

„Mesevilág” című meseterápiás csoportfoglalkozás

Mivel a kisgyermek még nem képes megfogalmazni a benne keletkező feszültségeket, szorongásokat és félelmeket, viszont a meséken keresztül közölni tudja ezeket, így célul tűztük ki, hogy a félelmek és traumák sikeres oldására meseterápiás foglalkozást szervezünk. A meseterápia arra épít, hogy minden élethelyzetnek megtalálható a mesebeli párja, s ha ezt megtaláljuk, a mese óriási összerendező, egyensúlyteremtő hatással lesz a gyermekekre. A mesék szimbólumait nem kell a számukra nyilvánvalóvá tenni, hiszen ők még ösztönösen megértik és használják ezeket. A meseterápia és a mesék évszázados bölcsességet hordozó erejét, csodálatos rendteremtő hatását kívántuk felhasználni céljaink elérése érdekében, miáltal kellemes, kötetlen program keretében tapasztalhatták meg a gyerekek a meseélményeket, s vélhetően pozitív irányba formálódott a gyermekek személyisége. A tevékenység a projekt mindkét évében megvalósult. Az 1. csoport fejlesztését 2018.07.01.-2018.08.31. között Egerben, a Dobó tér 6/a. szám alatt, a 2. csoport pedig 2019.06.01.-2019.08.31. között Pétervásárán, az Innovációs Oktatási és Közösségi Központban sikerült megvalósítani. A kiscsoportos formában működő kisiskolás korú zárt csoportok számára alkalmanként 2 órában (2 x 45 perc), összesen 32 órában helyszínenként 8 alkalommal rendeztük meg a foglalkozást. A fejlesztésben, Egerben 10 fő, Pétervásárán 11 fő vett részt.

A program során a meseterápia eszközeivel, a mesékkel, játékokkal, alkotó tevékenységek segítségével sikerült játékosan inspirálni a részt vevő gyerekeket arra, hogy felismerjék magukban a továbblépésre való képességet. Emellett megerősítést kaphattak abban az érzésben, hogy képesek változtatni, hogy az otthonról hozott negatív mintákra, a mesék bölcsességén keresztül pozitív válaszokat tudjanak adni.

A foglalkozások során a terapeuta észrevétlenül érintette és „gyógyította” a gyermekekkel közösen: a szülői támogatás hiányát, a lelki és fizikai értelemben kapott rossz dolgok, haszontalan útravalóktól való megszabadulást, a kilátástalanság, eszköztelenség érzését, a támogató baráti kapcsolatok hiányát, az értéktelenség állapotát. Ennek érdekében a mesék tanúságainak segítségével pozitív tulajdonságokká, támogató üzenetökké segített átfordítani azokat. A terápia elősegítette a gyermekek számára az elfojtott érzelmek felszínre hozását, a lelki gyógyulást. Úgy gondoljuk, hogy a résztvevők a mesék tanúságainak felismerését követően képessé válhatnak a változtatásra, miszerint képesek lehetnek fordítani életükön, mert talán többre hivatottak. A célcsoport „mintázatára” pontos, pozitív úgynevezett ellenválaszként rövid, erős és dinamikus mesék kerültek feldolgozásra, ami könnyen befogadható a meséléshez nem szokott gyerekek számára is. A feladatok a csoporttagok egyéni szintjéhez mérve kerültek meghatározásra. A tevékenység során ezért különböző érdekes és „varázslatos” témát érintettek. Ilyenek voltak például az egri csoport esetében: a mesetérkép készítése, a Tündérposta, a Banya Befőtt, a táltos és a varázstárgy készítés. A mesék általi szorongások oldása mellett természetesen nagy szerepet kapott a varázsamulett készítése is, ami a továbbiakban segítséget nyújt a megszerzett jó tulajdonságok, emlékek megtartásához beépítéséhez. A „Bütyköldé” elnevezésű kézműves foglalkozással a meséhez kapcsolódó önismeret

fejlesztést kívántuk megvalósítani. A nevelőszülőnél élő gyermekeket a csoportvezető Olvasósarok kialakításával motiválta, melynek hosszú távú céljai az olvasóvá nevelés és az olvasási szokások kialakítása voltak.

A pétérvásárai csoport esetében kiemelt szerepet kapott a mesés beszédalkotás, a félelmeket szimbolizáló szörnyrajzok elkészítése, azok „megszelídítése”. Fontos volt feldolgozni a saját erőből való építkezést, illetve erősíteni a saját képességeikben való hitet. A gyerekek mesevárat készítettek, letették egy birodalom építőköveit, melyeket a gyermekek számára fontos érzések, személyek, dolgok alkottak. A mesék általi szorongások oldása mellett nagy hangsúlyt kapott a „saját tudomány” keresése, azaz azok a jó tulajdonságok összegyűjtése, mely a közösség javára is fordítható. Varázslatos álarcok készültek, melyek a hasonlóságok és különbségek felfedezésére szolgáltak. Itt is megvalósult a kézműves foglalkozás, mellyel a meséhez kapcsolódó önismeret fejlesztést kívántuk megvalósítani. A programelem zárásaként házi ünnepséget tartott a csapat, melyen értékelésre kerültek a csoportfoglalkozás eseményei, a gyerekek kreatív tevékenységei, melyet a „játékos hétpróba” és közös meseírás kísért végig. A csoportfoglalkozásokat meseterapeuta tartotta.