

Baraszkowanie¹ jest przykładem metody opartej na kontakcie z ciałem, który intensywnie stymuluje zmysły poprzez różne aktywności np. huśtanie dziecka, podrzucanie, rzucanie poduszkami, kręcenie, turlanie po materacu, siłowanie itp. Dzięki niej dziecko wchodzi w kontakt z drugim człowiekiem, buduje zaufanie w oparciu o to, że nie stanie się nic złego w trakcie zabawy. Podczas zabaw ważna jest przyjemna atmosfera, która stwarza dziecku poczucie bezpieczeństwa, wynikające z bliskości i obecności znaczącej dla niego osoby dorosłej. Dzięki tej metodzie dzieci rozwijają i utrzymują kontakt wzrokowy, uśmiechają się do innych, próbują samodzielnie zaspokajać potrzeby rozwojowe, odblokowują się w wyrażaniu uczuć, nawiązują przyjacielskie kontakty z rówieśnikami i dorosłymi. Kontakt, któremu nie towarzyszy dotyk, nie prowadzi do pełnej bliskości. Dlatego wskazana jest zabawa z dziećmi, bo poprzez nią wspomozemy i ułatwimy ich rozwój, dostarczymy satysfakcji i niemałej radości.

Uwagi metodyczne do baraszkowania:

- przede wszystkim jest to przeżycie wspólnoty przez rodziców/terapeutów i dziecko;
- baraszkowanie działa na zmysł równowagi;
- dzięki baraszkowaniu rozwija się aktywność własna dziecka, wzrasta śmiałość ruchowa – co się wiąże ze śmiałością społeczną – nawiązanie przyjacielskich kontaktów z rówieśnikami;
- baraszkowanie daje możliwość wyładowania negatywnych emocji.

Trzeba pamiętać, aby nie przeciągnąć zabawy. Sesje baraszkowania można podzielić na – zabawy rozbudzające, hałaśliwe i na sesję wyciszającą, wśród materacy i poduszek, zabawa w ciszę. Gdy dziecko początkowo zahamowane osiągnie już stopień pobudzenia, jaki jest dla niego najkorzystniejszy, trzeba zwrócić uwagę, czy pobudzenie nie ma tendencji do niepohamowanego narastania. Zanim to nastąpi, zaczynamy zabawy wyciszające.

¹ **Metoda Ruchu Rozwijającego** stanowi indywidualny i dość uniwersalny system wspierania rozwoju dziecka, a sposoby jej wykorzystania zależą jedynie od pomysłów i kreatywności nauczyciela.