

# Przygody Koziółka Matołka w terapii dzieci z ADHD

FILMOTERAPIA

ANIELA CYL  
2013-12-09

Film pozwala człowiekowi oderwać się od rzeczywistości. Wywołuje różne emocje. Pozwala utożsamiać się z bohaterami i w świetle ich dziejów patrzeć na własne życie. Ponieważ film działa na człowieka nie przez intelekt lecz przez emocje pomaga dotrzeć do nieuświadomionych potrzeb. Aby film zadziałał terapeutycznie musi opowiadać o problemach z którymi boryka się pacjent. Rozmowa o problemach staje się łatwiejsza po obejrzeniu sceny z filmu, w której bohater przeżywa podobne emocje. Oglądając film widz rozumie że postacie są fikcyjne, posiadają jednak cechy analogiczne istotom z realnego świata. Widz wchodzi w kontakt z postaciami. Kontakt ten wywołuje zainteresowanie postacią. Oglądający zaczyna współodczuwać razem z bohaterem filmowym, solidaryzować się z nim, poddawać osądom moralnym jego postępowanie. Te oceny mają wymiar poznawczy i afektywny. Widz oglądający z zaangażowaniem sceny filmu doświadcza różnorodnych emocji i różnie na nie reaguje np. śmieje się lub płacze. Centralnie uczestniczy utożsamiając się z głównym bohaterem lub acentralnie nie umieszczając siebie wewnątrz fabuły lecz skupiając na całości przekazu filmu. Filmoterapia doskonale sprawdza się w pracy z dziećmi. Zwłaszcza bajki - najbliższe dziecku utwory, w którym świat realny miesza się z fantastycznym i razem tworzą zrozumiałą rzeczywistość. Dziecko zapoznaje się w nim z sytuacjami wzbudzającymi niepokój oraz znajduje cudowne rozwiązanie problemów. W świecie bajek może znaleźć przyjaciół, przeżyć wspaniałe przygody, a przede wszystkim pozbyć się lęku. W bajkowym świecie rządzą reguły dobra i ono zawsze zwycięża. Szczęśliwe zakończenie daje dziecku, które już na początku czuło się bohaterem albo uczestnikiem zdarzeń, przyjemne uczucie sukcesu. Wszystkie bajki mają pewne stałe elementy dotyczące; głównego tematu, głównego bohatera, innych postaci bajkowych oraz tła opowiadania. Przy wykorzystaniu tego stałego schematu realizowane są w bajkach założone cele:

- a) konkretyzowanie i racjonalizowanie lęku,

- b) zastępcze wzmacnianie poczucia własnej wartości,
- c) uczucie pozytywnego myślenia,
- d) kształtowanie pozytywnego nastroju emocjonalnego
- e) odwrażliwianie

Myślę, że wszyscy znają z dzieciństwa film animowany nakręcony na podstawie bajki Kornela Makuszyńskiego pt. „**Przygody Koziołka Matołka**”. Nie każdy jednak wie, iż główny bohater bajki, **Koziołek Matołek** wykazuje cechy **ADHD** czyli zespołu nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi (z angielskiego: Attention Deficit Hyperactivity Disorder). Osoby dotknięte ADHD mają problemy z koncentracją na jednym zadaniu, co chwila przechodzą od jednej aktywności do drugiej, są słabo zorganizowane. Objawy ADHD można podzielić na trzy kategorie:

1. **Nadmierna impulsywność** to inaczej brak zdolności do odroczenia lub zahamowania reakcji. Przejawia się to w natychmiastowej realizacji pomysłów bez uprzedniego zastanowienia się nad skutkami swoich działań.
2. **Nadmierna ruchliwość** to niczym nieuzasadniona i nadmierna - w porównaniu z innymi dziećmi na tym samym poziomie rozwoju – potrzeba ruchu i aktywności.
3. **Zaburzenia uwagi** manifestują się tym, że dziecku trudno jest skierować na coś uwagę i ją utrzymać. Nie potrafi ono wybrać najważniejszego z dochodzących bodźców.

Koziołek Matołek pchany wewnętrzną siłą – **nadmierną ruchliwością**, wyrusza na poszukiwanie Pacanowa. Szlachetnie podejmuje bardzo ryzykowne wyzwanie, którego żaden inny koziołek nie jest w stanie podjąć. **Impulsywne zachowania** np. na polu kapusty, gdzie głodny koziołek skuszony łatwym posiłkiem zostaje złapany i postawiony przed sądem, przysparzają mu kłopotów. Mimo wszystko Koziołek zawsze cało wychodzi z opresji. Nawet wtedy gdy za swój **brak uwagi** i trudności z czytaniem traci głowę. Dziecko z ADHD łatwo odnajdzie siebie w głównym bohaterze.

## **Analiza konstrukcji bajki:**

1. **Główny temat** – bohater opowiadania przeżywa sytuacje trudne, ciągle popada w tarapaty, spotyka inne postacie nie zawsze życzliwe. Z każdej opresji wychodzi cało. Przeżywa odrzucenie, ośmieszenie ale i zawiera przyjaźnie. Nie obce mu uczucie lęku, kompromitacji, utraty kontroli nad własnym ciałem, a nawet śmiercią

2. **Główny bohater** – to zwierzątko - koziołek, z którym dziecko może się identyfikować. Radzi on sobie ze wszystkimi pojawiającymi się trudnymi sytuacjami przy pomocy innych postaci bajkowych, które pomagają mu zracjonalizować problem, ukierunkowują jego aktywność i uczą adekwatnych sposobów zachowania. W efekcie bohater postrzega siebie pozytywnie i każda bajka kończy się skutecznym rozwiązaniem trudnej sytuacji, a tym samym uwalnia go od lęku i zwiększa poczucie własnej wartości. Koziołek Matołek a razem z nim dziecko, zdobywa nowe umiejętności radzenia sobie w trudnej emocjonalnie sytuacji, ponieważ nie tylko zna sposoby postępowania, ale i potrafi pozytywnie myśleć o trudnej sytuacji oraz o sobie samym.

3. **Inne wprowadzone postacie** – pomagają zwerbalizować problemy (nieumiejętność przewidywania skutków, roztargnienie wynikające z trudnościami w koncentracji, impulsywność podejmowanych decyzji), uczą skutecznych sposobów zachowań, umożliwiają głównemu bohaterowi osiągnięcie sukcesu, uczą pozytywnego myślenia w kategoriach: mogę, chcę, nie boję się, potrafię, poszukuję rozwiązań.

4. **Tło filmu** – jest tak skonstruowane, by bajka rozgrywała się w coraz to nowych miejscach, krajach. Miejsca te są tak przedstawione, że zaspokajają potrzebę aktywności, ruchliwości, ciekawości i pozwalają utrzymać uwagę młodego widza.

Oglądając „**Przygody Koziołka Matołka**” dziecko może w sposób zastępczy zaspokoić swoje potrzeby psychiczne – poczuć się kochane, akceptowane, bezpieczne. Bajka daje mu wsparcie, poczucie siły i nadzieję.

Istotnym mechanizmem terapeutycznym jest pokazywanie niebezpiecznej sytuacji, w jakiej bohater się znajduje, a zarazem dziecko, nie doznając realnej szkody. Takie bodźce mają wartość terapeutyczną, wychowawczą oraz dydaktyczną. Dzięki mechanizmom naśladowania i modelowaniu wzorca, jaki stanowi bohater bajkowy można wpływać na redukcję zachowań niechcianych i wspierać zachowania pożądane.

Uświadomienie przyczyn i skutków wpływa na racjonalność działania i nieuleganie impulsywnym zachowaniom. Bajki mają też na celu poszerzenie wiedzy dziecka o inne wzory, dotąd mu nie znane. W ten sposób może ono rozszerzyć swoje kompetencje w radzeniu sobie w nowej, trudnej sytuacji. Przez oswojenie z osobami, przedmiotami czy sytuacjami wzbudzającymi lęk powoduje „odwrażliwienie”, tak że po jakimś czasie przestają one te reakcje wywoływać.

„Przygody Koziołka Matołka” oraz inne filmy dla dzieci mogą okazać się szczególnie dobrą metodą zmniejszania bądź usuwania lęku i wzbogacania osobowości dziecka. Warto by sięgali do nich szczególnie rodzice dla których wspólne spędzenie czasu z dzieckiem, oglądanie bajki a szczególnie późniejsza rozmowa i analiza zachowań głównego bohatera może stanowić doskonałe narzędzie kształtowania charakteru oraz osobowości dziecka.