

„Dzieci Dzieciom - Dar Dotyku”



Byłam na warsztacie o takim właśnie intrygującym tytule. Warsztat dotyczył masażu, który polega na masowaniu dziecka przez inne dziecko. Odbywać się on może właśnie w przedszkolu. Masowanie takie może mieć miejsce również w domu: dziecko masuje rodzica i odwrotnie. Autorką metody jest terapeutka, instruktorka masażu Eva Scherer, Polka obecnie mieszkająca w Nowej Zelandii. Temat był ciekawy, ważny, bo przecież tyle się teraz mówi o złym dotyku, a przecież dotyk jest każdemu człowiekowi, nie tylko małemu, niezbędny do życia. Wystarczy, że taki masaż trwa kilka, kilkanaście minut, a zaczynają wydzielać się endorfiny (hormony dobrego samopoczucia). Masowanie odbywa się przy muzyce. Są to piosenki-instrukcje, których słowa mówią jak trzeba masować np.: „masuj plecy”, „teraz jedź jak narciarz”, „ugniataj jak ciasto”... Jakie korzyści płyną z dziecięcego masażu? Stwierdzono, że masaż dziecięcy uczy: świadomości ciała, wyrażania granic, budowania bliskości z rodzicem, empatii, cierpliwości, relaksu i wyciszenia. Masaż z reguły rozpoczyna się w grupie 4-latków. Najpierw masuje się plecy, potem głowę, dzieci starsze masują jeszcze dłonie. Bardzo ważne jest przeniesienie masażu także do domu. Wbrew pozorom czasu, który przeznaczamy tylko i wyłącznie dla dzieci, wcale nie ma tak dużo. Dzieci asystują rodzicom najczęściej przy różnych czynnościach w domu czy poza domem. Czas masażu jest nasycony pełnym kontaktem-rodzic masuje dziecko, dziecko rodzica i nic innego w tym czasie nie robimy. Specjaliści twierdzą, że dziecko poprzez pozytywny czy negatywny kontakt zmysłowy, zwłaszcza dotykowy, doznaje uczucia odrzucenia lub akceptacji. Dlatego właśnie dotyk lub jego brak może przesądzić o prawidłowym rozwoju dziecka: emocjonalnym, umysłowym i fizycznym. Rozmawiając z rodzicami na zebraniu m.in.: o tym warsztacie, doszłam do wniosku, że jest to temat wart rozpropagowania, tym bardziej, że usłyszałam od kilkorga rodziców, że takie masowanie stosują z pozytywnym rezultatem już od dawna w domu.

Więcej szczegółów można uzyskać czytając artykuł „Zbliżenia kontrolowane” (Eva Scherer i Monika Mokrzyżczak – dyrektor jednego z warszawskich przedszkoli) zamieszczony w „Wysokich Obcasach”. Dla zainteresowanych tą metodą dysponuję wyżej wspomnianym artykułem oraz innymi materiałami z warsztatu.

Grażyna Karaś