**Projekt wychowawczy *„*Chodź, opowiem ci bajeczkę…” zastosowanie technik terapeutycznych (m. in. biblio- i bajkoterapii) w grupie przedszkolnej.**

**Opracowanie i koncepcja:**

**mgr Elżbieta Chmielewska**

**Czas realizacji: rok szkolny 2015/16**

**1. Cele i zadania terapii wychowawczej:**

- kształtowanie procesu poznawania samego siebie oraz otaczającej dziecko rzeczywistości

- rozwijanie procesów poznawania świata i prób zrozumienia praw nim rządzących

- stwarzanie dziecku okazji do poznawania siebie samego i innych podczas zabawy, wspólnych czynności dnia codziennego, rozmowy, nauki, wycieczki…

- przedstawienie różnych wzorców zachowań i nadawanie im odpowiedniego znaczenia

- ukazywanie autorytetów poprzez możliwość ich naśladowania

- motywowanie do dostrzegania w sobie mocnych stron, do uczenia się, eksplorowania świata, doświadczania i eksperymentowania

- wzmacnianie poczucia własnej wartości, w celu dążenia do samoakceptacji i akceptacji innych osób

- motywowanie do działania/ zabawy

- ułatwianie nawiązywania kontaktów społecznych i podejmowania różnych aktywności

*Baśń to elementarz, z którego dziecko uczy się czytać we własnym umyśle, elementarz napisany w języku obrazów. Jest to jedyny język, dzięki któremu możemy rozumieć siebie
i innych, zanim dojrzejemy intelektualnie.*

Bruno Bettelheim

Podstawą projektu są różne techniki terapeutyczne wspomagające rozwój dziecka,
w szczególności:

- bajkoterapia

- muzykoterapia

- terapia poprzez ruch

- arteterapia ( teatr, muzykowanie, różne techniki plastyczne, taniec)

- gimnastyka twórcza

- techniki relaksacyjne i uspokajające.

- biblioterapia- gr. biblion ( książka)+ therapeo- (leczę)

W Bibliotece Aleksandryjskiej, w czasach starożytnych widniały słowa” Lekarstwo
na umysł”- dostrzegano więc wówczas już wpływ książki na stan umysłu człowieka.

W 1916 r. użyto po raz pierwszy terminu biblioterapia, która wkrótce została uznana za jedną z metod psychoterapeutycznych, wzbogacających i wzmacniających osobę przeżywającą jakieś trudności.

**2. Wykorzystanie w projekcie „biblioterapii wychowawczej”:**

W przedszkolu wykorzystuje się biblioterapię wychowawczą w celu redukcji różnych **lęków,** jakie od wczesnego dzieciństwa przeżywają dzieci.

Zdaniem Marii Molickiej, psycholożki i twórczyni metody terapii poprzez baśnie i bajki, świat rozwijającego się dziecka to zmieniający się układ zdarzeń, na które musi ono reagować. Nieraz są to sytuacje lub wydarzenia niosące bolesne doświadczenia, zaburzające rozwój osobowości. Lęki, jakie od wieków przeżywają dzieci, często są dla nich koszmarem
i mogą pozostawić trwały ślad, bliznę na osobowości.

**3. Lęki dziecięce, ich rodzaje oraz podłoże powstawania lęków.**

Źródłami powstawania lęków są:

- nieprawidłowe postawy rodziców ( nadmiernie opiekuńcze, nadmiernie wymagające, wychowanie bez norm i granic)

- wychowanie w rodzinie niepełnej, współuzależnionej

- zastępowanie kontaktów z bliskimi i kolegami oglądaniem telewizji, grami komputerowymi, co sprzyja powstawaniu lęków i poczucia osamotnienia

- uzależnienie od telewizji, komputera.

Wyróżniamy lęki:

- odtwórcze ( wypływające z konkretnych przeżyć i zdarzeń)

- wytwórcze, powstające w wyobraźni dziecka ( lęk przed ciemnością, związany
z niezaspokojeniem podstawowych potrzeb fizjologicznych, bezpieczeństwa, akceptacji, miłości i szacunku;

- dotyczące obrazu własnej osoby ( związane z niską samooceną).

**4. Proces przedszkolnej terapii bajką i baśnią.**

Podstawą jest dobra **diagnoza:** należy zbadać i ustalić problemy dziecka/ dzieci w swojej grupie oraz ustalić cele technik terapeutycznych stosowanych w ciągu całego roku szkolnego.

**5. Techniki zastosowane w projekcie- planowanie roczne ( patrz plan wdrażania)**

**6. Struktura i organizacja zabaw biblioterapeutycznych, muzykoterapeutycznych, arteterapeutycznych, terapii ruchem, tańcem (ukazana w książkach metodycznych, patrz literatura przedmiotu)**

**7. Znaczenie baśni i bajek dla rozwoju dzieci**

Bruno Bettelheim- amerykański psychiatra dziecięcy, psychoanalityk, badacz autyzmu, odkrył wielkie walory terapeutyczne w baśniach i bajkach i spopularyzował je w podręczniku „Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni”.

**8. Role baśni wg E. Rakowskiej:**

a) rola wychowawcza

- kształtuje osobowość

- formułuje system wartości, dyskretnie, bez narzucania, ukazując i operacjonalizując wymiary dobra i zła ( pokazuje co jest dobre, a co złe w zachowaniach ludzi…)

- wskazuje jakie zachowanie jest właściwym wyborem

 - utwierdza, że warto postępować dobrze,

- ukazuje różnorodność zachowań ludzkich

- rozbudza postawy prospołeczne,

- wzmacnia wrażliwość społeczną i pomaga dostrzec potrzebujących;

- uodparnia na stresy,

- podpowiada sposoby pokonywania różnych trudności,

 - rozwija zaradność, umiejętność radzenia sobie z zadaniami,

- oswaja ze strachem i lękiem, jakie za sobą niosą zło i przeszkody;

- kształtuje postawę optymistyczną, ukazując pozytywne rozwiązania większości trudnych sytuacji ( w baśniach zazwyczaj zło przegrywa z dobrem);

- pobudza twórczość, pomysłowość, rozwija refleksyjność,

 - uczy antycypacji skutków zachowań.

b) rola terapeutyczna

**-** wspiera rozwijającą się osobowość dziecka

- pomaga w rozwiązywaniu własnych problemów na przykładzie bohaterów

- pokazuje, że nawet największe trudności się kiedyś kończą, a zło można pokonać

- poprawia nastrój, pokazując, że nie jest się osamotnionym w aktualnie przeżywanych
 uczuciach: strachu, smutku, zazdrości, pokrzywdzenia, niezrozumienia

- zmniejsza lub usuwa lęk, łagodzi napięcia

- podnosi samoocenę i wiarę we własne możliwości,

- budzi ufność do innych, motywuje do odważnego działania i podejmowania decyzji

- poprawia sprawczość przez dostarczanie przykładów pozytywnego rozwiązywania problemów.

c) rola relaksacyjna

- wycisza

- usypia

- uspokaja

- odpręża ( przez wywołanie w mózgu fal alfa).

d) rola komunikacyjna

- jest sposobem na przekazywanie ważnych treści życiowych

- jest lubianym przez dzieci sposobem porozumiewania się na różne tematy

- jest lubianym przez dzieci sposobem komunikowania własnych potrzeb, myśli, rozterek przez
 wcielenie się w ulubionego bohatera „ nie jestem Julek - jestem tygrysek…”

**9. Sztuka czytania i opowiadania dzieciom bajek i baśni.**

**10. Wskazówki praktyczne, jak opowiadać, czytać dzieciom.**

**11. Warunki dobrej recepcji baśni/ bajek:**

- zadbanie o wygodną pozycje w czasie słuchania „usiądźcie wygodnie, oprzyjcie o coś głowę, wyciągnijcie nogi, połóżcie się wygodnie”…

- zapewnienie bliskości fizycznej w momencie czytania jednemu lub małej grupce dzieci

- zaaranżowanie miłego, przytulnego nastroju, rekwizyt skupiający uwagę, pacynka, cicha muzyka relaksująca w tle, kocyk, punktowe światło…

- stosowanie zasady dobrego lektora: odpowiednia modulacja głosu, wcielanie się głosem w postaci, naśladowanie ruchem, czytanie powoli, raczej niskim głosem…

- ostrożne i z wyczuciem akcentowanie fragmentów nasyconych elementami niepokoju
i grozy

- zapewnienie kontaktu wzrokowego małym słuchaczom z czytającym

- po zakończeniu czytania podtrzymywanie wyjątkowej, nastrojowej atmosfery, pozwalając dzieciom pobyć w milczeniu przez chwilę

- wysłuchanie dzieci, które chcą się podzielić wrażeniami z przeczytanego tekstu

- zaproponowanie ekspresji artystycznej wewnętrznych przeżyć słuchaczy: uczuć, skojarzeń, wyobrażeń w postaci np. malowania , rysowania, zorganizowania własnego przedstawienia, zrobienia kukiełek, rekwizytów, strojów do ponownego przeżycia fabuły bajki…

- wielokrotna praca z tą samą baśnią w celu dobrego jej poznania i utrwalenia

**Metody:**

- Weroniki Sherborne

- Rudolfa Labana

- Marii Montessorii

- Karla Orffa

- Trening autogenny Schultza

- Metoda stacyjno-obwodowa

- Gimnastyka logopedyczna / oddechowa

- elementy kinezjologii edukacyjnej

- metoda Marty Bogdanowicz

- Vobel- techniki relaksacyjne

Podstawą doboru wachlarza metod w danej grupie jest dokładna i rzetelna diagnoza potrzeb dzieci (wrzesień). Następnie podejmujemy decyzję, z jakich metod będziemy korzystać; wiąże się to z opracowaniem dla grupy planu rocznego z rozpisaniem na miesiące ( podać, które metody, techniki terapeutyczne będą dominować). Należy umotywować w planie wybór konkretnych metod.

W ramach realizacji projektu powstają **„Baśniowe sale”-** każda grupa wybiera jedną ulubioną baśń do wykonania scenografii w swojej sali, urządzania kącików tematycznych związanych
z wybraną baśnią, wykonywania kukiełek, rekwizytów, strojów, masek, elementów scenografii, do wykorzystania podczas wystawienia przed publicznością swojej baśni pod koniec roku szkolnego.

Rozbudowanie kącika plastycznego (przybory plastyczne) i muzycznego (instrumenty muzyczne konwencjonalne i niekonwencjonalne).Chusta animacyjna w każdej grupie.

**Przykładowy plan wdrażania projektu w grupie**

(każda grupa układa własny roczny plan działań adekwatny do potrzeb i predyspozycji dzieci):

**Wrzesień** - terapia poprzez zabawy inspirowane muzyką klasyczną

**Październik** - zabawy z chustą animacyjną

**Listopad** - codzienna gimnastyka logopedyczna

**Grudzień** - zabawy teatralne i pantomimiczne

**Styczeń -** zabawy na śniegu i konkursy sportowe

**Luty-** gimnastyka ( raz w tygodniu) na sali gimnastycznej w strojach, nauka tańców towarzyskich

**Marzec -** stosowanie wielu różnorodnych technik plastycznych w formie relaksu ( muzyka, wyciszenie, śpiew ptaków, opowieść lub przeczytana bajka jako tło dla artystów)

**Kwiecień -** raz w tygodniu zaplanowanie wycieczki - wędrówki tematycznej

**Maj -** zabawy i gry zespołowe/w parach/ z całą grupą w ogrodzie przedszkolnym

**Czerwiec -** prace plastyczne wykonywane w plenerze ( malowanie farbą kamieni, lepienie budowli z piasku, poszukiwanie ciekawych okazów przyrodniczych, odrysowywanie drzew, budynków ołówkiem na kartce- grafika; odkryty ciekawy kamyk, zbieranie patyczków, kwiatów, oglądanie i odrysowywanie owadów, robaków; zabawy z kolorami, wykonywanie własnych latawców, motyli, ważek, samolotów, wiatraczków, puszczanie ich w ogrodzie przedszkolnym.