

Króliczek, którego nie chcieli

Bajka terapeutyczna i karta pracy (wiek 6-9 lat)



KARTA PRACY

„Króliczek, którego nie chcieli”

(dla dzieci w wieku 6–9 lat)

Wskazówka:

Nie wszystkie zadania trzeba pisać.

Można **opowiadać, rysować albo rozmawiać**.

Najważniejsze jest bycie razem i uważne słuchanie.

1. Zatrzymajmy się przy historii

Po wysłuchaniu bajki wróćcie na chwilę do tego, co wydarzyło się w życiu króliczka.

Opowiedz lub pokaż rysunkiem:

- Gdzie był króliczek, gdy inni nie chcieli się z nim bawić?
- Co dokładnie zrobili inni?
- Jak zachowywał się króliczek?

(Dorośli: słuchaj, nie poprawiaj, nie dopowiadaj za dziecko.)

2. Emocje króliczka

W trudnych sytuacjach możemy czuć wiele emocji naraz.

☐ **Zaznacz, pokaż palcem albo nazwij, co mógł czuć króliczek:**

- smutek
- złość
- wstyd
- samotność
- strach
- bezradność

Możesz opowiedzieć:

„Najmocniej czuł chyba

3. Myśli, które pojawiają się w głowie

Gdy ktoś jest pomijany, w głowie mogą pojawiać się trudne myśli.

Opowiedz albo dokończ ustnie zdanie:

- „Gdy inni nie chcieli się z nim bawić, króliczek mógł pomyśleć, że...”
- „Ta myśl sprawiła, że poczuł się...”

 **Pytanie do rozmowy:**

Czy to była **prawda**, czy tylko **myśl**, która się pojawiła?

4. Co było winą króliczka, a co nie?

Nie wszystko, co się dzieje, jest naszą winą.

 **Powiedz, na co króliczek nie miał wpływu**

 **Powiedz, na co mógł mieć wpływ**

- zachowanie innych dzieci
- to, że inni go nie zaprosili
- to, jak myślał o sobie
- to, czy poprosił o pomoc
- to, jak o siebie zadbał

(Dorośli: to dobry moment na spokojne doprecyzowanie, bez moralizowania.)

5. Jak można zadbać o siebie?

Gdy ktoś jest wykluczony, ważne jest, by nie zostać z tym samemu.

 **Opowiedz:**

- Do kogo króliczek mógł się zwrócić?
- Co mogło mu pomóc, choć trochę?
- Co TY robisz, gdy czujesz się pominięty albo smutny?

6. Ważne zdanie na koniec (opowiedziane, niepisane)

 **Dokończ ustnie zdanie:**

„To, że inni mnie nie chcą, **nie znaczy**, że...”

(Dziecko może powiedzieć jedno słowo, całe zdanie albo tylko pokazać gestem.)

Krótką wskazówką dla dorosłego

Nie spiesz się.

Nie poprawiaj.

Zwracaj uwagę **jak dziecko mówi**, nie tylko co mówi:

- tempo,
- pauzy,
- emocje,
- unikanie tematów.

Opowiadanie daje więcej niż szybkie pisanie. A bycie obok w tej rozmowie jest ważniejsze niż „dobra odpowiedź”.

© mocslowaterapia.pl