

Metafory wypracowane na zajęciach 15.01.2005 w PPP w Wolbromiu

O Wilku, który coś zrozumiał

Dawno, dawno temu, za siedmioma górami i siedmioma rzekami, żył sobie samotnie wilk. Był on ogromnie groźny. Prześladował inne zwierzęta w lesie, zwłaszcza słabsze i mniejsze od niego, warczał na nie, wypłaszał z kryjówek. Swym zachowaniem sprawiał, że nikt go nie lubił i tym samym nie miał żadnych przyjaciół. Jednak, czuł się samotny i nikomu niepotrzebny, mimo tego, że wszystkie polowania były udane, a on nigdy nie był głodny.

Pewnego razu zobaczył przed swoją norą biednego, płaczącego zajączka, który nieśmiało poprosił go o pomoc. Wilk był zaskoczony, że takie małe stworzonko, a w ogóle się go nie boi. Wzruszył się ogromnie i zaniósł zajączka do siebie. Tam dał mu jeść, pić, opatrzył jego zranioną łapkę. Nagle poczuł się komuś potrzebny, odkrył przyjemność pomagania drugiej istocie.

Następnego dnia zajączek bardzo serdecznie podziękował wilkowi i z czułością wtulił się w jego miękkie futerko. Ukradkiem zauważył błyszczącą łezką kręcącą się w oku wilka. Kiedy zajączek odchodził, wilk nieśmiało zapytał:

- Czy mógłbyś zostać moim przyjacielem?

A zajączek odrzekł:

- Oczywiście, już nim jestem! O twojej dobroci opowiem wszystkim zwierzętom w lesie!

W ten oto sposób wilk zyskał przyjaciela i przestał atakować inne zwierzęta.

Opracowały: Bożena Galicka, Danuta Grochowska, Maria Kantor, Magdalena Kołdras,
Mariola Kossowska

Bajka o pewnym chłopcu

Za siedmioma górami, za siedmioma rzekami był olbrzymi las, w którym mieszkała leśna brać. Wszyscy zgodnie się bawili: krasnale z wiewiórką, jeżem, sarenką i myszką. Pewnego razu pojawił się w lesie niespodziewany gość. Krasnoludki przestraszyły się Olbrzymia wychodzącego zza drzew i ukryły się w swoich domkach. A tymczasem Olbrzym zmartwił się, że nie znalazł towarzyszy do zabawy. Usiadł na starym pniu i zaczął płakać, tak, że kapiące łzy, utworzyły całkiem duże jezioro.

Zwierzęta obserwowały całą sytuację. Postanowiły porozmawiać z Wielkoludem i go pocieszyć.

Po szczerzej rozmowie okazało się, że Olbrzym nie jest wcale groźny. Potrafi bawić się ze zwierzątkami, mając przy tym wiele ciekawych pomysłów.

Opracowanie: Jadwiga Wolańska, Bożena Marzec, Irena Smoter, Urszula Marcinkowska,
Jolanta Gamrot, Ewa Maciąg

O pewnym lisku

Adaś lat 8: rodzice w trakcie rozwodu; dziecko ma duże poczucie winy, uważa, że jednym z powodów rozstania rodziców jest jego złe zachowanie i problemy w nauce.

Daleko, daleko stąd, tam gdzie na ziemi rosną jeszcze rozległe, dzikie lasy mieszkał z rodziną mały lisek. Mama liska była zawsze bardzo zapracowana: sprzątała, przygotowywała jedzenie. Wszyscy mieszkańcy lasu bardzo ją lubili. Tata lis bardzo dbał o swoją rodzinę. Codziennie chodził do pracy i do domu wracał późno. Jednak nawet jeśli był bardzo zmęczony potrafił znaleźć trochę siły na zabawę ze swoim synkiem. Te wspólne wieczory mały lisek uwielbiał. Upływały miłe lata ale przyszedł czas, kiedy było trzeba pójść do szkoły. Lisek chętnie się uczył ale często nie mógł wysiedzieć w jednym miejscu i wtedy nauczycielka – pani Borsukowa – upominała go aby był grzeczny. Od jakiegoś czasu życie w domu lisów trochę się zmieniło. Tata wracał coraz później z pracy. Mama była coraz bardziej zmęczona i smutna. Lisek zauważył, że rodzice rzadko ze sobą rozmawiają. Czasem z tego powodu nie mógł spać w nocy. Pewnego dnia, gdy nie umiał odpowiedzieć na pytanie pani Borsukowej – ta zdenerwowała się i wpisała mu uwagę. Mały lisek po lekcjach bał się wracać do domu. Chodził po lesie aż do kolacji. Kiedy zbliżał się do nory usłyszał jak rodzice głośno do siebie mówią, kiedy wszedł nawet tego nie zauważyli. Dopiero po chwili powiedział rodzicom o otrzymanej uwadze. Rozpętała się jeszcze większa awantura – rodzice krzyczeli najpierw na niego, potem na siebie. Lisek schował się na swoje posłanie i przykrył mocno kocem. „To wszystko przeze mnie” – pomyślał. Tej nocy długo nie mógł zasnąć. Na drugi dzień przy śniadaniu nie było taty. Mama powiedziała, że wyjechał na jakiś czas. Lisek bardzo się zmartwił, poszedł do szkoły ale nie miał ochoty myśleć o lekcjach. Lisek ciągle dopytywał mamę kiedy tata wróci. Starał się być najgrzeczniejszy jak potrafił ale tata wciąż nie wracał. Mama nie chciała rozmawiać o tym z synkiem. Mały lisek coraz częściej wychodził na samotne spacerki. Któregoś razu spotkał panią Sowę, która wiedziała o wszystkim co dzieje się w lesie. Dopiero ona powiedziała liskowi, że tata przeniósł się do innej nory nie z jego winy. Wie o tym, gdyż rozmawiała z tatą liską i powiedział jej, że bardzo tęskni za swoim synkiem. Bardzo to liska zdziwiło ale teraz czuł się o wiele lepiej. Ciągle jednak zastanawiał się co teraz będzie. Pani Sowa pokazała mu kronikę, w której zapisywała wszystko co działo się w lesie. Znalazła tam historię o słowiku, który mieszkał tylko z mamą i o misiu, którego wychowywał tata. Lisek podziękował sowie i wracał do domu. Zastanawiał się jeszcze nad jednym pytaniem „Dlaczego tata ani go nie odwiedza ani do niego nie pisze”. Wtedy przypomniał sobie co mówiła pani Sowa: „rozglądaj się bacznie dookoła siebie” zrobił to a za drzewem spostrzegł rude futro. „Tata!” – krzyknął. Przywitali się serdecznie, mały lisek mocno przytulił się do taty. Tata odprowadził liska pod norę a po drodze opowiedział wszystko co do tej pory się działo. Zapewnił go, że bardzo go kocha i będzie go często odwiedzał. Kiedy uśmiechnięty lisek wszedł do norki powitała go przejęta mama. „Wreszcie wróciłeś”.

Oprac.

Stanisława Januszek - psycholog

Anna Piwowska - psycholog

O smoczycy Gertrudzie

Dawno, dawno temu za lasami i siedmioma górami, w lodowej jaskini żyła mała, samotna smoczyca Gertruda. Nie miała przyjaciół, nikt jej nie lubił, nie odwiedzał, nie rozumiał.

Rodzice Gertrudy byli bardzo zapracowani poszukiwaniem miejsca na nową pieczarę i urządzaniem jej. Często zapominali, że mają córkę. Kontakty ograniczały się do podrzucania jej jedzenia.

Gertruda bardzo cierpiała z powodu samotności. Wyruszała wówczas pełna złości do pobliskiego grodu poszukując towarzystwa.

Jej pojawianie się wzbudzało jednak popłoch, strach i panikę wśród miejscowej ludności. Ludzie unikali jej, wysmiewali się z jej brzydoty. Gertruda spragniona miłości i przyjaźni, gdy jej nie otrzymywała, wpadała w złość, zionęła ogniem, burzyła i paliła domy, raniła ludzi, zabijała zwierzęta. Poczym wracała z płaczem do swojej jaskini.

Pewnego razu rodzice Gertrudy zmęczeni zachowaniem córki i licznymi skargami okolicznej ludności, która wysyłała najemnych żołnierzy, aby zabić smoczą rodzinę-wywieźli Gertrudę do ciepłych krajów.

Tam smoczych zaprzyjaźniła się z murzynkami, którzy byli dla niej dobrzy, przyjaźnie nastawieni. Akceptowali jej brzydotę i trudny charakter.

Z wdzięczności dla nich i ich przyjaźni smoczych otaczała ich opieką i broniła przed niebezpieczeństwami.

Niestety okres pobytu w zamorskich krajach dobiegł końca i Gertruda musiała wrócić do lodowej jaskini. Próbowwała być dobrym smokiem, ale miejscowa ludność pamiętała ją jako złą i nie dała szans na zmianę jej zachowania. Zniechęcona postawa ludzi, nie mając sił do stałej walki nadal pozostawała złym i samotnym smokiem.

W wolnych chwilach marzyła o powrocie do zamorskich przyjaciół, chciała tam odlecieć na stałe. Tam odnalazła swoje miejsce na świecie.

Ku zadowoleniu Gertrudy rodzice pozwolili jej, aby gdy ukończy 16 lat zamieszkała tam gdzie sama zechce. Gdy dorosła poznała miłego, młodego smoka imieniem Alfred. Wyszła za niego, urodziła siedem smocząt i zamieszkali na stałe w ciepłych krajach gdzie mieli wielu wesołych przyjaciół wśród ludzi i zwierząt. W zamian za ochronę przed złymi plemionami i dzikimi zwierzętami ludzie dbali o swoje smocze wojsko.

Wszyscy żyją gdzieś do tej pory szczęśliwie i wesoło.....

Bajka inspirowana zajęciami mgr Barbary Spierzak na temat technik eriksonowskich wykorzystywanych w pracy z agresją i lękiem.

Autorki - Joanna Paprocka, Ewa Karcz, Iwana Poczesny, Anna Muzyk
Opracowanie tekstu do publikacji: Joanna Paprocka