

Już niebawem rozpocznie się nowy rok szkolny a wraz z nim nowe wyzwania i działania. Wiele problemów dzieci to jednak kwestie stałe, na które koniecznie trzeba zwracać uwagę. „Paradoksalnie często początek roku szkolnego wiąże się dla dzieci z poczuciem większej samotności” – przyznaje Katarzyna Talacha, psycholożka, prawniczka, specjalistka ds. komunikacji w programie pomocy telefonicznej i konsultantka telefonu zaufania w fundacji Dajemy Dzieciom Siłę.

### **Wiemy, że covid i nauka zdalna bardzo mocno wpłynęły na dzieci – izolacja od rówieśników z całą pewnością odcisnęła na nich piętno. Czy ten problem już za nami czy wciąż borykamy się z jego konsekwencjami?**

Myślę, że ten czas na pewno nie pozostanie bez konsekwencji. Często było tak, że etap covidu przypadł na lata, kiedy dzieci rozpoczynały edukację na nowym etapie. To powodowało, że nie było naturalnego treningu społecznego, który pozwalałby dzieciom nawiązywać nowe relacje. Możliwość poznania nowych znajomych i uporania się z poczuciem samotności została bardzo mocno ograniczona.

### **Czy można z tym jeszcze walczyć?**

Na szczęście w życiu człowieka rozwój przebiega przez cały czas. Oczywiście, wciąż możemy wspierać dzieciaki i starać się jakoś nadrabiać ograniczenia i deficyty z przeszłości. Staram się na to patrzeć z dużą nadzieją i mówić o tym, co możemy zmienić a nie rozpaczać nad czasem, który już minął.

### **Przed nami kolejny rok szkolny. Z jakimi najczęstszymi problemami u dzieci wiąże się ta szkolna rzeczywistość i jak my, dorośli możemy na nią reagować?**

Paradoksalnie często początek roku szkolnego wiąże się dla dzieci z poczuciem większej samotności. Mimo tego, że często przez wakacje dzieci spędzają czas same, w domu. Dzieci często czują się o wiele bardziej samotne, gdy wracają do szkoły i są w tłumie, ponieważ to właśnie tłum pozwala im jeszcze bardziej odczuć własną samotność. Mimo tego, że przychodzę do szkoły, przebywam wśród ludzi, to nadal czuję się samotny. Dorośli bardzo często zapominają o tym, że dla dzieci w wieku szkolnym, a szczególnie dla nastolatków, najważniejszą grupą odniesienia są rówieśnicy i to na tych relacjach dzieciom najbardziej zależy. To jest zupełnie naturalne rozwojowo, dlatego ważne jest, by dzieci w grupie rówieśniczej czuły się obecne i rozumiane. Temat samotności przewija się niezwykle często w rozmowach z dziećmi, które prowadzę w telefonie zaufania. Nie mogę też nie wspomnieć o stresie związanym z presją szkolną, która jest na nich narzucana. Tę presję zwykle nakładają na nie nauczyciele i rodzice, ale w konsekwencji i one same ją na siebie nakładają. Obecne czasy zmieniają się niezwykle dynamicznie, co też generuje w dzieciach wiele stresu. Nie wiedzą, jak będzie wyglądał świat za kilka lat, a nawet na jakie zawody będzie zapotrzebowanie. Ten problem z podejmowaniem decyzji pojawia się coraz częściej – czasem rozmawiam z 11,12-latkami, które mówią, że przegrały swoje życie, bo nie podjęły odpowiednich decyzji. Musimy jednak pamiętać, że mimo niezwykle istotnej roli grupy rówieśniczej, dorośli wciąż pozostają dla nich ważni. Dzieci liczą na ich zainteresowanie.

### **Ucieczka w wirtualną rzeczywistość powinna niepokoić?**

Musimy zaakceptować fakt, że świat się zmienił. Social media, internet i obecność w nim dzieci jest faktem. Uczmy dzieci higieny cyfrowej, tego jak bezpiecznie korzystać z internetu. Nie zapominajmy jednak, że internet często daje też dzieciakom dobre rzeczy. W rozmowach z dziećmi często słyszę, że dla nich receptą na samotność, taką, która dała im dużo dobrego, było nawiązanie jakiejś znajomości w

internecie. Oczywiście my od razu sobie wyobrażamy, że to musi być znajomość ze starszą osobą o złych zamiarach, natomiast naprawdę są i takie internetowe znajomości, które dzieci nawiązują z rówieśnikami. Bardzo często to kolega ze szkoły, do którego w szkole bały się odezwać. Nagle okazuje się jednak, że kolega gra w te same gry, nawiązują ze sobą kontakt w tej grze, który potem jest już kontynuowany offline. Uczmy dzieci higieny cyfrowej – ile czasu spędzać w internecie, jak mieć nad tym kontrolę – ale nie diabolizujmy internetu. To my musimy kontrolować technologię, a nie ona nas.

### **Będzie to też kolejny rok szkolny, w którym znaczącą grupę koleżanek i kolegów w szkołach będą stanowiły dzieci z Ukrainy mieszkające w Polsce. I tu rodzi się pytanie – jak dobrze przygotować na to polskie dzieci oraz jak możemy pomóc dzieciom ukraińskim poczuć się komfortowo**

To jeden z szerszych aspektów, a mianowicie przygotowanie dzieci – zwłaszcza w tym szybko zmieniającym się świecie – na to, że jesteśmy różni. Musimy uczyć dzieci otwartości nie tylko na różnorodność kulturową, ale też różnorodność potrzeb. Dzieci bardzo dużo czerpią z tego, co my, dorośli mówimy. Dzieci chłoną to, co my mówimy o osobach z Ukrainy, które gościmy w Polsce. Te postawy bardzo często objawiają się potem u dzieci w szkole. Bardzo ważną rolę rodziców i opiekunów jest to, by uczyć dzieci, jak ważna w takich sytuacjach jest rola świadka. My, jako świadek sytuacji przemocowych mamy bardzo dużą rolę. Prawda jest bowiem taka, że zachowania przemocowe podtrzymuje tak naprawdę tylko reakcja świadków. Jeśli świadkowie są tym zainteresowani – patrzą, słuchają, komentują, to tylko napędzają sprawcę przemocy. Oni chcą się zbudować na tej sytuacji. Jednak przy braku zainteresowania grupy zachowania przemocowe często bardzo szybko wygasają. To pierwszy poziom, bo kolejnym jest już reagowanie w takich sytuacjach. To wymaga już jednak od dzieci odwagi, często boją się one, że same zaczną tej przemocy doświadczać. Warto jednak pokazywać dzieciom, jaka siła jest w grupie – jeśli grupa pokazuje, że danych zachowań nie akceptuje i nie daje temu poklasku, to łatwiej będzie to zrobić właśnie w grupie. Myśląc o tym w kontekście nowego roku szkolnego, z całą pewnością stwierdzam, że przydałaby się nam edukacja dotycząca przemocy rówieśniczej i jej mechanizmów. Zgodnie z raportem fundacji Dajemy Dzieciom Siłę aktualnie 66 procent dzieci doświadcza przemocy rówieśniczej.

### **Co możemy robić, by temu przeciwdziałać jako opiekunowie?**

Przede wszystkim działać, kiedy dzieci zgłaszają tę przemoc i nie bagatelizować tego. Gdy dziecko doświadczające przemocy nam o tym mówi, to zapewniam, że wymagało to od niego ogromnych sił i emocji. Często dorośli to bagatelizują, bo myślą, że wszyscy tego doświadczają i że to szkoła życia, która przygotowuje do dorosłości. Czasami dorośli też nie chcą się mieszać, żeby nie zaszkodzić dziecku. Niestety w dziecku rodzi to przekonanie, że jeśli raz odważyło się powiedzieć o tym dorosłemu i nie było na to żadnej reakcji, to już nigdy więcej tego nie zrobi. W tej sytuacji kryzys dziecka, czyli np. wystąpienie depresji będzie jeszcze poważniejszą sytuacją, ale niestety wtedy dziecko już do nas z tym nie wróci.

### **A tych problemów jest coraz więcej...**

Tak. Cieszę się, że trochę więcej się mówi o zdrowiu i kryzysie psychicznym. Mam wrażenie, że dzieci mają o wiele większą świadomość i wrażliwość na tego typu sytuacje. Idziemy już o kroczek dalej, bo dzieci coraz częściej decydują się rozmawiać o tych problemach. To, czego niestety wciąż nie robimy, to np. to, by uczyć dzieci jak mówić o swoich problemach albo komu powiedzieć, gdzie szukać pomocy.

Kategoria: Edukacja, Kultura i Sport

Opublikowano: środa, 21, sierpień 2024 12:40

Małgorzata Orłowska

Odsłony: 619

---

### **Dzieci muszą się też dziś mierzyć z bardzo poważnymi tematami – tocząca się tuż za naszą granicą wojna, pandemia, kryzys klimatyczny. Co w nadchodzącym roku szkolnym będzie Pani zdaniem największym wyzwaniem dla dzieci?**

Bardzo trudne pytanie. Prawdę mówiąc nie wiem. Ale myślę, że mówienie „nie wiem” to też jest coś, czego powinniśmy uczyć nasze dzieci. Musimy być w prawdzie z rzeczywistością i nie bać się mówić, że nie na wszystkie pytania znamy odpowiedzi. Uczmy dzieci, że dorośli też nie są idealni i mogą pewnych rzeczy po prostu nie wiedzieć. Pamiętajmy też, że dzieci uczą się poprzez dorosłych – nie tylko przez to, co dorośli mówią, ale też jak się zachowują.

### **Jakie działania prowadzi fundacja i w jaki sposób można z nich skorzystać?**

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę prowadzi telefon zaufania 116 111. Dzieci mogą do nas zadzwonić lub napisać anonimowo, bezpłatnie i o każdej porze dnia i nocy. Fundacja prowadzi też działania rzecznicze, prowadzi dział Dziecko w sieci. Mamy też dział prawny, prowadzimy działania dla rodziców dzieci w różnych grup wiekowych. Wszystko po to, by dawać dzieciom siłę.