Bajkoterapia?!

 Jednym z zadań programowych Przedszkola Samorządowego w Baranowie jest pomaganie dziecku w poznawaniu różnych postaw bohaterów literackich i wartości uniwersalnych jak piękno, dobro, prawda, miłość poprzez literaturę dziecięcą, teatrzyki, filmy. Ktoś mógłby zarzucić, iż jest to hasło realizowane w każdym przedszkolu. To prawda! Naszym celem jest jednak szukanie, obok tradycyjnych, nowatorskich sposobów podejścia do tego zagadnienia.

 Pokuszę się o kilka osobistych refleksji. Pamiętam, że jakiś czas temu bardzo ujął mnie jeden z artykułów w czasopiśmie „Wychowawca”. Przytoczę jego fragment:

 ***Najlepszym sprawdzianem charakteru człowieka są sytuacje trudne, kryzysowe, gdy musi on podjąć nietypowe decyzje dotyczące siebie samego lub innych. Czy przygotowujemy swoje dzieci, swoich podopiecznych do godnej reakcji na wydarzenia i sytuacje o dużym stopniu stresowości? Czy pamiętamy o prostej prawdzie, że charakter to długo trwający nawyk? Czy wpajamy dzieciom miłość, z której pochodzi wszelkie inne dobro? Czy pamiętamy, aby nie przekazywać im nienawiści do kogokolwiek, chociażby dlatego, że nienawiść zawsze najbardziej szkodzi nienawidzącemu? A ponadto umysł zaślepiony nienawiścią pracuje mniej efektywnie i nie umie odróżnić dobra od zła?***

Myślę, że sprostać tym pytaniom, w podtekście zadaniom, chcieliby wszyscy rodzice, wychowawcy.

 Wiemy, że charakter kształtuje się w rzeczach drobnych, w codziennym trudzie, w okolicznościach prostych i szarych. Dziecko, które się rozwija, musi reagować na zmieniający się wokół niego układ zdarzeń. Niestety, czasem są to doświadczenia bolesne, zaburzające rozwój. Lęki, które one ze sobą niosą, mogą pozostawić trwały ślad, bliznę na osobowości.

 Maria Molicka, na którą chciałabym się teraz powołać znalazła, jak się wydaje, jedną z dróg, która prowadzi do przezwyciężenia lęków o różnym podłożu. Jako psycholog od lat pracuje z dziećmi i młodzieżą. Jest członkinią Europejskiego Towarzystwa Psychologii Zdrowia i autorką wielu publikacji naukowych i popularnonaukowych z zakresu psychologii dziecka. Działalność dydaktyczno-naukowa, a także praktyczna, skierowały jej uwagę na dziedzinę z pogranicza nauki i sztuki – bajkoterapię. Stąd jej książka dla rodziców, wychowawców pt. „Bajki terapeutyczne” jest pomocna szczególnie dzieciom wrażliwym.

 Składa się ona z trzech części. W pierwszej i drugiej części autorka przedstawia zagadnienia teoretyczne związane z lękiem, a więc rozumienie tego pojęcia i czynników je wywołujących. Dalej omawia rolę bajki w obniżeniu poziomu lęku. Charakteryzuje też bajki terapeutyczne – ich specyfikę, stałe elementy oraz mechanizm oddziaływania. W trzeciej części prezentuje bajki, które mają zadanie zapobiegać lękom albo zmniejszać lęk przed porzuceniem (bajka „Misiulek idzie do przedszkola”), zagubieniem (bajka „Zagubiony promyczek”), separacją od matki (bajka „Zuzi-Buzi”), utraty kontroli nad własnym ciałem (bajka „Wesoły Pufcio”), wyśmianiem, kompromitacją (bajka „Lisek łakomczuszek”), bólem, uszkodzeniem ciała (bajka „Ufuś”), przed konfliktem w rodzinie (bajka „Księżycowy domek”), grupą szkolną (bajka „Dziewczynka z obrazka”), śmiercią (bajka „Lustro”), zbiegiem chirurgicznym (bajka „Perła”).

 Przedstawione w bajce cechy charakterystyczne dla wszystkich bajek terapeutycznych oraz ich stałe elementy mają, jak twierdzi M.Molicka, zachęcić nas – rodziców, wychowawców do tego, byśmy sami próbowali układać takie bajki, gdy zaobserwujemy u dziecka jakiś lęk. Oczywiście, należy jeszcze raz podkreślić, że doznawanie lęku jest procesem rozwojowym, a zaburzeniem staje się wówczas, gdy dominuje w zachowaniu, dezorganizując życie dziecka.

 Może więc w ogóle przesadzamy z tymi bajkami? Jakby w odpowiedzi na to „zawahanie”, w innym miejscu książki M.Molicka zauważa: ***Nieraz w okresie dorastania młodzież wraca do świata magii, by tam szukać wsparcia; ucieka od zbyt trudnej i smutnej rzeczywistości, by w czarodziejskim świecie bajek odnaleźć to, co człowiekowi najbardziej potrzeba, czyli nadzieję.***

 Czy ów „promyk słońca”, nadzieja to coś, co pozostanie we wspomnieniach naszych dzieci po współczesnych bajkach…?!

*Ps. Zainteresowanym, oprócz wyżej omówionej książki, podaję kilka innych pozycji książkowych związanych z bajkoterapią:*

1. *Molicka Maria: „Bajki terapeutyczne.”, Media Rodzina, Poznań 1999 r.*
2. *Molicka Maria: „Bajkoterapia. O lękach dzieci i nowej metodzie terapii.”, Media Rodzina, Poznań 2002 r.*
3. *Brett Doris: „Bajki, które leczą.”(część 1 i 2), Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2006 r.*
4. *Ibisz Krzysztof, Gruszczyńska Anna; Dowbor Katarzyna, Cebula Ryszard, Wolszczak Grażyna, Strękowska-Zaremba Małgorzata, Harasimowicz Cezary, Borys Olga, Barciś Artur, Tyszka Agnieszka, Wiśniewski Janusz, Suwalska Dorota, Holtz Paulina, Królikowski Rafał: „Bajkoterapia czyli dla małych i dużych o tym jak bajki mogą pomagać.”, Nasza Księgarnia, Warszawa 2009 r.*
5. *Śniarowska Julia: „Już się nie boję. Bajki terapeutyczne dla przedszkolaków.”, Bliżej Przedszkola, Kraków 2014 r.*

Dorota Kałka