

Autorski scenariusz działań w oparciu o książkę

TKACZKA CHMUR

(tekst: Katarzyna Jackowska-Enemuo; ilustracje: Marianna Sztyma;
Wydawnictwo Albus 2021)

Temat choroby, straty i śmierci jest nadal jeszcze społecznie i kulturowo słabo oswojony i wiele osób się go obawia. Obawiają się go zarówno pedagodzy, jak i rodzice. To zupełnie naturalne.

Często czujemy, że brakuje nam przygotowania, narzędzi, wiedzy.

Dlatego poniższy scenariusz dotyczy nieco innych kwestii. Dotyczy naszych zasobów, skarbów, które mamy w sobie, albo wokół siebie, na wyciągnięcie ręki. Takich, które mogą nam pomóc przejść przez najtrudniejsze sytuacje. A także rozwijania empatii i wrażliwości na .

Te zajęcia każda z osób prowadzących może dostosować do odpowiedniej grupy wiekowej. Dobrze, żeby była to grupa niezbyt duża - 10-15 osób, jeśli dzieci się nie znają nawzajem. Ale może to też być klasa szkolna.

Dobrym wstępem do zajęć jest przeczytanie baśni na głos (to zajmuje około 25-30 minut).

Przestrzeń i materiały:

- piękne jabłka (tyle, ilu jest uczestników)
- duże płachty papieru i kolorowe markery
- kartki papieru a4 (najlepiej brudnopisowe, bo będziemy je miąć)
- telefon połączony z głośnikiem lub jakiś inny sprzęt do puszczenia muzyki - i przygotowany jeden utwór, coś, co się nadaje do wariackiego tańca.

WPROWADZENIE

Uczestnicy siedzą w kręgu. Prowadzimy dwie rundy pytań:

- o to, co uczestnikom najbardziej utkwiło w głowie, co im się najbardziej podobało, co zapamiętali i czy mają jakieś pytania, czy może coś jest dla nich niejasne.
- o to, przez co wędrował Braciszek, żeby zdobyć złote jabłuszko (Rzeka Smutku, Wściekły Las, Otchłań Rozpacz/Beznadziei).
- prowadząca/y opowiada troszkę o emocjach - o tym, że są różne, nie wszystkie są łatwe, ale żadne nie są złe, wszystkie po prostu są.
- pyta dzieci, jakie znają trudne emocje, te nieprzyjemne (smutek, wściekłość, bezradność, wstyd, strach etc.).

ZABAWA W EMOCJE

Ta zabawa pozwala się dzieciom trochę poruszać po długim siedzeniu. Uczestnicy wstają.

Prowadząca/y mówi o tym, że emocje czujemy w ciele: w rękach, nogach, brzuchu, głowie...

A potem po kolei je wprowadza (tu można wybrać dowolne trzy lub cztery, zależnie od sytuacji).

Zadaniem uczestników jest spróbować pokazać każdą z emocji po kolei - za pomocą postawy ciała, mimiki, gestów, ruchu i dźwięków. Dobrze to najpierw zrobić wspólnie (wszyscy uczestnicy chodzą po sali przedstawiając to, jaka jest i w jaki sposób porusza się konkretna emocja), a potem ewentualnie w formie kalamburów (jedna osoba przedstawia jakąś emocję, a inne zgadują).

Na sam koniec podskakujemy i się "otrząsamy", zrzucamy te emocje z siebie. Albo na sam koniec wszyscy pokazują jaka jest radość.

RÓŻNI, ALE PODOBNI

Wracamy do kręgu i do opowieści. Do rzeki, lasu i otchłani, przez które musiał przejść Braciszek - w trzech rundach podzielimy się tym, co każdemu z nas pomaga w danych sytuacjach. Na trzech płachtach papieru piszemy tytuły: smutek, gniew, rozpacz/beznadzieja.

Prowadząca/y przypomina uczestnikom Rzekę Smutku, Wściekły las i Otchłań Rozpacz, a potem prosi ich o to, żeby każdy powiedział dwie rzeczy: co mu pomaga/czego potrzebuje i czego absolutnie nie chce/nie lubi/nie życzy sobie kiedy:

- jest bardzo smutny
- jest wściekły
- czuje się bez sensu i beznadziejnie

Wszystkie odpowiedzi zapisujemy na płachtach z poszczególnymi emocjami. To, czego nam potrzeba w jednej kolumnie (najlepiej zielonym markerem), to czego nie chcemy - w drugiej (czerwonym markerem).

Podsumowanie ćwiczenia: spójrzmy, jaka to jest różnorodność! Jakie wspaniałe bogactwo! Bywa, że potrzebujemy tego samego, bywa, że zupełnie różnych rzeczy. Ale wszystkie one są bardzo proste.

DARY OD ZÓRZ

Prowadzący: Kiedy rodzi się dziecko, przychodzą trzy zorze i każdemu dziecku dają jakiś szczególny dar.

- Jakie wy macie dary, co umiecie świetnie robić? Dzieci dzielą się tym, co jest ich szczególnym darem (tańczenie, śpiewanie, rysowanie, jeżdżenie na rowerze, słuchanie, opowiadanie etc.)
- Prowadzący: siostrzyczka umiała w tkaninę wpleść złotą nić własnego losu. I dlatego mogła pomóc Braciszkowi. Każdy z nas taką złotą nitkę ma i możemy też pomóc sobie nawzajem. Jak?
- Przyglądamy się temu, co mamy zapisane na kartkach z emocjami (smutek, wściekłość, rozpacz/beznadzieja). Pojawia się tam na pewno hasła takie jak przytulanie, rozmowa, słuchanie muzyki, gorąca czekolada, herbata etc.
- sprawdzamy: kto umie zrobić gorącą czekoladę? Kto umie rozmawiać, przytulać, iść na spacer, biegać, tańczyć, krzyczeć, kto koledze potrzyma poduszkę, żeby mógł w nią walić pięściami... Dzieci podnoszą rękę do góry.
- Podsumowanie: i to są właśnie prawdziwe dary. To są rzeczy takie same, jak łódź, chmura pełna deszczu i most. Dlatego możemy sobie nawzajem pomagać. Tu można dzieci nauczyć piosenki Zórz i na początku wspólnie ją zaśpiewać - żeby pamiętały o tym, kiedy będą potrzebować.

PROSTE SPOSOBY

To jest działanie opcjonalne. Właściwie po poprzednim można przejść od razu do zakończenia. Ale - jeśli chcemy i mamy czas, możemy wyposażyć uczestników jeszcze w pewne proste bardzo narzędzia do radzenia sobie.

Prowadząca/y mówi o tym, że czasem, kiedy jest nam bardzo trudno, to potrzebujemy ten trud z siebie wyrzucić. Potrzebujemy krzyczeć, tupać, płakać, w coś uderzyć, coś zniszczyć. Czasem trudno nam oddychać - i potrzebujemy oddychać. Czasem potrzebujemy się ukoić. A czasem zwariować. To teraz właśnie to przećwiczymy, razem.

- każde z dzieci dostaje kartkę papieru. Wyobrażamy sobie/przypominamy wściekłość. I zgniatamy kartki. Wgniatamy naszą złość w papier. Tworzymy w ten sposób papierowe kulki.
- urządzamy wyścigi kulek papieru. W zależności od tego, ile jest uczestników, w wyścigu

mogą brać udział dwie, trzy, cztery lub więcej osób. Kulki ustawiamy na linii startu (na podłodze) i ustalamy linię mety. Uczestnicy kucają (lub kładą się) na podłodze, przy swoich kulkach. Ich zadaniem jest dotoczenie kulki do linii mety wyłącznie za pomocą dmuchania na nią.

- siadamy w kręgu, po turecku. Każde z dzieci kładzie swoją lewą dłoń na prawym ramieniu, a prawą - na żebrach, pod sercem. Zamykamy oczy. Oddychamy i mruczemy jak koty. Prowadzący może powiedzieć, że będzie po cichutku liczyć do stu i kiedy doliczy - da znać, że już można otwierać oczy. Dobrze to robić nie gwałtownie, łagodnie, powoli.
- najbardziej szalony taniec świata - puszcza muzykę i tańczymy.

ZAKOŃCZENIE

Przypominamy o tym, ile mamy różnych sposobów, jakie one są proste. I działają naprawdę. Nie zawsze wszystko jest tak, jakbyśmy sobie życzyli. Nie zawsze jest nam łatwo. I złote jabłuszko nie zawsze działa tak, jakbyśmy się spodziewali. Ale po pierwsze potrzebujemy go i szukanie go zawsze nas uczy ważnych rzeczy. A po drugie przynosi nam zawsze coś dobrego: karmi, wzmacnia i pomaga. Dlatego mamy tu ze sobą pyszne, słodkie jabłka. I teraz możemy je sobie zjeść. Częstujemy się jabłkami i smakujemy, jakie są słodkie i pyszne.

Mam nadzieję, że powyższy scenariusz przyda się w Państwu w pracy. Ja sama w oparciu o tę książkę prowadzę swój warsztat - nieco podobny, ale jednak inny, wykorzystujący zarówno narzędzia związane ze sztuką opowiadania, jak i żywą muzykę. Gdyby byli Państwo zainteresowani, albo mieli jakiegokolwiek pytania, proszę o kontakt:

Katarzyna Jackowska-Enemuo
tel. 513524139
mail: katarzyna.enemuo@gmail.com