

KAKO POMOĆI DJECI DA PREVLADAJU STRAH OD MRAKA

U skupini djece u trećoj godini života, bilo je upisano 18 djece, od kojih je većina bila prvi put u jednoj predškolskoj ustanovi. Na podnošljivom odmoru sobu sam zamračivala gustim, neprozirnim zavjesama, ali je početkom pedagoške godine bilo puno sunčanih dana te u sobi i nije bilo tako mrčno.

Jednom, u kasnoj jeseni, tamne sam zastore navukla preko cijele staklene stijene, a djeca su tada počela verbalno iskazivati strah od mraka: *Teta, ne mak! Pai svjeklo!* Po dječjim reakcijama zaključila sam da se većina djece boje mraka te sam zastore malo odgurnula kako bi me djeca jasno vidjela iz svojih ležaljki. To me ponukalo da isplaniram aktivnosti kojima ću djeci pomoći da prevladaju strah od mraka.

Razgovarala sam s djecom, ali i s njihovim roditeljima gdje i s kim spavaju noću kod kuće. Mali broj djece spavao je sam u sobi, a i tada su im roditelji u sobi ostavljali upaljeno svjetlo, uspavljivali ih ili ostavljali otvorena vrata sobe kako di djete čulo ukućane i vidjelo svjetlo u drugim prostorijama. Većina djece spava u sobi sa svojim roditeljima zbog skućenog stambenog prostora.

Djeci sam pričala o Suncu koje ujutro izlazi i daje nam svjetlost i toplinu. Navečer Sunce ide spavati i zato je mrak. Pozvala sam djecu na terasu, gdje smo zavrnuli rukave i ruke izložili toplini Sunca. Poticala sam djecu da uoče sjene naših tijela, a ona su rekla da je to mali mrak. Pozivala sam ih da zajedno prestrašimo mrak. U sobi smo navukli zastore i bilo je tamno, a zatim sam

pozivala jedno po jedno dijete da prestraši mrak tako što će naglo dignuti zastor. Zatim smo zastor dizali zajedno na dogovoreni znak.

Pitala sam ih kako bismo još mogli prestrašiti mrak i dobila odgovor – svjetlom (djeca su i pokretom pokazivala na električnu žarulju). Tada sam jedno po jedno dijete dizala do prekidača, a djeca su "strašila mrak" tako što su u sobi palila i gasila svjetlo. Sljedeće jutro u sobu sam donijela mnogo raznovrsnog materijala (kojeg sam sakupljala u suradnji s roditeljima): papirnate i kartonske kutije, kutije od obojene plastike, tamnog stakla ... Sve te kutije imale su poklopac. Djeca su ih tresla, otvarala, zatvarala i komentirala da u njima nema ništa. Rekla sam im da sam u svakoj toj kutiji donijela jedan mrak, ali da, ako ga žele vidjeti, moraju poklopac malo otvoriti. Jer oni su veliki i jako hrabri pa ih se mrak boji i čim jako otvore kutiju pobjegne od straha. To se djeci jako dopalo. Na moje pitanje: *Čdje pobjegne mrak?* djeca su odgovarala: *u ormar, van iz sobe, ispod police...*

Predložila sam im da mrak tražimo i strašimo sa smo otvarali vrata od ormara, od malih ormanića u kutiču lutaka, kutije za kocke s poklopcima ... i tako strašili mrak. Još neko vrijeme djeca su predlagala igre: tražimo mrak u sobi ili strašimo mrak svjetlom. Kasnije, ako im je za igru bio potreban mrak, sama su navlačila zastore, a o mraku se više nije pričalo kao o nečem strašnom.

Gordana Morelj

ROBIJEV MRAK MRAČAK

Jedan je Mrak Mračak stalno strašio Robija i hodao za njim po danu skrivajući se iza štoka vratiju, iza stolice, ispod police, pa hoop u veliku kutiju u kojoj su se nalazile razbacane igračke. To ne znači da je Robi bio neuređan dječak – ne! Ta on bi pospremio tu kutiju, ali je na dnu bio Mrak Mračak i samo je čekao da Robi stavi ruku duboko u kutiju pa da ga znate već ... am ... Ili nešto slično.

Najgore je bilo kad je Sunce zašlo. Tada bi Mrak Mračak rastao, rastao (mislim da se on hranio Robijevim strahom, ali možda i nisam u pravu), pa Robi nije mogao ići sa, u krevet. Pokušavali su mama i tata ostavljati svjetlo u sobi, ali je Robi tada ustajao jer je mislio da mora ići obaviti nuždu ili je bio još malo gladan ili strašno žedan ili mu se baš tada nije spavalo ... Uglavnom, s njim na spavanje odlazili su mama ili tata.

Ukoliko vi nemate problema s Mrakom Mračkićem, Mrakom, Mrikićem, Mrakom Mrkićem ili nekim drugim sličnim Mrakom, razmislite, kako možete pomoći Robiju.? Napišite ili nacrtajte kako ste ili kako biste riješili problem Robijevog Mraka Mračka ...

Kristian: Bojim se mraka. Sa crnom bojom se radi mrak. Nije hrabar. Boji se on sunca.

Andrea: Škur. Nije strašan.

Matea: Crni. Mrak se boji dana. Uzmeš crnu boju i onda to pomiješaš. Ne bojim se mraka.

Dorotea: Ne bojim se. Mrak je crni. Boji se svjetla. Ne mogu uhvatiti mrak jer je prevelik.

Leon: Kad vidiš crno - to je mrak. Mrak je crni i nema ništa. Ne bojim se mraka. Da upališ svjetlo, prestrašiš mrak.

Iva: Mrak je crni – zato jer je crn. Mrak nema ništa. Mrak je hrabar. Ne da se istjerati.

Lorena: Ne bojim se. Mrak je crn. Ne može se uhvatiti. Mrak se boji maske koja je strašljiva.

Paola: Mrak je kad spavaš. Mrak je kad prođe dana. Jer dan ne može biti dugo, a noć malo. Mrak može samo da ljudi spavaju – stajati. Mrak ne ide, nego Mjesec ide kući. Mrak se boji dana, dan se boji noći, a noć se boji dana. Mrak se boji svjetla i dana.