

CZYTANIE

DZIECKU

MOŽE

BYĆ

TERAPEUTYCZNE

„(...) Bajki mają ogromny wpływ na całe nasze życie. Aż trudno uwierzyć, że od tego, jakich opowieści wysłuchamy w dzieciństwie, zależy nasz charakter, sposób działania, wybór partnera życiowego. (...) Bajka przypina skrzydła do ramion i pozwala oderwać się od rzeczywistości, a później, jak z lotu ptaka, zobaczyć swoje problemy wpisane w losy innych. Wielu problemów wychowawczych można uniknąć, czytając maluchom „Kopciuszka” czy „Królową Śnieżkę”. O niezwykłej sile, jaka tkwi w baśniach przekonali się nawet policjanci! (...) Nic zatem dziwnego, że rodzice chcieliby przekazać swemu dziecku jak najlepsze bajki. Takie, które kompleksowo przygotowują do życia. (...) Bowiem aż 92% Polaków uważa, że głośne czytanie dziecku książek sprawia, że szybciej się ono rozwija, zarówno umysłowo, jak i emocjonalnie. (...)



Bajka relaksacyjna:



- ułatwia dziecku zasypianie, odprężenie, wyciszenie niepokoju;
- pobudza zmysły dziecka;
- pomaga dziecku uwolnić się od negatywnych emocji.



Bajka psychoedukacyjna:

- pozwala oddziaływać na zmiany zachowania dziecka;
- zachęca do naśladownictwa;



Bajka psychoterapeutyczna:

- obniża lęk u dziecka;
- pomaga dziecku poradzić sobie z jego problemem, gdyż przedstawia kilka sposobów radzenia sobie z określonym problemem oraz skutki każdego z nich



Jaką bajkę wybrać:

1. Zaobserwuj z jakimi bohaterami Twoje dziecko najchętniej się identyfikuje - to może Ci wiele powiedzieć o problemie czy sytuacji Twojego dziecka. Do „Królewny Śnieżki” chętniej sięgają zagubione i mniej przebojowe dzieci, zaś „Kopciuszka” chętniej polubią dzieci rywalizujące z rodzeństwem. Bajkowe sympatie i antypatie mogą stanowić kopalnię wiedzy o dziecku.

2. Zwróć uwagę na lęki i fobie dziecka - jeśli Twoje dziecko boi się pajaków, nie kupuj bajki, której bohaterem jest pająk.
3. Wybieraj te bajki relaksacyjne, których akcja jest osadzona w miejscu dobrze znanym Twojemu dziecku, np. pokój dziecięcy, ogród (jeśli macie Państwo ogród) itp.
4. Sięgaj po te bajki psychoterapeutyczne, które dziecięce problemy przedstawiają w sposób metaforyczny- jeśli problemy poruszane będą wprost dziecko się zawstydzi, przestraszy lub zamknie w sobie.

5. Zglądaj na www.calapolskaczytadzieciom.pl, gdzie można znaleźć wartościowe nowości oraz pozycje polecane przez specjalistów.



6. Bajek terapeutycznych nie wybieraj razem z dzieckiem, aby dziecko nie przestraszyło się, że traktujesz je jako nienormalne czy naznaczone.

7. Pamiętaj, że niezależnie od tego jaką bajkę wybierzesz najważniejsze jest to, iż znalazłeś dla dziecka czas i że spędziłeś go wspólnie z nim.

