

Recenzja książki Natalii Łasochy i Moniki Majewskiej

pt. „Czuciaki idą do przedszkola!”

Rozpoczęcie edukacji przedszkolnej jest dla dziecka jednym z pierwszych ważnych kroków poza bezpieczny (zwykle) i dobrze mu znany świat domowy. To moment pełen zarówno ciekawości, jak i napięcia, niepewności, tęsknoty, niekiedy poczucia zawstydzenia, złości, a nawet lęku. Dziecko, które przekracza próg przedszkola, nie potrzebuje od dorosłych zapewnień, że *nie ma się czego bać* – o tym przekona się samo. Istotna jest dla niego obecność osoby, która pomoże mu nazwać to, co przeżywa, przyjmie jego emocje i z czułością pokaże, że każda z nich ma swoje miejsce oraz znaczenie.

Książka „Czuciaki idą do przedszkola!” w niezwykle delikatny, mądry i przystępny sposób odpowiada właśnie na te dziecięce potrzeby, stanowiąc naturalne rozwinięcie ogólnopolskiego projektu edukacyjnego „Czuciaki z Krainy Emocji” miesięcznika BLIŻEJ PRZEDSZKOLA, znanego nauczycielom, dzieciom i rodzicom. Maluchy, które poznają je po raz pierwszy, szybko poczują, że Czuciaki mogą stać się bliskimi przewodnikami po tym, co dzieje się w ich myślach, sercu i ciele.

Największą wartością tej książki jest to, że nie dzieli ona emocji na *dobre* i *złe*. Strach, smutek, wstyd, współczucie, zazdrość, wstręt, radość, duma czy zdziwienie zostają pokazane jako naturalni towarzysze codziennych doświadczeń dziecka. Dzięki temu Mały Czytelnik nie otrzymuje komunikatu: *nie czuj tego, lecz słyszy: zobaczmy, co dzieje się w Tobie*. To niezwykle ważne, gdyż edukacja emocjonalna u progu przedszkola polega na budowaniu języka emocji, poczucia bezpieczeństwa, zdolności do samoregulacji oraz zaufania, że z trudnym uczuciem nie trzeba pozostawać samemu.

Autorki z dużą wrażliwością pokazują sytuacje bliskie każdemu przedszkolakowi: rozstanie z rodzicem, pierwsze wejście do sali, kontakt z

nauczycielką/nauczycielem, wspólną zabawę i sprzątanie po niej, posiłek, zazdrość o kolegę/koleżankę czy dumę z własnej odwagi. To właśnie codzienność staje się tutaj przestrzenią rozwoju emocjonalnego, w której dziecko uczy się emocji z opowieści, obrazu, relacji i doświadczenia. W historii może z łatwością zobaczyć samego siebie – trochę przestraszonego, a jednocześnie ciekawego, czasem odczuwającego zawstydzenie, a innym razem radosnego i dumnego, że zrobił skutecznie coś po raz pierwszy.

Szczególnie cenne jest również pokazanie dorosłych jako osób, które nie zawstydzają głównej bohaterki – Zuzi – z powodu tego, że przeżywa otwarcie swoje emocje, lecz jako uważnych towarzyszy tego procesu. Mama, pani nauczycielka i brat dziewczynki – Antek – nie unieważniają jej przeżyć, nie poganiają i nie oceniają. Ich obecność staje się dla Zuzi regulującym i spokojnym punktem odniesienia. To ważny przekaz zarówno dla rodziców, jak i nauczycieli wychowania przedszkolnego: dziecko uczy się radzenia sobie z emocjami najpierw poprzez relację z dorosłym, który sam potrafi się zatrzymać w momencie przeżywania, nazwać doświadczane uczucie i zapewnić bezpieczeństwo do jego wyrażenia.

„Czuciaki idą do przedszkola!” to książka, która może stać się bardzo przydatnym narzędziem wspierającym adaptację przedszkolną maluszków, pomagając im oswoić to, co nowe, a dorosłym przypomnieć, że za każdym dziecięcym zachowaniem kryje się jakieś przeżycie. To publikacja ciepła, mądra i potrzebna – zarówno do czytania w domu (przed pierwszym dniem w przedszkolu), jak i do pracy z całą najstarszą grupą żłobkową czy podczas zajęć adaptacyjnych z przyszłymi przedszkolakami.

Jako psycholog i psychoterapeuta widzę w tej książce szczególną wartość – pomaga ona budować mosty pomiędzy światem dziecięcych emocji, a językiem osób dorosłych. Pokazuje, że emocje nie są przeszkodą w rozwoju, a jego ważną częścią. Jeśli więc nauczymy dzieci je rozpoznawać, rozumieć, co czują,

podarujemy im coś dużo większego niż jedynie przygotowanie do warunków przedszkolnego funkcjonowania – zbudujemy im fundament przyszłych relacji, odporności psychicznej, poczucia własnej wartości oraz rozbudzimy odwagę, by mówić o sobie prawdziwie.

To czuły, bezpieczny i bardzo potrzebny przewodnik po pierwszych okołoprzedszkolnych emocjach, który nie tylko opowiada Maluszkowi o nowej codzienności, lecz przede wszystkim pokazuje mu, że wszystko, co czuje – ma znaczenie.

dr Agnieszka Gąstoł
psychoterapeuta, psycholog
pedagog specjalny
@schematia