

Droga do domu

Julia Śniarowska



Przeczytaj dziecku bajkę, gdy:

- boi się, że może się zgubić
- odczuwa niepokój w tłumie oraz w miejscach, których nie zna

Komentarz psychologa

Gubiąc drogę w obcym mieście lub w lesie, odczuwamy naturalną obawę o własne bezpieczeństwo, mimo że jesteśmy dorośli i posiadamy szereg środków zaradczych, by wybrnąć z kłopotliwej sytuacji. Pozbawiony opieki rodzica kilkulatek staje się w podobnych okolicznościach zupełnie bezradny, a jego możliwości manewru są dużo bardziej ograniczone. Nie dziwnym jest zatem, że wizyta w hipermarkecie, wejście w tłum czy wyprawa w nowe, nieznanne dziecku miejsce może wzbudzać jego niepokój. Lęk przed zgubieniem, bo o nim mowa, należy do lęków przestrzennych i pojawia się zazwyczaj w szóstym roku życia. Uporanie się z nim będzie dużo łatwiejsze dla malucha, który oprócz wsparcia i zrozumienia ze strony opiekuna, otrzyma wiedzę na temat sposobów radzenia sobie w sytuacji, której się obawia, oraz przejdzie należyty trening umiejętności przestrzennych.

Drogi Rodzicu!

- ⚙ Zapewnij malca, że zawsze, nawet wtedy, gdy nie ma Cię przy nim, czuwasz nad jego bezpieczeństwem.
- ⚙ Nigdy nie nakłaniaj dziecka do posłuszeństwa, strasząc, że zostawisz je samo w obcym miejscu.
- ⚙ Ćwicz ze swoją pociechą orientację przestrzenną. Zachęć do zabaw i gier w otwartym terenie, w których malec będzie miał okazję pod Twoim czujnym okiem nabrać pewności siebie, poprawiać nad samodzielnością w podejmowaniu decyzji, rozpoznawaniem kierunków itp.
- ⚙ Wskazuj dziecku ważniejsze punkty orientacyjne na trasie Waszych spacerów (charakterystyczne budynki, sklepy, drzewa), ćwicz jego spostrzegawczość, opowiadaj o odwiedzanych miejscach i panujących w nich zwyczajach. Znajomość i przewidywalność otoczenia pomoże malcowi uporać się z lękiem oraz nabrać większego zaufania do samego siebie.
- ⚙ Ustal z dzieckiem, jak powinno się zachować w sytuacji, której się obawia. Wskaż osoby, które może prosić o pomoc (jak policjant czy kasjerka), oraz charakterystyczne obiekty, przy których powinno na Ciebie czekać.
- ⚙ By malec poczuł się bezpieczniej, możesz zaopatrzyć go w opaskę niezgubkę bądź wewnętrzną wszywkę z kontaktem do Ciebie. Z takim zabezpieczeniem Twoja pociecha będzie mieć świadomość, że nawet gdy dojdzie do sytuacji, której się obawia, ktoś zawsze udzieli jej pomocy.

Sztorm, który niespodziewanie rozpętał się na morzu, porwał do tańca wiatr, chmury i rześisty deszcz, padający od kilku godzin nad okolicą. Wkrótce całe wybrzeże zawirowało w szaleńczym uścisku burzy. Smagane podmuchami morskie fale uderzały o nadbrzeżne skały, rozpryskując się niczym fontanny tysiącem błękitnych kropeł. Morze pieniało się i kotlowało, jakby jakiś czarodziej albo olbrzym zmaćcił jego spokój wielką drewnianą chochłą. Błyskawice uderzały o wodę, rozświetlając od czasu do czasu ciemność, która otuliła niebo aż po horyzont. Wiatr wyl wściekle, zawodząc i rozdmuchując białe bałwany, które przejęły teraz panowanie nad wzburzonym, poszarzałym wybrzeżem. Sztorm wydawał się nie mieć końca.

Wytchnienie zmęczonemu morzu przyniósł dopiero wieczór, który pomarańczowymi promieniami słońca ukolysał delikatnie złowrogi pejzaż. Odgłosy burzy zaczęły powoli niknąć. W końcu stały się niemal niesłyszalne. Zrobiło się cicho i jasno. Mały strumyczek otworzył badawczo jedno oko, by sprawdzić, czy sztorm oddalił się już na wystarczająco bezpieczną odległość.

– Co to?! – krzyknął zdziwiony widokiem, który zobaczył. Otworzył drugie oko. – Gdzie ja jestem? Strumyczek rozglądał się dookoła i zabalgotał z przerażenia. W jednej chwili zrozumiał wszystko. – Zgubiłem się... – zaszlochał cicho, przypominając sobie, że podczas sztormu odłączył się na chwilę od swojej mamy – morza, i targany podmuchami wiatru przesączył się przez nadbrzeżne skały. – Co ja teraz zrobię... Jak wrócę do domu? – chlipał żałośnie, a jego srebrzyste lzy rozpryskiwały się o brzegi i wsiąkały w piasek.

– Ach, nie płacz tyle, bo wyplaczesz się cały i gdzie ja się wtedy podzieję? – odezwał się nagle piskliwy głosik, wydobywający się jakby z brzucha strumyczka. Zaskoczony strumyczek rozejrzał się dookoła.

– Tu! Jestem tu! – zapiszczała mała ryba, która wyskakiwała teraz ponad powierzchnię wody, tak by strumyczek mógł ją dokładnie oglądać. – Mam na imię Milka!

– Dzień dobry – powiedział uprzejmie strumyczek. – Nie wiedziałem, że we mnie mieszkasz.

– Nie wiedziałeś? – zdumiała się ryba. – Dziwny z ciebie strumyk. A czym tak bardzo się martwisz? – zapytała po chwili.

Strumyczek znów posmutniał i zabalgotał rzewnie.

- Och nie! Tylko nie płacz! – krzyknęła Milka, płynąc zygzakiem pod prąd i wypuszczając z nadętych ust duże bańki powietrza.
- Przestań – zarechotał strumyczek – mam łaskotki!
- Przestanę, jeśli obiecasz, że nie będziesz więcej płakał.
- Obiecuj! – zawołał strumyczek, zanosząc się od śmiechu.

Milka znów poddała się nurtowi wody i wynurzyła głowę nad powierzchnię.

- No więc? – spytała wyczekująco.
- No więc... zgubiłem się – oznajmił smutno strumyczek. – Był sztorm, a ja odłączyłem się od mojej mamy – morza, i teraz nie potrafię odnaleźć drogi do domu.



Milka zastanowiła się chwilę.

– Więc dokąd płyniesz?

– Nie wiem – odparł ponuro strumyczek.

– Skoro ty nie wiesz i ja nie wiem, to musimy zapytać o to kogoś starszego i mądrzejszego od nas – Milka podrapała się pletwą po czole. – Mmmam! Wodospad! Przepluwają przez niego wszystkie strumienie i rzeki, on na pewno będzie znał drogę do morza!

– To już coś! – ożywił się strumyczek. – Płynmy! – zawołał wesoło i rozpedził się ochoczo, podrzucając na spiętrzonych falach śmiejącą się głośno Milkę. Po jakimś czasie rybka dostrzegła w oddali wodospad.

– Jesteśmy już niedaleko! – zawołała. – Zwolnij trochę!

Strumyczek posłusznie zmniejszył prędkość, zatrzymując się tuż nad przepaścią.

– Dzień dobry! – krzyknął do wodospadu, którego szum był tak głośny, że nawet jazgot białych mew, które nieraz wybudzały go nocą ze snu, nie mógł się z nim równać. Wodospad podniósł oczy, chcąc się upewnić, czy rzeczywiście ktoś do niego woła, czy to tylko woda pluszcze mu nad uchem.

– Czego chcecie? – zahuczał tubalnie, zauważywszy w końcu Milkę, która skakała nad jego głową i wymachiwała z całych sił srebrnymi pletwami.

– Chcieliśmy spytać o drogę! – zawołał donośnie strumyczek.

– Musimy dopłynąć do morza. Nie wiemy, w którą stronę mamy się udać – zapiszczała Milka.

– Do morza?! – zaśmiał się wodospad. – Wszystkie drogi prowadzą do morza! Proszę tędy! – zaryczał gromko, wskazując rzekę u swoich stóp, która płynęła leniwie w kierunku zachodzącego słońca.

– Milko, trochę się boję – zatrwożył się strumyczek, spoglądając z przerażeniem na spiętrzoną wodę u podnóża wodospadu.

– Nie bój się – odpowiedziała wesoło Milka – jestem z tobą. To przecież twoja droga do domu.

Strumyczek objął rybkę jak tylko mógł najmocniej, zamknął oczy i wpłynął jednym susem w wodospad, który grzmiał teraz tak głośno, jakby był wielką skrzynią kryjącą w swoim wnętrzu burzę. Strumyczkowi przez chwilę wydało się, że jest na ogromnej zjeżdżalni. Musiał chyba pędzić z prędkością światła, bo cały świat zamienił się na ten moment w jedną kolorową plamę. Nagle poczuł, że wpływa w coś głębokiego i chłodnego. To była rzeka. Duża, zielona, pienia się na białą tuż pod wodospadem. Więc zjazd się udał! Byli na dole.

– Miłko, nic ci nie jest? – zapytał troskliwie strumyczek, szukając wzrokiem małej przyjaciółki.

– Nic! – machnęła pletwą rybka, której cały świat wirował jeszcze w głowie.

– Spójrz, słońce już zaszło, zapada zmrok, chyba nie powinniśmy dalej płynąć.

– Dlaczego? – zmartwił się strumyczek.

– Podróżowanie nocą to niezbyt rozsądny pomysł. Tu, w rzece, pod czujnym okiem wodospadu jesteśmy bezpieczni. Poczekamy, aż zrobi się jasno. Wczesnym rankiem ruszymy w dalszą drogę.

– A czy rzeka zechce nas przenocować? – dopytywał z przejęciem strumyczek.

– Ależ naturalnie, zapraszam – odezwała się nagle rzeka, która już od dłuższej chwili przysłuchiwała się ich rozmowie. – Jestem przystanią wszystkich wód płynących do morza. W moich głębinach jest wystarczająco miejsca dla każdego. Rozgoście się.

– Bardzo dziękujemy – odpowiedział grzecznie strumyczek i mrugnął radośnie do Miłki. Poczul się nagle taki zmęczony i śpiący.

Powoli zapadała noc. Gwiazdy zamigotały na czarnym niebie niczym perły, które rozświetlają swoim blaskiem ciemne morskie głębiny. Strumyczek znów zateśknął za domem. Tuląc do siebie Miłkę, ułożył się wygodnie w ramionach rzeki.

– Co to? – zapytała cicho rybka. – Słyszę szum morza... Czy mi się to śni?

Strumyczek uśmiechnął się czule.

– Nie... to nie sen... to moje serce...

– Twoje serce? – zdumiała się rybka.

– Strumyki i rzeki w miejscu serc mają muszle, w których zamknięty jest głos naszej mamy – morza. Stąd ten szum.

– Ojej, jaki on piękny... – zachwyciła się Miłka – A co twoja mama do ciebie mówi?

– Szumi mi kołysankę na dobranoc... – szepnął strumyczek.

– Aha... – westchnęła oczarowana rybka i zmrużyła oczy, przysuwając pyszczek jeszcze bliżej serca strumyczka.



Ranek powitał wszystkich nieśmia-
łymi promieniami słońca, które roz-
tańczyły się na tafli wody, połysku-
jąc niczym klejnoty na smukłej szyi
rzeki. Strumyczek i Milka podzięko-
wali rzece za gościnę i ruszyli w dal-
szą podróż w towarzystwie innych
rzek i strumieni, które przekroczyły
wodospad. Zrobiło się teraz dużo
tłoczniej, ale i raźniej. Rzeki i stru-
mienię opowiadały tyle ciekawych
rzeczy, które po drodze widziały...

Rozprawiwały o kąpiących się w nich

dzieciach i zwierzętach, o bobrach, budujących wysokie tamy w ich wodach, i o tę-
czach, mieszkających w wodospadach, przez które przepływały.

Strumyczek i Milka słuchali tych wszystkich opowieści z zapartym tchem. Tak na-
prawdę nawet nie zauważyli, kiedy na horyzoncie pojawiło się błękitne, stęsknione
morze. Mama, widząc swojego synka wracającego do domu, zaszumiała czule. Ileż
było radości i szczęścia w tym powitaniu.

– Mamusiul! – krzyknął strumyczek, wpływając radośnie do morza i wtulając się
z utęsknieniem w jego niebieskie ramiona.

– Jesteś, mój synku – zaszumiała mama, obsypując malca całusami.

– Zgubiłem się! Tak bardzo się bałem, że nie znajdę drogi do domu i nigdy wię-
cej cię nie zobaczę! – zawołał z przejęciem strumyczek, wlewając w błękitne wody
mamy wielkie srebrne łzy. Morze wtuliło delikatnie strumyczek w swoje głębiny.

– Nie możesz mi się zgubić, głuptasie – morze zaszumiało łagodnie – jesteśmy
połączeni ze sobą rzekami i strumieniami, i każda droga, którą podążasz, zawsze
doprowadzi cię do domu. A poza tym, ja zawsze wiem, gdzie cię szukać, ponieważ
mieszkam w jego wnętrzu – uśmiechnęło się morze, wskazując na serce strumycz-
ka, które szumiało teraz głośno i radośnie. ■

Propozycja rozmowy

Porozmawiajcie o sercu strumyczka, dzięki któremu był on za-
wsze w kontakcie ze swoją mamą. Możesz porównać serce do
rodzaju nadajnika, który sprawia, że rodzic jest blisko swojego
dziecka bez względu na to, jaka dzieli ich odległość.

Propozycja aktywności

Zaproponuj dziecku wycieczkę za miasto. W trakcie wyprawy
sporządźcie mapę przemierzonej trasy – narysujcie na kartce
ścieżki i ważniejsze mijane po drodze punkty orientacyjne. Nie-
które z nich (na przykład drzewa czy słupy) możecie dodatko-
wo oznaczyć wstążkami z bibuły. W drodze powrotnej poproś
swoją pociechę, by teraz ona, posługując się Waszą mapą, pi-
lotowała Ciebie. Za każdą samodzielnie odnalezioną wstążeczkę
przyznawaj malcowi punkty, które później będzie mógł wymie-
nić na nagrody.

REKLAMA

**Właśnie przeczytałeś jedną z piętnastu
bajeczek terapeutycznych**

