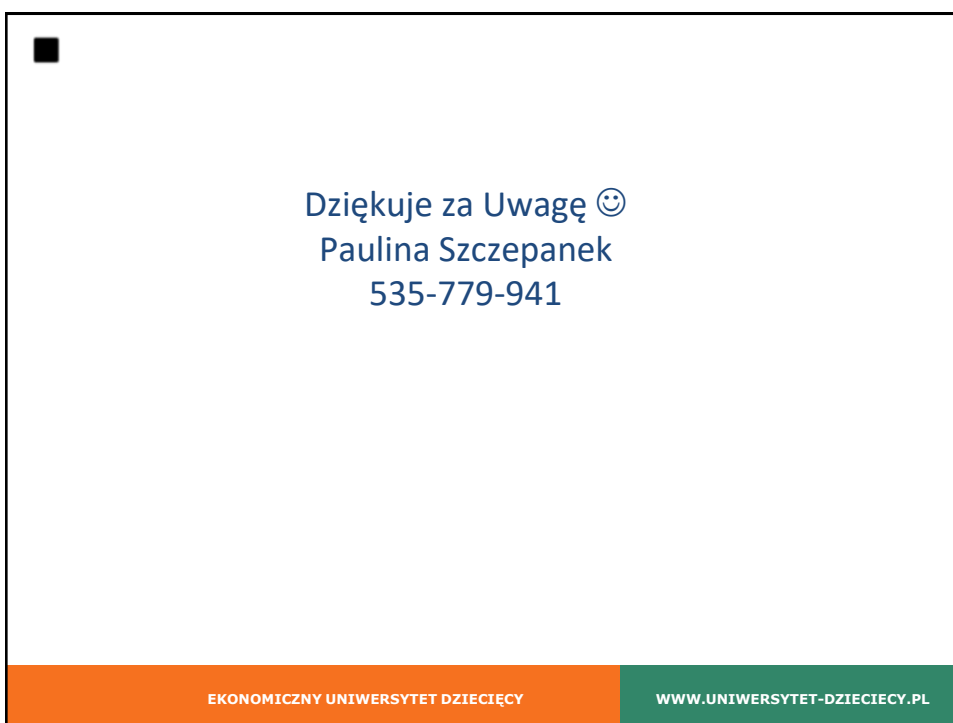
Otwartość- mówimy co czujemy

Akceptacja uczuć- brak obawy przed uznaniem uczuć swoich i dziecka

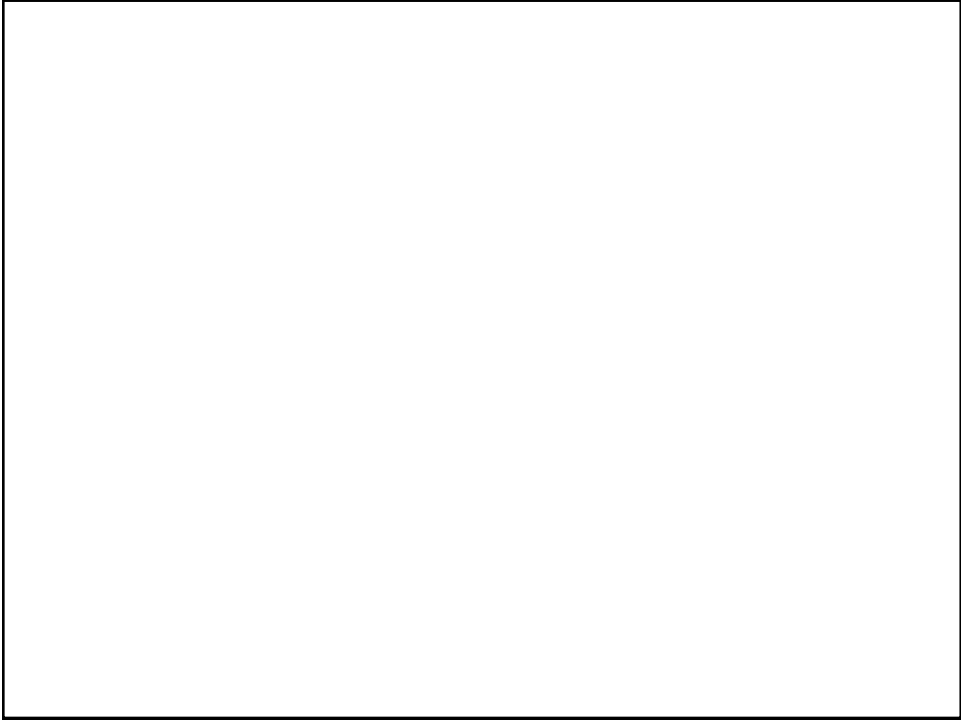
20



21



22



23