

AGNIESZKA STAŻKA-GAWRYSIAK

dylematki.pl

Self-Regulatio

JAK SIĘ LUBIĆ W ŚWIECIE PEŁNYM RÓŻNIC

OPOWIEŚCI
DLA DZIECI

O TYM, ŻE RÓŻNORODNOŚĆ
JEST FAJNA



rozdział 2

O grze w berka, koftowaniu i o tym, że hamulce dzieci nie działają jeszcze zbyt sprawnie

Marcel kręci się bez celu po przedszkolnej sali. Nie wie, w co się bawić. I z kim! Wszyscy są czymś zajęci. Dziś jest poniedziałek, czyli jedyny dzień w tygodniu, w którym zerówkowicze mogą przynieść do przedszkola własne zabawki, gry albo książki. Marcel jak co tydzień przyniósł swój miecz świetlny i jak co tydzień bawi się nim sam, bo jest jedynym w grupie pasjonatem „Gwiezdných Wojen”. Marcel nie oglądał żadnego z filmów z serii „Star Wars”¹ dla starszych dzieci i dorosłych: rodzice mówią, że jest jeszcze za mały. Oglądał natomiast, i to wielokrotnie, animowane wersje tych filmów, więc doskonale zna najważniejsze postacie i ich przygody. Jest też szczęśliwym posiadaczem mnóstwa książek dla dzieci i albumów

¹ Czyt. „star łors”.



o „Gwiezdnym Wojnach”. Niedawno dostał nawet atlas galaktyczny! Codziennie po powrocie z przedszkola otwiera go i zapomina o całym świecie. A teraz najchętniej powalczyłby z kimś na miecze świetlne. Jaka szkoda, że nikt poza nim takiego nie ma ani nie interesuje się „Gwiezdnymi Wojnami”!

Wzrok Marcela pada na Kajtka i Bartka. Chłopcy trzymają w rękach plastikowe miecze – nie świetlne, lecz zwykłe – i wymachują nimi, wykrzykując różne groźby. Ucho Marcela wyławia słowa:

– Psz, psz, umierasz!

Och, miecze! Nic nie szkodzi, że zwykłe! Fantastycznie! Podekscytowany Marcel podbiega do kolegów. Unosi swój miecz i wymierza cios w ramię Kajtka, powtarzając:

- Psz, psz, umierasz!

- Auuu! - Kajtek podskakuje i zwraca się ku Marcelowi. - Walnąłeś mnie! To boli!

- Mogę się z wami pobawić? - pyta Marcel, uśmiechając się szeroko.

- Nie. Walnąłeś mnie, nie chcę się z tobą bawić - odpowiada Kajtek, masując ramię trafione mieczem świetlnym.

- Poza tym nie można walczyć na miecze we trzech - dodaje Bartek. - No i masz miecz świetlny, on nie pasuje do naszych.

Chłopcy wracają do walki i przestają zwracać uwagę na Marcela. Ten przez chwilę stoi obok, mając nadzieję, że jednak będzie mógł dołączyć do zabawy, ale nic z tego. Szkoda! No trudno, może dołączy do innych dzieci? O, Staś, Ignaś i Nikodem bawią się jakimiś kartami. To pokemony! Zaciekawiony Marcel podchodzi do kolegów.

- Aaaaaa! - ryczy Nikodem, machając jedną ze swoich kart. - Mój Charmander² właśnie wykluł się z jajka i zaraz was podpali!

- Aaaaaa! - ryczy w odpowiedzi Ignaś, machając inną kartą. - Mój Charmeleon³ jest lepszy od twojego Charmandera i to on cię podpali!

² Czyt. „czarmander”.

³ Czyt. „czarmeleon”.



- Aaaaaa! - ryczy najgłośniej ze wszystkich Staś i podnosi swoją kartę wysoko, ponad tamte dwie. - Mój Charizard⁴ ma wszystkich pod sobą i podpali cały świat!

- Aaaaaa! - ryczą wszyscy trzej i atakują się ze śmiechem trzymanymi w rękach kartami.

Marcel czuje przypływ ekscytacji i włącza się do zabawy.

- Aaaaaa! - ryczy, po czym uderza pięścią w ręce kolegów.

- Ej! - krzyczy Staś, po czym łapie jedną swoją ręką za palce drugiej, tej uderzonej. - Prawie mi połamałeś palce!

⁴ Czyt. „czarizard”.



- Marcel! - woła chwilę później Nikodem. - Zniszczyłeś mi kartę! Jest cała pognięta, zobacz!

- O nie! Naprawdę, cała pognięta! - komentuje ze zgrozą Ignas, kręcąc głową. - Okropne! Taka świetna karta!

- Aaaaaa! Aaaaaa! Aaaaaa! - Marcel ryczy raz za razem. Już nie atakuje kolegów pięścią. Może teraz zechcą się z nim bawić?

Chłopcy jednak nie dają się przekonać.

- Marcel! Idź stąd! Przeszkadzasz! - protestują.

W końcu Marcel się wycofuje. Szkoda, że i oni nie są zainteresowani wspólną zabawą. Trzeba szukać dalej. Mama mówi, że warto się nie poddawać, kiedy nam coś nie wyjdzie za pierwszym czy drugim razem.

O, tu siedzi jakaś grupka i zawzięcie dyskutuje. Wśród dzieci jest Mikołaj. Fajnie! On bardzo lubi grać w berka, podobnie jak Marcel.

- Berek! - woła Marcel.

Klepie Mikołaja w ramię i odbiega w kierunku przeciwległej ściany. Odwraca się i widzi, że Mikołaj nie ruszył się z miejsca, kontynuuje rozmowę z innymi dziećmi. Marcel wraca i mocniej klepie kolegę w ramię.

- Berek! - wykrzykuje głośniej i znów ucieka.

Mikołaj tym razem reaguje.

- Nie bawię się w berka! - mówi głośno.

Niezrażony tym Marcel próbuje jeszcze raz. Podbiega do kolegi i klepie go w ramię.

- Berek! - powtarza.

- Nie bawię się w berka! - Mikołaj podnosi głos.

- Berek! - Marcel nie ustępuje. Znów klepie kolegę i zaczyna się śmiać.

Mikołaj zrywa się na równe nogi.

- Przestań! Teraz bawimy się zingsami! - krzyczy.

- Berek! - Marcel śmieje się, klepiąc kolegę.

- Przestań! - Rozeźlony Mikołaj też klepie Marcela w ramię.

- Berek, berek, berek, berek, berek, berek! - Podekscytowany Marcel klepie kolegę raz za razem i śmieje się do rozpuku. Świetna zabawa!

- MARCEL! PRZESTAŃ!!! - krzyczy z całych sił Mikołaj.

Chłopiec popycha Marcela tak mocno, że ten chwije się i cofa o kilka kroków. Odzyskawszy równowagę, rusza w kierunku Mikołaja z uniesioną do klepnięcia ręką, nie przestając powtarzać: „Berek! Berek! Berek!”.

- Stop! - To słysząc głos pani Ali.



Wychowawczynie staje pomiędzy chłopcami, rozpościera ręce i wykonuje nimi taki gest, jak policjant, który zatrzymuje ruch.

– Proszę pani, on mnie bije! Niech pani mu coś powie! – skarży się Mikołaj.

– Berek! – powtarza Marcel i wykonuje taki gest, jakby klepał Mikołaja, teraz już obiema rękami. Wygląda to tak, jakby grał na niewidzialnym bębnie. Nie może przestać, jakby coś mu kazało powtarzać to raz po raz.

– Marcelku, chcesz grać z Mikołajem w berka, tak? – pyta spokojnie pani Ala.

Marcel nie reaguje, nadal uderza w niewidzialny bębenek. Wychowawczynie przysiadła obok chłopca na piętach – jej twarz jest teraz na poziomie twarzy stojących, rozemocjonowanych dzieci. Pani Ala ujmuje poruszające się ręce Marcela w swoje ręce i delikatnie masuje



dłonie, nadgarstki i przedramiona chłopca. Jednocześnie zwraca się do Mikołaja:

- A ty, Mikołajku, nie chcesz grać w berka, bo bawisz się zingsami?

- Tak! Mówiłem mu, że się nie bawię w berka, ale on mnie cały czas klepał - skarży się Mikołaj.

- Hmm, to pewnie było nieprzyjemne. I do tego mogło zaboлеć.

- Nie, nie bolało, tylko się na niego wkurzyłem.

- Rozumiem. Można się wkurzyć, kiedy ktoś nas klepie, choć mówimy, żeby przestał. Wkurzyłeś się tak, że go odepchnąłeś, prawda?

- Tak... Ale to on zaczął! - tłumaczy się Mikołaj, nieco zawstydzony.

- Wiem, że nie popchnąłeś go ot tak. Zdenerwowałeś się i trudno ci było zareagować inaczej. Wiesz, Marcel też chyba nie umiał zachować się inaczej. Tak bardzo chciał pograć z tobą w berka, tak się podekscytował tym pomysłem, że nie słyszał twojego „Przestań”. Albo słyszał, ale nie umiał wziąć tego pod uwagę. Czy tak właśnie było, Marcelku?

Marcel nie odpowiada. Patrzy na swoje ręce masowane przez panią. Porusza palcami, ale już nie klepie powietrza. Czuje się dziwnie, jakby kręciło mu się w głowie.

- Twoje ręce chyba potrzebują coś poklepać, prawda? - pyta pani.

Teraz Marcel kiwa głową. Tak! Jego ręce potrzebują coś poklepać!

- Dobrze, zaraz coś wymyślimy. Znajdę ci coś do klepania, ale niech to nie będzie ramię kolegi. - Pani Ala się uśmiecha. - Pamiętaj, że w berka bawimy się tylko na dworze. Po zjedzeniu zupy wyjdziemy na podwórko i tam będziesz mógł pobrykać jak tygrysek.

- Dobrze - odpowiada Marcel. Już nie kręci mu się w głowie.

Tymczasem pani Ala zwraca się znów do Mikołaja:

- Wiem, że to była dla ciebie niemiła sytuacja. Jeśli będziesz chciał, chętnie porozmawiam z tobą później. Teraz chcę się zająć Marcelem.

Mikołaj kiwa głową, nieco spokojniejszy, i wraca do zabawy zingsami. Natomiast Marcel idzie z panią na drugi koniec przedszkolnej sali. Stoi tam niewielki namiot wigwam pełen miękkich poduszek, w którym można się schować przed hałasem i ostrym światłem. Marcel czasem ucieka tam podczas rytmiki, kiedy muzyka jest za głośna. Obok, podwieszona na potężnym haku wbitym w sufit, kołysze się delikatnie huśtawka kokon. Brrr, Marcel nie znosi huśtawek, unika ich jak ognia. Jeden jedyny raz wszedł do tego kokonu i momentalnie zrobiło mu się tak niedobrze, że omal nie zwymiotował śniadania. Okropność! Nieco dalej, w rogu, rozłożono materac gimnastyczny. Na nim w małym pudełku leżą długie

elastyczne taśmy, które można rozciągać (to bardzo miłe uczucie!), jest tam też kilka gumowych piłek w różnych rozmiarach: od małej jak piłka do nogi po wielką jak fotel. Do ściany przymocowana została drabinka sięgająca od podłogi niemal po sufit – można się po niej wspinać albo zwisać na niej. Wspinanie się jest fajne!

– Skoro twoje ręce potrzebują coś poklepać, to może użyjesz jednej z tych piłek? – proponuje Marcelowi pani Ala.

Chłopcu podoba się ten pomysł. Marcel wybiera największą piłkę i klepie ją na przemian lewą i prawą dłońią. Piłka po chwili mu ucieka. Marcel goni ją i ponownie zaczyna ją klepać, piłka jednak go nie



słucha i znów odskakuje na bok. Pani Ala bierze drugą piłkę i pokazuje, w jaki sposób należy ją klepać, aby rytmicznie podskakiwała w górę i w dół i nie uciekała. To się nazywa kozłowanie. To trudne, ale bardzo wciąga Marcela. Mógłby tak kozłować przez cały dzień! Jego ręce właśnie tego potrzebowały.

Pani Ala upewnia się, że nie jest już potrzebna Marcelowi, i oddała się w kierunku Mikołaja. Ten nie bawi się już zingsami, lecz stoi niedaleko i zerka w kierunku Marcela kozłującego piłkę na materacu.

- Chcesz porozmawiać o tej trudnej sytuacji sprzed kilku minut? - pyta Mikołaja pani Ala.

- Tak! Proszę pani, dlaczego Marcel ciągle mnie zaczepia? To nie był pierwszy raz. On często mnie berkuje, nawet wtedy, kiedy wcale nie chcę się z nim tak bawić.

- Wiesz, Marcel uwielbia grę w berka i też bardzo lubi bawić się z tobą.

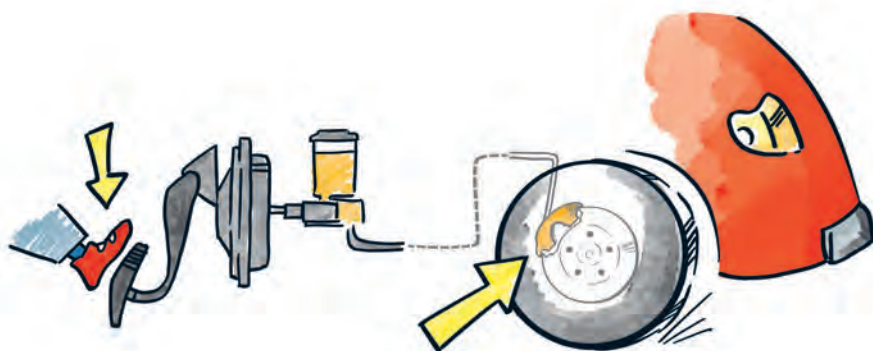
Kiedy cię widzi, to pewnie pojawia mu się myśl:



„O, Mikołaj, on lubi grać w berka!” i Marcel natychmiast ma ochotę cię zberkować.

- Tak, lubię grać w berka, ale przecież wolno nam w niego grać tylko na dworze! Wszyscy o tym wiedzą, Marcel też.

- Owszem, Marcel o tym wie. Ale kiedy rządzą nim emocje, nie umie skorzystać z tej wiedzy, bo jego hamulce nie działają zbyt sprawnie. I Marcel robi coś, choć wie, że nie powinien, albo widzi lub słyszy, że ktoś tego nie chce. Pamiętasz nasze rozmowy na temat hamulców?



- Pamiętam - potwierdza Mikołaj.

Pani Ala już nieraz rozmawiała z dziećmi o hamulcach, czyli o umiejętności zatrzymania się lub powstrzymania od zrobienia czegoś, na co ma się ochotę. U dzieci te hamulce nie są jeszcze w pełni wykształcone: czasem działają lepiej, a czasem gorzej lub wcale.

Kiepsko spisują się zwłaszcza wtedy, kiedy dzieci od-
czuwają silne emocje, nawet te przyjemne: nie tylko
kiedy są zdenerwowane, przestraszone, rozzłoszczo-
ne, ale też kiedy bardzo się z czegoś cieszą albo
czymś ekscytują. Zły wpływ na spraw-
ność hamulców mają też głód, pragnie-
nie, zmęczenie, senność, ból i każdy inny
dyskomfort. Na hamulcach można pole-
gać w największym stopniu wtedy, kiedy
czujemy się dobrze i jesteśmy spokojni. Pani
Ala mówi, że dotyczy to też dorosłych, choć przecież
ich hamulce powinny być już w pełni ukształtowane!



Teraz Mikołaj marszczy brwi i pyta:

- Ale dlaczego inne dzieci reagują na „Przestań”,
a Marcel nie?

- Oj, nie zawsze reagują. - Pani Ala się śmieje. - Pa-
miętasz, co się wydarzyło wczoraj na placu zabaw?

- Tak... - Mikołaj zwiesza głowę i lekko się czerwieni.
- Kajtek i ja pobiliśmy się podczas zabawy. Zupełnie
bez sensu.

- Na tym polega bycie dzieckiem. Czasem
robi się coś bez sensu, bo hamulce...

- ...nie działają zbyt sprawnie! - kończy
Mikołaj z uśmiechem.

- No właśnie! - Pani Ala też się uśmiecha. - I wiesz,
ludzie są różni: niektórym lepiej idzie zaciąganie



hamulców, a innym gorzej. Na przykład ja nie potrafię powstrzymać się od obejrzenia kolejnego odcinka serialu, nawet kiedy powinnam już iść spać, a mojemu mężowi przychodzi to z łatwością, po prostu wyłącza telewizor.



- Mnie też jest trudno oderwać się od oglądania bajek - przyznaje Mikołaj.

- Czyli mnie rozumiesz! A Marcelowi w wielu sytuacjach bardzo trudno jest wyhamować. Tak ma, jesteśmy różni. Ale można o nim też powiedzieć wiele dobrego. Na przykład jak nikt zna się na „Gwiezdnym Wojnach” i na dinozaurach. Jest pogodnym, pozytywnie nastawionym chłopcem.

- I szybko biega, naprawdę trudno go dogonić. I jest bardzo silny: na treningach judo każdego zepchnie z maty - dodaje Mikołaj.

- Widzisz, ile ma talentów? Nie można być dobrym we wszystkim.

Mikołaj kiwa głową. To ma sens.

Nagle pociąga nosem: co to za smakowity zapach? Ach, to zupa pomidorowa, jego ulubiona, mniem! Pani Ala też chyba poczuła tę woń, bo mówi:

- Oho, my tu sobie rozmawiamy, a za chwilę zupa! Trzeba sprzątnąć zabawki i myć ręce!



Wychowawczynie oddała się, żeby wspólnie z dziećmi przygotować salę i ręce do

posiłku. Mikołaj już wcześniej schował zingsy do swojej szufladki, a niczym innym się nie bawił. Rozgląda się i widzi Marcela, który w skupieniu trenuje kozłowanie. Mikołaj podchodzi do kolegi.

- Hej, Marcel, zaraz zupa - mówi przyjaźnie.

Marcel nie reaguje, może go nie usłyszał? Mikołaj powtarza więc nieco głośniej i już nie tak przyjaznym tonem:

- Hej! Marcel! Zaraz zupa!

Chłopiec nadal odbija piłkę, nie odrywając od niej wzroku. Mikołaj czuje lekką irytację połączoną z niepokojem: czyżby Marcel był na niego obrażony z powodu wcześniejszej scysji? Może celowo go ignoruje? Mikołaj ma ochotę zrobić coś, co by na pewno zwróciło na niego uwagę kolegi. Już chce krzyknąć i klepnąć go w ramię - w końcu Marcel zrobił mu wcześniej to samo! - kiedy nagle przypomina sobie rozmowę o hamulcach i... wyhamowuje. Przez chwilę nie robi nic. W jego głowie świta pewna myśl: może Marcel wcale nie jest na niego obrażony, ale po prostu nie może wyhamować w zabawie z piłką...?

- Hej, Marcel! - Mikołaj próbuje raz jeszcze, tym razem machając ręką, żeby kolega go zauważył.

Udało się! Marcel zwraca ku niemu twarz i patrzy pytająco. Przestaje kozłować piłkę, która nadal podskakuje, ale coraz niżej i niżej.



- Zaraz będzie zupa. Pomidorowa, moja ulubiona. Twoja chyba też? - pyta Mikołaj.

- Mmmm, pomidorowa! Ona powinna być codziennie! - wykrzykuje zadowolony Marcel. - Chodźmy!



Nie mija wiele czasu i wszystkie dzieci siedzą przy stolikach. Większość zajada ze smakiem, tylko kilkoro narzeka, że nie lubi pomidorowej. Na szczęście nikt nie musi jeść tego, czego nie lubi. Oprócz zupy panie kucharki przygotowały pieczywo z masłem, wafelki ryżowe, jabłka i pestki słonecznika. Można też nic nie jeść i tylko napić się wody albo herbatki owocowej.

Kiedy wszyscy już zjedli tyle, ile chcieli, pani Ala prosi o chwilę uwagi.

- Za moment posprzątam po posiłku, umyjemy ręce i ci, którzy będą chcieli, skorzystają z toalety. A potem idziemy na podwórko! Proszę was, żebyście podczas zabawy na dworze pamiętali o hamulcach. Każdemu zdarza się czasem rozbrykać tak, że zrobi coś, co nie podoba się innym. Takiej osobie można wtedy powiedzieć: „Stop”, można też dodatkowo

zasygnalizować to ręką, o tak. – Pani Ala demonstruje gest policjanta wstrzymującego ruch. – Taki krótki komunikat i prosty gest mają szansę sprawić, że hamulce kolegi czy koleżanki zadziałają. A jeśli nie zadziałają, to zawołajcie mnie i poproście o pomoc, dobrze?



Dzieci kiwają głowami i powtarzają zademonstrowany przez panią gest. Postarają się o tym pamiętać. Choć wiadomo, że może być różnie, bo rozbrykane tygryski na placu zabaw mają słabo działające hamulce...