

WSPÓLNE CZYTANIE BAJEK, CZY WARTO ?

W tym wyjątkowym czasie zachęcam Państwa do czytania dzieciom bajek. W kilku słowach postaram się wyjaśnić, dlaczego jest to tak ważne :)

Bajkoterapia jest często wykorzystywana w psychoterapii, pracy terapeutycznej nad problemami dziecka, których my jako dorośli nie zauważamy, umniejszamy ich skali lub też bagatelizujemy. Bajki i opowiadania przedstawiają różnorodne sytuacje, które w realnym życiu mogą stać się źródłem emocji negatywnych. Tymczasem proces uruchamiany w dziecku w trakcie czytania nie rani i nie przeraża. Czytając pomagamy dzieciom tworzyć zasób wiedzy, a tym samym radzić sobie w codziennych życiowych sytuacjach. Bohaterowie, którzy mają podobne problemy oraz zatrzymanie się nad wewnętrznym światem emocji podpowiada przykłady rozwiązań trudnych sytuacji. Dzieci zaczynają rozumieć innych (ich sposoby myślenia, działania), nazywać emocje, otwarcie komunikować trudności, zwracać się o pomoc do innych oraz rozumieć emocjonalnie trudne sytuacje.

Bajki zaspakajają bardzo ważne funkcje w rozwoju dziecka: kształtują osobowość, formułują system wartości, wyciszają, odprężają, są sposobem komunikowania się z dorosłymi na ważne tematy, zmniejszają lęki, podnoszą samoocenę itd.

W trakcie czytania obserwujemy dzieci, spróbujmy nazywać doświadczane przez nich emocje, np. "Widzę, że bardzo się martwisz..", nie zmuszajmy dzieci do rozmowy po zakończeniu czytania, ale zróbmy to koniecznie kiedy dziecko samo zaczyna rozmowę, wysłuchajmy wrażeń dziecka, zachęcajmy do własnych wypowiedzi, np. "a jak myślisz..?". Można zaproponować wspólną aktywność po wysłuchaniu bajki (np. rysowanie bohatera, tworzenie nowych opowiadań).

Przykładowe propozycje:

Kalwitzki S. "Na pewno ci się uda! Opowiadania dodające dzieciom odwagi"

Szaga H. "Bajki terapeutyczne", Oficyna Wydawnicza Impuls,

Zubrzycka E., "Motylek dla dzieci ", GWP

"Bajkoterapia, czyli bajki - pomagajki dla małych i dużych, NaszaKsięgarnia, Warszawa2015