A 2022 szeptemberében induló féléves program tematikája a következő:

**1. téma: Énerősítés, bátorságnövelés, asszertív kommunikáció** (szeptember-október, 4 hét, heti 1 óra).

Előrebocsátom, hogy az egyes témákat gyakran egy-egy mese köré építjük fel, a Metamorphoses alkotó-fejlesztő meseterápiás módszer segítségével (amit Boldizsár Ildikó neve fémjelez). De azért ne hagyjátok itt abba az olvasást, mondván, hogy Ti már kinőttetek a mesékből! 😉 Ugyanis a meseterápiának ez az ága, amit én magam is tanultam, alapvetően felnőttek számára kitalált módszer (tehát nemcsak a gyerekek, hanem minden generáció előtt nyitott), ezért biztosíthatom: a dolog nagyon is komoly, és nem „mese”! 😊 Ezzel egyetemben olyan programot kínálok, ami 2 az 1-ben: miközben a szövegértés és szövegalkotás fejlesztésével foglalkozunk, az ön- és társismeretünk is gazdagodik, és reményeim szerint pszichésen is edzettebben kerülhetnek ki a résztvevők erről a tanfolyamról.

Az első tematikus egységünkben az állatmesékben rejlő értékeket hívom segítségül. Az állatmesékben mindig valamilyen életbölcsesség vagy erkölcsi igazság van megfogalmazva, s úgy hatnak a mese hallgatóira, hogy a mesében kódolt üzeneteket magukra tudják vonatkoztatni. Van köztük sok bátorságnövelő, énerősítő mese – én most ezekre helyezem a hangsúlyt, mert úgy gondolom, hogy a disz…-es gyerekeknek ilyen típusú lélektani megerősítésekre talán még az átlagnál is nagyobb szükségük van. S miért ne kötnénk akkor össze a kellemeset a hasznossal? Az állatoktól lehet példát venni: ahány állat, annyi utánzási lehetőség. A negatív alakoktól sem kell tartani, ők ugyanis tanítómesterként vannak jelen: a negatív tulajdonságok felismerésében, tudatosításában és kezelésében segítenek. Az állatmesék továbbá hiteles lenyomatai mindenféle lélektani helyzetnek, tükröt tarthatnak a nem jól működő emberi viszonyokról, segíthetik a helyzetek többszempontú megértését, így a konfliktusok kibogozását.

**2. téma: A hazugság és a csúfolódás** (október-november, 4 hét, heti 1 óra).

A második tematikus egységben a mesetípusok közül a hazugságmesékkel dolgozunk. Ezekben a mesékben felfordulnak a viszonyok, kicserélődnek a szerepek, rengeteg a kalamajka. A dolgok és emberek folyamatosan egymás bőrébe bújnak. A hazugság és a csúfolódás nagyon régi emberi működések, amelyekkel úgy tudunk a legsikeresebben zöld ágra vergődni, ha nem elzárni, hanem kezelni tanuljuk meg őket. A szövegfeldolgozásokon keresztül ebben is szeretnék segíteni a hozzám fordulóknak.

A feldolgozandó történetek között szerepel majd Max Lucado: Értékes vagy! című meséje, amely alapvetően egy vallásos beállítottságú mese a titokzatos foltmanókról, de sokféleképpen meg lehet közelíteni. Fő témája a csúfolódás, mások kirekesztése a közösségből, ennek kapcsán az érintettek szégyenérzete, és természetesen a helyzet kezelési, megoldási lehetőségei. Úgy gondolom, sajnos tipikus és fontos kérdések gyermekeink vagy akár a saját magunk mindennapi életében is. Csúfolták már gyermekedet az olvasási nehézségei miatt? Esetleg Te magad jársz hasonló cipőben? Itt a lehetőség megtanulni, hogyan kezeljük ezeket a nehéz helyzeteket, hogyan maradjunk egy közösség megbecsült tagjai, vagy hogyan váljunk azzá – még akkor is, ha…, vagy annak ellenére, hogy… 😉

**3. téma: A lehetetlennek tűnő élethelyzetek kezelése** (november-december, 4 hét).

A félév harmadik tematikus egységében átlépünk a varázsmesék birodalmába. Tudjátok, ezek olyan típusú mesék, amelyekben vannak természetfölötti lények, mágikus elemek, segítők, királykisasszonyok… Megjelennek a sárkányok, az elvarázsolt feleségek/férjek/testvérek, a csodálatos tárgyak, a bűvös képességek. Mindig valamilyen hiánnyal vagy károkozással kezdődnek, a mese végére pedig ez megszűnik. Mindig lehetetlen feladatok köré szerveződnek, s azt mutatják meg, hogy az ember képes legyőzni a lehetetlent is, vagyis sok erőt és bátorságot tudnak adni. A varázsmesék azt mutatják meg, hogy nincs lehetetlen, neki kell menni a legnehezebb élethelyzeteknek is. Mindig lehet megoldást találni. A belső lehetőségeinkkel találkozunk általuk, a rejtett lehetőségek meglátását segítik elő.

Kedves kis vagy nagy Disz…-esek! Nincs lehetetlen! 😉

Mindegyik tematikus egységben jelen lesz a klasszikus balett, egy-egy balettmese formájában. Tehát nem kell attól tartani, hogy a szövegértés egy egyhelybenülős, borzasztó kényelmetlen, álmosító és minden izgalmat nélkülöző, monoton, dögunalmas… (mit mondjak még?:)) szokásos különóra (plusz teher) lenne. Minden alkalommal mozgunk is: mindig az adott témához illő, egyszerű balettmozdulatokat tanuljuk meg, híres és inspiráló zenékkel ismerkedünk. Igen, most a nagyobbak is lehetőséget kapnak ahhoz, hogy ezen a téren kipróbálják magukat, mindenféle alkati adottságoktól függetlenül! Lehet, hogy tetszeni fog! 😊 S ha mégsem, nyilván nem tragédia: nem balerinaképzőbe jöttök, s ha a sok szövegelés végén Neked inkább ahhoz lesz kedved, hogy behunyt szemmel hallgasd a zenét, míg a többiek tánclépéseket próbálgatnak, azt is megteheted. Szeretettel várlak!