

# Trista kasmatih, noče na oder

**Zjutraj: »Ne grem v vrtec, ker me nekaj boli. Ne vem še kaj, mamica, ampak res moram biti doma!«**

• TEKST: NIKA VIGER

**D**anes nam bodo otroci v vrtcu zaigrali gledališko igrico Grad gradiček. Amalja bo v družbi Jaka in Teodorja igrala medveda. Ko so začeli igrico pripravljati, mi je z navdušenjem pripovedovala, kako brunda, kaj poje in v kakšen kostum je oblečena. »Ampak vse skupaj boš lahko videla šele čez nekaj časa na predstavi,« je vsakič zaključila z žarom v očeh.

Do preobrata je prišlo teden dni pred nastopom. Na vprašanje, zakaj ne želi nastopati, nisem dobila odgovora, prav tako pa mi ni znala povedati, kakšni občutki jo prevevajo v zvezi z nastopanjem. Le bolj kot se je približeval dan nastopa, bolj odločna je bila, da se bo temu izognila. Jutranja izjava me tako sploh ni presenetila, zato sem ji rekla: »Vem, da si danes ne želiš nastopati, in ti tudi ni treba. Greš pa v vrtec in morda se z vzgojiteljico lahko dogovoriš, da pomagaš pri pripravi odra, namesto da bi predstavo le opazovala.« S tem načrtom je bila zadovoljna in tako sva »ozdravljeni« odšli v vrtec.

Že nekaj časa opažam, da se Amalja ne želi izpostavljati; v mini disku pleše šele, ko gredo spat vsi drugi otroci, in ob koncu smučarskega vrtca tudi za nagrado, čokoladno medaljo, ne pokaže, kaj so se naučili. Popolnoma drugačna zgodba je v domačem okolju, kjer je nastopanje njena najljubša igra in se, če je le mogoče, najprej napove, nato pa zapoje, zapleše in še zaigra na kakšen inštrument. Seveda jo moramo takrat gledati vsi. In vsi moramo ploskati. »To ima v genih,« se smeji prijatelj, ki so včasih deležni teh predstav. Ampak zakaj potem ti »izpadi«?

Tudi tokrat mi je oči odprla prijateljica, dipl. univ. psih. Đurđica Šmit. Klepet previdno začnem takole ...

»Danes popoldne smo starši vabljeni na predstavo, ki so nam jo pripravili otroci.« Đurđica se najprej zasmehi, ker pomisli, kako zelo bo Amalja uživala, nato pa ji razložim, kakšna je trenutna situacija, in očitno imava spet dobro temo za pogovor.

**Zadeva: nastopanje**

**N: Je strah pred nastopanjem razvojna stopnja?**

**Đ:** Ljudje imamo različne želje in potrebe po izpostavljanju. Sramežljivi otroci si ne želijo biti v središču pozornosti, ne drži pa to nujno le za njih. Amalja ima lahko le prehodno fazo in potrebuje malo spodbude. Ohrabri jo in ji razloži, zakaj je fino nastopati, predstavi ji pozitivne plati. Ponudi ji, da se prvič pred množico neznancev izpostavi skupaj.

**N: To sem že poskusila, neuspešno. Pravi, da ne želi, da jo drugi otroci gledajo in ocenjujejo. Včasih reče, da si sploh ne želi na oder. Na veliki oder.**

**Đ:** Uf, je morda Amalja gledala 'talente' in podobne oddaje?

**N: Jasno, saj obožuje ples in petje in rada vidi, kaj dela njen ati, ko ga ni doma.**

**Đ:** Ampak tam njen ati in vsi, ki nastopajoče gledajo, hkrati ocenjujejo. In le najboljši gredo na veliki oder. Amalja poveže stvari po svoje; to je ena izmed vlog njenega očeta in kar počne on, je zakon. Če torej ocenjuje druge ljudi, bo tudi njo. Občutek dobi, da je nastopanje in ocenjevanje povezano.

**N: Saj nekako je ... Tudi starši večkrat komentiramo**

**z besedami: kako lepo si to zapel, zaplesal ...!**

**Đ:** Res je, a bolje bi bilo, da bi izjave, kot so »res si krasno plesala« ali pa »zakaj pa si danes fušala« zadržala zase. Še posebej pazljiva bodi pri komentiranju stvari, ki si jih včasih počela sama in v katerih si strokovnjakinja. Z »mentorskimi« izjavami tipa »drugič pri plesu napni stopala« in podobno boš le še bolj pritiskala na otroka, kar se lahko konča tako, da te naslednjič na nastopu ali na tekmi ne bo želela videti. Raje jo spodbudi z besedami v stilu »všeč mi je, kadar poješ to pesem« ali »lepo je, kadar uživaš v nastopanju«.

**N: In če se kaj ponesreči?**

**Đ:** Zadnja stvar, ki jo otrok želi slišati, je tvoja ocena ali poznavalsko seciranje dogodka. Raje ga potolaži in mu razloži, da je vsaka pot do uspeha sestavljena iz porazov in zmag. Tako bo njegova največja uteha, da boš z njim na nastopu ne glede na to, kako se bo odvijal. In zapomni si, da je tudi spodbujanje ali kričanje med nastopanjem lahko stresno; tako kot mamica sliši svojega dojenčka jokati med množico na igrišču, otrok sliši svojo mamo kričati med množico navijačev na tribuni. In ob tem se težko osredotoči na nastop.

**N: Kako pa naj se danes lotim te težave?**





## Vsi na kolo!

Ste vedeli, da ima najstarejše leseno kolo na svetu celih 5200 let in da so ga našli na slovenskih tleh, natančneje na Ljubljanskem barju? Ogledali si ga boste lahko na razstavi, ki bo v Mestnem muzeju Ljubljana na ogled še do naslednjega leta, dokler se ne bo odkotalilo na razstave po vseh svetu. Spomladi 2002 je ga je našla začudena ekipa arheologov, doslej najstarejša znana najdba lesenega kolesa na svetu pa sodi tako po starosti kot tudi po tehnološki dovršenosti v sam vrh svetovne kulturne dediščine. To je prepoznala tudi organizacija UNESCO, ki je v letu 2011 koliščarsko dediščino Ljubljanskega barja vpisala na znameniti seznam.

KOLO NI VEČ OKROGLO, AMPAK MU TO ZARADI ČASTITLJIVE STAROSTI ODPUSTIMO!



**Đ:** Prepusti se toku dogajanja, prihodnjič pa, če je nastop res pomemben in želiš, da se ga udeleži, ji skušaj najprej razložiti, da je tekmovanje nastopanje, kjer žirija in gledalci ocenjujejo tekmovalce, ki se potegujejo za določeno nagrado, nekaj povsem drugega pa je nastop, kjer gledalci le uživajo ob gledanju predstave in tak nastop je tudi njihov vrtčevski. Če se bo ta dogajal v neznanem okolju, npr. na gledališkem odru, pomaga, da si z otrokom prvi dan le ogledata prostor, drugi dan stopita na oder in morda skupaj poskusita nekaj odigrati. Tretji dan pa ga spodbudi, da to ponovi sam ali pa s seboj povabita še koga, ki vaju bo gledal iz dvorane in vama po koncu tudi zaploskal. Tako bo trema pred pravim nastopom manjša.

**N:** In če Amalja kljub vsemu ne bo želela nastopati?

**Đ:** Še odrasli imajo strah pred nastopanjem, kaj šele otroci. Zaradi strahu pred nastopanjem si lahko situacijo predstavljajo napačno, zato je pomembno, da mu razložiš potek dogodkov. Izpostavljenost stopnjujta po majhnih korakih in vsakega prehojenega nagradita. Otrok naj ima izkušnjo, da se mu nastop izplača; na-

gradi ga z izkazanim veseljem, s sadno kupo ali s fotografijo za v družinski album. Majhna doza stresa ni škodljiva, ker se bo moral že v šoli večkrat soočiti z nastopanjem, a če ima s tem res težavo, ga nikar ne sili. Morda se otrok ne želi izpostavljati, ker nima želje po tovrstni pozornosti, ne želi biti »showmaker«, saj ima občutek, da ga starši tudi brez tega vidijo in jemljejo resno. Mislim, da je druga skrajnost, ko otrok zahteva pozornost, izraža željo po slavi in nastopa kar naprej pred povsem neznanimi ljudmi, resnejša težava, ki kaže na to, da si želi biti opažen in viden.

**P. S.:**

Si sploh lahko mislite, kako presenečena sem bila popoldne, ko sem Amaljo zagledala uživati na odru ... oblečeno v kostum žabice? Zaradi bolj udobnega kostuma, prijateljic žabic ali spretnih poteze vzgojiteljice ... mi v tistem trenutku sploh ni bilo pomembno, kaj je spremenilo njeno odločitev. Skupaj z njo je igralo tudi moje srce; ker sem jo lahko gledala nastopati in ker se včasih stvari rešijo tudi brez pretiranega razglabljanja, skoraj same od sebe. ●



Center **INTERSPAR**  Vič

**ZABAVNI AVTODROM**  
25. APRIL - 5. MAJ  
PREIZKUSITE SE V TAKTIKI IN SPRETNOSTI NA DIRKALNI PROGI. ZA VSE GENERACIJE.

