

JAK MŮŽETE POMOCT DĚTEM V MATEŘSKÉ ŠKOLCE

CO MŮŽETE JAKO UČITELÉ UDĚLAT?

Stejně jako na dospělé i na děti současné dění ve světě dopadá a vnímají jej. I když si můžeme myslet, že se k dětem informace o válce v takové míře nedostávají, není tomu tak. Ačkoli nejsou přímými konzumenty zpravodajství, setkávají se s informacemi o válce v rozhovorech dospělých i v interakci s vrstevníky. Ať již situaci rozumí nebo ne, mají strach. Jelikož emoce spojené s událostmi na Ukrajině dopadají na všechny kolem, děti mohou přicházet o jistotu - byť třeba i jen o jistotu v podobě stabilního a předvídatelného chování dospělých. U rodičů či jiných dospělých mohou děti vidět, že se bojí nebo jsou zkrátka jen příliš zaneprázdněni vlastními emocemi či starostmi.

Každá rodina přistupuje ke komunikaci s dítětem o válce na Ukrajině jinak. Někteří rodiče s dětmi tuto situaci vůbec neprobírají, jiní mohou poskytovat až příliš detailní informace. Povědomí dětí o tom, co se ve světě děje, se může značně lišit. Nějakým způsobem ale aktuální dění vnímají všechny děti - třeba i jen skrz emoce dospělých. Mohou vidět, že rodiče doma častěji pláčou nebo že více nadávají u zpráv, vnímají, že je něco jinak, a mohou mít strach. V náročných životních situacích je pro děti o to důležitější, aby cítily, že své emoce můžou s někým sdílet. Jako učitel/ka v MŠ můžete dětem poskytnout tuto podporu.

V nejistém světě je nezbytné pro děti jistoty a pocit bezpečí vytvářet a udržovat je. K pocitu jistoty a bezpečí můžete přispět vlastní vřelostí, lidskostí, citlivostí, předvídatelností a zájmem o každé z dětí. Můžete také zavést nějaké rituály, které budete dodržovat. Například se můžete s dětmi domluvit na čase, který bude určený ke sdílení. Nebo si s dětmi můžete vybrat společnou oblíbenou písničku, kterou si každé ráno pustíte.

POMOZTE DÍTĚTI SI STRACHU VŠÍMAT A UČTE HO, JAK MU ČELIT

Děti samotné se mohou ke strachu stavět velice statečně a mohou si říct, že budou silné a ochrání ostatní. Přestože může být projevení statečnosti důležitou zvládací strategií, stavění se do role ochránce má v případě dětí různé nástrahy. Proto bychom si měli všímat situací, kdy se dítě do pozice ochránce dospělých staví, a mluvit s ním o nich.

Děti by měly vnímat jako zdroj ochrany dospělé, nikoli sebe. Měli bychom je proto ujistit, že se o ně postaráme a že ochrana je nyní úlohou dospělých.

Může se stát, že vám dítě začne spát s plastovou pistolkou pod polštářem, či od něj uslyšíte věty typu: „Nebojte paní učitelko, já vás ochráním.“ Proti takovým projevům se citlivě, ale jasně vymezte:

„Koukni, já vidím, že jsi hrozně statečný a že bys tady všechno chtěl ochránit, ale tohle si nepřej. Ten, kdo tady je na ochranu, jsem já, jako tvoje paní učitelka. Ale slyším, že máš obavy. My je máme taky. Rozumím tomu, že tě to může štvát.“

Dětem, kterým projevování statečnosti pomáhá zvládat situaci, bychom měli pomoci najít a rozvíjet projevy statečnosti adekvátní jejich věku.

Může jít například o schopnost zastat se kamaráda, jít ostatním příkladem v tom, že dítě dovede pojmenovat strach anebo ovládnout vlastní agresi. Dětem můžeme vysvětlit, že takto můžeme trénovat, jak se opravdu starat o ostatní a ochraňovat je. Také lze poukázat na to, že i drobné projevy laskavosti jsou způsobem, jak skutečně něco změnit a zabránit nějaké agresi.

„Statečnost je i v tom, že přiznám, že mám strach a že potřebuji pomoc. Nebo v tom, že i když mám na někoho velký vztek, tak mu to jen řeknu, ale neuhodím ho.“

„Je to jako když skládáš cihlu vedle cihly a pak ti vznikne velká zeď. I každý drobný čin je důležitý. Kdybys viděl, že má někdo svoji zeď zbořenou a šel bys mu pomoci ji postavit, tak to společně zvládnete rychleji.“

Strach bývá doprovázen také fyzickými projevy, jako je bušení srdce, rychlejší dýchání, pocení se, knedlík v krku. Děti nemusí vědět, co se s nimi děje, a mohou si například myslet, že mají infarkt. Proto je dobré komunikovat, co fyziologické reakce na stres znamenají. Strach pojmenovat a nechat proběhnout reakci na něj.

„Může se ti stát, že budeš rychleji dýchat, nebo ti začne bušit srdíčko. To je způsobené tím, že se bojíš. Já to tak taky mám, když se bojím, to je normální.“

Dětem byste měli nabídnout i jiný způsob, kterým budou moci vyjádřit, že mají strach.

Děti by si mohly například do školky vzít svého oblíbeného plyšáka. Pro hračku každého z dětí by mělo být vyhrazeno místo a děti by měly vědět, že je důležité osobní hračky ostatních nebrat, protože na každé z nich někdy může přijít strach

nebo smutek a budou potřebovat, aby jim jejich vlastní hračka poskytla útěchu. Když se děti začnou bát, můžou si pro svou hračku doběhnout a přitulit se k ní.

NABÍDNĚTE DĚTEM HRY, V NICHŽ SE UČÍ VYJÁDŘIT AGRESI

Pro děti v předškolním věku je hra důležitou součástí života. Učí se pomocí ní a je pro ně důležité si různé věci odžít v bezpečném prostředí. Hra na boj musí mít jasná pravidla, a to i v případě, že si na ni děti hrají samy.

V této době je důležité, abyste dětské hry více monitorovali a usměrňovali. U dětí si můžete všimnout, že si budou častěji hrát na válku, šermovat se pěnovými tyčemi, zkrátka můžete pozorovat více her, které dětem slouží k vybití agrese. Tyto hry je nutné korigovat, domluvte se s dětmi na určitých pravidlech, která při takovémto typu her musí dodržovat.

„Když si budete chtít s někým hrát na souboj, tak se spolu vždycky musíte domluvit. Nemůžete za někým přijít a bouchnout ho bez toho, aniž byste mu vysvětlili, že si s ním chcete hrát na boj. Takto to dělat rozhodně nebudeme. Vždycky se prvně zeptáme a když si bude chtít i váš kamarád na boj hrát, tak si hrát můžete, ale podle pravidel.“

S dětmi si můžete určit ve školce prostor, kde se na šermování bude hrát, a řeknete si, kam se bouchat může a kam ne, případně, že druhému nebudeme jeho meč/tyčku brát.

Rovněž můžete dětem v čase vyhrazeném pro společnou hru nějakou hru na boj sami nabídnout. Jak taková hra může vypadat?

Děti mohou být ve dvou týmech a budou po sobě házet papírovými kuličkami. Dětem vysvětlíte pravidla hry a určíte časový interval, po který se bude hrát. Vyhrává ta skupina, která má v okamžiku konce na svém území nejvíce kuliček A ZÁROVEŇ hrála podle pravidel.

„Já vím, že to ve vás teď je, můžeme si tady zahrát na boj, ale ten boj bude mít takováto pravidla a nebudeme si říkat, že jedni jsou zlí a druzí hodní, rozhodně ne.“

Rozdělení do týmů losujte. Tím dětem umožníte naplnit si potřebu odžít boj, ale budete jim bránit v prohlubování konfliktů, které mezi nimi mohou být, a naopak je povedete

ke spolupráci i s dětmi, s kterými by samy do týmu nešly. Můžete dětem i vysvětlit, proč se rozhoduje o složení týmů losem.

„My mezi sebou můžeme mít rozpory, ale jsme jeden tým, proto bychom se měli naučit spolupracovat se všemi, proto vás budu do týmů losovat.“

POZOR - týmy rozhodně nepojmenovávajíte Rusko a Ukrajina. Je důležité se proti takovému rozdělení vymezit, i kdyby si tak děti samy začaly říkat. Tím jim dáváte najevo, že takto ne, týmy by neměly nosit nálepku těch “dobrých” a “špatných”. Je v pořádku hrát si a soutěžit. Není v pořádku přihlížet tomu, že část dětí bude postavena do role “těch špatných”.

VEĎTE DĚTI K BEZPEČNÉ FANTAZII

Dětem v předškolním věku pomáhá fantazie ke zvládnutí nejistých a nesrozumitelných situací. Na druhou stranu díky ní mohou mnohé děti přisuzovat „zlým postavám“ nadlidské a nerealistické schopnosti, což v nich může vyvolávat větší pocity ohrožení. Proto je třeba dětem vysvětlit, že Putin není všemocný čaroděj, že je to pouze zlý politik, který ale nemůže pouhým lusknutím zničit celý svět.

Je na nás dospělých dětem poskytnout realističtější obrázek. Dětem v předškolním věku věci nejlépe vysvětlíte na konkrétních příkladech, které znají (nebo můžete použít příklady z filmů a pohádek).

S předškolními dětmi je potřeba o aktuálním dění komunikovat i kvůli tomu, abyste jim pomohli se ve složitém dění alespoň trochu orientovat a mohli případně korigovat jejich třeba zamotané porozumění tomu, co se děje.

„Vím, že jste asi už slyšeli něco o tom, co se teďka děje na Ukrajině. Možná se v tom nevyznáte a třeba máte strach. Teď vám zkusím vysvětlit, co se děje, a můžete se mě zeptat na slova, kterým jste nerozuměli.“

„Ukrajina je stát, který je také v Evropě jako Česká republika, ve které žijeme my, ale Česká republika s Ukrajinou nesousedí. Ukrajina je daleko a my jsme tady teď všichni v bezpečí.“

Pokud děti o situaci něco tuší a zajímají se o ni, můžete jim vysvětlit, kdo za situaci může. Dejte pozor, abyste neoznačovali za viníky všechny Rusy nebo Rusko jako takové. Raději označte jako viníka Putina a vedení Ruska.

Pro předškolní děti je přirozené dělit věci a lidi ve světě na dobré a zlé. Svět je poměrně složitý a jen u máločeho lze dělení na jednoznačné zlo a jednoznačné dobro

používat. V případě války na Ukrajině ale jednoznačnou zodpovědnost nese Putin. Páchá zlo vůči Ukrajincům i vůči Rusům. Podobně jako ve většině pohádek, v nichž draci žerou princezny a v nichž neřešíme, jestli náhodou drak nemá na ostatní potraviny alergie a proto mu nezbyvá nic jiného než jíst princezny, není potřeba se ani v případě Putina s předškolními dětmi pouštět do složitých analýz příčin jeho zlého chování. Za válku na Ukrajině nese jednoznačnou vinu Putin. Můžete ho klidně za zlého označit.

„Putin je politik, který dělá hodně zlé věci. Pomocí své armády napadl Ukrajinu. Udělal to z nějakého důvodu, nejspíš chce získat více moci a místa, kde vládnout. Je to člověk jako každý jiný, musí jíst i spát stejně jako my. Můžeme si ukázat i jeho fotku. Vidíte, není to žádný čaroděj. Je to jenom člověk, který má moc, kterou neumí používat k dobru druhých.“

„Putin a jeho spolupracovníci se rozhodli zaútočit na Ukrajinu. Udělali to proto, že že nechtějí rozumět tomu, že Ukrajina není jejich. Můžeš si to představit jako dva domečky se zahrádkami vedle sebe. V každém z nich bydlí jedna rodina. Představ si, že by se člověk z toho jednoho domečku rozhodl, že mu patří oba domečky a obě zahrádky a snažil se vyhnat majitele toho druhého domečku pryč. To není správné, protože mu tento domeček ani zahrádka nepatří.“

Nebojte se přiznat, že například něco nevíte nebo že máte obavy. Vždy však zdůrazněte, že se situací spousta lidí zabývá a že se hodně lidí snaží, aby vše dobře dopadlo.

„Na tohle zrovna teď neznám odpověď.“

„Tohle ještě nevíme, ale zabývá se tím spousta lidí, kteří se snaží, aby vše dobře dopadlo.“

„Můžete vidět, že jsem z toho smutný/á, ale mnoho lidí se teď snaží, aby se to vyřešilo. Sám/sama doufám, že ostatní politici Putina přesvědčí, aby na Ukrajinu přestal útočit.“

Děti v tomto věku často vztahují probíhající události k vlastní osobě. Nejedno dítě si tak může například myslet, že svým “zlobivým” chováním v posledních dnech způsobilo válku na Ukrajině. I proto je nezbytné, aby děti rozuměly, že za válku nesou zodpovědnost konkrétní lidé - Putin a jeho vláda.

„S Putinem to řeší jiní politikové. Politikové se snaží, aby Putin útok zastavil, a dělají všechno pro to, aby se to povedlo. Je to záležitost dospělých.“

„Teď se hodně lidí snaží něco dělat - politikové mluví s jinými politiky, lidé se snaží pomoci lidem, kteří z Ukrajiny utíkají. Třeba jim kupují jídlo a nabízí jim možnost, kde bydlet. My tady spolu můžeme třeba pomoci tak, že budeme milí a laskaví na lidi, kteří sem přicházejí a budeme se snažit spolu vycházet.“

Dětskou fantazii můžete využít pro lepší porozumění situaci. Můžete dětem ve školce třeba přečíst nějaký příběh, kde dobro bojuje se zlem, nebo jim pustit pohádku.

„Když se člověk chová ke druhému člověku hezky, tak to často někdo další zopakuje, když to vidí. A takhle se to jako kouzlo může šířit dál. A společně tolik dobra může porazit zlo, které někdo páchá - jako v pohádce.“

Skvělým zdrojem, se kterým můžete s dětmi pracovat, je příběh Harryho Pottera, konkrétně část s ochranným kouzlem, kterému se říká patron. Nejprve se děti můžete zeptat, jestli příběh znají. Dětem vysvětlíte, že je Harry kouzelník. Můžete jim pustit část filmu, ve kterém Harry patrona vykouzlí, nebo jim přečíst pasáž z knížky. Pak nechte prostor na dotazy. Je možné, že děti hned nepochopí, o co jde.

„Harryho patron je ten zářící jelen, kterého jsme mohli vidět. Když ho vykouzlí, tak ho patron ochraňuje. Viděli jste jak zahnal ty postavy v plášti? Jak se daly na útěk, jen co Harry patrona vyčaroval?“

„Každý z nás má uvnitř takového patrona, svého ochránce. Ale nemusí to být jen jelen, může to být jakékoliv zvíře. Můžeme si teď spolu zkusit představit, jak by mohl vypadat váš patron.“

S dětmi si můžete zkusit krátkou imaginaci. Děti vyzvěte, aby si lehly na zem a zavřely oči.

„Tak teď, když máme všichni zavřené oči, tak si zkuste představit, jak by váš patron mohl vypadat. Jaké to bude zvíře?“

„Všichni máte? Tak a teď si zkuste představit, jak svého patrona vyšlete proti tomu šedu a ošklivu, co vám způsobuje strach. Cítíte patronovu energii a vidíte, jak se postupně více a více rozjasňuje a všude kolem vás je světlo a příjemno.“

S dětmi tyto krátké imaginace můžete opakovat pravidelně, neboť kouzla se musí trénovat a můžete jim tím pomoci cítit se lépe.

ZDŮRAZNĚTE, ŽE JDE O KONFLIKT DOSPĚLÝCH A NE DĚTÍ A ŽE ZA VÁLKU NEMŮŽOU

Pro předškolní věk je typické, že děti dění kolem sebe vztahují k sobě samým. Mohou si myslet, že maminka teď doma častěji pláče, protože ony zlobí, nebo že to, co se děje ve světě, mohou svým chováním zvrátit. Je důležité si u dětí všimnout změn v chování.

„Někdy i dospělí jsou hodně smutní nebo našťvaní a někdy mohou vypadat, že je toho na ně tak moc, že to nezvládnou. Dokonce i maminky a tatínkové takhle někdy mohou vypadat. I když se to někdy nezdá, dospělí se umí o svoje emoce postarat sami. Někdy když jsou ty emoce velké, tak jim to může trochu trvat. Maminka i tatínek jsou tak velcí a šikovní, že určitě své emoce zvládnou a dovedou se postarat i o vaše trápení.“

I přesto bude pro některé děti důležité, aby mohly proti válce také něco dělat. Můžete jim vysvětlit, že s velkou válkou jako děti nic moc dělat nemohou, ale mohou pomáhat zvládat malé války, tedy války mezi dětmi, a zastavovat agresí mezi sebou i učit se ovládat agresí vlastní.

Můžete děti učit, jak si vytyčit hranice a jak respektovat hranice druhých; učit je rozumět tomu, že bez dovolení nemůžou nikomu brát věci nebo na něj sahat. Že když si chtějí hrát s nějakou hračkou, se kterou si zrovna hraje někdo jiný, tak mu jí nevezmou z ruky, ale můžou říct:

„Půjčil bys mi ji, prosím? Chtěl bych si s ní teď hrát.“

A stejně tak děti můžete učit, že kdyby někdo něco takového dělal jim, tak to také není v pořádku. Můžete dětem nabízet způsoby, jak s takovým chováním naložit.

„Pokud uvidíte, že někdo někomu ubližuje, tak mi to přijďte říct.“

„Když se ti nelíbí, jak se tvůj kamarád chová, můžeš za ním přijít a říct mu:
„Nelíbí se mi to, jak se chováš. Nechej toho.““

„Nemusíme vždy čekat na to, až si někdo o pomoc řekne, ale můžeme pomoc sami nabízet.“

„Může se stát, že se bude chovat špatně i někdo, koho máš rád. I to se může stát a je důležité to někomu povědět, nesnažit se to potlačit nebo přehlížet.“

Ze zastávání se druhých můžete s dětmi udělat i hru na superhrdiny. Vysvětlit jim, že všechny tyto dovednosti jsou takové superschopnosti superhrdinů a vy spolu jako kamarádi teď můžete nastoupit do výcviku superhrdinů a vše z toho se učit.

NEZAPOMÍNEJTE NA BĚŽNÉ AKTIVITY

Pro děti v předškolním věku je důležitý pocit stability. Proto výrazně neměňte dosavadní program, na který jsou děti zvyklé. Pro některé děti navíc konflikt na Ukrajině nemusí být vůbec důležité téma a není třeba jim ho neustále připomínat.

Možná víc než jindy se snažte najít příležitost ke společným příjemným aktivitám. Nemusíte čekat na Vánoce, abyste společně s dětmi něco upekli či vyrobili, uspořádali hostinu a společně si připili džusem.

VE ŠKOLCE MÁM DÍTĚ S UKRAJINSKÝMI/BĚLORUSKÝMI/RUSKÝMI KOŘENY

Děti s ukrajinskými, ruskými nebo běloruskými kořeny jsou současnou situací zasaženy nejvíce. Většina z nich má část rodiny v původní vlasti rodičů. Mohou o ně mít strach. Pro ostatní děti teď mohou být děti s ukrajinskými, ruskými nebo běloruskými kořeny náhlým terčem mnoha otázek, vyloučení či posměšků a agrese. Můžete zkusit jejich rodině nabídnout pomoc a zeptat se, co by dítě potřebovalo.

„Pomůže vašemu dítěti, když se s ním o tom budeme bavit, nebo naopak?“

„Pokud byste ho slyšeli říkat, že mu mezi námi ve školce teď z nějakého důvodu není dobře, určitě mi to dejte vědět. Zkusím s tím něco udělat.“

Dítěti můžete nabídnout možnost svěřit se či za vámi přijít, pokud by ho něco trápilo, nebo by něco potřebovalo.

„Vím, že se ti toho teď může dít hodně a že to máš těžké. Jsem tady pro tebe, kdyby sis chtěl promluvit. Možná teď nevíš, jestli o tom chceš mluvit, a možná až o tom budeš chtít mluvit, bude těžké si o to říct. Můžeme se teď domluvit, že pokud by sis se mnou chtěl popovídat nebo bys ode mě něco potřeboval, tak za mnou přijdeš.“

„Kdybys třeba nevěděl co říct, tak to nevádí. Můžeš třeba zkusit namalovat obrázek a pak si o něm budeme moct popovídat.“

Informujte třídu.

„On to teď bude mít těžké, bojí se, protože se válka jeho rodiny týká mnohem více.“

„Pamatujete, jak jsme si říkali, že velké války vy jako děti vyřešit nemůžete, ale můžete vyřešit ty malé? Tak teď zrovna můžete vyřešit to, že tady máte kamaráda, který to má těžké. Nemusíme za ním teď všichni chodit a litovat ho, to by ho mohlo otravovat, ale budeme na něj hodní a budeme se snažit respektovat co chce a co potřebuje. Když uvidíte, že si s nikým nehraje, tak za ním můžete přijít a nabídnout mu, aby si šel hrát s vámi. Ale když nebude chtít, tak nemusí a nebudeme ho nutit. Někdy totiž člověk potřebuje být sám. Naším úkolem je se postarat o to, aby byl sám jen tehdy, když bude on sám chtít, a ne protože si s ním nikdo nechce hrát.“

NEZAPOMÍNEJTE PEČOVAT TAKÉ O SEBE

I pro vás může být situace náročná a nemusíte mít vždy kapacitu na to, zrovna teď dětem odpovídat na všechny otázky. Klíč pro vás i děti tkví v komunikaci. Nebojte se dětem říct, že dneska/teď neumíte odpovědět, a vysvětlit jim, že si to potřebujete promyslet. Případně, že se potřebujete sami trochu uklidnit. Až se budete na odpověď cítit, sami se k tématu vraťte. Je přirozené, že v tak extrémní době, jakou válka na území evropského státu je, i vy potřebujete si věci promyslet a získat novou sílu.

Budte připraveni, že někteří rodiče nemusí souhlasit s tím, že s dětmi mluvíte o válce na Ukrajině. Zkuste jim v takovém případě vysvětlit, že všechny děti mají nějaké povědomí o tom, že se něco děje. Střípky pochyty z rozhovorů dospělých třeba v dopravním prostředku, od svých spolužáků nebo z televize. Tyto informace si každé dítě může vyložit po svém a mohou v něm vyvolat strach, o kterém nemá s kým mluvit. Vysvětlete, že jako učitel/ka ve školce byste měl/a být pro děti oporou, kterou budete jen tehdy, pokud budou vědět, že s vámi mohou o čemkoli mluvit.

„Chápu vaše rozhořčení/obavy/strach ohledně toho, že s dětmi o válce na Ukrajině mluví. Nemusíte se bát, že děti zatěžují nějakými detaily o konfliktu. Všechny děti však tuší, že se něco děje. Ať už to bylo z rozhovoru dvou dospělých v autobuse nebo od spolužáků, se kterými jejich rodiče o válce mluví. V každém případě tyto děti mohou mít strach, protože situaci nerozumí. Jako učitel/ka v mateřské školce bych měl/a být pro děti oporou a proto bych tu pro ně měla být, pokud o něčem chtějí mluvit.“

Budte však připraveni na to, že se vám některé rodiče nepodaří přesvědčit. Zkuste se pobavit s vedením školky a svými kolegy/kolegyněmi ohledně jejich přístupu k situaci. Pokud budete všichni jednotní, určitě se budete cítit lépe při konfrontaci s rodiči.