zkušenosti nápady inspirace projekty záměry lekce příklady

Jak na agresivitu už v mateřské škole? Pomocí masáží dětí dětem

Ve školách se objevuje stále více agresivity i neúcty nejen k vyučujícím, ale i ke spolužákům. Jak děti naučit, aby byly k sobě navzájem tolerantnější a vážily si ostatních? Pomoci může program Massage in Schools Programme (MISP). Jednou ze zakladatelek tohoto programu v České republice je Valpurga Hozáková, které jsme položili pár otázek.

Co je program MISP?

Jde o masážní program, který si aplikují děti vzájemně mezi sebou – děti dětem. Tento program založila Sylvie Hétu z Kanady a Mia Elmsäter ze Švédska. Obě terapeutky a učitelky jsou si vědomy potřeby doteku v životě. Všimly si, že se pracovně často přetížení rodiče dětem stále méně věnují a v rodinách mizí prostor pro bezpečný a pečující dotek. A přitom dotek je základní lidská potřeba, bez které nejsme schopni přežít.

Připravily program založený na aktivizačním dotekovém cvičení, kdy se masírují děti mezi sebou navzájem přes oblečení pomocí jednoduchých masážních tahů na zádech, ramenou, krku, rukou a hlavě. Při studiích se ukázalo, že vzájemný dotek vede k lepší atmosféře ve třídách, stmeluje děti dohromady a snižuje výrazně šikanu. U agresivnějších dětí bylo prokázáno, že po masážích se jejich agresivita výrazně snižuje a nemají potřebu ubližovat. Cílová skupina dětí v programu těchto masáží je 4 až 12 let.

Jak vypadá masáž v praxi a kdo ji může provádět?

Masáž se provádí ve dvojicích. Děti jsou normálně oblečené. Důležitým aspektem programu je respekt. Dítě tedy samo musí nejdříve svolit k masáži, až poté může samotná masáž začít. Instruktor ukazuje jednotlivé tahy masáže buď na učiteli, nebo ve vzduchu, nikdy ne na dítěti. Masáž je prováděna na zádech, ramenou, krku, hlavě a pažích. Jakmile jedno dítě namasíruje druhé, vymění se a celá masáž se opakuje. Tak si obě děti mohou zažít pocit dávání a přijímání. Když se děti tyto tahy naučí, trvá jim pak celá masáž zhruba 10 až 15 minut.

Jak se k těmto masážím stavějí rodiče dětí?

Rodiče musí předem dát k účasti na programu písemný souhlas, to je podmínka. Ideální je, pokud se mohou rodiče s programem seznámit přímo na třídní schůzce, případně vidět i malou ukázku. Samozřejmě se stává, že všichni rodiče souhlas se zapojením do programu nedají. To je naprosto v pořádku. Dítě, které se do programu nezapojí, zůstává ve skupině jen jako pozorovatel.

Je program MISP vhodný také pro děti s postižením?

Pro děti s poruchami program skutečně doporučujeme. Děti se po dotekových aktivitách zklidňují, jsou více soustředěné a také se lépe koncentrují na výuku. Pokud má dítě zdravotní postižení, i tam se v případě zájmu vždy najde způsob, jak může masážní program provádět.

Jak na masáže reagují samotné děti a jak jejich učitelé?

Od dětí i dospělých, ať učitelů, či rodičů, máme velice kladné ohlasy: „Děti se naučily jednoduché tahy s básničkami a při každodenních chvilkách se ve dvojicích masírují. Nejdůležitější pro nás je zklidnění celého kolektivu a odstranění agresivity u některých dětí. Za dva měsíce už vidíme výsledky," napsala nám Jana Bartoňová, ředitelka MŠ Kosořice.

Adriana Gojdičová, učitelka MŠ Jalůvčí v Děčíně, krásně vystihla podstatu naší práce: „Dotek je jedním z nejdůležitějších stimulantů, který v nás vyvolává klid a pohodu. S absencí tohoto faktoru se setkávám denně u svých dětí. Navíc děti postupně začaly být k sobě i dost agresivní, nesnášenlivé. Už jsme sami nevěděli, co s tím, nic nepomáhalo. Potom jsme objevili masáže MISP, které už dnes patří do našeho každodenního rituálu. To, jak se k sobě začaly po masážích děti chovat, je až neuvěřitelné. Jsou k sobě otevřenější, tolerantnější, jsou si nápomocné, jsou schopné kolektivní spolupráce. Byla to opravdová lekce pokory, kterou každý z nás občas potřebuje. Když ji dětem tímto způsobem nabídneme už v předškolním věku, časem se nám to mnohokrát vrátí."

Alena TUČÍMOVÁ

Bližší informace získáte na www.misa-cz.com.

Kontakt:
Valpurga Hozáková
Asociace MISA ČR
Tel.: 777 996 455
valpi.hozak@seznam.cz