

Przykłady bajek terapeutycznych:

"Bajka o pajęczku" - odrzucenie dziecka przez grupę

"Bajka o mróweczce" - niepowodzenia w nauce

"Bajka o wróbelku" - lęk przed szkołą

"Bajka o kotku" - lęk przed nieznanym otoczeniem

"Bajka o pszczołce" - odkrywanie własnych talentów i możliwości

Mały pajęczek ciężko zachorował. Wiele dni przeleżał w szpitalu. Często myślał o swoich kolegach, tęsknił za nimi. Marzył o wspólnych zabawach, rozmowach, nie mógł się doczekać, kiedy wróci do domu i wreszcie pójdzie do szkoły. No, jesteś prawie wyleczony - powiedział pewnego dnia doktor. - Musisz się tylko jak najszybciej nauczyć chodzić o kulach, bo twoje nóżki jeszcze są bardzo, ale to bardzo słabe. E - pomyślał sobie pajęczek. - To nic wielkiego, nauczę się tego, a potem wrócę do domu, do szkoły i będę już zawsze z moimi kolegami. Wszystkie ćwiczenia wykonywał z wielką chęcią i energią, nieraz ścierał pot z czoła, przezwyciężał ból, ale się nie poddawał. Marzył o dniu, kiedy koledzy przyjmą go z powrotem do grupy. Opanował doskonale sztukę chodzenia o kulach, potrafił nawet chodzić sam, podpierając się jedną kulą. To był wielki sukces, cieszył się i lekarz, i pielęgniarki, i rodzice, a pajęczek był wprost szczęśliwy, nie mógł się tylko doczekać, kiedy pójdzie do szkoły. Nareszcie nastąpił ten długo oczekiwany dzień. Rodzice podwieźli go pod budynek, a dalej szedł sam, podpierając się kulą. Serce rozpiekała mu radość, że już za chwilę będzie razem z kolegami. Wszedł do klasy i... Najpierw zaległa cisza, a potem posypały się wyzwiska: kulas, kuternoga, niezgrabek - i śmiech, wytykanie palcami. Pajęczek zagryzł zęby z bólu, płakał w środku, ale na twarzy nie pojawiła się żadna łza. Doszedł do ławki, usiadł. Jeszcze nigdy nie czuł się taki smutny, bez siły, zmęczony. Od tej pory w szkole stał zawsze na uboczu, nie bawił się z innymi. Po szkole spędzał czas w mieszkaniu, nie wychodził na podwórko. Minęło kilka tygodni. Nauczycielka - pani Pajęczycza - poinformowała uczniów, że odbędzie się w szkole wielki konkurs, rywalizacja między klasami na najpiękniejszą pracę, jaką tylko potrafią wykonać pajęczki. Co to za konkurs, co to za zadanie? - pytały bardzo zaciekawione. A co pajęczki potrafią robić najlepiej? - spytała pani. Oczywiście pajęczynę! - chórem odrzyknęła klasa. Tak, zgadłyście - potwierdziła nauczycielka. - Jest to bardzo ważny konkurs dla pajęczków, bardzo - powtórzyła. - Brać się do pracy, bo za tydzień rozstrzygnięcie - dodała. Przez cały tydzień pajęczki zbierały się w grupki, dyskutowały, chwytaly się za główki, bo każdy chciał zwyciężyć. Ostatniego dnia przyniosły swe prace i trwało niekończące się porównywanie. Tylko pracy naszego pajęczka nikt nie oglądał. Miał ją zawiniętą w papier i tak ją oddał pani. Po godzinie pani Pajęczycza wpadła do klasy jak bomba i z radością obwieściła: Praca ucznia z naszej klasy zwyciężyła! Kto, kto jest tym szczęśliwcem - poruszeni pytają jedni przez drugich. Pani rozwinęła rulon i przed ich oczyma ukazała się cała utkana z promieni słońca sieć, mieniąca się wszystkimi kolorami tęczy. Jaka piękna, cudowna - szepcą. Ale, ale, proszę pani, to nie jest praca żadnego z nas - powiedzieli uczniowie, zawiedzeni. To jest pajęczynowa sieć naszego pajęczka - powiedziała pani i podeszła do niego, całując go serdecznie. On, ten kuter... to niemożliwe - kiwały główkami. Tak pięknie tkąć nie potrafi nikt - powiedziała pani. - Dzięki niemu nasza klasa wygrała konkurs i w nagrodę pojedziemy do grot zobaczyć najstarsze sieci pajęcze. Hurra, hurra! - rozległy się gromkie krzyki. Rzucili się wszyscy na pajęczka, gratulując mu i ściskając go. Od tej pory już nikt go nie przezywał, przeciwnie - wszyscy chcieli się z nim bawić i uczyć, byli dumni z jego umiejętności.

Mała mróweczka rozpoczęła naukę w klasie pierwszej. Od samego początku nie mogła sobie poradzić z zadaniami, jakie mają mrówki w szkole. Uczą się podnosić, a potem transportować różne rzeczy. Nauka jest ciężka, codziennie noszą na swych grzbietach patyki, listeczki,

gałązki, poziomki, jagody, a także uczą się, jak je pakować, by się nie zniszczyły. Mrówka była bardzo pracowita, bardzo chciała otrzymywać dobre oceny, ale co z tego - była bardzo mała, taka tyciu, tyciusienka i nie mogła udźwignąć tych wszystkich ciężarów. Inne silniejsze i większe dobrze sobie radziły, tylko ona zawsze zostawała w tyle. Mrówki przezywały ją, wyśmiewały się z niej. Bardzo się tym martwiła, chodziła zasmucona. Bała się lekcji i tego, że nie udźwignie zadanego ciężaru i dostanie znowu jedynkę. Najchętniej by w ogóle nie chodziła do szkoły. Wstydziła się złych stopni i tego, że jest taka słaba. Koleżanki mrówki niechętnie się z nią bawiły, nawet nie chciały z nią siedzieć w jednej ławce. Mijały dni. Pewnego razu przyjechała do szkoły komisja, każda mrówka została zmierzona, zważona. Najdłużej badano małą mrówkę; członkowie komisji oglądali ją, kręcili głowami, potem długo się naradzali, aż w końcu orzekli, że niektóre mrówki są za małe i muszą chodzić do szkół dla liliputów. One przecież już niedużo urosną, a w starszych klasach dojdą nowe przedmioty i ciężary będą jeszcze większe. Mrówki te przecież będą robotnicami. Postanowiono, że mała przejdzie do specjalnej szkoły, gdzie też jest nauka, tylko ciężary troszkę mniejsze, takie, które bez trudności udźwignie. Ona idzie do szkoły specjalnej dla liliputów! - wyśmiewały się inne mrówki. No to co z tego? - spytała pani Mrówa, nauczycielka. Nie umiały odpowiedzieć, ale dalej się wyśmiewały, zwracając uwagę, czy pani nie słyszy. Pójdę do innej szkoły - zdecydowała mróweczka - bo tutaj, jak widzę, mnie nie lubią. Jak pomyślała, tak zrobiła. Nowa szkoła od razu jej się spodobała, była taka sama jak poprzednia, a jednak inna, ciężary do ćwiczeń były mniejsze, a i koledzy miłsi. Już po kilku dniach mróweczka miała szóstki i piątki w dzienniczku. Znalazła tam przyjaciółki, takie same jak ona - małe mróweczki. Bardzo lubiła chodzić do tej szkoły, było jej tylko przykro, gdy spotykała kolegów z poprzedniej, którzy dalej się z niej śmiali, pokazywali palcami i przezywali.

Pewnego dnia przez las szedł groźny wielkolud, wymachiwał kijem na wszystkie strony i niszczył wszystko, co było na jego drodze. Natknął się na mrowisko i kijem zaczął wiercić w nim dziury. Ziemia zadrżała, zaczęły walić się w mrowisku domy, szkoły, wszystkie mrówki z przerażeniem patrzyły, jak ich praca jest niszczona. Trzeba się było bronić, więc solidarnie wszystkie razem zaatakowały intruza. Pogryziony, jak niepyszny uciekł, gdzie pieprz rośnie. Ucieszone mrówki wróciły do mrowiska. Okazało się po chwili, że wiele domów i ulic zostało zniszczonych, a także cenne przedmioty, między innymi mała złota korona królowej. Lament wielki zapanował w mrowisku. Przecież królowa nie może rządzić bez korony! Rozpoczęły się poszukiwania. Korony jednak jak nie było, tak nie było. Wszystkie tunele, poza jednym, zostały sprawdzone. Do tego ostatniego nikt nie mógł wejść. Tunel wił się głęboko w ziemi, był bardzo wąski, ciemny, niebezpieczny. Mógł w każdej chwili się zawalić i pogrzebać na zawsze śmiałka. Nikt więc nie próbował tam wejść. Tylko mała mróweczka zdecydowała się na ten odważny krok. I po chwili już wąskim korytarzem schodziła niżej i niżej. Dookoła był mrok, czuła wilgotną ziemię. Wolno sprawdzała każdy odcinek drogi. Niczego poza ciemnością tam nie było. Jednak się nie zniechęcała, schodziła coraz głębiej. Zatrzymała się na chwilę, by otrzeć pot z czoła, i wtedy zobaczyła, że coś połyskuje. Pochyliła się. Znalazła koronę. Ucieszona wracała jak na skrzydłach. Wszyscy ją podziwiali. To przecież dzięki jej odwadze królowa mogła z powrotem rządzić mrowiskiem, mrówki chodzić do szkoły, a robotnice pracować. Jesteś niezwykle dzielna - powiedziała królowa, wręczając jej order odwagi. Gratulacjom, uściskom nie było końca. A ci, którzy kiedyś się z niej wyśmiewali, teraz wstydziły się tego okropnie. Bo nie jest ważne, czy się jest dużym, czy małym; czy nosi się duże, czy małe ciężary. A co jest ważne?

Mama prowadziła małego wróbelka do szkoły. Szedł tam dzisiaj pierwszy raz. Czego ja się będę uczył? - zastanawiał się. Wszystkie- co przyda ci się w życiu - odpowiedziała tajemniczo

mama, ale on tylko pokręcił łebkiem, bo w dalszym ciągu nic nie rozumiał. O, już jesteśmy - powiedziała mama, gdy stanęli pod wielkim dębem, naokoło którego było już wiele mam ze swoimi pociechami. Panował gwar nie do opisania. Nagle pojawiła się wielka pani Wróbel, nauczycielka w okularach na dziobie, i powiedziała donośnym głosem: Witam wszystkich nowych uczniów na pierwszej lekcji nauki fruwania! Zwracając się do mam, dodała: Dzisiaj wasze pociechy już samodzielnie przylecą do domu, nie potrzebujecie po nie przychodzić. A teraz proszę mnie zostawić z dziećmi, bo chcę rozpocząć lekcję. Rozległo się ciche klap, klap, klap. To dźwięk, jaki wydają dzioby, gdy dotykają się przy pożegnaniu. Po chwili mamy wróbelków odleciały. Nauczycielka podchodziła do każdego z uczniów i pomagała mu się dostać na gałązkę dębu. Kiedy ostatni już był na drzewie, pani powiedziała: - Proszę położyć się na brzuszku wygodnie, o tak, jak najwygodniej. Rozkładamy szeroko skrzydełka, oddychamy wolno, spokojnie. Przywieramy całym ciałem co drzewa. Czujemy zapach kory, miły powiew wiatru, odpoczywamy. Oddychamy miarowo i spokojnie. Wyobraźcie sobie, małe wróbelki, że powiew wiatru mógłby was unieść w powietrze tak, jak unosi liście. Czujecie się wspaniale. Proszę lekko poruszać skrzydełkami, raz, dwa, wolniutko, a teraz troszkę szybciej, raz, dwa... Skrzydełka małego wróbelka jak skrzydła latawca lekko poruszały się. Odpychamy się nóżkami od gałązki i płyniemy w powietrzu, płyniemy razem. - Nasz wróbelek poczuł, że skrzydła same go unoszą. Obok niego, z boku i z tyłu, i nad nim fruwały inne wróbelki. Poruszał lekko skrzydłami i wzbijał się w górę, w błękit nieba. Czuł się tak lekko i swobodnie, było mu tak przyjemnie! Popatrzył w dół, wznosił się nad zielonymi koronami drzew. Dookoła rozciągał się piękny park. Nie spiesząc się, w ślad za nauczycielką leciał w górę, do słońca. Ciepłe słońeczko wychyliło się zza chmurki i ciekawie spoglądało na wróbelki. Posłało promyczek, który ciepłym dotykiem przyjemnie go pogłaskał. Wróbelek wznosił się w górę, wyżej i wyżej. Czuł się lekko i swobodnie. Teraz przelatywał nad łączką, zatoczył koło, jedno, drugie i wolniutko sfruwał w dół. Był nad małym strumyczkiem, przy brzegu, którego wygrzewał się na słończku zajaczek. Sfrunął jeszcze niżej, nad samą tafelą wody, zobaczył kolorowe rybki, jak wolno płynęły z nurtem, usłyszał, jak kumkają żabki: kum, kum, rozmawiając między sobą. Poczul zapach łąki, kwiatów. Wciągał głęboko ten zapach w siebie. Sfrunął nad brzeg strumyka, usiadł na małym kamyczku, nachylił się i napił wody. Była zimna i orzeźwiająca. Posłuchał szemrzącego strumyka. Odpoczywał. Wiatr lekko muskał mu piórka. Postanowił zamoczyć łapki, wszedł do wody, popryskał się nią troszeczkę, jak to wróbelki mają w zwyczaju. Otrząsnął się i tysiące kropelek spadło na spragnione wody roślinki. Zrobił to raz i drugi, pokropił wszystkie kwiatki dookoła. Poczul się rześko, czuł, że wstępuje w niego razem z tą zimną wodą energia. Nagle usłyszał głos nauczycielki: - Pora wracać! - Znowu rozpostarł skrzydła i z niezwykłą siłą wznosił się wysoko, wysoko. Wzbijał się szybko, wznosił się jak samolot i krążył w powietrzu pełen sił i radości, że potrafi fruwać. Tak skończyła się pierwsza lekcja nauki fruwania w szkole dla wróbelków. Jeśli będziecie chcieli tam wrócić, to możemy to zrobić jutro i zobaczyć, czego jeszcze uczą się ptaszki w swojej szkole.

Mały kotek samotnie wracał ze szkoły. Ciągnął łapkę za łapką wolno, jakby ospale. Był smutny, nic go nie cieszyło, czuł się bardzo nieswojo. Niechętnie prychnął na inne przechodzące obok zwierzątka. Nagle nadleciał malutki motylek i nad samym nosem kotka zrobił okrążenia, jedno, drugie, trzecie. Chyba mi się przygląda - pomyślał kotek i łapką próbował odgonić motylka. Ale ten wcale nie odlatywał, tylko krążył, krążył i jak samolot kreślił znaki w powietrzu. Kotek patrzył i patrzył, jak zaczarowany, w piękny lot motyla. A ten wzbil się wyżej, jakby chciał dolecieć do słońca, i nagle znikł mu z oczu za wysokim ogrodzeniem. Zaciekawiony kotek zbliżył się do płotu, wdrapał się po deskach i znalazł się w ogrodzie. Rozejrzał się dookoła. Było tam tak pięknie, rosły wysokie owocowe drzewa sięgające koronami do nieba, a małe krzaczki, jakby przy nich przycupnięte, trzymały się ich

jak maminej spódnicy. Rosły też kolorowe kwiaty, które jak dywan pokrywały cały ogród. Kotek poczuł zapach ziemi, kwiatów, krzewów i drzew. Pociągnął mocno noskiem i zapach jak fala, jakby ramionami, objął go. Kotek położył się na trawie i oddychał miarowo, równo i spokojnie. Przetarł oczy, podłożył łapki pod głowę, wyciągnął całe ciało, było mu bardzo wygodne. Leżał teraz i odpoczywał. Poczul senność. Słonko wysyłało swe promyczki na ziemię, by pogłaskały każdy kwiatek, każdy listek i każdą roślinkę. Kotek poczuł przyjemny dotyk ciepłych promieni. Zamknął oczy. A promyczki jeden po drugim głaskały go, przyjemnie ogrzewając. Po chwili pojawił się delikatny wiaterek, który kołysał listki i gałęzie, jakby do snu. Pochylił się nad kotkiem i też go kołysał, trzymając w swoich ramionach. Kotek poczuł, jak wiaterek przesuwał się teraz po nim od głowy do łap, do pazurków samych, z wolna uwalnia go od smutków, i jeszcze raz, i jeszcze delikatnie przesuwał się od głowy w dół ciała, zabiera z sobą całe niezadowolenie. Kotek poczuł się tak dobrze, poczuł się spokojny, jakby obmyty ze wszystkich swoich dużych i małych zmartwień. Otworzył wolno oczka i popatrzył na chmurki, które płynęły po niebie, nie spiesząc się, leniwie, nie przeganiając się, zgodnie. Płynęły i płynęły, a wiatr wolno je popychał. Kotkowi było tak dobrze. Nagle jedna mała kropelka spadła mu na nos. Co to? - zdziwił się. Rozejrzał się dookoła i zobaczył, jak kwiatki wyciągają swoje małe główki do kropli deszczu, zupełnie jak on pyszczek do miseczki z mlekiem. Usiadł na trawie. Przeciągnął się. Kropelki deszczu wolno, lecz miarowo spadały na spragnione roślinki. Wraz z tym delikatnym deszczem wróciła mu sita. Wstał, otrząsnął futerko, uśmiechnął się do siebie zadowolony. Pora iść do domu - pomyślał. Ale dziwną przeżyłem przygodę w tym ogrodzie, gdzie przyprowadził mnie motylek. Wróć tu jeszcze - obiecał sobie - tu jest tak pięknie i spokojnie. Wyprężył się do skoku i jednym zamachem przeskoczył płot. Radośnie machając ogonem, wracał do domu.

Daleko stąd, daleko, w królestwie zwierząt, żyła pośród innych mała pszczołka. Tym się jednak różniła od innych pszczołek, które latały po łąkach i spijały słodki nektar z kwiatów, że zapragnęła zrobić wielką karierę, występować w telewizji, być na pierwszych stronach gazet. Marzyła o wielkiej sławie. Pewnego dnia powiedziała do mamy: Zostanę modelką. Mama najpierw się zdziwiła, a potem zaczęła tłumaczyć córeczce: Ależ kochanie, modelki mają takie długie nogi, są bardzo wysokie, a ty jesteś malutką pszczołką. Pszczołka nie chciała tego słuchać i nie czekając, aż mama skończy, odleciała czym prędzej do szkoły dla modelek. Właśnie zaczynały się zajęcia. Sarenki i łanie biegały po wybiegu, przytupywały kopytkami, kręciły ogonkami, a nał biedna pszczołeczka musiała uważać, by jej ktoś niechcący nie nadepnął. Na szczęście miała żądło i to ją uchroniło przed zdeptaniem. Nikt jednak nie zwracał na nią uwagi. Po kilku lekcjach sama stwierdziła, że to zajęcie nie dla niej. Zostanę piosenkarką, pomyślała, potrafię tak doskonale brzęczeć. Mamo - powiedziała - zmieniłam decyzję, zostanę piosenkarką. - Ależ ty nie potrafisz śpiewać! Nie znasz nut - mówiła bardzo zmartwiona mama. - Umieję za to pięknie brzęczeć - odparła pszczołka, wzruszyła lekceważąco ramionami i nie słuchając dłużej mamy, odleciała do radia. Pięknie brzęczę - powiedziała, wchodząc do studia. - Doskonale - odparł redaktor słowik. - Właśnie dzisiaj mamy konkurs młodych talentów, stań w kolejce i tutaj, na tej kartce napisz swój repertuar. - Repertuar... a co to takiego? - zdziwiła się. - Zapisz tutaj, o tu - pokazał pazurkiem - piosenki, jakie zaśpiewasz. - Mmmhhhhmmm - zamruczała niezadowolona pszczołka. I po chwili uzmysłowiła sobie, że nie zna żadnej piosenki, potrafi tylko brzęczeć. Słowiki wyśpiewywały trele morele, skowronki nuciły smętne pieśni, nawet wróbelki dzióbkiem wystukiwały rytm i zawzięcie powtarzały słowa piosenek. Tutaj nie cenią prawdziwych talentów, pomyślała. Tylko się skompromituję, nie docenią mnie. Czym prędzej odleciała do ula. A może zostać aktorką, najlepiej filmową? - zastanawiała się. - Tak, nadaję się do tego. Ale i tutaj okazało się, że liski, kreciki, a nawet niedźwiadki lepiej znają sztukę aktorską. Nasza pszczołeczka nie potrafiła zadeklamować wiersza czy zatańczyć. Może zostać stawnym

sportowcem? Zajączki biegają szybciej, koniki wyżej skaczą. Nie, do tego też się nie nadaje. Co ja nieszczęśliwa mam robić, jaki zawód wybrać? – głośno lamentowała. Przyleciały inne pszczołeczki, usiadły dookoła i spytały: - Dlaczego nie chcesz zbierać miodu? Masz taki piękny ryjek, na pewno będziesz w tym znakomita. Chodź z nami. Poleciały na piękną łązkę i po pracowitym dniu mała pszczołeczka zebrała garnek słodkiego nektaru. - Jesteś w tym naprawdę wspaniała – pochwaliła mama. - Bardzo się cieszę, że moja córeczka jest takim dobrym zbieraczem. Pszczołeczka spojrzała z dumą na garnek pełen po brzezi i też się ucieszyła. Potem pomyślała: Do tego się właśnie nadaję, to potrafię robić dobrze. Zadarta łebek do góry bardzo z siebie dumna i razem z innymi poleciała do ula.