

**Łagodzenie nakładanych od marca obostrzeń powinno przynieść ulgę – w dłuższej perspektywie oznacza przecież znaną sprzed pandemii normalność. Jednak zmiany, z którymi mierzą się uczniowie i nauczyciele mogą i budzą stres. Jak pomóc uczniom klas I-III wracającym w poniedziałek do szkoły odnaleźć się w nowej rzeczywistości, w której zamiast wszystkich kolegów i koleżanek spotkają nowe zasady, często trudne do zrozumienia i zaakceptowania.**

Już od 25 maja do szkół będą mogli wrócić najmłodszy uczniowie – w pomniejszych grupach, liczących do 12 osób. Dzieci będą mogły brać udział w zajęciach wychowawczo-opiekuńczych z elementami dydaktycznymi na terenie placówki. Czekają na wiele nowych sytuacji – od pomiaru temperatury po konieczność zachowania dystansu. Będzie trzeba wprowadzić szereg nowych zasad.

### **Lęk, zamieszanie i nowe zasady**

Specyfiką wieku rozwojowego 7-9 lat jest przywiązanie do stałości i rutyny, której wcześniej szkoła dostarczała aż nadto. Wychowawca spędzał ze swoją grupą większość czasu, prowadząc różnorodne zajęcia, budując z uczniami trwałą relację. W klasach panowały ustalone na samym początku konkretne zasady, które normalizowały nie tylko relacje rówieśnicze, ale i wprowadzały porządek w inne sfery życia – higienę, sposób pracy na lekcjach etc.

Reguły gry w pierwszych trzech klasach szkoły podstawowej są znane od pokoleń – „szanujemy siebie nawzajem”, „podnosimy rękę, gdy chcemy coś powiedzieć”, „zachowujemy się koleżeńsko”. Teraz do repertuaru uwag typu „nie biegaj” trzeba będzie dodać:

- „nie podchodź do nich”,
- „zachowuj dystans”,
- „nie przynoś do klasy zabawek”,
- „nie wymieniaj się z kolegą ludzikami lego”.

**Trzeba również unieważnić prospołeczne zasady typu „dzielimy się ze sobą przyborami, zabawkami etc.”**

Dlatego, by uniknąć narastającego niepokoju wśród uczniów, którzy z natury nie są stworzeni do przestrzegania restrykcyjnych zasad higieny i dystansu społecznego, warto wytłumaczyć im wszystkie zmiany w sposób przystępny i możliwie sympatyczny. By nie tylko zmniejszyć ich napięcie, ale i ułatwić adaptację do nowych warunków.

### **Zaufanie – niepominanie**

Każde z dzieci ma za sobą trudny okres ograniczonych relacji rówieśniczych. Jeśli w rodzinie ktoś używa przemocy, izolacja mogła być dla dziecka prawdziwym koszmarem. Dlatego warto znaleźć czas, by każdy z uczniów powracających do szkoły mógł podzielić się z innymi swoim doświadczeniem. W ferworze uczenia się nowych zasad życia szkoły nie można o tym zapomnieć – o zwykłej rozmowie w grupie, w czasie której padną pytania:

- Jak czujecie się po powrocie?
- Jak radziliście sobie z nauką w domu?

- Co było najtrudniejsze, gdy szkoła była zamknięta?
- Czy w tym czasie zdarzyło się coś, co chcielibyście opowiedzieć grupie?
- Co poprawiało wam humor w trudnych momentach?
- Jak wyglądał wasz dzień w domu?
- Co będziecie wspominać z tego czasu za kilka lat?
- Czego wam brakowało, gdy nie chodziliście do szkoły?

## **Uwspólnianie przeżyć**

W pracy z grupą, która przeżyła trudny czas, bardzo ważne jest normalizowanie i uwspólnianie – pokazywanie, że Kasia „miała podobnie” do Piotrka, a większość osób czuła się zaniepokojona, zła na koronawirusa, tęskniła za szkołą etc.

Dobrze jest podkreślać, że w trudnej sytuacji mieszane uczucia są zupełnie naturalną sprawą i większość osób w czasie epidemii miało momenty, w których trudno było poradzić sobie z emocjami.

Dla dzieci możliwość identyfikowania się z grupą rówieśniczą jest bardzo cenna – wprowadza poczucie bezpieczeństwa, przeciwdziała poczuciu izolacji i osamotnienia, które mogły być w ostatnim czasie niezwykle silne. Aby ten miesiąc, który pozostał do wakacji przebiegł spokojnie, trzeba dołożyć wszelkich starań, by z powrotem zintegrować grupę i zbudować jej spójność. Może nie być to łatwe, zważywszy na to, że dzieci przez długi czas funkcjonowały oddzielnie, kontaktując się ze sobą głównie przez Internet.

## **Gdzie są moi koledzy?**

Ponieważ korzystanie z opiekuńczej funkcji szkoły będzie dobrowolne, rodzic sam podejmie decyzję, czy jego dziecko pojawi się w szkole, czy nie. Można założyć, że część uczniów zostanie w domach. Nie jest to proste dla pozostałych – wielu najmłodszych szkolniaków rozczaruje fakt, że nie ma w grupie ich ulubionych kolegów. Trudno będzie to wytłumaczyć, skoro powody decyzji opiekunów mogą być bardzo różne – od chęci utrzymania izolacji, lęku przed posłaniem dziecka do dużego skupiska osób przez przeróżne motywy związane z sytuacją rodzinną, zawodową.

Nie można zapomnieć o tym również, że dzieci kontaktują się między sobą i rozmawiają o bieżących sprawach – dla ucznia, którego rodzice zdecydowali się skorzystać z opieki szkolnej informacja, że inny rodzic uznał to za zbyt niebezpieczne będzie trudna. Dlatego niezwykle ważne jest podkreślenie, że sytuacje w rodzinach są różne i każdy opiekun podejmuje taką decyzję, która w jego przypadku jest najlepsza. I że szkoła dołoży wszelkich starań, by czas pozostały do wakacji był przyjemny i bezpieczny. Być może uda się wymyślić jakiś sposób, by utrzymać kontakt grupowy z dziećmi, które nie wrócą do szkoły – o nie również trzeba zadbać, by nie nasilić ich poczucia izolacji.

Barbara Rubach

pedagog specjalny, oligofrenopedagog