

Anna Fabrykiewicz

Gminna Biblioteka Publiczna w Grucie, Filia Okonin
annfab@wp.pl

Bajkoterapia w środowisku edukacyjnym dzieci w wieku przedszkolnym

Wprowadzenie

Bajkoterapia jest częścią biblioterapii, skierowaną do dzieci w wieku 4-9 lat. Jest to metoda terapii i profilaktyki lęków u dzieci. Dotyczy ona rzeczy i zjawisk istotnych dla dziecka, ponieważ wyraża w tekście i opisach zdarzeń to, co się dzieje w psychice dziecka, w jego wewnętrznych przeżyciach. Dziecko uczestnicząc w bajkoterapii, często nieświadomie przyswaja sobie opowiadane historie, a potem wykorzystuje je do walki ze swoimi lękami i strachami. Te bajki dają mu nadzieję, uczą samodzielności, a także innego, optymistycznego spojrzenia na własne problemy. Jako pierwszy interpretacji bajek i ich wartości terapeutycznej podjął się amerykański psychoanalityk Brunon Bettelheim. Sformułował tezy wpływu baśni na wychowanie i rozwój dziecka, w których uznał, że podstawą oddziaływania baśni na psychikę dziecka jest proces identyfikacji czytelnika z pozytywnym bohaterem oraz, że baśnie konfrontują dziecko z podstawowymi wewnętrznymi problemami życia, pomagają w rozpoznaniu trudności i od razu podają sposoby radzenia sobie z nim. Ponadto baśnie sprawiają dzieciom radość, objaśniają im psychikę, wspierają rozwój i pomagają odkrywać osobowość. Bettelheim uważał, że baśnie zachęcają do aktywnego pokonywania trudności i nawiązywania dobrych stosunków z przyrodą, ale też wspierają je w psychologicznych problemach dorastania, integracji osobowości i nadają sens życiu. Był pierwszą osobą, która zwróciła uwagę na to, że fabuła baśni może stanowić matrycę społeczną, uczącą dziecko funkcjonowania w społeczności. Aby to nastąpiło –

pisał B. Bettelheim – dziecko potrzebuje wsparcia prowadzącego do kształtowania sensu życia, a to z kolei prowadzi do uspokojenia wzburzonych emocji¹.

Zagadnienie bajkoterapii w ostatnich latach zyskuje na popularności. Warto wspomnieć o powstaniu w 1997 roku Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego i jego kwartalniku „Biblioterapeuta”, a także o istnieniu specjalności biblioterapeutycznej na kierunkach studiów z zakresu bibliologii i informatologii. Do popularyzacji bajkoterapii przyczyniają się też bibliotekarze i biblioterapeuci.

Metodologia badań

Zasadniczym problemem badawczym charakteryzowanym w tym artykule jest wykorzystanie bajkoterapii w pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym oraz próba znalezienia odpowiedzi na pytanie, czy taka forma pracy z dziećmi może zostać zaakceptowana zarówno przez pracowników i dyrekcję przedszkola, rodziców, jak i same dzieci. Analiza zagadnienia została poparta pracą badawczą przeprowadzoną w Przedszkolu Samorządowym w Melnie, gdzie badaniem zostało objętych 25 dzieci z najstarszej grupy wiekowej „Smerfy

Zajęcia bajkoterapeutyczne przeprowadzono w Przedszkolu Samorządowym w Melnie w czerwcu 2015 roku. Odbyły się cztery spotkania z najstarszą grupą przedszkolaków „Smerfami”. Każde spotkanie poświęcone było innemu problemowi:

- pierwsze spotkanie odbyło się 10.06.2015 r. i uczestniczyło w nim 24 dzieci. Na tym spotkaniu podjęty został problem nieśmiałości.
- drugie spotkanie odbyło się 15.06.2015 r. i uczestniczyło w nim 25 dzieci. Tym razem tematem spotkania był problem sprzątanania po sobie zabawek.
- trzecie spotkanie miało miejsce 18.06.2015 r., a liczba obecnych dzieci wynosiła 22. Tematem przewodnim tego spotkania były relacje w grupie rówieśniczej.

¹ B. Bettelheim, *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, Warszawa 2010, s. 40-42.

- czwarte spotkanie odbyło się 23.06.2015r. i uczestniczyło w nim 23 dzieci. Na tym ostatnim spotkaniu podjęty został problem wizyty u dentysty i emocji z tym związanych.

Przebieg badania

SPOTKANIE 1: bajka psychoedukacyjna – problem : nieśmiałość

Temat bajki: „*Nowi przyjaciele Gongona, czyli jak budować poczucie własnej wartości nieśmiałego dziecka*”. Autor Maja Wilczewska - Wojczyszyn².

Tekst bajkoterapeutyczny: „Gdzieś daleko, a może całkiem niedaleko, znajduje się niezwykła wyspa. Wszystko na tej wyspie – góry, doliny, jeziora i rzeki są zielone. Mieszkańcy tej wyspy to Kapingi. Istoty sięgające takiemu dziecku jak ty do pasa, a ważące tyle co dwa jabłuszka. Na głowie każdy Kaping ma dwoje czułek: dziewczynki piękne i długie, a chłopcy krótkie i ster-
czące. Mają one również niezwykłą cechę. Zmieniają kolor swoich czułek w zależności od tego, jak się czują. Kiedy się boją, to ich czułki robią się granatowe. Kiedy są smutni – szarzeją, na znak radości mieniają się wszystkim odcieniami żółtego. Czerwone czułki natomiast informują, że Kaping jest zły. Przeciętna rodzina Kapingów mieszka w szmaragdowej kropli, a niektóre w wielokroplach. Niedawno do jednej z nich, do mieszkania na najniższym poziomie, wprowadził się mały Kaping o imieniu Gongon. Chodzi on do starszoklasy. Jest bardzo spokojnym, cichym chłopcem, bardzo trudno mu poznać nowych kolegów. Wstydzi się rozpocząć rozmowę z innymi dziećmi. Bardzo chciałby bawić się z chłopcami na boisku, ale boi się do nich podejść. Popołudnia spędza samotnie w domu przy komputerze, oglądając telewizję albo czytając książki. Zaczyna się jednak już nudzić. Mijał kolejny dzień od przeprowadzki do nowego mieszkania. Gongon po raz kolejny siedział z przyklejonym do okna nosem i patrzył tęsknie na

² M. Wilczewska–Wojczyszyn, *Nowi przyjaciele Gongona, czyli jak budować poczucie własnej wartości nieśmiałego dziecka* [w:] *Bajkoterapia pomaga dzieciom*, pod red. G. Surniak, G.A. Sabińo, Poznań 2014, s. 29-31.

boisko, na którym chłopcy właśnie rozgrywali mecz kapingpiłki. Chłopiec poczuł na swoich poszarzałych czułkach czyjąś rękę.

– Mały, a czemu jesteś taki smutny? – to przyszedł właśnie ulubiony kuzyn Gongona, Albi.

– Widzisz, jak oni fajnie grają? – zapytał jeszcze smutniejszy Gongon.

– To idź zagraj z nimi, przecież jesteś świetnym bramkarzem.

– Ale... – chłopiec zawiesił głos – Wstydzę się – wyszeptał bardzo cicho – Oni mogą nie chcieć bawić się ze mną.

– Wiesz, miałem kiedyś podobny problem – zamyślił się Albi.

– Ty? To niemożliwe – wykrzyknął zdziwiony Gongon.

– Pamiętasz, jak kilka lat temu zmieniłem szkołę i musiałem rozpocząć rok szkolny w zupełnie nowej klasie? Nie znałem tam nikogo. Bardzo się bałem, że nikt nie będzie chciał się ze mną kumplować. Cała klasa już się znała, wszyscy mieli swoje miejsca w ławkach, znali swoje zainteresowania. Tak fajnie bawili się na szkolnym boisku.

– I jak sobie poradziłeś? - dotychczas ciemnoszare czułki Gongona zaczęły się powoli przejaśnić.

- Pomogła mi moja wychowawczyni. Zaproponowała, żebym następnego dnia przyniósł jakiś swój ulubiony przedmiot i opowiedział o sobie.

– Co przyniosłeś? Swój holobook? – mały zapytał, wiedząc, jak świetnie jego starszy kuzyn radzi sobie z holourządzeniami.

– Nie. Jeszcze wtedy tego nie potrafiłem obsługiwać – uśmiechnął się Albi. – Pamiętasz jedno-rolkę, na której jeździłeś po naszym podjeździe przed kroplą? Tak się właśnie złożyło, że dostałem ją latem jeszcze przed pójściem do nowej szkoły.

– Pamiętam – na jednym z czulek drugoklasisty pojawiła się żółta plamka. – Bardzo lubię, gdy pozwalasz mi na niej pojeździć. Mama powiedziała, że może kiedyś mi taką kupi.

– Przyniosłem jednorolkę do klasy – kuzyn uśmiechnął się na wspomnienie tamtego dnia. – Opowiedziałem o tym, jak uczyłem się na niej jeździć, choć dalej bardzo się wstydziłem. Okazało się, że w klasie są też chłopcy, którzy interesują się jazdą na jednorolce. Poprosili, żebym pokazał, jakie znam sztuczki. Niektórych z nich w ogóle nie znali. Obiecałem, że na przerwie nauczę ich, jak je zrobić.

– Naprawdę? Chcieli się z tobą bawić? Mimo że dopiero cię poznali? – Gongon zapytał niepewnie, spoglądając kątem oka na boisko niedaleko wielokropli.

– Tak, bo dzięki temu, że zacząłem opowiadać im o swoich zainteresowaniach, zaczęli mnie poznawać – Albi wyciągnął jednorolkę zza pleców. – Przyniosłem ci ją dzisiaj. Może tobie też przyniesie szczęście. Spróbuj! Opowiesz mi, jak przyjdę do ciebie za jakiś czas. Wieczorem maluch zasypiał, patrząc na jednorolkę. Myślał o tym, co mówił mu starszy kuzyn. Następnego dnia była sobota i piękna pogoda. Chłopcy od samego rana grali już na boisku. Gongon znowu stanął smutny z nosem przy oknie. Z kuchni wyrzała mama.

– Może warto, żebyś posłuchał Albiego. Spróbuj, dziś jest pogoda w sam raz na jazdę na jednorolce – zachęciła synka. Chłopiec spojrział na mamę. – Może... – zawahał się, ale ostatecznie chwycił jednorolkę i wybiegł na podwórko. Usiadł na ławce i zastanawiał się, jak zacząć. Nawet nie zauważył, że chłopcy z boiska szybko przybiegli do niego i poprosili, by pokazał im jednorolkę.

– Masz jednorolkę? Super! – zaczął jeden z chłopców. – Mój brat też ma, ale nie chce mnie nauczyć – opowiadał drugi. – Wczoraj dostałem od mojego starszego kuzyna, Albiego – odparł niepewnie Gongon. – Wcześniej mogłem na niej pojeździć tylko wtedy, kiedy u niego byłem.

– Umiesz na niej jeździć? – Tak. Jeśli chcecie, mogę was nauczyć. – To super! A pokażesz, jakie znasz sztuczki? – zakrzyknęli chórem chłopcy. – Oczywiście, jeśli chcesz. – Jasne! – krzyknął malec i jego czułki aż zaświeciły żółtym blaskiem. Chłopczyk wyjechał szybko na boisko. Pokazał nowym kolegom wszystkie ewolucje, jakich nauczył się, odwiedzając Albiego.

Po jakimś czasie przyjechał znowu kuzyn, ale tym razem musiał szukać Gongona na boisku. Razem z kolegami ćwiczyli jazdę. Podeszedł do nich i podziwiał, jak fajnie się bawią. – Wiesz, ja chyba nie wiedziałbym, jak nauczyć kolegów jeździć na jednorolce – Albi poklepał po ramieniu Gongona. – A tej ewolucji, którą przed chwilą wykonywaliście, to nawet nie znałem. Pokażecie mi ją jeszcze raz? – zapytał, a małemu kuzynowi szepnął do ucha. – Masz świetnych kumpli.”

SCENARIUSZ SPOTKANIA

Cel spotkania: podniesienie i budowanie poczucia własnej wartości nieśmiałego dziecka.

Uczestnicy: najstarsza grupa przedszkolaków w liczbie 24 o nazwie „Smerfy”, wiek 6-7 lat

Czas trwania: 45-50 minut

Warunki: sala w przedszkolu z miejscem umożliwiającym pracę w kręgu, na dywanie

Metody i techniki: słuchanie bajek, dyskusja, techniki plastyczne i rekreacyjne

Formy: zbiorowa, indywidualna, grupowa.

Przebieg zajęć:

1. Przywitanie uczestników- jak się nazywam, po co przyjechałam, ile razy będą odbywały się zajęcia.
2. Omówienie tematu dzisiejszego spotkania – nieśmiałość. Pytania, które dzieci są śmiałe, odważne, a które uważają, że się wstydzą, są nieśmiałe.
3. Zajęcie rekreacyjne, w celu rozciągnięcia mięśni, aby dzieci miały kondycję przejść do magicznej bajkowej krainy przez magiczne hula- hop:

Kółko małe, kółko duże

Ręce w dole, ręce w górze

Skłoń się w prawo, skłoń się w lewo

Tak się w lesie chwiej drzewo. (dzieci powtarzają tekst wierszyka i wykonują ruchy jak w tekście - pięciokrotne powtórzenie).

4. Bajka relaksacyjna w celu rozluźnienia i odprężenia się oraz przygotowanie dzieci do przejścia do tekstu bajki psychoedukacyjnej. Dzieci mają wybrać sobie najwygodniejszą pozycję – mogą leżeć na plecach, brzuchu, mogą siedzieć. Mają zamknąć oczy i starać się odczuwać to, co bohater tekstu:

„Jest piękny letni poranek. Idę poprzez las, słyszę śpiew ptaków, cicho szemrzący strumyk i trawy. Idę powoli, oddycham spokojnie. Lekki wiatr muska moje włosy. Delikatne promienie słońca pieczą moje ciało, jest mi przyjemnie. Czuję się odprężona, spokojna. Wciągam w płuca balsamiczne, leśne powietrze. Czuję się lekka i swobodna, jestem szczęśliwa. Mam wakacje. Odpoczywam”³,

5. Przejście do magicznej krainy przez hula – hop.
6. Dzieci siadają w kręgu, otrzymują kartki z twarzą Gongona i kredki.
7. Odczytanie tekstu bajki w trzech fragmentach:

- a. Pierwszy fragment do słów...”rozgrywali mecz kapingpiłki”

Uczucia Gongona – każde dziecko dostaje arkusz podzielony na dwie części oraz kredki. Na arkuszu narysowane są takie same kontury głowy Gongona. W pierwszej przerwie dzieci mają uzupełnić pierwszy kontur, przedstawiając uczucia Gongona wyglądającego przez okno. Prezentują swoje rysunki oraz rozmawiają z prowadzącym o tym, co czuł bohater, kiedy obserwował chłopców bawiących się na boisku i dlaczego obawiał się do nich podejść.

- b. Drugi fragment do słów...”zachęciła synka”

Po drugiej przerwie prowadząca pyta dzieci, czy Gongon powinien wyjść do chłopców, prosi o doprecyzowanie odpowiedzi (jeśli tak lub nie, to dlaczego)

³ I. Borecka, *Biblioterapia w szkole. Poradnik dla bibliotekarzy*, Legnica 1998, s. 92.

c. Trzeci fragment do końca tekstu

Po przeczytaniu bajki dzieci znów wracają do arkusza z konturami głowy Gongona i uzupełniają buzię, przedstawiając odczucia Gongona bawiącego się z kolegami. Ponownie prezentują swoje prace i rozmawiają z prowadzącą o tym, jak czuł się Gongon, kiedy ośmielił się wyjść do chłopców i zyskał nowych kolegów.

8. Zabawa „Kaping widzi, Kaping robi”

Prowadząca łączy dzieci w pary i prosi, aby znalazły sobie kawałek wolnej przestrzeni. Uczestnicy w parach mają stanąć naprzeciwko siebie tak jak Gongon uczyć swojego kolegę z pary różnych ruchów i dziwnych min. Drugie dziecko ma to powtórzyć. Po kilku minutach następuje zmiana⁴.

9. Siadamy na dywanie i rozmawiamy w czym każdy jest dobry i czego mógłby nauczyć innych, a tym samym pokonać swoją nieśmiałość i zdobyć kolegów/ koleżanki.

10. Zabawa Iskierka – prowadząca łączy dziecko obok za dłoń i mówi: „Iskierkę odwagi puszczam w krąg, czekam aż powróci do moich rąk”. Kolejne dziecko mówi to samo i łączy kolejną osobę, aż do zamknięcia kręgu. Pytanie do dzieci: Czy ktoś teraz jeszcze czuje się nieśmiały?

11. Prowadząca mówi: Wiedziecie już jak być śmiałym, dałam Wam iskierkę odwagi, więc się z Wami pożegnajmy.

12. Pożegnalna piramidka – wszyscy klękają w kręgu i mówią: „Dzisiaj tak się pożegnajmy, piramidkę układamy”. Wszyscy kładą jedną dłoń na środku koła, jak piramidka, jeden na drugim. Gdy piramidka gotowa mówimy sobie „Cześć”. I na koniec mówimy: „W kręgu siedzimy, humorki już mamy, jeszcze raz ze wszystkimi się pożegnajmy.”

13. Powrót do przedszkola z magicznej bajkowej krainy przez hula – hop.

⁴ M. Wilczewska – Wojczyszyn, op. cit., s. 33-35.

Wnioski

Pierwsze spotkanie przedszkolaków z bajkoterapią było nadzwyczaj udane. Dzieci chętnie dostosowały się do nowej, nieznanego im wcześniej, formy pracy. Bardzo angażowały się we wszystkie polecenia osoby prowadzącej. Tekstu bajki psychoedukacyjnej wysłuchały w ciszy, widoczne na ich twarzach było zainteresowanie bohaterem i jego losami. Wcześniej wysłuchana bajka relaksacyjna wprowadziła ich w nastrój odprężenia i rozluźnienia. Dzieci z przyjemnością przyjęły propozycję położenia się na plecach bądź brzuchu do wysłuchania zarówno bajki relaksacyjnej, jak i psychoedukacyjnej. Widać było, że taka postawa przy słuchaniu tekstu była dla nich nowa, ale bardzo przyjemna.

Niezmiernie ciekawe było dla nich przejście do magicznej bajkowej krainy przez hula –hop, jak i powrót do przedszkola, również przez magiczne koło. Było to tylko symboliczne, niemniej dzieci przyjęły to bardzo poważnie. Widać było, że bardzo im się podobało.

Nieśmiałość u dzieci jest zjawiskiem dość często spotykanym, według psychologa Philipa Zimbardo, to złożona przypadłość, obejmująca szerokie spektrum, od uczucia lekkiego skrępowania, przez nieuzasadniony lęk przed ludźmi, aż do skrajnej nerwicy⁵. Wydaje się, że nieśmiałość dziecka, obok problemów szkolnych czy agresywnych zachowań młodzieży, nie stanowi żadnego zagrożenia dla prawidłowego rozwoju społeczno-emocjonalnego. Tymczasem, utrwalona dziecięca nieśmiałość skutkuje wieloma trudnościami w relacjach międzyludzkich i uniemożliwia czerpanie radości z życia.

Trudno ocenić, czy jednorazowy seans bajkoterapeutyczny przysporzył dzieciom śmiałości i odwagi, niemniej jednak widoczna była zmiana w stosunku do osoby prowadzącej – dzieci, które wcześniej wykazywały objawy nieśmiałości, w trakcie działań pozbywały się jej i aktywnie uczestniczyły we wszystkim.

⁵ P. Zimbardo, *Psychologia i życie*, Warszawa 2015, s. 13-14, 153.

Fot. 1 Pierwsze zajęcia – przejście do magicznej bajkowej krainy

Fot. 2 Pierwsze zajęcia – czytanie bajki psychoedukacyjnej



Źródło : fot. Irena Zapalska



Źródło: fot. Irena Zapalska

Bajka psychoedukacyjna – problem : sprzątanie po sobie

Temat bajki: „*Lawina w pokoju Dorotki*” - dla dzieci niedbających o ład i porządek w swoim otoczeniu. Autor Marta Jurek⁶.

Tekst bajkoterapeutyczny: „Cześć! Nazywam się Gutek i jestem pluszowym hipopotamem. Mam do Was pytanie: czy zdarzyło się wam kiedykolwiek odejść z miejsca zabawy, nie odkładając zabawek na swoje miejsce? Jeśli tak, to koniecznie musicie poznać moją historię! Wydarzyła się ona jakiś czas temu, ale pamiętam ją do dziś. Tego dnia Dorotka, dziewczynka, u której mieszkaliśmy, wróciła ze szkoły wcześniej. Kiedy tylko usłyszeliśmy jej tupanie na schodach, ogarnął nas popłoch. Bardzo kochaliśmy Dorotkę i byliśmy do niej przywiązani, ale niestety wszyscy musieliśmy to przyznać, że Dorotką należała do okropnych bałaganiarek. W całym pokoju znany był przypadek dwóch wyścigówek, które po wspólnej zabawie Dorotki z koleżankami nie mogły się odnaleźć przez dwa dni. Wszyscy też słyszeli o losie małego królika Fruttika, znalezionego w koszu na pranie, w którym leżał zapłakany i przerażony prawie przez tydzień. Krążyła także historia zebry Danusia, która pewnego dnia po prostu zawieruszyła się gdzieś Dorotce podczas zabawy i odtąd nikt jej nie widział...

⁶ M. Jurek, *Lawina w pokoju Dorotki* [w:] *Magiczne bajki na dziecięce smutki: bajki pomagajki dla nieco starszych dzieci*, pod red. K. Drożdżewicz, L. Ippoldt, Skawina 2012, s. 85-91.

Dorotka otworzyła drzwi do swojego pokoju zamaszystym ruchem i rzucając tor-
nister za siebie tak, że o mało nie uderzyła w łebek siedzącego w kącie pluszowego kangura,
podbiegła do pudełka z klockami, po czym wyrzuciła całą zawartość na podłogę. Siedziałem
tuż obok dziewczynki, obserwując, jak dobiera kolejne klocki
i odrzuca ze złością te, które nie pasowały. Nagle jeden z klocków uderzył mnie
w głowę:

-Au! – rozmasowałem delikatnie łapką obolałe miejsce, czego moja właścicielka nawet nie za-
uważyła, ale... co to?... Spadł na mnie następny klocek i jeszcze jeden, i kolejny, i... nagle
przysypała mnie cała lawina klocków!

-O rety! Nie mogę oddychać! Pomocy!

Niestety, nikt nie słyszał mojego wołania. Tymczasem im bardziej próbowałem się wydostać,
tym głębiej się zapadałem, przykrywany przez kolejne klocki.

„Co teraz?” – rozmyślałem, otoczonymi zewsząd ciężkimi, ugniatającymi klockami.

Po pewnym czasie udało mi się wydrążyć łapkami na tyle szeroką szczelinę pomiędzy kloc-
kami, że mogłem w miarę wygodnie usiąść. Mówiąc między nimi, nie wyobrażacie sobie na-
wet, jak trudno jest przenosić klocki, kiedy ma się tak małe łapki. Poza tym łebek bolał mnie
tak bardzo, że niemal czułem, jak wyrasta mi na nim okazały guz.

„Na pewno, kiedy Dorotka skończy zabawę klockami, posprząta je, a wtedy zobaczy, że tu
jestem i wrócę do swoich przyjaciół” - pocieszałem się, choć było mi coraz bardziej nieprzy-
jemnie. Najgorsze było to, że dookoła mnie panowała zupełna ciemność.

„Gdybym chociaż coś widział, może mógłbym ustalić, w jakiej części pokoju jestem...” –
pomyślałem zrezygnowany, ponieważ ratunek wciąż nie nadchodził. Zastanawiałem się, jak
długo już tu jestem uwięziony. Próbowałem obliczyć, czy jest możliwe, by Dorotka jeszcze się
bawiła klockami, co dawałoby nadzieję, że nie odeszła do innej zabaw i że może już za chwilę
uwolni mnie z tej przygniatającej lawiny. Nagle wydało mi się, że usłyszałem ciche rzenie...

Przyłożyłem ucho do otaczającej mnie klocków ściany i zacząłem uważnie nasłuchiwać. Tak! Nie miałem wątpliwości, że gdzieś tam za otaczającym mnie murem rozlegało się ciche rżenie konia na biegunach. Serce zabiło mi mocniej! Może mnie usłyszą!

- Ratunku! To ja! Jestem tutaj! Słyszycie mnie?! Ratunku! - krzyczałem na cały głos, ale klocki starannie tłumiły moje nawoływania. „A gdybym tak spróbował przesunąć choć jeden klocek... może cała ta ściana zawaliłaby się i byłbym wolny?”- pomyślałem z radością i od razu przywarłem całym swoim pluszowym ciałkiem do otaczającego mnie muru.

Niestety, klocki ani drgnęły! Słyszałem coraz wyraźniej dobiegające z pokoju głosy moich przyjaciół.

-Ratunku! Czy ktoś mnie słyszy!- spróbowałem jeszcze raz, wierząc, że na pewno zaczęli mnie szukać. Wciąż jednak nikt nie odpowiadał.

Zrozpaczony, rzuciłem się ponownie na ścianę i... poczułem, że coś drgnęło! Zadarłem łebek w nadziei, że chwiejący się klocek poruszy pozostałe i mur runie. Ale ku mojemu przerażeniu ogromna bryła spadała wprost na mnie! I zrobiło się jeszcze bardziej ciemno!...

-Gutek, to ty?- usłyszałem nad sobą cichutki, delikatny głos, który wydał mi się dziwnie znajomy.

Otworzyłem oczy i w otaczającym mroku ujrzałem nad sobą znajomy pyszczek. Czy to możliwe, żeby to była... wprawdzie teraz jest trochę sfatygowana i pokryta kurzem..., ale tak! Przecież to zebra Danusia! Teraz wyraźniej zobaczyłem jej uśmiech!

-Co ty tu robisz?- spytała.

-Sam chciałbym zobaczyć, co ja tu jeszcze robię- zdenerwowałem się, bo nagle dotarło do mnie, że wprawdzie mam towarzysza niedoli, ale nadal jestem uwięziony.

- Przysypały mnie klocki, a gdy próbowałem się wydostać, okazało się, że pograżyłem się jeszcze bardziej- zacząłem tłumaczyć.

- Ale jak ty się tu znalazłeś?

Z pyszczka Danusi nie znikał jej łagodny dodający otuchy uśmiech, choć w czarnych oczkach pobłyskiwał smutek.

- Dorotka i ja byliśmy kiedyś bardzo przywiązane do siebie. Pewnego dnia wpadłam do szczeliny pomiędzy łóżkiem a ścianą i tam długo czekałam, aż ktoś mnie odnajdzie. Niestety, Dorotka zamiast odkładać rzeczy na swoje miejsce, upychała je pod łóżkiem. Piramida różnych ubrań, przyborów szkolnych i zabawek coraz bardziej oddzielała mnie od przyjaciół, a moja nadzieja na odnalezienie powoli znikwała...

Wydawało mi się, że w oku Danusi rozbłysła łza. Bałem się ją zapytać, czy sądzi, że ktoś nas tu w końcu odnajdzie. Przeczuwałem, że ona też czuje strach. Nagle usłyszeliśmy nad sobą czyjeś donośny głos.

- Dorotko, prosiłam cię wczoraj, żebyś posprzątała te klocki.

„To mama Dorotki!”- Pomyślałem uradowany. „Zaraz będziemy uratowani!”

Poczuliśmy, jak powoli, klocek po klocek ustępuje otaczająca nas ściana i przedostaje się światło wpadające przez okno pokoju dziewczynki. Spojrzałem w stronę Danusi i ujrzałem, jak drobne łzy szczęścia spłynęły po jej futerku.

- Proszę, kto się znalazł!- zdziwiła się mama Dorotki, biorąc na ręce przestraszoną mocno zakurzoną pluszową zebkę.

- Trzeba będzie cię wyprać- zwróciła się do niej.

- O proszę, jest tu Gutek. A tyle go szukałaś, Dorotko!

Dziewczynka stojąca za plecami mamy przyjrzała się dwójce zgubionych towarzyszy zabaw.

- Zastanawiam się, czy nie oddamy Danusi i Gutka twojej kuzynce. Bardzo jej się podobały te pluszowe zwierzaczki, a ona, w przeciwieństwie do ciebie, dba o swoje zabawki- powiedziała mama, zabierając Danusie do łazienki i szykując miednicę do uprania zwierzątka.

I wtedy stało się coś zupełnie nieoczekiwanego. Dorotka nagle się rozplakała!

- Nie, mamó! Nie oddawaj ich! Ja też zacznę pilnować swoich zabawek! Poukładam je wszystkie w jednym kąciku, żeby były razem, albo przygotuję dla nich jakiś wygodny koszyk.

Od tej pory nasz los się odmienił. Zamieszkaliśmy w wygodnym, przestronnym koszyku, w którym mogliśmy swobodnie się bawić i rozmawiać ze sobą. Wreszcie mieliśmy swoje własne miejsce, w którym czuliśmy się bezpiecznie i nikomu nie przeszkadzaliśmy. Tego pamiętnego dnia zyskaliśmy jednak nie tylko nowy dom, ale przede wszystkim powróciła do nas już na zawsze nasz przyjaciółka, zebra Danusia.”

SCENARIUSZ SPOTKANIA

Cel spotkania: uświadomienie konieczności dbania o czystość w najbliższym otoczeniu

Uczestnicy: najstarsza grupa przedszkolaków w liczbie 25 o nazwie „Smerfy”, wiek 6-7 lat

Czas trwania: 45-50 minut

Warunki: sala w przedszkolu z miejscem umożliwiającym pracę w kręgu, na dywanie

Metody i techniki: czytanie i słuchanie bajek, dyskusja, techniki plastyczne i rekreacyjne

Formy: zbiorowa, indywidualna, grupowa.

Przebieg zajęć:

1. Przywitanie – przypomnienie, co było na ostatnim spotkaniu, kto był bohaterem i jaki problem omawialiśmy. Dzisiejszy temat to sprzątanie swoich zabawek, swojego pokoju, swojego miejsca w domu.
2. Zabawa w kole na powitanie: „Witam osoby, co dziś: jadły śniadanie; mają dobry humor; mają na sobie coś zielonego/ czerwonego/ niebieskiego; kto ma jasne/ ciemne włosy; lubi bajki; słucha mamy; sprząta swoje zabawki”. Dzieci, które wykazywały daną cechę występowały na środek, a potem wracały do koła.

3. Rozmowa na temat bałaganu i czystości – co jest lepsze, czemu musi być czysto, a jak jest brudno, to czy to jest dobre, zdrowe?
4. Bajka relaksacyjna w celu rozluźnienia i odprężenia się oraz przygotowanie dzieci do przejścia do tekstu bajki psychoedukacyjnej. Dzieci wybierają swoją najwygodniejszą pozycję, najczęściej na brzuchu i zamykają oczy, wsłuchując się w tekst i odczucia bohatera:

„Jest ciepły dzień. Słoneczna kula leniwie toczy się po niebie. Bosa stoję nad morzem, na wysokim piaszczystym brzegu. Ciepły piasek przesypuje się między palcami stóp. Jest mi przyjemnie. Spoglądam przed siebie. Nieco poniżej wije się ścieżka, rośnie przy niej trawa. Patrzę na morze. Oko nie sięga horyzontu. Spokojne fale delikatnie uderzają o brzeg. Wsłuchuje się w ich szum. Opowiadając o dalekich podróżach, o egzotycznych krajach, o gorących plażach. Patrzę na przesuwane się po horyzoncie słońce, czuję się wspaniale.”⁷

5. Przejście do magicznej bajkowej krainy przez hula – hop.
6. Dzieci siadają w kręgu i słuchają bajki o hipopotamie Gutku. Następnie odpowiadają na pytania prowadzącej:
 - a. Jak miał na imię i kim był bohater bajki? (Gutek, pluszowy hipopotam)
 - b. Jak miała na imię dziewczynka, właścicielka zabawek? (Dorotka)
 - c. Jakie zabawki przysypały Gutka, że nie mógł oddychać? (klocki)
 - d. Kto odnalazł się w tym bałaganie? (zaginiona zebra Danusia)
 - e. Kto poprosił Dorotkę o posprzątanie pokoju? (mama)
7. Podział dzieci na 4 grupy za pomocą cukierków w 4 kolorach. Każda grupa siada do osobnego stolika i wykonuje grupowo zadania:
 - a. Składniki w kubeczku – po wysypaniu składników na stół dzieci je rozdzielają i wkładają do osobnych woreczków,

⁷ I. Borecka, op. cit., s. 92.

- b. Obrazki „Para do pary” , „Co tu nie pasuje” oraz „Znajdź różnice”
- c. Na stoliku kawałki gazet dzieci za pomocą słomek zdmuchują do śmietnika.
8. Rozmowa o czystości i bałaganie, jakie niebezpieczeństwa mogą grozić gdy jest brudno - porozrzucane zabawki, rozlane płyny, śmieci na ulicy, chodniku, etc.
9. Sportowe sprzątanie – wrzucanie papierowych kul do kosza
10. Siadamy w kręgu i każdy mówi, co może zrobić, a by wokół nas było czysto i co dziś zrobi w domu, aby tak było.
11. Powrót przez hula- hop z magicznej krainy.
12. Pożegnalna piramidka.

Wnioski

Kolejne spotkanie z bajkoterapią było oczekiwane przez dzieci. Zareagowały na przyjscie prowadzącej bardzo entuzjastycznie - podbiegały, przytulały się, łapały za ręce, zadawały pytania, co będziemy dziś robić, czego będą słuchać, czy będą przechodzić przez hula – hop do magicznej krainy, pomagały we wniesieniu rekwizytów do swojej sali. Ich entuzjazm był autentyczny.

Tematem przewodnim tego spotkania był odwieczny problem ogromnej liczby dzieci, czyli problem lenistwa, ale także zmiana stosunku do sprzątania i pracy, zmiana nastawienia do porządków, uświadomienie sobie konsekwencji lenistwa. Dzieci zastanawiały się, czym jest lenistwo i poznawały sposoby na pokonanie go. Lenistwo dzieci czasem nas bawi, czasem irytuje, martwi, zastanawia, ale kiedy dzieci dorosną można je odczuć boleśnie. Mimo wprawnych oczu rodziców nie tak łatwo rozróżnić jest lenistwo dziecka od innych problemów. Wynika to z faktu, iż lenistwo bardzo rzadko występuje "w czystej postaci", zwłaszcza u małych dzieci. Często rodzice, opiekunowie, nauczyciele zarzucają dzieciom lenistwo, podczas gdy one sobie nie radzą z jakimś problemem, sytuacją, czasem zaburzeniem, chorobą. Czasami potrzebna jest interwencja specjalisty.

Celem tego spotkania z bajką psychoedukacyjną było dostarczenie nowych informacji, które miały budować dziecięce zasoby osobiste. Tą informacją było ukazanie sytuacji zabawek, ich odczuć w bałaganie, ale też sytuacji dziecka, które ma ponieść konsekwencje swojego lenistwa. Dzieci na początku bez problemu przyznawały się do swojego bałaganiarstwa, niewielu z nich przyznało się do utrzymywania porządku w swoim pokoju. Jednak po zakończeniu zajęć, dzieci z ochotą przystały na propozycję prowadzącej, że dziś same posprzątają swoje miejsca w domu, bez próśb i nakazów rodziców. Był to ewidentny sukces tego spotkania.

Dzieci polubiły pewne rytmiczne zachowania: siadanie w kręgu, rozmowy, przechodzenie przez hula – hop, pożegnalna piramidkę. Same przypominają co teraz należy zrobić. Spodobał się im rytm bajkoterapii.

Fot. 3 Drugie zajęcia – słuchanie bajki relaksacyjnej

Fot. 4 Drugie zajęcia – prace w grupie



Źródło: fot. Irena Zapalska



Źródło: fot. Irena Zapalska

Bajka psychoedukacyjna – problem : relacje w grupie rówieśniczej

Temat bajki: „*Mrowisko*”- dla dzieci mających problem w relacjach rówieśniczych. Autor Hanna Hajzak⁸.

⁸ H. Hajzak, *Biblioterapia w pracy wychowawczej z grupą dzieci w wieku przedszkolnym*, Biblioterapeuta 2010, nr 4, s. 13-15.

Tekst bajkoterapeutyczny: „Obok ścieżki w małym parku żyją sobie małe mrówki. Zwykle całe dni spędzają na ciężkiej pracy, wieczorem natomiast starsze mrówki snują długie opowieści w Wielkiej Sali Zebrań, a młode mrówki oddają się wesołym zabawom. Jednak dziś zebrali się wszyscy pod starym dębem na tajnej naradzie. Tematem spotkania jest sprawa bardzo poważna - trzeba zbudować nowy dom. Stare mrowisko niestety uległo zniszczeniu, kiedy dzieci z pobliskiej szkoły grały nieostrożnie w piłkę. Rada Starszych Mrówek podjęła decyzję: odbudowę muszą zająć się młode mrówki, mają dużo sił, więc wyprawy po niezbędny budulec nie będą dla nich problemem. Mróweczki usłyszały więc, że powinny same się zorganizować, tak aby przed wieczorem na ich polanie stało już piękne nowe mrowisko. Przejęły się niezwykle swoim zadaniem i od razu wzięły się do roboty. Każda łapała kolejne listki i igielki spod rozłożystej stojącej na skraju parku, obok miejsca wyznaczonego na nowy dom. Praca szła sprawnie i szybko, jednak po chwili zaczęło brakować igieł. Mróweczki zaczęły szukać więc coraz dalej, aby zebrać jak najwięcej igiełek. Kiedy znalazły się aż nad stawem zobaczyły tam syna najstarszej mrówczej rodziny- Truteniusza, znanego ze swojej powagi i dumy.

- Trutek, co robisz? Budujesz z nami? Szukamy nowych igiełek!- zawołał Mrówcio. —

E tam wasze igielki...

-Jak to? Przecież dzięki nim nasz wspólny dom staje się mocny, ma szansę rosnąć! Musimy wspólnie go zbudować!

- Ee tam wasze igielki... Ja mam w głowie swój wielki plan...

Młode mrówki próbowały nakłonić Trutka do pomocy, jednak on pozostawał nieugięty. Przystały więc zwracać na niego uwagę i zносиły dalej swoje igielki do nowopowstającego mrowiska. W pewnym momencie Mrówcio znalazł śliczną, gałązkę, która idealnie pasowała do ostatniego piętra mrówczego domu. Wszystkie młode mrówki, zachwycone tym odkryciem zebrały się, żeby zanieść ją na dziewiąte piętro. Szło im to bardzo ciężko, gdyż gałązka była naprawdę

duża i ciężka. Zmęczone dostrzegły Truteniusza, który szedł swobodnie z górki niosąc ze sobą piękny, duży, jesienny, czerwony liść.

-Pomóż nam!- Zakrzyknęły mrówki.

-Mam swoją robotę!- Odparł Truteniusz.

-Daj spokój! Chodź do nas, ta gałązka idealnie nadaje się na dach naszego nowego domku! Jak ją zaniemiemy, budowa będzie skończona. Będziemy już mieli nowe, piękne mrowisko!

-Ja sam sobie radzę, to i wy sobie poradzicie!

-Trutek, ale daj spokój! Chodź do nas, przecież jesteś najsilniejszy! Pomóż nam, to potem my tobie pomożemy!

-Ee tam, wasza gałązka... Przecież widzicie, że nie potrzebuję waszej pomocy, wy też sobie radźcie beze mnie.

I znów młode mrówki próbowały przekonać Trutka do wspólnego działania. On jednak nie chciał się zgodzić, mimo usilnych próśb. Bardzo się męczyły, aż w końcu udało im się wnieść gałązkę na sam szczyt i straszne mrówki mogły się powoli wprowadzić do nowego domu.

Wszystkie mrówki cieszyły się z powstania pięknego, wygodnego mrowiska. Jednak najstarsza mrówka- Geriatrka, zamiast zabrać swoje walizki i zacząć układać stare fotografie w nowym pokoju, stała ciągle z boku i patrzyła z niezadowoloną miną na nowy budynek. Młode mrówki, zaniepokojone jej reakcją, pobiegły do niej, pytając, co się dzieje? Geriatrka wskazała ręką ku górze, mówiąc:

- Dom nasz nie jest jeszcze skończony...

- Ale czemu, przecież nic mu nie brakuje!- spytała Mrówolka, najmłodsza w całej mrówczej gromadzie.

- Dom nasz będzie przeciekać, nic go nie chroni od deszczu. A poza tym nie jest tak piękny jak nasz stare mrowisko.

- Ale jak to? Przecież tak się staraliśmy. Przynosiliśmy najładniejsze igielki i najsilniejsze gałązki- zaczął mówić Mrówcio.

Geriatrika, jednak pokręciła z dezaprobatą głową. I powiedziała:

- Może igielki i gałązki są dobre. Mnie jednak ciągle czegoś tu brakuje. To nie jest prawdziwy dom.

- Ale ... - zaczął Mrówcio. W słowo weszła mu jednak Mrówolka:

- Patrzcie, co się dzieje na dole! Przecież to Trutek! Mróweczki dostrzegły, że u podnóża mrowiska, cały zlany potem idzie Trutencjusz i szarpie się ze swoim pięknym, czerwonym jesiennym liściem. Szybko pobiegły więc ku niemu, zainteresowane tym co się dzieje, chcąc pomóc Trutkowi. On jednak wszystkie starania zbył:

- Nie potrzebuję waszej pomocy! Poradzę sobie sam!

Mróweczki jednak próbowały dalej, Trutek pozostał nieugięty. Nie pozostało im jednak nic innego jak patrzeć na spoconego Trutka, wznoszącego swój duży liść. Jako że był najsilniejszy, mimo widocznego wysiłku, do piątego piętra szło mu całkiem nieźle. Jednak na ostatnich metrach szóstego piętra, mokra łodyga liścia wyslizgnęła mu się z łapek i listek osunął się o trzy piętra w dół. Mróweczki razem rzuciły się na pomoc, lecz Trutek wygonił je wszystkie, znów mówiąc:

- Nie potrzebuję waszej pomocy, poradzę sobie sam!

- Ale czemu? Przecież my tylko chcemy ci pomóc!- Powiedział Mrówcio.

- Nie potrzebuję waszej pomocy, poradzę sobie sam!

- Ale... Ale!!! Daj nam sobie pomóc!!!- zawołała Mrówolka.

- Nie... Nie! Wysapał wyczerpany Truteniusz i szedł dalej za swoim liściem, coraz częściej się potykając. Liść mocno ciążył mu, jednak jego duma nie pozwalała mu poprosić o pomoc.

Mróweczki obserwowały jego walkę w milczeniu. Przy ósmym piętrze pod Trutkiem ugięły się nogi. Osłabł zupełnie. I znów przyjaciele podbiegli do niego. Nikt jednak nie ośmielił się

zapytać, czy mogą mu pomóc. Przez parę nieznośnych minut trwała cisza. W końcu Truteniusz wydyszał:

- Yyy... Jakbyście złapali i poszli ze mną, dalibyśmy razem radę... Możecie?

- Ależ oczywiście! Już w tej chwili! Chodźmy wszyscy!

Wszystkie mróweczki złapały czerwony listek i ruszyły do góry. Droga na ostatnie piętro przebiegła niezwykle łatwo. Wspólnie umieścili listek na szczycie mrowiska.

Geriatrka z uśmiechem kiwnęła głową i powiedziała jedno zdanie:

- Cieszę się, że ty, Trutku, zrozumiałeś, że nie wszystko można zrobić samemu, i że, wy- młodzi jesteście takimi wspaniałymi przyjaciółmi- po czym weszła do mrowiska i zaczęła rozkładać stare, rodzinne zdjęcia w swoim pokoju.

Mróweczki stały jeszcze chwilę podziwiając swoje piękne, wspólne dzieło. Po czym ruszyły do swoich pokoików trzymając się za ręce i głośno śpiewając”.

SCENARIUSZ SPOTKANIA

Cel spotkania: uświadomienie dzieciom, że poprzez współpracę, zgodę w grupie i współdziałanie osiąga się więcej, niż działając samemu. Ukazanie, że warto w trudnej sytuacji prosić o pomoc innych, ale i też samemu innym pomagać.

Uczestnicy: najstarsza grupa przedszkolaków w Mełnie o nazwie „Smerfy”, wiek 6-7 lat w liczbie 25 osób.

Czas trwania: około 1 godziny

Warunki: sala w przedszkolu z miejscem umożliwiającym pracę w kręgu, na dywanie

Metody i techniki: czytanie i słuchanie bajek, dyskusja, techniki plastyczne, rekreacyjne i relaksacyjne. Współpraca podczas realizacji zadań.

Formy: zbiorowa, indywidualna, grupowa.

Przebieg zajęć:

1. Przywitanie – to już kolejne nasze spotkanie, którego tematem będą relacje w grupie – jak to jest, kiedy razem robi się wszystko, jak wtedy jest łatwiej, niż kiedy robi się to samemu. Uświadomienie dzieciom, że dzięki współpracy i zgodnemu współdziałaniu można osiągnąć więcej, niż w pojedynkę.
2. Zabawa dla dzieci – „Dziecko do dziecka” – wszyscy siadają w kręgu i każdy kolejno, zwracając się do osoby siedzącej obok, kończy zdanie: „Cieszę się że tu jesteś, ponieważ...”⁹.
3. Pytanie, czy dzieci wiedzą, co znaczy powiedzenie „Zgoda buduje, niezgoda rujnuje” – dyskusja na ten temat.
4. Krótka bajka relaksacyjna, mająca przynieść dzieciom odprężenie i relaksację. Ma też na celu przygotowanie uczestników bajkoterapii do działań w kolejnej części terapii. Dzieci wybierają sobie pozycję, w której jest im najwygodniej, zamykają oczy i wsłuchują się w tekst:

„Idę zmęczona wiejską drogą. Po obu stronach rośnie trawa, jest zielona, soczysta. Pragnę położyć się na tym dywanie pełnym ziół. Kładę się. Słyszę pracowite brzęczenie pszczół, odległą muzykę świerszcza, czuję lekki powiew wiatru, pełnego zapachu lasu. Jest mi dobrze leżeć i wpatrywać się w jasnoniebieskie niebo. Oddycham równo, spokojnie i czuję jak, odpływam w sen”¹⁰.

5. Przejście do magicznej krainy bajek przez hula – hop.
6. Przeczytanie bajki „Mrowisko”.
7. Pytanie i odpowiedzi – co dzieci zapamiętały z tekstu, co sobie przyswoiły:
 - Jakie zwierzątka są bohaterami bajki? (mrówki)
 - symbolem czego są mrówki? (pracowitości, zaradności)

⁹ H. Hajzak, op. cit., s. 8.

¹⁰ I. Borecka, op. cit., s. 92.

- kto nie chciał współpracować z resztą mrówek? (Truteniusz)
 - czy było mu łatwo pracować samemu? (nie)
 - kiedy Truteniusz zgodził się na pomoc innych, to co się stało? (praca poszła lepiej)
8. Dyskusja – jak myślicie, kiedy jest zgoda, kiedy wszyscy ze sobą współpracują, nie ma kłótni, wyzywania, poszturchiwania, to łatwiej jest coś zrobić?
9. Sprawdzian na zgodną współpracę – zadanie z balonikami – powstają 4 grupy po ok. 5 osób i :
- stają w kole, ale plecami do siebie, trzymają się za ręce i mają pilnować, aby balon w środku nie spadł im na podłogę. Nie mogą ze sobą rozmawiać w tym czasie.
 - stają w kole, twarzami do siebie, mogą ze sobą rozmawiać i mogą wykorzystać ręce.
 - dyskusja, kiedy było łatwiej upilnować balonik – kiedy była współpraca, czy kiedy była utrudniona.
10. Drugie sprawdzenie na potwierdzenie tezy o dobrej współpracy – „Truteniusz potrzebuje pomocy”. Przeciąganie liny – prowadząca kontra jedno dziecko, a potem dochodzą do niego kolejne, musi tylko poprosić o pomoc. W końcu grupa dzieci jest w stanie przeciągnąć linę na swoją stronę.
11. Zakończenie – wzajemny masaż na ocieplenie stosunków, aby dzieci zapamiętały, jak dobrze współpraca wpływa na ludzi. Wszyscy siadają w kręgu i jedno masuje plecy drugiemu, zgodnie z wierszykiem:
- Płynęła sobie rzeczka (palcami rysujemy na plecach krętą rzeczkę)
- Świeciły dwa słoneczka (rysujemy dwa kółka)
- Idą konie (palcami udajemy kroki konia)
- Przeszły słonie (palcami udajemy ciężkie słoniowe kroki)
- I pani na szpileczkach (palcami leciutko, jako że w szpileczkach)
- Potem spadł deszczyk (palcami naśladujemy spadające krople)

Przeszedł cię dreszczyk? (łaskoczemy osobę w boczki)¹¹.

12. Pożegnanie – powrót z magicznej krainy i pożegnalna piramidka.

Wnioski

Kolejne, trzecie już, spotkanie z bajkoterapią dzieci z mełnieńskiego przedszkola znów potwierdziło, jak bardzo ta forma pracy z dziećmi jest przez nie lubiana. Było nadzwyczaj ciekawie, dzieci chętnie wykonywały polecenia, były spokojne, ale i aktywne. Bardzo miło się z nimi współpracowało przy tym temacie.

Bajki i baśnie odgrywają istotną rolę w rozwoju dzieci, zatem wykorzystanie bajkoterapii w grupach dzieci w wieku przedszkolnym wydaje się być jak najbardziej uzasadnione i powinno przynosić wymierne korzyści. Zauważalne jest, co potwierdziła też opiekunka grupy, iż dzieci po tych spotkaniach są wyciszone, jakby bardziej zamyślane. Można podejrzewać, że następuje kolejny etap bajkoterapii, czyli wgląd w siebie. Zbyt mała liczba spotkań nie pozwala ocenić, czy nastąpił też końcowy efekt programu – zmiana w postawach i zachowaniach. Obserwując dzieci, ich zaangażowanie i maksymalną aktywność podczas spotkań, można tego się jednak spodziewać.

Kolejnym wnioskiem jest stwierdzenie, że rozmowy i dyskusje są bardzo ważnym elementem terapii, gdyż pozwalają dzieciom wypowiedzieć to, co czują. Nawet nieśmiałe dzieci w końcu też zabierają głos, bądź sobą aktywowane przez prowadzącą. Bardzo ciekawe było zastosowanie techniki psychodramy, kiedy dzieci przeciągając linę mogły zidentyfikować się z bohaterem bajki, wejść w jego rolę, jednocześnie dystansując się do osobistych przeżyć i doświadczeń. Dało to szansę obiektywnego spojrzenia na siebie, swoje problemy, a zarazem

¹¹ *Przytulanki, czyli wierszyki na dziecięce masażyki*, oprac. M. Bogdanowicz, Gdańsk 2009, s. 40.

pozwoiliło myśleć i mówić o nich podczas dyskusji bez nadmiernych emocji, umożliwiając pełniejsze „przepracowanie” tematu. Jak zauważa Irena Borecka pozwala to na wyciągnięcie wniosków i ustalenie reguł postępowania zmierzających do powstania pozytywnej zmiany¹².

Fot. 5 Trzecie zajęcia – dyskusja w grupie

Fot. 6 Trzecie zajęcia –przeciąganie liny



Źródło: fot. Irena Zapalska



Źródło: fot. Irena Zapalska

Bajka psychoedukacyjna – problem: wizyta u dentysty

Temat bajki: „*Benio u dentysty*”- dla dzieci, które nie lubią chodzić do dentysty. Autor Paweł Księżyk¹³.

Tekst bajkoterapeutyczny: „Gdy Kacperek obudził się tego ranka od razu zauważył, że w pokoiku się coś zmieniło. Krokodylek Benio, który był jedną z jego ulubionych zabawek leżał pod stolikiem i wyglądał jakby się przed czymś chciał schować. Było to bardzo dziwne, bo chłopczyk nigdy go takim nie widział. Zwykle rano widział go na półce, tej samej, na której wieczorem go zostawił. Tym razem nie tylko w nocy się musiał przemieścić, ale nawet teraz nie za bardzo chciał spod stołu wyjść. Kacperek pochylił się i wszedł pod stół.

– Co ci się stało? – spytał

¹² I. Borecka, *Biblioterapia formą terapii pedagogicznej*, Wałbrzych 2008, s. 35.

¹³ Bajki-zasypianki [on-line], [dostęp 20.06.2015]. Dostępny World Wide Web: <http://bajki-zasypianki.pl/denty-sta-dzieci>.

Krokodylek nie od razu odpowiedział, ale jak już zaczął to mówił coraz szybciej, jakby się bał, że nie zdąży wszystkiego opowiedzieć do końca.

– To dlatego, że mój Tata powiedział, że dzisiaj musimy pójść do dentysty... A ja się tego trochę boję... I właściwie to jeszcze nigdy tam nie byłem... Ale wiem, że to jest coś z zębami... I nie wiem co tam będzie... Ale jak Tata to mówił to wcale nie brzmiało jakby to było coś fajnego... – wyrzucił z siebie Benio.

Chłopczyk chciał go zabrać spod stołu, ale jak to wszystko usłyszał to zatrzymał się i usiadł na podłodze, żeby mogli tam razem porozmawiać.

– Ale jak nie wiesz co będzie u dentysty to czego się właściwie boisz? – spytał

– No właściwie to nie wiem... – usłyszał.

Kacperek był raz u dentysty, ale już dość dawno temu i zaczął się zastanawiać co przyjacielowi o tym opowiedzieć.

– Dentysta to taki pan, który leczy zęby. Prosi żeby otworzyć buzię i pokazać je wszystkie. Ma takie małe lustreczko, którym każdy ząbek z osobna może obejrzeć. W ten sposób upewnia się czy wszystkie są zdrowe. Benio zastanowił się.

– Ale ja mam bardzo dużo zębów. U góry, u dołu, po bokach – całe mnóstwo...

– No to mu trochę to czasu zajmie – zaśmiał się chłopczyk

Krokodylek się wcale na to nie zaśmiał tylko cały czas o czymś myślał i w końcu spytał:

– A co się dzieje jak któryś z zębów nie jest zdrowy?

– Wtedy dentysta musi się zastanowić co z nim zrobić. On jest takim specjalistą od zębów i zawsze wie co najlepiej zadziała. Tak jak Tata, który jest mechanikiem samochodowym wie co i jak trzeba naprawić w samochodzie, jak się zepsuje i nie chce jeździć.

– Wiesz co? – dodał Kacperek – jak chcesz to dzisiaj pójde z tobą i będę ci towarzyszył przy wszystkim co będzie się tam działo.

Od razu widać było, że Benia ta rozmowa i to zapewnienie uspokoiło. Wyszli razem spod stołu i do obiadu bawili się razem nie wspominając o popołudniowej wizycie.

Do gabinetu dentystycznego nie było daleko, był na tym samym osiedlu tylko kilka domów obok. Mieścił się na parterze dużego budynku. Na szybie, która była z mlecznego szkła widać było napis „Biały ząbek”.

Gdy szli razem Kacperek czuł, że krokodylek się denerwuje. Pomyślał, że będzie się starał pomóc przyjacielowi by się tak bardzo nie martwił. Wtedy o wiele sprawniej i przyjemniej wszystko pójdzie.

Gdy weszli do środka gabinetu pierwsze co się rzuciło w oczy to jasne ściany i duży fotel na środku. Nie był to taki zwykły fotel jak w ich domku lub u dziadków, ale prawdziwy super-fotel. Miał niebieskawy kolor i coś czego ani Benio, ani Kacperek nigdy nie widzieli. Za naciśnięciem specjalnych przycisków zmieniał się – zmniejszał, wydłużał, pochylał się tak, że wyglądał jak łóżko lub odwrotnie – całkiem prostował. A wszystko to przy cichym brzęczeniu silniczków, które gdzieś w środku niego się znajdowały. Takich jakie są w najfajniejszych samochodach sterowanych na pilota. Stali obaj tym oczarowani patrząc i patrząc. I wiecie co? Pan dentysta pozwolił Kacperkowi przycisnąć jeden i drugi przycisk, gdy Benio usiadł na fotelu. Razem ustawili wszystko tak, żeby się krokodylkowi jak najlepiej siedziało. Widać było, że jest mu teraz bardzo wygodnie. Jeszcze nawet dużo później, jak już wyszli z gabinetu stwierdzili, że taki fotel to oni chcieliby mieć w swoim pokoju. Koniecznie!

Tymczasem rozglądali się dalej. Pan dentysta był ubrany w niebieski fartuch i czapkę – trochę jak lekarz. Spokojnie i z uśmiechem przyglądał się jak z otwartymi ze zdziwienia buziami oglądają wszystko, co jest w gabinecie. Do fotela przytwierdzone były urządzenia wyglądające jak małe wiertareczki. Było ich kilka ułożonych porządnie w równym rzędzie.

Kacperek zauważył, że krokodylek spoważniał i zaniepokoił się nieco. Do czego mogą one służyć? Chłopiec widząc to spytał czy można je dotknąć i obejrzeć. Dentysta brał jedną po drugiej i pokazywał. Pozwolił nawet je na chwilę włączyć. Rzeczywiście – zachowywały się jak małe wiertareczki. W niektórych wiertelka obracały się bardzo szybko i wydawały wysoki dźwięk – taki jak głośny komar. Inne były grubsze i bardziej burczały niż brzęczały obracając się. One też przydałyby się w domu przy zabawie klockami z drewna lub plastiku...

Na stole obok stał wielki biały ząb. Podeszli do niego i zaczęli razem oglądać. Dentysta popukał w niego i zaczął opowiadać. Ten tutaj jest bielutki i całkiem zdrowy. Jednak szczególnie gdy się niedokładnie rano i wieczorem czyści zębki szczoteczką, to mogą zacząć chorować. Pojawiają się wtedy na nich ciemniejsze plamki. Żeby plamki się nie powiększały trzeba je wyczyścić i do tego właśnie służą te wiertareczki. Z ich pomocą usuwa się ciemniejsze miejsca tak żeby cały ząbek był znowu biały i śliczny.

– A czy to może boleć? – spytał ostrożnie Benio

– Większość zęba nic nie czuje. Tak jak włosy lub paznokcie. Czy przy obcinaniu włosów bołą cię one? – spytał dentysta uśmiechając się

Kacperek roześmiał się. To było głupie pytanie, bo przecież oczywiście włosy nie bołą. Głupie było też bo przecież krokodylek nie miał włosów. Ale nic nie powiedział.

– Dopiero w środku zęba jest część która coś czuje. Nazywa się ona rdzeniem – mówił dalej dentysta – Tam dopiero można poczuć działanie tej wiertareczki. Jeżeli jednak regularnie sprawdza się zęby to plamki jeżeli nawet są to są malutkie. Wtedy da się je usunąć i ani trochę nie boli. – dodał.

– Jak już wszystko sobie obejrzelście to wskakuj na fotel – powiedział do Benia znowu się uśmiechając.

Krokodylek usiadł i otworzył jak najszerzej buzię. Ale on ma zębów! Rzeczywiście całe mnóstwo. Kacperek mógł to zobaczyć, bo stał tuż obok. Dentysta obejrzał dokładnie każdy z osobna. Co chwila powtarzał – Tu ładnie... Tu też pięknie... Czyściutko... Bielutko...

Na koniec dodał:

– Masz piękne białutkie ząbki. Jest tylko jedna drobna plamka, którą się musimy zająć...

Wziął jedną z wiertareczek i przez chwilę słychać było w całym gabinecie Bzzzzzzz. Krokodylek cały czas rozdziawiał buzię i siedział spokojnie. W pewnym momencie widać było, że coś poczuł, bo przez chwilę poruszył się na fotelu, ale może się to chłopcu tylko zdawało.

– To już! – usłyszeli

Kacperek odetchnął bo dźwięk wiertareczki jednak za bardzo przypominał mu komary, których bardzo nie lubił. Dentysta dał im naklejkę z napisem „dzielny pacjent”.

Benio był z siebie bardzo dumny. W gabinecie było fajnie, ale przecież idąc nie wiedział tego. Dlatego przez całą drogę gdy wracali do domu dziękował chłopcu, że z nim poszedł. We dwóch było o wiele różniej i przyjemniej.

Wieczorem po kolacji gdy Kacperek mył się przed pójściem spać bardzo dokładnie umył ząbki.

Dzięki temu u niego plamek na pewno nie będzie. Powiedział też do Mamy:

– Może pójdziemy wszyscy razem do dentysty. Niech obejrzy nasze ząbki i sprawdzi czy wszystkie są białutkie i zdrowe. Bo najlepiej jest to robić regularnie. Wtedy wszystko jest zawsze w porządku.

Żebyście widzieli jak zdziwiła się Mama Kacperka gdy to usłyszała. To była bardzo mądra i Mama zaraz dała mu wielkiego całusa”.

SCENARIUSZ SPOTKANIA

Cel spotkania: zapoznanie dzieci z zawodem dentysty. Uświadomienie konieczności systematycznego dbania o zęby (prawidłowe odżywianie i wpajanie nawyków higienicznych). Wdrożenie dzieci do właściwego zachowania się podczas badań i opanowanie strachu przed koniecznymi zabiegami.

Uczestnicy: najstarsza grupa przedszkolaków w Melnie o nazwie „Smerfy”, wiek 6-7 lat.

Liczba uczestniczących dzieci 24.

Czas trwania: około 1 godziny

Warunki: sala w przedszkolu z miejscem umożliwiającym pracę w kręgu, na dywanie

Metody i techniki: czytanie i słuchanie bajek i wierszy, dyskusja, techniki mycia zębów, techniki rekreacyjne i relaksacyjne.

Formy: zbiorowa, indywidualna, grupowa.

Przebieg zajęć:

1. Przywitanie się i przypomnienie co było tematem ostatniego spotkania. Podanie tematu i celu dzisiejszych zajęć – dzisiaj porozmawiamy o swoich zębach co jeść, jak dbać o zęby, żeby zawsze były zdrowe. A co robić, gdy ząbek choruje i boli.
2. Zabawa na przywitanie – niech wstaną te dzieci, które rano i wieczorem myją zęby; by zaklaskały te, które myją ręce przed posiłkiem; by pomachały te, które lubią myć buzie; by zatupały te, które lubią kąpać się w wannie; prowadząca podkreśla, że wszystkie te czynności służą zdrowiu i czystości, więc dzieci, które tak robią dbają o swoje zdrowie i swoją higienę.
3. Dyskusja na temat różnych lekarzy specjalistów – stomatolog, laryngolog, dermatolog, okulista, pediatra, itp.

4. Tekst relaksacyjny-dzieci kładą się najczęściej na brzuchu, kilkoro lubi leżeć na plecach. Wsłuchują się i wczuwają w tekst z zamkniętymi oczami:

„Jest ciepły, letni dzień. Nagrzane powietrze drży i faluje, sprawiając wrażenie, że świat płynie. Jestem trochę senna, leżę na chmurce, jest miękka i puszysta, zapadam się w nią. Otacza mnie czysty, jasny błękit nieba. Wiatr mnie kołysze i szumi, a promyki słońca głaszczą moją twarz, moje włosy, czuję przyjemne ciepło na całym ciele. Zamykam oczy. Wpadam w półsen. Wszystko staje się nierealne, nieważne. Świat dociera do mnie z oddali, zza mgły. Otacza mnie spokój i cisza. Płynę. Droga prowadzi nad sosnowym lasem, jest cicho i spokojnie. Wysoko wśród konarów drzew śpiewają ptaki. Powietrze jest czyste i pachnące. Oddycham głęboko, czuję przyływ sił. Mam ochotę poruszać się. Moje ręce zaczynają tańczyć z wiatrem, unoszę je do góry i poruszam w rytm konarów drzew. Rozbudzam się na dobre. Tak mi dobrze...”¹⁴.

5. Przejście do magicznej krainy bajek przez hula- hop.

6. Wierszyk „Chory ząb” H. Bechlerowej

„Ledwie wrócił Grześ z przedszkola, ząb okropnie go rozboleł,
Ząbek bolał, płakał Grześ i kolacji nie mógł zjeść.

Więc orzekli wszyscy zgodnie, że Grześ pójdzie do przychodni.

W poczekalni jasnej, dużej, chcesz obrazki to oglądaj, chcesz masz misia i wielbłąda. A dentystka uśmiechnięta grzecznie mówi do pacjenta – choć tu bliżej Grze-siu, siadaj, zaraz chory ząbek zbadam”¹⁵.

7. Pytania do wierszyka

- dlaczego Grześ płakał po powrocie z przedszkola? (rozboleł go ząb)
- co postanowiła rodzina? (Grześ musi pójść do stomatologa, żeby leczyć ząbek)
- kto z was już był u dentysty? Co on robił? (leczył zęby, przeglądał)

¹⁴ J. Binio, *Miś- zabawka-bohater literacki-wzór wychowawczy*, Warszawa 2013, s. 58-59.

¹⁵ „Chory ząb” [on-line], [dostęp 20.06.2015]. Dostępny World Wide Web: <http://www.edukacja.edux.pl/p-20502-zdrowy-ustmiech-scenariusz-zajec.php>

- czy wizyty u dentysty trzeba się bać? (odpowiedzi tak i nie)

- sam przegląd zębów nic nie boli. Pani lub Pan tylko ogląda zęby i sprawdza czy któryś nie jest chory. Ale chory ząbek boli i leczenie (borowanie) też trochę boli. Ale ból jest do wytrzymania, taki jak np. uszczypnięcie i szybko mija. Zatem nie trzeba się bać wizyty u stomatologa.

- a dlaczego Grzesia mógł boleć ząb? (nie dbał o zęby)

- co pomaga w dbaniu o zęby? (codzienne mycie, unikanie słodczy)

8. Zabawa w głuchy telefon – dziecko z lewej otrzymuje na ucho hasło „lecimy samolotem do stomatologa”. Przekazuje je tak samo kolejnemu dziecku, aż ostatnie mówi głośno, co do niego dotarło. Najczęściej hasło jest śmiesznie zniekształcone¹⁶.
9. Przeczytanie bajki „Benio u dentysty”, a następnie zamiast pytań do tekstu są zagadki:
 - a. Każdy z nas, póki nieduży tylko ich dwadzieścia ma. Choć wypadną będą nowe i to aż trzydzieści dwa (zęby).
 - b. Kolorowa rączka, czupryna na jeża, kiedy z niej korzystam to zęby wyszczerzam (szczoteczka do zębów).
 - c. Schowała się w tubie, używać jej lubię, a i mała szczotka chętnie się z nią spotka (pasta do zębów).
 - d. Przyjemnie pachnie, ładnie się pieni, a brudne ręce w czyste zamieni (mydło).
 - e. Co to jest na pewno wiesz, najeżona jest jak jeż, lecz nikogo nie ukłuje, tylko zęby wyszoruje (szczoteczka do zębów).
 - f. Do suchej nitki moknie nieraz, gdy po kąpieli się nim wycierasz (ręcznik).
 - g. Odkręcasz go w łazience, to wielka wygoda, zaraz pod nim umyjesz ręce, już leci ciepła woda (kran)¹⁷.

¹⁶ J. Binio, op. cit., s. 55.

¹⁷ A. Łada – Grodzicka (i in.), *ABC... Program wychowania przedszkolnego XXI wieku*, Warszawa 2000, s. 35.

10. Dyskusja o tym jak dbać o zęby – ograniczyć słodyczne, myć je. Obrazek zęba w dużym powiększeniu pokazuje jak wygląda zdrowy ząb. Jest uśmiechnięty, bo jest zdrowy. Zadaniem dzieci będzie teraz wybrać te produkty, które są zdrowe dla zębów – układać w dwóch kółkach wylosowanych produktów, które są zdrowe lub niezdrowe dla zębów. W drugim etapie dzieci losują z zamkniętej skrzynki przybory toaletowe, bądź inne rzeczy. Mówiąc do czego służą układają je na dwóch gromadkach – przybory toaletowe i inne przedmioty.

11. Dyskusja i pokaz jak należy prawidłowo trzymać szczoteczkę i jak myć zęby, słuchając wierszyka E. Burakowskiej: „Jeśli chcesz wyglądać ładnie, czyść swe zęby wciąż dokładnie. I nie tylko przedni ząb, lecz w najdalszy sięgaj ką. Ruchy szczotki są pionowe, nawet lekko obrotowe. Musi być właściwa szczotka, czyść nią zęby nawet od środka.”¹⁸
Na koniec słuchamy piosenki „Szczotka, pasta, kubek ciepła woda”.

12. Powrót z magicznej krainy, pożegnalna piramidka.

Wnioski

Ostatnie spotkanie z uczestnikami bajkoterapii w przedszkolu, podobnie jak poprzednie, przebiegło w miłej atmosferze. Dzieci z widocznym oczekiwaniem czekały na spotkanie z bajką i prowadzącą. Serdecznie witały się, przytulały, łąpały za ręce, pomagały we wnoszeniu rekwizytów. Nawiązała się wzajemna nić sympatii, która tak szybko nie zgaśnie.

Problem niechęci dzieci wobec wizyty u dentysty to kwestia budowania zaufania małego człowieka. Niestety, większość rodziców nie chce tego faktu przyjąć. Wizyty często kończą się na ich krzykach i wymaganiach, aby lekarz w cudowny sposób zlikwidował problem i ból, który jest często konsekwencją wielomiesięcznego zaniedbania. Nad zdrowiem dziecka

¹⁸ „Jak dbać o zdrowe zęby” [on-line], [dostęp 20.06.2015]. Dostępny Word Wide Web: <http://www.pml.grajewo.pl/index.php/stokrotki/item/29-piosenka-i-wiersz-na-miesi%C4%85c-listopad-stokrotki>

trzeba pracować. W tym przypadku to codzienne mycie zębów, pokazywanie im przez rodziców, jak się to robi i dlaczego to jest takie ważne.

Niemniej kiedy jednak ta niechęć już się namnoży, nawarstwi, warto zastosować bajkoterapię, aby ją przełamać. Bajka i jej bohater ma szansę przemówić do dziecka w „jego języku”, języku, które świetnie dziecko rozumie i który najlepiej do niego przemawia – w języku fantazji i wyobraźni¹⁹. Taka bajka ułatwi mu zrozumienie, sens wizyt, czasami ból przy leczeniu, po prostu ułatwi przyjąć to, co jest konieczne, czego nie można odkładać w nieskończoność. Dziecko idące do dentysty, szczególnie po raz pierwszy, nie powinno słyszeć „nie bój się, na pewno nie będzie bolało”. W ten sposób, nieświadomie, przekazujemy dziecku nasz strach.

Ostatnie spotkanie bajkoterapeutyczne przeszło nieznacznie z bajki edukacyjnej w bajkę terapeutyczną, której celem jest zniwelowanie strachu przed czymś, w tym przypadku przed dentystą. Jednak rodzice na pierwszym spotkaniu wielokrotnie podkreślili ten problem, jako jeden z czterech do objęcia terapią. Bajka to najważniejszy środek na zajęciach terapeutycznych. Jej dobór do konkretnej sytuacji determinuje niejednokrotnie powodzenie działań. Należy tylko pamiętać, aby była ona dostosowana do wieku dziecka, jego osobowości, emocji i sytuacji, w której się znajduje. Natomiast różnorodność zastosowań form pracy (praca z tekstem, elementy arteterapii, ludoterapii, choreoterapii, psychodramy) sprawia, iż dziecko się nudzi, gdyż zajęcia są urozmaicone, pełne dynamiki i zmian zadań wykonywanych przez dziecko²⁰.

Bajkoterapia w Przedszkolu w Mełnie była realizowana bardzo krótko, ale można stwierdzić, iż była potrzebna, oczekiwana przez dzieci i skuteczna. Bajki naprawdę są w stanie pomóc dzieciom jak radzić sobie w sytuacjach, czy w emocjach, które je martwią. Nie dają

¹⁹ D. Brett, *Bajki, które leczą*, cz.2, Gdańsk 2002, s. 13.

²⁰ A. Chamera – Nowak, L. Ippoldt, *Bajkoterapia w pracy wychowawczej bibliotekarza*, Poradnik Bibliotekarza 2015, nr 11, s. 4-8.

czarodziejskiej różdżki, która przegnałaby wszystkie problemy, ale pozwalają małym słuchaczom dowiedzieć się czegoś o sobie i o własnych problemach. Sprawiają, że dzieci są silniejsze i spokojniejsze, dostają dowód na to, że mają wsparcie i zostały zrozumiane²¹.

Fot. 7 Czwarte zajęcia – bajka relaksacyjna

Fot. 8 Czwarte zajęcia – układanie produktów służących zębom



Źródło: fot. Irena Zapalska



Źródło: fot. Irena Zapalska

Podsumowanie

Celem niniejszego artykułu była ocena możliwości wykorzystania bajkoterapii w pracy z dziećmi wieku przedszkolnym oraz określenie, czy jest ona potrzebna, oczekiwana i zaakceptowana przez wszystkie zainteresowane tym grupy.

Analizę zgromadzanego materiału omówiłam we wnioskach, niemniej jednak postawiona na wstępie hipoteza, że bajkoterapia może być wykorzystana w pracy dziećmi w wieku przedszkolnym została potwierdzona. Ogólnie można stwierdzić, że bajkoterapia spotkała się z niezmiernie ciepłym przyjęciem przez wszystkich: dyrektor przedszkola wyraziła z ochotą zgodę na jej przeprowadzenie i kontrolowała jej przebieg, oceniając wysoko korzyści płynące z tej formy wsparcia i ze sposobu jej realizacji; nauczycielka przedszkola nie traktowała około godzinnej przerwy w zajęciach jako przerwy na kawę, czy nadrobienie zaległości, ale aktywnie

²¹ D. Brett, *Bajki, które leczą*, cz. 1, Gdańsk 2003, s. 18.

pomagała w przeprowadzaniu tych zajęć, także oceniając je jako pozytywne i korzystnie wpływające na dzieci. Dzieci były zachwycone i już po pierwszym spotkaniu z nieznaną im wcześniej bajkoterapią, były nadzwyczaj chętne do współpracy, nie ukrywały swojej radości i oczekiwania na kolejne spotkania. Reakcja dzieci była spontaniczna, angażowały się w słuchanie bajek, jak i w realizację scenariusza zajęć. Ich entuzjazm był autentyczny. Podobnie oceniali to rodzice, których często spotykałam na przedszkolnym korytarzu, czy w innych okolicznościach – wyrażali zadowolenie, że ich dzieci mogły brać udział w zajęciach z wykorzystaniem bajek terapeutycznych, potwierdzając, iż dzieci w domach zawsze pozytywnie relacjonowały te spotkania.

Badanie uzmysłowiło mi, jak czasami niewiele potrzeba by sprawić dzieciom radość, a przy tym, nauczyć ich czegoś nowego, czy też pomóc im w rozwiązaniu jakiegoś ich problemu. Przekonałam się, że literatura poprzez to, że stymuluje samoświadomość, jest szczególnie ważna dla autokreacji. Potrzebna jest tak dużym, jak i małym czytelnikom, ponieważ w świecie literatury każdy może znaleźć bohatera dla siebie, do którego może się upodobnić i który może go stymulować do odkrywania siebie i kreacji umożliwiającej również terapię. Technologiczny świat coraz skuteczniej wypiera literaturę, niestety w większości oferując w zamian tandetną rozrywkę. Dzieci uczestniczące w bajkoterapii w przedszkolu miały niejednokrotnie jedyną okazję posłuchania czytanych bajek. Wiadomo nie od dziś, że bajki czy baśnie są niezbędne w rozwoju dziecka, a film czy gotowy obraz ich nie zastąpi. Nawet dorośli potrzebują książek, by na chwile zatrzymać się w tym szalonym pędzie, zamyślić się, przemyśleć. Książka na to pozwala.

Prezentowana praca nie jest jednak kompletna, gdyż nie wyczerpuje w całości zagadnienia związanego z wykorzystaniem bajkoterapii wśród przedszkolaków. Etapy realizacji bajkoterapii zakładają jej długotrwałe działanie, co potem przekłada się na wyraźne efekty. Moja praca badawcza była tylko fragmentaryczna i zamykała się na czterech spotkaniach. Stąd trudno

mówić o efektach, które można zbadać i wykazać. Podejrzewam, że długofalowe zaplanowanie spotkań z bajkoterapią dałoby wymierne i mierzalne skutki. W tym przypadku mogę tylko podejrzewać, że dzieci, które tak mocno angażowały się w oddziaływanie bajką, zmieniły swoje nastawienia przynajmniej w tych czterech tematach, czyli że chętniej sprzątają po sobie zabawki, bo pamiętają, jak pluszowy hipopotam cierpiał przez bałagan Dorotki; że nauczone zachowaniem Truteniusza będą wiedziały jak ze sobą współpracować, aby relacje w ich grupach były przynajmniej pozytywne; że wizyta z krokodylem Beniem u dentysty pokazała im, że takie wizyty są niezbędne, nawet jeśli czasem lekarz musi coś „powiercić” oraz że nieśmiałość można i trzeba pokonać, tak jak zrobił to Gongon.

Bibliografia

1. Bajki-zasypianki [on-line], [dostęp 20.06.2015]. Dostępny World Wide Web: <http://bajki-zasypianki.pl/dentysta-dzieci>.
2. Bettelheim B., *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, Warszawa: W.A.B, 2010.
3. Binio J., *Miś- zabawka-bohater literacki-wzór wychowawczy*, Warszawa: SBP, 2013.
4. Borecka I., *Biblioterapia formą terapii pedagogicznej*, Wałbrzych: Wyd. Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej im. Angelusa Silesiusa, 2008.
5. Borecka I., *Biblioterapia w szkole. Poradnik dla bibliotekarzy*, Legnica: Wojewódzki Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli w Legnicy, 1998.
6. Brett D., *Bajki, które leczą*, cz.1, Gdańsk: GWP, 2001.
7. Brett D., *Bajki, które leczą*, cz.2, Gdańsk: GWP, 2002.
8. Chamera – Nowak A., Ippoldt L., *Bajkoterapia w pracy wychowawczej bibliotekarza*, *Poradnik Bibliotekarza* 2015, nr 11, s. 4-8.

9. „Chory ząb” [on-line], [dostęp 20.06.2015]. Dostępny World Wide Web:
<http://www.edukacja.edux.pl/p-20502-zdrowy-usmiech-scenariusz-zajec.php>
10. Hajzak H., *Biblioterapia w pracy wychowawczej z grupą dzieci w wieku przedszkolnym*, Biblioterapeuta 2010, nr 4, s. 13-15.
11. „Jak dbać o zdrowe zęby” [on-line], [dostęp 20.06.2015]. Dostępny Word Wide Web:
<http://www.pm1.grajewo.pl/index.php/stokrotki/item/29-piosenka-i-wiersz-na-miesi%C4%85c-listopad-stokrotki>
12. Jurek M., *Lawina w pokoju Dorotki* [w:] *Magiczne bajki na dziecięce smutki: bajki pomagajki dla nieco starszych dzieci*, pod red. K. Drożdżewicz, L. Ippoldt, Skawina: Urząd Miasta i Gminy Skawina, 2012, s. 85-91.
13. Łada – Grodzicka A. (i in.), *ABC... Program wychowania przedszkolnego XXI wieku*, Warszawa 2000.
14. *Przytulanki, czyli wierszyki na dziecięce masażyki*, oprac. M. Bogdanowicz, Gdańsk: Wyd. Harmonia, 2009.
15. Wilczewska–Wojczyszyn M., *Nowi przyjaciele Gongona, czyli jak budować poczucie własnej wartości nieśmiałego dziecka* [w:] *Bajkoterapia pomaga dzieciom*, pod red. G. Surniak, G.A. Sabilło, Poznań: Polskie Towarzystwo Biblioterapeutyczne, 2014.
16. Zimbardo P., *Psychologia i życie*, Warszawa: PWN, 2015.