

Pobaw się ze mną!

W dzisiejszych czasach nie docenia się wartości zabawy i przeważnie myśli, że służy ona jedynie do wypełnienia czasu dziecku, które dzięki temu nie przeszkadza i jest spokojne. Dzieci bawią się coraz mniej i powtarzają w obsesyjny i mało kreatywny sposób zabawy zaobserwowane w telewizji lub w grach dla dorosłych. Telewizja, komputer, gry video i nowoczesne zabawki zostawiają mało miejsca dla wyobraźni, ograniczają rozwój różnych umiejętności i niszczą okazje do organizowania zabaw grupowych i indywidualnych. Ponadto dziecko jest coraz bardziej zmuszane do przebywania w domu, bo poza nim jest mało bezpieczne.

Dzieciom często nie wolno używać przestrzeni miejskiej, bo przeszkadzają; ulice są niebezpieczne, na podwórkach pełno samochodów - nie wolno grać w piłkę. Dzielnice nie mają cech dawnych przedmieść, gdzie wszyscy się znali i do wieczora razem biegali na podwórku czy łące za domem. Do tej często „wymuszonej” samotności dochodzi samotność spowodowana brakiem rodziców, którzy prawie zawsze są bardzo zajęci i coraz mniej czasu spędzają z dziećmi. Jedynie wieczorami i to zazwyczaj przed telewizorem. Dobrze, że powiększyła się liczba placów zabaw czy boisk, ale znalezienie czasu na zabawę z dzieckiem jest dziś dla zajętych rodziców bardzo trudne.

To jednak absolutnie konieczne i potrzebne do prawidłowego rozwoju poznawczego i emocjonalnego naszych pociech. W rzeczywistości zabawa to „laboratorium życia” - to sposób stawiania czoła rzeczywistości, to radość i wolność, które dają optymizm i energię. Zabawa jest pracą dzieci i okazuje się ważna dla rozwoju umysłowego. Ma bezsporne znaczenie w rozwoju fizycznym. Podczas zabaw dzieci sprawdzają swoją kreatywność, uczą się rozwiązywania problemów, poznają otaczający je świat i zdobywają wiedzę. Zabawa pomaga tworzyć osobowość socjalną dziecka, która określa sposób, w jaki dziewczynka lub chłopiec zachowuje się w obecności innych osób. Bawiąc się dzieci mogą występować w różnych udawanych rolach i wybierać niektóre elementy, kształtując swoją własną osobowość. Dzieci lubią się przebierać, odgrywać różne role i zamieniać się na przykład w jakieś zwierzątka.

Zabawa również dostarcza wiedzy na temat sposobów, w jaki ludzie postępują z innymi ludźmi - zasad, nagród i kar. Transformacja rzeczywistości w chwili zabawy pozwala dziecku rozwijać się, wychowywać, dojrzewać, a dzięki temu ustalać pozytywny stosunek do rzeczywistości i przystosowywać się do niej. Zabawa odgrywa ważną rolę w integracji społecznej, odpowiada na potrzebę wyrażania siebie i potrzebę przynależności do grupy. Kiedy dziecko popełni błąd „dla

zabawy” lub „w grze”, nie przenosi się to na jego życie codzienne i na jego „poważne” zachowania, nie ryzykuje ono bycia wyłączonym, ponieważ gra jest metodą uczenia się zarówno na poziomie fizycznym i społecznym, jak i na poziomie oceny swoich możliwości. Poprzez zabawy przekazywane są także informacje kulturowe, tradycje i modele życia grupy, do której dziecko należy.

Rola komunikowania się z dzieckiem poprzez schematy gier i zabaw polega na stwarzaniu nowych doświadczeń i budowaniu osobistych relacji, wdrażanie reguł i zachowań charakterystycznych dla „gry”, które to później dziecko ma możliwość przenieść do życia codziennego.

Rodzicom często brakuje pomysłów na to, jak zająć swoją pociechę, zwłaszcza, że upodobania najmłodszych szybko się zmieniają. **Musimy pamiętać, że zabawa ma ogromne znaczenie rozwojowe, ale by spełniała swoją funkcję, nie wystarczy samo udostępnienie wyszukanych zabawek, potrzebna jest obecność i integracja rodziców w zabawę.** To rodzice dają poczucie bezpieczeństwa, dostarczają pomysłów, uczą jak się bawić, stanowią wzór do naśladowania w zabawie w role, dzięki którym dziecko poznaje świat dorosłych. Czas, który rodzice poświęcają swym pociechom na zabawę doskonale przygotowuje je do dorastania, do życia w społeczeństwie. Często wystarczy zdać się na kreatywność dziecka - ono zazwyczaj wie, w co chce się bawić. Nie traktujmy dziecięcych zabaw jak marnowania czasu. To czas ogromnej aktywności umysłowej, emocjonalnej i fizycznej. Czasem więcej mądrości wpojmy dziecku odgrywając w zabawie rolę np. mądrego smoka, niż kiedy to usiądziemy przy stole i zrobimy mu „mądry wykład”. Dziecko też łatwiej otworzy się i powie o swoich problemach w zabawie niż wprost. Ono wcale nie chce stosu zabawek, potrzebuje natomiast czasu spędzonego z nami na zabawie. Godzina bądź przynajmniej pół godziny dziennie zabawy ma bezcenne znaczenie w jego rozwoju, niezwykle silnie wzmacnia naszą więź z dzieckiem.

Dlatego właśnie, **kiedy usłyszysz: „mamo, tato pobaw się ze mną” - nie odsyłaj dziecka do telewizora, gry czy zabawek, tylko znajdź czas i chęć, bo naprawdę warto!** Ten czas nie wróci, dlatego nie zmarnujmy go i bawmy się z naszymi dziećmi.

mgr Monika Kofel-Dudziak
Centrum Pomocy Psychologicznej i Terapii
tel. 783 133 336