

СЕРІЯ «КАЗКА – НЕ КАЗКА, А БАТЬКАМ ПІДКАЗКА»

Оксана ДУМАНСЬКА,
Юлія СТАДНИЦЬКА

Як зарадити Марійці

*Психотерапевтичні оповідки
та коментарі до них*

УДК 82-342

ББК 83.8

Д 82

*Серія «Казка — не казка, а батькам підказка»
заснована 2011 року*

Думанська О. Стадницька Ю.

Д 82 Як зарадити Марійці : Психотерапевтичні оповідки та коментарі до них. / О. Думанська, Ю. Стадницька — Тернопіль : Навчальна книга — Богдан, 2011. — 144 с.

(Серія «Казка — не казка, а батькам підказка»)

ISBN 978-966-10-2415-0

ISBN 978-966-10-2417-4 (серія)

Збірник психотерапевтичних оповідок Оксани Думанської адресований дітям дошкільного та молодшого шкільного віку та підкріплений коментарями й порадами психолога Юлії Стадницької. А це вже спонукає дорослих придивитися, прислухатися до малюка, зрозуміти мотиви його поведінки, допомогти вирішити його проблеми...

Книга має бібліотерапевтичний ефект. Вона прислужиться батькам (для сімейного прочитання), педагогам і вихователям.

УДК 82-342

ББК 83.8

*Охороняється законом про авторське право.
Жодна частина цього видання не може бути відтворена
в будь-якому вигляді без дозволу автора чи видавництва.*

© О. Думанська,

Ю. Стадницька, 2011

© Г. Осадко, ілюстрації, 2011

© Навчальна книга — Богдан,
майнові права, 2011

ISBN 978-966-10-2415-0

ISBN 978-966-10-2417-4 (серія)

ШАНОВНІ ДОРΟΣЛІ!

Книга, яку ви тримаєте в руках, не зовсім звичайна. Призначена вона дітям, але читати її будете ви – батьки, вчителі й вихователі.

Як ви думаєте, чи легко бути дитиною? У шаленому ритмі життя заклопотаним батькам бракує часу зупинитися, пригорнути і вислухати маленьку людину. Ніколи порадити, що робити, якщо подвір'ям походжає величезний котисько, якого малюк так боїться, чи на завтра запланований похід до таємничого стоматолога, а це, напевно, дуже лячно й небезпечно... У дітей безліч важливих проблем.

Ця книга може прийти вам на допомогу, бо в ній знаходяться своєрідні ліки від дитячих страхів, проблем і негараздів. А ліки ці – казки та оповідання. Так-так, книги також лікують людей. І таке лікування називається «бібліотерапія».

Ідея опублікувати серію бібліотерапевтичних казок народилась як результат співпраці бібліотеки, письменника і видавництва. Бібліотека – це Львівська обласна бібліотека для дітей, яка втілює у життя бібліотера-

певничний проект «Ковчег». Його реалізує програма "Бібліоміст" і фінансує подружжя Гейтсів (про це ви можете прочитати на веб-сторінці бібліотеки: <http://lodb.org.ua/nashi-proekty>).

Письменниця Оксана Думанська, автор низки цікавих творів для дітей, підлітків і дорослих (http://www.ri4.lviv.ua/index.php?rubric=about_thing&subrubric=writers&id=37),

а видавництво – чудове і плідне «Навчальна книга – Богдан» (<http://www.bohdan-books.com/>).

Книга «Як зарадити Марійці» – перша із започаткованої серії «Казка – не казка, а батькам підказка». Сподіваємось, що вона зацікавить вас, і згодом на ваших книжкових полицках з'явиться своєрідна «книжкова аптечка», яка допоможе кожній дитині бути самостійною, спокійною і впевненою у цьому не завжди легкому та прекрасному житті.

ЛАРИСА ЛУГОВА –
директор Львівської обласної дитячої бібліотеки

Як Марійка лікувала зуба



*Була собі дівчинка Марійка. Вона мешкала
у звичайному українському місті, у багатопо-*

верховому будинку, у двокімнатній квартирі. Ще не ходила до школи, але вже мама й тато навчали її усьому потрібному в житті. Марійка вранці умивалася, чистила зуби, сама причісувалася і навіть мила після сніданку свою тарілочку й філіжанку. І ось одного разу...

Кажуть, що найміцніші зуби у білочки, бо вона ними розгризає горішки. Марійка теж спробувала розгризти. В роті щось хруснуло — це зламався молочний зуб, третій зліва. Дівчинка заплакала:

— Мамусю, у мене в роті аварія!

Мама не почула, вона вивішувала білизну на балконі, зате прибіг тато.

— Що трапилося, донечко?





- Повірити і не заперечувати існування монстрів, не висміювати дитячих страхів.

- Допомогти дитині відчувати себе сильною при зустрічі з невідомим. Вигадайте разом з нею дотепні види боротьби з чудовиськами. Наприклад, візьміть звичайного ліхтарика, прикрасьте його блискітками і назвіть «Чарівним променем». Це як оберіг, що відганяє монстрів за тридев'ять земель. Дитина лягає у ліжку і освітлює ліхтарем усю кімнату, щоб переконатись – страховиська повтікали. Можете спочатку поцікавитись у дитини, чого можуть боятися саме її монстри.

- Прийнятна їй така форма «боротьби» зі страхами, як зображення їх на папері. Спочатку попросіть намалювати чудовисько таким, як дитина уявляє. А потім дитина допомагає йому «подобрішати»: розфарбовує його, прикрашає



стрічками чи віночком, чіпляє на хвоста велику квітку. Якщо ви це їй підказали, – то не біда. Наступного разу вона діятиме самостійно. Такий арттерапевтичний прийом – універсальний: він годиться для багатьох ситуацій, пов'язаних не лише зі страхами, а й з випадками дитячої агресії та ін

- Психологи радять часом порвати малюнок, щоб «випустити пару», адже доволі часто діти проєктують на вигаданих страховиськ якісь свої негативні почуття: злість, агресію, образу тощо.

Щоб ви не робили, є одна важлива умова – треба повірити, що для дітей чудовиська реально існують. Прийнявши факт їхнього існування, ви допоможете їх подолати.

Приклад таблиці, що має на меті полегшити роботу бібліотекаря із текстами.

Назва тексту	Учасники	Зміст заняття	Цілі заняття	Місце проведення	Час
Марійка чекає на брата	Діти віком 3-6 років	Вагітність, поява нових членів сім'ї	Обговорення питання «звідки беруться діти»; формування позитивних почуттів у старшої дитини до молодшої	Читальний зал бібліотеки	25-35 хв.
Чому Марійка боялася темряви	Діти віком 3-10 років	Страх темряви, страх перед невідомим	Пошук способів подолання страху темряви	Читальний зал бібліотеки	25-35 хв.

ПЕРЕБІГ ТИПОВОГО ЗАНЯТТЯ

- 1. Знайомство або вітання.*
- 2. Вправа на релаксацію або ж активізацію учасників (залежно від їхнього емоційного стану).*
- 3. Читання бібліотекарем тексту вголос.*
- 4. Обговорення тексту згідно підготовлених заздалегідь питань.*
- 5. Творче завдання до тексту: інсценізація, малюнок тощо.*
- 6. Ігрова вправа на закінчення заняття.*

Зміст

Передмова	3
Як Марійка лікувала зуба	5
Марійка чекає на братика	22
Захарко — не ангелик...	39
Чому Марійка боялася темряви	55
Що в людини головне	69
Чому Марійка не хотіла йти до школи .	85
Як Марійка образилася на Андрійка . .	102
Чи всі діти мають татів та мамів	117
Замість післямови	135
У який спосіб працювати бібліотекарям з текстами, вміщеними у цій книзі. . .	138



Літературно-художнє видання

Серія «Казка – не казка, а батькам підказка»

*Оксана Думанська,
Юлія Стадницька*

ЯК ЗАРАДИТИ МАРІЙЦІ

*Психотерапевтичні оповідки
та коментарі до них*

Головний редактор *Богдан Будний*
Редактор *Ірина Дем'янова*
Ілюстрації *Ганни Осадко*
Комп'ютерна верстка *Лілії Рейко, Галини Кузів*

Підписано до друку 21.07.2011. Формат 84×108/32.
Папір офсетний. Гарнітура Baltica.
Умовн. друк. арк. 7,56. Умовн. фарбо-відб. 7,56.

Видавництво «Навчальна книга – Богдан»
Свідоцтво про внесення до Державного реєстру видавців
ДК №370 від 21.03.2001 р.
Навчальна книга – Богдан, просп. С. Бандери, 34а,
а/с 529, м.Тернопіль, 46008
тел./факс (0352) 52-06-07; 52-05-48; 52-19-66
publishing@budny.te.ua
www.bohdan-books.com

ISBN 9789661024150

