

## Személyiségfejlesztő bábfoglalkozás

Mese-, játékterápiás elemeket is ötvöző bábterápiás foglalkozás 4-7 éves kisgyermek részére

Előfordul, hogy óvodás gyermekünk egyik napról a másikra megváltozik, érzékenyebb lesz, egyre inkább szorong, retteg addig jól ismert és elfogadott dolgoktól, helyzetektől, emberektől. Felriad éjszaka, esetleg már kialakult szobatisztaság után elkezd újra bepisilni éjjelente. Általában a legtöbb kisgyerek szorong, fél valamitől. Ez az egészséges fejlődés része. Ha ez a nyugtalanság, kétségbeesés nagyobb mértéket ölt, negatívan hat ki kisgyermekünk személyiségfejlődésére. Gyermekkori szorongásait a gyermek továbbviszi felnőttkorába is, ebből alakulhatnak ki később a gátlások, komplexusok.

A kisgyermek nem mindig tudja szavakba önteni félelmeit &ndash; egyrészt még nem rendelkezik olyan szókinccsel, amely pontosan megszemélyesítené, lefestené problémáit, másrészt ezek a félelmek néha számára is olyan elfogadhatatlanok, hogy szinte fél őket a száján kiejteni. A játék a gyermekek önkifejezési formája, konfliktuskezelő, feldolgozó formája.

A bábterápia azért az egyik legjobb módszer a szorongás-oldásra, mert:

- egyrészt személytelen &ndash; nem a gyermek, hanem a báb beszél, viselkedik, ő játssza el a történetet &ndash;
- a báb megtehet olyan dolgokat is, ami a gyermek nem,
- a bábot fel lehet ruházni mesebeli tulajdonságokkal,
- a gyerek kivetítheti rá feszültségeit, általa a gyermek levezetheti agresszivitását

Ezen felül a bábjáték nem csak a fent említett gondok orvoslásaként szolgál, de szorongás-oldó, felszabadító hatása mellett egy igen nagy élményt nyújt minden kisgyereknek, fejleszti a kreativitást, a szókinccset, a gondolkodást, a problémamegoldó képességeket &ndash; ezenkívül megteremt a gyermek személyiségében az empátia alapkövét.

Egy-egy bábterápiás foglalkozásnak nagyon nagy a katarzisz-jellege &ndash; az óvodás megtanulja, hogy a felgyülemlett feszültségektől szocializált módon is meg lehet szabadulni.

A foglalkozás időtartama alkalmanként 45 perc, 6-12 fős csoportokban, a találkozások gyakorisága hetente egyszeri.

Egy foglalkozás rendszerint tartalmaz:

- személyiség-, önértékelés-fejlesztő játékokat
- kommunikáció-fejlesztő szituációs játékokat
- szókincs-fejlesztő játékokat
- konfliktus-kezelést

Természetesen mindezt játékos formában, a gyermek életkori, fejlettségi sajátosságait figyelembe véve, a játékbábuk segítségével történik, hangulatos, oldott környezetben.

Minden lejárt bérlet után a szülők egy írásos véleményt kapnak a kisgyermekük fejlődéséről, miszerint melyek voltak a tapasztalatok vele kapcsolatosan a foglalkozások alkalmával, milyen eredményeket ért el, milyen csoportbeli kapcsolatokat alakított ki, illetve melyek azok a területek, ahol még fejlesztést igényel.

Kiknek ajánlott?

Minden kisgyermeknek, aki szeret játszani, ezenfelül pedig különösen segít azokon a kicsiken, akik:

- zárkózottabbak
- szoronganak
- kissé feszültek, túlságosan érzékenyek
- letargikusak, szomorkásak
- nehezen szokják meg az óvodát
- nehezen barátkoznak

Foglalkozásvezető: Andree Tünde pszichológus (06 30 857-4958)