



Joanna Kochańska



IMBIR

Pudiel z sercem
i tajemnicza
operacja



dla każdego Dziecka , które
przygotowuje się do hospitalizacji



O projekcie

Myśląc o dzieciach w szpitalach, razem z wydawnictwem Jestem w bajce, stworzyliśmy Mocne Koszulki z motywami z bajki o pudlu Imbirze, które mają właśnie dodawać dzieciakom MOCY.

Koszulki dostosowane są do realiów szpitalnych, kroplówek, ale też do potrzeb Dzieci, by dać choć małą cegiełkę zabawy, która powinna pojawić się nawet na szpitalnym dziecięcym łóżku.

 **mocne
koszulki**



Od Autorki



Drogi Rodzicu!

Ta bajka powstała po to, żeby pomóc Ci lepiej przygotować Twoje Dziecko do zabiegu operacyjnego i oswoić z nim krok po kroku cały proces hospitalizacji.

Jednak zanim sięgniesz po nią razem z Twoim Dzieckiem i zaczniecie rozmowę o operacji, przeczytaj kilka poniższych wskazówek:

1. Nic tak nie zaraża jak... spokój Rodzica.

Obserwując swoje Dziecko już od niemowlęctwa być może zauważyłeś, jak dobrze potrafi dostroić się do Twoich emocji. Zarówno wtedy, kiedy Twój kojący głos pomagał mu się wyciszyć, jak i wtedy, kiedy było Ci trudniej pozostać w równowadze i maluch wręcz chłonał Twoją złość czy smutek.

Dzieci rezonują z emocjami rodziców i bliskich opiekunów. Co więcej - często, kiedy nie wiedzą, jak zareagować najpierw szukają wzrokiem twarzy mamy lub taty, żeby sprawdzić, jak oni odbierają nowe środowisko. Strach widoczny w mimice twarzy,

czy postawie Rodzica daje sygnał Dziecku, że nadchodzi niebezpieczeństwo. Spokój Rodzica oraz łagodność, wyrażona w geście czy słowie, pokazują, że nowa sytuacja, początkowo niekomfortowa, nie musi być aż tak zagrażająca.

To dlatego, zanim zaczniemy wspierać nasze Dzieciaki, podczas podejmowania różnych wyzwań, tak ważne jest, żeby przyrzeć się najpierw sobie i swoim rodzicielskim emocjom.

Zatrzymaj się na chwilę i zastanów nad tym, jakie Tobie, jako Rodzicowi, towarzyszą uczucia w związku z nadchodzącą operacją Dziecka. Co czujesz na myśl o tym, że oddasz Twoje Dziecko pod opiekę kogoś innego? Co budzi w Tobie wyobrażenie, że może ono doświadczyć dyskomfortu związanego z procesem hospitalizacji?

Ważne jest to, żebyś postarał się zauważyć i przyjąć te emocje, zanim zaczniesz towarzyszyć Dziecku.

Nasza empatia czasem sprawia, że łatwo “przejmujemy” niepokój malucha, podczas, gdy on najbardziej potrzebuje spokojnego dorosłego, który zapewni mu poczucie bezpieczeństwa i będzie ostoją w trudnych chwilach.

Możesz zainspirować się i zobaczyć jak robi to mama Hani w bajce. Bohaterka nie podważa emocji córki (np. mówiąc “Nie ma się czego bać”), ale też nie “zaraża się” nimi. Okazuje dziewczynce zrozumienie i empatię, zachowując przy tym spokój.

2. Jeśli się boję – pomóż mi bać się troszkę mniej.

Dziecku przed pobytem w szpitalu może towarzyszyć cały wachlarz emocji. Bez względu na to, jakie są, postaraj się dać swojemu maluchowi przestrzeń na wyrażenie ich i wesprzyj go rozmową. Możesz spróbować oswoić Dziecko ze szpitalem poprzez zabawę ulubionym pluszakiem, dokładnie tak, jak robi to mama Hani w bajce. Dzieci często nie mówią o emocjach wprost. Czasem jest im łatwiej zrobić pierwszy krok i wyrazić je za pośrednictwem ulubionego pluszowego przyjaciela. Aby oswoić nową sytuację możesz również skorzystać z jednej z zabaw terapeutycznych, dostępnych na stronie Fundacji Dignify.

3. Jestem mały, ale dużo rozumiem. Powiedz mi, co się będzie działo i odpowiedz na moje pytania.

Dzieci potrzebują przewidywalnego i zrozumiałego środowiska, w którym będą mogły czuć się bezpiecznie. Zadbaj o to, żeby Dziecko wiedziało, co je czeka, jeszcze przed pobytem szpitalu. Nie bój się rozmawiać otwarcie o szpitalu i operacji, ale pamiętaj, że przekaz powinien być zawsze dostosowany do wieku malucha.

Jeśli będziesz unikać trudnej rozmowy z Dzieckiem i powiesz mu, np. że zamiast operacji czeka je tylko badanie lub, że nic nie będzie bolało – może to przynieść odwrotny

skutek. Na miejscu będzie czuło się dużo bardziej przestraszone i rozczarowane, niż jeśli spokojnie wyjaśnisz mu, czego może się spodziewać, krok po kroku.

4. Daj mi wybór.

Dawanie Dziecku wyboru, dostosowanego do jego wieku i możliwości, pokazuje, że jego potrzeby są ważne i buduje u niego poczucie sprawstwa.

Nie wszyscy rodzice o tym wiedzą, ale mały pacjent do szpitala może wziąć swoją ulubioną zabawkę! Oprócz obecności Rodzica, która jest absolutną podstawą i daje Dziecku poczucie bezpieczeństwa, pluszowy przyjaciel może dodatkowo pomóc pokonać trudności i dodać odwagi. Pozwól swojemu Dziecku wybrać kompana na wyprawę do szpitala. Pomocna może być też Mocna Koszulka, która ma na celu złagodzić strachy, lęki i zamienić pobyt w szpitalu w niezwykłą przygodę.

I pamiętaj - w szpitalu czeka na Ciebie dużo osób chętnych do pomocy. Jeśli masz jakieś wątpliwości, nie bój się pytać kadry o przebieg operacji Twojego Dziecka czy poszukać wsparcia u psychologa, pracującego w szpitalu.

Udanej lektury!

Joanna Kochańska,
psycholog Dziecięcy

Od Fundacji



**Project
Dignify**

no emotional anaesthesia



Bajka, którą trzymasz w ręku to tylko początek naszej wspólnej podróży. Jesteśmy fundacją... bez emocjonalnego znieczulenia. Nazywamy się Dignify, co z angielskiego oznacza uczcić, nadać godność, dodać wartości, sprawić aby coś lub ktoś miał większe znaczenie. Działamy żeby zapewniać godność każdemu pacjentowi i sprawiać, by czuł się wyjątkowy, niezależnie od sytuacji i okoliczności w jakich się znajduje. Myśląc o dzieciach w szpitalach, razem z psychologami dziecięcymi stworzyliśmy Mocne Koszulki, które mają dodawać MOCY Dzieciakom.

Pomysł na stworzenie Mocnych Koszulek powstał dzięki małej dziewczynce Jadzi, która po kilku dniach spędzonych w szpitalu, bez możliwości opuszczania łóżka, zapragnęła przenieść się w krainę bajek. Poprosiła swojego tatę żeby kupił jej strój superbohaterki, bo chciała latać. Moment w którym go założyła, a tata uniósł ją nad łóżko był tak magiczny, że zapomniała o wszystkich kabelkach i kroplówce, do której była przypięta. Każdego dnia prosiła o to, aby zakładać jej ten magiczny kostium, żeby mogła latać i czarować pokój.

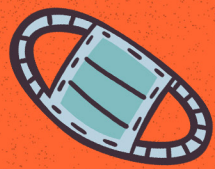
Jestem jej mamą. Stworzyłam Mocne Koszulki, by pomagać małym pacjentom w tym trudnym czasie, jakim jest pobyt w szpitalu. Koszulki dostosowane są do realiów szpitalnych, kroplówek, ale też do potrzeb Dzieci, by dać choć małą cegiełkę zabawy, która powinna pojawić się także na szpitalnym, dziecięcym łóżku. Każda koszulka jest bajką terapeutyczną, którą rodzic może przeczytać Dziecku, a ono samo później z łatwością ją odtworzy albo zbuduje swój scenariusz. Zachęcam Cię do takiej zabawy i gwarantuję, że dowiesz się o swoim Dziecku czegoś nowego.

Ach... zapomniałam. Czy wiesz, że Imbir istnieje naprawdę? Jest naprawdę dużym pudłem i uwielbia pomagać Dzieciom, a świat szpitalny nie ma dla niego żadnych tajemnic. Wpatruj jego kolejnych przygód i koniecznie odwiedź naszą stronę www.zabawaterapeutyczna.pl, gdzie znajdziesz największą bibliotekę zabaw terapeutycznych online. Zabawy te pomagają Dzieciom nie tylko w szpitalu, ale także w każdej trudniejszej i nowej sytuacji z jaką muszą się mierzyć Dzieci i Młodzież.

Bancie się dobrze,

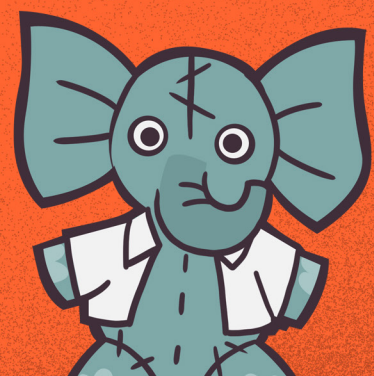
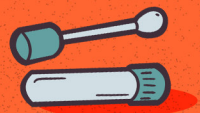
Joanna Sobolewska

Prezes Fundacji Dignify



Mamy dla Ciebie wyjątkowe zadanie.

W bajce znajdziesz słowa, które są dopasowane do bohaterów i symboli na Mocnej Koszulce. Szukaj w tekście wyróżnionych słów lub czynności, a następnie dopasuj je do wzorów na koszulce!



Hau
HAU!



Hania miała 5 lat, burzę kręconych loków i buzię pełną uroczych piegów. Uwielbiała jeździć na hulajnodze i pomagać tacie przy majsterkowaniu w garażu. Ostatnio zrobili razem specjalną półkę na wszystkie ulubione bajki Hani, po które zawsze sięgali przed snem. Dziewczynka nie lubiła za to brukselki i zawsze dokarmiła ją pod stołem swojego pieska, **pudła Imbir**, który nie narzekał na taki stan rzeczy i chętnie podjadał brukselkę, merdając przy tym wesoło ogonkiem.



O JEJ...

?
?

Jednak ten dzień nie zapowiadał się ciekawie. Hania wstała niewyspana. Ciężko jej było zasnąć w nocy. Kołdra za bardzo gryzła, cienie na ścianie wydawały się jakieś groźniejsze. Dziewczynka miała wrażenie, że nawet jej pudel Imbir nie był w humorze i słabiej niż zwykle machał ogonkiem.

W końcu dziewczynka zdecydowała się potupać do łóżka mamy i taty po wielkiego przytulasa. Ale nawet to za bardzo nie pomogło. Kiedy wreszcie nadszedł rano, Hania otworzyła powoli oczy i zobaczyła uśmiechniętą buzię mamy.

– Dzień dobry, kochanie! – powiedziała mama z wielkim uśmiechem na twarzy. Mama często dawała jej buziaka w sam pępek. Strasznie to gilgotało i Hania zawsze wtedy śmiała się głośno.

– Może jednak dzień nie będzie taki zły?

– pomyślała dziewczynka i podreptała do swojego pokoju. Jednak wtedy przypomniała sobie, co ją czekało. Dziś miała odwiedzić z rodzicami szpital. Hania była w nim kiedyś na wizycie, ale dziś pierwszy raz zostanie tam na noc. Troszkę się bała pobytu, bo nie wiedziała, co się może stać. Z rozmyślań wytrącił ją nagle głos mamy.

– Haniu, kochanie!

Gotowa do wyjścia?





- Haniu,
czy coś się stało?

Kiedy mama zajrzała przez uchylone drzwi do pokoju Hani, zauważyła, że dziewczynka nie wstaje, tylko leży zwinięta w kłębek w łóżku ze swoją maskotką, **pudlem Imbirem**, którego nazwała tak, bo bardzo przypominał jej prawdziwego pieska. Pluszak miał brązowe, mięciutkie futerko i nosek w kształcie serduszka.

- Haniu, czy coś się stało? - zaniepokoiła się mama.



- Mamo...
Pudel Imbir
nie chce iść

- powiedziała dziewczynka, a jej buzia wykrzywiła się w podkówkę. Hania czuła, jak łzy napływają jej do oczu.
- Ojej. A gdzie nie chce iść? – spytała mama.
- No do szpitala i na tę operację... czy jakoś tak.
- Na operację?
- O tak, na to właśnie.
- Ach, rozumiem. – Mama usiadła na łóżku, zaraz obok dziewczynki i pieska. – Imbir jeszcze nigdy nie został w szpitalu na noc... Hania przez chwilę siedziała w bezruchu, a potem lekko pokiwała głową pieska.



Pudel Imbir był ulubionym pluszakiem Hani. Zabierała go do dentysty, był z nią pierwszy dzień w przedszkolu. Teraz miał towarzyszyć dziewczynce również w szpitalu.

- A czy on nie chce iść, bo troszkę się boi? - zaczęła mówić delikatnym głosem mama. Hania znowu pokiwała głową pluszaka.
- Tak, bo czeka go ta

operacja



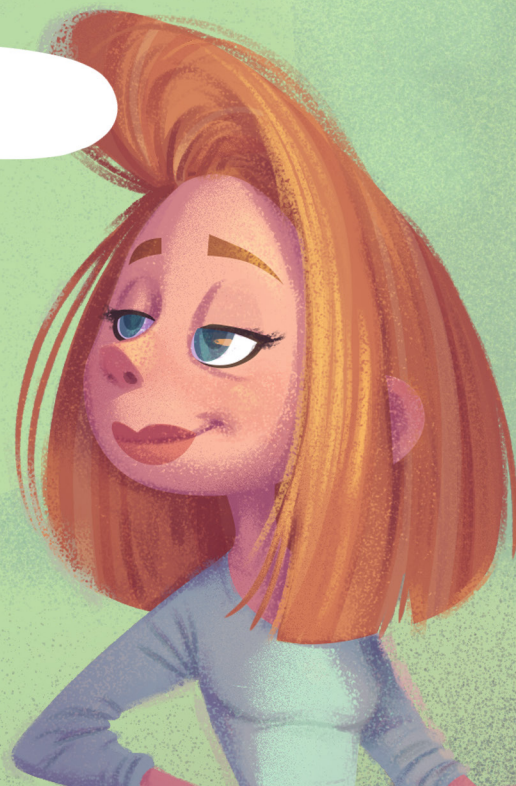
Mama i tata rozmawiali kilka razy o operacji i o szpitalu, ale te wszystkie nazwy były tak skomplikowane, że dziewczynka niewiele z tego zapamiętała.

- Operacja, tak?

- spytała mama.

- Tak. I będzie musiał tam spać. - Hania poczuła, jak ła płynie jej po policzku.

- A może Imbir chciałby się dowiedzieć, czym jest ta... opertacja? Myślisz, że to mogłoby mu pomóc? Pluszak powoli pokiwał głową. Hania też to zaciekaWiło. Do szpitala szli razem. Opertacja, to znaczy operacja, czekała i ją, i pieska Imbira. Oboje troszkę się bali, ale pluszowy piesek bardziej niż ona.



+ SUPER!

Spróbujmy...

– To może trochę pomożemy Imbirowi? Opowiemy, jak wygląda wizyta w szpitalu, i zrobimy zabawkowy szpital?

Dziewczynce bardzo spodobał się ten pomysł i lekko przytaknęła głową.

– Spróbujmy... – zaczęła mama, ale zanim skończyła mówić, zobaczyła Hanię, która już wracała z kołderką z wózka lalki Zuzi. Mama przyciągnęła łóżeczko z zestawu z misiem Frankiem i razem przygotowały dla Imbira **łóżko szpitalne**, prawie takie, jak w domu. W nim Imbir będzie spał przez cały pobyt w szpitalu.

– Teraz potrzebujemy szpitala.
Masz pomysł, gdzie może być?


– Pod biurkiem!

– powiedziała Hania, czując, jak smutek i strach powoli ją opuszczają, a na jej buzię wraca uśmiech.


– No dobrze, skoro mamy szpital i **łóżko**, to teraz potrzebujemy przyrządów lekarskich. Hania miała zestaw lekarski, więc szybko wyjęła go z szuflady i przybiegła z powrotem do mamy. Zabawa w szpital zapowiadała się bardzo ciekawie.



- Piesek Imbir, kiedy przyjedzie do szpitala, pójdzie z mamą Imbirkową do rejestracji. Imbir pozna tam pierwszą panią na recepcji, która ma białą sukienkę
- trochę jak sukienka Śnieżnej Królowny. Pani w sukience Królowny da mu **specjalną bransoletkę**. Będzie na niej jego imię i specjalny numer.
- Tylko on będzie miał taki numer.
- Tylko on jedyny? – spytała Hania, szeroko otwierając oczy z zaciekawieniem.
- Tak, jedyny i wyjątkowy pieskowy numer.



To taka szczególna bransoletka.



– Potem Pani **Pielęgniarka Żabka** – powiedziała mama, biorąc do ręki pluszową żabkę – zaprowadzi Imbira do jego **łóżka**, gdzie będzie on czekał na Panią Doktor. Dostanie też wtedy bardzo mięciutką piżamkę, żeby było mu wygodnie. „Ciekawe, czy będzie podobna do kubraczka, który zakładali Imbirkowi w mroźną zimę” – pomyślała Hania, a następnie wzięła pieska za łapkę i podeszła z nim do łóżeczka. Kiedy Imbir siedział na zabawkowym łóżku, nagle zaniepokojona Hania spytała:

- A czy wtedy mama pieska pójdzie do domu i on zostanie sam?
- Nie, mama pieska będzie cały czas z nim – odpowiedziała łagodnym głosem mama. – Będzie spać obok niego. Tylko na czas operacji na chwilę się pożegnają. Ale zaraz o tym porozmawiamy, dobrze? Dziewczynka pokiwała głową. Była bardzo ciekawa, co będzie dalej.



– Kiedy piesek będzie już miał numerki i swoje łóżko szpitalne, przyjdzie Pani Doktor, żeby go zbadać.

– Może **Pani Żyrafa**? zaproponowała Hania. Mama się uśmiechnęła i powiedziała:

– Pani Żyrafa zdecydowanie pasuje.

– Dzień dobry, Panie Imbirku – powiedziała mama śmiesznym głosem Pani Żyrafy, a Hania się zaśmiała.

– Dzień dobry – powiedział piesek głosem Hani i zamerdał ogonkiem.

– Byłeś kiedyś w szpitalu? – spytała

Pani Żyrafa.

– Tak, już kilka razy. Ale nigdy nie zostawałem na noc – odpowiedział pudelek.





– Och, to czeka cię wyjątkowa przygoda!
Teraz zmierzmy temperaturę i
posłuchamy serduszka, dobrze? – spytała
Pani **Doktor Żyrafa**, a pudel z pomocą
Hani przytaknął łebkiem.
Hania podała mamie plastikowe przyrządy
z walizki lekarskiej.

– MAMO...

– Hania znowu się trochę zaniepokoiła.
– A kiedy będzie operacja?
– Operacja będzie za chwilę, kochanie.
Najpierw musimy Imbira przygotować.
– Mhm – odparła Hania. A właściwie to
odparł piesek.

- Kilka godzin przed operacją Imbirek nie może jeść żadnych kostek. To bardzo ważne, bo podczas operacji całe ciało idzie na specjalną drzemkę i odpoczywa. Brzuszek musi być pusty, bo on też będzie spał.

An illustration of a mosquito with large, translucent wings and a yellow body, standing on a small shadow. Above it is a syringe with a green plunger and a white needle. To the left of the mosquito are three stylized 'Z' characters representing sleep. The background is a warm, orange-yellow gradient.

- *Styszatesi, piesku? Żadnych kostek!*

- powiedziała Hania do pluszaka, kiwając palcem z poważną miną.

Mama, widząc to, zaśmiała się, po czym dodała:

- Nasz Imbir pójdzie potem ze swoją mamą na krótkie badania.

- Czy to badanie będzie bolało? - spytała z niepokojem Hania. - Tylko troszkę. Imbir może poczuć lekkie ukłucie. Jak ugryzienie komara.

„A, to nie takie strasznie” - pomyślała Hania.

- I co będzie dalej? - zapytała niecierpliwie.

- Pani **Pielęgniarka Zebra** założy mu **specjalną rureczkę**, żeby mógł szybciej dostawać **witaminki**.
Możliwe, że zrobią też specjalne zdjęcia lub zbadają



jego nosk **specjalnym patyczkiem**, ale to nie będzie bolało. Może być tylko przez chwilę troszkę nieprzyjemne.

- Mhm - Hania znów skinęła głową Imbira. - A potem?
- A potem mama z pieskiem wróca do łóżka. Aż zawoła ich Pani **Pielęgniarka Wiewiórka**. Piesek pojedzie na **łóżku szpitalnym** na specjalną salę.
- Pojedzie na łóżku? - zdziwiła się Hania.
- Nie żartujesz, mamo?
- Nie, **łóżka szpitalne** mają kółka.
- Och! To można na nich jeździć, jak na mojej hulajnodze? Mama zaśmiała się:
 - Niekoniecznie, ale dzięki kółkom można się szybko poruszać i dojechać na salę.



– Mamo... – zaczęła Hania

*– a czy Imbir pojedzie
na salę sam?*

– Nie, cały czas będzie przy nim mama. Może wziąć też ze sobą swoją ulubioną maskotkę.

– „Ja wezmę Imbira” – pomyślała Hania.

– A rodzice przy nim będą?

– Tak, jak tylko się obudzi. A wtedy, kiedy będzie spał, będą z nim **Pani Żyrafa, Pani Zebra, Pan Krokodyl i Pani Słonikowa**. Wszyscy będą mieć na sobie **maseczki i rękawiczki**. Dzięki temu nasz piesek będzie bezpieczny i nie wskoczą do niego żadne **bakterie** ani **zarazki**.



Już są!

Dziewczynka podeszła do półki i ściągnęła **Panią Zebbrę** i **Panią Wiewiórkę**.

- Już są, mamusiu.
 - Świetnie – odpowiedziała mama.
 - Mogę założyć im nasze **maseczki** i **rękawiczki**, które ostatnio kupiliśmy?
 - spytała Hania.
 - Tak, to świetny pomysł, Haniu – uśmiechnęła się mama.
- Hania odpowiednio ubrała cały zwierzęcy zespół. **Rękawica** była dużo za duża i śmiesznie wyglądała na małej **Pani Wiewiórcie**. „Ale operacja to operacja” – pomyślała Hania.
- „Muszą być i **rękawiczki**, i **maseczki**”.

Mama, obserwując Hanię, z uśmiechem opowiadała dalej:

– Kiedy Imbir dojedzie na salę, pozna **Panią Pandę**, która pomoże mu zasnąć, dając mu **specjalną maseczkę**. Piesek weźmie kilka wdechów, powoli zamknie oczka i będzie sobie smacznie spał, tak że nie usłyszy nawet największych hałasów.

A kiedy się obudzi, mama i tata znowu przy nim będą.

Hania czekała na dalszy ciąg, ale kiedy zauważyła, że mama nic nie mówi, spytała:

– I już? Po operacji? To znaczy operacji?

SALA OPERACYJNA



A stylized illustration of a young girl with voluminous, curly red hair. She has a soft, purple-toned face with closed eyes and a small heart-shaped mouth, suggesting she is asleep. She is wearing a light pink top. A small, brown teddy bear is sitting on a green surface in front of her. The background is a light green area with faint white heart patterns, set against a larger yellow background. A white speech bubble with a tail pointing to the girl's head contains the text.

Mamo, Tato...

Jak tylko Imbirek się obudzi, zobaczy mamę i tatę. Potem przyjdzie noc, ale spędzą ją razem, tak jak w domku. Bo mama lub tata będą spać na specjalnym fotelu zaraz obok **łóżka** małego pacjenta. Może nawet poczytają mu książeczkę przed snem? Hania siedziała chwilę w zamyśleniu.

- Mamo, a czy to będzie bolało?

- Nie, podczas operacji piesek będzie sobie beztrudnie spał. A potem, kiedy Imbirek będzie już z rodzicami, **Pani Zebra** i **Pani Wiewiórka** zadbają o to, żeby nic go nie bolało. Jeśli tylko poczuje coś nieprzyjemnego, to od razu powie o tym mamie, a ona zwoła **Panią Zebkę**, która poda mu **tabletki**.

Dziewczynka milczała. W zasadzie po tej opowieści to wszystko nie brzmiało tak strasznie, jak na początku.

- Mamusiu... - odezwała się Hania po dłuższej chwili.

- Ta operacja to całkiem ciekawa sprawa. Imbir już się jej tak bardzo nie boi. - Hania przerwała i wzięła głębszy oddech. - I ja też nie!





No jasne!

Haw!

– Cieszę się, kochanie! Czy to znaczy, że możemy wychodzić?

– Tak! Tylko zaczekaj chwilę... – dziewczynka przyłożyła pluszaka do ucha i dodała: – Imbir pyta, czy może ubrać swoje ulubione skarpetki w kostki i kiełbaski?

– No jasne! – roześmiała się mama i mocno przytuliła Hanię.

Trzymaj mnie za rękę

Powiedz mi, co się będzie działo

Jestem matką,
ale dużo rozumiem

Wytłumacz mi wszystko

Uśmiechnij się - to mi pomoże



Dziękujemy

Agnieszce Żmijewskiej – Specjaliście Anestezjologii i Intensywnej Terapii Wojewódzkiego szpitala im.św. Ojca Pio w Przemyślu, która opowiedziała nam o doświadczeniach szpitalnych małych Pacjentów.

Joannie Kochańskiej, za piękną bajkę napisaną językiem zrozumiałym dla każdego Dziecka.

Wydawnictwu Jestem w Bajce, za narysowanie Imbira, Hani i pokazanie ich przygód w kolorach.

I wreszcie Alicji Głowie, za przepiękny wzór na Mocnych Koszulkach.

Jesteśmy
Rozumiemy •
Działamy

...bez emocjonalnego znieczulenia





www.projectdignify.com