

DOLNOŚLĄSKA BIBLIOTEKA PEDAGOGICZNA WE WROCŁAWU

FILIA W ŚWIDNICY

BAJKOTERAPIA

ZESTAWIENIE BIBLIOGRAFICZNE W WYBORZE
WYDAWNICTW ZWARTYCH
ZA LATA 2004-2015

OPRACOWANIE

KATARZYNA GIEDRYS-WOŹNY

ŚWIDNICA, MAJ 2015

Bajkoterapia jest metodą o charakterze terapeutycznym i profilaktycznym, w której stosuje się odpowiednio dobrane teksty (bajki terapeutyczne). Najważniejszym jej jest zapobieganie i reedukacja dystresu wywołana sytuacjami trudnymi emocjonalnie. Może mieć charakter indywidualny lub grupowy.

Bajkoterapię rozpropagowała w Polsce dr Maria Molicka, autorka książek o bajkoterapii oraz bajek terapeutycznych. Bajki terapeutyczne obniżają napięcie emocjonalne, pomagają w rozwiązywaniu problemów dziecka, oswojaniu lęków, uwrażliwiają na trudności innych.

Wyróżniamy trzy rodzaje bajek terapeutycznych:

1. Bajki relaksacyjne
2. Bajki psychoedukacyjne
3. Bajki psychoterapeutyczne.

Celem bajek relaksacyjnych jest odprężenie i wyciszenie dziecka.

Bajki psychoedukacyjne mają na celu zmianę zachowań dziecka. Najczęściej pełnią funkcję profilaktyczną.

Bajki psychoterapeutyczne mają za zadanie obniżać lęki dziecięce.

Strach to reakcja na czynniki zewnętrzne i bodziec wewnętrzny, jakim jest ból. Lęk powstaje w momencie wyobrażenia zagrożenia. Lęk wyrasta ze strachu.

Lęki u dzieci możemy podzielić na:

- odtwórcze
- wytwórcze
- związane z niezaspokojeniem potrzeb
- związane z obrazem własnej osoby

Lęk odtwórczy – pojawia się jako wyobrażenie zagrożenia, jakie w formie strachu dziecko już przeżyło. (np. lęk przed dentystą)

Lęk wytwórczy – związany z rozwojem wyobraźni u dziecka. Dziecko tworzy swój świat lęków. (np. Potwory w szafie).

Lęk niezaspokojonych potrzeb - zarówno fizycznych (głód – lęk przed powtórzeniem się tej sytuacji) jak psychicznych (potrzeba bezpieczeństwa).

Lęk związany z obrazem własnej osoby – np. lęk przed odrzuceniem (niska samoocena).

Lęk jest prawidłowością rozwojową, wszystkie dzieci odczuwają lęk. Lęki są niezbędne do prawidłowego funkcjonowania człowieka. Przygotowują do sprostania sytuacji zagrożenia. Stają się zaburzeniem, jeśli dezorganizują działanie i mają negatywny wpływ na osobowość.

Bajka terapeutyczna dla dzieci najmłodszych to bajka magiczna. Cztery elementy: 1. Jeden problem – główny temat. 2. Główny bohater – jeden, przeżywający problem (zwierzątko, zabawka). 3. Dodatkowe postaci pomagające skonkretyzować problem. 4. Tło – najlepiej świat bajkowy, ale również np. pokój dziecka 5. Rozwiązanie magiczne - tylko u małych dzieci do lat 4. Rozwiązanie racjonalne – już u sześciolatka. Bajki terapeutyczne dla dzieci od lat 4 do 9. Dziś pisze się bajki także dla dorosłych.

Niniejsze zestawienie zawiera pozycje polecane przez Panią Genowefę Surniak, prezesa Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego.

1. Bajki

Bajki psychoedukacyjne : prace uczestników warsztatów prowadzonych przez Genowefę Surniak w Wojewódzkiej Bibliotece Publicznej i Centrum Animacji Kultury w Poznaniu / [oprac. Genowefa Surniak ; il. Edyta Ćwiek]. – Poznań : Wojewódzka Biblioteka Publiczna i Centrum Animacji Kultury, 2006.

2. Bajki

Bajki relaksacyjne : prace uczestników warsztatów prowadzonych przez Genowefę Surniak w Wojewódzkiej Bibliotece Publicznej i Centrum Animacji Kultury w Poznaniu / [oprac. Genowefa Surniak ; il. Edyta Ćwiek]. – Poznań : Wojewódzka Biblioteka Publiczna i Centrum Animacji Kultury, 2008.

3. Bajki

Bajki terapeutyczne prace uczestników warsztatów prowadzonych przez Genowefę Surniak w dniach 8 i 15 listopada 2014 roku Wojewódzkiej Bibliotece Publicznej i Centrum Animacji Kultury w Poznaniu / [oprac. Genowefa Surniak ; il. Edyta Ćwiek]. – Poznań : Wojewódzka Biblioteka Publiczna i Centrum Animacji Kultury, 2004.

4. Blogowe

Blogowe dbajki / [red. Marzena Dobosz ; il. Agnieszka Madaj, Dariusz Madaj] . – Warszawa : Do&Do Szatkowska Wydawnictwo dbajki, [2011].

5. Chmielewska, Joanna M.

Niebieska niedźwiedzica / Joanna M. Chmielewska ; il. Jona Jung. – Warszawa : Wydawnictwo Bajka, cop. 2012.

6. Chutnik, Sylwia

Nieśmiałek / Sylwia Chutnik ; il. Jona Jung. – Warszawa : Muza, 2014. – (Poczytajki Pomagajki).

7. Fabicka, Joanna

Dokuczalska / Joanna Fabicka ; il. Daniel de Latour. – Warszawa : Muza, 2015.

8. Głowińska, Anita

Kicia kocia gotuje / napisała i zil. Anita Głowińska. – Poznań : Harbor Point Media Rodzina, cop. 2010.

9. Głowińska, Anita

Kicia kocia i straszna burza / napisała i zil. Anita Głowińska. – Poznań : Harbor Point Media Rodzina, cop. 2012.

10. Głowińska, Anita

Kicia kocia jest chora / napisała i zil. Anita Głowińska. – Poznań : Harbor Point Media Rodzina, cop. 2011.

11. Głowińska, Anita

Kicia kocia mówi: „Nie!” / napisała i zil. Anita Głowińska. – Poznań : Harbor Point Media Rodzina, cop. 2013.

12. Głowińska, Anita

Kicia kocia na basenie / napisała i zil. Anita Głowińska. – Poznań : Harbor Point Media Rodzina, cop. 2011.

13. Głowińska, Anita

Kicia kocia na placu zabaw / napisała i zil. Anita Głowińska. – Poznań : Harbor Point Media Rodzina, cop. 2012.

14. Głowińska, Anita

Kicia kocia nie może zasnąć / napisała i zil. Anita Głowińska. – Poznań : Harbor Point Media Rodzina, cop. 2013.

15. Głowińska, Anita

Kicia kocia poznaje strażaka / napisała i zil. Anita Głowińska. – Poznań : Harbor Point Media Rodzina, cop. 2012.

16. Głowińska, Anita

Kicia kocia sprząta / napisała i zil. Anita Głowińska. – Poznań : Harbor Point Media Rodzina, cop. 2014.

17. Głowińska, Anita

Kicia kocia w kosmosie / napisała i zil. Anita Głowińska. – Poznań : Harbor Point Media Rodzina, cop. 2014.

18. Głowińska, Anita

Kicia kocia w pociągu / napisała i zil. Anita Głowińska. – Poznań : Harbor Point Media Rodzina, cop. 2013.

19. Głowińska, Anita

Kicia kocia zakłada zespół muzyczny / napisała i zil. Anita Głowińska. – Poznań : Harbor Point Media Rodzina, cop. 2010.

20. Głowińska, Anita

Kicia kocia zostaje policjantką / napisała i zil. Anita Głowińska. – Poznań : Harbor Point Media Rodzina, cop. 2010.

21. Ippoldt, Lidia

Bajkowa niania : bajki pomagajki dla najmłodszych / [aut. tekstów Lidia Ippoldt i in. ; rys. Magdalena Szynkarczuk]. – Skawina : [Urząd Miasta i Gminy] ; Zakrzów : Wydawnictwo Promo, 2011.

22. Jędrzejewska-Wróbel, Roksana

Kosmita / Roksana Jędrzejewska-Wróbel ; il. Jona Jung. – Wyd. 3. – Bielsko-Biała ; [Katowice]: ING Bank Śląski, 2009.

23. Jędrzejewska-Wróbel, Roksana

Siedmiu wspaniałych i sześć innych, nie całkiem nieznanymi historii / Roksana Jędrzejewska-Wróbel ; il. Marianna Oklejak. – Wyd. 2 zm. – Warszawa : Wydawnictwo Bajka, 2014.

24. Kaluga, Agnieszka

Chorowitek / Agnieszka Kaluga ; il. Marianna Jagoda. – Warszawa : Muza, 2014. – (Poczytajki Pomagajki).

25. Kozak, Agnieszka

W poszukiwaniu miłości : między bliskością a samotnością : bajki terapeutyczne dla dorosłych / Agnieszka Kozak, Wojtek Gackowski ; [zdj. Agnieszka Kozak i in.]. – Częstochowa : Edycja Świętego Pawła, cop. 2011.

26. Kozak, Agnieszka

W poszukiwaniu siebie : bajki terapeutyczne dla dorosłych / Agnieszka Kozak, Aneta Pietrzak ; il. Michał Krysiak. – Częstochowa : Edycja Świętego Pawła, cop. 2009.

27. Ortner, Gerlinde

Bajki na dobry sen / Gerlinde Ortner ; z niem przeł. Zbigniew Dalewski, Elżbieta Ptaszyńska-Sadowska. – Warszawa : Świat Książki – Bertelsmann Media, 2008.

28. Strzałkowska, Małgorzata

Zielony i Nikt / Małgorzata Strzałkowska ; il. Piotr Fąfrowicz. – Wyd. 2. – Warszawa : Wydawnictwo Bajka, 2014.

29. Tomaszewska, Jovanka

Opowieści z planety Holo : opowiadania terapeutyczne / Jovanka Tomaszewska i Wojciech Kołyszko. - Warszawa : Fundacja Drabina Rozwoju, [2011].

30. Żółtaszek, Małgorzata

Jak Anitce uciekły zabawki, Jacuś zgubił się w sklepie i inne historyjki / Małgorzata Żółtaszek, il. Artur Nowicki. – Poznań : Oficyna Wydawnicza G&P Henryk Gościański, Karol Prętnicki, cop. 2012.

31. Żółtaszek, Małgorzata

O Mateuszku, który bał się ciemności, Basi, która nie lubiła buziaków i inne historyjki / Małgorzata Żółtaszek, il. Artur Nowicki. – Poznań : Oficyna Wydawnicza G&P Henryk Gościański, Karol Prętnicki, cop. 2013.