

Anna SZKOLAK-STĘPIEŃ
ORCID 0000-0001-5957-56166
Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

Terapeutyczna moc bajki

Abstract: The Therapeutic Power of Fairy Tales

The article by Anna Szkolak-Stępień is devoted to the method of fairy tale therapy, and particularly focused on the importance of this method in the process of supporting the development of preschool and younger schoolchildren. In the first part of the article, the basic concepts were explained, followed by the ways in which fairy tales interact with children and the character of a fairy tale therapist.

Keywords: fairy tale, therapy, education

Słowa kluczowe: bajka, terapia, wychowanie

Wstęp

Bajka od zarania dziejów towarzyszyła człowiekowi, była pochodną jego wierzeń i kultów totemicznych. Wiązała się z obrzędami i magią ludzi pierwotnych. Od zawsze miała właściwości terapeutyczne, nawet jeśli nie zdawano sobie z tego sprawy. Matki od zawsze podświadomie wiedziały, że bajka ma moc pocieszenia, pouczenia czy wsparcia dziecka. Terapeutyczne walory baśni jako pierwszy opisał Bruno Bettelheim w podręczniku *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni* (Bettelheim, 1985). Od tamtej pory grono badaczy tego tematu poszerzało się w zaskakującym tempie i dziś już nikt nie ma wątpliwości, że bajki potrafią leczyć.

Podstawowe pojęcia bajkoterapii

Poruszając temat bajkoterapii, należy dotrzeć do źródeł terminu. Pomocne będzie przeanalizowanie terminów pokrewnych. Pierwszym, najszerszym tematycznie terminem jest „biblioterapia” i od niego należałoby zacząć rozważania. Termin ten pochodzi od dwóch wyrazów greckich: *biblion* — książka i *therapeo* — leczę. Podstawy biblioterapii stworzył Nikołaj A. Rubakin, który w 1916 r. w Lozannie zapoczątkował badania nad reakcjami indywidualnych czytelników. Podczas badań na temat „Biblioterapia jako metoda pedagogiki specjalnej” realizowanych w latach 1990–1991 opracowano charakterystykę biblioterapii. Według niej biblioterapia jest „zamierzonym działaniem przy wykorzystaniu książki lub materiałów niedrukowanych (obraz, film itp.), prowadzącym do realizacji celów rewalidacyjnych, resocjalizacyjnych, profilaktycznych i ogólnorozwojowych. Takim celem może być zarówno akceptacja własnej niepełnosprawności, jak i działalność kompensacyjna, czy akceptacja dziecka upośledzonego przez otoczenie. Koniecznym warunkiem biblioterapii jest międzyosobowy kontakt indywidualny biblioterapeuty z jedną osobą bądź grupą” (Tomasik, 1994, s. 10–11).

Tak naprawdę leczenie książką rozpoczęło się o wiele wcześniej — było już stosowane w starożytnej Grecji i Rzymie. Nad biblioteką w Tebach widniał napis „Miejsce leczące twoją duszę”.

Według literatury przedmiotu biblioterapię można definiować w trzech wymiarach, jako: metodę wspierającą rozwiązywanie problemów osobistych, relację leczniczą między biblioterapeutą a pacjentem, w której opracowuje się indywidualny plan pracy z książką, oraz metodę terapeutyczną (Molicka, 2011). Do biblioterapii możemy wykorzystać nie tylko książkę, ale także wiele innych środków przekazu mających wpływ na rozwój emocjonalny, takich jak: poezja, podręczniki, multimedia, film. Jako dziedzina naukowa o charakterze interdyscyplinarnym biblioterapią wiąże się z medycyną — to jedna z technik w psychologii klinicznej i psychoterapii. Badania wykazały, że odpowiednio dobrana książka odgrywa ogromną rolę terapeutyczną: sensownie wypełnia czas, napawa pacjenta optymizmem, pomaga w mobilizowaniu sił psychicznych (Akimjak, 2012). Główne cele biblioterapii dzieci to: „nazywanie uczuć i nadawanie im wartości, pokazywanie przez książkę, że inne dzieci mają podobne problemy, pobudzanie do dyskusji, rozwijanie myślenia i samoświadomości, poznawanie strategii, radzenia sobie, zachęcanie do działania” (Molicka, 2011, s. 137–138).

Drugim podstawowym terminem w omawianym temacie jest „bajka”. Jest to:

[...] opowiadanie oparte na treściach fantastycznych, często zaczerpniętych z legend, przeznaczone dla dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym, a czasami także dla dorosłych. Bajka zaznajamia dzieci z uniwersalnymi wartościami prawdy, dobra, piękna, uwrażliwia na niesprawiedliwość, rozbudza wyobraźnię, zaspokaja potrzebę marzeń i fantazjowania. Poprzez

zawarty w niej morał — przesłanie wzbogaca życie wewnętrzne dziecka i sprzyja jego samodoskonaleniu, a dzięki temu, że zawsze dobrze się kończy, budzi w nim wiarę w dobro. Wykazano, że systematyczne czytanie i opowiadanie bajek wpływa korzystnie na rozwój umysłowy, uczuciowy i wolicjonalny dzieci. Charakterystyczną cechą bajek są dobitne przeciwstawienia: postacie mogą być krańcowo dobre/złe, mądre/głupie, pracowite/leniwe (Kupisiewicz C., Kupisiewicz M., 2009, s. 17).

W języku potocznym terminy „baśń” i „bajka” używane są zamiennie. Konstrukcja tych utworów bywa niekiedy bardzo podobna. Zaklasyfikowanie danego dzieła do jednego z tych gatunków wymaga jego dokładnej analizy i zastosowania literaturoznawczych metod badawczych. W rzeczywistości słowa te mają jednak różne znaczenia. Na czym polega różnica? Pojęcie bajki jest szersze — obejmuje zarówno utwory wierszowane, satyryczne, dydaktyczne, jak i opowiadania narracyjne. Baśń natomiast ma bardziej rozbudowaną formę narracyjną, więcej wątków, inaczej operuje napięciem i nie poucza, ale naucza przez przykład. Bajka wyrosła z tradycji ludowej, dlatego dla odróżnienia od baśni literackiej jest nazywana bajką ludową. Baśń jest natomiast opowiadaniem narracyjnym, o wątkach zaczerpniętych z folkloru, w którym zachowany jest obiektywny stosunek autora do opisywanych zdarzeń. W baśniach zawarta jest kwintesencja wiedzy o świecie społecznym, ideały oraz standardy wartościowania (Jaszczyk, Kochaniak, 2006, s. 56).

Czym jest wreszcie bajkoterapia? Jest to metoda terapeutyczna i profilaktyczna adresowana głównie do dzieci w wieku 4–9 lat, która zapoznaje małego słuchacza ze specjalnie ułożonymi bajkami, tzw. bajkami terapeutycznymi. Bajki terapeutyczne mają ściśle określone zadania, a mianowicie chodzi o pomoc dziecku doświadczającemu sytuacji trudnych emocjonalnie bądź przygotowanie go do możliwości ich pojawienia się. Zdaniem Marii Molickiej „oddziaływanie poprzez bajkę nie jest mentorsko edukacyjne, ponieważ bohater bajkowy w niczym nie przypomina dziecka, poza tym, że zmagają się z identycznymi problemami. Mały słuchacz jest tylko stymulowany, a nie edukowany wprost do zmiany w zakresie rozumienia siebie i innych” (2011, s. 225). Należy pamiętać, że nie każda bajka jest bajką terapeutyczną. W baśni dana osoba źle postępuje, ponieważ jest zła. W bajce terapeutycznej postępuje tak, ponieważ nie zna właściwej alternatywy lub też daje się ponieść emocjom. W bajkach nigdy nie etykietuje się bohatera jako złego, niegrzecznego, lęklivego itp.

Bajka w terapii i wychowaniu

Miejsce bajki w procesie wychowania było od zawsze niezastąpione i można przypuszczać, że będzie tak dalej. Jej efektywnego wpływu na rozwój osobowości dziecka nie można podważyć. Zarówno bajki ludowe, jak i literackie są bardzo pożyteczne i nadają się do wykorzystania w procesie wychowawczo-edu-

kacyjnym. Przekazują one dzieciom na przykładach historii konkretnych bohaterów wiedzę o najbardziej podstawowych zasadach funkcjonowania natury i społeczeństwa, o sprzecznych zasadach moralnych dobra i zła. W trakcie procesu wychowawczego do bajki można powracać. Dobrze jest, kiedy treść i sens bajki mogą zostać uzupełnione przez obraz, dźwięk, ewentualnie przez dotyk czy smak. Ważne jest, by podczas opowiadania bajki przez nauczyciela dać dziecku sposobność, by mogło ono „wejść” w tekst, odpowiadać na pytania lub włączyć się do dramatyzacji. Dzięki temu bajka staje się narzędziem rozwoju umiejętności komunikacyjnych dziecka, narzędziem rozwijania wyobraźni, pobudzania zmysłów i umiejętności grafomotorycznych. Dzieci rozwijają swoją fantazję, percepcję słuchową, wzrokową czy dotykową. Do atrybutów bajki można zaliczyć: zwycięstwo prawdy nad kłamstwem, dobra nad złem, poszukiwanie szlachetnego celu, pokonywanie trudności i przeszkód, nieskończony optymizm. Wychowanie w takim duchu na pewno przyniesie wymierne rezultaty. Dzięki bajce dziecko staje się bardziej wrażliwe na zło, niesprawiedliwość, ból. Może również w sposób zastępczy zaspokoić swe potrzeby psychiczne — poczuć się kochane, akceptowane, bezpieczne. Bajka daje mu wsparcie, poczucie siły i nadzieję (Akimjak, 2012).

Baśń wychowuje inaczej niż rodzice — nie nakazami i zakazami, ale ukazując wzory i ideały. Przygotowuje dzieci do życia, tworząc w ich psychice swoje aksjologiczne rusztowanie. Dziecko, które nie doświadczy literackiej inicjacji zła i strachu, będzie całkowicie bezradne wobec własnych lęków. Słuchając baśni, w której lęk przybiera konkretny kształt smoka czy potwora, można łatwiej się od tego lęku uwolnić. Oprócz tego baśnie pomagają w rozwiązywaniu konfliktów z rodzeństwem (*Kopciuszek*), w zrozumieniu dwoistości natury ludzkiej (*Braciszek i siostrzyczka*) czy w poprawieniu relacji z rodzicami (*Roszpunka*). Ponadto uczą korzystać z pomocy innych ludzi, podejmować ważne decyzje i mieć odwagę stawienia czoła problemom (Borecka, 2004).

Terapeutyczną moc literatury rozumieli już starożytni, którzy książkę nazywali lekarstwem na umysł. Baśnie od zawsze przekazywały ideę pracy nad sobą (Cichoń-Piasecka, 2012). Ponadto propagowały najszlachetniejsze ludzkie uczucia, takie jak: dobroć, sprawiedliwość czy współczucie.

Baśnie znacząco oddziałują na rozwój dzieci, szczególnie na takie jego aspekty, jak:

— usuwanie lęków i konfliktów — wartości i nauki płynące z baśni zostają zinternalizowane w sposób polisensoryczny, a przez to głęboko przenikają do podświadomości; ponadto w dziecku wzrasta zaufanie i nadzieja na szczęśliwe zakończenie spraw;

— zapewnianie emocjonalnego i duchowego wsparcia — możliwość doświadczenia nowych, nieznanych dotąd reakcji emocjonalnych oraz gruntownego zbadania swoich uczuć;

— rozwój kreatywności i zdolności językowych — faktem naukowo udowodnionym jest to, że dzieci obcujące z baśniami mają bogatsze słownictwo niż rówieśnicy;

— wspieranie rozwoju społecznego — poszerzanie repertuaru zachowań, wzrost elastyczności w przedstawianiu siebie, rozwój empatii i społecznego współistnienia;

— przekaz norm i wartości — prezentacja zwycięstwa konstruktywnych sił, ukazanie dobrych skutków pozytywnego myślenia i działania (Pertler C., Pertler R., 2012).

Ponadto niemalże wszyscy psychologowie zajmujący się omawianym zagadnieniem reprezentują przekonanie, że baśnie umacniają konstrukcję psychiczną dziecka. Można tu wymienić następujące aspekty:

— ukazanie w sposób symboliczny problemów życia i dojrzewiania, takich jak: odejście od rodziców, odnalezienie własnej tożsamości, obchodzenie się z seksualnością, zdolność wchodzenia w związki;

— przygotowanie do problemów i kryzysów nieuniknionych w dorosłym życiu;

— nauczenie się obchodzenia z własnymi możliwościami psychicznymi;

— dostarczenie wychowawcy cennych wskazówek na temat lęków i problemów, z jakimi dziecko się aktualnie boryka (Pertler C., Pertler R., 2012).

Cechą charakterystyczną baśni, jak pisze Joanna Ługowska, jest „konstruowanie wizji rzeczywistości intencjonalnej odpowiadającej marzeniom człowieka, w której w sposób bezwyjątkowy i wzorcowy działają prawa zgodne z ludowym poczuciem sprawiedliwości i moralnego ładu świata” (1981, s. 121).

Dlaczego baśnie w tak cudowny sposób trafiają do dzieci? Ponieważ idealnie przystają do poziomu ich rozwoju umysłowego i przemawiają językiem dostosowanym do możliwości percepcyjnych dziecka. W baśniowej rzeczywistości występują charakterystyczne cechy myślenia dziecka, takie jak:

— animizm (przekonanie, że nie tylko ludzie mają dusze, ale również zwierzęta i rośliny);

— artyfizm (przekonanie, że wszystko w otoczeniu dziecka zrobili ludzie i wszystko da się zmienić, jeśli oni tego zapragną);

— przekonanie, że magia rządzi rzeczywistością (Molicka, 2011, s. 194).

Ponadto baśnie stymulują do wizualizowania siebie w różnych baśniowych rolach czy wydarzeniach.

Dzieci mogą poszukiwać i kreować własne *ja*, mogą odkrywać pozytywne wzory osobowe i uczyć się ich na zasadzie naśladownictwa. Bezsprzeczne wydaje się również to, że baśnie uwrażliwiają dzieci na niesprawiedliwość losu i stymulują do zachowań prospołecznych, a nawet ukazują sens egzystencji. Przyjmując psychoanalityczny model osobowości, baśnie budują świadomość, pomagają satysfakcjonująco oddziaływać na *id*, zapewniają zgodność *ego* i *superego*. Ponadto pełnią rolę oczyszczającą, pomagają się pozbyć negatywnych uczuć, zalegającego smut-

ku, żalu, gniewu czy wstydu. W procesie psychoterapii poprzez baśń możliwe jest dotarcie do rzeczywistych źródeł zaburzeń, gdyż dziecko, utożsamiając się z daną postacią, klarownie ujawnia swoje lęki czy potrzeby. Możliwe jest także poznanie swego *ja* idealnego i skonfrontowanie go z *ja* realnym (s. 212).

Wobec powyższych korzyści płynących z obcowania z bajkami wydawać by się mogło, że są one niekwestionowanym dobrem. Nie wszyscy jednak tak uważają. Są tacy, którzy doszukują się w bajkach zagrożeń takich, jak m.in.:

- utrwalanie szkodliwych stereotypów, np. dotyczących ról kobiecych;
- przekazywanie wzorów autorytarnego wychowania i patriarchalnej rodziny;
- epatowanie ukrytym kodem przekazu religijnego, głównie chrystianizmu;
- kształtowanie szkodliwych przekonań dotyczących siły uroków i czarów;
- wmawianie dzieciom, że dobro zawsze wygrywa, co niekoniecznie sprawdza się w dorosłym życiu;
- przekazywanie iluzji sprawiedliwego świata;
- ukazywanie negatywnych wzorców, które mogą wydać się dziecku atrakcyjne i godne naśladowania (Molicka, 2011).

Bajka terapeutyczna przynosi dziecku pokrzepienie i wiedzę o tym, że nie tylko jemu przydarzają się nieprzyjemne sytuacje, co ułatwia otwieranie się na problemy. Oddziaływanie profilaktyczne w bajkach terapeutycznych polega na dostarczeniu informacji odnoszących się m.in. do: nazywania stanów emocjonalnych czy dążeń, empatycznego podejścia do innych, przedstawiania konkretnych strategii radzenia sobie z problemem. Wszystkie bajki terapeutyczne mają stałe elementy dotyczące głównego bohatera, pozostałych postaci, tła oraz tematu. M. Molicka (1999) wyróżnia następujące cele bajek terapeutycznych: konkretyzowanie i racjonalizowanie lęku, zastępcze pogłębianie poczucia własnej wartości, wzmacnianie pozytywnego myślenia, formowanie pozytywnego nastroju emocjonalnego.

W założeniach teoretycznych bajkoterapia opiera się na terapii poznawczo-behawioralnej. Mechanizm oddziaływania jest taki jak w biblioterapii, ale ukierunkowany na pomoc dziecku przez konstruowanie bajek nacechowanych terapeutycznie. Mogą one pomagać w dotarciu do niemiłych doświadczeń z przeszłości, o których dziecko nie chce już pamiętać, a które w dalszym ciągu wywołują lęk. Proces reinterpretacji będzie tu polegał na tym, że dziecko na nowo wyjaśni zdarzenia i własną w nich rolę, przez co interpretacja stanie się racjonalna i zobiektywizowana (Molicka, 1999).

M. Molicka (2011) wyróżnia trzy funkcje, a zarazem rodzaje bajek terapeutycznych: psychoedukacyjną, psychoterapeutyczną, relaksacyjną.

Dwie pierwsze mają na celu redukcję lęku powstałego w wyniku negatywnych doświadczeń (tzw. lęk odtwórczy) czy też na skutek niewłaściwej stymulacji wyobraźni (tzw. lęk wytwórczy) oraz niezaspokojonych potrzeb. Treść bajki będzie zatem koncentrowała się na problemach, które dziecko sobie uświadamia, jak to się dzieje w przypadku lęków odtwórczych czy wytwórczych, oraz tych nieuświadamianych, które pojawiają się, gdy potrzeby dziecka nie są zaspokajane. Trzecia funkcja — relaksacyjna — ma na celu odprężenie oraz uspokojenie. Akcja bajki zawsze dzieje się w miejscu bardzo dobrze znanym dziecku, ale jednocześnie spokojnym, przyjaznym oraz bezpiecznym. Bohater, używając wszystkich swoich zmysłów, doświadcza miejsca, w którym przebywa, co sprawia, że również dziecko odbiera bajkę swoimi zmysłami (Molicka, 2011).

Warto wspomnieć, że bajki terapeutyczne można dzielić nie tylko ze względu na funkcje, które spełniają, ale także ze względu na przeznaczenie dla poszczególnych grup dzieci, np.: agresywnych, przewlekle chorych, niepełnosprawnych, lękowych, o nieadekwatnej samoocenie, doświadczających niepowodzeń szkolnych, jękających się, mających problem z moczeniem nocnym, osamotnionych.

Bajkoterapeuta i sztuka opowiadania bajek

Gdy mówimy o bajkoterapii, nasuwa się pytanie, kto zatem może zostać bajkoterapeutą. Czy osoba taka musi posiadać jakieś szczególne kwalifikacje lub predyspozycje osobowościowe? W zasadzie zajęcia takie może prowadzić każdy nauczyciel. Widząc problem sygnalizowany przez wychowanków, wybiera on odpowiednią bajkę i czyta ją w zaaranżowanej sytuacji: dobiera czas, miejsce, zaciemnienie, muzykę. Taka aranżacja sprawi, że czas spędzony z bajką będzie dla dzieci szczególnie, będą wsłuchiwać się w nią w zupełnie inny sposób. Nauczyciel powinien uzupełnić biblioteczkę o odpowiednią literaturę, aby spotkania z bajką terapeutyczną były owocne, i być przygotowanym na różne problemy. Na rynku wydawniczym znajduje się cała gama książek poruszających tę tematykę. Internet również prezentuje wiele różnorodnych bajek z możliwością wydruku, zakupienia bądź też zamawiania pod kątem konkretnego dziecka.

Jak powinien wyglądać sam proces opowiadania bajek/baśni? Przede wszystkim osoba opowiadająca baśń powinna sama wyczuwać ukryte przesłanie i głębszy sens, aby w ten sposób móc lepiej współodczuwać i przeżywać z dzieckiem. Wspaniałym rozwiązaniem jest urządzenie w przedszkolu czy klasie szkolnej osobnego pomieszczenia, kąciaka czytelniczego, swoistego baśniowego królestwa. W progu można umieścić czarodziejską baśniową obręcz lub czarodziejskie zasłony, albo stworzyć złoty klucz do bram baśniowej krainy. Przed spotkaniem z baśnią ważne jest dla dziecka wprowadzenie go w odpowiedni nastrój, umożli-

liwiający wyciszenie, a przez to lepsze przyswajanie treści. Można to uczynić za pomocą baśniowych, ozdobionych motywami świec, świeczników i lampionów, wygodnych, przytulnych miejsc do siedzenia, miękkich koców i pluszaków. W trakcie opowiadania baśni należy pozwolić dzieciom swobodnie przysuwać się do siebie. Wzmacnia to doświadczenie wspólnotowości. Spotkanie z baśnią powinny rozpocząć dźwięki muzyki, np. gra na dzwoneczkach czy na gitarze. Powinno się pozostawać zawsze przy tym samym instrumencie i zachować ten sam rytuał. Zaleca się także przed rozpoczęciem omówić obce słowa i trudne pojęcia występujące w tekście, ale tak, by dać dziecku szansę na samodzielne ich rozszyfrowanie. Przydatne będą również materiały poglądowe: obrazki, rysunki, modele. Stara zasada mówi, że baśnie powinno się opowiadać, a nie czytać. Wytwarza się wtedy większa bliskość między dorosłym a dzieckiem, stają się oni równorzędnymi partnerami. Baśń powinna zostać zrelacjonowana możliwie najdokładniej. Wszelkie próby skrócenia dzieci szybko wyczują i z pewnością ich nie zaakceptują. Opowiadający musi pamiętać o utrzymywaniu kontaktu wzrokowego i obserwowaniu reakcji dzieci, aby w razie potrzeby wtrącić uspokajające wskazówki czy odnieść się do spontanicznych pytań. Powinien także odpowiednio operować głosem i robić krótkie przerwy, które pomogą wygenerować napięcie. Opowiadanie baśni można uzupełnić odgrywaniem baśniowych ról w ramach zaimprovizowanego teatryku. Na środku sali można też poukładać symboliczne rekwizyty, np. złoty pantofelek. Na podstawie reakcji dziecka dorosły ma okazję zdiagnozować jego problemy czy wewnętrzne konflikty. Klasyczne zakończenie baśni w stylu „I żyli długo i szczęśliwie” przenosi dzieci z powrotem z zaczarowanego świata do codzienności (Pertler C., Pertler R., 2012).

Zakończenie

Głównym celem edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej jest dbanie o wszechstronny rozwój dziecka i ciągłe wzbogacanie jego osobowości. Ważną rolę w tym procesie odgrywa zaznajamianie dzieci z bajkami terapeutycznymi. Dzieci bardzo lubią zaczarowany świat bajek, który je fascynuje, dodaje otuchy, pozwala wierzyć, że zawsze zwycięża dobro i sprawiedliwość. Bajki mają wiele walorów, a wszystkie trudno opisać. Najważniejsze jest jednak to, że docierają do serc i umysłów dzieci, wprowadzając je w świat wartości i ucząc, jak należy postępować, a jak zachowywać się nie godzi.

Bibliografia

- Akimjak, A. (2012). *Bajka w wychowaniu i terapii*. W: S. Kawalla, J. Sienkiewicz, E. Lewandowska-Tarasiuk (red.), *Baśń w terapii i wychowaniu*. Warszawa: Wyd. Trio, s. 159–165.
- Bettelheim, B. (1985). *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartości baśni*. Przeł. D. Danek. T. 2. Warszawa: PIW.
- Borecka, I. (2004). *Z motylem w tle. O baśni w biblioterapii i terapii pedagogicznej*. Wałbrzych: Wyd. PWSZ.
- Cichoń-Piasecka, M. (2012). *Baśń w kulturze, terapii i wychowaniu*. W: S. Kawalla, E. Lewandowska-Tarasiuk, J. Sienkiewicz (red.), *Baśń w terapii i wychowaniu*. Warszawa: Wyd. Trio, s. 137–153.
- Jaszczyk, A., Kochaniak, B. (2006). *Czarodziejski pyłek, czyli metafora i bajka we wspomaganiu rozwoju małego dziecka*. Kraków: Impuls.
- Kupisiewicz, C., Kupisiewicz, M. (2009). *Słownik pedagogiczny*. Warszawa: PWN.
- Ługowska, J. (1981). *Ludowa bajka magiczna jako tworzywo literatury*. Wrocław: Ossolineum.
- Molicka, M. (1999). *Bajki terapeutyczne*. Poznań: Media Rodzina.
- Molicka, M. (2011). *Biblioterapia i bajkoterapia. Rola literatury w procesie zmiany rozumienia świata społecznego i siebie*. Poznań: Media Rodzina.
- Pertler, C., Pertler, R. (2012). *Baśnie w przedszkolu. Bajkoterapia w pracy z dziećmi*. [Przeł. J. Procek]. Kielce: Jedność.
- Tomasik, E. (1994). *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*. Warszawa: WSPS.