

Книжката е издадена с подкрепата на Дарителски кръг "Развитие" на фондация "Работилница за граждански инициативи"



ФОНДАЦИЯ
РАБОТИЛНИЦА
ЗА ГРАЖДАНСКИ
ИНИЦИАТИВИ

Автор: Вера Колешева

Редактор: Александър Миланов

Издание на Националната асоциация за приемна грижа
www.naprg.eu
info@naprg.eu

Благодарности на милите, креативни и добри хора от студио
GEOMETRIA
www.geometria.net



Книжка от асбест



Съдържание



1. Въведение

- Към теб
- История на живота
- Какви са ползите от работата по Книгата за история на живота"

2. Кутия от обувки

3. Аз

- Аз и моят ден
- Аз и моите чувства
- Аз и моето семейство
- Аз и другото ми семейство
- Аз и това, което ми се е случило
- Аз и сега
- Аз и моето училище/ Детска градина
- Аз и после

4. А сега накъде...

5. Заключение

„Всяка истинска способност за помощ започва със смирение пред този, комуто искам да помогна. Затова трябва да съзнавам, че желанието да помогна не е желание да властвам, а желание да служа.“

Сьорен Киркегор

Не ми бе лесно да реша как точно да ви въведа в тази книжка. Искаше ми се да е по лесен и достъпен за всеки начин, да ви зареди с желание. Да не си кажете, че това е поредната книга с претенциозни думи, която не ви казва нищо ново и се опитва да ви дава съвети как да се справяте. Тогава си спомних за един случай и някак от самосебе си, всичко се завъртя около него...

Работих с едно дете на 7 години, изоставено от раждането си в социален дом, местено от едно място на друго и никъде не намерило своето място. Един ден, в разговор, то сподели: „Аз не съм роден. Мен са ме намерили в една кутия от обувки на боклука....“ От тогава измина много време, но аз не спирам да мисля за тази представа на детето. Работих и се срещам и с други деца с подобна съдба. Почти всички, по някакъв начин, имаха подобно разбиране за своето раждане. Не спирам да се питам - къде сме всички ние около децата, за да ги оставим да градят подобни представи за себе си и за своята история. Когато нямаш нищо, на което да стъпиш и обясниш случващото се с теб, най – лесно е да се идентифицираш с боклук. Боклук, който никой не желае, отхвърлен, без история и корени...

Понякога, ние, възрастните, приемаме по подразбиране, че познаваме и разбираме децата. Познавам родители, които имат идеята, че знаят всичко за децата си и детството, защото са извървели този път. Всички възрастни винаги искаме най – доброто за децата си. Искаме да направим животът им лек, успешен и добър. И в желанието си да им спестим нашите грешки, правим опити да ги формираме по свой образ и подобие, без да отчитаме факта, че все пак те са различни от нас. В този стремеж изпускаме

прекрасни мигове с тях, защото можем просто да седнем заедно с тях и да вършим неща, които обичаме. И често това е достатъчно...

Тази книжка не си поставя за цел да предоставя рецепти, защото такива няма. Няма, защото е трудно едно и също нещо да се приложи към хилядите различни детски истории и съдби. Но има претенции да ви подкрепи по нелекия път, по който сте поели заедно с детето. Има, защото ще се опита да ви помогне да разберете и подкрепите детето, по начин, който да докосне индивидуалността и уникалността му.

Да, това е трудна задача!

Защото все пак са деца, а не малки възрастни. Не можем да държим бебетата отговорни по стандартите на възрастните. Сблъскавала съм се с родители, които очакват от децата си поведение, което би било релевантно за тях самите. А това дали е релевантно на ситуацията?! Не разбирам хората, които считат децата за малки възрастни, които просто не се държат добре. Възрастните, които изискват поведение на възрастни от децата са способни много да навредят. Трябва да разберем, че децата не са миниатюрни възрастни, които по свой избор не се държат добре, че това е каприз, който със строго поведение може да бъде преодолян. Децата достигат до зрялост бавно, минавайки през различни етапи на развитие. Наша задача е да осигурим такава заобикаляща среда от грижи, които биха повлияли позитивно на емоционалното, физическото, психичното, интелектуално и социално развитие на децата. Много по – лесно е да помогнем на децата, ако първо се опитаме да ги разберем, да разберем поведението им. Често изпадаме в капана на собствената си родителска безгрешност като единствено и само изискваме от децата, без да направим опит да ги чуем и разберем. Действаме от позицията на опитни и зрели и с идеята, че знаем какво е най – добро за тях.

Тази книжка ще направи опит да ви помогне, заедно с децата, да се опознаете, да развиете разбиране един към друг. Понякога няма да е лесно, ще има болезнени теми. Но те са част от историята на децата, с които сте се срещнали във вашите собствени семейства. За тези трудни моменти трябва да се говори, защото само така децата ще се ориентират в живота си и няма да градят в съзнанието си нездрави представи. Представи, изградени на разбирането, че те са виновни за съдбата си, че са „грозни“, „лоши“, „непослушни“. Тези чувства са вид автоагресия, провокирана от нас – възрастните. А в даден момент тази емоционална автоагресия се трансформира в агресия към света и хората.

Историята на моя живот

Всеки има история на живота, градена в продължение на дълги години от баби, дядовци, лели... и целия ни род. Ние се раждаме в мига, в който нашите родители решават да имат дете. Някъде дълбоко в съзнанието ни стои това знание. Дори да не ни е заявено с думи, то е отразено в грижата за нас, когато сме се родили. Ние растем и се развиваме, защото сме имали шанса да имаме това знание и то да ни подкрепя в пътя да станем социални същества. Да бъдем емоционално здрави и стабилни, да се свързваме с хората, да бъдем НИЕ. Не всяко дете има този шанс.


Често не си даваме сметка какво е за човешкото съществуване „историята на моя живот“. Ще опитам да илюстрирам така...Мислите ли, че цвете или дърво, може да се развие, разцъфти и даде плодове без корени? Работата по историята на живота с деца, които не са имали шанс да имат това знание, е благодатна и им помага да развият разбирането за себе си. Работата се изразява в запис на историята по различни начини – с думи, рисунки, снимки, приложения. Специфичното е, че по историята на живота се работи с помощта на възрастен доверен човек, който да води детето през процеса.

Има различни формати на Книгата за история на живота. Различията се основават повече на културалните особености, отколкото на същността. По съществени са общите допирни точки, с които трябва да се съобразим. А те са:

- Книгата трябва да обхваща миналото, настоящето и бъдещето на детето.
- Книгата е на детето и то трябва да ви води по този път, а не вие него. Вие го подкрепяте ненатрапливо и спокойно.
- Ритъмът за работа по книгата задава детето.
- Използвайте занимания и методи, които са приятни и интересни за детето.
- Възрастният трябва да е добре подготвен и запознат с историята на детето, защото то ще задава въпроси.
- Книгата остава с детето, където и да отиде то – при семейството си, или при осиновители.

Какви са ползите от Книгата за история на живота?

- Помага да изградите връзка на доверие с детето.
- Детето развива чувство за идентичност и самочувствие чрез запознаване и приемане на миналото си.

- 
- Работата по книгата ще помогне на детето и вас да се „запълни празнината“ между биологичното и приемното семейство.
 - Историята на живота ще помогне на детето да разграничи представата си от реалността, което от своя страна ще му даде чувства на идентичност и сигурност.

ВАЖНО!!!

Има няколко аспекта, на които ми се иска да обърна специално внимание, защото без спазването и прилагането им, работата по Книгата за история на живота не би била удовлетворителна и ефективна.

1. Макар да е в някаква хронологична последователност, тя не се попълва последователно. Запомнете! Детето избира кога, какво и как да попълва. Дайте възможност на себе си и на детето първо да се запознаете с книжката. Ползите от работата ще се загубят, ако я вземете и започнете да я попълвате веднага. Запознайте се с нея, опознайте се и тогава решете как и какво.

2. Биологичните родители на детето – никога не говорете лошо за тях пред детето, не ги обвинявайте. Уверена съм, че в много от случаите ще ви се иска да правите точно това. Сигурно ще има случаи, в които самите деца ще са им ядосани и сърдити. Тези ваши чувства, не променят факта на биологичното родителство. Знайте, че обиждайки родителите, вие обиждате децата. Биологичните родители са част от идентичността и историята на детето. Колкото и да ви се иска да ги обвините, защото са наранили детето по някакъв начин, това не е пътят детето да приеме историята си. Ако имате затруднения в тази посока, потърсете помощ от специалист.

3. Не бързайте, дайте си време - може да я попълвате месеци, години. Бавно и спокойно. Само тогава би ви помогнала – на детето и на вас.

Има още много неща, които ми се иска да споделя с вас. И едно от тях е, че работата по Книгата за историята на живота е приключение и откривателство. Приемете го така и се опитайте да се забавлявате с детето.

И помнете, че тази книга винаги е с отворен край. В един от случаите ми момиче написа „Край!“ в книгата си. След няколко срещи с нея, тя зачерта това и написа: „Историята продължава...“

Аз бих казала – „Приказката продължава...“

Книгата за история на живота е подготвена и адаптирана за деца под приемна грижа на възраст от 3 до 10 години, но това не я ограничава. Можете сами да изработите по подобен начин подходяща книга и за по – големи деца. Необходимо е само да се съобразите с детето, неговата история и идентичност, да го слушате и чувате – не само с уши, а с цялата си същност.

Като приложение към книжката „Кутия от обувки“ ще откриете Тайник, който трябва да бъде дневникът за ежедневни записки на детето. Като книжката, дневникът е част от историята на детето, разказана от самото дете, докато е при вас. По никакъв начин, не си позволявайте да изказвате и записвате ВАШИ предположения за НЕГОВИТЕ чувства и спомени. Често съм се сблъсквала с този подход – изхождайки от собствените си преживявания и опит, да създаваме хипотези за чувствата на децата и да вярваме, че са истински. Нека дадем шанс на детето да има собствените си чувства, собствен опит и поведение. Ако детето е малко и не може да пише само, бих ви препоръчала да записвате заедно с него. Открийте точния начин, да направите детето част от неговата СИ история. Аз мога да ви завиждам, че вие също сте част от нея и вярвам, че ще се учите един от друг и много ще се забавлявате заедно....

Вера Колешева, автор



Кутия от обувки



- Здравей! Аз съм тук. Ти още не ме познаваш, но вярвам, че бавно и постепенно ще се опознаем. Аз винаги ще бъда до теб. Ти винаги можеш да ме вземеш в ръце и да си поговорим. Можеш да ми споделиш каквото и колкото решиш. Обичам тайните и знам, че всички деца обичат тайни. Аз мога да пазя тайни, ако решиш да ми споделиш нещо тайно. Много деца като теб, са споделяли с мен. И ето, сега аз ще ти споделя една приказка.

„- Как съм настръхнал?! Свил съм се на кълбо и бодлите ми стърчат. Страх ме е да не те убода.... Но и мен ме е страх, а бодлите ме пазят. Мога да ги скрия, а мога и да не ги скрия... Това зависи от теб... Не винаги съм бил такъв, бодлив. Когато съм се родил, бодличките ми са били мекички. Мекички... После са се заострили, за да мога да се пазя. От какво ли? От разни неща, които са ме плашили и не съм разбирал. Какво сега? Искаш да надникнеш в къщичката ми, нали? Да, това е моята къщичка. Кутия от обувки. В нея съм се родил. Дори мисля, че не съм родил, а просто съм се появил. Тук в кутията...

- Чук-чук! Каква чудна кутийка ... някой мърда вътре... Дали мога да надникна?



- Бодлив съм, ама много съм бодлив! Всички се страхуват от мен да не ги убода, затова искам да се крия.



- Но бодлива, затова никой не ме иска... Не знам какво съм, откъде съм... Аз си стоя тук. Самичко... Ето... едно очо се подава... и едно носле...

Сигурно като ме видиш и ти ще избягаш. Всички бягат като ме видят. Не съм красив, а съм и бодлив. Кутията ми разказа... Всяка бодличка е един ден от моя живот. Опитах се да ги преброя, но все не успявам. И сега не знам какво. Нещо съм, колко съм голямо, на колко години съм... Имам си тази кутия, тя ми стига, всичко си имам в нея ...

- Моля! Не бягай, а ми помогни! Ако стоиш на удобно разстояние от мен, аз няма да те убода. С търпение, мило отношение и разбиране, аз мога да се променя. Не ме притискай, бавно ме води, защото твоето темпо е различно от моето, и аз ще ти разкажа за себе си. И така един по един ще скрия бодлите. Но и ти трябва да ми разкажеш за себе си. Само тогава ще мога да ти се доверя...

- Така да бъде!
Ето, аз започвам... Аз имам семейство...



- А какво е семейство?

- Това са хората, които живеят заедно, защото се обичат. Те се грижат един за друг, забавляват се заедно и вършат много неща заедно. В едно семейство хората са различни. Имат различни нужди, желания. Често по един въпрос имат различно мнение. Но това не трябва да бъде повод да се карат и спорят. Просто трябва да седнат и поговорят, да търсят какво е най-доброто цялото семейство, а не само за един или друг. Така е в семействата. Често семействата са различни и по брой хора. Семейството може да бъде от един, двама, трима и повече човека. Може да има майка, татко, деца, баба, дядо...



И ето това е моето семейство:



Нашите правила са:



.....

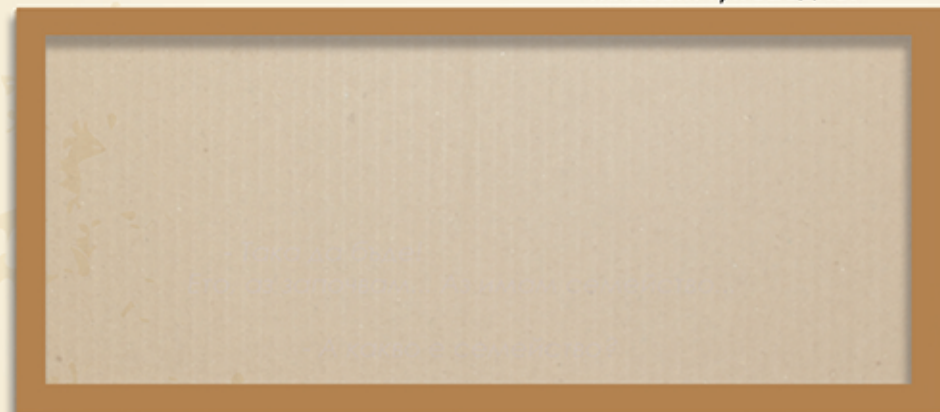
.....

.....

.....

– Много обичаме и празниците. Тогава всички се събираме заедно.

Живеем тук заедно:



- И виж сега, в моето семейство най-много обичаме

.....

.....

.....

.....

.....

.....



- А това, на което държим най-много у дома

.....

.....

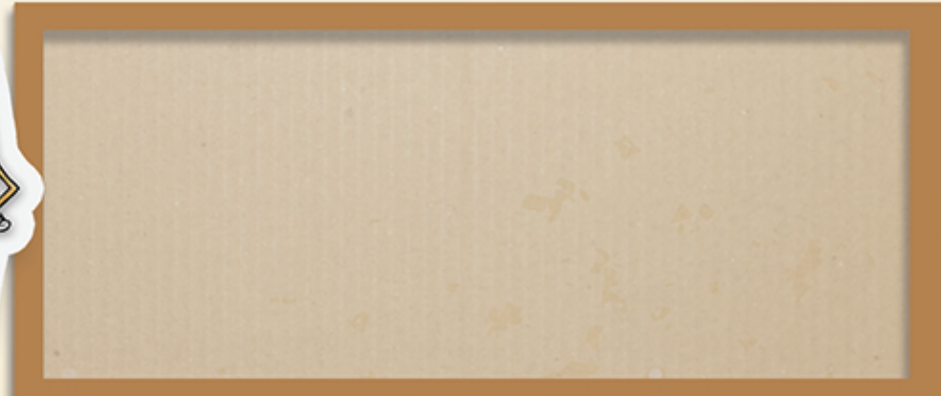
.....

.....

.....

.....

– Ето, тук сме се събрали и сега ще ти разкажа за всеки – Кой кой е..."



- Надявам се тайната, която споделих да ти е била интересна? И знаеш ли, аз бях до това бодливо таралежче. То ме също бе до мен, бяхме винаги заедно. А ти къде ще ме държиш, така че да съм близо до теб и да можем да си говорим, когато решиш? Може и в кутия, каквато избереш ти. Можем заедно да я украсим, както ти харесва... А аз ще разказвам още, когато поискаш...

От тук вече ще разказваме заедно, започва твоето място да разказваш. Аз ще бъда до теб и ще ти помагам, когато имаш нужда.



- А тук съм с

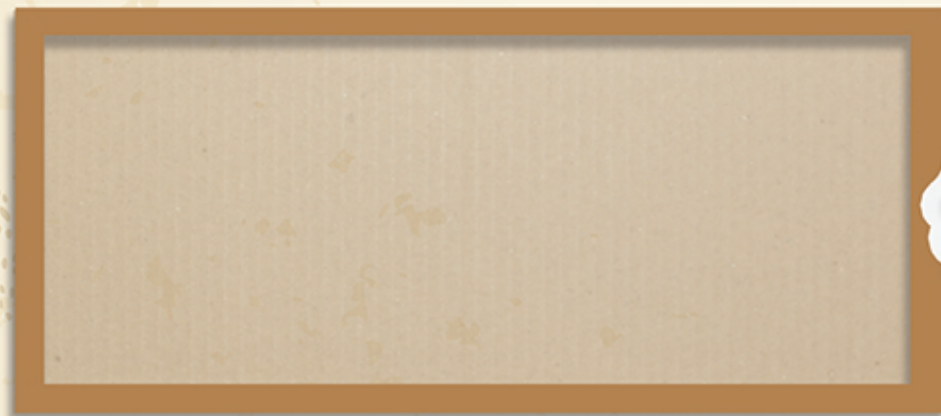


- Сега съм на години и изглеждам така.



- Казвам се, но обичам да ме наричат Рожденият ми ден е на, когато падат листата и е много шарено / когато е навалял пухав бял сняг / когато всички растения и дървета разцъфтяват / когато слънцето пече силно и има много плодове.

- Това съм аз, когато съм на години.



- Моето име означава
и ми е дадено от
Ако го нарисувам, то би изглеждало така.





- Любимото ми занимание е
И сега ще направя



- Сега ще ти разкажа как минава един ден в нашето семейство.
Сутрин ставаме в и всеки започва със своите задачи -

Събираме се заедно
тогава обичаме да
През деня за нас е много важно.....

Вечер си лягаме.....
Ние си имаме ритуали, на които много държим и те са



- А твоят ден? Как протича твоят ден?



Когато се събуждам.....

Най – много обичам да ям.....

Обичам да пия

Любимото ми занимание през деня е

Вечер, когато си лягам, предпочитам



Вашето гълъбче...

- Моето бодливо приятелче също ми разказа за себе си по този начин. И знаеш ли, няколко от бодлички му се прибраха. Показа Муцунката си и се усмихна. А ти усмихваш ли се сега? Моля, покажи ми как?



- Тук можеш да разкажеш...



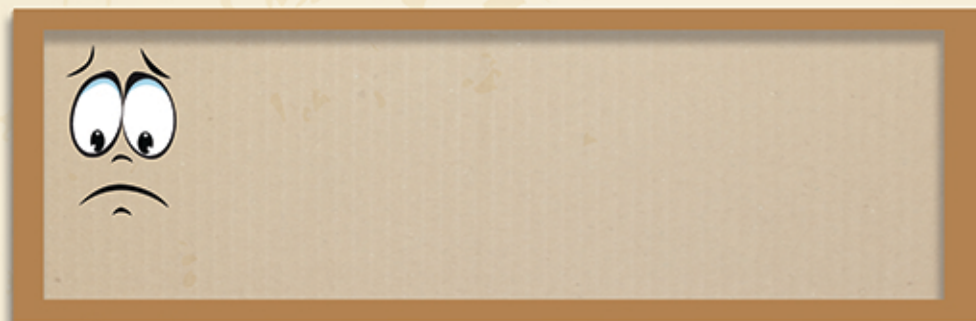
Усмихвам се, когато

Тогав обичам

Весело ми е при

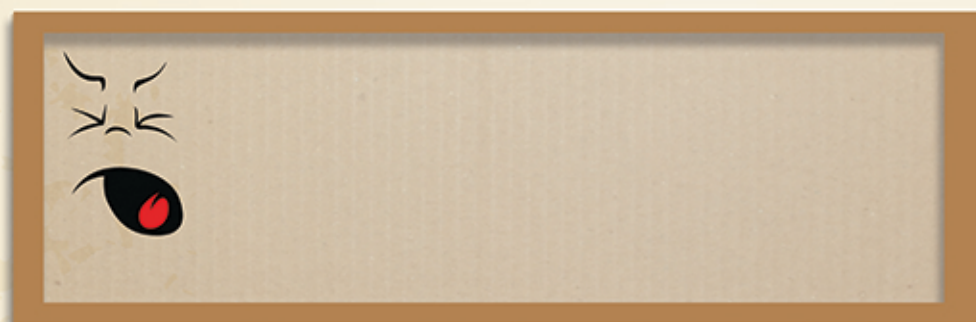
Натъждавам се от

и когато ми е тъжно предпочитам да



Ядосвам се, защото

Тогава можеш да ми помогнеш като



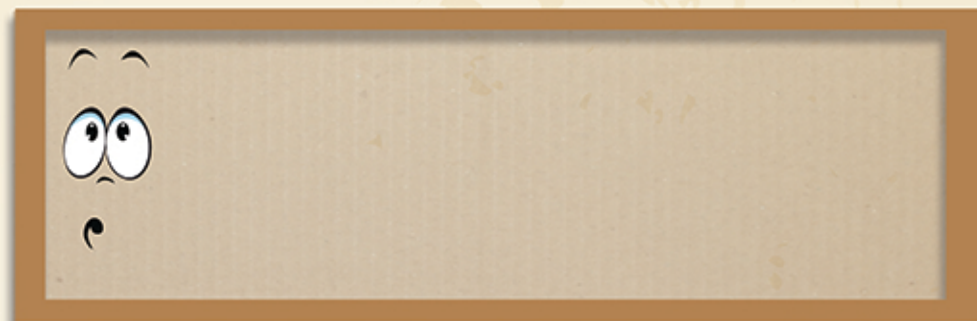
Досадно ми е от

бъди с мен и ми



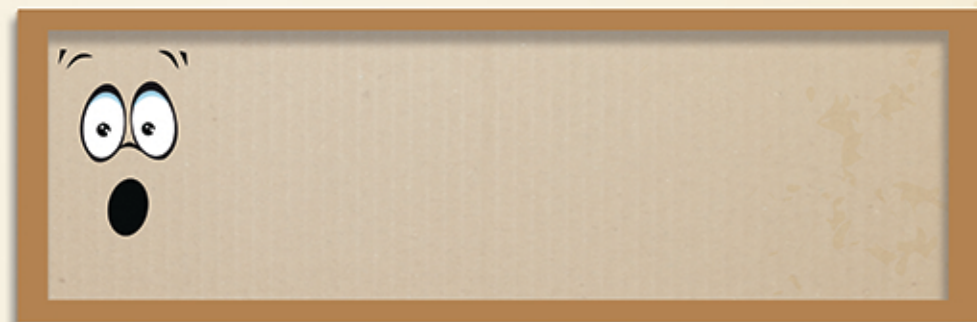
Обърква ме

и тогава за мен е най – добре, ако



Страхувам се от.....

тогава трябва да направиш.....



Не ми се говори, когато

дай ми време и



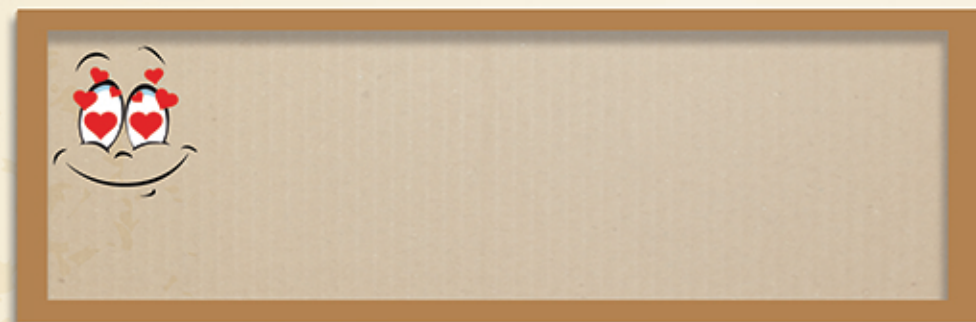
Обзема ме безсилие, защото

и тогава искам.....



Най - много обичам.....

и тогава се чувствам.....



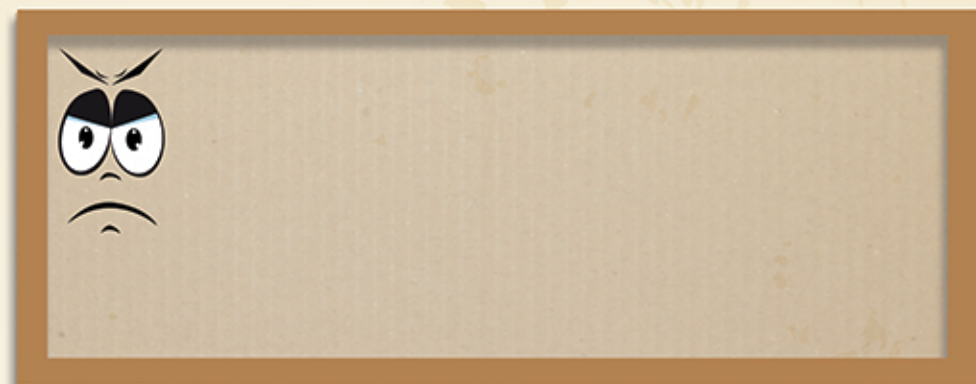
Не обичам

защото

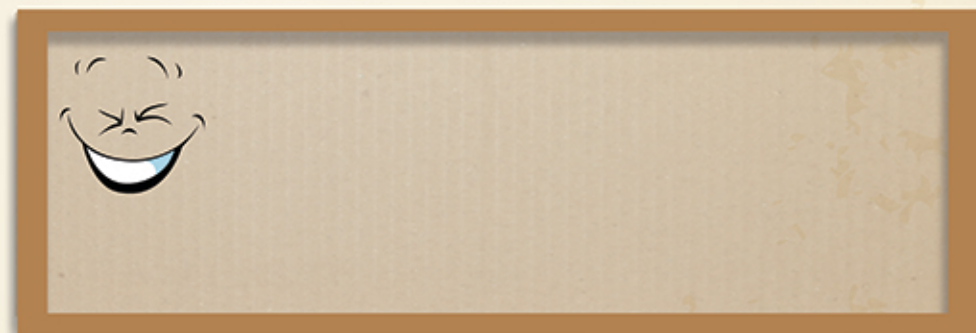


Когато се разсърдя и ядосам, мога да направя

тогава не се сърди, а



За мен щастие е, когато



- А сега как се чувстваш?

.....
.....
.....



- Много ти благодаря, че сподели това с мен! Така ще е по – лесно да общуваме и си говорим. Аз винаги ще знам, как се чувстваш и ще се съобразявам с това. А! Още няколко бодлички от таралежчето се прибраха. Сега го видях. То е тук, все още е с мен и аз мога да го виждам, когато то ми позволи да го погледна.... Чао засега и до следващият път!

Звучно сценарий...

- Пак се срещаме, здравей!
Днес как се чувстваш? Ще ти
покажа една тайна рисунка от
моето приятелче.



- Досещаш ли се вече?
Можеш да погледнеш какво
ни очаква днес, за какво ще
си говорим?



- Сера ще започнем, да
правим твоето семейно дърво.
Аз ще ти помагам и ще бъда до
теб. Ти трябва да избереш как
да изглежда твоето дърво.

Ето едно като моето, а ако
желаеш, можеш да
нарисуваш друго.

- Моето семейство се състои от



- А тук, можеш да споделиш всичко, което решиш за своето семейство. Можеш да напишеш писмо на някого. На кого би искал да кажеш нещо и какво? Аз ще помагам.



- Я, аз виждам моето таралежче! То съвсем се е усмихнало.... И е прибрало още от своите бодлички. Вече ми дава да го докосна и да го погая.



- Разрешава ми и да го къпя. Ти обичаш ли да се къпеш?

А да си миеш лицето и зъбките?

Има друго ми семейство...



- Понякога се случва, някой да има повече от едно семейство. Ето, и моето приятелче таралежчето, има друго семейство. Да, те са много различни, но това не им пречи да се обичат и разбират. Защото те са приели, че са различни.

- Вече и ти имаш друго семейство, което много държи на теб и те обича. Питам се... Сигурно има неща, които те притесняват и те карат да се чувстваш странно на новото място. Разбирам, че много промени се случват изведнъж за теб и това те обърква....



- Новото ми семейство

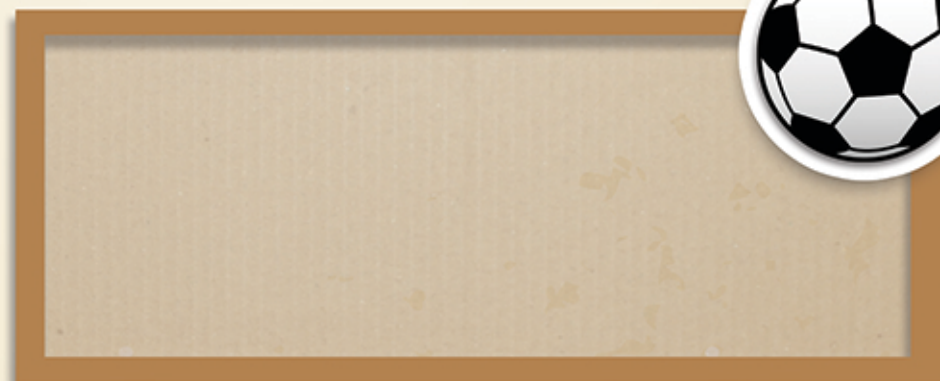


- Нов квартал.....

- В него има.....



- И любимото ми място в него е.....



- Новият ми дом.....



- Стаята ми.....



- В стаята ми са моите любими

- Нови приятели - с тях обичам да.....



- Новото ми училище /
детска градина

.....
.....
.....

- При толкова много нови неща най-много се притеснявам и
страхувам от.....

.....
.....
.....
.....



- А най-ми е приятно, когато.....

.....
.....
.....
.....



- Тук ли си и днес? Здравей! Как си? Аз ще продължа да ти разказвам за различни неща, които пазя в себе си. Те не винаги ще са разбираеми за теб. Поне не веднага, но вярвам, че ще дойде ден, когато ще ги разбереш. Понякога възрастните не разбират децата. Понякога не се разбират и помежду си. И тогава се случват странни неща, които не всеки може да разбере. Още по – малко децата. Но за децата е важно да знаят, че те не са виновни и отговорни за това, което се случва. Не са виновни за случващото се с възрастните. Да, знам, че често се чувстват точно така – виновни. Много деца са ми споделяли това.... Трябва да разберем и приемем, че нещата се случват и по различен начин, от този, който ни се иска. И няма виновни.....В такива случаи, ние се опитваме да забравим и да се правим, че това не се е случило. Това обаче, не ни помага. Затова, нека видим какво се е случило и защо.



За теб, като се е случило в моя живот...

- През първата година от живота ми.....



- До 3 години с мен се е случило.....

.....

- От тогава помня.....

.....



- До 7 години с мен се е случило.....

.....

- Любимият ми спомен от тогава е.....

.....



- А най-тъжният ми спомен от тогава е.....

.....

.....

- А какво искам да се случи, докато стана на 14 години.....

.....

.....

- До 10 години с мен се е случило.....

.....

.....

- Любимият ми спомен от тогава е.....

.....

.....

- А най – тъжният ми спомен от тогава е

.....

.....

- Как може да стане това?.....

.....

.....

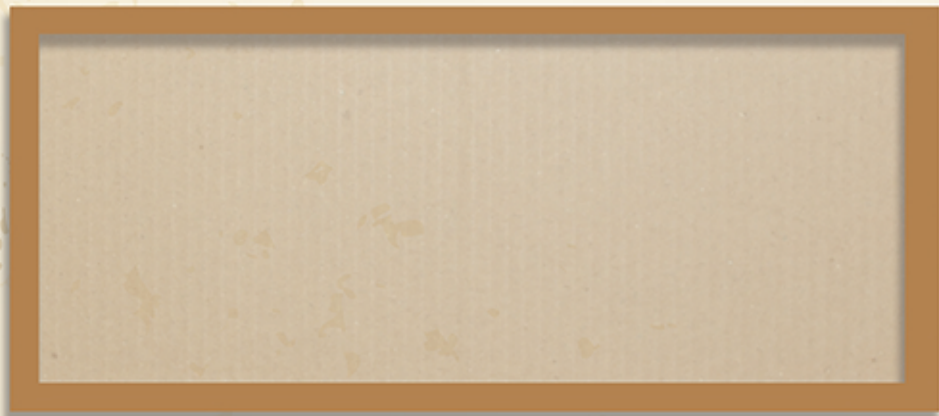
.....

- Какво не искам да ми се случва.....

.....

.....

.....



- А какво искам да се случи, докато стана на 18 години.....

.....

.....

.....

- Как може да стане това?.....

.....

.....

.....

- Какво не искам да ми се случва.....

.....

.....

.....



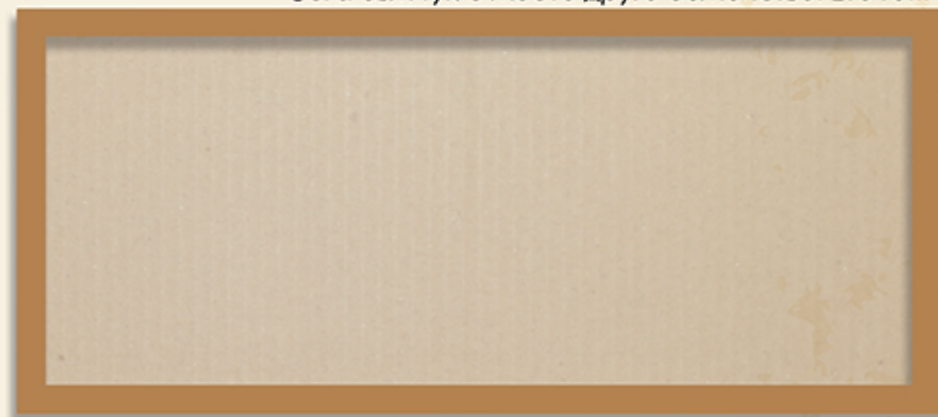
- Благодаря ти за доверието! И моето приятелче таралежчето ти благодари. То съвсем се е отпуснало, прибрало е почти всичките си бодлички. Виж....



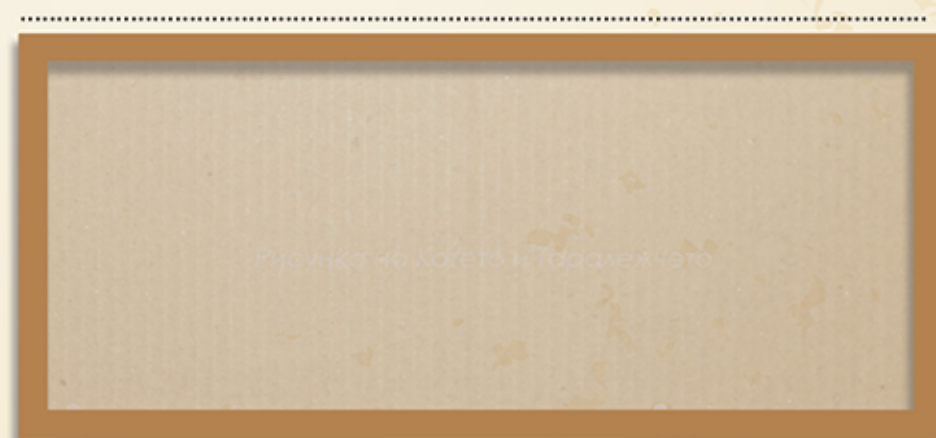
- А ти? Как си ти сега?



- Сега съм тук с моето друго семейство. Ето го...



- Ние правим заедно много неща.....



Рисунка на Катето и Таралежчето

- Любимите ми моменти с моето друго семейство са.....

В а моето училище / детска градина..

- Тук съм в училище /Детската градина.....

Рисунок на Кате и Тараканчето

- А ето как празнуваме.....

- Тук тръгвам на училище /Детската градина. Ето, това съм аз...

- Тук завършвам на училище/Детската градина. Ето ме къде съм...



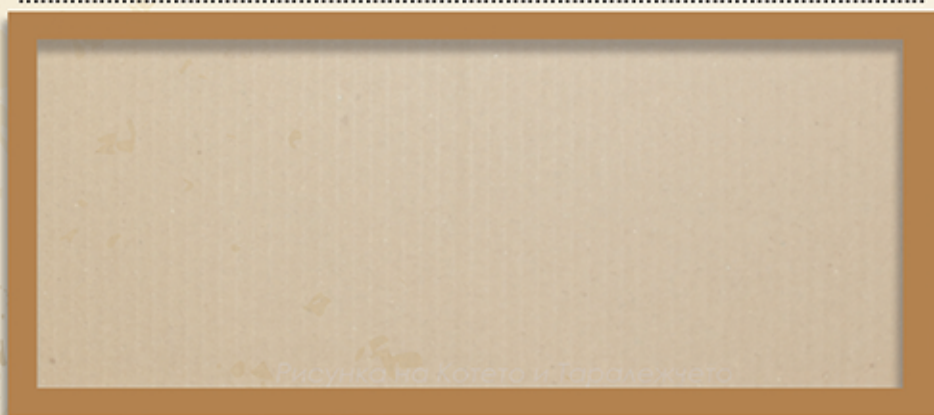
- С моите нови приятели. Те се казват.....

.....

.....

- С тях най-обичам да играя на.....

.....

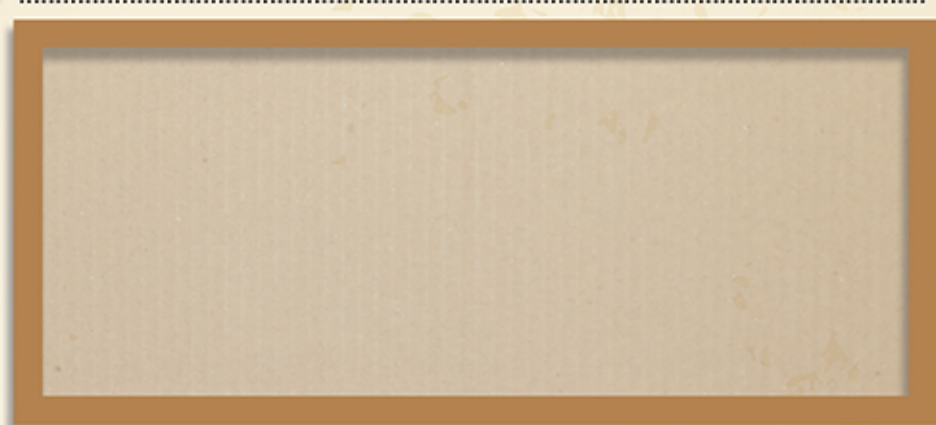


- Любимият ми предмет в училище/Детската градина е.....

.....

- А любимата ми Госпожа/Господин е.....

.....



- Сигурно се питаш...Какво ще се случи с мен после? Ти си богат! Ти си много богат! Имаш толкова много хора, които те обичат и мислят за теб. Заедно с тях приказката ти ще продължи. Вие винаги ще бъдете заедно. Няма значение дали ще се виждате всеки ден или по някакви причини това няма да е възможно. Хората, които се обичат, се носят в сърцата си винаги. Понякога се налага да се разделим... да, трудно е, но е за добро. Раздялата не ни разделя, топлината от преживените заедно мигове ни крепи, за да продължим смело да вървим през приказката на живота си. И сега нека направим едно общо голямо дърво на всички хора около теб, които те обичат и ти ги обичаш. Можеш да добавяш толкова хора, колкото ти е нужно.



- Какво ще се случва от тук нататък?

- При мама и татко или ново семейство.....



- Какви промени ме очакват?.....

- Ще мога ли да се виждам/чувам с вас?.....

Рисунка на Котето и Таралежето

Как и кога?.....



- Хайде, да си напишем писма и да си направим по картичка. И
ще си ги разменим на празничната маса.

Писмо от..... До.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- Хайде, да си напишем писма и да си направим по картичка. И
ще си ги разменим на празничната маса.

Картичка от..... За.....

Писмо от..... До.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Картичка от..... За.....



Аз съм тук...

- Мило дете и родители! Не се разделяме, продължаваме.... Мен ме очакват и други деца и родители и отивам при тях. Знам, че пътят не бе лесен, но вярвам, че ви е помогнал да се опознаете и свържете завинаги. Оставям ви един на друг и моля, да запълните следващите страници само с хубави и приятни неща – всичко, което вие желаете. Опитайте се да се забавлявате.

Вълшебствата се случват, те са в нас и около нас. Достатъчно е да разтворим сърцата си, за да ги усетим. Когато ги усетим, започваме и ние да правим вълшебства за другите. И тогава се случват чудеса!



Заклучване...

- Мина много време от първата ни среща. Аз ти споделих една тайна, разказах за едно бодливо таралежче, което живееше в кутия от обувки. Тогава ти ми напомни по нещо за това таралежче. Настръхнало от страх, изплашено, свито на топчица. Ти също споделя с мен и сега си различен. Искане ми се отново да ти кажа... Това не е „Край!“, „Приказката продължава...“. Продължи я така, както Ти желаеш и само тогава, когато искаш. Аз ще бъда тук и ще те чакам... На раздяла ви завещавам тази вълшебна пръчица и ви моля, всеки да сподели с другия...



Аз,

- С тази вълшебна пръчица ще променя.....

.....
.....
.....

Аз,

- С тази вълшебна пръчица ще променя.....

.....
.....
.....

Довиждане от мен,

Кутията за обувки!!!

Приказката продължава...