

Jolanta GRACZYKOWSKA

Doświadczenia i korzyści płynące z wdrażania programu „Original Play”™ wśród dzieci i młodzieży w Polsce

Praca ta dotyczy zagadnienia zabawy pierwotnej i jej roli w życiu człowieka na różnych etapach jego rozwoju, w szczególności w życiu dzieci i młodzieży. Temat zaś korzyści płynących z „Original Play”™ rozpatrzony zostanie z punktu widzenia psychologicznego, pedagogicznego i bio-fizycznego.

Podjęcie problematyki zabawy pierwotnej i ukazanie jej walorów i aspektów w życiu dzieci i młodzieży wydaje się być niezwykle ważne. Zbiega się ono jednocześnie z zaobserwowanym przeze mnie niedostrzeżeniem i niedocenianiem roli i korzyści płynących z procesu zabawy oraz bezradnością dorosłych w obliczu narastających problemów wychowawczych i opiekuńczych.

Program „Original Play”™ funkcjonuje w Polsce od kilku lat. Jest rezultatem ponad 30-letnich badań dr Freda Donaldsona nad zachowaniami towarzyszącymi zabawie dzieci, dorosłych oraz dzikich zwierząt na całym świecie. F. Donaldson jest światowej sławy pionierem w zastosowaniu pierwotnej zabawy jako alternatywy dla agresji, przemocy i wykorzystywania. Stworzył termin „Original Play”™ – „Pierwotna Zabawa” w odróżnieniu od zabaw kulturowych powszechnie znanych w nauczaniu i wychowaniu dzieci.

„ORIGINAL PLAY”™ różni się zasadniczo od zabaw kulturowych, czy powszechnie rozumianej zabawy. W pierwotnej zabawie docieramy do pierwotnych mechanizmów zachowań. Taka zabawa wolna jest od konkurencji, rywalizacji i towarzyszącego im uczucia przegranej lub wygranej. Pierwotna zabawa jest darem, z jakim przychodzimy na świat. Zabawa kulturowa jest zachowaniem wyuczonym (F. Donaldson).

Głównym celem programu „Original Play”™ jest poprawa relacji zarówno między indywidualnymi osobami, jak i w grupie poprzez wyeliminowanie agresji i przemocy w relacjach międzyludzkich oraz promowanie uprzejmości i więzi miłości w relacjach międzyludzkich, sprawienie, by każde dziecko czuło się i było bezpieczne oraz kochane.

„Original Play”™ jest procesem psychologicznym i fizjologicznym. Jest połączeniem aspektów poznawczych, emocjonalnych, uczuciowych oraz sensoryczno-motorycznych w procesie uczenia się. Jest procesem, który jedynie poprzez doświadczenie może zostać w pełni zrozumiany, rozwinięty i dopracowany.

Jest to proces uniwersalny, wykraczający poza granice kulturowe, społeczne, czy językowe. Dzięki temu stanowi jednocześnie podstawę komunikacji międzyludzkiej i integracji międzykulturowej.

Jest miejscem spotkania, w którym możemy odczuwać przynależność ponad izolacją oraz podziałami narzuconymi przez kategorie.

Program „Original Play”™ jest programem profilaktycznym, interwencyjnym i strategicznym:

- uczy jak, bez użycia siły, reagować na agresję, przemoc oraz inne negatywne zachowania, zachowując jednocześnie poczucie własnej wartości i nie naruszając tego poczucia u innych;
- dostarcza możliwości wyboru postępowania bez chęci rewanżu w sytuacji agresji, przemocy, czy poczucia zagrożenia;
- przekształca głęboko zakorzenione, negatywne nawyki, wzorce i schematy zachowań w nawyki oparte na poczuciu bezpieczeństwa, miłości i poczuciu przynależności;
- stwarza bezpieczną przestrzeń dla wyrażenia agresji fizycznej, czy słownej, umożliwiając jednocześnie bezpieczne jej przekształcenie;
- propaguje sens poczucia przynależności jako najlepszej alternatywy dla lęku i rywalizacji;
- tworzy optymalne warunki dla rozwoju kreatywności, rozwoju osobistego i uczenia się;
- zwiększa możliwości adaptacji w zmieniających się warunkach życia.

Dla mnie najistotniejsza w pracy pedagogicznej zawsze była przyjazna atmosfera oparta na wzajemnym zaufaniu, akceptacji, radości z bycia i działania razem. Moja praca zawsze zmierzała w kierunku integrowania dzieci, tworzeniu poczucia przynależności i zapewnieniu dzieciom poczucia bezpieczeństwa. Była to dla nas baza, na, której wszyscy z przyjemnością uczestniczyliśmy w procesie uczenia się.

Moje pierwsze, osobiste doświadczenia w „ORIGINAL PLAY”™, sprawdzona przeze mnie w przeciągu kilku lat skuteczność pierwotnej zabawy w pracy z dziećmi prawidłowo rozwijającymi się, z dziećmi z różnymi wyzwaniami rozwojowymi, edukacyjnymi, zdrowotnymi umocniły mnie w przekonaniach o wartości tego programu, a także o potrzebie upowszechniania idei „ORIGINAL PLAY”™ oraz wdrażania go wśród dzieci i młodzieży w Polsce.

Z doświadczeń we wdrażaniu programu „ORIGINAL PLAY”™ w Polsce i innych częściach świata wynika, że dzieci wymagające specjalnej troski, dzieci z zaburzeniami w rozwoju, bawią się w taki sam sposób jak dzieci prawidłowo rozwijające się. Wspólna zabawa wszystkich dzieci daje im poczucie jedności i przynależności do grupy. Potrzeba zabawy tkwi w każdym z nas. To, czego oczekują od nas dzieci w zabawie, to umiejętność odwzajemnienia tego, czym one nas obdarowują, czyli pełnią zaufania i miłością.

Pierwotna zabawa jest naturalną, dobrowolną i bezinteresowną aktywnością dziecka, w której znajduje ono radość. Ma ogromne znaczenie dla wszechstronnego rozwoju dziecka i jest optymalną relacją interpersonalną dla uczenia się. Podczas zabawy dzieci uczą się, jak się uczyć.

We wczesnym dzieciństwie podczas zabawy najłatwiej i najszybciej rozwijają się takie cechy osobowości jak: spontaniczność, ciekawość świata, wyobraźnia, kreatywność i zaufanie. Jeśli poświęcimy odpowiednią ilość czasu na dokładne wykształcenie u dzieci tych podstawowych cech, będą one lepiej przygotowane do przyswajania nowych umiejętności na wyższych poziomach rozwoju.

Program „Original Play”™ adresowany jest do:

- 1) Dorosłych – wychowawców, nauczycieli wszystkich poziomów nauczania, rodziców, opiekunów, pracowników placówek opiekuńczo-wychowawczych, interwencyjnych, ośrodków szkolno-wychowawczych, przedszkoli, placówek dla dzieci ze specjalnymi potrzebami, placówek integracyjnych, placówek resocjalizacji młodzieży, ośrodków dla nieletnich przestępców, i innych placówek zajmujących się edukacją i opieką nad dziećmi, wraz z pracownikami niebędącymi bezpośrednimi wychowawcami (np. strażnicy, policjanci, kuratorzy), pracowników służby zdrowia, pracowników socjalnych, trenerów;
- 2) Dzieci i młodzieży w każdym wieku, niezależnie od poziomu rozwoju psycho-ruchowego.

Program „Original Play”™ znalazł dotychczas zastosowanie w Polsce w: szkołach podstawowych, gimnazjach, przedszkolach, placówkach dla dzieci ze specjalnymi potrzebami, placówkach integracyjnych, ośrodkach szkolno-wychowawczych, szpitalach dziecięcych i innych placówkach zajmujących się edukacją i opieką nad dziećmi (ogniska szkolno-wychowawcze, świetlice socjoterapeutyczne).

Uczestnikami moich zabaw są dzieci prawidłowo rozwijające się, dzieci z agresją, z nadpobudliwością psychoruchową, autyzmem, porażeniem mózgowym, dzieci niewidome, niesłyszące, dzieci chore na nowotwory, dzieci podtrzymywane przy życiu przez respiratory, dzieci z wieloma innymi problemami rozwojowymi, zdrowotnymi i edukacyjnymi.

W Szkole Podstawowej nr 92 w Warszawie program „Original Play”™ realizowany jest przeze mnie w ramach zajęć pozalekcyjnych dla dzieci. Nauczyciele przeszkoleni w zakresie tego programu wykorzystują umiejętności budowania poprzez zabawę przyjaznej, serdecznej atmosfery w klasie, stosując z efektami nowe sposoby radzenia sobie z trudnymi sytuacjami szkolnymi.

Program „Original Play”™ otrzymał rekomendację Centralnego Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli w Warszawie. Spotkał się z wyrazami akceptacji dla propagowanych wartości, jego prostoty i bogactwa jednocześnie oraz zyskał opinię programu, który powinien być włączony w program szkoleń dla nauczycieli.

W oparciu o program „Original Play”™ opracowany został przeze mnie projekt „Dzieciństwo bez przemocy i lęku”. Projekt ten przedłożony został w CODN w Warszawie.

Projekt „Dzieciństwo bez przemocy i lęku” bazuje na głównych wartościach:

- każde dziecko potrzebuje bezpieczeństwa i miłości do prawidłowego rozwoju i uczenia się;
- dzieci nie powinny używać energii we własnej obronie;
- pierwotna zabawa tkwi w naturze każdego dziecka;
- bezpieczny, czuły dotyk, w naturalny sposób wynikający z zabawy, jest niezwykle istotny, by uczyć dzieci pozytywnego, społecznego zachowania;
- pierwotna zabawa pozbawiona rywalizacji jest źródłem pokoju na świecie.

Praktyka „Original Play”™

W „Original Play”™ mogą uczestniczyć wszystkie dzieci, niezależnie od wieku i poziomu rozwoju. Wspólna zabawa wszystkich dzieci daje im poczucie jedności, poczucie przynależności do grupy. Jest to możliwe dzięki temu, iż w pierwotnej zabawie nie bazujemy na umiejętnościach typowych w zabawach i grach kulturowych, nie różnicujemy dzieci i nie etykietujemy.

Zasadą uczestnictwa w zabawie jest dobrowolność. Przebieg zabawy należy dopasować do potrzeb i sytuacji w danej grupie.

Aby pierwotna zabawa zapoczątkowała proces przemian niezbędna jest otwartość dorosłych na aktualny stan emocjonalny, psycho-fizyczny dzieci. W praktyce oznacza to bycie uważnym, gotowym na przyjęcie dziecka takim, jakie jest w danej chwili. Oznacza to pełną, bezwarunkową akceptację dziecka. W procesie pierwotnej zabawy niezmiernie ważne jest, by być autentycznym, tzn. prezentować dzieciom postawę zgodną z wewnętrznymi odczuciami. Doświadczeniu bezwarunkowej akceptacji, empatycznego zrozumienia i autentyczności wiele uwagi poświęcili psychologowie humanistyczni. (C.R. Rogers, A. Maslow)

Istotne jest, by nie przekraczać w zabawie granic, które wyznacza dziecko. Dotyczy to ekspresji jego zachowań, intensywności i dynamiki, a także poszanowania granic ciała. W przypadku dzieci, które nie wyrażają chęci do zabawy, należy kierować się zasadą nie przymuszania dzieci do udziału w zabawie. Mogą one pozostać w miejscu zabawy w roli obserwatora. Zabawa pierwotna jest procesem udzielającym się. Dzieci, które obserwują zabawę doświadczają emocji przeżywanych przez dzieci bawiące się. Doświadczenia moje sprowadzają się do wniosku, iż nie ma dziecka, które nie chciałoby się bawić. Potrzebny jest czas, poczucie bezpieczeństwa, zaufanie, by dziecko wyrażające lęk przed zabawą, przekroczyło własne zahamowania, bariery ograniczające jego spontaniczność i pragnienie zabawy. Problemy z zaangażowaniem się w zabawę wynikają najczęściej ze złych doświadczeń w relacjach z dorosłymi lub rówieśni-

kami. Przekroczenie lęków i włączenie się do zabawy owocuje radością z przeżywania wspólnej zabawy.

W zabawie wszyscy uczestniczymy w procesie dawania i brania, przekazujemy dzieciom informację, iż nie ma powodu do lęku i, że każde dziecko warte jest miłości. Uczestnicy zabawy są dla siebie towarzyszami, a nie rywalami, dlatego podczas pierwotnej zabawy uczymy się dzielenia i współodczuwania.

Przeprowadzenie zabaw wymaga przygotowania bezpiecznych warunków do zabawy. Potrzebne jest miejsce dające poczucie fizycznego bezpieczeństwa (pomieszczenie z materacami gimnastycznymi, maty itp.).

Czas trwania zabaw uzależniony powinien być od potrzeb dzieci. W przebiegu zabaw dostrzec można fazy zwiększonej lub obniżonej aktywności dzieci. Faza obniżonej aktywności jest dobrym momentem na wyciszenie i zakończenie zabawy. Warunkiem w „Original Play”™ jest przede wszystkim obecność dorosłej osoby dającej poczucie bezpieczeństwa zarówno fizycznego jak i psychicznego. Jak mówi F. Donaldson: „Najlepszym schronieniem dla człowieka jest drugi człowiek”.

Od umiejętności stworzenia bezpiecznych warunków do zabawy, sprawnego reagowania w trudnych sytuacjach zależeć powinna liczba dzieci biorących w niej udział.

Bycie praktykiem „Original Play”™, czyli współuczestnikiem zabaw dzieci nie jest zadaniem łatwym. W szkołach podstawowych do najczęściej zauważanych przejawów agresji fizycznej wśród uczniów zalicza się: pobicia i bójki, przestraszanie, odbieranie siłą, niszczenie cudzych rzeczy, niszczenie sprzętu szkolnego, zachęcanie do bicia, wymuszenia, bicie młodszych kolegów. Agresja słowna uczniów wyraża się w: groźeniu pobiciem, napastliwych wypowiedziach, straszaniu, odpędzaniu, groźbach, przezywaniu, przekleństwach, ordynarnych odzywkach, wyśmiewaniu się, kłótniach, groźeniu, skarżeniu (Miłkowska-Olejniczak, 1996). Z większością tych zachowań stykam się w trakcie zabaw z dziećmi.

„Original Play”™ umożliwia dzieciom łatwiejszy i szybszy dostęp do ich uczuć. W zabawie zachowują się one intuicyjnie i instynktownie postępują w najlepszy sposób – odreagowują problemy, z jakimi spotykają się w życiu codziennym.

Brak reguł, do których musiałyby się dostosować dzieci w czasie zabawy i, które to ograniczałyby jednocześnie ich ekspresję emocjonalną i fizyczną często powoduje natychmiastowe uwolnienie się różnych przejawów agresji oraz innych negatywnych zachowań. Niezwykle ważne jest, więc posiadanie umiejętności, które pozwolą nam dorosłym bezpiecznie reagować w sytuacji zagrożenia, agresji fizycznej, czy słownej, tak by zapewnić bezpieczeństwo sobie, dzieciom, czy młodzieży, która takie zachowania przejawia.

„Original Play”™ tworzy „otwartą przestrzeń”, w której dajemy dzieciom pozwolenie na podjęcie i rozwinięcie inicjatywy w działaniu. Dzięki temu w zabawie znajdują ujście uczucia dzieci, ale i ich pragnienia i potrzeby.

„Original Play”™ opiera się na komunikacji pozawerbalnej: gestach, spojrzeniu, uśmiechu, wyrazie twarzy, postawie ciała, ruchu, w naturalny sposób wynikających z zabawy. Pomaga w sposób niewerbalny „odczytać” i zrozumieć drugiego człowieka.

„Original Play”™ oznacza umiejętność odpowiedzi miłością w chwili ataku. Dziecku, które zachowuje się agresywnie wobec innych należy się takie samo wsparcie jak i dziecku, które jest atakowane. Miłość do dziecka jest podstawą pozytywnych przemian w zachowaniu. Kiedy dzieci czują się bezpieczne, czują bezwarunkową akceptację i mają poczucie przynależności do grupy, nie mają potrzeby korzystania z mechanizmów obronnych lub mechanizmów walki; mogą aktywnie funkcjonować i uczyć się czegoś nowego. Wyrabiają w sobie nawyki, które pozwalają im inaczej traktować agresję, poczucie zagrożenia i niebezpieczeństwa.

Korzyści z wdrażania programu „Original Play”™ wśród dzieci i młodzieży w Polsce

Wnioski dotyczące korzyści z wdrażania programu „Original Play”™ wśród dzieci i młodzieży wynikają z wieloletnich obserwacji i doświadczeń F. Donaldsona oraz moich własnych obserwacji w zabawie z dziećmi, z badań, jakie przeprowadzone były w tym zakresie, analizy dostępnej mi literatury, opinii znanych uczonych, a także z licznych konsultacji ze specjalistami sprawującymi profesjonalną opiekę nad dziećmi doświadczającymi „Original Play”™ oraz ich rodzicami.

Z moich obserwacji wynika, że „Original Play”™ nie spełnia jakiejś jednej wyizolowanej funkcji. Oferuje dzieciom całe spektrum doświadczeń z niezliczonymi korzyściami w rozwoju emocjonalnym, społecznym, psychofizycznym, bio-fizycznym. Dzieci, którym stwarzamy możliwość rozwijania się poprzez pierwotną zabawę, otrzymują wiele trwałych korzyści.

Korzyści w rozwoju emocjonalnym i w zachowaniu

Stworzenie warunków sprzyjających ciągłości rozwoju emocjonalnego jest niezbędne od poczęcia. Etap noworodkowy uważa się za podstawę tworzenia się różnych zachowań emocjonalnych, które utrwalone w tym czasie dają o sobie znać w latach dojrzałych. Na tym etapie niezbędna jest fizyczna obecność kochającej matki, rodzonej lub zastępczej. Oczywiście nie chodzi tu o bezustanne przebywanie z dzieckiem, lecz o odczuwanie przez nie matczynej bliskości (M. Łopatkowa, 1992). Wczesny dotyk prowadzi zdaniem R. Sylwester do wzmocnienia systemu immunologicznego, większego przyrostu wagi oraz stałej wrażliwości podwzgórza, co powoduje obniżenie poziomu hormonu stresu i uspokojenie dziecka. Kiedy dzieci dorastają, poziom oksytocyny i endorfiny

pochodzący z dotyku, daje nadal poczucie bycia kochanym oraz czyni z nich pewnych siebie, wartościowych, kochających ludzi.

Według W. Sikorskiego, dotyk sygnalizujący miłość i przywiązanie jest naszą podstawową potrzebą, równie silną jak głód, a może nawet silniejszą.

Zabawa obfitująca w bezpieczny, czuły dotyk kształtuje inteligencję emocjonalną i charakter. U dzieci, które doświadczają zabawy obserwuje się wzrost zdolności do rozumienia własnych emocji i emocji innych ludzi. Rozwijają się u nich zdolności regulowania ekspresji emocji, nabywają umiejętności zaradczych, które pozwalają im kształtować pozytywne kontakty z rówieśnikami i dorosłymi. Potrafią także na podstawie zewnętrznych przejawów emocji tj. mimika, ruch, przewidzieć zachowanie rówieśnika w zabawie. Od tego, jakie nastroje i uczucia dominują w dzieciństwie zależy kształtowanie się postawy wobec świata (A. Kępiński, 1983).

W studiach nad rodzinami posiadającymi dzieci w wieku 7–10 lat, bawiącymi się razem dr Weiss odkrył, że pierwotna zabawa daje dzieciom więcej pozytywnych uczuć i odczuć dotyczących ich samych oraz zwiększa świadomość ich ciała. Zabawa daje dziecku informację: „Lubię być blisko Ciebie”, „Miło jest być przy Tobie”.

„Original Play”™ wpływa również na:

- obniżenie poziomu stresu;
- redukcję lęków, niepokoju, uczucia bezradności i bezbronności w trudnych sytuacjach;
- wzrost elastyczności emocjonalnej, otwartości;
- redukcję zachowań agresywnych;
- wzbudzanie pozytywnych emocji, radości;
- zwiększenie poziomu odprężenia, spokoju;
- wzrost samooceny;
- zmniejszenie podatności na zranienia psychiczne;
- wzrost umiejętności radzenia sobie ze zmianami i sytuacjami zaskoczenia;
- umiejętność rozróżniania dobrego i złego dotyku;
- zmniejszenie zachowań obronnych przed dotykiem.

Korzyści w rozwoju społecznym

„Original Play”™ daje dzieciom sposobność do zdobywania różnorodnych doświadczeń w kontakcie ze sobą samym, a także z innymi ludźmi. Dzieci mogą wyrazić w zabawie swoje potrzeby i uczucia, mogą działać aktywnie i według własnego uznania. Mogą bez lęków doświadczać konsekwencji swojego postępowania. Aby móc dostrzegać odczucia drugiej osoby w sposób zróżnicowany i świadomy, muszą najpierw nauczyć się uświadamiać sobie własne uczucia, pozwolić sobie, aby się pojawiły, oraz otwarcie je wyrażać. Młodzi ludzie powinni umieć doświadczać tego, że również złość, wściekłość i agresja należą do natury każdego człowieka i dlatego też oni również mogą je odczuwać i wyra-

zać, bez jednoczesnego strachu czy poczucia winy, bowiem wtedy da się je kontrolować i konstruktywnie przezwyciężyć. (R. Portmman, 2004).

Do zapoczątkowania pozytywnych procesów społecznych nie nadają się zawody i wszelkiego rodzaju rywalizacja. Szeroko stosowane w szkolnictwie różne formy współzawodnictwa sprzyjają agresji (M. Łopatkowa, 1992). Na potrzebę usunięcia z systemu szkolnego współzawodnictwa zwracał uwagę W.D. Wall.

Rywalizacja ogranicza jednak zarówno liczbę prawdopodobnych rozwiązań jak i możliwości. Dodatkowo ma ujemny wpływ na nasze zdrowie, samopoczucie oraz poczucie bezpieczeństwa (F. Donaldson).

Ambicja rozwijana w warunkach rywalizacji czerpie swą energię z dążenia do pokonania przeciwnika. Ambicja rozwijana zaś w warunkach samorealizacji czerpie swą energię z dążenia do odkrywania i wykorzystywania w coraz wyższym stopniu własnych możliwości (M. Łopatkowa, 1992).

Bawiąc się bez rywalizacji można przekazać dzieciom doświadczenia korygujące pod względem społecznym i emocjonalnym, można przekształcić głęboko zakorzenione wzorce zachowań i przećwiczyć umiejętności niezbędne do prospołecznego zachowania (R. Portmann, 2004). W miarę rozwoju umiejętności komunikacyjnych i rozumienia uczuć innych osób szybko wzrastają umiejętności społeczne dzieci oraz usprawnia się nawiązywanie pozytywnych kontaktów w grupie.

Zdaniem D. Golemana, „Nasz mózg staje się naturalnym, kiedy jest pod wpływem bodźców do zabawy. To prowadzi nas do bycia bardziej społecznym” (Goleman, 180).

„Original Play”™ powoduje w sferze rozwoju społecznego:

- wzrost tolerancji i akceptacji różnic;
- wzrost samokontroli;
- wzrost poczucia bezpieczeństwa w relacjach z innymi;
- poczucie przynależności do grupy;
- łatwość nawiązywania kontaktów z innymi i integrowania się z grupą;
- umiejętność współdziałania w grupie;
- rozwój niewerbalnych umiejętności komunikowania się.

Korzyści w rozwoju psychofizycznym

„ORIGINAL PLAY”™ tworzy optymalne warunki dla rozwoju kreatywności, rozwoju osobistego i uczenia się. We wczesnym wieku przedszkolnym potrzeba aktywności i zadowolenia z niej są ściśle zintegrowane z potrzebami poznawczymi. Nie sposób, więc wyodrębnić motywów zabawowych od poznawczych (M. Dmochowska).

„Original Play”™ stymuluje zarówno ciało, jak i umysł. Całkowicie pochłania uwagę dzieci, angażuje wszystkie zmysły, integruje procesy poznawcze, senso-motoryczne i emocjonalne. Rozwija uniwersalne umiejętności uczenia się.

Zdaniem C. Hannaford dotyk w naturalny sposób płynący z zabawy daje poczucie bezpieczeństwa i przynależności, sprzyjając uczeniu się i odkrywaniu świata. Wyprzedza on zarówno słuch, jak i wzrok, będąc jednocześnie najważniejszym kanałem uczenia się (S. Goddard, 1996). Stymuluje produkcję NGH (nerwowego czynnika wzrostu), który z kolei stymuluje rozwój dendrytów na neuronach całego ciała oraz utrzymuje w dobrej formie nowe komórki nerwowe i połączenia dendrytów (C. Hannaford, *Serce dziecka*, Warszawa 2004, s. 144).

„Original Play”™ rozwija pamięć i twórczą wyobraźnię dzieci, doskonali i podnosi ich znaczenie. Wszechstronnie wpływa na rozwój ich woli, ponieważ jest związana z czynnymi przejawami osobowości dzieci.

„Original Play”™ sprzyja rozwojowi wszechstronnej sprawności fizycznej, szczególnie takich cech motoryki jak szybkość, siła, wytrzymałość, zwinność, moc, a także wielu umiejętności ruchowych, które ją zwiększają i wzbogacają. Na wytworzenie odpowiedniej sprawności ruchowej w zabawie decydujący wpływ ma charakterystyczna dla tego rodzaju aktywności: harmonia ruchów, rytm ruchu, jego płynność i elastyczność.

„Original Play”™ wpływa również na:

- wzrost efektywności funkcjonowania mózgu;
- wzrost postawy poznawczej oraz motywacji do uczenia się;
- wzrost efektywności uczenia się;
- usprawnienie motoryki dużej i precyzyjnej;
- wzrost koordynacji, poczucia równowagi, orientacji w przestrzeni i schemacie swojego ciała.

Korzyści bio-fizyczne oraz zdrowotne

„Original Play”™ jest podstawowym leczniczym procesem z biologicznymi, fizjologicznymi, zachowawczymi i społecznymi korzyściami (F. Donaldson, J. Graczykowska, 2006).

Moje doświadczenia w zastosowaniu „Original Play”™ w szpitalach, klinikach, wśród dzieci chorych na nowotwory prowadzą do wniosku, że pierwotna zabawa jest dla chorego dziecka istotną częścią programu jego leczenia i nie powinna być izolowana od tradycyjnego planu sprawowania opieki. Dostarcza chorym dzieciom dotyku i poczucia bycia kochanym, wzmacnia w nim poczucie więzi z innymi, powoduje redukcję stresu, zapewnia rozwój i twórczość w taki sposób, który jest dla dziecka naturalny. Poza tymi okresami, gdzie choremu dziecku wystarcza sama bliska obecność kochającej i kochanej osoby, mali pacjenci domagają się tego wszystkiego, co ich zdrowi rówieśnicy. Przede wszystkim zabawy (M. Łopatkowa, 1992). Dzieci przewlekle chore, pozbawione kontaktu z rówieśnikami, bardzo tego kontaktu potrzebują i pragną. Niezmiernie ważne jest stworzenie dzieciom hospitalizowanym warunków do wspólnej zabawy i ułatwienie im nawiązywania wzajemnych kontaktów.

Wiele badań potwierdza wysoki poziom emocjonalnej, rodzicielskiej rozpaczy w fazie diagnozy i wczesnego leczenia dzieci. Wielu rodzinom rozpacz towarzyszy jeszcze przez późniejsze lata, nawet wtedy, kiedy aktywne leczenie zakończyło się, a dziecko pozostawało w remisji. Emocjonalny wstrząs chorobowy może istnieć przez wiele lat również u dzieci. Psychospołeczny aspekt zabawy jest, więc ważnym elementem wspomagania rodziny.

Kliniczny Raport Amerykańskiej Akademii Pediatrii mówi, że „[...] konieczne jest, aby zabawa zaliczana była do kierunków rozwoju naukowego i społecznego oraz aby każde dziecko miało szansę na życie w bezpiecznym otoczeniu.” (2006, s. 18–19).

„Original Play”™:

- Sprzyja czynnemu wypoczynkowi oraz odprężeniu psychicznemu. Jest doskonałą formą spędzania wolnego czasu, a także świetnym zabiegiem higieniczno-zdrowotnym;
- Oddziałuje wszechstronnie na organizm przyczyniając się do zwiększenia wydolności fizycznej, takich układów, jak układ krążenia i oddychania, układ endokryny, układ ruchowy i nerwowy, usprawnia przemianę materii;
- Podnosi adaptacyjne funkcje organizmu, aktywizuje i zwiększa skuteczność funkcjonowania systemu immunologicznego;
- Stymuluje sensoryczną deprywację skóry i mięśni, aktywizuje kinestetyczną świadomość własnego ciała i jego granic.

Korzyści z wdrażania programu „Original Play”™ w polskim szkolnictwie

„Original Play”™ ukierunkowane jest na rozwiązywanie fizycznych, emocjonalnych konfliktów, napięć poprzez nabywanie umiejętności tworzenia bezpiecznego środowiska i warunków do uczenia się.

Najdawniejsze próby wyjaśniania genezy zabaw i ich roli (H. Spencer, F. Schiller) mówią o potrzebie wyładowania w zabawie nadmiaru energii gromadzonej w organizmach żywych, a zwłaszcza w organizmie ludzkim. F. Schiller wskazywał na moment naśladownictwa życia w zabawie, dostrzegając w tym źródło wszelkiej kultury. Według niego „Człowiek tam tylko się bawi, gdzie w całym tego słowa znaczeniu jest człowiekiem, i tam tylko w całym tego słowa znaczeniu jest człowiekiem, gdzie się bawi” (A. Wohl, 1983, s. 18).

Zdaniem W. Eichelbergera, zmiany w szkolnictwie powinny iść w takim kierunku, by szkoła stała się miejscem, gdzie dzieci mają prawo swoje pomysły, swoją niepewność, a nawet złość wyrażać jawnie. Jeśli nie będą tego robić jawnie, będą rozładowywać nagromadzone napięcie nie, wprost, ale na słabszych. Zadaniem wychowawców jest przede wszystkim uczyć dzieci i młodzież, jak wyrażać emocje bez agresji wobec innych czy wobec siebie samego. Jest to zadanie trudne w realizacji, ponieważ większość dorosłych ma problem z wyrażeniem i odbiorem negatywnych emocji (W. Eichelberger, 2007).

Pedagogiczne działania są obecnie w przeważającym stopniu ukierunkowane na uzyskanie harmonii, w której chodzi raczej o unikanie konfliktów, niż o poważne zajęcie się nimi. Nad konfliktami pracuje się najczęściej w konwencjonalny sposób, czyli przez poszukiwanie „winnego” i jego upomnienie, czy przywołanie do porządku. Środowisko reaguje na agresywne zachowania karaniem, odwetem i społecznym odrzuceniem. Dotknięte tym problemem dzieci i młodzież odbierają to jako dodatkowe zagrożenie, co paradoksalnie prowadzi do nie do zmniejszenia ich napastliwości wrogiej postawy, lecz powoduje rodzenie się nowych stanów agresji (R. Portmann, 2004).

Stworzenie dzieciom możliwości zabawy tuż przed rozpoczęciem lekcji pomogłoby im łatwiej zapomnieć o stresie, którego doświadczają w domu. W szkole dzieci muszą przestawić się z jednej wspólnoty – rodziny, na drugą – klasę. W środowisku szkolnym dzieci bardzo często zachowują się inaczej niż w domu. Jeśli przejście to nie jest zbyt gwałtowne, wszystko przychodzi nam z większą łatwością i oszczędza każdemu niepotrzebnych stresów (I. Fleming, J. Fritz, 1999).

Niebezpieczne są te sytuacje, w których uczniowie nie potrafią sprostać oczekiwaniom i wymogom nauczycieli. Ich poczucie własnej wartości zostaje zagrożone, zaczynają poszukiwać kontaktów w środowisku, które ich doceni; trafiają w ten sposób do grup nieformalnych, kierujących się moralnie niepożądanym systemem wartości. Uzyskując tam zaspokojenie potrzeby społecznego uznania, zaniedbują naukę szkolną, zaczynają przejawiać coraz bardziej zaburzone zachowania, wrogość i agresję (J. Danilewska, 2002).

„ORIGINAL PLAY”™ wpływa korzystnie na całe środowisko szkolne. Nauczyciele pracując w szkole poświęcają dużo energii, by radzić sobie z agresją dzieci. W efekcie sami stają się nerwowi, sfrustrowani, zmęczeni. „ORIGINAL PLAY”™ poprawia relacje między uczniami a nauczycielami. Buduje więzi, serdeczne relacje, pogłębia wzajemne zaufanie. Automatycznie kreowane jest naturalne środowisko, w którym się odnajdują i jednocześnie są współodpowiedzialni za jego istnienie. (F. Donaldson, J. Graczykowska, 2007). „ORIGINAL PLAY”™ jest „katalizatorem” mobilizującym dzieci i dorosłych do współuczestniczenia w tworzeniu poczucia bezpieczeństwa.

Badania prowadzone przez D. Golemana pokazują, że uczniowie, którzy czuli się związani ze szkołą, z nauczycielami i innymi uczniami uczyli się efektywniej, wykazywali niski poziom agresji i nie opuszczali zajęć lekcyjnych.

Tworzenie oraz stałe utrzymywanie warunków środowiska profilaktycznego w szkole powinno zapobiegać występowaniu zachowań agresywnych (J. Danilewska, 2002).

„Original Play”™ przywraca utraconą (szczególnie pod wpływem negatywnych doświadczeń w sferze dotyku lub też jego braku) zdolność do zachowań i reakcji w relacjach między dziećmi i młodzieżą, wolnych od agresji fizycznej i przemocy. Dzieci doświadczające pierwotnej zabawy przejawiają mniejszą nadwrażliwość na przypadkowy dotyk jednego dziecka przez drugie.

Stosując „Original Play”™ w polskich szkołach, przedszkolach możemy przyczynić się do tego, że szkoła stanie się miejscem, do którego dzieci przychodzić będą z entuzjazmem, a nauka kojarzyć się będzie dzieciom z przyjemnością, a nie przykrym obowiązkiem. W warunkach komfortu psychicznego dzieci i nauczycieli proces dydaktyczny może stać się procesem skutecznym.

Znaczenie „Original Play”™ w życiu rodzinnym

Znajdź czas na zabawę.

Znajdź czas, by kochać i być kochanym.

Napis na ścianie domu dziecka Matki Teresy w Kalkucie.

„Original Play”™ jest najlepszym sposobem bycia z dzieckiem.

To naturalna droga wspierania rozwoju dziecka i wzmacniania więzi w rodzinie. Przełamuje bariery nieufności, wprowadza harmonię, wzajemne zrozumienie, zaufanie i życzliwość.

Umiejętność beztroskiej, radosnej zabawy jest potężną siłą, która może wzbogacać codzienne życie, przynosić ulgę w sytuacjach napięć i stresach. Zabawa i radość dają możliwość zapomnienia, choć na chwilę o codziennych problemach, dają szansę spojrzenia na nie z dystansu.

Wspólna zabawa rodziców z dziećmi pozwala na bliższe poznanie dziecka w sytuacjach nietypowych, ponieważ kryjąc duży ładunek uczuć o zabarwieniu emocjonalnym, kojarzy się z przyjemnością i nie wypływa z formalnego obowiązku. Zwiększa u rodziców świadomość potrzeb dzieci oraz wpływa na zrozumienie znaczenia pozytywnego dotyku w tworzeniu bezpieczeństwa w rodzinie.

Podręcznik szkolny *Wesoła Szkoła 6-latka* wyjaśnia dzieciom pojęcie domu w następujący sposób: „Dom to dotyk taty i mamy”.

„Original Play”™ kształtuje u dzieci kulturę zachowania, kulturę, w której dorośli stanowią wzorzec godny naśladowania. Badania wykazują, że dzieci rodziców empatycznych reagują z troską na zmartwienia innych (Radke-Yarrow i Zahn-Waxler, 1984), dzieci zaś karane wykazują mniej zachowań empatycznych, natomiast często reagują gniewem, lękiem, atakiem fizycznym (Limes-Dougan i Kistner, 1990).

Dla dziecka „Original Play”™ jest potwierdzeniem życia w bezpiecznym, przepojonym miłością świecie. W jednym z przedszkoli integracyjnych w Warszawie widnieje napis: „Nic, co nie płynie z serca nie dotrze do serca drugiego człowieka”.

F. Donaldson mówi: „To miłość stwarza poczucie bezpieczeństwa, a nie reguły”.

Prawem każdego dziecka jest zapewnienie mu bezpiecznych i pełnych miłości warunków do nauki. Niezbędne jest wnikliwe badanie i zapobieganie tym mechanizmom i procesom, które sprzyjają agresji, konfliktom i ich rozwojowi w kształto-

waniu się postaw i osobowości dzieci. „Miłość powinna być chroniona przed wszelkimi zagrożeniami, gdziekolwiek się znajdują, szkodząc więziom międzyludzkim – od rodzinnych po międzynarodowe.” (M. Łopatkowa, 1992, s. 214).

Pierwotna zabawa dzieci jest źródłem pokoju na świecie.

F. Donaldson.

Jeśli mamy przywrócić prawdziwy pokój na tym świecie i jeśli mamy wytoczyć prawdziwą wojnę przeciwko wojnie, powinniśmy zacząć od dzieci; i jeśli one dorosną w swojej naturalnej niewinności, nie będziemy musieli się zmagać; nie będziemy musieli przyjmować bezowocnych, pustych rezolucji, lecz będziemy kroczyć od miłości do miłości, od pokoju do pokoju tak długo, aż każdy zakątek świata będzie wypełniony tym pokojem i tą miłością, których świadomie lub nie pragnie cały świat.

Ghandi

Perspektywa rozwoju programu „Original Play”™ obejmuje współpracę międzynarodową. Dzięki „Original Play”™ możliwe jest stworzenie wspólnej płaszczyzny porozumienia, zacieśnienie więzi między dziećmi całego świata. Jeśli nauczymy dzieci żyć bez przemocy, nauczymy przekraczać bariery kulturowe, językowe, społeczne stworzymy perspektywę na przyszłość, w której wszyscy będziemy mogli żyć bezpiecznie, równi sobie, bez potrzeby współzawodnictwa i walki.

Literatura

- Danilewska J. (2003), *Agresja u dzieci – Szkoła porozumiewania*, Warszawa.
- Dąbrowski K. (1962), *Higiena psychiczna*, Warszawa.
- Donaldson F. (1993), *Playing by Heart: The Vision and Practice of Belonging*.
- Donaldson F. (2006), *Pokój jest w zabawie dziecka*.
- Donaldson F., Graczykowska J. (2006), „Original Play”™ z dziećmi chorymi na raka.
- Donaldson F., Graczykowska J. (2007), *Dzieciństwo bez przemocy i lęku*, „Original Play”™ – „Sanctuary Projekt”.
- Eichelberger W. (1997), *Jak wychować szczęśliwe dzieci*, Warszawa.
- Fleming J., Fritz I. (1999), *Zabawy na współpracę w domu, w przedszkolu i w szkole*, Kielce.
- Fruchs B. (2003), *Gry i zabawy na dobry klimat*, Kielce.
- Goleman D. (2006), *Social Intelligence*, New York: Bantam Books.
- Goddard S. (1996), *A Teacher's Window Into The Child's Mind*, Fern Ridge Press, Eugene, Oregon.
- Grochulska J. (1992), *Carl Rogers – koncepcja edukacji*, „Gestalt. Wydanie specjalne. Psychoedukacja. Psychopedagogika. Profilaktyka”, Kraków.
- Hannafofd C. (2004), *Serce dziecka*, Warszawa.
- Huizing J. (1967), *Homo ludens. Zabawa jako źródło kultury*, Warszawa.

- Korczak J. (1984), *Pisma wybrane*, wyb. A. Lewin, Warszawa.
- Łopatkowa M. (1992), *Pedagogika Serca*, Warszawa.
- Łukasik S., Petkowicz H., Kraszewski S. (2003), *Wesoła Szkoła 6 latka, cz. 2*, Warszawa.
- Maslow A. (1990), *Motywacja i osobowość*, Warszawa.
- Maslow A. (1986), *W stronę psychologii istnienia*, Warszawa.
- Portmann R. (2004), *Gry i zabawy przeciwko agresji*, Kielce.
- Radke-Yarrow M., Zahn-Waxler C., *Roots, motives, and patterns In children's prosocial behavior*, [w:] J. Reykowski, J. Karyłowski, D. Bar-Tel, E. Staub (red.), *The development and maintenance of prosocial behaviors: Internatoinal perspectives on positive morality*, New York: Plenum Press.
- Sikorski W. (2006), *Magiczna moc dotyku*, „Charaktery”, sierpień, 2006.
- Serfontein G. (2003), *Twoje nadpobudliwe dziecko*, Warszawa.
- Strelau J. (2003), *Psychologia*, Gdańsk.
- Sylwester R. (1995), *A Celebration of Neurons: An Educator's Guide to the Human Brain*, Alexandria, VA. Association for Supervision and Curriculum Development.
- Topińska Z. (1961), *Kierowanie zabawą dziecka w przedszkolu*, Warszawa.
- Trzeźniowski R. (1974), *Gry i zabawy ruchowe*, Warszawa.
- Trzeźniowski R., Gniewkowski W. (1956), *Zabawa w życiu i rozwoju dziecka*, Warszawa.
- Wall W.D. (1986), *Twórcze wychowanie w okresie dzieciństwa*, Warszawa.
- Zabawa w życiu i rozwoju dziecka*, materiały z Konferencji Naukowej na temat: *Zabawa w życiu i rozwoju dziecka*, R. Trzeźniowski, W. Gniewkowski (red.), Warszawa 1983.
- Weiss S. (1988), *The Experience Of Touch: Research points To A Critical Role*, „The New York Times” February 2, 1988.
- Wohl A. (1983), *Spoleczne uwarunkowanie zabawy*, [w:] R. Trzeźniowski, W. Gniewkowski (red.), *Zabawa w życiu i rozwoju dziecka*.