

Moje dziecko chce się bawić w wojnę

„Żadnych zabaw w wojnę”

„Nie pozwalam na budowanie żadnych karabinów z klocków”

„Macie się zgodnie bawić”

„U nas w domu/ w przedszkolu nie ma miejsca na agresywne zabawy”

To tylko kilka ze sformułowań, które słyszą dzieci w swoich domach i przedszkolach. Z jednej strony stoi za tym intencja, by dzieci uczyć współpracy, pokojowego i zgodnego życia w grupie, z drugiej – być może niechęć do jakichkolwiek przejawów dziecięcej agresji. Bo czym właściwie są dziecięce zabawy „w wojnę” czy „w siłowniki”? Są właśnie próbą rozładowania energii i poradzenia sobie z agresją. Temat agresji budzi jednak często lęk i potrzebę zepchnięcia go na margines, niedostrzegania, niezajmowania się nim. Agresja utożsamiana jest ze złem. Tymczasem z psychologicznego punktu widzenia jest ona jednym ze składników naszego życia psychicznego. Jest pewną energią psychiczną, której siłę można wykorzystywać w różnych celach lub też można ją na różne sposoby tłumić. Dla psychologa nie istnieje więc problem czy człowiek posiada agresję czy też nie, bo każdy ją posiada. Istotny jest bardziej sposób przeżywania własnej agresji: czy budzi ona lęk? Poczucie winy? Zawstydzenie? Czy jest przeżywana jako coś naturalnego, czasami potrzebnego? Ważny jest także sposób, w jaki przejawia się ona w zachowaniu: czy człowiek kontroluje swoje impulsy agresywne? Czy wręcz przeciwnie – działa pod ich wpływem, zupełnie bez żadnej kontroli? A może tłumia własną agresję i kieruje ją przeciwko sobie?

Pamiętajmy, że dzieci uczą się radzenia sobie z impulsami i emocjami. Nie przychodzą na świat wyposażone w tę umiejętność. Nabywają ją przede wszystkim w kontakcie z dorosłymi, ale także poprzez zabawy z rówieśnikami. Potrzebują więc, by dorośli dali im przestrzeń do takiej nauki, m.in. pozwalając na zabawy typu „w wojnę”.

W wychowaniu dzieci warto pamiętać o tym, że nie chodzi wcale o to, by zakazywać dzieciom okazywania wszelkich przejawów agresji w trakcie zabawy lub karać (słownie czy choćby spojrzeniem) za to, kiedy się one pojawiają. Pamiętajmy, że dzieci, tak jak my wszyscy, posiadają impulsy agresywne i samo zakazywanie ich okazywania nie sprawi, że one znikną. Mogą skutkować tym, że dziecko nauczy się, że „coś jest z nim nie tak” i zacznie albo tłumić wszelkie impulsy agresywne albo wręcz przeciwnie – zacznie ze zwiększoną intensywnością je manifestować, coraz gorzej sobie z nimi radząc. O wiele ważniejsze i korzystniejsze dla zdrowego rozwoju psychicznego dziecka jest nauczenie go, w jaki sposób może konstruktywnie wykorzystywać własną agresję oraz

odczarowanie przekazu, że agresja to coś wyłącznie złego. Jeśli w zabawie pojawiają się wątki agresywne (dziecko na przykład umieszcza kolegę, który jest jeńcem wojennym w „lochu”), ale nikomu nie dzieje się krzywda (kolega świetnie odnajduje się w swojej roli i już planuje ucieczkę), należy pozwolić dziecku na ich ujawnienie. Nie zawstydzaj mówiąc „Jasiu, jak możesz być takim niedobrym kolegą dla Tomka!”. Nie prawić morałów typu: „takie agresywne zabawy nie są dla zgodnych kolegów, pobawcie się w coś miłszego”.

Warto zwrócić uwagę na fakt, że dzieci bawią się „w wojnę” od pokoleń i na różnych szerokościach geograficznych. Zabawy z elementami agresywnymi, polegające na popychaniu, szturchaniu, podgryzaniu obecne są także w świecie zwierząt – wystarczy przyjrzeć się zabawom małych kociąt czy szczeniąt. Można wysnuć wniosek, że tego typu zabawy są „do czegoś potrzebne”, skoro od tak dawna występują i u ludzi, i u zwierząt. Jeśli dorośli, z lęku przed dziecięcą (a może i własną), agresją zabraniają dzieciom zabaw tego typu, to rodzą się pytania: jak zatem dzieci mają w bezpieczny sposób rozładowywać swoją agresję? Jak mają się uczyć, jak sobie z nią radzić? Kiedy – jeśli nie w zabawie – mają to robić? Warto pozwalać dzieciom na zabawy w wojnę po to, by miały sposobność, w bezpiecznych warunkach, uczyć się, jak radzić sobie z różnymi swoimi emocjami i impulsami, w tym z agresją. Dorośli nie powinni wtrącać się do dziecięcych zabaw czy zbyt szybko ingerować. Kiedy interwencja dorosłego jest potrzebna? Jedynie wtedy, gdy komuś w zabawie zaczyna się dziać krzywda, a zabawa „w wojnę” staje się pretekstem do pastwienia się jednej strony nad drugą. Wtedy trzeba ją przerwać i omówić sprawę z dziećmi. Nie jednak po to, by zakazać takiej zabawy w ogóle, ale by ustalić jej bezpieczne zasady. Dopóki dzieci w takiej zabawie mają swój plan, swoje role i każdy się w niej odnajduje, a na twarzach dzieci widać ciekawość, radość, zadowolenie – nie jest potrzebne, aby dorośli się włączali czy jej zakazywali. Co więcej – taki zakaz może zamiast pożytku przynieść szkodę w postaci zabrania dzieciom okazji do uczenia się tego, jak radzić sobie z agresją i innymi uczuciami. Kiedy więc następnym razem Twoje dziecko będzie chciało bawić się w wojnę, pamiętaj, że ono intuicyjnie szuka okazji do tego, by uporać się w takiej zabawie z różnymi swoimi emocjami. Nie zabraniaj, nie oburzaj się, nie ośmieszaj – daj dziecku przestrzeń i nie ingeruj, dopóki nic złego się nie będzie działo.

Autorka: Justyna Kobyra, psycholog dziecięca, psychoterapeutka w trakcie szkolenia.