

Po wielu latach doświadczeń i czerpania inspiracji z różnych źródeł wypracowałam własny warsztat pracy z dziećmi w przedszkolu. Warsztat ten przeniósł się również na inne obszary mojego życia. Głównym jego filarem jest wartość zwana szacunkiem w szerokim znaczeniu tego słowa. To szacunek do dziecka, szacunek do siebie jako dorosłego, szacunek do otoczenia. Wiąże się on z dbaniem o siebie, a co za tym idzie – również z wyznaczaniem granic sobie i innym, nie zapominając o empatii, która jest potrzebna, by jak najlepiej zrozumieć swoje dziecko czy swojego podopiecznego. Do tej mieszanki dołożę jeszcze uważność w stosunku do siebie – by rozpoznawać, co się z nami dzieje – oraz do świata, a także zdawanie sobie sprawy z emocji, które się pojawiają, nazywanie ich i odszyfrowywanie, jaki dają nam sygnał, o jakiej mówią niezaspokojonej potrzebie. Kiedy dbamy o siebie, jesteśmy w stanie otworzyć się na innych, pomagać im, rozumieć ich, nie oczekując nic w zamian. Gdy sami jesteśmy w potrzebie, wiemy, do kogo możemy zwrócić się o pomoc, by odzyskać równowagę i ponowną moc dawania. Kiedy naszemu życiu nie tylko w pracy towarzyszy szacunek, mamy swego rodzaju drogowskaz wyznaczający drogę, którą powinniśmy iść.

Budując relacje z ludźmi oparte na szacunku, zacieśniamy więzi – w takich relacjach budzi się zaufanie, a potrzeba bezpieczeństwa i ważności dla drugiej osoby jest zaspokojona. To działa w obie strony. Mamy chęć niesienia pomocy, a to z kolei rodzi poczucie wdzięczności, które również dodaje pozytywnej energii, otwiera na nowe pomysły, rozbudza chęć do działania. Jeśli widzimy uśmiechnięte twarze naszych podopiecznych, to również sprawia nam przyjemność i naturalnie czerpiemy z tego radość. Traktując dzieci z szacunkiem, po prostu po ludzku, uczymy je poprzez nasze zachowanie.

Ponieważ pracuję w przedszkolu, gdzie dzieci są małe i zdane na dorosłego, w wielu kwestiach oparłam swoją pracę na tych czterech głównych składowych. Pomagają mi one w przekazywaniu wartości szacunku, budowaniu świadomości zarówno fizycznej, jak i emocjonalnej. Pomagają mi tworzyć pozytywne relacje z dziećmi i rodzicami, ale także wpływają na relacje między dziećmi w grupie, w której funkcjonujemy. Szacunek oczywiście rozumiemy dość szeroko i jest

w nim miejsce na uważność, akceptację, samoświadomość, empatię, odpowiedzialność, piękno, miłość.

Składowymi mojego warsztatu pracy są:

- świadomy i odpowiedzialny dorosły, który poprzez swoje zachowanie staje się autentycznym przykładem, jak sobie radzić, w sposób empatyczny wyznacza granice, dając dzieciom poczucie bezpieczeństwa i akceptacji; jest odważny w doświadczaniu i zaufaniu do dziecka;
- bajki terapeutyczne pokazujące bohaterów, z którymi dzieci mogą się utożsamiać i dzięki którym będą poszerzać swój wachlarz możliwości zachowania w różnych trudnych sytuacjach – mogące je modelować;
- ruch, piosenka, zabawa, które budzą emocje, uczą nazywania ich i radzenia sobie z nimi, rozładowują je, sprawiają przyjemność, integrują, pozwalają zainteresować, zmotywować i w sposób naturalny uczyć się dziecku, bez przymusu;
- codzienność, która jest bazą do nauki życia.

Rozdziały często będę zaczynała od jakiegoś przykładu, historii wziętej z życia, materiału, z którego korzystałam, bo wydaje mi się, że w ten sposób przybliżę się do was, czytelników. Niektóre historie może będą podobne do waszych, a to pozwoli przełożyć moje doświadczenia na wasze. Zależy mi na tym, aby to, co przedstawiam, było potraktowane jako składniki szwedzkiego stołu – stołu moich doświadczeń, którymi chciałabym się podzielić.