

Mi a meseterápia?

Írta: Márton Tünde grafológus
2010. május 19. szerda, 21:17

"... a mese megkönnyebbíti a szívet, s olyan porhanyóvá teszi az ember lelkét, hogy az álom magvai könnyen kicsíráznak benne."

(Seherezádé)

A meseterápia egyik legfontosabb célját Dr. Boldizsár Ildikó így fogalmazta meg:

A mese segítő ereje abban áll, hogy a létünkre vonatkoztatható ismeretek sűrített formában jelennek meg benne, s a mesehallgató ezt a sűrített formát tölti meg saját élete eseményeivel.

A egyensúlyi állapot felborulása alaphelyzetnek számít a mesékben, a mese hősei pedig nem csinálnak egyebet, mint megmutatják az utakat, melyek a veszélyhelyzetből, problémából kivezetnek. Ezért lehet a meseterápiát jól alkalmazni az élet minden területén. Gyógyításban, felnőtté válás, illetve a felnőttkor útvesztőiben.

A mesék a terápiában erőt adnak az első lépések megtételéhez. A kisgyermek még nem képes elmondani szorongásait, félelmeit, feszültségeit, de a meséken keresztül remekül meg tudja fogalmazni azokat.

A mesék segítségével a nehezen kommunikáló gyereket is szóra lehet bírni. Egy-két segítő

Mi a meseterápia?

Írta: Márton Tünde grafológus
2010. május 19. szerda, 21:17

mondat után csodaszép történeteket képes mesélni, melyek már kimondásakor is feszültségcsökkentő hatásúak.

A meseterápia sikere függ:

- a megfelelő mesétől
- a befogadói attitűdtől
- mesemondó személyétől

A meseterápia nem akar senkit meggyógyítani, mivel nem is feltételezi bárkiről is, hogy beteg, ellenben beavat a sors rejtelmeibe, miközben igyekszik felszínre segíteni a világosságot, mely minden ember számára adott.