

Katowice, 01 kwietnia 2021 r.

DRODZY RODZICE!

Myślę, że tym razem może nam być jeszcze trudniej przeżyć nowe ograniczenia. Jesteśmy bardziej zmęczeni i sfrustrowani. Rozmawiałam od ostatniego lockdownu z wieloma przedszkolakami i ich rodzicami. Tylko trzy dorosłe osoby chwaliły sobie ten czas dodatkowych wakacji, jako coś przyjemnego. Z kolei dzieci łatwo zaakceptowały zamknięcie w domu, bo były bliżej rodziców. Nie łudźmy się, jednak, że ten czas spędzony w gronie najbliższych zaspokoił wszystkie potrzeby dzieci. Niektóre trochę tęskniły za kolegami, dziadkami i podwórkiem, a niektóre tak uciekły w świat wirtualny, że normalne życie przestało je interesować. Jak możemy im pomóc w ten trudny czas?

Dla przedszkolaków nadzieję widzę w bajkach (także: terapeutycznych) i baśniach czytanych przez rodziców przynajmniej przed snem. Jest to idealna okazja do przekazania dzieciom różnych mądrości życiowych, wiedzy o świecie otaczającym oraz do doświadczenia wzajemnej bliskości. Pozwala to dziecku poczuć się bezpiecznie, odprężyć się i lepiej spać. Nie muszę chyba nikogo przekonywać, że takiego kontaktu nie da się zastąpić puszczając dziecku bajkę z telewizora lub komputera.

Przeczytajcie więc dzisiaj (i jutro, i pojutrze itd.) przed snem swojemu dziecku tę krótką bajeczkę, którą wybrałam z myślą o wiosnie dającej nadzieję na więcej słońca i ożywczego, dla natury, deszczu. Miłego czytania i obcowania z własną pociechą!

JAK TO Z DESZCZEM BYŁO

(bajka relaksacyjna dla dzieci, autorstwa Elżbiety Śnieżkowskiej - Bielak)

„Płynęła sobie po niebie chmurka,
śmiały się do niej dzieci z podwórka,
zaszczekał chmurce spod budy Burek,
bo też sympatię żywił dla chmurki.
Chmurka zaś była biała jak mleko,
płynęła sobie po niebie lekko,
ale znad stawu wzniosła się para,
bo słońko wodę ogrzać się stara.
Więc chmurka nagle bardzo przytyła,
trochę ciemniejsza się też zrobiła.
Poszła nad rzekę. I tam paruje!
Już chmurka dobrze tę wilgoć czuje,
Aż nagle spadła z chmurki kropelka-
najpierw malutka, potem niewielka,
a potem spadło kilka kropelek,
za chwilę więcej. Oj! Bardzo wiele!
To już jest taki prawdziwy deszczyk,
co szumi w liściach, w gałęziach trzeszczy.
-Plusk, plusk! - tak pluska. Chlap, chlap! - tak chlapie.
Każdy kto może, parasol łapie!
Dżdży, siąpi, pada, o szyby dzwoni,
po parapetach bębni i goni.
Bęc, bęc! - w parapet, a w dach – bum, bum!
Na liściach klonu zagra – plum, plum!

A gdy się chmurka nacieszy deszczem,
spragniona ziemia prosi o jeszcze!
Piją kropelki kwiatki na łące
i jutro będą bardziej pachnące!
Piją je krzewy, smakują drzewa,
łan zboża pięknie w podzięce śpiewa:
- Szu – szu! - szumiąco dziękuje chmurce,
która stanęła na nieba górze
i deszcz spuściła na suchą ziemię,
na zboże, trawę, las, który drzemie.
Szu – szu – tak szumią deszczu kropelki,
a jest z nich przecież pożytek wielki.
Bo pić już chciały trawy i zioła,
a nawet droga o wodę woła,
bo była sucha i pełna kurzu.
Wody też pragną kaczki na podwórzu
i strumyk, który srebrzyście śpiewa,
i kamień, co słońko ogrzewa.

Aż wreszcie deszczyk zmęczył się srodze,
usnął w kałuży wielkiej przy drodze.
Śpi, ale słońce mu się odwdzięcza -
na niebo wschodzi już barwna tęcza.
Wszystko się złoci albo czerwieni,
niebiesci, żółci, świeżo zieleni.
Na liściach krople grają w kolory,
tak aż do zmierzchu, do cichej pory,
kiedy zasypia świat wykąpany
i szumem deszczu ukołysany.
A rankiem ziemia, słońkiem oświetlana,
dyszy, paruje, znów zasapana.
I znowu para leci do góry.
Czekają na nią małe chmury.
One tę parę ze smakiem piją,
pęcznieją, rosną, wprost w oczach tyją.
I znowu spadnie jedna kropelka,
a potem druga, taka niewielka,
a potem...małych kropelek kilka.
I co? I znowu wystarczy chwilka,
by deszcz na ziemi biegał, buszował,
po liściach skakał i łobuzował.
Tańczył wesoło w mokrych skarpetach
po dachach, szybach i parapetach.
Już śpij, Kochanie, nie martw się deszczem,
znów jutro bajkę dostaniesz jeszcze...”

Pozdrawiam, życzę miłych ŚWIĄT WIELKANOCNYCH:
Bożena Kłek – psycholog

P.S. Tradycyjnie udostępniam mój numer telefonu: 500 041 166, pod którym czuwam codziennie od godz.17- tej do 18 – tej, by móc wesprzeć Was w trudniejszych chwilach.