Дитячі історії у недитячий час

Автор: Марія Мусурівська
Ілюстратор: Людмила Нацвлішвілі

Чому ми не вдома

**В кінці історії - декілька слів для батьків*



Тетянка і мама знаходяться у сховищі (*у підвалі, метро — оберіть те, що найбільше відповідає вашій ситуації*). Вони одягнені у теплий одяг і сидять на пледі, який мама захопила з собою з дому. Мама з Тетянкою також взяли з дому трохи речей та їжі, і термос з чаєм. Усе це вмістилось у два рюкзаки. Поряд з Тетянкою на пледі зручно вмостилась собака Ніка — домашня улюбленица породи коргі. Вона всюди з родиною, в усіх мандрівках, і сьогодні також. А ще з ними улюблена м'яка іграшка Тетянки — біле зайчатко. Дітки з інших родин теж з рюкзаками та іграшками. Багато хто також сидить з батьками на пледах.

Мама протягує доньці чай, налитий у кришку від термоса:

— Тетянко, ось тобі теплий солодкий чай, і трохи печива.

— Дякую, але я не хочу, — схлипнула дівчинка. — Я хочу додому.

— Я теж хочу додому, моя люба, — зітхнула мама. — І всі навколо теж.

— То чому ж ми не йдем додому? — сердито запитала дівчинка. — Вдома тепло і затишно. Вдома смачна їжа і мої іграшки. Моє ліжко, де я сплю, мій рушничок, з яким я вмиваюсь. Вдома мій одяг і взуття. Я так хочу додому! Мені тут не подобається! Тут холодно і незатишно. І чужі люди навколо, — Тетянка боязливо озирнулась.



— Ми тепер не чужі, Тетяно. Ми всі тут — бо захищаємо життя тих, кого любимо, — спокійно сказала мама.

— Це як? Я ж тут нічого не роблю, просто сиджу, — розвела руками дівчинка.

— Інколи просто сидіти — це найкраще, що ми можемо зробити. І до того ж, ми не просто сидимо — ми сидимо у безпечному місці, — зауважила мама. Це наша спільна схованка, де ми бережемо наші життя від тих, хто життя не любить.

— Як це так — хтось не любить життя? — сильно здивувалась Тетянка.

— На жаль, є такі люди, — понуро сказала мама. Це дуже сумно. Ті, хто не люблять життя — злі люди. Вони хочуть зруйнувати наші домівки і наші життя.

— Мамо, мені так страшно! — сказала Тетянка, забралась до мами на коліна і сильніше притиснула до себе іграшкове біле зайча. Мама міцно обійняла доньку, ніжно поцілувала і мовила:

— Не бійся. Наші сміливі мужні чоловіки захищають зараз наші домівки і наші життя від руйнівного зла. А ми їм допомагаємо. Бо захищаємо життя тих, кого ми любимо тут у сховищі. Я ось люблю тебе і захищаю твоє життя тут, сидячи разом з тобою у безпечному місці.



— А я люблю нашу Ніку. Я нікому не дам її образити! — посміливілаша дівчинка.

— Так, молодчина, — підтримала мама. — Коли наші захисники проженуть лихих людей — ми усі зможемо повернутись додому.

— А якщо вони не зможуть прогнати злих людей, — засумнівалась Тетянка, — ми назавжди залишимось тут жити?

— Тетянко, добрих людей дуже багато! — запевнила мама.

— Багато отак? — показала дівчина, роблячи рух руками, наче тримає великий м'яч.

— Багато ооооотак, — мама широко-широко розвела руки. — Ціла планета!

— Ого! — здивувалась дівчинка.



— Авжеш! Добрих людей набагато більше ніж злих. Ті, хто люблять життя, хочуть товаришувати і гратися — точно подолають лихих. І ми всі повернемось додому, — впевнено сказала мама. Подивись як нас тут багато — ми всі тут любимо життя! Тому, ми всі його тут захищаємо.

— І я теж? — здогадалась Тетянка.

— І ти теж. Уявляєш, ти — захисниця життя! — усміхаючись сказала мама.

— Вау! Я справжня захисниця життя! — зраділа дівчинка. — Чуєш, Ніка? — переможно вигукнула Тетянка і підняла руку вгору, неначе у неї в руках був меч. Собака Ніка теж зраділа і почала весело махати хвостом.

— То як, вип'єш чаю? — знову запропонувала мама.

— Еге ж! І навіть печиво з'їм! — завзято відповіла дівчинка. — Я ж так життя захищаю?

— Захищаєш! — підтвердила мама і простягнула доньці печиво. Тетянка на мить замислилась, а потім сказала:

— Мамо, а можна ще печива? Я дам отому хлопчику, що сидить поряд з нами — нехай він теж захищає своє життя! — сказала Тетянка і пішла до сусідньої родини, щоб пригостити хлопчика печивом. Адже тут усі згуртувались, щоб захистити життя.



**Привіт! Ці тематичні історії у форматі діалога — один із способів пояснити дитині те, що зараз відбувається у нашій країні. Пояснити як? — Піклуючись про тендітну дитячу душу, оберігаючи її від руйнівної ненависті і підтримуючи віру в добро.*

Використані акценти: добрі люди - цінують і захищають життя у всіх його проявах. Злі люди — ті, хто ображають життя у всіх його проявах. Багато людей на планеті, незалежно від відмінностей, гуртуються навколо захисту життя від зла, і це найважливіше.

Ця історія може допомогти дорослим знайти відповідь на питання "чому ми не вдома", "чому не можна на вулицю", "чому ми ховаємось у сховищі/притулку", "чому навколо так багато людей", "що ми усі тут робимо". З турботою про дітей та батьків.

ТЕРАПЕВТИЧНА КАЗКА ДЛЯ ДІТЕЙ «ПТАХ СВІТЛА»

Чи чули ви , як шумить сосновий ліс? Звичайний ліс, у якому весело щебечуть пташки, дзюрчать струмочки та проживають звичайні лісові мешканці.

Але сьогоднішній ранок у сосновому лісі розпочався не зі співу птахів, а із тривожної новини про появу над містом вогнених птахів. Ніхто зі звірів їх раніше не бачив, але всі відчували, що ці непрохані гості прилетіли зі злими намірами. От і наш маленький Єнотик ніколи раніше не зустрічався з вогненими птахами, але по маминому стурбованому обличчю зрозумів, що сталося щось непередбачуване. Єнотик намагався дізнатися у мами, що ж трапилося, але дорослим було не до нього: вони постійно кудись телефонували та збирали речі.

Дорослі трішки заспокоїлися лише коли дісталися до старого куща калини, під яким Єнотик побачив дбайливо вириту лисячу нірку. Біля цієї нірки збиралися і інші звірі. «Нарешті я зможу поспілкуватися з мамою.» - подумав Єнотик, коли вони присіли на м'якеньке покривало поруч з двома лисенятами-близнючками.

Із розмов дорослих Єнотик зрозумів, що над їх рідним лісом тепер можуть літати небезпечні вогнені птахи. Але у нас є відважний охоронець: у небі впевнено літає, захищаючи ліс та його мешканців мужній Птах Світла. Нашого захисника бояться навіть вогнені птахи. Єнотик його теж ніколи не бачив, але дорослі говорили, що Птах Світла має сильні великі крила та безстрашне серце. І він завжди перебуває на стороні Добра. Ці слова трішки заспокоїли Єнотика та додали йому впевненості.

- Мамо, а ми завжди будемо йти до лисячої нірки, коли з'являтимуться вогняні птахи? – запитав Єнотик.

- Так, адже тут безпечно. І саме тут ми зможемо перечекати небезпеку, щоб потім повернутися до свого житла і до своїх щоденних справ.

- А нам не буде тут сумно? Чим ми тут будемо займатися?

- Ми можемо грати в ігри, спілкуватися, знайомитися з іншими звірятами, читати казки, співати і багато чого іншого. За спільною справою і час іде швидше.

- А якщо мені стане трішки страшно? – запитав Єнотик.

- Тоді я тебе обійму і увесь страх розвіється.

- А якщо мені стане дуже страшно?

- Тоді я тебе обійму міцно-міцно і страх вимушений буде підти, бо для нього просто не залишиться місця. – сказала мама і ніжно погладила Єнотика по голівці.

- А можна я також буду обіймати і нашу Мишку? Вона ж маленька і їй також може бути страшно. Ти обійматимеш мене, а я обійматиму Мишку. Такий собі обмін обіймами. - посміхнувся Єнотик.

- Звичайно, можна. Коли ми підтримуємо один одного, то стаємо сильніші і нас нікому не здолати.

- А Птах Світла у цей час обійматиме нас усіх і наш ліс… Мамо, а він справді переможе вогнених птахів?

- Звичайно, він же Птах Світла, а Світло завжди перемагає темряву. Після темної ночі завжди наступає світлий день.

- А як ми можемо подякувати Птахові Світла за наш захист?

- Просто підійми очі до неба і скажи «Дякую».

- І він почує?

- Обов'язково почує.

Саме так і зробив Єнотик , коли вони з мамою вийшли із лисячої нірки: підняв очки до неба і тихенько сказав «Дякую». Яким же було його здивування, коли із-за хмар неочікувано вийшло сонечко і освітило промінцями їх ліс.

- Мамо, він мене почув! Дивись, він мені моргнув! Тепер я точно знаю, що Світло обов'язково переможе темряву! – весело підстрибуючи, закричав Єнотик.

- Звичайно, синку. – сказала мама і ніжно обійняла Єнотика і його маленьку Мишку.

Після прочитання казки, можна запропонувати дитині намалювати Птаха Світла (як дитина його уявляє) та обговорити казку.

ХАТИНКА ДЛЯ РАВЛИКА

День видався теплим і сонячним. Дарусик грався надворі зі своїм песиком Міккі. Хлопчик жбурляв йому м'ячик, а той, кумедно підстрибуючи у високій траві, відшукував його і повертав господарю.

Вкотре Міккі побіг на галявинку в пошуках м'яча. Раптом цуцик помітив, що біля м'ячика крутиться якийсь слимак.

– Гав-гав-гав! – зарепетував собака.

Слимачок вмить скрутився і заховався під м'ячик.

– Міккі, чому ти там так забарився? – раптом гукнув Дарусик.

– Тут слимак біля м'яча, – боязко відповів пес.

– Ти злякався слимачка? – розсміявся хлопчик.



– Зовсім ні! – відказав собака. – Просто він не віддає м'яча!

Дарусик підійшов до цуцика і вони обоє нахилились до землі. Хлопчик бережно підняв м'яча і побачив маленького черевоногого.

– Не чіпайте мене, будь ласка! – жалібним голосом мовив слимачок. – Я загубив свою хатинку-мушлю, і тепер я геть беззахисний!

– А як виглядала твоя хатинка? – запитав розчулившись хлопчик.

– Вона була дуже схожою на ваш м'ячик. Така ж маленька і кругла. Я носив її на спині і у будь-якому місці почувався, як вдома!

– То ти Равлик! – радісно вигукнув Дарусик.

– Так! – ледь усміхнувшись, мовив слимачок.

– Не турбуйся, друже! Ми тобі допоможемо!

Дарусик та Міккі вмить узялись допомагати Равлику. Вони обшукали усю галявину, заглянули під кожен кущ, та хатинки ніде не було!

– Що ж тепер робити? – думав Дарусик.

– А давай знайдемо йому нову хатинку? – раптом запропонував Міккі.

– Чудова думка, друже! – сплеснув у долоні хлопчик.

Малята почимчикували у дідусів сарай і почали розбирати старі речі.

– Знайшов! – скрикнув Міккі, виймаючи старий бабусин чайник.

Черевоногий неспішно поліз у чайник, але той здався йому холодним і незатишним...

– Завеликий! – мовив малюк.





Міккі нишпорив далі. Аж раптом побачив маленький свисток, що висів без діла.

– Знайшов! – радісним голосом скрикнув пес.

Дарусик узяв свисток і підніс слимачку, але той не міг у нього навіть влізти!

– Замалий! – сказав Дарусик. – Не підходить!

Малята ще довго нишпорили у сараї... Враз побачили, як щось блиснуло з-за старих дощок.

Міккі підійшов ближче і вигукнув щасливим голосом:

– Хатинка із золота! Та ще й з музикою!

Дарусик відхилив дерев'яну дошку і побачив старенький татусів саксофон, з яким він у дитинстві ходив до музичної школи.

– А як тобі ось така хатинка? – запропонував Равлику хлопчик.

Той зрадів і заповз у трубу. Та за кілька хвилин виліз і тужно зітхнув:

– Я вже ніколи не знайду кращого будиночка за свою мушлю! Навіть музична хатинка із золота не замінить затишок у моєму рідному домі!

Малята присіли на лаві і засумували!

«Що ж тепер робити? Як допомогти слимачку?» – думали вони.

Зненацька Міккі зірвався з місця, побачивши сусідського кота!

– Гав-гав-гав! – зарепетував він.

Мурчик прудко видерся на дерево і зашипів у відповідь.

– Залиш його, Міккі! – мовив малюк. – Нехай грається!

– Тільки не на моїй галявині! – сердито прогарчав пес.





Дарусик підвів голову, щоб глянути на кота, і випадково помітив незвичайну підвіску у нього на шиї.

– Що це? – з подивом запитав хлопчик.

– Це мій медальйон! Я знайшов його біля виноградника. – відповів кіт.

– Та це ж моя мушля! – радісно вигукнув Равлик.

Дарусик підійшов до дерева і ласкаво попросив котика:

– Віддай, будь ласка, свою прикрасу! Це хатинка нашого друга Равлика!

Кіт з острахом глипнув униз:

– А Міккі мене не чіпатиме?

– Ні! Він хороший! – запевнив малюк, гладячи собаку по голівці.

Перестрибуючи з гілки на гілку, кіт швиденько спустився і підніс мушлю слимачку. Той узяв хатинку і висадив її прямісінько на спину! Потім він скрутився клубочком і захо-вався у ній.

– Дякую, друзі! – раптом пролунало з мушлі. – Завдяки усім вам, тепер я знову вдома!



Арт-терапевтична казка "КУЛЬБАБКА"

Невеличка родина кульбабок прокинулась зранку й повернула свої жовті голівки до сонечка. Це була звичайна родина кульбабок – мама, тато, дві сестрички, братик, бабуся й дідусь Поступово квіточки почали відкриватись після нічного сну, напитувались зранку енергією сонечка і вмивалися краплинками прозорої роси. Поряд на чарівній галявині, під старезним дубом, ще жила величезна кількість таких родин кульбабок. Всі вони разом створювали велике жовто-гаряче поле квітів, які давали прихисток для безлічі жучків, павучків, черв'ячків і метеликів.

Одного ранку, високо в небі над галявиною з'явилася велика блакитна повітряна кулька. Вона повільно кружляла в небі, а кульбабки заворожено дивились на неї. Маленькі дітлахи-кульбабки весело щебетали, запрошуючи повітряну кульку пограти з ними: «Гей кулька, лети до нас, розкажи, що ти бачила цікавого, що чула захопливого?». Однак, повітряна кулька не звертала на них уваги. Вона, парила в небі, так граціозно й велично, наче всім своїм виглядом хотіла показати, що вона найкраща.

Через деякий час кулька таки почала поступово знижуватись. І ось вже сріблясta мотузочка, яка тримала кульку, почала лагідно торкатись голівок кульбабок. Вона їх наче лоскотала, що кульбабки почали мружитися і сміятися від задоволення. «Ну нарешті, ти спустилася! Давай вже грати!» - заторохкотіли дітлахи-кульбабки. Повітряна кулька, опустилась ще нижче і почала розповідати кульбабкам про свою веселу подорож. Кульбабки дізнались, що за межами їх великої жовто-гарячої галявини, є інші чарівні місцинки: густий дрімучий ліс, солоне синьо-бірюзове море, бронзове поле пшениці та довга темно-синя річка із крутими берегами.

Після розповіді повітряної кульки, кульбабки знову стали просити її пограти з ними: «А давай, ти будеш літати і лоскотати нас своєю мотузочкою або підніматись високо в небо і швидко на нас опускатись, а ми будемо від тебе ховатись, закриваючи свої квіточки!». Однак, повітряна кулька, гордовито поглянувши на кульбабки, сказала: «Оце ще! Грати?! Звами?! Ви ж сидите на одному місці, нічого не бачите, нічого не робите!». Кулька повільно полетіла уздовж галявини, продовжуючи говорити до кульбабок: «Що ви вмієте робити? Ви все своє життя проводите на одному місці!». Дітлахи-кульбабки похнюпились, засумували і похилили свої голівки-квіти. Вони тихенько зітхали і почали думати, що їхнє життя виявляється дуже нецікаве.

Враз і всі дітлахи-кульбабки одразу замовкли і навкруги запанувала неймовірна тиша, що можна було почути як дзижчіть комарик і, навіть, як пурхають крила у метелика. Таку загадкову тишу на галявині не могли не відчути батьки-кульбабки. І ось матуся-кульбабка звернулась до своїх дітей: «Чому ви опустили свої голівки, чому сховалися від сонечка і сумуєте?». «А

чому нам радіти?» - сказала середня донечка. «Який сенс нашого життя?» - запитала найстарша донечка. А менший братик заторохкотів: «Так-так, як скучно ми живемо, нічого не бачимо окрім своєї галявини!».
Мама задумалась: «Це вам повітряна кулька про таке розказала?». Діти дружно захитали голівками. Мама на декілька хвилин замислилась, а потім заговорила лагідним голосом. «Так, ми не можемо рухатись і пересуватися. Однак, ми можемо рости вгору, повертати свої голівки в бік сонця, відкривати та закривати свої голівки-квіти. Але найголовніше, що ми можемо – це давати прихисток для комах, які живуть в нашому листі. Давати їжу для метеликів і комах, які харчуються нашим нектаром. Наше коріння достатньо міцне, в ньому ховаються черв'ячки й інші жучки, і воно слугує для них надійним домом. Коли ми поступово дорослішаємо, то наші голівки стають білими і пухнастими, оскільки в них з'являються насінинки. І невдовзі з цих насінин народжується нова кульбабка. Мабуть оце і є наша мета життя!». Дітлахи мовчали. Тишу порушила старша донька: «А як же повітряна кулька? Що вона робить за все життя?». Мама з посмішкою відповіла: «В тому то і річ, що повітряна кулька нічого сама не може робити. Вона навіть літає завдяки нашому другу степовому вітру. І летить лише туди, куди дме вітер. Вона навіть напрямок і силу руху не може вибрати! Повітряна кулька – просто красива прикраса і більше нічого. Але вихваляється як наче, вона дуже важлива і значима». І наче в підтвердження матусиних слів враз піднявся дуже сильний вітер і поніс повітряну кульку високо-високо в небо.
Дітлахи-кульбабки ще довго мовчали і дивились в безкрає небо….
Автор: психолог Наталія Пасічник
Питання для обговорення:
💛Де жила родина кульбабок?
💙Якою була родина кульбабок?
💛Хто прилетів в гості до квіточок?
💙Чому засумували дітлахи-кульбабки?
💛Які якості мали квіточки, а які – повітряна кулька?
💙Як ти думаєш в твоєму оточенні є люди які схожі на кульбабки? А на повітряну кульку?

- Яким бути краще?

ЧАРІВНИК ТА ВІВЦІ

«На галявині, серед величезного лісу, жив-був чарівник, у якого було велике стадо овець. Кожен день він з'їдав одну вівцю з отари. Вівці завдавали чарівникові багато клопоту: вони розбіглися по лісі, і йому доводилося витрачати дуже багато часу на те, щоб зловити одну вівцю, а інших знову зібрати в стадо. Звичайно ж вівця, яку він збирався вбити, відчувала це і починала відчайдушно опиратися, і її крики лякали інших. І тоді чарівник вирішив придумати таку хитрість: він поговорив з кожною вівцею наодинці, і кожній щось навіяв.

Одній він сказав: "Ти не вівця, ти така ж людина, як і я. Тобі нічого боятися, адже я вбиваю і з'їдаю тільки овець, але ти єдина людина в цьому стаді і значить - мій найкращий друг".
Другий він сказав: "Чому ти тікаєш від мене, як інші вівці? Ти ж левиця і тобі нічого боятися. Я вбиваю лише овець, а ти мій друг".
Третю він переконував: "Послухай, ти не вівця, ти вовчиця. Вовчиця, яку я поважаю. Я, як і раніше, буду продовжувати вбивати щодня одну вівцю з отари, але вовчиці, найкращому другові чарівника, нема чого боятися".
Таким чином , він поговорив із кожною з овець і кожної вселив, що вона не вівця, а зовсім інша тварина, яка відрізняється від всіх інших овець в отарі.
Після цієї розмови поведінка овець повністю змінилося - вони абсолютно спокійно паслися і більше ніколи не втікали в ліс. І коли чарівник вбивав чергову вівцю, вони думали: "Ну ось , вбили ще одну вівцю, а мені - леву (вовку, людині... , ...) , найкращому другові чарівника, нічого боятися ".
І навіть вівці, яких він вбивав, перестали чинити опір чарівникові. Він просто підходив до однієї з них і говорив: ".. О, мій кращий друже, ми давно не спілкувалися. Підемо до мене у двір. Мені потрібно з тобою порадитися з приводу стада овець ". І вівця з гордістю йшла за чарівником на двір. І там він дійсно питав у свого кращого друга, як йдуть справи в стаді. Жертва з радістю розповідала йому про все, а потім чарівник вбивав її. Оскільки смерть наступала миттєво, то вівця нічого не встигала зрозуміти.
Чарівник був дуже задоволений: він високо підняв самооцінку кожної з овець, у результаті вони перестали забивати собі голову думками про неминучу смерть, стали менш невротичні, насолоджувалися життям і спокійно щипали траву, в результаті чого їх м'ясо стало значно смачніше. Протягом багатьох років чарівник легко управлявся з величезним стадом, і найцікавіше, що решта овець стали йому допомагати: якщо яка-небудь занадто кмітлива вівця починала здогадуватися про справжній стан речей, то інші вівці - ну, тобто леви, люди, вовки - кращі друзі чарівника, повідомляли йому про дивну поведінку цієї вівці, і наступного дня чарівник із задоволенням її з'їдав...
Така ось притча. А ви, до речі, ким себе вважає - левом, вовком чи, може, навіть людиною? ... »
(улюблена притча Георгія Гурджиєва, який частенько розповідав її своїм учням)
Ваш Сенс 💚
P.S. На фото - інсталяція "Вівці з телефонних дротів", Музей комунікацій, Франкфурт, Німеччина.