

Załącznik nr 1

do Regulaminu Rodzinnego Konkursu
Literackiego na napisanie bajki terapeutycznej
„Bajka na zdrowie”

KRYTERIA BAJKI O CHARAKTERZE TERAPEUTYCZNYM

Bajka terapeutyczna to specjalnie układane opowiadania, tak skonstruowane i napisane, by dziecko odnalazło w nich część siebie, swoich uczuć, emocji, konkretnych problemów, z którymi się boryka. Czytelnicy bajek terapeutycznych mogą utożsamić się z bohaterem i przeżyć z nim daną historię, pozostając w bezpiecznym miejscu (w ramionach mamy lub taty). Pozwalają zrozumieć dzieciom, że ich problemy nie są odosobnione, że inne dzieci (w ich lub zbliżonym wieku) odczuwają takie same troski, rozterki, emocje. Bajki wspierają, pokazując dziecku, że emocje strachu, złości, smutku, zazdrości, wstydu, są czymś normalnym, bliskie każdemu człowiekowi. Bajki dają poczucie bezpieczeństwa, zawierają wiele wskazówek pomocnych w poradzeniu sobie z problemem, które są propozycją, prezentacją sposobu jego rozwiązania przez dziecko. Bajka terapeutyczna buduje wiarę w siebie, we własne możliwości w przezwyciężeniu trudności. Daje jasny przekaz: „Z każdego kłopotu jest wyjście. Można sobie poradzić. Dasz sobie radę. Bądź odważny, działaj”. Celem bajek terapeutycznych jest:

- obniżenie napięcia emocjonalnego,
- pomoc w rozwiązywaniu problemów,
- oswojenie lęków,
- uwrażliwienie na trudności innych,
- wzmocnienie poczucia własnej wartości.

Kryteria bajek o charakterze terapeutycznym:

1. Odbiorca - skierowana do dzieci wieku przedszkolnych i szkolnym.
2. Temat - przedstawia w sposób metaforyczny sytuację trudną, problem mój, mojej rodziny, kolegów, konflikt;
3. Główny bohater – dziecko lub zwierzątko, z którym czytelnik się utożsamia;
4. Bohater radzi sobie z sytuacją trudną przy pomocy innych postaci bajkowych, które pomagają mu też zrozumieć problem.
5. Bohater rozwiązuje problem poprzez zmianę sposobu myślenia, odczuwania, aktywną postawę. Działania bohatera prowadzą do sukcesu.
6. Bohaterowie bajki wyrażają swoje emocje, nazywając je.

7. Inne wprowadzone postacie – pomagają wyrazić uczucia, uczą skutecznych sposobów zachowań, umożliwiają głównemu bohaterowi osiągnięcie sukcesu, uczą pozytywnego myślenia w sytuacjach trudnych;
8. Tło bajki – bajka rozgrywa się w miejscach znanych dziecku. Miejsca te są tak przedstawione, że wywołują u postaci bajkowych pogodny nastrój. Akcja bajki toczy się wspólnie.
9. Morał – bajka terapeutyczna nie ma morału;
10. Zakończenie bajki powinno być pozytywne.
11. W bajkach terapeutycznych bohater nie może używać magii (np. Czarodziejskiej różdżki, czapki niewidki, zaklętego ołówka, latającego dywanu, magicznego płynu) do rozwiązywania swoich problemów.