

## **Bajkoterapia**

Jedną z propozycji pracy terapeutycznej z dziećmi w wieku przedszkolnym w trudnych czasach izolacji i powrotu do placówek oświatowych po lockdownie wydaje się możliwość skorzystania z bajkoterapii. Proponuję poznać jej siłę. Forum Media Polska przygotowała bezpłatny e-book „Bajkoterapia, czyli jak wykorzystać bajkę w pracy z dzieckiem w wieku przedszkolnym”. W nim można przekonać się o mocy terapeutycznej bajek. Proponowany e-book jest to zbiór materiałów poruszających tematykę terapii lęków, pracy z trudnymi emocjami u przedszkolaków za pomocą bajek terapeutycznych. Warto sprawdzić, jak można wykorzystać bajkę w pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym. Współczesne dzieci zmagają się z rzeczywistością przepełnioną lękiem, niepokojem o zdrowie i życie, hałasem i wszechobecnym pośpiechem. Radzenie sobie z trudnymi emocjami to dla przedszkolaków duże wyzwanie. Zadaniem bajki jest redukcja różnego rodzaju niepokoju i napięć poprzez właściwe stymulowanie wyobraźni oraz rozwijanie uważności dzieci. Jest nim również dawanie nadziei (większość bajek kończy się przecież sformułowaniem „I żyli długo i szczęśliwie”) oraz motywowanie do działania. Bajkoterapia jest fantastycznym sposobem na rozwijanie u najmłodszych umiejętności relaksacji oraz pokonywania lęków. Do każdego artykułu opracowanego przez dr Monikę Litwinow zamieszczonego w e-booku „Bajkoterapia, czyli jak wykorzystać bajkę w pracy z dzieckiem w wieku przedszkolnym” dołączony jest przykład bajki terapeutycznej, komentarz oraz przykładowy scenariusz z pytaniami lub tematami rozmów, które warto przeprowadzić na zajęciach z dziećmi.

Bezpłatny e-book można pobrać. Aby pobrać materiały przygotowane i proponowane przez Forum Media Polska prosimy skopiować link:

<https://ld.forum-media.pl/orders/verification/286825/60905de0d91b3>

i otworzyć go w przeglądarce.

Mam nadzieję, że porcja fachowej wiedzy i ww. materiały proponowane przez Forum Media Polska pomogą w pracy z dziećmi w trudnym czasie powrotu do placówek oświatowych po izolacji.

Oprac. Joanna Nowak – psycholog