

Podcast 1

Dzień dobry, witam Państwa w podcaście, który powstaje w ramach projektu: „Wielokulturowość – integracja i współpraca. Cykl szkoleń dla nauczycieli i nauczycielek”. Jest to projekt, który realizuje Muzeum Warszawy, a jest finansowany przez miasto stołeczne Warszawa. Nazywam się Karolina Oponowicz a razem ze mną jest Joanna Salbert, psycholożka i psychoterapeutka pracująca z dziećmi i młodzieżą, która w ramach tego projektu Wielokulturowość prowadzi szkolenia dla nauczycieli i nauczycielek, i która też opracowała materiały do tych szkoleń.

Joanna Salbert: Dzień dobry, witaj.

Karolina Oponowicz: Będziemy rozmawiały o tym co dzieje się w ramach projektu, o tym, co jest potrzebne nauczycielom i nauczycielkom warszawskim. Ale być może nie tylko warszawskim, bo być może słuchają nas też nauczyciele, nauczycielki spoza stolicy. Będziemy rozmawiać o tym, co jest potrzebne w tej sytuacji, wyjątkowej, w jakiej się znaleźliśmy wszyscy. W sytuacji, kiedy w polskich placówkach: przedszkolach i szkołach, znalazło się bardzo dużo... znalazło się bardzo wiele dzieci migranckich. Ten projekt składa się ze szkoleń. Asiu, opowiesz dwa zdania? O tych szkoleniach i o tym czym się zajmujecie w ramach nich?

Joanna Salbert: Tak, oczywiście. Przygotowaliśmy, w ramach dwuosobowego zespołu psychologów, warsztaty, które mają wspierać nauczycieli przedszkoli w... we włączaniu dzieci z doświadczeniem migracji w zajęcia przedszkolne. Mają też ich wspierać w takim mmm... radzeniu sobie z różnymi trudnymi zachowaniami, z którymi mogą się spotkać. Związanymi w ogóle ze spotkaniem z inną, obcą kulturą, nową kulturą, ale też często z doświadczeniami związanymi z wojną, z przemocą, z takimi często dramatycznymi chwilami, które poprzedzały przyjazd tutaj, do Polski. Taki jest cel tych szkoleń, tak zostały one przez nas przygotowane. Też bazując na głosach, które słyszeliśmy od nauczycieli: co jest potrzebne, co ich interesuje.

Karolina Oponowicz: Rzecz jasna ten projekt jest odpowiedzią na sytuację związaną z przybyciem do naszego miasta Ukraińców, ludzi, którzy uciekają przed wojną. Tych dzieci ukraińskich do przedszkoli i szkół przybyło sporo. Natomiast, z tego co wiem, to nie tylko ukraińskie dzieci są dziećmi z doświadczeniem migracji w polskich placówkach, prawda?

JS: Tak. Tak, to się zgadza. I też wśród naszych uczestników, wśród tych, których poznaliśmy do tej pory są osoby, które właśnie stykają się z dziećmi z różnych krajów, nie tylko z Ukrainy, chociaż oczywiście w tej chwili to gro tych dzieci pochodzi z Ukrainy.

KO: W tej naszej pierwszej, tej naszej pierwszej rozmowie chciałabym żebyśmy porozmawiały o potrzebach dziecięcych, bo to jest taki fundament. Bo dzieci, nie zależnie od tego czy są dziećmi przybyłymi tutaj z pogrążonej w wojnie Ukrainie czy z Afganistanu czy z jakiegokolwiek innego kraju, są też dziećmi. I poza wszystkimi trudnymi sytuacjami jakich doświadczyły i jakich doświadczają też będąc w Polsce, jako dzieci, mają bardzo specyficzne, bardzo szczególne potrzeby.

JS: M-hmm.

KO: Pogadajmy o tym Asiu.

JS: Ok. Cieszę się, że jakoś możemy o tym porozmawiać, bo rzeczywiście to jest jedna z takich pierwszych rzeczy, która przyszła nam do głowy. Nam – mówię o osobach, które tworzyły te warsztaty. Szukając odpowiedzi czego potrzebują dzieci z doświadczeniem migracji. No, potrzebują tego, czego potrzebują wszystkie inne dzieci na świecie na pewno, czyli tych fundamentów. Tak jak mówisz, to są potrzeby dziecięce, ale właściwie te potrzeby pozostają z nami przez całe życie. Także i

ja i ty i nasze słuchaczki i słuchacze też te potrzeby w sobie mają. Zdecydowaliśmy się na podzielenie taką wiedzą na temat potrzeb opartą na jednym z podejść. Takich podejść, które no łączą się z rozwojem terapii poznawczo-behawioralnej a odnoszą się do pięciu podstawowych potrzeb. I o tych potrzebach też mówimy w trakcie warsztatów. To jest potrzeba więzi, bezpieczeństwa. To jest potrzeba spójności. Tutaj w ramach tych potrzeb, myślimy o jakiś zasadach, regułach, organizacji miejsca, organizacji życia, takiej przewidywalności. Mówimy o potrzebie poczucia wartości, to kolejna ważna potrzeba. Też potrzeba związana z możliwością spontanicznego wyrażania siebie. Zabawy, ale też wyrażania emocji. I w końcu potrzeba niezależności, autonomii – to czego uczymy się od najwcześniejszych lat. Jakoś bardzo jest dla mnie ważne, żeby myśląc i rozmawiając o tym temacie związanym z doświadczeniem migracji jednak mieć z tyłu głowy, że te potrzeby się nie zmieniły. Co więcej mogą być szczególnie gorące właśnie z uwagi na to, że jak pomyślimy o sytuacji opuszczenia, nagłego opuszczenia swojego bezpiecznego miejsca jakim była... był dom, szkoła, przedszkole, rodzina, otoczenie i pomyślimy o wszystkich tych potrzebach po kolei, to dosyć szybko można zobaczyć, że żadna z nich w tym momencie nie mogła być zaspokojona.

KO: Nawet żadna, nie tylko, że być może któraś nie była...

JS: Myślę, że żadna z nich. Myślę, że żadna z nich w takim stopniu w jakim powinna być zapewniona.

KO: To przypomnijmy sobie jeszcze raz te potrzeby, może poszukamy też przykładów. Więź. Potrzeba więzi, czyli takiej stałej, troskliwej relacji i poczucia przynależności do wspierającej wspólnoty. No tak, tu nie mam wątpliwości, że dziecko z doświadczeniem migracji, wyrwane ze swego otoczenia, często ze swego domu, z placówki do której przywykło, czasami też odcięte od rodziny, może mieć tą potrzebę więzi niezrealizowaną.

JS: Tak. Odcięte od rodziny, a nawet jeżeli jest z rodziną to myślę, że warto zwrócić uwagę na to, że to jest sytuacja, w której dorośli przeżywają swoje dramaty i nie są często w stanie odpowiadać na tą potrzebę budowania więzi, bycia blisko swoich dzieci. Będąc, no w sytuacji, którzy sami..., w której sami nie wiedzą co ich czeka, jak sobie poradzić z nową sytuacją. Czasami mają doświadczenie traumy i tutaj cały proces, mechanizm psychologiczny, który jest z tym związany, i to nie jest czas, w którym mają możliwość zaspakajania tej potrzeby. Także nawet jeżeli fizycznie są blisko, to psychicznie często są nieobecni.

KO: No tak, słyszymy o tym ostatnio dosyć dużo w mediach, że jest problem na przykład z wynajęciem mieszkań, więc rodziny z Ukrainy zmieniają miejsce zamieszkania dosyć często. To też, domyślam się, jest taka prosta rzecz, ale jednak strasznie ważna, żeby mieć to swoje miejsce, swoje łóżko, swoją półeczkę...

JS: Tak, i to Karolina odwołujesz się do potrzeby, która chociaż rzadko jest tak postrzegana, to zgodnie, przynajmniej z tym myśleniem do którego ja się odwołuję, jest potrzebą centralną. To jest potrzeba spójności. Czyli potrzeba, która pozwala przewidywać, organizować, rozumieć rzeczywistość. To są zasady, jakieś nawyki, jakieś sposoby działania, które się powtarzają. I to o czym mówisz, no jest takim uderzeniem w tą potrzebę, no bo to otoczenie ciągle się zmienia. Nie dosyć, że się zmieniło no kluczowe otoczenie to w ramach tej... tego nowego środowiska również ciągle nowe miejsca, nowe ulice, nowi sąsiedzi, nowe ścieżki dotarcia do sklepu. To wszystko ciągle jest nowe i nie może stanowić jakiejś kotwicy, punktu odniesienia.

KO: Język też jest nowy.

JS: M-hmm, oczywiście.

KO: Ten kontekst kulturowy, jeszcze będziemy o tym mówić w osobnym podkaście, natomiast mam wrażenie, że to poczucie własnej wartości w sytuacji kiedy się nie rozumie świata, kiedy się nie jest w stanie porozumieć może być też zagrożone.

JS: Jest bardzo zagrożone i mam nadzieję, że jakoś będziemy mogły okazję, trochę może później, o tym porozmawiać co się w ogóle dzieje w spotkaniu... w momencie spotkania z nową kulturą. Co się dzieje z poczuciem wartości, bo to bardzo ważna potrzeba, która tutaj znowu zostaje zagrożona.

KO: M-hmm. A co z autonomią? Bo wydaje się już taka bardziej wyrafinowana być może potrzeba ale ona też jest kluczowa.

JS: Tak.

KO: Chcemy decydować o sobie, nawet jak mamy cztery lata albo sześć.

JS: A nawet dwa... (śmiech). Tak, ale żeby móc decydować o sobie, ale przede wszystkim dojrzewać do tego, że chcę decydować o sobie, potrzebne jest bezpieczeństwo. Bo żeby od czegoś odchodzić to muszę poczuć się, w miejscu od którego chcę odchodzić, bezpiecznie i ufać, że to co na zewnątrz, nie jest zagrażające. Jak pomyślimy o sytuacji, w której są te dzieciaki, no to ten warunek nie jest spełniony. Nie można eksplorować otoczenia jeżeli moja bezpieczna baza nie istnieje. A autonomia jest związana z taką... z takim procesem eksplorowania tego co na zewnątrz. Poznawania świata na swoich zasadach.

KO: Czyli musimy mieć bezpieczny port, z którego wypływamy i do którego zawsze możemy wrócić.

JS: Tak. I to o czym mówisz to jest znowu jakaś uniwersalna zasada, która dotyczy te dzieci młodszych, przedszkolnych. Ale też szkolnych i oczywiście też osób dojrzewających, gdzie ta potrzeba najsilniej domaga się swojej realizacji.

KO: Dzieciństwo kojarzy nam się z beztroską, z zabawą, z radością. No tutaj, w przypadku dzieci z doświadczeniem migracyjnym może nie być przestrzeni albo może być mniej przestrzeni na tą beztroskę, na tą radość, na tą zabawę i spontaniczność.

JS: M-hmm. To jakoś na pewno, znaczy to myślę, że w momencie kiedy dominuje niepewność, strach, nieprzewidywalność znowu i też poczucie straty, bo też o tym mówimy, różne inne uczucia i doświadczenia wychodzą na pierwszy plan, to miejsca na zabawę jest bardzo mało.

KO: Choć oczywiście dzieci znajdują swoje pomysły na zabawę. Między innymi o tym opowiada fantastyczna książka reporterska Magdy Grzebałkowskiej „Wojenka”, która pokazuje, no właśnie to, jak dzieci są dziećmi także w kontekstach wojennych. Ale to nie znaczy, że one mogły..., że one..., że to dobrze. Czy lepiej by było...

JS: To nie znaczy, że to dobrze. Znaczą, to widać, może to pokazuje tylko jak to jest silna potrzeba, tak? Która przebija przez wszystko inne i jak ten język zabawy jest rzeczywiście podstawową w ogóle aktywnością dzieci w tym wieku. To jest ich forma doświadczania i poznawania świata. No tak, ale to nie są idealne warunki.

KO: To nie są idealne warunki. A powiedz co się dzieje w sytuacji, kiedy dzieci nie mogą tych potrzeb realizować? Bo tu sytuacja się nieco komplikuje. To nie jest takie proste jak w komputerze czy jak w samochodzie: ta funkcja jest zepsuta, pali się kontrolka. Tutaj objawy mogą być bardzo różne i też takie często zwodnicze powiedziałabym.

JS: Tak, jakoś żeby odpowiedzieć na to pytanie, to spróbuję się posiłkować takim moim myśleniem terapeutycznym. Bo to z czym ja najczęściej się spotykam w swojej takiej sferze zawodowej, to dzieci,

które rzeczywiście długotrwale tych potrzeb nie zaspakajają, czy nie są ich potrzeby zaspakajane w długim okresie. To się wiąże z ogromnym cierpieniem. Z bólem, którego dziecko nie jest w stanie znieść. I żeby sobie z nim poradzić, używa różnych strategii. Te strategie w jakiś sposób w tamtym... w tym momencie działają, w tym okresie kiedy jest ten brak zaspokojenia potrzeb, przynoszą ulgę, pomagają. Może tutaj odwołam się do takich trzech podstawowych strategii. Nazywamy to czasami maskami, które dzieci zakładają, żeby nie pokazać tego bólu i cierpienia, żeby trochę od niego uciec. I myślę, że nasze słuchaczki i słuchacze mogą te maski często w swoim otoczeniu widzieć. Nie tylko u dzieci z doświadczeniem migracji ale po prostu u dzieci. Taka maska, najbardziej dokuczliwa, to kontratak. Taka maska dziecka, które agresją, dominacją nad innymi, takim domaganiem się zaspokojenia swoich potrzeb tu i teraz, za wszelką cenę, nie zważając na otoczenie, odpycha od siebie inne dzieci, nauczycieli bo jest po prostu agresywne.

KO: A podałybyś przykład takich zachowań?

JS: No, to będą dzieci, które przychodzą do grupy, wyrywają zabawki, narzucają swoje pomysły, nie chcą współpracować z paniami wychowawczyniami...

KO: Bojkotują?

JS: Bojkotują – tak, ale też no, po prostu no wdają się w bójkę, zaczepiają inne dzieci. Radzą sobie w ten sposób i z napięciem, które w nich jest, ale pod tym napięciem, jeszcze raz przywołuję tutaj, jest ich cierpienie. To są te dzieci niegrzeczne.

KO: Cudzysłów.

JS: Cudzysłów. Tak, cudzysłów. No, to są takie dzieci.

KO: I to było... i to była... był ten kontratak, a co dalej?

JS: Tak, nazywamy to kontratakiem. Mmm...Taka maska agresywna, taka maska... no może już nie będę się już tutaj w jakieś bardziej specjalistyczne nazewnictwo wdawać bo nie mam wrażenia, że ono jakby coś w nosi. To mamy jedną maskę. Potem mamy te dzieci, które uznały, że tak właśnie jest, tak? Że one z jakichś powodów nie mogą dostać tego, co jest dla nich ważne i nie walczą o to w żaden sposób. Bo można powiedzieć, że dzieci kontratakujące w jakichś sposób walczą, tak? Wyrzucają na zewnątrz tą frustrację związaną z brakiem zaspakajania potrzeb. Dzieci wycofujące się, czy nawet nie wycofujące się tylko podporządkowujące mówią: ok, tak może być, ja się z tym zgadzam, teraz zrobię wszystko żeby zdobyć przychylność i... tak, żeby zdobyć przychylność otoczenia, to chciałam powiedzieć. Czyli nie walczę o siebie. Zaspakajam raczej... podporządkowuję się, zaspakajam potrzeby innych. I mówiąc o przykładzie czy takim dziecku, które się pojawia to znowu cudzysłów, może tym razem od tego zacząć, to są te dzieci „grzeczne”...

KO: „Grzeczne”, tak.

JS: ...które wszystko zrobią. Poskładają zabawki, oddadzą zabawkę jak inne dziecko chce ich zabawkę, usiądą do stolika, zjedzą. To są też dzieci, które chętnie jakoś tak przyklejają się do takich mocniejszych dzieci. Do tych, które mają siłę przebicia, które są bardziej sprawcze i jak cień podążają za nimi słuchając.

KO: I to są te dzieci, które nie walczą o uwagę, które są tak gdzieś w tle grupy.

JS: Tak, tak, które znikają.

KO: Znikają...

JS: Tak, znikają.

KO: I są takie najmniej kłopotliwe z perspektywy wychowawców.

JS: I są najmniej kłopotliwe, tak. Bo są jakby ich zachowania są aprobowane społecznie. No właśnie wklejają się w tło, wtapiają się, przepraszam, w tło. I w końcu trzecia grupa takich dzieci. Mm... To już jak o tym mówię, to taki mam moment zatrzymania, bo bardzo ciężko w ogóle do takich dzieci dotrzeć, bardzo ciężko się nimi zająć. To takie dzieci, które się chowają za maską wycofania, które chowają się tak jakby za szybą. Ma się wrażenie, że jest tam osoba, do której kompletnie nie ma dostępu, która nie wiemy co czuje, co myśli. To są dzieci, które chowają się w swoim świecie. Tą maską, czy tym sposobem, które przyjmują to jest rodzaj wycofania ale też bardzo dalekiego oddalenia się od swoich doświadczeń. Te dzieci nie czują bardzo wielu rzeczy, bo same sobie w środku tak układają swoją... swój świat w ten sposób, żeby jak naj mniej czuć, bo to co mogłyby poczuć jest dla nich nie do udźwignięcia.

KO: I jak one się odsuwają od tego czucia?

JS: W sposób... myślę, że można powiedzieć o dwóch podstawowych strategiach. Jedna rzecz to po prostu wycofuję się z kontaktów, jestem niedostępny, jestem gdzieś w swoim świecie. Druga rzecz, to też jest forma odsunięcia się od samego siebie, to jest zatapianie się w różnych aktywnościach. Takie zapadanie się, zagłębianie i oddawanie się temu w pełni. Myślę tutaj o różnych rzeczach, tak, to może być... no taki przykład może z trochę starszego wieku, który bardziej mi przychodzi, to jest wszelkie jakieś elektroniczne urządzenia, w których można się zatopić, totalnie i w ogóle nie być w kontakcie. Ale to może być jedzenie, to może być jakaś zabawa, która ciągle i ciągle jest odtwarzana i której nie można przerwać. To też są różne po prostu aktywności, którym to dziecko może się oddać. Także te trzy strategie, jeszcze raz może dla porządku: dziecko takie atakujące, walczące, nie zważające na nic – to nie znaczy, że te potrzeby są zaspokajane. Dziecko, które się podporządkowuje, ulega i dziecko, które unika, wycofuje się, odcina samo, nie czuje.

KO: Myślę, że to jest bardzo ważne, żeby o tym pamiętać, kiedy patrzymy na grupę, która składa się z różnych jednostek. I czasem te, które są, no właśnie, tu znowu cudzysłów „najmniej kłopotliwe” mogą mieć w środku...

JS: Bardzo dużo...

KO: ... dużo trudnych emocji.

JS: Dużo trudnych emocji. To samo myślę o dzieciach odcinających się, zresztą no właściwie o każdym.

KO: O wszystkich, tak.

JS: O wszystkich, tak. I może jeszcze to, co chciałam powiedzieć, bo to co ja powiedziałam na początku, ja się posiłkuję takim swoim doświadczeniem terapeutycznym i raczej myślę o takim długookresowym braku zaspokojenia tych potrzeb, ale to też są strategie, które mogą używać dzieci w sytuacji, kiedy te potrzeby okresowo nie są zaspokajane, kiedy jest im też coraz trudniej w nowym środowisku, kiedy po etapie takiego wyrwania z niebezpiecznego środowiska przechodzą w miejsce, gdzie nadal nie potrafią się odnaleźć. Żeby to gdzieś mieć z tyłu głowy i przenikać te maski i nie... i nie etykietować tych dzieci, tylko patrzeć na to, czego mogą potrzebować. I właściwie taka była idea w ogóle wprowadzenia tej części związanej z potrzebami. Po to żeby wspólnie z nauczycielkami, nauczycielami przedszkolnymi zastanawiać się jakie potrzeby w jaki sposób przedszkole może zaspokajać. I dobra wiadomość jest taka, i o tym rozmawiałam też z uczestnikami naszych

warsztatów, że znowu, właściwie wszystkie potrzeby mogą być zaadresowane w ramach zajęć przedszkolnych, w ramach sprawowania opieki, w ramach bycia w grupie, włączania, bycia włączanym w strukturę przedszkola, w liczne zabawy, okazje do tego żeby wyrażać spontaniczność ale też budować autonomię na nowo. Także to jest ta dobra wiadomość. Może powinniśmy trochę te akcenty (śmiech) przesunąć, ale chciałabym żebyśmy tym zakończyły.

KO: Tak, to jest dobra kropka. Czyli po pierwsze warto przenikać maski a po drugie warto zobaczyć możliwości, jakie daje praca przedszkolna czy praca szkolna do tego, żeby te potrzeby dzieci, także dzieci migranckich zaspakajać. Dzięki Asiu.

JS: Dzięki.

KO: To był pierwszy odcinek podcastu, który powstaje w ramach projektu „Wielokulturowość”. Rozmawialiśmy o potrzebach dziecięcych. Zapraszamy na kolejne odcinki. Rozmowę prowadziłam ja, Karolina Oponowicz a moją rozmówczynią była Joanna Salbert.