

„Bajki pomagajki”

Czym są bajki pomagajki/bajki terapeutyczne?

Bajki terapeutyczne są jedną z metod, wykorzystywaną w pracy z dziećmi. Dla przedszkolaków bardzo ważny jest prawidłowy rozwój emocjonalno – społeczny, a „bajki pomagajki” mogą pomóc dziecku poradzić sobie z trudnymi doświadczeniami, lękami, nieumiejętnością zachowania się w danej sytuacji.

Bajki terapeutyczne różnią się od innych opowiadań i bajek edukacyjnych, ponieważ oscylują wokół problemów emocjonalnych, przekazując wzorce i postępowanie w trudnych sytuacjach. Dzieci uczą się nazywania i rozpoznawania emocji poprzez przystępną dla siebie formę – dziecięce bajki, które stworzone są specjalnie z myślą o najmłodszych.

Rodzaje bajek terapeutycznych:

Wartość czytania bajek terapeutycznych jest ogromna. Oddziałują one na sferę emocjonalną, dzięki czemu wyzwalają dzieci od negatywnych emocji i pozwalają oswoić lęk. Rodzaje bajek terapeutycznych można podzielić ze względu na ich funkcje:

1. Bajki relaksacyjne – służą wyciszeniu i odprężeniu, rozluźniają napięcie emocjonalne, często posługują się wizualizacją, aby wywołać uspokojenie i wyciszenie dziecka.
2. Bajki psychoterapeutyczne – oddziałują na silne emocje dziecka, nabyte wskutek traumatycznych/trudnych sytuacji życiowych np. śmierć kogoś bliskiego, rozwód rodziców itp. Za pomocą tego rodzaju bajek, dziecko poznaje i obserwuje powstałe uczucia w kontekście sytuacji społecznych, ogólnych, by potem dostrzec je u siebie.
3. Bajki psychoedukacyjne – ich głównym celem jest próba oswojenia dziecka z trudnym tematem czy sytuacją. Ich działanie ma charakter zapobiegający, przedstawiający dany problem. Dążą do reinterpretacji czyli zmiany sposobu myślenia dziecka o negatywnych emocjach.

Jak napisać bajkę terapeutyczną?

Chcąc samodzielnie stworzyć bajkę terapeutyczną, konieczne jest zapoznanie się i przeanalizowanie kilku wzorcowo napisanych i opracowanych bajek, aby poznać sens i sposób przekazywania treści. Chcąc stworzyć bajkę terapeutyczną, należy pamiętać o kilku ważnych elementach tj.:

- ustalić główny temat opowiadania – warto skupić się na jednej trudnej emocji czy zachowaniu;
- fabułę opowiadania umiejscowić w świecie fantastycznym, pamiętając o konieczności powiązania problemów bohatera z tymi, które pojawiają się u dziecka;
- bohaterem bajki terapeutycznej nie może być dziecko, do którego jest kierowana, ale osoba/postać do niego podobna;
- nastrój panujący w bajce powinien pozostać pogodny;
- bajka terapeutyczna zawsze musi mieć szczęśliwe zakończenie.

Bajki terapeutyczne mają korzystny wpływ na rozwój dziecka, jeśli są odpowiednio dobrane i przekazane. Podczas wyboru pozycji książkowej, którą pragniemy przeczytać swojemu dziecku, warto pamiętać o bajkach i opowiadaniach terapeutycznych, które przyczynią się do rozwoju stanów emocjonalnych dziecka oraz będą czymś nowym i nieznanym, co może pomóc we wzroście zainteresowania czytelnictwem oraz wydłuży czas skupienia uwagi u najmłodszych.

Opracowanie: mgr Magdalena Kołodziej

Bibliografia:

<https://sp20rybnik.szkolnastrona.pl/art,564,bajki-pomagajki-czyli-o-mocy-bajek-terapeutycznych>