

# Pora na kąpiel!

Czy Wasze dziecko ucieka jak tylko usłyszy, pora na kąpiel? Mam na to niezawodny sposób i możecie się przy tym świetnie bawić. Dodatkowym atutem jest oddziaływanie terapeutyczne na dziecko.

## Przygotujcie:

Dwie laleczki, by opowiedzieć historię o tym jak np. Evi szykuje się do snu.

## Jak ta zabawa wygląda?

Głównymi bohaterkami waszej zabawy, będą laleczki - możecie wstawić imię córki/syna, lub wykorzystać imię, które Wasze dziecko nadaje postaciom, którymi się bawi. To miły gest potwierdzający, że przysłuchujecie się zabawom i wiecie co u Waszych dzieci się dzieje. Opowiedzcie wszystkie etapy kąpieli i to jak chcielibyście, by to i u Was przebiegało.

## Gotowi? Przykładowo mogłoby wyglądać to tak:

### Krok 1

Rodzic: Evi nie czuła, że jest zmęczona, ale mama/tata, powiedziała/ł patrząc się na zegarek, że to już ten czas, kiedy trzeba odpocząć. Evi poszła do łazienki. Weźcie Evi i jej towarzyszkę do kąpieli, napełnijcie wannę wodą i powiedzcie, że Evi będzie mówić Tobie co masz robić np. trzeba się rozebrać i złożyć ubranko. Evi wymaga pomocy, bo to lalka, ale ty możesz zrobić to sam/a.

### Krok 2

Evi dzięki Waszej pomocy, trafia do wody, gdzie pływa i mówi o zaletach kąpieli (można się odprężyć – wspieranie nabieranie samoświadomości co do stanów w jakich przebywa wasze dziecko; można umyć ciało by było czyste i pachnące – wspieranie świadomości dbania o higienę itp..). Po tym etapie, czas na Wasze dziecko, by zrobiło to do czego je zachęcacie.

### Krok 3

Teraz jest czas na umycie Evi, zapytajcie się co trzeba umyć i niech Wasze dziecko samodzielnie umyje lalkę, a potem ją osuszy ręcznikiem. Ważne jest by przy tych czynnościach, dziecko ćwiczyło ręce samo. Mycie, wycieranie, kremowanie własnego ciała, ubieranie małych laleczek to doskonały masaż i trening dla dłoni dziecka, które za chwilę, będzie musiało podjąć próby pisania.

## Podsumowanie

Koniecznie bawcie się świetnie, niech Evi żartuje, gdy jest w Waszych dłoniach, np. ojej do oka mi wpadła woda, trzeba ręcznikiem przetrzeć oko, albo kremowanie to i ja lubię, bo wtedy mnie nie szczypie ciało itp. Czy Evi będzie dobrą towarzyszką kąpieli zależy od Was i Waszych pomysłów i żartów.

***Ja życzę Wam, byście wspólnie czekali na kąpiel,  
bo to może być niezapomniana chwila we dwoje.***

P.S. Zarezerwujcie sobie trochę więcej czasu, nie róbcie tego w pośpiechu, dzięki temu zadziałacie wyciszająco na dziecko.

---

Opracowała **Anna Rozdejczak**,

nauczyciel, pedagog, trener komunikacji i terapeuta ręki  
w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej AURIS.