Anna Kapusta
Doktorantka
Instytut Socjologii
Wydział Polonistyki Uniwersytetu Jagiellońskiego

Agnieszka Rachwalska
Instytut Psychologii Procesu
Warszawa

Biblioterapeutyczny program eksploracyjny

The Bibliotherapeutical Program of Exploration Locality

Tytuł programu: „Szczęście jest muzyką serca. Trzeba tylko umieć je usłyszeć w sobie, a potem dać je usłyszeć innym". Jakość życia w doświadczeniu dziecka.

Abstrakt:

Biblioterapeutyczny program eksploracyjny zatytułowany *„Szczęście jest muzyką serca. Trzeba tylko umieć je usłyszeć w sobie, a potem dać je usłyszeć innym". Jakość życia w doświadczeniu dziecka* został zrealizowany w dwu, wiejskich gminach Małopolski, Gminie Czernichów i Gminie Piekary. Program dotyczył popularyzacji pojęcia biblioterapii w lokalnych, wiejskich społecznościach. Tworzyły go dwa wydarzenia, dwa warsztaty biblioterapeutyczne przeprowadzone we wsiach Czernichów i Piekary. Warsztaty przeznaczone były dla dzieci w wieku szkolnym, jednak ich odbiorcami stali się także mieszkańcy wsi oraz rodziny i nauczyciele dzieci. W programie wzięły udział także wolontariuszki - seniorki oraz wolontariuszki - licealistki. Autorkami tego programu są Anna Kapusta i Agnieszka Rachwalska, biblioterapeutki-praktyczki.

Słowa kluczowe:

Biblioterapia, program społeczny, dziecko, jakość życia, lokalność

Abstract:

The bibliotherapeutical program of exploration locality entitled *„The hapiness is the music of the heart. We need only to hear them in our heart and then let other hear in their hearts". The quality of life experienced by children* was carried out in two, rural communities in Małopolska region of Poland, in Czernichów Munipalicity and in Piekary Munipalicity near Kraków. The programe concerned of the popularization of the concept of bibliotherapy in local, rural communities. The program was consisted by two events, two bibliotherapeutical workshops, which were conducted in two villages: Czernichów and Piekary. The bibliotherapeutical workshops were dedicated to school-age children, but their customers were rural residents, children's families and children's teachers from villages also. In the program took part two groups of volunteers: the senior volunteers and the young volunteers from high school girls. The program was prepared by Anna Kapusta and Agnieszka Rachwalska, who are bibliotherapists-practices.

Keywords:

Bibliotherapy, social program, child, quality of life, locality

1. Wprowadzenie do tematu

1.1. Biblioterapeutyczny program eksploracyjny

Dlaczego nie wprowadzić pracy biblioterapeutycznej do lokalnej, wiejskiej społeczności? Takie pytanie zadałyśmy sobie, przyglądając się małopolskiej rzeczywistości likwidacji lub zagrożenia likwidacjami wiejskich bibliotek, ciągle słabej świadomości wspierania czytelnictwa wśród dzieci przez ich rodziny w małych, lokalnych, wiejskich ośrodkach, relatywnie słabej współpracy wiejskich szkół z rodzicami uczniów, z organizacjami pozarządowymi i ciągle aktualnego naznaczenia wsi innymi bolączkami, z trudem budowanego w Polsce kapitału społecznego lokalnych wspólnot. W tym niezwykle szerokim, i niemożliwym wręcz do śladowego zdiagnozowania w niniejszym projekcie, kontekście społecznym powstał pomysł na **biblioterapeutyczny program eksploracyjny**. Nadałyśmy mu takie miano, aby uwypuklić jego lokalny i – rzec by można – przygodny, zdarzeniowy charakter. **Eksploracyjny** - oznacza w naszej intencji: rozpoznawczy, diagnostyczny, wstępny. Zaplanowałyśmy, że przeprowadzimy dwa spotkania z biblioterapią w wiejskich szkołach, sąsiadujących z sobą gmin małopolskich i będą to wydarzenia angażujące nie tylko uczniów, ale i ich rodziców (działanie informacyjne), nauczycieli (działanie edukacyjne) oraz szeroko rozumianą lokalną społeczność (działanie promocyjne). A zatem biblioterapeutyczny program eksploracyjny oznacza metodę edukacyjno-promocyjnego wprowadzenia pojęcia biblioterapii do lokalnych, wiejskich społeczności poprzez przeprowadzenie pojedynczych wydarzeń-spotkań biblioterapeutycznych, w naszym projekcie dwu, pojedynczych warsztatów, w dwu sąsiadujących z sobą gminach wiejskich. Takie wydarzenia mają na celu swoiste wszczepienie do lokalnych świadomości zbiorowych funkcjonowania biblioterapii jako metody terapeutycznej pracy z tekstem. Dzięki takim właśnie wydarzeniom lokalna społeczność ma szansę w ogóle usłyszeć o biblioterapii i niejako nabrać apetytu na spotkania biblioterapeutyczne. Zasmakować, aby szukać ponownie tego smaku. W naszym projekcie wybrałyśmy dwie, sąsiadujące z sobą gminy małopolskie: Czernichów i Liszki oraz dwie instytucje szkolne. W Czernichowie była to szkoła Zespół Szkół Rolnicze Centrum Kształcenia Ustawicznego, w Gminie Liszki – Szkoła Podstawowa w Piekarach. Oba wydarzenia włączone zostały w szerszy kontekst tworzenia różnorodnych więzi społecznych, inspirowanych spotkaniami biblioterapeutycznymi. Naszą zasadą kreowania tych wydarzeń stało się programowe angażowanie w ich realizację jak najszerszych środowisk lokalnych otwartych na współpracę z nami w ramach wolontariatu młodzieży (Piekary) i seniorów (Czernichów). Biblioterapeutyczny program eksploracyjny to także bowiem opracowana przez nas metoda aktywizacji lokalnych społeczności do odkrycia na nowo ich własnych potencjałów społecznych pod pretekstem spotkania biblioterapeutycznego, a zarazem promocja społeczna biblioterapii w środowiskach lokalnych. Program został zrealizowany i dzięki temu wzbogacimy go sprawozdaniami z obu spo-

tkań oraz rekomendacjami dla biblioterapeutów zainteresowanych lokalnością jako bogatym środowiskiem dla rozwoju biblioterapii. Eksploracja to rozeznanie i rozpoznanie terenu. Eksploracja odsłania pole dla dalszych, pogłębionych strategii.

1.2. Jakość życia w doświadczeniu dziecka

Pierwsza część tytułu naszego programu brzmi: „Szczęście jest muzyką serca. Trzeba tylko umieć je usłyszeć w sobie, a potem dać je usłyszeć innym". To cytat z opowiadania terapeutyczno-logopedycznego zatytułowanego *Szczęśliwa Żabka*, które przygotowałyśmy wspólnie (opowiadanie napisała Anna Kapusta, a ćwiczenia logopedyczne do niego opracowała Agnieszka Rachwalska)[1] jako podstawę dla naszego programu biblioterapeutycznego. W opowiadaniu tym kwestię cytowaną tytułem wypowiada dorosła bohaterka *Pani Ryba, co Ma Głos* do dziecięcej bohaterki, *Szczęśliwej Żabki*. W fabule opowiadania dorosła bohaterka wspiera realizację marzeń dziecięcej bohaterki i w ten sposób rodzi się nowa jakość życia w doświadczeniu żabiego dziecka. Program biblioterapeutyczny, którego podstawą literacką stała się *Szczęśliwa Żabka* dotyczy więc jakości życia w doświadczeniu dziecka utożsamianej przez nas ze szczęściem. W naszej intencji dziecko z warsztatów biblioterapeutycznych wynieść ma przekonanie, że może ono już od najmłodszych lat brać odpowiedzialność za własne szczęście, czyli swą jakość życia. Może ono – na miarę swoich kompetencji – umieć o siebie dbać. Ustaliłyśmy, iż ważne są dwa komponenty tej dziecięcej **jakości życia**: **1. wsparcie dobrego dorosłego** i do niego dziecko powinno umieć się zwrócić oraz **2. troska o własne marzenia**, czyli świadomość bycia indywidualną, spełnioną jednostką. W ten sposób bilansują się dziecięca zależność od dorosłych i dziecięca niezależność we własnych marzeniach. A zatem jakość życia, a więc szczęście byłoby syntezą więziotwórczego wsparcia dobrego dorosłego i niezawisłego prawa do własnych marzeń. Taki tok myślenia wynika z naszej fabuły terapeutycznej, ale jego korzenie sięgają – w polskim kontekście – szerokiego horyzontu pedagogiki odziedziczonej w dziełach Janusza Korczaka[2]. Najkrócej mówiąc: żywimy przekonanie, że dzieci nie należy infantylizować. Dzieci bowiem w swej dziecięcej zależności nie są własnością dorosłych, lecz powinny one od najmłodszych lat utwierdzane być w ich autonomii, aby budować mogły świadomie przyszły kapitał wysokiej, holistycznej jakości życia, czyli brać odpowiedzialność za własne szczęście, ową „muzykę serca". Odpowiedzialność ta to świadomość wartościowych, wspierających więzi, to „muzyka serca", którą usłyszawszy w sobie można „dać usłyszeć innym". W Polsce problem dobrego dorosłego utożsamiany jest niemalże wyłącz-

[1] Zob. Anna Kapusta, Agnieszka Rachwalska, Szczęśliwa Żabka. *Opowiadanie logopedyczno-terapeutyczne*, „Hejnał Oświatowy", R: 2015, Nr 1(139), s. 24-26.

[2] Zob. *Janusz Korczak. Bibliografia przedmiotowa w wyborze*, oprac. Aleksandra Czajkowska, Konin 2012, ss. 22., [Za:] http://www.pbpkonin.pl/files/korczak_bibliografia_przedmiotowa.pdf, [Dostęp: 11.02.2015., godz. 19.58.]

nie z kontekstem terapeutycznym[3], w naszej zaś intencji dobry dorosły zyskać miał dla dzieci walor dorosłego wspierającego na co dzień, nie tylko w działaniach naprawczych i interwencyjnych, ale właśnie w realizacji marzeń. Holistycznie rozumiana jakość życia dzieci, niestety, nadal w Polsce jest problemem społecznym, który dopiero powoli zyskuje respekt i uwagę ekspertów. Według badań ekspertów Funduszu Narodów Zjednoczonych na Rzecz Dzieci (UNICEF), finalizowanych w 2007 roku, pod względem uogólnionej satysfakcji z jakości życia dzieci Polska (wśród krajów rozwiniętych) znajduje się dopiero na 21 miejscu[4]. Wynik ten powinien motywować nas dorosłych do wytężonej pracy nad poprawą jakości życia dzieci, ich szczęścia jako poczucia spełnienia i satysfakcji. Wszak ze szczęśliwych dzieci wyrastają szczęśliwi i twórczy dorośli. Jakość życia doświadczana jako szczęście jest także fundamentem rozwoju każdego społeczeństwa. Im wcześniej nauczymy więc dzieci dbania o siebie i własną jakość, tym większa szansa na spełnienie. Poczucie wysokiej jakości życia, czyli doświadczanie szczęścia, daje nam nadzieje i siły na rozwój.

2. Założenia programu

2.1. Przeznaczenie

Program przeznaczony jest jednocześnie dla jego **czynnych uczestników, czyli bezpośrednich odbiorców** oraz **biernych, pośrednich**. **Czynnymi uczestnikami** są dzieci w wieku od 5 do 8 lat i takie dzieci właśnie uczestniczyły w naszych warsztatach. Podczas warsztatów w Czernichowie grupa dzieci była zróżnicowana, spośród 6 z nich: 2 chłopców było objętych nauczaniem przedszkolnym (5 lat), zaś 2 było w wieku lat 7, 1 dziewczynka miała 6 lat, a 1 była w wieku lat 7. W Piekarach grupa była jednolita wiekowo, 6 dzieci w wieku lat 8, w tym 1 dziewczynka i 5 chłopców. Do odbiorców **czynnych i bezpośrednich** należały też osoby wspierające przeprowadzenie warsztatów jako wolontariuszki. W Czernichowie były to dwie seniorki w wieku 60 i 70 lat, w Piekarach 3 uczennice w wieku od 15 do 17 lat. Do dalszych **odbiorców pośrednich** zaliczamy też osoby zaangażowane przez nas jako wspierające przedsięwzięcie i objęte naszymi działaniami edukacyjnymi i informacyjnymi, dotyczącymi biblioterapii, w Czernichowie była to 1 nauczycielka Zespołu Szkół Rolnicze Centrum Kształcenia Ustawicznego i 3 mamy dzieci, w Piekarach zaś 2 nauczycielki Liceum Ogólnokształcącego „Radosna Nowina 2000", które opiekowały się wolontariuszkami-uczennicami i 1 nauczycielka Szkoły Podstawowej w Piekarach, opiekująca się dziećmi uczestniczący-

[3] Zob. Bożena Aksamit, *Jeden bliski dorosły*, „Gazeta Wyborcza", Duży format, 28.11.2013., [Za:] http://wyborcza.pl/duzyformat/1,134722,15029262,Jeden_bliski_dorosly.html, [Dostęp: 11.02.2015., godz. 21.05.]

[4] Zob. UNICEF Office of Research (2013), Warunki i akość życia dzieci w krajach rozwiniętych. Analiza porównawcza, Innocenti Report Card 11, UNICEF Office of Research, Florencja, ss. 56., [Za:] file:///C:/Users/Ania/Downloads/Warunki%20i%20jako%C5%9B%C4%87%20%C5%BCycia%20dzieci%20w%20krajach%20rozwini%C4%99tych.pdf, [Dostęp: 11.02.2015., godz. 22.10.]

mi w warsztatach. Rodzice dzieci z Piekar otrzymali także informację o charakterze warsztatów podczas rekrutacji ich dzieci do udziału w nich, a nauczycielka opiekująca się klasą drugą, z której pochodzili ci uczniowie, zobowiązała się do przekazania rodzicom relacji z warsztatów. W Czernichowie w warsztatach uczestniczyły jako obserwatorki, wykonujące z dziećmi ćwiczenia logopedyczne i ruchowe, ich mamy oraz inne słuchaczki studium: Opiekun Medyczny oraz szkoły Policealnej w zawodzie Opiekun Osoby Starszej. Osoby te brały udział w dniu 16. grudnia 2014 roku w prezentacji Anny Kapusty, dotyczącej funkcjonowania biblioterapii. Dzieci uczestniczące w warsztatach były dziećmi słuchaczek tych kierunków i przybyły one na warsztaty wraz z mamami, goszcząc w policealnej szkole dla dorosłych w Czernichowie. Biernymi-pośrednimi odbiorcami naszych wydarzeń biblioterapeutycznych była też szersza, lokalna społeczność wsi gmin Czernichów i Piekary, gdyż relacje z warsztatów opublikowane zostały na publicznych stronach obu szkół[5], a następnie na forach internetowych lokalnych społeczności. Materiały z warsztatów udostępniła też na swojej autorskiej stronie biblioterapeutycznej Anna Kapusta[6]. Wydarzenia te budziły w odbiorze lokalnym wiele pozytywnych emocji. Wiele osób zainteresowało się biblioterapią i chętnie o nią dopytywało.

Program tego typu przeznaczony jest więc dla wielu lokalnych grup odbiorców, zarówno dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym, jak i ich nauczycieli i rodziców, wolontariuszy, ale i osób dorosłych, które z dużym zainteresowaniem czytają o podobnych warsztatach, przekonując się do cennych wartości wynikających z praktykowania biblioterapii. W nasze warsztaty angażowali się pozytywnie, niekiedy bardzo emocjonalnie, czytelnicy relacji internetowych z nich. *Szczęśliwa Żabka* to w gruncie rzeczy tekst dla każdego: i dziecka, i dorosłego. Dzieci odbierają go często i dosłownie, i metaforycznie, a dorośli odkrywają w nim własne, ukryte „wewnętrzne dziecko". W ten sposób rodzi się pozytywna więź biblioterapeutyczna.

2.2. Czas trwania.

Warsztaty w Czernichowie trwały jedną godzinę zegarową, odbyły się w dniu 20. grudnia 2014. roku, od 9.00. do 10.00., natomiast całe spotkanie miało miejsce aż do godziny 12.00. Po warsztatach dzieci rozmawiały z seniorkami, zwiedzały szkołę i ogród przyszkolny. Warsztaty w Piekarach trwały 1,5 godziny zegarowej, odbyły się w dniu 3. lutego 2015. roku, od godziny 13.30. do 15.00. Bezpośrednio po warsztatach dzieci zostały odebrane przez rodziców. Były to dwa, różne, pojedyncze wydarzenia bibliotera-

[5] Zob. Relacje: – Strona Zespołu Szkół Centrum Kształcenia Ustawicznego w Czernichowie: [Za:] http://www.czernichow.edu.pl/viewpage.php?page_id=1138, [Dostęp: 11.02.2015., godz. 22.45.], relację tę zamieściło także Starostwo Powiatowe w Krakowie: [Za:] http://edukacja.powiat.krakow.pl/, [Dostęp: 11.02.2015., godz. 22.46.], - Strona Szkoły Podstawowej w Piekarach: [Za:] http://www.sppiekary.szkolna.net/wydarzenia/news/warsztat-biblioterapeutyczny-w-piekarach, [Dostęp: 11.02.2015., godz. 22.48.]

[6] Zob. Anna Kapusta, *Biblioterapia i tekstoterapia: strona autorska*, [Za:] https://www.facebook.com/pages/Anna-Kapusta-biblioterapia-i-tekstoterapia-strona-autorska/277537065768342?ref=hl, [Dostęp: 11.02.2015., godz. 22.50.]

peutyczne. W obu przypadkach warsztaty poprzedziły jednak działania edukacyjne i informacyjne dotyczące biblioterapii. W Czernichowie mamy dziecięcych uczestników brały udział w prezentacji Anny Kapusty dotyczącej biblioterapii w dniu 16. grudnia 2014. roku, w Piekarach do pracy biblioterapeutycznej przeszkolone zostały przez Annę Kapustę trzy wolontariuszki w dniu 29. stycznia 2015. roku. A zatem nasze wydarzenia biblioterapeutyczne osadzone zostały w szerszym kontekście promocji społecznej idei biblioterapii.

2.3. Częstotliwość spotkań

W naszym przypadku były to dwa, pojedyncze warsztaty-wydarzenia biblioterapeutyczne i dwie, uprzednie akcje szkoleniowe. Uznajemy, że jest to wzorzec dobrej praktyki w tym zakresie w przeprowadzeniu tego typu programu w wiejskiej, lokalnej społeczności.

2.4. Miejsce spotkań

W Czernichowie miejscem spotkania była zabytkowa aula szkoły, wybrana ze względu na jej przestronny charakter i zamierzony akcent na swoistą „gościnność" instytucji dla dzieci, które przybyły do szkoły dla ich mam (szkoła dla dorosłych), w Piekarach była to zaś przytulna klasa szkolna, bowiem dzieci były tu „u siebie". Sugerujemy posługiwanie się tym właśnie kluczem doboru przestrzeni: miejsca „świątecznego", jeśli dzieci przybywają do obiektu nieznanego im wcześniej lub miejsca „oswojonego", jeśli są u siebie, na przykład we własnej szkole. Ważne, żeby była to przestrzeń przestronna, umożliwiająca swobodny ruch dzieci i ekspresyjną prezentację fabuły opowiadania w komfortowych warunkach bez zbędnych ograniczeń.

2.5. Struktura zajęć

Zajęcia przewidziane programem mają charakter jednolity, rozpoczynają się i kończą badaniem nastrojów uczestników (ewaluacja formatywna), wykorzystują tekst literacki, mają część wstępną, zasadniczą i podsumowującą, zawierają zabawy integracyjne i swoiste mikrorytuały tworzenia grupy, przestrzeni bezpiecznych więzi biblioterapeutycznych (formuły słowne prowadzących typu: „przenosimy się do krainy opowieści", „tutaj jesteśmy bezpieczni", „wracamy do naszego życia", „zamykamy opowieść", „podziękujmy sobie za piękną pracę", etc.).

3. Cele programu (główne i szczegółowe)

Głównym celem naszego programu jest wprowadzenie do czynnego słownika dzieci, czyli zaistnienie w świadomości dziecka (na miarę jego możliwości rozwojowych) ważnych i trudnych pojęć: jakości życia, utożsamianej ze szczęściem oraz funkcji

i roli dobrego dorosłego. Te dwa pojęcia, skorelowane ze świadomością indywidualnego prawa dziecka do marzeń i ich realizacji tworzyć mają podwaliny pod budowę postawy odpowiedzialności za siebie w życiu codziennym. To cel główny programu. **Celami szczegółowymi** jest konsekwentne wdrażanie dziecka w pozytywne funkcjonowanie w lokalnych sieciach społecznych, czyli aktywna, świadoma samorealizacja i poszukiwanie najlepszych zasobów dla rozwoju osobistego. Dzieci widząc wolontariuszki, uczennice lub seniorki, wywodzące się z ich lokalnych środowisk uczą się otrzymywać i dawać wsparcie, doświadczają radości współpracy i bycia odpowiedzialnymi. A zatem celem wtórnym wobec wprowadzenia pojęć jakości życia, dobrego dorosłego i odpowiedzialności za marzenia stają się ważne w całej biografii nawyki praktykowania pozytywnych emocji, umiejętności zdrowej, zrównoważonej współpracy, akceptacji, gotowości do pracy na rzecz innych i wyrażania postawy wdzięczności. Dzięki temu realnym jest budowanie społecznego potencjału dziecka. I dzieci takie wartości werbalizowały w toku naszych warsztatów, autentycznie ciesząc się obecnością i pracą biblioterapeutyczną, wykonywaną specjalnie dla nich. Wyrażały także gotowość takiej samej jak wolontariuszki, postawy pracy na rzecz innych ludzi. Potrafiły wyrażać postawę wdzięczności i otwartości na współpracę w rozwoju.

4. Treści

Podczas warsztatów poruszane były tematy dotyczące roli i funkcji dobrego, wspierającego dorosłego, zadań zawodowych i etosu terapeuty, psychologa, logopedy, pedagoga, nauczyciela szkolnego, bliższej i dalszej rodziny oraz przyjaciół. Przedmiotem dyskusji stawała się odpowiedzialność dziecka za siebie, szacunek dla więzi prywatnych i publicznych (wsparcie i jego rola w życiu człowieka), wiara we własne marzenia, odwaga bycia sobą, praca nad sobą, systematyczna korekta wad, umiejętność dostrzegania mocnych i słabych stron własnych i cudzych. Rozmowy dotyczyły także codziennej jakości życia, szczęścia, zadowolenia, rozwoju. Szczególną uwagę poświęcałyśmy również szczegółowemu wyjaśnieniu znaczenia wolontariatu jako nie tylko formy pracy na rzecz innych, ale i kreatora własnego poczucia wartości. Dzieci uczyły się również doceniać własną lokalność, dostrzegać lokalne walory wsi i osób żyjących w małych wspólnotach.

5. Procedury osiągania celów

5.1. Metody

1. Metoda podająca: słuchanie czytanego tekstu - słuchanie przez dziecko opowiadania czytanego mu przez osobę dorosłą (seniorki) lub młodzież (licealistki) [biblioterapia podstawowa], **2. metody aktywizujące**: **indywidualne** - elementy pantomimy, elementy pracy z ciałem, elementy ludoterapii (zabawy dowolne kukiełkami-pacynkami), elementy

ćwiczeń profilaktyczno-logopedycznych (trening poprawnej wymowy), elementy treningu relaksacyjnego i antystresowego, formułowanie przez dzieci indywidualnych wypowiedzi o wysłuchanym tekście, dyskusja dzieci moderowana przez prowadzące warsztat, elementy arteterapii, **grupowe**: rozmowa w grupie dziecięcej, praca w parach, **zespołowe**: wspólne zabawy i ćwiczenia ruchowe wszystkich uczestniczących w zajęciach, elementy muzykoterapii i komentarze o niej na forum warsztatów ze strony prowadzących warsztaty i ich uczestników (użycie między innymi nagrania autentycznego „głosu" żab, które było pretekstem do zauważania roli „głosów natury" w wysokojakościowym życiu człowieka, wraz z pytaniami o dziecięce doświadczenia kontaktu z lokalną przyrodą ich wsi).

5.2. **Formy pracy:** indywidualna, grupowa, zespołowa.

5.3. Materiały i środki wykorzystane do warsztatów

Tekst literacki – opowiadanie *Szczęśliwa Żabka,* kosz wiklinowy, dwa płócienne obrusy (bordowy i żółty), kukiełki-pacynki: postaci *Szczęśliwej Żabki* i *Pani Ryby, co Ma Głos*, arkusze papieru, kredki, mazaki, papierowe postaci żabek, taśma dwustronna, kolorowe, nadmuchane balony, muzyka relaksacyjna (autentyczne nagranie odgłosów przyrody polskiej: rechot żab, szum płynącej wody [z zasobów własnych autorek programu]), komputer, zastawa stołowa i dzbanek z zieloną herbatą dla dzieci, herbatniki.

6. Literatura przedmiotu (literatura wykorzystana do zajęć i literatura dla prowadzących):

6.1. Literatura wykorzystana do zajęć:

6.1.1. Podstawa literacka warsztatów

Kapusta A., *Szczęśliwa Żabka*, „Hejnał Oświatowy", R: 2015, Nr 1(139), s. 25-26.[7]

6.1.2. Materiały pomocnicze

Konspekt zabaw i ćwiczeń relaksacyjnych [dok. elektr.] http://pibs.uni.lodz.pl/wp-content/uploads/2014/10/konspekt-zaj%C4%99%C4%87-Wonjarowska-i-Zasadni.pdf [Dostęp: 14.01.2015., godz. 10.20.]

[7] Opowiadanie to zostało wyróżnione w konkursie czasopisma dla nauczycieli i wychowawców „Sygnał", Oficyny Wydawniczej M oraz Fundacji Anny Dymnej „Mimo Wszystko", przeprowadzonym pod hasłem „Mimo wszystko. Bajki terapeutyczne" i pod konkursowym tytułem *Mimo wszystko mogę śpiewać* jest ono obecnie dostępne w wolnym dostępie na stronie czasopisma „Sygnał", [Za:] http://sygnal.oficynamm.pl/wp-content/uploads/2015/01/Anna-Kapusta_Mimo-wszystko-mog%C4%99-%C5%9Bpiewa%C4%87.pdf, [Dostęp: 12.02.2015., godz. 8.50.]

Zabawy i ćwiczenia relaksacyjne [dok. elektr.] http://lubliniecsosw.pl/lubliniecsosw/tornado/pliki/zabawy%20i%20cwiczenia/relaks.doc [Dostęp: 16.01.2015., godz. 12.50.]

Szablony żabek [dok. elektr.] http://pl.123rf.com/photo_15143988_sze%C5%9B%C4%87-rysunki-%C5%BCaba-na-bia%C5%82ym-tle,-przedstawiaj%C4%85ce-r%C3%B3%C5%BCne-emocje.html [Dostęp: 06.01.2015., godz. 18.18.]

6.2. Literatura dla prowadzących

Aksamit B., *Jeden bliski dorosły*, „Gazeta Wyborcza", Duży format, 28.11.2013. [dok. elektr.], http://wyborcza.pl/duzyformat/1,134722,15029262,Jeden_bliski_dorosly.html, [Dostęp: 11.02.2015., godz. 21.05.]

„Biblioterapeuta", Biuletyn Informacyjny Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego, R: 2014, Nr 2(67), ss. 56.

Cungi Ch., Limousin S., *Jak się relaksować stosując odpowiednią metodę*, przeł. Waśko-Bongiraud A., red. Chojnacka-Wittenberg B., Wydawnictwo Czarna Owca 2010, ss. 157.

Gerhardt S., *Znaczenie miłości. Jak uczucia wpływają na rozwój mózgu*, przeł. B. Radwan, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2010, ss. 190.

Hayes S. C., Stroshal K. D., Wilson K. G., *Terapia akceptacji i zaangażowania. Proces i praktyka uważnej zmiany*, przeł. M. Kapera, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2013, ss. 511.

Janusz Korczak. Bibliografia przedmiotowa w wyborze, oprac. A. Czajkowska, Konin 2012, ss. 22. [dok. elektr.], http://www.pbpkonin.pl/files/korczak_bibliografia_przedmiotowa.pdf, [Dostęp: 11.02.2015., godz. 19.58.]

Kapusta A., Rachwalska A., Szczęśliwa Żabka. *Opowiadanie logopedyczno-terapeutyczne*, „Hejnał Oświatowy", R: 2015, Nr 1(139), s. 24-26.

Koncepcja przywiązania, pod red. B. Józefik i G. Iniewicza, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008, ss. 249.

Leahy R. L., Tirch D., Napolitano L. A., *Regulacja emocji w psychoterapii. Podręcznik praktyka*, przeł. K. Zamojska, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2014, ss. 406.

Mearns D., Thorne B., *Terapia skoncentrowana na osobie*, przeł. M. Cierpisz, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2010, ss. 231.

Rosengren B. D., *Rozwijanie umiejętności w dialogu motywującym. Podręcznik praktyka z ćwiczeniami*, przeł. M. Cierpisz, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2013, ss. 423.

UNICEF Office of Research (2013), *Warunki i jakość życia dzieci w krajach rozwiniętych. Analiza porównawcza*, Innocenti Report Card 11, UNICEF Office of Research, Florencja 2013, ss. 56. [dok. elektr.], file:///C:/Users/Ania/Downloads/Warun-

ki%20i%20jako%C5%9B%C4%87%20%C5%BCycia%20dzieci%20w%20krajach%20rozwini%C4%99tych.pdf, [Dostęp: 11.02.2015., godz. 22.10.]

6.3. Netografia dodatkowa

Anna Kapusta, *Biblioterapia i tekstoterapia: strona autorska*, https://www.facebook.com/pages/Anna-Kapusta-biblioterapia-i-tekstoterapia-strona-autorska/277537065768342?ref=hl, [Dostęp: 11.02.2015., godz. 22.50.]

Strona internetowa Szkoły Podstawowej w Piekarach: http://www.sppiekary.szkolna.net/wydarzenia/news/warsztat-biblioterapeutyczny-w-piekarach,[Dostęp: 11.02.2015., godz. 22.48.].

Strona internetowa Starostwa Powiatowego w Krakowie: http://edukacja.powiat.krakow.pl/, [Dostęp: 11.02.2015., godz. 22.46.]

Strona internetowa Zespołu Szkół Centrum Kształcenia Ustawicznego w Czernichowie: http://www.czernichow.edu.pl/viewpage.php?page_id=1138,[Dostęp: 11.02.2015., godz. 22.45.].

7. Przewidywane osiągnięcia:

Jesteśmy przekonane, że zarówno czynni, jak i bierni (bezpośredni i pośredni) odbiorcy naszego programu zyskali kapitał nowej wiedzy i umiejętności, zogniskowanych wokół biblioterapii i jej potencjałów społecznych. Dzieci uczestniczące w naszych warsztatach dowiedziały się, kim jest dobry dorosły, co to jest jakość życia i jak funkcjonuje wolontariat. Dzięki pracy biblioterapeutycznej dzieci nauczyły się publicznego, na forum grupy, doceniania własnych marzeń i predyspozycji, a także empatycznej akceptacji dla barier i wad własnych i cudzych, które nie muszą determinować indywidualnych marzeń i planów. Dzieci podczas zajęć warsztatowych uczyły się aktywnego radzenia sobie z problemami i wyzwaniami współpracy w grupie, nabywały także umiejętności otwartego proszenia o wsparcie oraz świadomego udzielania wsparcia innym. Elementy ćwiczeń logopedycznych, pracy z ciałem oraz treningu kreatywnego myślenia miały także na celu wspieranie rozwoju ich indywidualnej ekspresji w codziennym życiu. Dzieci pracowały również nad treningiem relaksacji i redukcji codziennego stresu. Pośredni zaś odbiorcy naszego programu: wolontariuszki, nauczyciele, rodzice i lokalna społeczność zetknęli się po raz pierwszy z pojęciem i funkcjonowaniem biblioterapii jako metody terapeutycznej i pedagogicznej pracy z tekstem. Sądzimy, że animowane tego typu wydarzeniami biblioterapeutycznymi lokalne społeczności wsi mogą zyskać szansę aktywizacji swych wspólnot.

8. Ewaluacja

W programie stosowałyśmy ewaluację formatywną. Badałyśmy nastrój dzieci-uczestników warsztatów na początku i na końcu zajęć. W Czernichowie dzieci tworzyły (mimicznie) „minki obojętnej, wesołej lub smutnej żabki", a w Piekarach wybierały i naklejały na ubrania żabki-ordery, odpowiednio „obojętne, wesołe lub smutne". Dzieci z Piekar napisały także wyjątkowe pamiętniki-relacje z warsztatów, opatrzone rysunkami - „szlaczkami". W pamiętnikach wyrażały one swoje zaciekawienie i radość z warsztatów oraz prośby o kolejne, podobne spotkania.

Projekt nie był całościowo ewaluowany sumatywnie, jednak docierające do nas informacje zwrotne od czynnych i biernych uczestników programu pozwalają sądzić, że nasza praca biblioterapeutyczna zyskała spore uznanie i sympatię lokalnych społeczności wsi. Wiele osób zwracało się z pytaniami o możliwość kontynuacji tego typu wydarzeń biblioterapeutycznych w lokalnej społeczności. Nauczycielki podkreślały również otwartość rodziców na tego typu działania.

9. Scenariusze zajęć (tematy):

* Warsztat przeprowadzony w Czernichowie: „Nikt nie rodzi się doskonały, każdy ma swoje wady, ale tylko od nas zależy, co z nimi zrobimy" (Figura dobrego dorosłego w biografii dziecka).

* Warsztat przeprowadzony w Piekarach: „Żabko, już dawno jesteś gotowa, żeby spełnić swoje marzenia, masz je od dawna w sercu" (Marzenia w życiu dziecka).

10. Załączniki do całego programu

10.1. Tekst opowiadania *Szczęśliwa Żabka*

Anna Kapusta, *Szczęśliwa Żabka*

Było sobie Królestwo. Śpiewające Królestwo Sadzawki. W królestwie tym mieszkały Ryby i Żaby. Ryby pluskały, kręcąc przy tym bajecznie pyszczkami, a Żaby kumkały, szeroko otwierając usta. W Królestwie tym wszyscy kochali muzykę i śpiew, nic dziwnego więc, że i ryby, i żaby miały tu swoje chóry. Żaby miały swój chór - Rechotki, a ryby - Królestwo Śpiewających Ryb. Wydawać by się mogło, że każdy mieszkaniec Śpiewającego Królestwa Sadzawki był szczęśliwy. Wszędzie przecież królowała muzyka i śpiew, żabi i rybi. Ale tak nie było. Obok sadzawki codziennie smutno kumkała mała Żabka. Było jej tak smutno, bo nie należała ona do żadnego z chórów. Wprawdzie miała nawet ona słuch absolutny, co oznacza, że słyszała każdą, najmniejszą nutkę, ale nie mogła śpiewać, ba ... nawet śmiało mówić nie mogła. Biedna, mała Żabka wiedziała, że wymawia inaczej niż inne żabki trudne głoski *sz* i *cz*. Wiedziała o tym, bo miała przecież ów słuch absolutny i im bardziej o tym myślała, tym bardziej ściszała głos, a w końcu prawie w ogóle przesta-

ła otwierać usta. Skutek był taki, że nie rozmawiała już z nikim, bo codziennie rano uciekała nad sadzawkę i smutno, prawie niesłyszalnie kumkała, płacząc w lustro wody. Jej marzenie o śpiewie w chórze Rechotek rozpuszczało się jak łzy w lustrze wody. Odpływało. Pozostawiało smutek. Żabka czuła się coraz gorzej i nie wierzyła już, że kiedykolwiek jej smutny los ulegnie zmianie. Pewnego dnia, kiedy jak zwykle przycupnięta i ukryta nad sadzwką zaszlochała głośniej, miał stać się dla niej cud:

„Ćemu jestem nieścięśliwa" - zakumkała smutno jak zawsze i zamilkła, zawstydzona sama przed sobą swą mową, a jej płacz usłyszała, idąca właśnie na próbę rybiego chóru Pani Ryba, Co Ma Głos. Pani Ryba była nauczycielką rybiego śpiewu i codziennie widziała małą Żabkę ukrywającą się przy sadzawce. Tego dnia postanowiła pomóc, bo smutek zasmucał już całe Królestwo:

„Witaj Żabko!" - powiedziała. Żabka zawstydziła się ogromnie, zamknęła usta i dopiero po chwili odrzekła: „Dzień dobry". Zrobiła to jednak tak cicho, że Pani Ryba musiała podpłynąć do szuwarów uderzając płetwą o brzeg.

„Jak się nazywasz?" - zapytała, aby rozpocząć rozmowę.

„Jestem Źabka" - odpowiedziała Żabka i uderzyła w szloch. Pani Ryba była nauczycielką od wielu lat i od razu zorientowała się, że Żabka unika kontaktu, bo wstydzi się swoich problemów.

„Widzę Żabko, że coś cię dręczy i chyba wiem, co" - kontynuowała. „W Śpiewającym Królestwie Sadzawki wszyscy jesteśmy przyjaciółmi, i ryby, i żaby, bo każdy z nas śpiewa" - mówiła spokojnie. Na to wszystko Żabka rozpłakała się już na dobre:

„Chciałabym śpiewać w chórze, ale się wstydzę nawet mówić. Codziennie uciekam z domu nad sadzawkę i ukrywam się, żeby nikt mnie nie słyszał".

„Och! Rozumiem cię, bo kiedyś też byłam małą rybką i miałam podobny problem. Moje usta nie były po prostu wyćwiczone i prawie ich nie otwierałam. Teraz jestem dorosła i uczę małe rybki śpiewu, więc moja historia jest dla nich ważna" - opowiadała Pani Ryba.

„Naprawdę?" - wykrzyknęła, po raz pierwszy tak głośno Żabka. „Naprawdę można mówić lepiej, jak się tak nie umie?" - pytała ze łzami w oczach Żabka.

„Ależ oczywiście. Nikt nie rodzi się doskonały, każdy ma swoje wady, ale tylko od nas zależy, co z nimi z robimy" - odrzekła z uśmiechem Pani Ryba i mówiła dalej: „Mam pomysł, nauczę cię różnych ćwiczeń i codziennie, po drodze na próbę mojego chóru, będę je z Tobą wykonywać. Nie musimy o tym nikomu mówić, jeśli nie chcesz, to będzie nasza Rybio-Żabia Wielka Tajemnica. Może być?" - Oczywiście Żabka zgodziła się z radością.

Następnego dnia Pani Ryba dotrzymała obietnicy i rano Żabka rozpoczęła nową przygodę. Pani Ryba usiadła przy brzegu i najpierw zwróciła się do Żabki:

„Wykorzystaj lustro wody, spójrz w swoje odbicie jak w łazienkowe lustro i obserwuj uważnie swoje usta, Żabko." - powiedziała. Żabka przyjrzała się sobie w lustrze

wody i zobaczyła w nim swoje odbicie. „Teraz pozwól swoim ustom poszaleć" - uśmiechnęła się Pani Ryba. „Niech będą, jak mały źrebak! Pozwól im cmokać, prychać, parskać, no dalej..." Żabka roześmiała się na to wspomnienie o źrebaku i figlom nie było końca. Usta jej same cmokały, parskały, prychały, a śmiech był coraz głośniejszy. Potem Pani Ryba powiedziała: „A teraz spójrz na mnie i bądź moim lustrem. Zamykaj usta w rybi dzióbek, a potem otwieraj je tak, jakbyś chciała mnie połknąć, no dalej!" Żabka naśladowała ruchy ust Pani Ryby i świetnie się przy tym bawiła. „Teraz przejedź palcami po ustach tak, jakbyś smarowała je miodem i potem zliż ten miód, jak mały, leśny niedźwiadek" - Pani Ryba uśmiechała się coraz szerzej, bo sama też lubiła miód, a Żabka zapomniała już dawno o całym smutku. „Teraz zamknij ten zlizany miodek w ustach" - Pani Ryba zacisnęła mocno zęby, co natychmiast powtórzyła za nią Żabka. „A teraz pierwsza lekcja śpiewu, zaśpiewamy razem, ty po żabiemu, a ja po rybiemu melodyjkę: A-O-U-E-Y-I. Ty nie będziesz mnie słyszeć, ale za to zobaczysz, co robią moje śpiewające usta i dzięki temu, nauczysz się jej po swojemu, po żabiemu, no i będziemy ją razem śpiewać". Tak też się stało. Żabka śpiewała, czytając z ust Pani Ryby, jak prawdziwi, dorośli dyrygenci czytają melodie z nut. Śpiewały razem i uśmiechały się do siebie. Po chwili Pani Ryba zaproponowała:

„A teraz, Żabko, ja będę twoim lustrem, będę naśladować twoje żabie ruchy ust. Pokaż mi, jak żaba nadyma usta jak balon, bądź cała balonem". Żabka nadęła się tak mocno, że prawie zamieniła się w balon i jak balon wypuściła z siebie powietrze. Policzki najpierw napęczniały, a potem opadły. Zabawy było przy tym, co niemiara. Żabka śmiała się bez przerwy. Pani Ryba razem z nią.

„Świetnie!" - powiedziała Pani Ryba. „Widzisz, ja się od Ciebie uczę bycia Żabką, a to doskonała lekcja, przyda mi się w Królestwie Śpiewającej Sadzawki". Po chwili odpoczynku, który wypełniał śmiech rozbawionej Żabki, obie na nowo pompowały i spuszczały powietrze z zarumienionych policzków-balonów, i Pani Ryba, i Żaba. „A teraz, na koniec, pogłaszczmy nasze policzki za to, że tak pięknie pracowały. Rób tak zawsze, Żabko, dziękuj sobie, że jesteś taką mądrą i piękną Żabką". I Żabka głaskała policzki, uśmiechając się do swego odbicia w lustrze wody.

I tak już codziennie, od wiosny do jesieni, Pani Ryba, po drodze na próbę chóru, ćwiczyła małą Żabkę. Żabka czuła się coraz lepiej. Najpierw cieszyły ją same spotkania z Panią Rybą, potem zauważyła, że zaczyna coraz głośniej i śmielej mówić, w końcu trudne *ś* i *ć* zaczęły zamieniać się w dostojne *sz* i *cz*. Pewnego dnia Żabka przyszła nad taflę jeszcze wcześniej niż zwykle i wykrzyknęła sama do siebie: „Jestem Szczęśliwą Żabką!". Nie mogła uwierzyć, ale wypowiedziała to, usłyszała i *sz*, i *ż*, i rozpłakała się z tej radości. Wtedy nad brzeg sadzawki podpłynęła Pani Ryba. Żabka od razu powtórzyła swoje stwierdzenie „Jestem Szczęśliwą Żabką". I znów wszystko poszło świetnie. Pani Ryba z dumą powiedziała wtedy: „Żabko, już dawno jesteś gotowa, żeby spełnić

swoje marzenia, masz je od dawna w sercu. Biegnij prędko do Rechotek, właśnie dziś jest próba dla nowych, chętnych do śpiewania w chórze, żabek".

I Żabka pobiegła na próbę. Zaśpiewała, a potem zarechotała z radości. I nikt nie domyśliłby się nawet, że kiedyś miała problem, którego się tak wstydziła, gdyby sama o tym głośno i z dumą nie opowiedziała. Wtedy Pani Dyrygentka, Śpiewająca Rechotka, orzekła, że skoro taka jest jej historia, to będzie już na stałe, z powodzeniem uczyć w chórze pięknej wymowy. I tak się też stało. Żabka uczyła, ile tchu w płucach wszystkie śpiewające żabki. Razem było im wesoło i dobrze. Na sam koniec sezonu śpiewaczego w Królestwie Śpiewającej Sadzawki odbył się wspólny koncert Ryb i Żab. Dwa chóry wystąpiły wspólnie, a całe Królestwo wypełniło się śpiewem prawdziwej radości, bo żadna mała Żabka nie była już smutna. Ani mała, ani duża. Żabka wystąpiła nawet solo na Zielonym Mostku, który kiedyś wydawał się jej nieosiągalny. Wtedy też ta sama, co kiedyś, choć odmieniona radością, Szczęśliwa Żabka napisała symfonię na rybio-żabi chór mieszany pod tytułem „Jestem Szczęśliwą Żabką" i nawet rybi głos radości słyszały wtedy wszystkie i Ryby, i Żaby. Bo szczęście jest muzyką serca! Trzeba tylko umieć usłyszeć je w sobie, a potem dać je słyszeć innym.

10.2. Zdjęcia kukiełek-pacynek *Szczęśliwej Żabki* i *Pani Ryby, co Ma Głos*

Wykonanie kukiełek-pacynek: *Szczęśliwa Żabka* – Barbara Rachwalska, *Pani Ryba, co Ma Głos* – Marta Kosek, fotografie: Joanna Marzęcka.

11. Scenariusze zajęć wraz z załącznikami do nich

11.1.A. Czernichów (scenariusz: Anna Kapusta)

Anna Kapusta

Scenariusz warsztatów biblioterapeutycznych

Temat: „Nikt nie rodzi się doskonały, każdy ma swoje wady, ale tylko od nas zależy, co z nimi zrobimy" (Figura dobrego dorosłego w biografii dziecka).

Cele ogólne:

1. Wprowadzenie do czynnego słownika dziecka pojęcia „dobrego dorosłego" jako osoby, do której dziecko może się zwrócić z każdym swym problemem.

2. Przygotowanie dziecka do osobistego, aktywnego poszukiwania wspierających go więzi z osobami dorosłymi (samoopieka i odpowiedzialność za siebie jako wartości).
3. Wdrożenie do samodzielnego budowania przez dziecko zaufania do siebie samego i ufności wobec wspierających go dorosłych (wartość odwagi w przełamywaniu wstydu).
4. *Pani Ryba, co Ma Głos* – ciocia, nauczycielka, terapeutka – przygotowanie dziecka do poszukiwania wspierających go więzi z dobrymi dorosłymi, także poza nuklearnym systemem rodzinnym (wartość więzi alternatywnych w życiu dziecka).

Cele szczegółowe:

1. Trening kulturalny dla dzieci (kultura żywego słowa) w zakresie budowania umiejętności słuchania czytanego tekstu literackiego (ćwiczenie uważności dzieci – słuchanie opowiadania zatytułowanego *Szczęśliwa Żabka* autorstwa Anny Kapusty).
2. Wyrabianie nawyku współuczestnictwa dziecka i jego opiekuna w edukacji ustawicznej, jako że dzieci przybędą na warsztat wraz z matkami, które podczas warsztatu uczestniczyć będą w zajęciach w ramach zaocznych kursów dla dorosłych: Studium Opiekuna Medycznego (publiczność) oraz Studium Opieki nad Osobą Starszą (mamy i ich dzieci uczestniczące czynnie w warsztacie) w Zespole Szkół Rolnicze Centrum Kształcenia Ustawicznego w małopolskim Czernichowie (nauka budowania szacunku dziecka dla czasu i potrzeb rozwojowych dorosłego opiekuna, praca nad samodzielnością dziecka).
3. Nauka komunikacji dziecka z seniorem, jako że w warsztatach uczestniczyć będą seniorki, emerytowane nauczycielki (wolontariuszki czytające głośno dzieciom, z podziałem na role, opowiadanie *Szczęśliwa Żabka*).
4. Nauka dziecka aktywnej pracy nad sobą: integracja ćwiczeń profilaktyczno-logopedycznych z innymi zabawami edukacyjnymi (korelacja pracy terapeutycznej z zabawą edukacyjną).

Warunki techniczne

Termin przeprowadzenia warsztatów: 20 grudnia 2014 roku, w godzinach od 9.00. do 10.00.

Liczba uczestników warsztatów: 5 dzieci, 2 seniorki, emerytowane nauczycielki (wolontariuszki).

Wiek uczestników: dzieci - 5-7 lat, seniorki – 60-70 lat.

Miejsce przeprowadzenia warsztatów: Aula (sala z odnowionym parkietem) w Zespole Szkół Rolnicze Centrum Kształcenia Ustawicznego w Czernichowie, Czernichów 1, 32-070 Czernichów.

Czas trwania zajęć: 1 godzina zegarowa, przy czym bezpośrednio po warsztatach nastąpią dowolne zabawy przy użyciu kukiełek-pacynek i rozmowy dzieci z seniorkami -emerytowanymi nauczycielkami, w oczekiwaniu na mamy uczestniczące w tym czasie (po warsztacie) w zajęciach własnych, czas przewidziany na takie zabawy po warsztatach to także 1 godzina zegarowa.

Metody i formy realizacji:

Metoda podająca: słuchanie przez dziecko opowiadania czytanego mu przez osobę dorosłą (biblioterapia właściwa), metody aktywizujące: indywidualne, elementy pantomimy, elementy pracy z ciałem, elementy ludoterapii (zabawy dowolne kukiełami-pacynkami), elementy ćwiczeń profilaktyczno-logopedycznych (trening wymowy), formułowanie przez dzieci indywidualnych wypowiedzi o wysłuchanym tekście, dyskusja moderowana przez prowadzącą warsztat.

Materiały i środki wykorzystane do warsztatów:

1. Kosz wiklinowy, dwa płócienne obrusy: bordowy, używany w początkowej części zajęć, żeby skupiał uwagę dzieci, żółty na koniec zajęć, który ma symbolizować szczęśliwe, słoneczne zakończenie.; 2. Kukiełki-pacynki: postaci *Szczęśliwej Żabki* i *Pani Ryby, co Ma Głos*. Przy okazji zabaw dowolnych z elementami ludoterapii dzieci otrzymają informację, iż wykonały je dla nich osoby dorosłe, żabkę przygotowała Barbara Rachwalska, mama Agnieszki Rachwalskiej, autorki ćwiczeń logopedycznych, a rybę: Marta Kosek, siostra prowadzącej warsztaty. Kukiełki są kukiełkami, używane na specjalnych patyczkach drewnianych, a założone na palce mogą tworzyć pacynkowy teatrzyk paluszkowy. W ten sposób pacynki „pomagają" w ćwiczeniach manualnych.

Literatura: Autorskie opowiadanie terapeutyczno-logopedyczne *Szczęśliwa Żabka* napisane przez Annę Kapustę, a przygotowane we współpracy z Agnieszką Rachwalską, która opracowała ćwiczenia logopedyczne.

Ewaluacja: Formatywna, na początku i na końcu zajęć nastąpi badanie nastrojów dzieci poprzez ćwiczenie pantomimiczne („zrób minka żabki: wesołą, smutną lub obojętną") i artykulacyjne pod tytułem „chór żabek" (wesołe, smutne lub obojętne „zakumkanie" każdego z dzieci, a w ten sposób stworzenie wspólnego, żabiego chóru (szczegółowy opis koncepcji ćwiczenia: ewaluacji dalej).

Przebieg zajęć

I część:

Wstępna integracja grupy. Jeszcze zanim dzieci, seniorki i prowadząca wejdą do auli, dzieci spacerują wspólnie z nimi po budynku szkolnym (dawny pałac magnacki). Ten spacer integruje grupę, nadając jej spójny kształt. Punktem finalnym spaceru jest dotarcie do drzwi auli.

II część:

Dzieci wchodzą do auli, wprowadzone tam przez prowadzącą warsztat. W środku sali stoi, przykryty bordowym, płóciennym obrusem kosz wiklinowy. Dwie seniorki-

wolontariuszki stoją obok kosza i witają dzieci słowami: „Witajcie w krainie opowieści". Dzieci, seniorki i prowadząca zaproszone zostają do kręgu, w którym na parkiecie wspólnie siadają. Dzieci siadają więc w kręgu, pośrodku nadal stoi przykryty bordowym płótnem kosz. Prowadząca przedstawia się, a następnie pyta po kolei każdego z uczestników o imię i wiek: „Niech każdy powie, jak ma na imię i ile ma lat i dzieci, i nasze seniorki". Każdy odpowiada. Prowadząca prosi najmłodsze dziecko o odkrycie kosza. Dziecko odkrywa kosz i zachęcone wyjmuje kukiełki-pacynki z kosza. Kukiełki-pacynki „przywitać się" mają z każdym z uczestników poprzez przewędrowanie w kręgu z rąk do rąk i powrót do rąk najmłodszego dziecka. Wtedy prowadząca pomaga dziecku ubrać pacynki na paluszki i prosi, aby usiadło na powrót w kręgu. Teraz wszystkie dzieci poproszone są o wspólne „zakumkanie" na powitanie Żabki i zrobienie „kółeczka" buzią na powitanie Ryby. Następnie prowadząca zaprasza teraz dzieci do wspólnego „kumkania" w żabim chórze słowami: „niech chór żabek zakumka". Dzieci „kumkają". Po wspólnym „kumkaniu" pada pytanie: „jak się dziś czujecie, żabki? Niech każda żabka powie, jak się czuje: smutno, wesoło, czy obojętnie i zrobi smutną, wesołą lub obojętną minkę". Wtedy każde dziecko mówi, jak się czuje, a potem robi żabią minkę (po kolei, w kręgu, wstępne badanie nastrojów). Po tym okrążeniu żabich nastrojów i minek prowadząca mówi: „Zapraszam, Was teraz do Królestwa Śpiewającej Sadzawki. Nasze Panie nauczycielki-seniorki przeczytają specjalnie dla Was opowiadanie, które ja – także specjalnie dla Was – napisałam." Następuje czytanie opowiadania *Szczęśliwa Żabka* z podziałem na role (narrator – prowadząca, *Szczęśliwa Żabka* i *Pani Ryba, co Ma Głos* – seniorki-nauczycielki).

Po odczytaniu opowiadania.

Kolejny etap warsztatów stanowić będą ćwiczenia terapeutyczno-logopedyczne. Prowadząca powie do dzieci: „Podziękujmy naszym Paniom-Seniorkom za piękne czytanie". Dzieci dziękują. Dziecko, które opiekowało się kukiełkami-pacynkami poproszone zostaje o przekazanie swoich podopiecznych Paniom-Seniorkom. Następnie prowadząca mówi: „A teraz Żabka i Ryba zaproszą Was do wspólnej zabawy. Wstańcie i powtarzajcie razem z nami". Prowadząca demonstruje ćwiczenia logopedyczne, kukiełki-pacynki „pomagają", wszyscy wspólnie wykonują ćwiczenia. Każde ćwiczenie powtórzone zostać powinno trzy razy.

Prowadząca instruuje. „Obudźmy nasze buzie, tak jak Żabka ćwiczyła z Panią Rybą: cmokamy: cmok-cmok, parskamy: parsk-parsk, prychamy: prrr (trzy powtórzenia). Po tym ćwiczeniu dzieci naprzemiennie wykonują ćwiczenie <<dzióbek - usta>> [ściąganie ust – rozszerzanie ust], (trzy powtórzenia). Potem robimy z buzi balony: pompujemy i spuszczamy z nich powietrze (trzy powtórzenia). Następnie masujemy wargi palcami (trzy razy)".

Po partii tych ćwiczeń prowadząca wyraża zachętę do dalszych ćwiczeń. „A teraz, dzieci, zaśpiewamy jak na próbie żabiego chóru Rechotek każdą z samogłosek: A, O, U,

E, Y, I (każda samogłoska odśpiewana trzy razy). A teraz będziemy małymi żabkami: poruszajcie policzkami <<jak żaba>>" (napinanie policzków wraz z wargami, wydymanie i wciąganie policzków do wewnątrz, także trzy powtórzenia). Na koniec tej partii ćwiczeń prowadząca zaprasza: „Podziękujmy naszej buzi za tak piękną pracę. Pomasujcie Wasze policzki" (masowanie policzków dłońmi okrężnymi ruchami, trzy powtórzenia).

Po zakończeniu wszystkich tych ćwiczeń dzieci, seniorki i prowadząca ponownie siadają w kręgu. Prowadząca mówi: „A teraz porozmawiajmy o tym, co przydarzyło się naszej Szczęśliwej Żabce" (rozmowa moderowana z dziećmi). Prowadząca zagaja rozmowę pytaniami: „Porozmawiajmy o tym: Dlaczego Żabka stała się Szczęśliwą Żabką? Kto jej w tym pomógł? Kto był dobrym dorosłym? Co to znaczy: dobry dorosły? Czy Wy znacie kogoś, kto Wam może pomóc w Waszych kłopotach? Kto Wam zwykle pomaga?" Dzieci wypowiadają się swobodnie, mówić powinno każde z dzieci. Po tej wstępnej dyskusji miejsce mieć będzie następna partia dyskusji i kolejne pytania: „Dlaczego warto powiedzieć dorosłemu, kiedy jest Wam smutno? Komu możecie jeszcze powiedzieć, oprócz Waszej rodziny, kiedy dzieje się coś złego?" Dzieci powinny wymienić na przykład nauczycieli, znajomych, lekarzy. Wtedy prowadząca zapyta: „A czy Wy wiecie, kim jest terapeuta? Czy ktoś był kiedyś na przykład u logopedy, czym się zajmuje taka osoba?" Jeśli któreś z dzieci korzysta z pomocy logopedy, zostanie poproszone o wypowiedź: „Opowiedz innym, jak pomaga Ci logopeda". Następnie dzieci będą miały szansę podsumować swoje przemyślenia i wypowiedzieć się na temat – pytanie: „Co by było, gdyby *Szczęśliwa Żabka* nie spotkała *Pani Ryby, co Ma Głos*?". Po wypowiedziach padnie stwierdzenie prowadzącej: „Pamiętajcie zawsze o tym, żeby zaufać dobremu dorosłemu, może być to ktoś z rodziny albo nauczyciel, znajomy, lekarz. Na pewno jest ktoś, kto Wam pomoże. Warto zaufać i być szczęśliwym, tak jak nasza *Szczęśliwa Żabka*". Pamiętajmy wszyscy, że: „Nikt nie rodzi się doskonały, każdy ma swoje wady, ale tylko od nas zależy, co z nimi zrobimy".

Podsumowanie:

Po wykonaniu ćwiczeń i odbyciu rozmowy (dyskusji moderowanej) prowadząca poprosi dzieci: „A czy teraz możecie wspólnie <<zakumkać>>, razem ze Szczęśliwą Żabką?". Następnie powie: „A teraz pożegnajmy Żabkę i Rybę i odłóżmy je do kosza." Dzieci odkładają kukiełki-pacynki do kosza. Potem następuje komentarz: „Teraz, najstarsza osoba spośród nas, przykryje kosz żółtym obrusem radości, by tak, jak i *Szczęśliwej Żabce*, było nam wesoło." Po złożeniu pacynek-kukiełek do kosza i przykrycia go żółtym płótnem wszyscy raz jeszcze siadają w kręgu i następuje końcowe badanie nastrojów. Prowadząca mówi: „Niech każdy powie, czy jest teraz wesołą, smutną, czy obojętną żabką, czy coś się zmieniło od początku spotkania?" Każdy z uczestników wypowiada się. Wtedy prośba zostaje pogłębiona: „Zróbcie minkę Waszej Żabki, jak ona się czuje?" Dzieci robią miny. Na koniec dzieci poproszone zostaną o zamknięcie spo-

tkania: „Podziękujmy sobie wszyscy nawzajem za wspólne bycie w opowieści. Wszyscy głośno mówią: „Dziękuję".

Po zakończeniu warsztatu dzieci pozostają jeszcze około godziny na sali pod opieką prowadzącej i seniorek-nauczycielek, rozmawiają z nimi i między sobą. Mogą jeszcze pobawić się kukiełkami-pacynkami. Celem tego wspólnego przebywania jest nawiązanie bliższego kontaktu z seniorkami, czyli trening komunikacji ze starszym pokoleniem. Dzieci odbierane są z warsztatów przez mamy powracające z własnych zajęć edukacyjnych. Dzieci wypiją herbatę i zjedzą herbatniki.

11.1.B. Czernichów (sprawozdanie)

Spotkanie z seniorkami w Zespole Szkół Rolnicze Centrum Kształcenia Ustawicznego w Czernichowie. Warsztaty biblioterapeutyczne (opracowanie: Agnieszka Marzęcka[8]).

W dniu 20. grudnia 2014 r. odbyło się spotkanie z dwoma seniorkami, przygotowane i przeprowadzone przez Annę Kapustę. Głównym celem wydarzenia była aktywizacja seniorów w czasie warsztatów biblioterapeutycznych oraz integracja z nimi dzieci we wspólnym czytaniu opowiadania i wykonaniu ćwiczeń terapeutyczno-logopedycznych. Ważnym elementem warsztatów był także udział Mam, słuchaczek Szkoły Policealnej Opiekun Osoby Starszej w ćwiczeniach seniorek z dziećmi. Seniorki – emerytowane nauczycielki – wystąpiły w inscenizacji opowiadania terapeutyczno-logopedycznego dedykowanego dorosłym i dzieciom. Podstawą literacką warsztatów było autorskie opowiadanie terapeutyczno-logopedyczne *Szczęśliwa Żabka* napisane przez Annę Kapustę, a przygotowane we współpracy z Agnieszką Rachwalską, która opracowała ćwiczenia logopedyczne. W roli bohaterek opowiadania wystąpiły zaproszone seniorki. *Panią Rybą, co Ma Głos* była Helena Kapusta, a *Szczęśliwą Żabką* – Barbara Rachoń. Autorką scenariusza biblioterapeutycznego i narratorką w opowiadaniu *Szczęśliwa Żabka* była Anna Kapusta. W teatrzyku paluszkowym dzieci – uczestników warsztatów (zaproszone do udziału w spotkaniu dzieci Słuchaczek Szkoły Policealnej Opiekun Osoby Starszej w Czernichowie) zagrały ręcznie wykonane kukiełki-pacynki: *Pani Ryba, co Ma Głos*, przygotowana przez Martę Kosek i *Szczęśliwa Żabka*, którą uszyła Barbara Rachwalska.

W warsztatach uczestniczyły także Mamy wykonujące razem z dziećmi i seniorami ćwiczenia terapeutyczno-logopedyczne. Kukiełki-pacynki pomagały pokonywać bariery artykulacyjne i ośmielały dzieci w trudniejszych ćwiczeniach. W roli dobrych dorosłych, a więc osób, do których dzieci mogą się zwrócić z każdym problemem wystąpiły seniorki-emerytowane nauczycielki. Dzięki temu dzieci uczyły się aktywnego budowania zaufania do wspierających dorosłych, a seniorki mogły spożytkować swe doświad-

[8] Nauczycielka w Zespole Szkół Rolnicze Centrum Kształcenia Ustawicznego w Czernichowie, która koordynowała organizacją warsztatów biblioterapeutycznych w Czernichowie.

czenia zawodowe, wspierając dzieci. I dzieci, i seniorki komunikowały sobie wartości współpracy obu generacji, potrzebnych sobie w nawiązywaniu wzajemnych relacji.

11.1.C. Czernichów (Trzy, wybrane zdjęcia z warsztatów)

Wykonanie Fotografii: Agnieszka Marzęcka.

11.1.D. Czernichów (Płyta CD zawierająca pełną dokumentację fotograficzną z warsztatów w Czernichowie w załączeniu do niniejszego programu: Zob. CD1. Czernichów).

11.2.A. Piekary (scenariusz: Agnieszka Rachwalska)

Agnieszka Rachwalska
Scenariusz warsztatów biblioterapeutycznych

Temat: „Żabko, już dawno jesteś gotowa, żeby spełnić swoje marzenia, masz je od dawna w sercu" (Marzenia w życiu dziecka).

Cele ogólne:

1. Uspokojenie i relaksacja sprzyjające regeneracji psychicznej.
2. Kształtowanie umiejętności wypowiadania się w formie ruchowej i plastycznej.
3. Kształtowanie umiejętności formułowania poprawnych wypowiedzi ustnych.
4. Rozwijanie zdolności i umiejętności myślenia, wyobraźni i działania twórczego - wyobrażenie sobie swoich marzeń, nazwanie ich a następnie przedstawienie w formie plastycznej.
5. Uświadomienie prawa do posiadania własnych marzeń bez względu na możliwość ich spełnienia.

Cele szczegółowe:

1. Poruszanie się zgodnie z rytmem muzyki, wyzwalanie spontaniczności.
2. Ćwiczenie koncentracji uwagi.
3. Nabywanie umiejętności wsłuchiwania się w ciało.
4. Uzyskanie lepszego samopoczucia.

5. Ćwiczenie sprawności manualnych i ruchowych poprzez wykorzystanie różnych rekwizytów – zabawa z balonami, rysowanie.

Termin przeprowadzenia warsztatów: 3 lutego 2015 r. (w godz. 13.30 – 15.00)

Liczba uczestników warsztatów: 6 dzieci, 3 wolontariuszki (uczennice Liceum Ogólnokształcącego w Piekarach)

Wiek uczestników: dzieci - 7 lat, wolontariuszki – 16-17 lat

Miejsce przeprowadzenia warsztatów: Szkoła Podstawowa w Piekarach k/Krakowa

Czas trwania zajęć: 1,5 godziny

Metody i formy realizacji: metoda podająca: dzieci słuchają opowiadania czytanego głośno przez osoby dorosłe; metody aktywizujące: elementy pracy z ciałem, elementy muzykoterapii, zabawy ruchowe, dyskusja dydaktyczna dzieci moderowana przez prowadzące warsztat.

Materiały i środki wykorzystane do warsztatów: tekst literacki, kukiełki-pacynki: postaci Szczęśliwej Żabki oraz Ryby, co Ma Głos, papierowe postaci żabek, nadmuchane balony, arkusze papieru, kredki, pisaki, muzyka relaksacyjna.

Literatura: Autorskie opowiadanie terapeutyczno-logopedyczne *Szczęśliwa Żabka* napisane przez A. Kapustę, we współpracy z A. Rachwalską, która opracowała ćwiczenia logopedyczne.

Ewaluacja: Formatywna. Na początku i na końcu zajęć odbywa się badanie nastrojów dzieci, z wykorzystaniem papierowych postaci żabek, które odzwierciedlają różne stany emocjonalne (radość, smutek, obojętność).

Przebieg zajęć:

Zapoznanie i wstępne badanie nastrojów.

Prowadzące witają uczestników warsztatu. Wszyscy ustawiają się w okręgu, po czym jedna z prowadzących przekazuje w zamkniętej dłoni stojącemu obok dziecku „Iskierkę" i przedstawia się słowami: „Mam na imię..., lubię...". „Iskierka" wędruje kolejno do pozostałych uczestników, którzy przedstawiają się w podobny sposób. Po zapoznaniu odbywa się wstępne badanie nastrojów. Każde z dzieci otrzymuje trzy papierowe żabki, które wyrażają różne emocje: zadowolenie, smutek, obojętność. Dziecko wybiera postać tę, której mina najbardziej odpowiada jego aktualnemu nastrojowi. Prowadzące pomagają przykleić wybraną żabkę do ubrania dziecka za pomocą taśmy dwustronnej.

Odczytanie opowiadania „ Szczęśliwa Żabka" i rozmowa o marzeniach.

Wszyscy uczestnicy zajmują miejsca siedzące. Wolontariuszki odczytują opowiadanie „Szczęśliwa Żabka", wykorzystując przy tym pacynki, które przedstawiają główne bohaterki opowiadania: Szczęśliwą Żabkę oraz Rybę, co Ma Głos. Po zakończeniu czytania prowadzące inicjują rozmowę z uczestnikami na temat marzeń. Zadają pytania pomocnicze: „Co to znaczy marzyć"?, „Jakie było największe marzenie Szczęśliwej Żabki i co sprawiło, że to marzenie się spełniło"?, „Czy marzenia zawsze się spełniają"?,

„Czy warto wierzyć w swoje marzenia?", „Czy marzenia są ważne i potrzebne"?, „Jeśli tak, to dlaczego?", „Co zrobić aby wspomóc spełnienie marzeń"? Prowadzące kierują rozmową w ten sposób, aby finalnie grupa doszła do następujących wniosków: marzenia nadają życiu cel; dzięki marzeniom życie jest przyjemne i kolorowe; marzenia nie zawsze spełniają się natychmiast lub w 100%, ale nie jest to powód do rezygnacji z dążenia do tego, co chcemy osiągnąć; marzenia warto wesprzeć aktywnym działaniem, np. nawiązać kontakt z osobami, które mogą pomóc w ich realizacji, ważne jest również samodzielne zdobywanie wiedzy i specjalizowanie się w wybranej, interesującej nas dziedzinie. Na zakończenie rozmowy prowadzące proszą dzieci aby te opowiedziały o swoich marzeniach.

Ćwiczenia ruchowo-relaksacyjne przy muzyce relaksacyjnej.

Po dyskusji prowadzące zapraszają uczestników do wzięcia udziału w zabawach ruchowo-rozluźniających, w których wykorzystane będą nadmuchane balony oraz odpowiednio dobrany podkład muzyczny. Zabawy podzielone są w następujący sposób:

A. Indywidualne odbijanie balonów

Każde dziecko otrzymuje jeden balon. Z pierwszymi dźwiękami muzyki dzieci wyrzucają balony w górę i odbijają je nieprzerwanie, uważając by te nie upadły na podłogę.

B. Odbijanie balonów w parach

Dzieci dobierają się w pary i stają naprzeciwko siebie. Zadaniem partnerów w parze jest odbijanie między sobą jednego balona.

C. Odbijanie balonów w grupie

Dzieci stoją w rozproszeniu, każde trzyma balon. Na znak dany przez prowadzącą wszyscy jednocześnie wyrzucają balony w powietrze, a następnie odbijają ten, który znajduje się najbliżej.

Po zakończeniu ćwiczenia balony zostają odłożone w jedno miejsce.

D. Lustro

Uczestnicy stają w parach, twarzami zwróceni do siebie. W rytmie spokojnej muzyki pierwsza osoba z pary zmienia powoli mimikę twarzy wykonując różne miny (np. marszczenie czoła, nadmuchanie policzków, ściągnięcie ust i nosa). Druga osoba stara się ją wiernie naśladować. Następnie pierwsza osoba wykonuje powolny ruch ręką lub nogą, może też poruszać tułowiem. Partner podąża za tym ruchem – zupełnie jak w lustrze. Na końcu pierwsza osoba wydaje z siebie dźwięk. Osoba towarzysząca stara się w miarę wiernie ten dźwięk powtórzyć. Ruch i dźwięk mogą być połączone ze sobą i zharmonizowane. Po jakimś czasie partnerzy zamieniają się rolami.

Po zakończeniu zabaw ruchowych przeprowadzone zostaje z dziećmi ćwiczenie oddechowe „Pływająca żabka". Ćwiczenie wykonywane jest przy akompaniamencie muzyki relaksacyjnej z odgłosami natury. Prowadząca prosi dzieci aby podążały za jej głosem: „Stańcie swobodnie. Wasze stopy powinny być rozstawione na szerokość bioder. Skoncentrujcie się teraz na swoim oddechu. Oddychajcie powoli. Bierzcie głęboki długi wdech

nosem i wypuszczajcie powietrze ustami. Teraz wyobraźcie sobie, że jesteście małymi żabkami, płynącymi swobodnie w przyjemnie orzeźwiającej wodzie. Wypuście powietrze i przysuńcie na wysokości klatki piersiowej wyciągnięte do przodu ramiona, aż dotkną się one wewnętrznymi powierzchniami dłoni. Górna część pleców jest przy tym trochę zaokrąglona, głowa lekko pochylona. Przy każdym wdechu odsuńcie wyciągnięte ramiona tak daleko do tyłu, jak to tylko możliwe. Jednocześnie unieście głowę do góry i uwypuklijcie klatkę piersiową. Z każdym wdechem otwieracie się w ten sposób na wpływające do waszych płuc powietrze, a przy wydechu zamykacie się. Wyglądacie jak piękne małe żabki. Powtórzcie te ruchy dłoni sześć razy, a potem wsłuchajcie się chwilę w swoje wnętrze z zamkniętymi oczami. Pomyślcie teraz o swoich marzeniach".

Tworzenie mapy marzeń.

Przy dźwiękach muzyki relaksacyjnej dzieci przystępują do tworzenia własnej mapy marzeń, wykorzystując otrzymane arkusze papieru oraz kolorowe kredki. Gotowe prace zostają zaprezentowane w wybranym miejscu sali i omówione kolejno przez ich autorów. Dzieci zostają poinformowane, że rysunki stanowią ich własność i mogą być przez nie zabrane do domu.

Symboliczne „wypuszczenie marzeń" przy użyciu balonów.

Prowadzące proszą uczestników o wybranie dla siebie po jednym balonie spośród tych, które użyte były wcześniej podczas zabawach ruchowych. Dzieci, za pomocą mazaków, rysują na swoich balonach elementy twarzy oraz wymyślają dla nich imiona – w ten sposób powstają „czarodziejskie balony marzeń". Następnie dzieci mówią balonom o swoich marzeniach (może być szeptem), prosząc je o pomoc w ich realizacji, po czym wypuszczają je wysoko w powietrze.

Końcowe badanie nastrojów i pożegnanie.

Prowadzące pytają dzieci, czy ich nastroje uległy zmianie. Uczestnicy mogą teraz podmienić papierową żabkę, przyklejoną do ubrania. Po zbadaniu nastrojów prowadzące żegnają się z dziećmi, dziękując im za spotkanie i wspólnie spędzony czas.

Bibliografia:

Kapusta A., *Szczęśliwa Żabka*, „Hejnał Oświatowy", R: 2015, Nr 1(139), s. 25-26.

Konspekt zabaw i ćwiczeń relaksacyjnych [dok. elektr.] http://pibs.uni.lodz.pl/wp-content/uploads/2014/10/konspekt-zaj%C4%99%C4%87-Wonjarowska-i-Zasadni.pdf [Dostęp: 14.01.2015., godz. 10.20.]

Zabawy i ćwiczenia relaksacyjne [dok. elektr.] http://lubliniecsosw.pl/lubliniecsosw/tornado/pliki/zabawy%20i%20cwiczenia/relaks.doc [Dostęp: 16.01.2015., godz. 12.50.]

Szablonyżabek [dok. elektr.] http://pl.123rf.com/photo_15143988_sze%C5%9B%C4%87-rysunki-%C5%BCaba-na-bia%C5%82ym-tle,-przedstawiaj%C4%85cer%C3%B3%C5%BCne-emocje.html [Dostęp: 06.01.2015., godz. 18.18.]

11.2.B. Piekary (sprawozdanie)

Spotkanie Pani Ryby, co Ma Głos i Szczęśliwej Żabki z Dziećmi oraz Wolontariuszkami w Szkole Podstawowej w Piekarach (opracowanie: Anna Kapusta).

W dniu 3. lutego 2015., w godzinach od 13.30. do 15.00. w Szkole Podstawowej w Piekarach sześcioro uczniów drugiej klasy gościło kukiełki-pacynki: Panią Rybę, co Ma Głos i Szczęśliwą Żabkę. Ci specjalni goście przybyli do Dzieci w ramach warsztatów biblioterapeutycznych. A było to tak, jak to w pięknych opowieściach bywa. Wtedy, kiedy pomysł spotyka na swej drodze życzliwość i chęć działania. Anna Kapusta opowiedziała Pani Małgorzacie Perlińskiej, wychowawczyni w Liceum Ogólnokształcącym Centrum Edukacyjne „Radosna Nowina 2000" o tym, że napisała opowiadanie *Szczęśliwa Żabka* i wraz z Agnieszką Rachwalską tworzą na jego podstawie program biblioterapeutyczny. A ponieważ Anna Kapusta mieszka w pobliskich Wołowicach postanowiła ona przeprowadzić warsztat biblioterapeutyczny w Piekarach, w jej ulubionej lokalnie miejscowości, miejscu długich spacerów i skarbów historii. Pani Małgorzata Perlińska zaproponowała wtedy bezcenną pomoc trzech utalentowanych Wolontariuszek, które bardzo chciały także „zrobić coś" dla lokalnej społeczności Piekar jako uczennice znakomitego Liceum Ogólnokształcącego w Piekarach. W dniu 29. stycznia 2015. roku Anna Kapusta przeprowadziła krótkie szkolenie instruktażowe o idei biblioterapii oraz metodach pracy biblioterapeutycznej dla uczennic: Anna Makuły, Agnieszki Piwowarczyk i Alicji Żurek, które koordynowała Pani Małgorzata Perlińska. Uczennice zgodziły się przygotować piękne (z podziałem na role) czytanie *Szczęśliwej Żabki* dla dzieci ze Szkoły Podstawowej w Piekarach. Następnie wsparcia projektowi udzieliła Pani Aleksandra Starowicz, nauczycielka i wychowawczyni w Liceum Ogólnokształcącym w Piekarach, która uzyskała zgodę na przeprowadzenie warsztatów od Dyrektorki Szkoły Podstawowej w Piekarach, Pani Grażyny Wrony-Drobczyk. I tak: w dniu 3. lutego 2015. roku Pani Aleksandra Starowicz przywiozła do Szkoły Podstawowej w Piekarach trzy Wolontariuszki: Annę Makułę, Agnieszkę Piwowarczyk i Alicję Żurek. Na miejscu czekały już na uczennice Anna Kapusta i Agnieszka Rachwalska, ugoszczone i zaopiekowane przez Panią Elżbietę Nęckę. Warsztaty trwały od godziny 13.30. do 15.00. z udziałem sześciorga dzieci, które wysłuchały *Szczęśliwej Żabki*, namalowały mapy marzeń i sprawiły prowadzącym warsztat oraz Wolontariuszkom wiele radości. Bo praca biblioterapeutyczna to przede wszystkim radość spotkania z tekstem, który leczy, wspiera rozwój i daje nadzieje. Anna Kapusta i Agnieszka Rachwalska dziękują za tę właśnie Radość - Paniom: Małgorzacie Perlińskiej, Aleksandrze Starowicz, Grażynie Wronie-Drobczyk, Elżbiecie Nęckiej, Uczennicom: Annie Makule, Agnieszce Piwowarczyk, Alicji Żurek oraz Rodzicom, którzy powierzyli im swoje Dzieci, ale najbardziej: Samym Dzieciom za wyobraźnię i odwagę ich marzeń!

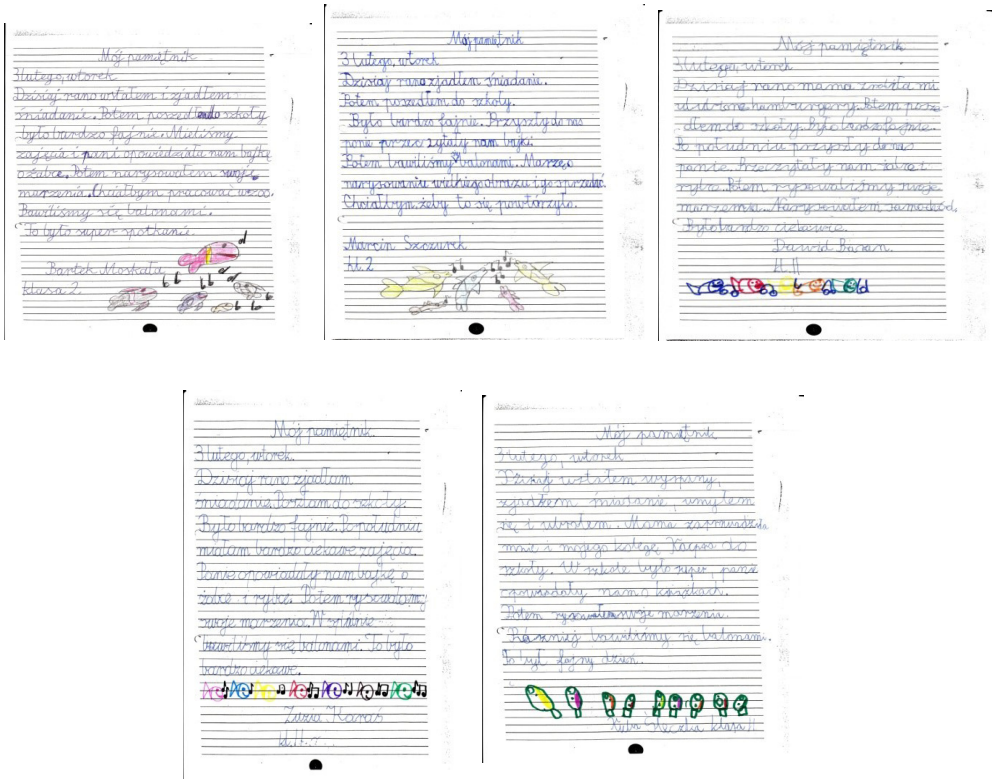
11.2.C. Piekary (Trzy wybrane zdjęcia z warsztatów)

Wykonanie fotografii: Agnieszka Rachwalska i Anna Kapusta

11.2.D. Piekary (Płyta CD zawierająca pełną dokumentację fotograficzną z warsztatów w Piekarach w załączeniu do niniejszego programu: Zob. CD2. Piekary).

11.2.E. Piekary (Szablony żabek do badania nastrojów)

11.2.F. Piekary (Pamiętniki uczniów, opieka: Elżbieta Nęcka[9])



[9] Nauczycielka w Szkole Podstawowej w Piekarach.