

Zabawa w czasie przerażenia.

Muszę przyznać, że długo zastanawiałam się nad sensem napisania tego tekstu. Może było to zastanowienie nad sensem myślenia, tworzenia, działania. Wszystkiego tego, co ma genezę w czasie zabawy dziecka. Ostatnie wydarzenia wydają się mało zabawne. Miałam wrażenie, że dziecięca część mnie samej schowała się bardzo głęboko. Doświadczane emocje, takie jak przerażenie, ból, wściekłość bezradność, ale też ogromna doza rozczarowania i chęć odcięcia od rzeczywistości nie pozwalały mi na kontakt z kreatywnością. Siły starczało na ogarnianie rzeczywistości, moich bliskich oraz tych, którymi się opiekuję.

Czas przeszły mieszał i nadal miesza się nam w głowach z czasem teraźniejszym. Czy przyjmujemy uchodźców z Ukrainy, czy rekompensujemy coś innemu narodowi, części nas samych, których utraciliśmy w czasie II Wojny Światowej. Może tęsknimy za rozdzieleniem z braćmi i siostrami, z którymi rozłączyła nas trauma wojny. Której wojny?

W mojej głowie, podobnie jak w wielu innych rozgrywają się bardzo trudne procesy. Traumy pokoleń wychodzą i wołają o rozwiązania. Przerażenie i lęk miesza się z nienawiścią i żądzą zemsty. Nie wiem czy strzelać czy uciekać. Wokół nas ludzie chcą kupować dolary i złoto. Czemu dolary? Czy dlatego, że euro w czasie II Wojny Światowej jeszcze nie istniało?

Zdecydowanie więcej jest pytań niż odpowiedzi. Więcej trudnych uczuć niż oddechu po kolejnej fali pandemii. Miała nadejść wiosna, przynieść wytchnienie a przyszła wojna.

Czy w tych realiach można pisać o zabawie?

Pewnego dnia do mojej stajni przyjechała rodzina uchodźców z Ukrainy. Rozmawialiśmy wszyscy w pomieszonym języku polsko-rosyjskim z elementami angielskiego. Trójka lekko przestraszonych dzieci i ich dzielne matki. Stopniowo widziałam jak dzieci rozglądały się ciekawie, trochę przestraszone wieloma dużymi jednak stworzeniami. Mój uprzejmy koń stał się na chwilę towarzyszem jednego chłopca. Ten z przestachu i obawy wyszedł obronną ręką i nawet prowadził go dzielnie po uprzednim zapoznaniu. Zapoznanie nie miało języka tylko głaskanie i lizanie. Głaskał oczywiście chłopiec. Mieliśmy tylko chwilę, więc relacja nie trwała długo. W tym czasie chłopiec powiedział, że bardzo się boi bo koń jest duży, nieznany i groźny i nigdy nie wiadomo, co się może wydarzyć. Czułam, że chłopiec nie mówi tylko o koniu. Porozmawialiśmy chwilę o tym, co duże, przerażające i nieznane. Nawiązaliśmy w trójkę nić porozumienia a jego

uśmiech był niezwykle ważny. Delikatny ledwie dostrzegalny ruch ustami i rozjaśnienie oczu. Obiecał, że jeszcze wróci i że lubi konie. Miałam wrażenie, że przez chwilę wydarzyło się coś ważnego. Nastąpiło rozluźnienie, które zaowocowało rozluźnieniem mięśni. Uśmiech stał się możliwy. Mam nadzieję, że odrobina rozluźnienia była też w jego wnętrzu. Wydawało się, że ta para - koń i chłopiec - przez chwilę dobrze się bawili. To co duże, przerażające i nieznane okazało się przyjazne i ciekawe. Miałam też wrażenie, że bariera językowa nie utrudniła mi zrozumienia emocji chłopca. Nie pamiętam w jakim języku rozmawialiśmy. Może nie jest to ważne. Czułam, że rozmawiamy o lęku. Miałam też wrażenie, że ta rozmowa bardzo przypominała mi sytuacje z gabinetu kiedy z dzieckiem poprzez zabawę, rysunek przepracowywaliśmy ważne dla niego sprawy.

Zawodowo od wielu lat zajmuję się dorosłymi, rodzinami i dziećmi pracując z nimi psychoterapeutycznie. Do rozumienia dzieci służy mi zabawa. Wiele lat uczyłam się rozumienia dziecięcych stanów umysłu i tworzenia przestrzeni terapeutycznej by mogły te stany wyrazić. Szczególnie ważne dla mnie było to, by była to dla nich jak najbardziej swobodna i naturalna forma. Zabawa jest taką formą. Bawiłam więc się z dziećmi w śmieć, miłość, rozwód, nienawiść. Zabawa służyła nam do wyrażania i ogarniania agresji. Dzieci w gabinecie uczyły się dzięki niej opiekować lub ogarniać nienawistne impulsy. Czasem przestrzeń terapeutyczna stawała się rodzajem azylu w czasie zawieruchy spowodowanej przez świat zewnętrzny. Widziałam też dzieci, które nie potrafiły się bawić i używać jakichkolwiek środków wyrazu. Wtedy zabawa stawała się ważnym elementem rozwoju.

To doświadczenie pozwoliło mi na przepracowanie własnych trudności. Czy ja mogę się bawić z dziećmi w czasie wojny? Jak mogę się bawić kiedy jest bariera językowa? Jak uczynić ten kontakt najbardziej swobodnym?

Wiem jedno, że warto się bawić. Dać przestrzeń dzieciom na normalne chwile. Na śmiech i radość. Może na odrobinę normalności w nienormalnym świecie. Wydaje mi się, że jest to ważne zadanie dla nas dorosłych.

Połączyłam doświadczenie zawodowe z moim doświadczeniem z tym chłopcem. Niestety nieznaną języka ukraińskiego uniemożliwia mi swobodną możliwość zabawy i dania przestrzeni na wyrażanie uczuć przez dzieci, które uciekły z rejonu wojny. Wydaje mi się jednak szczególnie ważne, by ta przestrzeń była możliwa. Sytuacja swobodnej zabawy przy obecności zwierzęcia, wspólne dbanie o niego i porozumiewanie się dało nam wspólną przestrzeń. Koń

z człowiekiem porozumiewa się cieleśnie, wyczuwa emocje człowieka i reaguje na nie. Człowiek komunikuje się z koniem również dając mu sygnały ciałem i emocjami.

Myślę, że są takie sytuacje kiedy kontakt, wspólna zabawa czy relacja oparta na jakimś działaniu daje możliwość wyrażenia emocji a nawet ich przepracowania. Obecnie dawanie dzieciom przestrzeni na wyrażanie emocji w mało inwazyjny sposób wydaje mi się szczególnie ważne.

W kontakcie z tym chłopcem miałam wrażenie, że bardzo mnie wzruszyło to jak pokazał lęk, zaufał i przepracował go. Widziałam wiele dzieci w stajni. Ten chłopiec jednak dla mnie wyrażał lęk, który poruszał mnie na zupełnie innym poziomie. Wydarzyło się coś bardzo niewerbalnego a mocno kontenerującego. Powstała relacja między kontenerem a kontenerowanym. Stajnia jako miejsce gdzie ludzie i zwierzęta porozumiewają się bez słów wydaje mi się ważnym czynnikiem.

Piszę to mając pewną propozycję. Jeśli znacie Państwo rodzinę z dziećmi, które chciałyby odrobiny radości wśród koni to zapraszam. Oferuję towarzystwo tych pięknych zwierząt, moją pomoc oraz wsparcie i rozmowę. W tym czasie będziemy czyścić konia a odważni mogą wsiąść na niego. Koń jest dżentelmenem z dużą dozą radosnego poczucia końskiego humoru. Wspólna zabawa może dać nam przestrzeń, by wyrazić i zrozumieć uczucia i stany a może nawet niektóre z nich ogarnąć. Osoby chętne proszę by zgłaszały do Kujawsko-Pomorskiego Koła PTPP adres mailowy to kujawsko-pomorskie@ptpp.pl. Najlepiej proszę o wpisanie numeru telefonu. Koń wyraża na to zgodę.

Za pomoc w redakcji tekstu, grafikę i wsparcie dziękuję Elżbiecie Marchlewicz.