

Metoda bajkoterapii jako sposób na problemy emocjonalno -społeczne.






Bajkoterapia to terapia przez bajki

- Terapia poprzez bajki ma na celu zmniejszenie napięcia oraz budowanie pozytywnego obrazu siebie i świata.
- Bajki terapeutyczne to jedna z wielu form pomocy psychologiczno-pedagogicznej. Ich treści mają na celu wspieranie poznawcze i emocjonalne dzieci, młodzieży, a także osoby dorosłe.

- Bajki te oswajają z różnymi trudnymi emocjonalnie sytuacjami, pozwalają zdystansować się wobec problemów;

Dzięki bajkom czytelnicy poznają różne sposoby radzenia sobie w życiu.

Dowiadują się, że inni przeżywają podobnie zdarzenia.

Występują trzy rodzaje bajek terapeutycznych:

- psychoedukacyjna
- psychoterapeutyczna
- relaksacyjna

Cechami wspólnymi bajek psychoedukacyjnych i psychoterapeutycznych są:

- ich adresat - dzieci, głównie w wieku od 4 do 9 lat
- konstrukcja bajki powinna opierać się na metaforze - sytuacji, w której znajduje się dziecko, jego zachowania itp.
- bohater bajki powinien posiadać problemy podobne do dziecięcych
- akcja bajki rozgrywa się, w znanym dziecku miejscu, np. dom, przedszkole itp, ale może to być również bajkowa kraina lub inna planeta
- ważne jednak jest, by w tym świecie rządziły reguły podobne do ludzkich
- bajka nie powinna mieć morału, pouczać
- należy eksponować uczucia, szczególne te pozytywne
- bajka powinna dobrze się kończyć

Bajki psychoterapeutyczne mają na celu:

- zmiany w zachowaniu
- czerpanie wzorów z zachowań bohaterów
- proponowanie zmian w zachowaniu, ale nie moralizatorstwo
- skłonienie do werbalizacji problemów poprzez techniki plastyczne, dramę itp..

Bajki psychoterapeutyczne mają zdecydowanie bardziej rozbudowaną fabułę i są na ogół dłuższe niż bajki psychoedukacyjne, a ich celem jest kompensacja niezaspokojonych potrzeb oraz podniesienie samooceny.

Bajka psychoterapeutyczna musi być mocno zakorzeniona w sytuacji dziecka, której dotyczy.

- Bajka psychoterapeutyczna znajduje także zastosowanie w sytuacjach trudnych emocjonalnie, po przeżyciach kryzysowych, czy traumatycznych.

Bajka ma za zadanie pomoc w odkryciu własnego problemu; uświadomienie własnego odczuwania, zachowania i sposobu myślenia.

- Zarówno bajki psychoedukacyjne, jaki i psychoterapeutyczne można wykorzystywać jako działanie profilaktyczne - gdy wiemy, że może nastąpić u dziecka jakaś trudna dla niego sytuacja, będzie musiało się zmierzyć z przeciwnościami losu.

- Bajki relaksacyjne nie służą terapii, ale odprężeniu, relaksacji, odpoczynkowi. Takie rozładowanie emocji będzie potrzebne po trudnym, stresującym wydarzeniu. Wówczas zarówno dziecko jak i osoba dorosła chętnie przeniesie się w bajkowy świat.

Podstawowe cechy bajki relaksacyjnej:

- Opiera się na wizualizacji, czyli silnie odwołuje się do wyobraźni dziecka bądź osoby dorosłej
- Akcja toczy się w dobrze znanym miejscu, które opisane powinno być jako spokojne, przyjazne i bezpieczne;
- Akcja musi być spokojna, nie dynamiczna. Bohater jest głównie obserwatorem i wczuwa się w przeżycia innych postaci.

- Dobrze jest wprowadzić do treści wydarzenia związane z piciem wody ze źródła, kąpielą pod wodospadem, lataniem.
- W bajce powinny się znaleźć odgłosy przyrody, które znakomicie oddziałują na nasze zmysły np. szum morza, drzew czy wiatru, zapach lasu, kwiatów, łąki itp.



Program psychoedukacyjny Dbajki -Grajki

- Program wykorzystuje bajkę psychoedukacyjną do realizacji zamierzonych celów
- Program oddziałuje na całe środowisko ucznia
- Zajęcia z tym programem motywują ucznia do działania, twórczego myślenia i kreatywnego rozwiązywania problemów

Zasady ważne dla realizacji programu



1. Nauczyciel jest wzorcem dla wychowanków, nie powinien ukrywać swoich emocji
2. Nie należy wartościować uczuć, nie ma złych i dobrych emocji
3. Dostrzegaj potrzeby drugiej osoby.

Budowa programu



- Trzy filmy, których bohaterami są dzieci z planety Taktali
- Trzy gry dla każdego filmu inna
- Poradnik CD dla nauczyciela wraz z załącznikami
- książka - zbiór opowieści o dalszych przygodach bohaterów

Problematyka poruszona w programie



- Odrzucenie, izolowanie przez grupę rówieśniczą
- Ukrywanie trudnej sytuacji domowej przed rówieśnikami, nauczycielami w szkole
- Problemy ucznia z trudnościami w nauce, problemy ucznia zdolnego

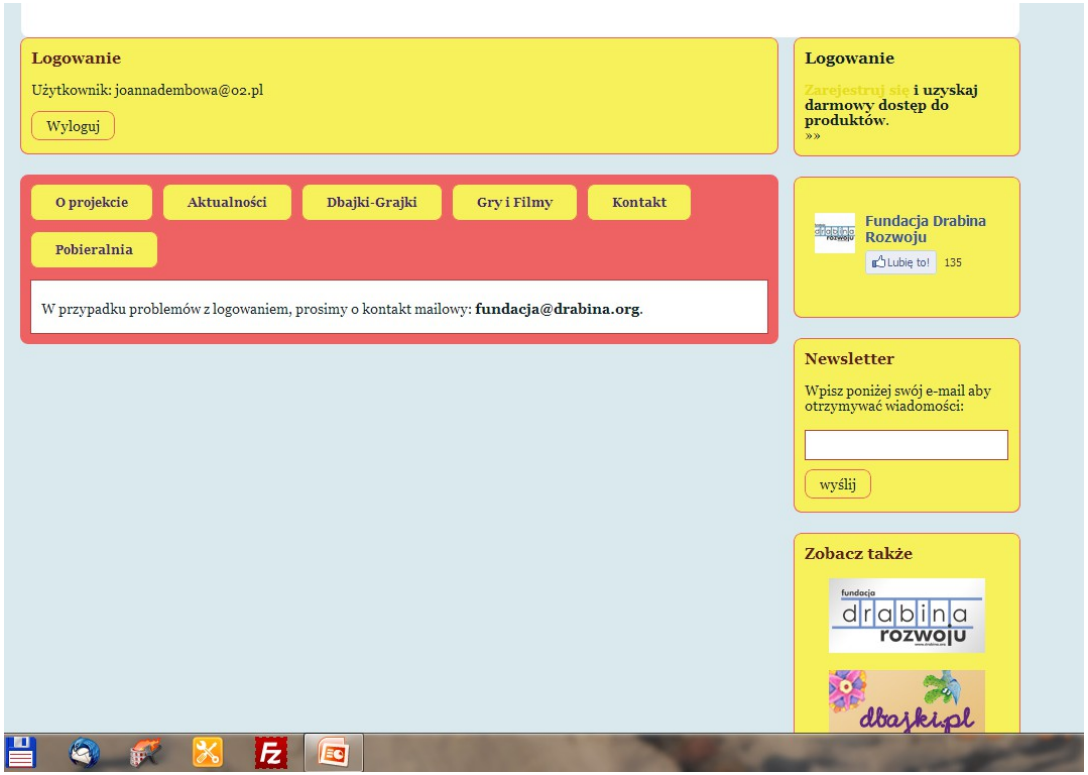
Edukacja społeczna w podstawie programowej

Uczeń kończący klasę III:

- odróżnia dobro od zła, stara się być sprawiedliwym i prawdomównym; nie krzywdzi słabszych i pomaga potrzebującym;
- identyfikuje się ze swoją rodziną i jej tradycjami; podejmuje obowiązki domowe i rzetelnie je wypełnia; rozumie sytuację ekonomiczną rodziny i dostosowuje do niej swe oczekiwania;

- jest tolerancyjny wobec osób innej narodowości, tradycji kulturowej itp.; wie, że ludzie mają te same prawa niezależnie od wyglądu, koloru skóry
- zna prawa ucznia i jego obowiązki (w tym zasady bycia dobrym kolegą), respektuje je; uczestniczy w szkolnych wydarzeniach (na miarę swych możliwości);

Strona internetowa http://www.dbajki-poznan.pl



Literatura:

- Borecka I. „Biblioterapia. Teoria i praktyka. Poradnik” Warszawa 2001
- Irena Borecka. „Opowiadania dla Twojego dziecka : koją, leczą, rozwiązują problemy”. Cz. 1 Wrocław : Wydawnictwo Wacław Bagiński, 1998.
- Molicka M. „Bajki terapeutyczne” Poznań 1999
- Molicka M. „Bajkoterapia: o lękach dzieci i nowej metodzie terapii” Poznań 2000

- **Szkolenie: Bajkoterapia- bajki, które pomagają**
- **Bajkoterapia** to nowoczesna, profesjonalna metoda wsparcia dziecka w trudnościach.
- **Dla kogo:** Jest to szkolenie dla nauczycieli, wychowawców, pedagogów, psychologów oraz dla rodziców, dziadków, opiekunów, osób pracujących z dziećmi na co dzień, także bibliotekarzy, terapeutów.
- **Termin:** do ustalenia
- **Koszt:** 150 zł
- **Organizator**: Centrum Szkoleń i Animacji
- **Chcesz uczestniczyć w tym szkoleniu? Wypełnij formularz subskrypcji, a poinformujemy cię o jego terminie-** *kliknij*
- **Program:**
- – Założenia bajkoterapii jako metody pracy z dziećmi.
- – Budowa, cechy, rodzaje, przeznaczenie bajek terapeutycznych.
- – Zasady konstruowania zajęć z wykorzystaniem bajkoterapii.
- – Bajkoterapia w pracy indywidualnej z dzieckiem oraz z grupą.
- – Wykorzystanie pacynek w pracy terapeutycznej.
- – Zasady doboru adekwatnego tekstu do rodzaju problemu i osobowości dziecka przeżywającego trudności.
- – Prezentacja polecanych tekstów bajek terapeutycznych.

- **Szkolenie: Bajkoterapia- bajki, które pomagają**
- **Bajkoterapia to nowoczesna, profesjonalna metoda wsparcia dziecka w trudnościach.**
- **Dla kogo: Jest to szkolenie dla nauczycieli, wychowawców, pedagogów, psychologów oraz dla rodziców, dziadków, opiekunów, osób pracujących z dziećmi na co dzień, także bibliotekarzy, terapeutów.**
- **Termin: do ustalenia**
- **Koszt: 150 zł**
- **Organizator: Centrum Szkoleń i Animacji**
- **Chcesz uczestniczyć w tym szkoleniu? Wypełnij formularz subskrypcji, a poinformujemy cię o jego terminie-** ***kliknij***
- **Program:**
- **– Założenia bajkoterapii jako metody pracy z dziećmi.**
- **– Budowa, cechy, rodzaje, przeznaczenie bajek terapeutycznych.**
- **– Zasady konstruowania zajęć z wykorzystaniem bajkoterapii.**
- **– Bajkoterapia w pracy indywidualnej z dzieckiem oraz z grupą.**
- **– Wykorzystanie pacynek w pracy terapeutycznej.**
- **– Zasady doboru adekwatnego tekstu do rodzaju problemu i osobowości dziecka przeżywającego trudności.**
- **– Prezentacja polecanych tekstów bajek terapeutycznych.**