

Gdzie jesteś braciszku?

Autor: Katarzyna Barycka



Publikacja sfinansowana ze środków Gminy Strzelin oraz Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej w ramach realizacji projektu "Sztuka życia" Strzelin, 2020

Drodzy Rodzice!

Czy słyszeliście kiedyś o opowieściach bajkoterapeutycznych? Jeśli nie, musicie wiedzieć, że choć nazywa się je bajkami, to nie mają wiele wspólnego z typową bajką – nie są rymowane, nie mają morału, a żeby ją napisać, nie trzeba być bajkopisarzem. Fenomen bajek terapeutycznych polega na koncentracji na tematach najtrudniejszych – tych z gatunku problemowych emocjonalnie. W żadnym innym miejscu nie znajdziemy takiego nagromadzenia wzorów radzenia sobie z silnymi przeżyciami.

Jest to propozycja metody pomagającej dziecku w wieku 4 - 10 lat. Największą zaletą bajek terapeutycznych jest możliwość tworzenia historii połączonych z baśnią (w przypadku bajek terapeutycznych nie można przesadzić z ilością elementów baśniowych, aby dziecko mogło stwierdzić, że opowiadana historia mogłaby mieć miejsce także w realnym życiu) dostosowanych indywidualnie do każdego dziecka i problemu, z jakim się ono boryka.

Konwencja bajki pozwala nie tylko zapoznać się i oswoić z sytuacjami budzącymi niepokój (rozstanie z rodzicami, ciemność, kompromitacja, śmierć, hospitalizacja itd), ale i znaleźć cudowne rozwiązanie nękających problemów, skłaniając dziecko do szukania skutecznych sposobów radzenia sobie z własnymi trudnościami.

Młodzi odbiorcy mogą utożsamiać się z bohaterem (podobny wiek bohatera i przypisanie czy odnalezienie wielu cech wspólnych ze swoim życiem i charakterem, pozwala poczuć z nim więź) i przeżywać z nim daną historię, pozostając w bezpiecznym miejscu, nierzadko w ramionach mamy i taty.

Bajki terapeutyczne wspierają dziecko pokazując mu, że normalne jest wstydzić się, bać czegoś czy płakać. Zawierają też wskazówki, co można zrobić, by poradzić sobie z problemem. Są swoistym przekazem dla dziecka, że można sobie poradzić i że z każdego kłopotu jest wyjście.

Dają też wiarę we własne siły - jeśli bohater pokona własne słabości, jest szansa, że dziecko postąpi podobnie. Mały słuchacz (lub czytelnik, jeśli dziecko potrafi czytać) nie jest edukowany, nie odczuwa rygoru odpowiedniego zachowania lub myślenia. Bohater bajki przeżywa po prostu podobny problem, co stymuluje dziecko do zmiany w patrzeniu na ten kłopot.

Oddajemy w Wasze ręce przykładową bajkę terapeutyczną, która została stworzona na potrzeby projektu „Sztuka życia”. Napisana została przez osobę bez wykształcenia psychologicznego i pedagogicznego, która nie odbyła także warsztatów pisarskich i nie jest bajkopisarzem.

Chceliśmy pokazać, że i Wy możecie takie bajki tworzyć i razem z dzieckiem przeżywać jego smutki, radości, kłopoty, pokazywać mu rozwiązania, a przede wszystkim rozmawiać o emocjach, budując wzajemne relacje w atmosferze bliskości i zrozumienia.

Magdalena Buczyńska

Gdzie jesteś braciszku?

Historia ta zdarzyła się nie tak dawno temu, może wczoraj, a może przedwczoraj.

W centrum małego spokojnego miasteczka, nad „Apteką pod Akacjami”, mieszkało rodzeństwo Mikołaj – starszy brat i Tosia – mała siostrzyczka, oczywiście nie mieszkali tam sami, tylko z rodzicami. Tego dnia nieco się nudzili i brat wymyślił zabawę w chowanego. Narysował mapę, bardzo się starał, żeby była jak najbardziej czytelna i prosta, bo siostrzyczka była jeszcze przedszkolakiem, a chciał, żeby umiała ją dobrze odczytać. Powiedział do niej:

- Tosiu, schowam się i zaznaczę krzyżykiem gdzie jestem, a Ty musisz mnie odnaleźć. Będę tam na Ciebie czekał z niespodzianką, dopóki mnie nie znajdziesz, żeby nie zepsuć za wcześnie zabawy.

Dziewczynka zamknęła oczy i zaczęła wymieniać wszystkie dzieci z przedszkola, bo nie potrafiła jeszcze liczyć do 20. Gdy kończyła usłyszała trzaśnięcie drzwiami, otworzyła oczy i wzięła mapę ze stoliczka.



Zabrała do pomocy swojego ukochanego pluszaka, tygrysa śnieżnego o imieniu „Tygrysio”, z którym nigdy się nie rozstawała. Żeby nie przeszkadzać zajętej mamie, Tosia wyszła cichutko zamykając drzwi. Zbiegła po schodach, stanęła przed bramą swojego domu i uważnie zaczęła się przyglądać otoczeniu i mapie. Odnalazła na niej pomnik ze Strzelcem, symbolem miasteczka, w którego stronę skierowana była strzałka na mapie. Przeszła ostrożnie przez szeroką ulicę i zaglądnęła do fontanny. Mikołaja tam nie było. Jeszcze raz popatrzyła na mapę i zauważyła drugą strzałkę skierowaną na wieżę ratusza. Tam zaznaczony był krzyżyk, którego wcześniej nie zauważyła. Uradowana pomyślała: „Mam go!” i podbiegła do bramki. Ostrożnie ją otworzyła i weszła na małe podwórkó otoczone murem. Było ono niewielkie, więc szybko je przeszukała, ale i tam Mikołaja nie było. Dziewczynka rozejrzała się i zobaczyła ażurowe schody, prowadzące do wnętrza wieży. Na te schody nigdy nie wchodziła, bo bardzo się bała. Ściskając mocno Tygrysię, żeby dodać sobie otuchy, ostrożnie weszła na pierwszy schodek, a potem drugi i następny.



Gdy dotarła do drzwi u szczytu schodów, była już cała złana potem. Ale drzwi były zamknięte. Popłynęła pierwsze łezka, bo już troszkę się zdenerwowała. Zrezygnowana powolutku zaczęła schodzić w dół. Trwało to bardzo długo, bo była już zmęczona i wystraszona.

Weszła na skwerek z ławeczkami i klombami kwiatów, znajdujący się na samym środku Rynku. *„Może tam jeszcze poszukam”* – pomyślała Tosia – *„Nie mogę przecież wrócić do domu bez brata, a on tam gdzieś na mnie czeka”*.

Mimo zmęczenia, szybko pobiegła na skwerek i przeszukała każdy krzaczek, klomb i ławeczkę dwa razy. Usiadła na jednej z nich i poczuła ogromny smutek i samotność. Nie potrafiła odnaleźć brata, a zrobiło się już bardzo późno. Łzy same zaczęły płynąć jak rwąca, góraska rzeka, a ona nie mogła ich powstrzymać

i była coraz bardziej i bardziej smutna. Wtedy poczuła, że ktoś usiadł koło niej. Ze zdziwieniem usłyszała głos mamy, która mocno ją przytuliła:

- Wszędzie Cię szukam, ale na szczęście jesteś! Martwiłam się! Co tutaj robisz sama?

Tosia uściśnęła mocno mamę i z trudem, przez ściśnięte gardło, opowiedziała o ich zabawie i poszukiwaniu brata:

- Bałam się wrócić do domu i że będziesz mamó na mnie zła...



Pokazała mokrą od łez mapę. Mama przytuliła ją jeszcze bardziej i powiedziała:

- *Pamiętaj, żeby zawsze do mnie przyjść, nawet jeśli bardzo nabroisz, a potem się boisz, że mogę być troszkę zagniewana. Ale jestem twoją mamą, kocham Cię i jestem, żeby być przy Tobie i pomagać, kiedy tylko tego potrzebujesz. Po to zostały stworzone mamy.*

Spojrzała na mapę:

- *Chyba trzymasz ją do góry nogami...*

Odwróciła ją i pokazała Tosi napis u góry strony „D O M”, którego Tosia wcześniej nie zauważyła, a nawet nie potrafiłaby sama przeczytać. Mikołaj zapomniał, że ona nie zna jeszcze wszystkich literek. Wrócili do domu, razem jeszcze popatrzyły na mapę. Okazało się, że pomnik Strzelca to nie był pomnik, tylko fotel w pokoju. Klomby z kwiatami to kolorowy dywan, a wieża teraz wyglądała jak szafa. Otworzyły ją i zobaczyły śpiącego Mikołaja, w ręce trzymał nadgryzioną czekoladę. Wszyscy byli już bezpieczni i odnalezieni.

KONIEC



