

Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych
Temat: Mój Kumpelek – lęk przed nowym środowiskiem

Cele:

- eliminowanie lęku przed nowym środowiskiem
- pielęgnowanie przyjaźni
- kształtowanie empatii i współczucia
- rozwój wyobraźni
- podniesienie poczucia własnej wartości

Uczestnicy:

Grupa 8 – 10 – osobowa, dzieci w wieku 6 – 7 lat odczuwające lęk przed nowym otoczeniem.

Czas trwania – 60 minut

Metody i techniki

- głośne czytanie
- technika „Mapa mentalna”
- techniki plastyczne
- dyskusja

Środki:

- tekst bajki terapeutycznej
- karteczki – słoneczko, słoneczko za chmurką, chmurki.

Materiały:

- arkusz papieru
- pisaki
- modelina

Warunki: sala z miejscami do siedzenia w kręgu

Literatura pomocnicza:

1. Bohner Thorsten: Zabawy ułatwiające nawiązywanie kontaktów: dla kreatywnych grup i kółek teatralnych, Kielce: Wydaw. „Jedność”, 2002. ISBN 83-7224-457-X.
2. Borecka Irena i in.: Drama i arteterapia w szkole: programy i scenariusze zajęć. Wałbrzych: Wydaw. PWSZ im. Angelusa Silesiusa, 2005. ISBN 83-88425-76-5.
3. Grupa bawi się i pracuje: zbiór grupowych gier i ćwiczeń psychologicznych. Oprac. Małgorzata Jachimska, [Cz. 1]. Wałbrzych: Oficyna Wydaw. UNUS, 1994. ISBN 83-900291-3-1.
4. Portmann Rosemarie: Gry i zabawy kształtujące pewność siebie. Kielce: Wydaw. „Jedność”, 2001. ISBN 83-7224-307-7.

Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych
Temat: Mój Kumpelek – lęk przed nowym środowiskiem

5. Radoła Halina: Czarnulek. W: Bajki terapeutyczne: prace uczestników warsztatów prowadzonych przez Genowefę Surniak w dniach 8 i 15 listopada 2004 roku w Wojewódzkiej Bibliotece Publicznej i Centrum Animacji kultury w Poznaniu. Poznań: Wojewódzka Biblioteka Publiczna i Centrum Animacji Kultury, 2004. ISBN 83-87816-61-2. s. 16 – 20.

Przebieg zajęć

Zabawy wprowadzające:

1. „Nić porozumienia”

Dzieci siedzą w kręgu. Prowadzący rzuca kłębek wełny do wybranej osoby podając swoje imię i to, co lubi... Uczestnicy za przykładem prowadzącego kontynuują zabawę. Gdy każde dziecko trzyma w ręku nitkę włóczki, odplątujemy się tzn. ostatni uczeń odrzuca włóczkę do przedostatniego i mówi, od kogo dostał kłębek i co ta osoba lubi. Tak wszyscy po kolei przekazują sobie kłębek, związując go, aż dojdzie do prowadzącego.¹

2. „Zamiana miejsc”

Dzieci siedzą przy stolikach. Każdemu z tych stolików przyznajemy nazwę zwierząt – np. pies, kot, lis itp. Osoby siedzące przy danym stole otrzymują numerki, od jednego do cyfry odpowiadającej ilości dzieci przy stole. Dowolne dziecko rozpoczyna zabawę np.: „Zamieniam się miejscami z numerem 2 ze stołu kota”. W taki sposób zabawa toczy się dalej, aż wszyscy będą siedzieli przy zupełnie innym stoliku niż na początku.

Część zasadnicza

1. Technika „Mapa mentalna” – na dużym arkuszu, pośrodku wpisujemy – „Czego boję się w nowym miejscu?” Dzieci wymieniają obawy a prowadzący wypisuje je na arkuszu.
2. Pogadanka na temat odczuć, jakie towarzyszą dzieciom w nowym otoczeniu np.:
 - Co myślicie na temat nowego miejsca?
 - Jakie myśli, jakie odczucia wam się pojawiają w związku z tym?
 - Czy lubicie nowe miejsca?
 - A jeśli nie, to dlaczego?
3. A teraz posłuchajcie historii Jagódki.... – odczytanie bajki Haliny Radoły – Czarnulek.
4. Pytania do tekstu:
 - Jak miała na imię najlepsza przyjaciółka Jagódki?
 - Co stało się pewnego dnia po powrocie z pracy tatusia Jagódki?

¹ I. Borecka i in., Drama i arteterapia w szkole: programy i scenariusze, Wałbrzych 2005, s. 170

Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych
Temat: Mój Kumpelek – lęk przed nowym środowiskiem

- Jak zareagowała na te wiadomość dziewczynka?
 - Co podarowała Kasia swojej przyjaciółce na pożegnanie?
 - O co poprosił Czarnulek Jagódkę?
 - Co pewnego ranka stało się z Asią?
 - Komu i dlaczego Jagódka podarowała swojego Czarnulka?
5. Czy wy też chcielibyście mieć takiego małego przyjaciela – kumpelka? Jak go sobie wyobrażacie? A może spróbujecie ulepić go z modeliny? (dzieci lepią wymyślone przez siebie stworki).
 6. Prosimy dzieci, aby nadały imię ulepionemu przez siebie kumpelkowi.
 7. Dzieci siedząc w kręgu prezentują swoje stworki i ich imiona.
 8. Dyskusja nt. „Czy znacie jakieś dziecko, któremu wasz kumpelek byłby bardziej potrzebny niż wam? Opowiedzcie o tym.

Rundka na zakończenie

Dokończcie zdanie - „Mój nowy przyjaciel pomoże mi, gdy...”

Ewaluacja

Dzieci wybierają karteczki - słońeczko, słońeczko za chmurką lub chmurki.

Halina Radola

Czarnulek

W małej wiosce u podnóża gór, w ślicznym niewielkim drewnianym domu mieszkała Jagódka wraz z rodzicami. Chodziła do pierwszej klasy i miała kilka koleżanek, z którymi często się bawiła. Najlepszą z nich była Kasia, mieszkająca tuż obok, z którą były prawie nierozłączne.

Dziewczynka bardzo lubiła ogródek, w którym mamusia siała rozmaite kwiatki i sadziła warzywa, a także łąkę za domem, nad którą fruwały różnobarwne motyle i ptaki. Nie było tu hałasu, samochodów i tłumu śpieszących się ludzi. Wszyscy znali i lubili Jagódkę, a i ona zawsze uśmiechała się i witała sąsiadów. Żyło się tu miło i spokojnie.

Pewnego dnia tatuś Jagódki wrócił do domu i oznajmił, że wkrótce muszą przeprowadzić się do dużego miasta, bo dostał tam dobrą pracę. Córeczka była przerażona. Jak to? Ma zostawić dom, szkołę, koleżanki, które знаła? Przecież w mieście jest strasznie!!! Na pewno od razu zgubi się na ulicy! Nie będzie miała przyjaciół, a obce dzieci będą się z niej śmiały.

Wakacje nie były już tak radosne, nawet słońce i piękna pogoda nie cieszyły. Gdy zbliżał się dzień przeprowadzki Jagódka stawała się coraz bardziej niespokojna. Często budziła się w nocy i płakała. Wtedy marna przytulała ją i tłumaczyła, że wszystko na pewno będzie dobrze. Będą mieli piękne mieszkanie w centrum miasta, dostanie własny pokój, będą chodzić do kina, teatru, ogrodu zoologicznego.

Mówiła:

- Córeczko, poznasz sympatyczne i miłe koleżanki w nowej szkole.

Jednak dziewczynka nie chciała w to uwierzyć, straciła apetyt, schudła i ze strachem myślała o nowym życiu.



Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych
Temat: Mój Kumpelek – lęk przed nowym środowiskiem

W końcu nadszedł ten straszny dzień, kiedy trzeba było odjeżdżać. Przed dom zajechała ciężarówka. Załadowano cały dobytek. Rodzina pożegnała się serdecznie z sąsiadami, obiecując, że będą dzwonić, pisać i przyjeżdżać na wakacje. Wszyscy życzyli im powodzenia.

Do Jagódki podeszła jej przyjaciółka Kasia. Obie dziewczynki płakały, bo wiedziały, że tak prędko się nie zobaczą. Żal im było wspólnie spędzanych dni, zabaw na łące, powrotów ze szkoły i wypraw do pobliskiego lasu.

Jagódka po raz ostatni uścisnęła Kasię, a ta powiedziała:

- Mam coś dla ciebie. Proszę - i podała jej niewielką maskotkę – ślicznego czarnego pieska. - Kiedy będzie ci smutno i źle w nowym miejscu, kiedy będziesz tęskniła, to patrząc na niego pomyślisz o mnie. Niech to będzie twój nowy przyjaciel.

Dziewczynka spojrzała na pieska, przytuliła go i wykrzyknęła z zachwytem:

- Jaki on śliczny!!! Nazwę go Czarnulek! Dziękuję ci, Kasiu. Zawsze bawiąc się z nim będę myślała o tobie. Ciebie jednak nikt mi nie zastąpi...

W końcu trzeba było się rozstać. Samochód odjechał, pozostawiając w oddali góry, wioskę, las i łąkę.

Po kilku godzinach Jagódka z rodzicami znalazła się w mieście. Już tramwaje, zmieniające się światła i klaksony pędzących samochodów bardzo ją przstraszyły. Pomyślała, że na pewno będzie miała problemy z trafieniem do szkoły. Wszyscy dookoła gdzieś się śpieszyli, nie było kwiatów, drzew i ławeczki przed domem. Zamiast tego ujrzała wielki szary blok, a do mieszkania trzeba było jechać windą na jedenaste piętro. Nikt nikogo nie witał, nie uśmiechał się, sąsiedzi nawet się nie znali. Stwierdziła, że życie w mieście musi być bardzo smutne. Ludzie z góry wyglądali jak mrówki, które dokądś pędzą, byli zajęci własnymi sprawami.

Mieszkanie było jasne, piękne i duże. Dziewczynka dostała własny pokój z kolorowymi zasłonkami i ładnymi mebelkami, na których od razu poustawiała swoje zabawki i książki. Mimo to czuła się w nim obco. Brakowało jej Kasi i innych koleżanek. Mamusia i tatuś byli pochłonięci układaniem rzeczy na nowych miejscach. Usiadła więc na łóżku i rozplakała się z tęsknoty za dawnym życiem.

Nagle poczuła, że w kieszeni jej zielonej bluzy coś się poruszyło. Włożyła tam rękę i wyciągnęła pieska. Patrzył na nią bystro swymi czarnymi błyszczącymi oczkami. Wyglądał, jakby się uśmiechał. Kiedy go przytuliła, polizał ją po twarzy i szepnął:

- Nie martw się, Jagódko, nie jesteś sama, masz przecież mnie. Obiecałem Kasi, że będę twym przyjacielem.

- To ty potrafisz mówić? - zdziwiła się dziewczynka i z wrażenia aż przestała płakać.

Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych
Temat: Mój Kumpelek – lęk przed nowym środowiskiem

Oczywiście, ale nie mów o tym dorosłym, bo i tak nie uwierzą. Już zapomnieli, że kiedyś byli mali. Będę z tobą zawsze, gdy będziesz mnie potrzebowała, gdy będzie ci smutno i źle, dopóki nie znajdziesz sobie nowych przyjaciół. Obiecuj mi jednak, że jeżeli spotkasz kogoś, komu będzie jeszcze gorzej, podarujesz mnie tej osobie.

– Niech tak będzie – odparła Jagódka ciesząc się, że ma kogoś, z kim może się pobawić i porozmawiać. Nawet pokoik wydał się jej przytulniejszy i życie w mieście już nie takie straszne.

Przez kilka kolejnych dni dziewczynka bawiła się z Czarnulkiem. Zabierała go ze sobą wszędzie, kiedy z mamą zwiedzały zoo, parki, zabytki, muzea, a nawet szły na zakupy. Czuła się pewniej, gdy wiercił się w jej kieszeni. Przy obcych ludziach był tylko nieruchomą maskotką, wprowadzie śliczną, ale jedną z wielu. Dla niej stał się kimś więcej - prawdziwym i jedynym przyjacielem. Czasem wieczorami leżąc w łóżku rozmawiali o Kasi, o wsi i łąkach u podnóża gór.

Nastąpił wreszcie koniec wakacji i trzeba było pójść do nowej szkoły. Mama zawiozła tam dziewczynkę i zostawiła pod opieką pani. Żadne z dzieci nie podeszło do niej. Wszyscy już się znali, witali, opowiadali o wakacjach. Chłopcy pokazywali sobie kolekcje pięknych kamieni, które przywieźli z nad morza, chwalili się nowymi zdobyczami. Dziewczynki szeptały w kącie cichutko chichocząc i pokazując ją palcami. W końcu zabrzmiał dzwonek na lekcję i uczniowie weszli do klasy. Nauczycielka powiedziała:

- Dzieci, mamy nową koleżankę. Ma na imię Jagódka i przyjechała do nas z daleka. Bądźcie dla niej mili.

Jagódka zarumieniła się ze wstydu, bo wszyscy patrzyli na nią, ale nagle poczuła, że Czarnulek kręci się w jej kieszeni. To dodało jej trochę odwagi. Zajęła wskazane przez panią miejsce, niestety obok nikt nie siedział. Okazało się, że zwykle siedzi tam Asia, ale często choruje i nie ma jej w szkole.

Lekcja potoczyła się dalej, wszyscy opowiadali wrażenia z wakacji, lecz ona nie mogła się skupić. Tak minęło kilka godzin i dziewczynka z ulgą wróciła do domu. Na pytania rodziców o nowe koleżanki, coś tam mruknęła i zamknęła się z Czarnulkiem w swoim pokoju. Tylko z nim czuła się bezpiecznie.

Minęło kilka dni i Jagódka powoli przyzwyczajała się do życia w mieście, do nowej szkoły, poznała imiona koleżanek i kolegów z klasy. Pewnego ranka zobaczyła, że miejsce w ławce obok niej jest zajęte. Siedziała na nim mała, szczupła dziewczynka.

- Mam na imię Asia - powiedziała. - A ty?
 - Ja jestem Jagódka i przyjechałam tu z daleka.
 - A gdzie przedtem mieszkałaś?
 - Na wsi u podnóża gór. Jak tam było pięknie - rozmarzyła się dziewczynka.
- Nigdy nie byłam w górach, opowiesz mi o nich? - spytała z zaciekawieniem Asia.

Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych
Temat: Mój Kumpelek – lęk przed nowym środowiskiem

– Oczywiście, kiedy tylko zechcesz - szepnęła szybko Jagódka, bo już zaczynała się lekcja. Podczas przerwy Asia i Jagódka poznały się trochę lepiej i stwierdziły, że świetnie im się ze sobą rozmawia. Trzymały się razem już do końca lekcji i wspólnie wyszły ze szkoły.

Dziewczynki zaprzyjaźniły się i zaczęły się wzajemnie odwiedzać. Okazało się, że mieszkają w sąsiednich blokach, dlatego zawsze razem wracały do domu. Niestety Asia często chorowała i opuszczała zajęcia, toteż nie miała przyjaciół. Opowiadały jedna o zastrzykach i pobytach w szpitalu, druga - o górach, Kasi i dawnym życiu na wsi. Częstoowały się kanapkami, słodyczami i wymieniały ciekawymi lekturami, ponieważ obie bardzo lubiły czytać.

Upłynęło kilka dni. Jagódka postanowiła pokazać Asi Czarnulka. Zaprosiła ją do siebie i z tajemniczą miną wyjęła maskotkę z kieszeni. Na jej widok przyjaciółka aż klasnęła w ręce.

– Jejku, jaki on śliczny! Mogę go potrzymać? - spytała.

– Jasne - odparła dziewczynka. - A wiesz, że on mówi?

– Naprawdę? - zdumiała się Aśka.

– Oczywiście, że mówię - wtrącił się piesek i mrugnął do niej roześmianym, błyszczącym oczkiem. — Jestem wielkim gadułą! Tylko mi nie przerywaj!

Rzeczywiście, kiedy zaczął mówić, trudno było wtrącić jakieś słowo. Opowiadał i opowiadał, żartując przy tym i robiąc zabawne miny, a dziewczynki śmiały się serdecznie i tak głośno, że aż mama kilka razy zaglądała do pokoju. Już dawno tak dobrze się nie czuły.

Odtąd Czarnulek rozmawiał z obiema przyjaciółkami. Był przy tym bardzo wesoły. Te pogawędki i zabawy stały się dla nich bardzo ważne. Pomagały im przetrwać trudne chwile i zapomnieć o drobnych przykrościach i niepowodzeniach w szkole. Jagódka mając Czarnulka nie czuła się samotna w obcym mieście. Często odwiedzała koleżankę po lekcjach i bawiły się z pieskiem. Była znacznie weselsza i odważniejsza niż kiedyś. Inne dzieci też ją polubiły i już się z niej nie śmiały. Zapraszały ją nieraz do swoich domów i przedstawiały rodzicom oraz rodzeństwu. Lecz nikt nie był dla niej tak ważny jak Asia.

Pewnego ranka miejsce w szkolnej ławce obok Jagódki było puste. Okazało się, że Asia znowu jest w szpitalu i nieprędko z niego wyjdzie. Tak powiedziała dzieciom pani. Odwiedzwszy ją po lekcjach Jagódka z przerażeniem spostrzegła, że koleżanka była bardzo blada i smutno się uśmiecha. Do ręki miała podłączoną kroplówkę, z której kapał jakiś płyn.

- Wiesz, nie będę mogła na razie chodzić do szkoły - szepnęła. – Najgorsze jest to, że nie mam tu z kim porozmawiać, nudzę się i jest mi źle. Pielęgniarki są

Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych
Temat: Mój Kumpelek – lęk przed nowym środowiskiem

miłe, ale bardzo zajęte. Nie mają dla mnie czasu. Dają mi tylko zastrzyki i odchodzą. Pan doktor zagląda jedynie rano. Mamusia też pracuje i może przychodzić dopiero wieczorem, a tatuś jest w dalekiej podróży. Leżę tu sama i bardzo tęsknię za Tobą i za innymi koleżankami ze szkoły. Brak mi naszych wesołych zabaw. Czasami trochę poczytam, ale taktu cicho i pusto... Patrzę przez okno i widzę piękny jesienny park, w którym spacerują staruszkowie i bawią się małe dzieci, zbierając kasztany. Kiedy ja będę mogła iść na spacer po tych złotych szeleszczących pod nogami liściach?

W tym momencie Asia zaczęła cicho płakać, Jagódka też posmutniała i łzy pojawiły się w jej oczach. Usiadła na łóżku przyjaciółki, objęła ją i wtedy przypomniała sobie słowa Czarnulka: „Będę z Tobą zawsze, kiedy ci będzie źle i smutno, ale jeżeli spotkasz kogoś, komu będzie jeszcze gorzej, podaruj mnie tej osobie.”

Już wiedziała, co ma zrobić. Wyjęła maskotkę z kieszeni, spojrzała w jej błyszczące oczka, przytuliła i położyła na łóżku chorej koleżanki.

- On jest teraz twój - powiedziała. - Potrzebujesz go bardziej niż ja. Mnie już pomógł znaleźć przyjaciółkę.

Źródło: Radoła Halina: Czarnulek. W: Bajki terapeutyczne: prace uczestników warsztatów prowadzonych przez Genowefę Surniak w dniach 8 i 15 listopada 2004 roku w Wojewódzkiej Bibliotece Publicznej i Centrum Animacji kultury w Poznaniu. Poznań: Wojewódzka Biblioteka Publiczna i Centrum Animacji Kultury, 2004, s. 16-20.