

Terapeutyczny Obóz dla Dzieci i Młodzieży „Wakacyjny Balans” był nie tylko wypoczynkiem, ale również okazją do przełamania wewnętrznych trudności, z którymi przyjechali uczestnicy. Wzmocnienie zasobów osobistych dało dobry start na nowy rok szkolny. Organizację obozu Stowarzyszeniu „Grono” umożliwiły środki pozyskane z Funduszu Sprawiedliwości, którego dysponentem jest Minister Sprawiedliwości.

Rozbudzić twórczy impuls

Pobyt w malowniczym Brennie, w ośrodku „3 Wiosła Brzozowa Zatoka”, trwał 6 dni. Nad 44 osobową grupą „Wakacyjnego Balansu” czuwała 10 opiekunów. Między innymi w tym zespole znalazło się 3 psychologów-psychoterapeutów, fizjoterapeuta oraz 3 terapeutów zajęciowych. Doborową kadra, mającą na co dzień do czynienia z terapią w różnej odmianie, już od pierwszych godzin budowała wakacyjny klimat pełen akceptacji, zrozumienia, ale i wyzwania.

Jak w najlepszym domu

Monika, starsza siostra Kasi, ma spore trudności adaptacyjne w szkole i w kontaktach z obcymi osobami.

– Serdeczna i ciepła atmosfera czyni cuda. Już po kilku chwilach od wejścia do autobusu wiozącego dzieci do Brenna, zapoznała się z dwiema uczestniczkami, które jakby na nią czekały. Pierwszego dnia wieczorem pisała mi, że ma super koleżanki, a po powrocie z obozu oświadczyła, ku mojemu zaskoczeniu, że z niektórymi dziećmi będzie utrzymywać stałe kontakty – opowiada mama. – Zszokowała mnie ta zmiana. To zasługa organizatorów, opiekunów i terapeutów. Zbudowali atmosferę pełną ciepła, serdeczności i otwartości – mówi pani Kamila. – Tam każde z dzieci było najważniejsze, jak w najlepszym domu! Monika przyznała, że początkowo była zaskoczona otwartością i empatią opiekunów. Ale coś pękło i potem bez skrupowania mogła podejść do każdego z nich, by zagadać, zwierzyć się. Ciągłe nie miała czasu na dłuższą rozmowę z mną. Inna sprawa, że jako rodzic też nie nadążałam z oglądaniem wszystkich zdjęciowych relacji.

Wstaję bez budzika

Miejsce sprzyjało zarówno wyciszeniu, jak i aktywnemu spędzaniu czasu. Ośrodek to kameralny obiekt i przyjemne domki, ukryte wśród

sosen i brzoź. Atutem miejsca jest basen, w którym można podgrzać wodę w razie słabszej pogody oraz sporo miejsca do prowadzenia najróżniejszych oddziaływań terapeutycznych i warsztatów rozwojowych.

– W ramach obozu dzieci miały możliwość pracy i zabawy w różnych w grupach. Oferowaliśmy zajęcia z arteterapii, w tym z ceramiką, ciekawe zajęcia ruchowe, psychoterapie indywidualne, warsztaty rozwojowe itp. Wprowadziliśmy również terapię przy pomocy gogli VR, które dla uczestników były dużym zaskoczeniem – opowiada Krystian Bączek – psycholog, psychoterapeuta na co dzień współpracujący z „Gronem”. Każdego dnia dzieci i młodzież mogli uczestniczyć w różnego rodzaju zajęciach sportowych, spacerach, pływaniu, pływaniu w jeziorze lub basenie. Osoby niepełnowidzące miały okazję oświcić się z wodą i poprobować pływania pod okiem fizjoterapeuty. Dla odważnych, którzy chcieli oglądać wschód słońca, każdego dnia o godzinie 5:30 organizowaliśmy poranne spacerki z psem w ramach dogoterapii. Chętnych nigdy nie brakowało a Jurek śmiejąc się mówił: „Jak to jest, że mama nigdy rano nie może mnie dobudzić, a tutaj wstaję bez budzika?”.

Mama zyskała skrzydła

Pani Anna, mama 10-letniego Bartka, zauważyła, że syn wrócił po 6 dniach zrelaksowany, zdrowo zmęczony i ogromnie zadowolony. – Muszę też przyznać, że bardzo czekałam na jakąś ocenę jego zachowania i młodzieży atmosferę na tyle bezpieczną, aby mogły uwolnić się od swojego emocjonalnego bagażu, czyli obniżyć napięcie i lęk. Ponadto chcieliśmy wypracować sprzyjającą przestrzeń do tego, aby dzieci mogły napełnić się pozytywnymi doświadczeniami i sprowokować je do ekspresji poczucia: „Ja jestem, żyję, jestem sobą”. Wszystkie zaist-



VR (virtual reality) sprzyja m.in. rozwijaniu lepszej koordynacji ruchowej

ny przekreśliłyby nawiązane relacje. Z pewnością największa w tym zasługa organizatorów i całej kadry. To ogromnie pracowici i empatyczni specjaliści. Wypełnili dzieciom czas mnóstwem ciekawych zajęć i zabaw. Im się po prostu bardzo chciało pracować! A opinia, którą na koniec otrzymał syn, była pozytywna i radująca – podkreśla mama Bartka.

Twórczość uwalniana w zabawie

– Uczestnicy obozu w swoim życiu zetknęli się trudnymi sytuacjami kryzysowymi, które mogły wywrzeć negatywny wpływ na ich rozwój lub funkcjonowanie społeczne – tłumaczy psycholog, psychoterapeuta Marta Wardach. – Podejmując pomysł zorganizowania obozu terapeutycznego chodziliśmy nam o to, by stworzyć dzieciom i młodzieży atmosferę na tyle bezpieczną, aby mogły uwolnić się od swojego emocjonalnego bagażu, czyli obniżyć napięcie i lęk. Ponadto chcieliśmy wypracować sprzyjającą przestrzeń do tego, aby dzieci mogły napełnić się pozytywnymi doświadczeniami i sprowokować je do ekspresji poczucia: „Ja jestem, żyję, jestem sobą”. Wszystkie zaist-



Dobra zabawa i współpraca

niałe sytuacje i uwolnione emocje, zwłaszcza te negatywne, zostały w odpowiedni sposób „zaopatrzone” przez specjalistów i przekute na coś konstruktywnego dla rozwoju. To co przyświecało nam w głowie brzmiało, aby dziecko było na tyle odprężone, by mogło wykonywać najróżniejsze twórcze gesty. Droga do tego w naszym rozumieniu była właśnie swobodna aktywność i zabawa, bo w niej można używać całej swojej osobowości. A swoje „ja” odkrywa się będąc twórczym. Obóz „Wakacyjny Balans” miał być wyprawą umożliwiającą pokazanie wewnętrznego świata dziecka i zaakceptowaniem go przez otoczenie.

– Wszystkie proponowane przez nas działania, gry, zabawy konkurencyjne, spacerki, warsztaty, rozmowy i tym podobne zbliżały nas do dzieci, umożliwiały im i nam nawiązywanie kontaktów. To jest inna terapia, niż ta prowadzona w gabinecie na co dzień – podkreśla psycholog, psychoterapeuta Ewelina Kowalik. – Wejście w świat dziecka poprzez zabawę sprawia, że psycholog może nawiązać kontakt z wewnętrzną przestrzenią dziecka w sposób, który jest dla niego naturalny i komfortowy. To pozwala dziecku wyrazić w nieinwazyjny sposób swoje emocje, myśli, przeżycia. Łatwiej wtedy

by w miarę możliwości warunki pobytu chorego dziecka i jej matki były komfortowe. Każdy miał na uwadze to, że stan odprężenia wiąże się ze wzrostem zaufania i akceptacją sytuacji, dlatego chcieliśmy zadbać o każdy szczegół, nawet ten związany z warunkami w jakich przyjęliśmy uczestników obozu.

– Michalinka brała udział niemal w każdych zajęciach. Była szczęśliwa, mogąc wszystkiego spróbować. Jednak największe sukcesy są związane z synem – objaśnia pani Amelia. – W związku z chorobą córki większość czasu

fią swobodnie bawić się z dziećmi. Spontaniczna zabawa niewynikająca z potulności czy uległości, ma charakter uzdrawiający. Sprawne wchodzenie dorosłego w wewnętrzny świat dziecka wymaga od niego empatii, cierpliwości, umiejętności przyjęcia dziecięcej perspektywy w zabawie.

Na obozie zabawy nie brakowało, wszystko działało się bardzo dynamicznie, charakterystycznie dla dziecięcej ekspresji. W czasie sześciodniowego pobytu rodzice na bieżąco mogli obserwować, co dzieje się u ich pociech. Wystarczyło dołączyć do utworzonej w komu-

dlaczego obóz trwał tak krótko. Kazała mi obiecać, że w przyszłym roku znowu tam pojedzie. Zrobiłabym wszystko, żeby tylko mogła jechać z tą samą grupą.

„Grono” po raz kolejny zorganizowało dla małych beneficjentów prowadzonych projektów bezpłatny Terapeutyczny Obóz dla Dzieci i Młodzieży „Wakacyjny Balans”, dzięki środkom pozyskanym z Funduszu Sprawiedliwości. Uczestnikami projektu były osoby z Ośrodków Pomocy Pokrzywdzonym Przepiętstwem z województwa dolnośląskiego, a dokładniej z 4 okręgów: legnickiego, wrocław-



Dogoterapia o wschodzie słońca



Praca w glinie to świetny sposób na wyrażenie emocji



Zajęcia z bańkami rozbudzają kreatywność



Obóz był okazją do nabywania nowych doświadczeń

zrozumieć jego perspektywę i problemy, często ukryte pod warstwami wielu nieakceptowalnych przez innych dorosłych zachowań.

Zaufać terapeutom

12-letni Dominik i 5-letnia Michalinka przyjechali z mamą, która sprawuje opiekę nad córką mającą orzeczenie o niepełnosprawności. Organizatorzy postarali się,

spędzałam w szpitalach. Z tego powodu Dominika wychowywała babcia. Niestety, babcia nagle zginęła w bardzo tragicznych okolicznościach. Po tej tragedii syn odciął się od codzienności i od ludzi. W szkole mówiono mi, że mój syn stał się leniwy i nic mu się nie chce. Szukałam pomocy w kilku poradniach, ale nic nie działo się – Podczas obozu w Brennie terapeuci szybko dostrzegli, gdzie leżą problemy i co należy przepracować. Od razu rozpoczęli różne terapeutyczne działania. Syn zaufał im, a nawet z jednym z nich zaprzyjaźnił się. Chciał mu pomóc, zaproponowano Dominikowi cotygodniową psychoterapię indywidualną, a także zajęcia z wykorzystaniem terapii VR.

Platforma dla rodziców i opiekunów

Dobór kadry był staranny, pojechali tacy opiekunowie, którzy potra-

nikatorze grupy, by obserwować, komentować, dopytywać. Kadra każdego dnia, od rana do wieczora, uzupełniała i aktualizowała informacje tak, aby rodzice mogli „towarzyszyć” dzieciom w pobycie i widzieć ich spontaniczną aktywność i emocje. Szczególnie ważne było to dla tych osób, które po raz pierwszy wyeksponowały swoją pociechę samodzielnie. Do takich opiekunów należy Anna – babcia 9-letniej Kasi.

– Puściłam dziecko na obóz bez obaw i stresu, również dlatego, że miało pod bokiem swoją psychoterapeutkę. Zresztą organizatorzy uruchomili dla rodziców i opiekunów platformę i non stop otrzymywaliśmy filmiki, dokumentujące codzienne zajęcia – opowiadała pani Anna. – Kasia ciągle uczestniczyła w jakichś zajęciach, zabawach, wycieczkach. Nie miała czasu na wykonanie telefonu. Wróciła zachwycona i rozpromieniona. Jeszcze przez 2 godziny od wyjścia z autobusu popłakiwała pytając,

skiego, świdnickiego i jeleniogórskiego. Łącznie wyjechało 44 uczestników w wieku od 6 do 15 lat, w tym dziesięcioro dzieci z rodzin, które uciekły przed wojną w Ukrainie.

– Od 2016 roku prowadzimy działania związane z pomocą osobom pokrzywdzonym i wykluczonym, w tym: Ośrodki Wsparcia Dla Osób Pokrzywdzonych Przepiętstwami, autorskie warsztaty „Stop Hejtom”, Klub Wolontariusza z Elementami Socjoterapii „Biuro Do Spraw Dobrych”, Psychologiczne Warsztaty Rozwojowe „Dobry Start”, Ośrodek Pomocy Postpenitencjarnej „Od Teraz” i wiele innych. W tym czasie, dzięki pozyskanym w różnych projektach środkom, udzieliłmy wsparcia łącznie 2575 dzieciom i młodzieży – podsumowuje prezeska Stowarzyszenia „Grono”. – Z pewnością, jeżeli tylko nam się uda, będziemy kontynuować ideę wakacyjnych terapeutycznych wyjazdów. Marzą nam się też terapeutyczne ferie.