

„Czas izolacji wśród młodszych dzieci”

Już od dłuższego czasu jesteśmy zobligowani do pozostania w naszych domach. Sytuacja długotrwałej izolacji coraz bardziej nam doskwiera i może pogłębiać uczucia takie jak niepewność, lęk, niepokój czy rozdrażnienie. Jest to trudne zarówno dla nas dorosłych, ale także dla naszych dzieci. Chociaż każde dziecko inaczej radzi sobie z emocjami, to w obliczu zamkniętego przedszkola, szkoły, odwołanych wydarzeń i izolacji od rówieśników ważne, by czuły wsparcie dorosłych i rozumiały zaistniałą sytuację.

Poniżej znajdują się pewne rady jak wspierać dziecko w tym trudnym czasie.

Nie jest wskazane zalewanie dzieci obrazami i informacjami płynącymi z mediów dotyczącymi tematu zachorowań czy zgonów z powodu COVID-19. Oczywiście należy rozmawiać z dziećmi o bieżących wydarzeniach, ale w sposób dostosowany do ich wieku i poziomu rozwoju. Warto przypominać najmłodszym, że są rzeczy, które możemy robić, aby zapewnić bezpieczeństwo sobie i swoim najbliższym (przede wszystkim: zasady higieny, zachowanie dystansu społecznego). Człowiek jest istotą poznawczą i wiedza ma dla niego duże znaczenie. Pozwala nam tworzyć rzeczywisty obraz tego, co nas otacza. Trzeba podkreślać, iż obecna sytuacja jest tymczasowa, a mobilizacja wszystkich do stosowania zasad bezpieczeństwa przyczyni się do szybszego powrotu do stałych aktywności. Ważne jest także, by dzieci utrzymywały kontakt z kolegami i koleżankami. Oprócz tradycyjnych rozmów telefonicznych można pokazać dzieciom jak napisać list bądź stworzyć go w wersji obrazkowej. Taka wymiana listów z innymi może być bardzo ciekawą formą kontaktu dla najmłodszych.

W przeżywaniu trudnych emocji istotna jest równowaga między rozmową o naszych odczuciach, a znajdowaniem rozrywki, która pozwoli rozproszyć myśli. Poniżej znajduje się przykładowe opowiadanie, które może zainspirować wychowawców przedszkoli oraz rodziców do rozmowy z dziećmi o izolacji, a także zmotywuje do szukania ciekawych sposobów spędzania wolnego czasu.

„Wszystkie przedszkolaki zgromadziły się wokół stolika, który stał do góry nogami. Dzieci zastanawiały się, dlaczego stolik został ułożony w taki dziwny sposób. Przy takim ustawieniu nie można było usiąść, by coś napisać lub narysować. Pani Ewa uśmiechnęła się do przedszkolaków i podeszła do nich z dużą paczką folii spożywczej. Czym prędzej odwinęła ją z rolki i obwiązała wokół nóżek ławki. Przedszkolaki dzięki temu mogły dowiedzieć się po, co ta folia była potrzebna. Pani Ewa zawołała wszystkich do koła. Dzieci usiadły tuż obok niej na dywanie. Poprosiła dyżurnych, by przynieśli farby, pędzle oraz podstawki.

Poinstruowała, by każde dziecko podeszło do folii i namalowało coś, co przyjdzie mu na myśl. Dzieci podchodziły po kolei i już po jakimś czasie na folii dało się dostrzec motyle, kwiaty, kota, psa czy dom. Folia mieniła się od różnobarwnych form i była pięknie wymalowana. Pani Ewa poprosiła, by dzieci podeszły do stolika, aby każdy mógł zobaczyć z bliska efekt końcowy wspólnej pracy. Wychowawczynie była dumna z kreatywności i pomysowości swoich podopiecznych.

- Czy ten świat, który namalowaliście jest przyjemny? – zapytała wychowawczynie.

- O tak! - odparły zgodnie dzieci.

- A jak myślicie, dlaczego?- dopytywała pani.

Dzieci zaczęły tłumaczyć, że jest bardzo kolorowy, wesoły i są tam różne ciekawe rzeczy. Pani Ewa podeszła do stołu i każdemu wręczyła nakrętkę z jego imieniem. Poprosiła, by każdy umieścił tam swoją zakrętkę. Kiedy wszyscy już wykonali zadanie odparła:

- To jest szczególne miejsce. Przyszedł teraz taki czas, że jesteście w domu więcej niż zazwyczaj, kiedy na świecie obecny jest wirus. Ten świat również może być piękny i kolorowy. Gdy wirus się zakończy, ściągniemy folię i zakrętki znowu wrócą do przedszkolnego koszyka. Dokładnie tak samo będzie z przedszkolakami. Lecz teraz nasze zdrowie jest najważniejsze i musimy o nie dbać.

- A może wymyślimy zabawy, jak można spędzać czas w domu, gdy na przykład przedszkole jest zamknięte lub nie możecie do niego przyjść? – zaproponowała wychowawczynie.

Dzieci podały mnóstwo pomysłów, które z pewnością będzie można wykorzystać właśnie w takiej sytuacji. Oto kilka przykładów:

-lepienie z masy solnej,

-nawlekanie koralików,

-zorganizowanie domowych konkursów plastycznych albo na najładniej posprzątanym pokój,

-układanie puzzli,

-zrobienie wystawy budowli z klocków,

-układanie własnych tańców i uczenie ich innych członków rodziny.

Pani Ewa z entuzjazmem przyklasnęła pomysłom dzieci. Była przekonana, że czas w domu bez przedszkola też może być dla każdego dobrym czasem. Przedszkolaki na pewno będą wiedziały jak ten czas wykorzystać, by potem podzielić się z innymi swoimi wrażeniami”.

Renata Kowalska

pedagog