

# PIERWSZE KROKI W PRZEDSZKOLU PO KWARANTANNIE

Adaptacja do przedszkola zwykle kojarzy się z rozpoczęciem edukacji dzieci trzyletnich lub wrześnieowymi powrotami starszych przedszkolaków. Pierwsze tygodnie września to dość specyficzny czas, w którym rozłąka z rodzicami oraz przypomnienie zasad łączy się z (ponownym) spotkaniem z rówieśnikami oraz odkrywaniem przedszkolnych atrakcji. Doświadczeni nauczyciele mają już wypracowane sposoby na wrześniowe, powakacyjne powroty, choć zawsze jest to okres wytężonej pracy. Co jednak robić, gdy wrzesień zamienia się na czerwiec, a powód wcześniejszej nieobecności nie jest związany z wakacyjnymi przyjemnościami, ale z przymusową społeczną izolacją?

ALICJA MIRONIUK

Doświadczenie tegorocznej kwarantanny jest bez precedensu. Brak nam sprawdzonych sposobów działania, ciągle towarzyszy nam niepewność i lęk przed wirusem. Dlatego ponowna adaptacja do przedszkola w dobie zapobiegania, przeciwdziałania i zwalczania COVID-19 dotyczy nie tylko dzieci, ale także dorosłych.

Nauczyciel też człowiek. Człowiek, który może mieć dzieci, ale także rodziców lub bliskich w starszym wieku, którzy wymagają pomocy. Człowiek, który szybko musi przyswoić procedury pracy, od których przestrzegania może zależeć zdrowie (a nawet życie) obcych osób, jak również jego bliskich. To także człowiek, który spędził ostatnie dwa miesiące głównie przed ekranem komputera, ucząc się metodyki i technologii nauczania zdalnego, przygotowując materiały do pracy online oraz, jeżeli ma własne dzieci, realizując zadania zlecone przez innego nauczyciela.

To prawda, czas społecznej izolacji nie był chyba dla nikogo okresem wakacyjnym. W przypadku wielu nauczycieli obfitował on w różnorodne wyzwania. Teraz kolejnym z nich jest powrót do pracy w przedszkolu.

Dlatego, nie zapominając o własnym bezpieczeństwie, pomyślmy o tym, jak przyjąć dzieci po dwumiesięcznej przerwie od przedszkola.

## Kwarantanna z opóźnionym zapłonem

Zamknięcie placówek było podyktowane względami zdrowotnymi, jednakże konsekwencji kwarantanny nie możemy rozpatrywać wyłącznie w kontekście medycznym (zdrowia i choroby). W perspektywie pedagogicznej szczególnie istotny jest kontekst społeczny, dotyczący m.in. warunków, w jakich przebywały dzieci. Ze względu na wieloczynnikowe uwarunkowania przebiegu izolacji, trudno opisać to doświadczenie w uniwersalnej narracji. Wręcz przeciwnie, ma ono wybitnie indywidualny charakter. Zastanówmy się, jakie mogą być skutki poniższych sytuacji:

- ▶ dziecko w czasie kwarantanny było odizolowane od obojga lub jednego z rodziców,
- ▶ w miejscu zamieszkania dziecka przebywało wiele osób (np. na małym metrażu),
- ▶ rodzice musieli pogodzić pracę zdalną z opieką nad



przedszkolakiem i/lub jego rodzeństwem oraz dbać o realizację nauczania online,

- ▶ z powodu izolacji i długiego pobytu w domu doszło do deprivacji niektórych potrzeb dziecka, np. potrzeby ruchu czy kontaktu z rówieśnikami,
- ▶ dziecko doświadczało skutków frustracji rodziców, związanych z długotrwałą izolacją, lękiem przed chorobą, niepewnością zatrudnienia, trudną sytuacją materialno-mieszkaniową. W niektórych rodzinach w czasie kwarantanny dochodziło do eskalacji konfliktów, a nawet sytuacji zagrażających zdrowiu i życiu dzieci, wynikających z nałogów lub przemocy.

Gdy przyjmujemy dzieci po kwarantannie do przedszkola, warto uświadomić sobie, że część z nich mogła czekać na powrót nie tylko z tęsknoty za rówieśnikami, nauczycielami czy ulubionymi atrakcjami. Ponadto rodziny przedszkolaków mogą odczuwać skutki epidemii jeszcze przez długi czas – nie są to okoliczności obojętne dzieciom. Dlatego obserwujmy powracające maluchy szczególnie uważnie, wrażliwi nie tylko na objawy chorobowe, ale także na zmiany zachowania, które mogą być spowodowane trudnościami doświadczanymi przez przedszkolaki.

### **(Re)adaptacja w przedszkolu**

Poniżej przedstawiam kilka sposobów na to, by wypróbowane metody wspierania dzieci w zaaklimatyzowaniu się w przedszkolu przystosować do ich powrotów po okresie społecznej izolacji.

### **Krótkie pożegnanie z rodzicem**

Nauczyciele w pierwszych dniach pobytu dziecka w przedszkolu sugerują rodzicom krótkie, „konkretne” pożegnania. Rozmowy dotyczące pobytu dziecka w placówce powinny odbywać się w domu, ponieważ szatnia lub drzwi wejściowe do sali nie są miejscami sprzyjającymi spokojnej wymianie zdań. Choć zawsze trzy całusy są lepsze niż jeden, a krótkie przytulenie to nie to samo, co długie, szybsze formy pożegnania pomagają dzieciom dobrze rozpocząć dzień w przedszkolu. Dodatkowo – pożegnanie połączone z komunikatem „baw się dobrze”, nastraja bardziej optymistycznie niż „musisz dzisiaj zostać w przedszkolu”.

O pozytywnym nastawieniu do pobytu dziecka w przedszkolu warto pamiętać także w okresie pandemii. Niezależnie od tego, jak długo obowiązywać będą zaostrzone procedury przyprawdzania i odbioru dzieci, pobyt rodziców w przedszkolu w czasie „nowego

otwarcia” powinien być jak najkrótszy. Procedury bezpieczeństwa obowiązują zarówno osoby odprowadzające dzieci do placówki (obecnie w wielu przypadkach nie mogą one nawet wchodzić na jej teren) jak i nauczycieli (oczekujących na przedszkolaków, a potem przebywających z nimi tylko w jednej sali), ale przede wszystkim dzieci – którym w momencie wejścia do przedszkola sprawdzana jest temperatura i które potem „kosmicznie” ubrana, nieznana pani prowadzi do sali. Choć dziecko nie jest „nowe” w placówce, nie jest to już „to samo” przedszkole, z powodu niezwykłego (w mniemaniu malucha) zachowania dorosłych. Ponadto w czasie kwarantanny niektóre dzieci przebywały z rodzicami dłużej, niż w czasie niejednych wakacji – nic dziwnego, że niechętnie się z nimi rozstają. Aby pomóc maluchom przystosować się do powrotu do przedszkola na nowych zasadach, o niezbędnych zmianach warto rozmawiać i w domu, i w placówce – spokojnie i rzetelnie, bez straszenia. W życiu zdarzają się różne sytuacje, ale jeżeli rodzic nie jest przekonany o tym, że przedszkole jest dla dziecka bezpiecznym miejscem, to nie powinien go tam przyprowadzać. Nerwowość i niepokój dorosłych udzielają się wtedy dzieciom (nawet, gdy nie mówią oni o swoich wątpliwościach wprost).

---

*W obliczu aktualnych wyzwań adaptacyjnych szczerść w rozmowach z dziećmi nabiera szczególnego znaczenia. Choć wydaje się, że dzieci są beztrudne i nie rozumieją problemów dorosłych, w czasie epidemii wiele z nich odczuwało niepewność i lęk z powodu zagrożenia wirusem.*

---

### **Miś na pocieszenie**

Sprawdzonym sposobem na tęsknotę jest kontakt z przedmiotem, który kojarzy się z domem. Najczęściej są to: pluszowa zabawka, lalka lub samochodzik. Choć wśród pedagogów zdania odnośnie przynoszenia przez dzieci zabawek są podzielone, uważam, że na samym początku pobytu w przedszkolu taki „fragment domu”

zapewnia potrzebne oparcie (poczucie bezpieczeństwa) w nowym, nieznanym miejscu. Z drugiej strony, gdy dziecko jest zbyt skupione na przyniesionej zabawce, trudno mu otworzyć się na nowe doświadczenia i rówieśników. Warto więc, by bawiło się nią w czasie na zabawę swobodną czy odpoczynek, ale na pewno nie podczas zajęć dydaktycznych. Obserwując zachowanie dziecka, dobrze jest też wychwycić moment, kiedy przedszkolak będzie gotowy, by zabawka „odpoczęła” – u pani lub w szatni.

Obecnie, ze względów bezpieczeństwa, dzieci nie mogą przynosić zabawek do przedszkola, a i w salach jest ich znacznie mniej. Pozornie takie warunki wydają się utrudniać zaplanowanie zajęć dzieci, ale mogą stanowić inspirację do nowego spojrzenia na organizację przestrzeni i aktywności w sali. Pomieszczenia, w których przebywają maluchy, są zwykle nasycone bodźcami: kolorami i strukturami przedmiotów, a także dźwiękami – zabawy i rozmów. Obecnie w salach przebywa mniej dzieci, które mają do dyspozycji mniej zabawek. Czy oznaczać to będzie kłótnie i nudę? Niekoniecznie. W „pustych” salach przedszkolaki mają więcej przestrzeni, którą mogą zagospodarować własnymi pomysłami, w mniej hałaśliwym środowisku. Brak zabawek można wykorzystać w czasie zabaw twórczych dotyczących:

- ▶ wymyślenia przygód nieobecnych przedmiotów (np. w oparciu o kości opowieści),
- ▶ rozpoznawania brakujących zabawek na podstawie ustnego opisu ich wyglądu lub „cienia” (szarego kształtu przypominającego kontur zabawki) czy pantomimicznej zabawy naśladowującej sposób bawienia się nimi,
- ▶ zabawy w detektywa badającego sprawę zaginionych zabawek.

### **Prawdę mówiąc...**

Rodzicom czasami wydaje się, że dzieciom łatwiej będzie wejść do przedszkola, gdy usłyszą, że dorośli „idzie tylko zadzwonić”, „pójdzie wziąć zabawkę z samochodu” czy „pojedzie tylko na chwilę do domu”. Nauczyciele uspokajając dzieci o poranku, też mówią o tym, że „mama zaraz przyjdzie”, „tato przyjdzie już za chwilę”. Rzeczywiście, w grupach maluchów rodzice początkowo przychodzą wcześniej, natomiast nie dzieje się to „za chwilę”. Chociaż dzieci inaczej postrzegają upływ czasu, nieobecność rodzica w ich odczuciu zawsze trwa zbyt długo. Wspomniane, „niewinne



klamstwa” mogą nadwyrężyć zaufanie dziecka do nauczyciela już na samym początku. Dlatego w pierwszej części dnia lepiej unikać komunikatów dotyczących powrotu rodzica (a w przypadku maluszków nawet samych słów „mama”, „tata”) i kierować je do dzieci dopiero po południu, gdy rzeczywiście zbliża się pora powrotu do domu. W przypadku najmłodszych dobrym rozwiązaniem jest rozmowa na podstawie rysunkowego (piktogramowego) planu dnia i pokazanie dziecku, ile ciekawych rzeczy już się wydarzyło, a jak niewiele z nich zostało do czasu przyjscia rodziców. Wspomniany rytm dnia zapewnia dzieciom poczucie bezpieczeństwa (i, poniekąd, kontroli). Najlepiej, by był on wyeksponowany w ogólnodostępnym miejscu.

Dobrym przepisem na tęsknotę jest także odwrócenie uwagi od pożegnania z rodzicem np. przez poproszenie dziecka o pomoc (w znalezieniu atrakcyjnej zabawki, w wyborze aktywności dla dzieci, np. gry, w rozwiązaniu prostego problemu) lub wyeksponowanie lubianej przez danego przedszkolaka zabawki. Także w ciągu dnia dzieci przypominają sobie o rodzicach częściej podczas mniej dynamicznych działań, np. w czasie odpoczynku lub zabawy swobodnej (szcze-

gólnie, gdy nie dogadują się z rówieśnikami lub nie potrafią zaplanować własnej aktywności). Oczywiście nauczyciel nie powinien stymulować każdej aktywności dziecka (może to doprowadzić do sytuacji, w której przedszkolaki nie potrafią współpracować, czy organizować zabawy bez wsparcia dorosłego), ale sztuką jest wychwycenie momentu między „nudą” stymulującą kreatywność i samodzielność, a chwilą tęsknoty.

W obliczu aktualnych wyzwań adaptacyjnych szczerowość w rozmowach z dziećmi nabiera szczególnego znaczenia. Choć wydaje się, że dzieci są beztroskie i nie rozumieją złożoności problemów dorosłych, w czasie epidemii wiele maluchów odczuwało niepewność i lęk z powodu zagrożenia wirusem. Dzieciom trudno pojąć działanie wirusa, którego nie widać, nagłego wprowadzenia nowych zakazów i nakazów czy zaburzenia znanego im rytmu życia. Dlatego nauczyciele, nawet na zajęciach opiekuńczych, powinni rozmawiać z dziećmi o koronawirusie. Takie zajęcia mogą opierać się na:

- ▶ oglądaniu krótkich filmów profilaktycznych (także w wersji animowanej) dotyczących koronawirusa (np. *Bajka o koronawirusie*, czytana przez J. Boberka),

- ▶ omówieniu *Koviksiążki (Covibook)*, autorstwa M. Moliny (dostępna w polskiej wersji językowej na stronie autorki: <https://www.mindheart.co/descargables>),
- ▶ zagranie w grę, w której dzieci pokonują koronawirusa, autorstwa M. Sobkowiak (dostępna na stronie autorki: <https://www.mindheart.co/descargables>),
- ▶ ćwiczeniach w dokładnym myciu rąk, „na sucho” i w przedszkolnej łazience,
- ▶ ćwiczeniach w bezpiecznym kaszleniu i kichaniu (aktualnie tylko w formie symulacji),
- ▶ projektowaniu korona-mody, czyli najbardziej kolorowych lub optymistycznych wzorów na maseczkach i kombinezonach.

Zajęcia edukacyjne o koronawirusie mają szczególne znaczenie – nie tylko uczą dzieci prozdrowotnych praktyk, ale także pozwalają oswoić to, co nieznane. Aby wytłumaczyć dzieciom profilaktyczne znaczenie mycia rąk, można wykonać eksperyment, do którego potrzebne będzie płaskie naczynie, woda, pieprz oraz patyczki do uszu – jeden nasączony mydłem. Nauczyciel nalewa wody do miski i wsypuje pieprz, a potem prosi dziecko, by najpierw dotknęło taflę suchym wacikiem (pieprz osadzi się na nim), a następnie wacikiem nasączonym mydłem. W drugim przypadku, gdy tylko mydło dotknie wody, pieprz „ucieknie”. Pomocze to maluchom zrozumieć reakcję drobnoustrojów na kontakt z mydłem.

W komentarzu możemy wyjaśnić, że wirusy i bakterie są jeszcze mniejsze od pieprzu. Chociaż ich nie widzimy, po dokładnym myciu rąk wiemy, że większość z nich „ucieknęła” przed mydłem. W czasie tej aktywności należy uważać, by dzieci nie dotykały oczu (ze względu na użycie pieprzu).

Podsumowując, w rozmowach o wirusie przedstawiamy dzieciom proste informacje (bez zbytniego wnikania w szczegóły), przekazujemy fakty, a nie opinie czy przesady. Ponadto nawet w trosce o bezpieczeństwo dziecka nie straszmy wirusem (sytuacja i tak jest już napięta) oraz mówmy o nim jako o rodzaju kary za nieodpowiednie zachowanie („Jak nie będziesz posłuszny, przyjdzie wirus i cię zje!”). Rozmowy o wirusie to także okazja do tego, by wspomnieć o pracy służb (medycznych i porządkowych) oraz wolontariuszy i ich ważnej roli w przeciwdziałaniu epidemii i pomaganiu innym – zarówno w czasie epidemii, jak i na co dzień.

### Bliskie kontakty pierwszego stopnia

Nawiązanie do historii *science-fiction* doskonale obrazuje nie tylko wygląd personelu przedszkola (maseczki, przyłbice, rękawiczki, kombinezon do pomocy w czynnościach higienicznych), ale także konieczność zachowania dystansu społecznego. Nawet powierzchowne kontakty interpersonalne są podporządkowane ścisłym procedurom. W obliczu wszystkich ograniczeń związanych z epidemią to wydaje się być najtrudniejsze. Nauczyciele martwią się, że nie wolno im przytulić płaczącego dziecka, wziąć go na kolana, pogłaskać po głowie na pocieszenie, ale także rozdzielić przedszkolaków zachowujących się wobec siebie agresywnie. Jest to wybór między złamaniem procedur (i potencjalnym zagrożeniem dla zdrowia), a wsparciem dziecka i realizowaniem obowiązków zawodowych. Najtrudniejsze w podjęciu takiej decyzji (choć o wyborze nie powinno być mowy) jest przyjęcie odpowiedzialności za narażenie zdrowia (a nawet życia) drugiej osoby. W tej sytuacji rozmowa wychowawcza nabiera szczególnego znaczenia.

### Nie ma tego złego...

Pandemia koronawirusa wywołała ogólnoświatowy kryzys, w którym jesteśmy bombardowani (*fake*)*newsami* o niepokojącej treści. Żyjemy w obawie o zdrowie nasze i bliskich, niepewni jutra. Dzieci odczuwają emocje dorosłych oraz bacznie obserwują to, jak zmienia się codzienność. W tym okresie powrót do przedszkola to dla nich podwójny stres – rozstanie z rodzicami, z którymi spędzali dużo czasu w czasie kwarantanny oraz przyzwyczajanie się do nowych zasad i (być może innych, niż znane wcześniej) grup oraz nauczycielek. Chociaż w tej sytuacji skupiamy się przede wszystkim na wyzwaniach i ograniczeniach, warto pomyśleć o twórczym potencjale każdego kryzysu, który, przy podjęciu konstruktywnych działań, warunkuje rozwój. Przyjmując dzieci ponownie do przedszkola, pamiętajmy, że najlepszym przepisem na udaną (re)adaptację jest przekonanie, że każdego dnia będzie trochę lepiej.



**Alicja Mironiuk**

Nauczyciel wychowania przedszkolnego, nauczyciel języka angielskiego, animator, oligofrenopedałóg i wykładowca. Łącząc różne doświadczenia zawodowe, poszukuje twórczych metod w pracy z dziećmi i dorosłymi w odniesieniu do alternatywnych koncepcji pedagogicznych, idei zrównoważonego rozwoju oraz kultury popularnej