

UNIVERZITA PARDUBICE

Fakulta filozofická

Katedra literární kultury a slavistiky

Historicko-literární studia

Biblioterapie v současné literární kultuře

Nikola Polednová

Univerzita Pardubice
Fakulta filozofická
Akademický rok: 2018/2019

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Nikola Polednová**
Osobní číslo: **H17446**
Studijní program: **B7105 Historické vědy**
Studijní obor: **Historicko-literární studia**
Téma práce: **Biblioterapie v současné literární kultuře**
Zadávací katedra: **Katedra literární kultury a slavistiky**

Zásady pro vypracování

Bakalářská práce se bude zabývat čtením a vyprávěním příběhů z biblioterapeutického hlediska v kontextu historických proměn nejenom české literární kultury. Na začátku bude prostřednictvím biblioterapeuticky významných témat výběrově nastíněna cesta literatury od mýtů a legend až po současnost, přičemž důležitou roli v tomto směru sehrávají rovněž pohádky jako symbolické reprezentace konkrétních psychologických obsahů. Biblioterapie se dnes setkává s narativní terapií a dramaterapií, stejně jako s narativním koučováním a dalšími motivačními či výchovnými aplikacemi obecné narativity. Analýza využitelnosti různých narativních struktur v biblioterapeutické práci zejména s dětmi a mladistvými bude proto tvořit důležitou součást práce. Stranou nezůstanou ani institucionální a organizační kontexty biblioterapie, zejména role škol a knihoven na tomto poli.

Rozsah pracovní zprávy:
Rozsah grafických prací:
Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

BUBENÍČKOVÁ, Petra. *Biblioterapie*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. ISER, Wolfgang. *Fiktivní a imaginární: perspektivy literární antropologie*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2017. SVOBODA, Pavel. *Biblioterapie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. TRÁVNÍČEK, Jiří. *Knihy a jejich lidé: čtenářské životopisy*. Brno: Host, 2013. KUBÍČEK, Tomáš. *Vypravěč: kategorie narativní analýzy*. Brno: Host, 2007. FRANZ, Marie-Louise von. *Psychologický výklad pohádek: smysl pohádkových vyprávění podle jungovské archetypové psychologie*. Praha: Portál, 2008. TRÁVNÍČEK, Jiří. *Vyprávěj mi něco--: jak si děti osvojují příběhy*. Příbram: Pistorius & Olšanská, 2007. FROMM, Erich. *Mýtus, sen a rituál*. Praha: Aurora, 1999. STREIT, Jakob. *Proč děti potřebují pohádky* Praha: Baltazar, 1992. STRNAD, Vratislav – NEJEDLÁ, Alžběta: *Základy narativní terapie a narativního koučinku*. Praha 2014. JENNINGSOVÁ, Sue: *Úvod do dramaterapie. Divadlo a léčba. Ariadnina nit*. Praha 2014, Nakladatelství Jalna. KOL. AUTORŮ.: *O pohádkách: sborník statí a článků*. Praha: Státní nakladatelství dětské knihy, 1960. Knižnice teorie dětské literatury.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Jiří Studený, Ph.D.**
Katedra literární kultury a slavistiky

Datum zadání bakalářské práce: **30. dubna 2019**
Termín odevzdání bakalářské práce: **31. března 2020**

doc. Mgr. Jiří Kubeš, Ph.D.
děkan

PhDr. Miroslav Kouba, Ph.D.
vedoucí katedry

V Pardubicích dne 30. listopadu 2019

Prohlášení

Prohlašuji:

Tuto práci jsem vypracovala samostatně. Veškeré literární prameny a informace, které jsem v práci využila, jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

Byla jsem seznámena s tím, že se na moji práci vztahují práva a povinnosti vyplývající ze zákona č. 121/2000 Sb., autorský zákon, zejména se skutečností, že Univerzita Pardubice má právo na uzavření licenční smlouvy o užití této práce jako školního díla podle § 60 odst. 1 autorského zákona, a s tím, že pokud dojde k užití této práce mnou nebo bude poskytnuta licence o užití jinému subjektu, je Univerzita Pardubice oprávněna ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložila, a to podle okolností až do jejich skutečné výše. Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v Univerzitní knihovně.

Poděkování

Touto formou bych velmi ráda poděkovala svému vedoucímu práce Mgr. Jiřímu Studenému, Ph.D. za jeho cenné rady a trpělivost během psaní bakalářské práce. Velké díky patří také Lence Šilarové, která mě seznámila s biblioterapií a poskytla mi tak možnost vydat se touto cestou. Děkuji své rodině za neuhasínající podporu během studia.

Anotace

Bakalářská práce se bude zabývat čtením a vyprávěním příběhů z biblioterapeutického hlediska v kontextu historických proměn nejenom české literární kultury. Na začátku bude prostřednictvím biblioterapeuticky významných témat výběrově nastíněna cesta literatury od mýtů a legend až po současnost, přičemž důležitou roli v tomto směru sehrávají rovněž pohádky jako symbolické reprezentace konkrétních psychologických obsahů. Biblioterapie se dnes setkává s narativní terapií a dramaterapií, stejně jako s narativním koučováním a dalšími motivačními či výchovnými aplikacemi obecné narativity. Analýza využitelnosti různých narativních struktur v biblioterapeutické práci zejména s dětmi a mladistvými bude proto tvořit důležitou součást práce. Stranou nezůstanou ani institucionální a organizační kontexty biblioterapie, zejména role škol a knihoven na tomto poli.

Klíčová slova

Narativ, imaginace, biblioterapie, identita, kniha života, vypravěč

Title

Bibliotherapy in Current Literary Culture

Abstract

The bachelor thesis will deal with reading and telling stories from a bibliotherapy point of view in the context of historical changes not only in Czech literary culture. At the beginning, the path of literature from myths and legends to the present day will be selectively outlined through bibliotherapy significant topics, while fairy tales also play an important role in this direction as symbolic representations of specific psychological contents. Today, bibliotherapy meets narrative therapy and drama therapy, as well as narrative coaching and other motivational or educational applications of general narrative. The analysis of the usability of various narrative structures in bibliotherapy work, especially with children and adolescents, will therefore form an important part of the work. The institutional and organizational contexts of bibliotherapy, especially the role of schools and libraries in this field, will not be left out either.

Keywords

Narrative, imagination, bibliotherapy, identity, book of life, narrator

Obsah

Úvod	1
1 Počátky biblioterapie: od magických rituálů k biblioterapii	3
1.1 Symboly.....	6
1.2 Mýtus	8
1.3 Definice biblioterapie	12
1.4 Rozdělení biblioterapie.....	13
2 Biblioterapie v literární kultuře.....	17
2.1 International Board on Books for Young People.....	20
2.2 Webové portály zaměřující se na literaturu	20
2.2.1 Mravenčí chuva	21
2.2.2 Dlouhá punčocha.....	22
2.2.3 BiblioHelp	22
2.3 Funkce literatury a její terapeutické využití	23
3 Narativ.....	25
3.1 Narativ terapie	27
3.2 Narativní koučování	29
3.3 Narativní biblioterapie.....	30
4 Čtení.....	32
5 Vypravěč.....	33
6 Imaginace	35
7 Pohádka a pohádkoterapie.....	37
7.1 Pohádka	38
7.1.1 Jak byl zajíc soudcem.....	40
7.1.2 Ctižádnostivý kos	41
7.2 Pohádkoterapie	42
7.2.1 Příběh veverka	43
8 Drama a dramaterapie.....	44

8.1 Drama	45
8.2 Dramaterapie	46
9 Poezie a poetoterapie.....	48
9.1 Poetoterapie	48
10 Komiksy v biblioterapii.....	52
11 Identita.....	54
12 Kniha života	56
12.1 Identita	58
12.2 Emoce	59
12.3 Škola	59
12.4 Budoucnost	60
Závěr	61
Seznam literatury:	64

Úvod

Náš život je jeden velký příběh. Příběhy čteme, posloucháme, žijeme, tvoříme ve svých snech. Dalo by se říci, že nás obklopují natolik, že si jejich přítomnost mnohdy ani neuvědomujeme. Z tohoto důvodu bude na narativ také nahlíženo z pohledu kognitivní literární teorie. Cílem této bakalářské práce je ukázat jednu z terapeutických metod, biblioterapii, která s příběhy pracuje v rámci expresivních a receptivních terapií. Nebudou však opomenuty ani další terapeutické metody související s biblioterapií, které pracují s literární předlohou nebo jinak umožňují terapeutické činnosti s textem.

První část bakalářské práce bude zahrnovat cestu těchto terapií od rituálů, magických formulí po vytváření a vyprávění mýtů a pohádek. Budu sledovat jejich proměnu v průběhu času až po dnešní terapeutické uplatnění v biblioterapii. Zaměřím se na počátky využití biblioterapie v psychiatrických léčebnách, nemocnicích, dětských domovech, v knihovnách ve spolupráci s knihovníkem nebo biblioterapeutem. Pozastavím se u pohádkoterapie, dramaterapie a poetoterapie, které jsou řazeny pod součásti biblioterapie. Biblioterapie může také spolupracovat s komiksovými příběhy, budou použity komiksové texty z edice Nejisté domovy.

Dalším mým záměrem bude poukázat na skutečnost, že biblioterapie není jen prostředkem terapeutickým v medicínské praxi či pedagogické sféře využívaným v různých institucionálních zařízeních, ale její uplatnění nalézáme mnohdy i v „běžném životě“ při překonávání životních těžkostí, motivování, osobnostním rozvoji nebo při hledání a nalezení různých odpovědí.

Dále se zaměřím na webové portály, konkrétně na Bibliohelp, Dlouhou punčochu a Mravenčí chůvu.

V bakalářské práci se budu snažit pracovat s biblioterapií jako s fenoménem, jenž je součástí literární kultury a má své postavení v kulturním prostoru. Poukáži na základy narativní terapie a narativního koučinku, které spadají pod systemické terapie a jsou zmíněny vzhledem k jejich práci s příběhy.

Jako dalším zdrojem pro tvorbu této práce budou poznámky z biblioterapeutického semináře, který se konal během Šrámkovy Sobotky 5. července 2021 a byl vedený Mgr. Janem Křečkem a Mgr. Marií Mokrou, PhD. Nedílnou součástí teoretické části se stane úloha

osobní identity a práce s ní v kontextu výše zmiňovaných terapeutických technik. Dále nebude opomenuto téma narativu a vyprávěče.

V druhé části práce se budu, mimo jiné, věnovat tvorbě Knihy života, na jejímž vzniku jsem se mohla také osobně podílet. Kniha života měla být uvedena v praxi (pro všechny děti z DD) nejpozději od ledna 2022 v Dětském domově Holice. V tomto dětském domově jsem měla příležitost nahlédnout do každodenního života dětí vyrůstajících mimo biologickou rodinu, pokoušela jsem se zjistit, jaký vztah mají ke knihám, popřípadě k jejich filmovému zpracování, co jim čtení a vyprávění příběhů přináší. Pomocí konzultací se sociálními pracovníci, vychovateli a psycholožkou dětského domova jsem mapovala zapojení literatury do výchovných či terapeutických činností i do běžného chodu domácnosti každé z pěti „rodinných skupin“.

1 Počátky biblioterapie: od magických rituálů k biblioterapii

Touto kapitolou se budu snažit zmapovat nejstarší cesty terapeutických technik vedoucích až k dnešní biblioterapeutické praxi.

Magické praktiky provázely člověka již od dávných dob. Wolfgang Schmidbauer popisuje první náznaky psychoterapie už u pradávných kmenů, kdy magické formulace nebo činy byly důležité při získávání sebedůvěry a pro víru v úspěšný lov.¹ Psychické onemocnění chápali Egypťané a stejně tak Babylóňané jako nemoc vyvolanou démony, kteří napadli mysl dotyčného. Pokud byl člověk posednutý démonem, byl, v tomto případě, volán zaklínač, kterého, do jisté míry, můžeme považovat za „egyptského psychoterapeuta.“ Jako takovou psychoterapeutickou kliniku lze dle Wolfganga Schmidbauera vnímat prostředí v Imhotepově chrámu v Memfidě.² „*Lékaři nemocným doporučovali, aby jezdili na výlety po Nilu, aby se účastnili koncertů a tanců, aby malovali a kreslili.*“³ Dále se u starověkého Egypta setkáváme s důležitostí slova. Petra Bubeníčková popisuje, že ve 4. tisíciletí před našim letopočtem byly kouzelné formule psány na papyrus a pro zesílení jejich účinku byl text následně zkonzumován. Slova a jejich účinek na tělo i duši hrála důležitou úlohu i v šamanistických rituálech, při kterých šaman využíval tajné magické formule.⁴

Setkáváme se také s tancem, který měl podle Egypťanů, jak je již výše zmíněno, léčebné účinky a rovněž byl důležitou součástí různých rituálních obřadů. Tancem a psychedelickými látkami se některé kultury uváděly do transu, jenž jim měl pomoci vyléčit jejich duši. Tento proces byl znám už v archaických komunitách.⁵ To podle Wolfganga Schmidbauera „*naznačuje, že skupinová terapie je možná podstatně starší než psychoterapie individuální.*“⁶ Dávné magické léčebné praktiky většinou spojuje jeden proces, kterým je přechod neboli tranz. Tranz je slovo pocházející z latinského výrazu *transire*, tedy přecházet nebo vystoupit. Dochází k aktivitě – přechodu, kdy jedinec opouští existující realitu a přesouvá se do reality jiné, fantazijní, kterou prožije jako opravdovou.⁷ Schopnost jedince dostat se do tranzu se odlišuje nejen kulturně, ale také dobově. Schmidbauer také zmiňuje

¹ SCHMIDBAUER, Wolfgang. *Cesta psychoterapie: od magie k vědě*. Praha: Portál, 2013. s. 88.

² Tamtéž s. 88.

³ Tamtéž s.88.

⁴ BUBENÍČKOVÁ, Petra. *Biblioterapie*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. s. 18.

⁵ SCHMIDBAUER, Wolfgang. *Cesta psychoterapie: od magie k vědě*. s. 52.

⁶ Tamtéž s. 52.

⁷ Tamtéž. s. 52.

fakt, že v primitivních kulturách a na Dálném východě se jedná o jev častější, který je společenstvím lépe přijímán než na Západě.⁸

O přechodové rituály se zajímal i Victor Turner, popsal, jak při tomto symbolickém procesu dochází k oddělení jedince z předchozího světa, ve kterém měl své konkrétní „kulturní“ postavení. Následuje přechodné období, takzvané limenality, v ní je identita jedince nebo skupiny nejasná. Ve třetí části rituálu je proces ukončen, když se dotyčný nachází v konkrétním stavu.⁹ I v dnešní terapeutické praxi se můžeme setkat s rituály, například v dramaterapii. V České republice se této problematice věnuje mimo jiné i Milan Valenta. V samostatné kapitole, věnované dramaterapii, bych ráda poukázala na možnost využití rituálů v terapeutických praxích. Další významnou osobností je Sue Jenningsová, zabývající se nejen dramaterapií, ale také, i uplatněním rituálů v expresivní terapii. Dnešní společnost je podle Sue Jenningsové typická určitým odchýlením od rituálů. Rituály provázely životní období člověka – narození, stárnutí a smrt. V této souvislosti popisuje, jaké mají rituály místo v současnosti.¹⁰ „*Poukazuje též na to, jak je šamanismus brán do souvislosti s evolucionistickými rituály realizovaných v dramatických formách a na důležitost využití symboliky a metafory v léčbě.*“¹¹ Jde o proces, v němž aktivně pracuje fantazie a člověk tak znovu prožije již zažitá negativní či pozitivní zkušenosti, které ho utvářejí. Ono prožití může mít za následek katarzi neboli, dle Aristotela, očistu. Katarzi spojoval především s tragédií a jejím účinkem na diváka. Sigmund Freud s katarzí pracoval jako s určitou léčebnou formou rozpomínání.¹² I v současné biblioterapii pracujeme s katarzí a jejím účinkem na jedince, kdy literární text napomáhá k identifikaci, nadhledu a vede k následné katarzi.

Léčebné účinky textu nebyly cizí ani antickému Řecku. Spisovatelé a filozofové učinili řadu pozorování a poznání ve smyslu, v němž léčbu provázelo umění. „*Apollo byl bohem medicíny a umění – víra v tento společný původ se táhne stoletím a je živá i dnes.*“¹³ Uzdravovat pomáhalo nejen čtení, naslouchání textům, ale také divadlo.

Myšlenka pozitivního vlivu knih na naši mysl nebyla lidstvu cizí ani ve 13. století v Heliopolisu, kde byla postavena knihovna s názvem *Léčebna duší*. S knihou se zacházelo jako s prostředkem, který měl pomoci stabilně udržovat psychiku člověka. Léčení pomocí

⁸ Tamtéž. s. 55.

⁹ TURNER, Victor Witter. *Průběh rituálu*. Brno: Computer Press, 2004. s. 95–96.

¹⁰ VALENTA, Milan. *Dramaterapie*. 4., aktualiz. a rozš. vyd., V nakl. Grada 2. Praha: Grada, 2011. s. 63.

¹¹ Tamtéž s. 63

¹² SCHMIDBAUER, Wolfgang. *Cesta psychoterapie: od magie k vědě*. Praha: Portál, 2013. s. 55.

¹³ *Národní knihovna: knihovnická revue*. [online] Praha: Národní knihovna ČR, 1990-2004. s. 10. [cit. 20.2.2021] Dostupné z: <https://ndk.cz/periodical/>

textu praktikoval i římský lékař Soranus. Při léčbě duševně nemocných pokládal za důležité, aby si počínali tak, jak jim uvádí předložený veršovaný text. Soranus je považován za historicky prvního poetoterapeuta.¹⁴ Za lék považoval literaturu i římský filozof Seneca. V jistých textech nacházel pomoc při náročných životních situacích. Z tohoto důvodu pro ženu Marcii, trpící nad ztrátou svého syna, napsal spis, který jí měl ulevit od bolesti.¹⁵ Umění a literatura, jak uvádí Milan Nakonečný, měly své místo i v medicínské praxi, konkrétně v dietetice rozdělující se do šesti okruhů: „1/vzduch a voda, 2/ jídlo a pití, 3/ pohyb a klid, 4/ spánek a bdění, 5/ vyměšování a sexualita a 6/afekty. Literatura byla jako terapeutikum, spolu s ostatními uměními, přiřazena k afektům a měla přinášet podstatnou pomoc, pro „umění života“ /ars vivendi/ a pro umění umřít/ ars moriendi/“.¹⁶

V průběhu staletí se k literatuře z terapeutického hlediska přistupovalo jako ke čtivu, které mělo podpořit danou léčbu. Zejména ve středověku se využívaly pasáže z Bible. Předcítání se uplatňovalo u lékařských zákroků ať už při zcela běžných, jako bylo pouštění žilou nebo při vážnějších zákrocích, kdy byla nutná operace. Tento fakt Nakonečný ukazuje u španělského panovníka Filipa II., kdy v roce 1598 musel podstoupit operaci kolene „*Čte mu jeho zpovědník, stojící v hlavách jeho lůžka, přitlumeným hlasem pasáž z evangelia.*“¹⁷ I dnešní biblioterapie pracuje s náboženskými texty, a to konkrétně, v odvětví hagioterapie.¹⁸

Během první poloviny 19. století se na literární text, v kontextu s psychiatrií, zaměřil Benjemin Rush. „*Jeho přínos v oblasti biblioterapie spočíval i v navržené metodologii práce s textem. Rush oddělil texty literatury naučné od relaxační, které navrhoval využívat zejména u pacientů s chronickou psychickou poruchou.*“¹⁹ Pozitivní vliv na duševní zdraví mělo, dle Benjamina Rushe, psaní textů na cíleně zadávaná témata, která pacienti dostávaly.²⁰

Důležitým mezníkem pro biblioterapii byla padesátá léta dvacátého století, kdy se začaly utvářet a individualizovat nové terapie pod názvy podle použitých pomůcek. Biblioterapii je možné uplatnit i v kontextu s dalšími příbuznými terapiemi orientující se na text. V průběhu dvacátého století je biblioterapie používána při kolektivních sezeních, kde zúčastnění mají stejný text, nad kterým se společně zamýšlejí, vedou diskuse nebo také

¹⁴ Tamtéž.

¹⁵ Tamtéž.

¹⁶ Tamtéž.

¹⁷ Tamtéž.

¹⁸ BUBENÍČKOVÁ, Petra. *Biblioterapie*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. s. 19.

¹⁹ Tamtéž s. 19.

²⁰ *Národní knihovna: knihovnická revue*. [online] Praha: Národní knihovna ČR, 1990-2004. s. 12. [cit. 20.2.2021] Dostupné z: <https://ndk.cz/periodical/>

přečtený příběh může být následně zinscenován.²¹ Na vývoj biblioterapie měly velký vliv světové války. Během nich se začaly utvářet knihovny nápomocné lidem zasažených válkou. V těchto dobách se začala formovat spolupráce mezi knihovníkem a lékařem (psychiatrem).²²

Na krásnou literaturu se mnohdy odvolávali někteří psychologové nebo psychiatři (Sigmund Freud, Carl Gustav Jung, Alfred Adler,..), když chtěli představit určité psychologické aspekty v chování literární postavy nebo poukázat „na rozmanitost a zároveň přesnost psychologického poznání nacházeného v krásné literatuře.”²³

O téma magických procesů v souladu s psychoterapeutickým diskursem se také zajímal Lévi-Strauss, který „staví šamanské léčebné postupy doprostřed mezi organické lékařství a psychoanalýzu“.²⁴ Lévi-Strauss tvrdí, že pokud budeme nemocnému vysvětlovat jeho nemoc na základě virů a bakterií, nedocílíme pozitivních účinků. Pokud ale tento stav bude vysvětlován na základě boje s mýtickým netvorem, dosáhneme kladných cílů. Lévi-Strauss tento fakt objasňuje následovně. ²⁵ „Vztah mezi mikroby a nemocí je pro pacientovo myšlení čímsi vnějškovým, je to vztah mezi příčinou a účinkem.“ ²⁶ Ale vztah, jaký je utvořený k mýtickému stvoření, je vztahem k symbolizovanému. Vezměme si počátky psychoanalýzy Sigmunda Freuda a Carla Gustava Junga, kteří jako první poukázali na to, že symboly jsou součástí dvou světů²⁷ a jak tvrdil Oscar Wilde – „veškeré opravdové umění má vždy neoddělitelné složky: první povrchně viditelnou, druhou (skrytě) symbolistní.“ ²⁸

1.1 Symboly

Symboly proplétají naši každodennost bez jakéhokoliv velkého uvědomění. Jsou součástí umění, naší řeči, ale i různých terapií. Pokud se podíváme na původ slova symbol, dostaneme se k řeckému významu „*samballein* – spojovat dohromady“.²⁹ Často to byl předmět, který byl rozdělen na dvě části a měl posloužit jako poznávací znamení.³⁰

²¹ Tamtéž s. 2.

²² BUBENÍČKOVÁ, Petra. *Biblioterapie*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. s. 20.

²³ Tamtéž s. 7.

²⁴ SCHMIDBAUER, Wolfgang. *Cesta psychoterapie: od magie k vědě*. Praha: Portál, 2013. s. 29.

²⁵ Tamtéž s. 29.

²⁶ Tamtéž s. 29.

²⁷ Tamtéž s. 29.

²⁸ BENOIST, Luc – HRBATA Zdeněk. *Znaky, symboly a mýty = Signes, symboles et mythes*. Praha: Victoria Publishing, 1995, s. 5.

²⁹ Tamtéž s. 5.

³⁰ Tamtéž s. 5.

Symbyly vstoupily do teoretické pozornosti mimo jiné Mircea Eliada a Juana Eduarda Cirlota. Ti popisovali symbol jako předmět hlubokého poznání na základě transcendentálního prožitku. Jeden ze zakladatelů systémové teorie Ludwig von Bertalanffy z pohledu sémantického a systémového symbol charakterizoval jako znak nesoucí konkrétní rysy, které byly volně vytvořeny, něco zastupovaly a staly se „přenašečem tradice“.³¹ Bertalanffy se svojí definicí symbolů pokračuje jejich rozdělením na symbol diskurzivní a ne-diskurzivní. Do symbolu diskurzivního zařazuje především jazyk. Symbyly ne-diskurzivní „obsahují mýtus, umění, obyčeje, rituály a jejich materiální znaky.“³²

Na začátku kapitoly jsem zmiňovala symbyly jako součást terapeutické praxe. Touto problematikou se zabývá Verena Kast, která své terapie zakládá především na hlubinné psychologii. Pokládá za důležité, aby došlo k procítění symbolu, který klientovi navodí určitý emocionální prožitek, vyvolá vzpomínky příjemné nebo negativní, vzpomínky, na něž by si během každodenního života nevzpomněl.³³ Symbyly jsou součástí lidského vývoje. Podle Carla Gustava Junga jsou součástí symbolů také komplexy, které rozvíjejí lidskou fantazijní činnost, dávají prostor pro imaginaci, a tak jsou komplexy hlavním východiskem symbolů.³⁴

Erich Fromm se zabývá možností, že je symbol vyjádřen smyslovými funkcemi, prostřednictvím zraku, čichu, hmatu a kdy nám smyslové vnímání umožňuje pojímat vnější svět. Vnímání se stane symbolem symbolizujícím něco v nás. Tento jev Erich Fromm nazývá symbolickým jazykem,³⁵ „ve kterém vnější svět je symbolem světa vnitřního.“³⁶ Abychom si mohli odpovědět na otázku, co symbol představuje, (symbolizuje), je důležité rozlišit podle Fromma některé druhy symbolů, a to konkrétně symbol *konvenční*, *nahodilý* a *univerzální*. Ono rozlišení symbolů je zásadní pro pochopení symbolického jazyka, pro nějž je důležitá asociace a intenzita.³⁷ Na zmiňované definice symbolů bylo v tomto přehledu nahlíženo tak, zda jsou přítomné v biblioterapii.

Po zkušenostech získaných v Dětském domově v Holicích mohu potvrdit, že nezanedbatelnou roli zde hrály, mimo jiné, symbyly *konvenční*, pro něž jsou nejzákladnější

³¹ Znak – Sociologická encyklopedie [online]. Copyright [cit.07.04.2021] Dostupné z <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Znak>

³² Tamtéž

³³ KAST, Verena a Jana VAŠKOVÁ. *Dynamika symbolů: základy jungovské psychoterapie*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2014 s. 30.

³⁴ Tamtéž s. 43.

³⁵ FROMM, Erich. *Mýtus, sen a rituál*. Praha: Aurora, s. 19.

³⁶ Tamtéž s. 19.

³⁷ FROMM, Erich. *Mýtus, sen a rituál*. Praha: Aurora, 1999. s. 19.

slova. Pokud slyšíme, vidíme slovo, které něco zastupuje, představíme si ho. Víme, že dané slovo označuje určitý předmět. Již od dětství vnímáme spojitost slyšeného slova s konkrétním předmětem, dochází k vytvoření stabilní vazby, díky níž volíme vhodná pojmenování bez nutnosti zapojení složitějších myšlenkových pochodů.³⁸

V biblioterapii také můžeme pracovat se symbolem nahodilým, se kterým je spojen vnitřní prožitek. V nahodilých symbolech se především jedná o určitá místa, věci, které v dotyčném vzbudí specifické emoce.

Výše uvedený univerzální symbol představuje vyjádření, jež je společné lidem, kteří si prošli stejným emocionálním zážitkem.³⁹ V této souvislosti byla například vybrána kniha *Holky odnikud* od autorky Amy Reedové. Univerzální symboly nalzáme také v náboženství. Jejich přítomnost, Fromm podobnost nalzá mezi snem, mýtem a pohádkou z důvodu jejich symbolického vyjadřování. V současné a v jiných směrech vyspělé společnosti lidé symbolický jazyk zřejmě zapomněli nebo si jej příliš neuvědomují a mnohostrannost symbolů postupně ztrácí na archetypálním významu. Bohaté na symbolický jazyk jsou zejména různá umělecká díla, pohádky a mýty.⁴⁰

1.2 Mýtus

Mýtus je původně převzat z řeckého slova „mythós“. Představuje historicky nepodložený příběh, který má spojitost s bájí, pohádkou či legendou a zavádí nás do archaického světa,⁴¹ „kde mýtus je výsledkem působení kulturní tradice a kulturní kontinuity a zároveň je nástrojem, který přenos tradice a udržení kulturní kontinuity zajišťuje.“⁴²

Ludka Hrabáková definuje mýtus jako určitý typ vyprávění, při kterém dochází k seznámení jedince nebo celého společenství se světem kolem a který má za cíl obeznámit s jejich původem, kdo jsou a jak vznikl svět kolem nich. Dále mýtus poskytuje určité tradice předávané z generace na generaci, pojednává o formování společnosti, o tom, kdo kam patří,

³⁸ Tamtéž. s. 20.

³⁹ Tamtéž s. 19.–21.

⁴⁰ Tamtéž s. 22. – 23.

⁴¹ HRABÁKOVÁ, Ludka. *Úvod do kulturní antropologie*. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2013. s.36–37.

⁴² Tamtéž s.36.

seznamuje s morálními zásadami.⁴³ Mezi rituálem a mýtem je blízká spojitost. Některé mytologické události byly ritualizovány a naopak. Rituály byly vyprávěné.⁴⁴

Obor, který se zaměřuje na analyzování mýtů, se nazývá mytologie. Mytologie se zabývá studiem, analýzou a výkladem mýtů spojených s určitou kulturní nebo geografickou oblastí. V průběhu 17. a 18. století se díky zámořským plavbám prosadila myšlenka, že mýtus má zásadní význam pro porozumění různým naturálním či starobylým národům a kulturám.⁴⁵ Mýtus, mimo jiné, plnil funkci výchovnou, působil při začleňování dětí, dospívajících či nově přichozích do společnosti. Tuto roli v dnešní době plní pohádka, různé novodobé mýty, úroveň znalosti historie a kultury má rovněž nezanedbatelný význam. Základním elementem se stává obraz dobra a zla, dobré a špatné jednání vyústí v závěr vedoucí k určitému náhledu a také k poučení, že dobro by mělo být vždy odměněno a zlo potrestáno. Dále se mýty rozdělují podle hlavních motivů, které jsou členěny do určitých kategorií.⁴⁶

Mýtus kosmologický popisuje původ a vznik světa. V mýtu teogonickém se vypráví o zrození božstev, které nacházíme u starých Řeků. Představa, že lidé byli utesáni z hlíny se objevuje u mýtů antropogonických. Dále tu jsou mýty etiologické, vyprávějí o příchodu národů do určité lokality, součástí je i vysvětlení původu, zakládání sídel, měst nebo státních útvarů. Příkladem může být mýtus o založení Říma nebo Prahy, či, pod vedením Praotce Čecha, příchod na horu Říp. Dále se mýty dělí na mýty heroické, tato skupina se uvádí jako nejpočetněji obsazená mýtickými příběhy. Jsou zde vylíčeny hrdinské skutky, bitvy, války a různé válečné výpravy. Jako příklad nám může posloužit Píseň o Gilgamešovi, Rámajána, Ilias, příběhy o králi Artušovi a rytířích jeho kulatého stolu atd. V neposlední řadě Ludka Hrabáková zmiňuje mýtus eschatologický, ve kterém příběh pojednává o zániku světa nebo konkrétního společenství. Jako eschatologický mýtus je možné uvést popis potopy světa v Bibli nebo zjevení Janovo, známé jako Apokalypsa.⁴⁷

Adaptace mýtu v aktuální době má dvojí smysl. Seznamuje čtenáře, ať už dospělého nebo dětského, se základními kulturními mýty naší civilizace, jejíž kořeny zasahují do řecko-hebrejských oblastí, a zároveň se čtenář může seznámit s mýty, které mají v kultuře národní nebo oblastní charakter (severské, keltské mýty). Mýty mohou také poskytnout pohled na mytologii zcela odlišných kultur. Známým dílem, vzhledem k výkladům mytologie, se stala, u

⁴³Tamtéž. s. 36–37.

⁴⁴Tamtéž. s. 27.

⁴⁵Tamtéž s.41–42.

⁴⁶Tamtéž s.36.

⁴⁷Tamtéž s.39. – 41.

českého čtenáře oblíbená kniha Eduarda Petišky *Staré řecké báje a pověsti*. Kniha byla poprvé vydána v roce 1958 a v rozšířeném vydání v roce 1964. Autor vypráví v základní formě mýtické příběhy, převážně z okruhu řeckého světa. Drsné pasáže byly buď uhlazeny nebo zcela odstraněny. Vyprávění bylo přizpůsobeno srozumitelnosti pro dětského čtenáře, nacházíme zde rovněž ponaučení i určité výchovné působení a dějové shrnutí. I přes důležitou roli této knihy v české literatuře dané doby, poukazuje Čeňková na částečnou ztrátu „*mytického rozměru*“.⁴⁸ S antickou a latinsky psanou literaturou seznamoval také Rudolf Mertlík, který, mimo svoji další literární činnost, překládal řadu řeckých děl. Pokoušel se o zachování a rozvoj tradic v uvedené literatuře a jeho tvorba nebyla ovlivněna socialistickými normami prosazujícími se v kultuře dané doby.⁴⁹

Vztah k mýtům se v průběhu dějin měnil. Jako první vliv Hrabáková uvádí zámořské plavby, díky kterým docházelo k poznávání odlišných kontinentálních kultur a v důsledku těchto cest se prosadil názor, že mýtus je důležitým zdrojem⁵⁰ „*k uchopení myšlení přírodních národů i archaických společenství, který do té doby evropským učencům chyběl*“,⁵¹ a tak v 18. století vznikla věda mytologie orientující se na příběhy rozličných kultur. Zájem o mýtus v době romantismu vyvolal vlnu zapálení, kterému mnohdy chybělo jakékoliv kritické nahlížení. Zájem o mýty podnítil pozornost směřující i na jiné literární projevy určitých kontinentálních oblastí. Jednalo se především o sběr pohádek a bájí. Nejznámějšími shromažďovateli těchto památek byli bratři Grimmové. Sběratelské činnosti se také věnovali Čelakovský, Erben, Němcová a další. Díky jejich tvorbě nebylo na mnohé pohádky zapomenuto.⁵² Do určité míry se těmito kulturními jevy zabývali také psychoanalytik Sigmund Freud a Carl Gustav Jung. Měli osobitý způsob výkladu v oblasti mýtu. Shodovali se, že, *lidské chování lze vysvětlit pouze analýzou hlubší vrstvy mysli, kterou shodně s Freudem nazývá nevědomí*.⁵³ Rozkol mezi Jungem a Freudem je v hledání toho, co nevědomí je a co obsahuje. Freud v nevědomí vidí potlačený sexuální pud. Dle Jungova pojetí nevědomí zahrnuje „*potlačené, zapomenuté nebo podprahově vnímané zkušenosti jedince*.“ Nevědomí Jung označuje jako individuální. Dále zavedl pojem „*kolektivního nevědomí, které je podle Junga odrazem vývoje a historické zkušenosti lidstva. V nevědomí jsou kromě jiného*

⁴⁸ČEŇKOVÁ, Jana. *Vývoj literatury pro mládež a její žánrové struktury: adaptace mýtů, pohádek a pověstí, autorská pohádka, poezie, próza a komiks pro děti a mládež*. Praha: Portál, 2006, s. 89.

⁴⁹*Slovník české literatury po roce 1945 [online]* Copyright [cit.07-04.-2021] Dostupné z:

<http://www.slovníkceskeliteratury.cz/showContent.jsp?docId=1074>

⁵⁰HRABÁKOVÁ, Luďka. *Úvod do kulturní antropologie*. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2013 s.41.

⁵¹Tamtéž.

⁵²Tamtéž s. 41.-42.

⁵³Tamtéž s.44.

obsaženy i určité univerzální symboly, vrozené motivy, pravzorce, které Jung nazval archetypy.⁵⁴ Z uvedené definice tedy vyplývá, že archetyp je převážně spojován s psychologií, ale jeho přítomnost nalzáme i v literární vědě. Touto problematikou se zabýval například Northrop Frey, který je přiřazován k představitelům archetypální kritiky.

Archetyp, respektive archetypální postavy či příběhy, jsou také důležitou součástí biblioterapie, a to konkrétně z několika důvodů. Víme, že archetyp je určitý vzor (pravzor), ten se ve své podstatě nemění, jádro příběhu nebo postavy je vždy stejné a situace, nezávisle na době, se opakují a čtenář se s nimi může ztotožnit i dnes. Co se ale mění, je jeho interpretace. Ta je závislá na době, ve které je příběh ztvárněn.⁵⁵ Biblioterapie tedy může pracovat i s dávnými příběhy. Vždy je ale důležité, a to i pro biblioterapii, rozuzlení daného příběhu. Archetyp je přítomný i v bezvýhodné situaci – například Oidipus. Příběhy bez následného východiska se nebudu hlouběji zabývat, protože biblioterapie pracuje především s nalezením možného řešení stavu, ve kterém se dotyčný nachází. Dalším zdrojem bohatým na archetypy jsou lidové pohádky, jimiž se budu zabývat v některé z dalších kapitole. Následně můžeme archetypy spatřit i v řecké mytologii.⁵⁶

O mýty byl projevován zájem jak z hlediska sociálně-psychologického, tak i z literárního pohledu, kdy mezi literárním, sociálním a psychologickým může být jen velmi úzká hranice. Lubomír Doležel v díle *Heterocosmica: fikce a možné světy*, popisuje „mýtus klasický“ a „mýtus moderní.“ V klasickém mýtu mají moc nad světem nadpřirozené bytosti. V tomto „ovládaném“ světě lidské bytosti nemají v moci svůj osud, protože je podřízen nadpřirozenému. Doležel se zabýval tím, jak se strukturové systémy klasických mýtů objevují v literatuře dvacátého století – konkrétně ve vybraných dílech France Kafky *Proměna*, *Proces* a u Andreje Bělého v díle *Petrohrad*. Doleželův názor je takový, že v uvedených dílech mýtus poskytuje předobraz vrtkavosti osudu, kdy se člověk už nemůže odvolávat na nadpřirozené bytosti. Tento svět už není „výtvořem“ bohů, je to svět, který si vytvořili lidé. Je to svět, kdy ze světa zmizelo nadpřirozené a za svůj svět si jsou sami lidé odpovědni. Doby, kdy velká společnost lidí věřila, že to, co se jim děje nebo neděje, je způsobeno božskou či démonickou silou jsou pryč.⁵⁷

⁵⁴Tamtéž.

⁵⁵ Archetyp – wikipedie. [online]. dostupné z <https://cs.wikipedia.org/wiki/Archetyp> [cit. 11.5.2021].

⁵⁶ Tamtéž.

⁵⁷DOLEŽEL, Lubomír. *Heterocosmica: fikce a možné světy*. Praha: Karolinum, 2003. s. 195

1.3 Definice biblioterapie

Zprvu byla biblioterapie nevědomou činností člověka. Postupně se ale dostávala do povědomí vědeckých pracovníků a pozvolna začínala zaujímat své místo i v laické veřejnosti.⁵⁸ Biblioterapie je realizována na základě literárního umění, proto se můžeme také setkat s jejím uplatněním v pedagogické sféře. Konkrétně může zefektivnit práci učitele literární výchovy, a to zejména v oblasti podpory aktivního čtení.⁵⁹

Na začátku této kapitoly pokládám za důležité zmínit, že biblioterapie není samostatným léčebným prostředkem, který za pomoci příběhu dokáže vyléčit náročné psychické potíže. Biblioterapie je pouze doplňkem, jenž může podpořit danou léčbu.⁶⁰

Biblioterapie slouží „jako prostředek sebereflexe a podpory osobního růstu. Zároveň je jednou z možností, jak prostřednictvím příběhů hlouběji poznat sebe sama.“⁶¹ Zároveň by se biblioterapie dala považovat za určitý most, „který pomáhá otevřít cestu produktivní komunikace mezi klientem – psychologem – lékařem[.]“⁶² Petra Bubeníčková se zabývá převážně problematikou biblioterapie zaměřenou na školní prostředí z důvodů integrace studentů, kteří se potýkají s různými fyzickými, psychickými či kombinovanými potížemi. Dobře zvolený literární příběh může dle Bubeníčkové pomoci při začleňování a přijetí studenta do kolektivu a naopak.⁶³

Vymezení a přesná definice biblioterapie se komplikuje jejím interdisciplinárním základem a využitím. Další fakt, který definici znesnadňuje, je vymezení věkové kategorie a účelů, pro které by měla být uskutečňována. Uplatnění předpokládá Petra Bubeníčková ve školství, psychologii a lékařství. Postupně se biblioterapie dostává do povědomí dalších profesí, jako je například práce v knihovnách. Termín biblioterapie je především vnímán jako „lčba knihou“ – zejména z důvodu etymologického. Pokud se podíváme na řecký původ slova, dostaneme se ke dvěma termínům řeckého původu. *Biblion* – kniha a *therapia* – léčba.⁶⁴ V současné době si slovo terapie spojíme s léčením psychické nestability. Antické Řecko výraz „*therapia*“ nutně nespojovalo jenom se samostatnou medicínou, nemocné tělo a mysl léčili hrou na lyru, nasloucháním hudby nebo čtením textů. Dalo by se říci, že určitý typ

⁵⁸ BUBENÍČKOVÁ, Petra. *Biblioterapie*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. s. 26.

⁵⁹ Tamtéž. s.7.

⁶⁰ VÁŠOVÁ, Lidmila. *Úvod do bibliopedagogiky*. Praha: ISV, 1995. s. 61.

⁶¹ BUBENÍČKOVÁ, Petra. *Biblioterapie*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. s. 4.

⁶² Tamtéž s. 13.

⁶³ Tamtéž s.13.–14.

⁶⁴ Tamtéž s.9.–10.

biblioterapie byl zaznamenán už v antickém Řecku. Tato dvě slova, *biblion* a *therapia*, poprvé propojil Samuel McCord, který také obeznámil společnost s termínem biblioterapie, uveřejněním své stati v roce 1916 pro noviny *Atlantic monthly*, kde následně popisoval léčbu pomocí knih u psychicky nemocných pacientů. Přesnější definice byla zaznamenána až v roce 1941, vysvětlovala termín biblioterapie jako „využití knih při léčbě nervových onemocnění“.⁶⁵ Do vědomí společnosti vstoupilo využití literatury terapeutickým způsobem pod pojmem biblioterapie přibližně před 2. světovou válkou. Tato terapeutická technika byla hlavně užívána v USA, kdy ranění vojáci byli odváženi z bojišť do nemocnic. Po 2. světové válce, v 50. letech, nastává pro biblioterapii útlum, ale nakonec během 60. let se dostane opět do středu pozornosti a začnou se rozvíjet různá stanoviska v pojetí biblioterapie.⁶⁶

1.4 Rozdělení biblioterapie

První, kdo se zasloužil o rozdělení biblioterapie, byla ve 20. století v 70. letech Rhea J. Rubin, která dělí biblioterapii na *klinickou*, *institucionální* a *vývojovou*. Biblioterapie klinická je užívána hlavně v nemocničním prostředí a institucionální biblioterapii Rhea J. Rubinová zasazuje do prostředí pedagogického.⁶⁷

Ludmila Vašová v 80. letech 20. století, se spoluautorkou Milenou Černou, vydala studii zaměřenou na bibliopedagogiku, která v roce 1995 vyšla v aktualizovanější verzi nesoucí název *Úvod do bibliopedagogiky*. Jsou zde definovány možnosti použití biblioterapie. Ludmila Vašová rozděluje biblioterapii na biblioterapii širšího pojetí a užšího pojetí. V užším pojetí biblioterapie je kladena důležitost na práci knihovníka, který, ve spolupráci s lékařem, informuje o průběhu četby. Knihovník v léčebných zařízeních má funkci „laického terapeuta“.⁶⁸ Práce knihovníka, a to nejen ve speciálních zařízeních, by měla splňovat „komunikační, sociálně adaptační, výchovně vzdělávací a esteticko-výchovnou funkci.“⁶⁹ Vašová je toho názoru, že: „psychicky postižení pacienti často neochotně spolupracují s lékařem, snaží se zakrýt příčiny nebo některé příznaky své choroby z ostychu, z nedůvěry, ze strachu před léčebným zákrokem.“⁷⁰ Podle Vašové se ostych před knihovníkem zmírní,

⁶⁵ MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha: Grada, 2014.

⁶⁶ VÁŠOVÁ, Lidmila. *Úvod do bibliopedagogiky*. Praha: ISV, 1995. s. 61.

⁶⁷ SVOBODA, Pavel. UNIVERZITA PALACKÉHO. PEDAGOGICKÁ FAKULTA. *Biblioterapie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. s. 10.

⁶⁸ VÁŠOVÁ, Lidmila. *Úvod do bibliopedagogiky*. Praha: ISV, 1995. s. 61–63.

⁶⁹ Tamtéž. s. 17.

⁷⁰ Tamtéž s. 63.

protože literární příběh a debata nad přečteným textem je „prostředníkem“ mezi klientem a jeho potížemi. Dotyčný své pocity, názory sděluje v souvislosti na děj knihy a nemusí je sdělovat přímo.⁷¹ Konkrétní literární příběh může být vybrán z několika doporučených knih samotným pacientem nebo knihovníkem. Na psychiku člověka nepůsobí pouze čtený text, ale také ilustrace, forma písma a estetický vzhled knihy.⁷² Jak to vše bude na čtenáře působit je dáno jeho individuálním vnímáním. Porozumění knize je podmíněno⁷³ „*životní zkušeností čtenářů, různou sociální příslušností, úrovní vzdělání, hloubkou a šíří zájmů, věkem, pohlavím apod.*“⁷⁴ Literární svět je světem imaginace, který je tvořen na základě zmiňovaných individuálních zkušeností a fantazijních obrazů.⁷⁵ „*Četba evokuje představy dle psychologických zákonů asociace, tedy vybavování představ na základě podobnosti, kontrastu apod.*“⁷⁶ Jedná se zde o pojem interindividuálního působení textu a v této souvislosti pak rozlišujeme biblioterapii individuální, skupinovou a méně používanou biblioterapii hromadnou.⁷⁷

Biblioterapie individuální: Individuální biblioterapie pracuje pouze s jedním klientem. Tato metoda může být preferována v případě, když klientův psychický stav neumožňuje práci ve skupině.⁷⁸ „*Výsledkem nedobrovolného začlenění do skupiny by mohla být ztráta důvěry v možnost problém začít řešit, případně vyřešit*“⁷⁹ Při individuálním sezení je vhodné, aby si klient v průběhu terapií vedl čtenářský deník, do něhož by si zapisoval své poznámky z přečteného textu doplněné emocionálními prožitky a postřehy, které recipientovu četbu provázely.⁸⁰ Dle Ludmily Vašové by si knihovník (biblioterapeut) měl vést při individuální terapii během biblioterapie vlastní poznámky.⁸¹ Individuální biblioterapie má ale i své nevýhody. Jednou z nevýhod je nemožnost sdíleného emocionálního prožitku s lidmi, kteří si prošli stejnou zkušeností a řešili podobný problém jako dotyčný klient. Tuto funkci musí zastat biblioterapeut.

⁷¹ Tamtéž.

⁷² Tamtéž s. 33.

⁷³ Tamtéž s. 57.

⁷⁴ Tamtéž s. 58.

⁷⁵ Tamtéž s. 57.

⁷⁶ Tamtéž.

⁷⁷ Tamtéž.

⁷⁸ BUBENÍČKOVÁ, Petra. Biblioterapie. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. s. 64.

⁷⁹ Tamtéž.

⁸⁰ Tamtéž.

⁸¹ VÁŠOVÁ, Lidmila. Úvod do bibliopedagogiky. Praha: ISV, 1995. Knihovnictví. s. 63.

Biblioterapie skupinová: Tato metoda biblioterapie je dle Petry Bubeníčkové jednou z nejčastěji využívaných.⁸² Ludmila Vašová považuje za ideální počet klientů ve skupině 8–10. Dochází k debatě nad dojmy a emocemi, které přečtený příběh navodil. „Skupinová forma práce nabízí možnost využití interakce mezi jejími jednotlivými členy – recipient nepociťuje osamocení, ale naopak pochopení a podporu ostatních členů skupiny, jejím prostřednictvím se vymaňuje z emočního odloučení.“⁸³ Je důležité, aby klientovi práce se skupinou vyhovovala. V opačném případě by mohlo dojít k negativnímu ovlivnění klienta (ztráta důvěry, odmítání komunikace a řešení problému). Za stěžejní bod pro skupinovou biblioterapii se považuje diskuse. Klienti mohou debatovat nad činy literární postavy, tím rozkrývají povahové rysy své osobnosti, což umožní biblioterapeutovi nebo pedagogovi zjistit reakce jedince v problémové situaci a zároveň odhalit některé skryté rysy jeho osobnosti. To může významně pomoci při hledání řešení jeho problémů.⁸⁴ Čtenář nemusí pouze hodnotit průběh děje a chování postavy či postav, ale také se může vžít do role postavy hraním (viz. dramaterapie) a podle toho utvářet stanoviska, jaké důvody měla literární postava k daným činům atd. Do této části terapie můžeme začlenit imagoterapii, která má za cíl, aby se klient vcítil do literární postavy, pochopil její činy, pohnutky a zaujmul stanovisko. Díky této zástupné formě může získat jiný pohled na vlastní situaci a její následné řešení. Skupinová terapie může být doplněna muzikoterapií a arteterapií. Záleží na biblioterapeutovi a možnostech či schopnostech účastníků, jak terapie bude probíhat.⁸⁵

Hromadná biblioterapie: Tato metoda se uplatňuje v praxi nejméně, a to z důvodu nemožnosti kontaktu se skupinou a biblioterapeutem. Nedochozí ke sdělování reflexí a k následné debatě nad literárním textem. Hromadná biblioterapie je vedená formou přednášek, kterých se klient nemusí účastnit. Mnohdy bývá zprostředkována pomocí elektronické techniky. Vybraná kniha může pomoci účastníkovi zorientovat se v jeho potížích. Negativum této praxe je dle Petry Bubeníčkové v nemožnosti sdílení podobných potíží, jenž může být samo o sobě terapeutické.⁸⁶

Biblioterapie receptivní: Receptivní biblioterapie se orientuje převážně na čtení nebo předčítání. Recipient na rozdíl od expresivní terapie text nedokončuje a ani nevytváří

⁸² BUBENÍČKOVÁ, Petra. Biblioterapie. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. s. 64.

⁸³ Tamtéž.

⁸⁴ Tamtéž s. 65.

⁸⁵ VÁŠOVÁ, Ludmila. Úvod do bibliopedagogiky. Praha: ISV, 1995. Knihovnictví. s. 64.

⁸⁶ BUBENÍČKOVÁ, Petra. Biblioterapie. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. s. 65.

text vlastní. V této části se jedná pouze o přijímání vybraného žánru, tématu. Může se tedy číst jak poezie, tak próza. V této formě biblioterapie lze využít metodu tzv. řečové interpretace, v níž biblioterapeut sleduje při hlasitém čtení zdůraznění konkrétních částí z přednášeného textu klientem. Receptivní biblioterapie se člení do několika forem, se kterými můžeme pracovat. Klient čte text vybraný biblioterapeutem sám pro sebe, jedná se o stejný text pro všechny členy skupiny. Po přečtení následuje analýza a diskuse nad textem. Dále se můžeme setkat s možností, kdy si text vybírá sám čtenář z několika variant. Téma by se mělo shodovat s jeho požadavky či potřebami. Po přečtení následuje diskuse. Proč si zvolil vybrané téma? Jsou popisovány emocionální prožitky, debatuje se nad obsahem apod. Receptivní biblioterapie je podle Petry Bubeníčkové nápomocna při pohledu na čtenářovu obtížnou situaci, kterou momentálně řeší prostřednictvím příběhu.⁸⁷ Díky tomu „*se může ztotožnit nejen se situací, která je v literárním díle prezentována, ale i s hrdin(k)ou – literární postavou, s jejími osudy, v nichž vnímá podobnost se sebou samým.*“⁸⁸ Touto zástupnou formou, uskutečněnou pomocí literární postavy, je čtenáři umožněno utvořit si zmiňovaný náhled na situaci a prožití katarze. Po dočtení textu následuje diskuse, jenž je důležitá pro navrhování možných řešení a pro jejich realizaci.⁸⁹ Receptivní biblioterapie byla uplatňována v Dětském domově Holice převážně u menších dětí, a to formou předčítání. Následně, nebylo to ale pravidlem, si děti s vychovateli nebo se sociálními pracovníky o příběhu povídaly. Pro předčítání, mimo další pohádky, byly vybrány například příběhy ze sbírky Sedmihlavá víla od autora Ervina Lázára a to Jak byl zajíc soudcem a Ctižádnostivý kos. Uvedené texty jsem zvolila na základě konzultací s pracovníky v dětském domově, po seznámení s životním příběhem dítěte a s jeho aktuálními potřebami.

Biblioterapie expresivní: V expresivní biblioterapii dominuje práce s textem, který si klient tvoří sám nebo dotváří předloženou literární část. Pokud se jedná o tvorbu čistě samostatnou, recipient může svůj text utvářet z jakéhokoliv literárního žánru. To samé platí i pro zvolené téma. Pokud ale budeme pracovat v biblioterapii s dokončováním literárního textu, je nutné, aby literární úryvek disponoval biblioterapeutickými prvky. Než dojde k rozuzlení příběhu, biblioterapeut nebo pedagog příběh v napínavém

⁸⁷ Tamtéž s. 28. – 29.

⁸⁸ Tamtéž s. 30.

⁸⁹ Tamtéž.

momentu ukončí a je na čtenáři, aby jej písemně dokončil.⁹⁰ Expresivní biblioterapie se v Dětském domově Holice neujala, děti spíše preferovaly poslouchání příběhů.

2 Biblioterapie v literární kultuře

Na rozvoj biblioterapie, takové, jak ji známe dnes, měl nepopíratelný vliv vývoj naší literární kultury a kultury jako takové. Z předcházejících kapitol víme, že biblioterapie nemá pouze funkci terapeutickou, ale může sehrát nezanedbatelnou roli ve vzdělávání, a to konkrétně při podpoře čtenářství. Mezi představitele, kteří se zabývali problematikou použití literatury během edukační praxe, byl Jan Amos Komenský.⁹¹ Již v roce 1650 upozorňoval, jak je pro studenty důležité, aby se co nejdříve naučili vyhledávat důležité informace z knih potřebné ke studiu.⁹²

Po bitvě na Bílé hoře (1620) se začaly prosazovat nové náboženské ideje a mnoho knih pod vedením jezuitského řádu bylo zničeno. Pobělohorské období poznamenala cenzura a náboženská nesnášenlivost vůči evangelické víře. Světlé okamžiky nastaly v roce 1781, kdy vznikl toleranční patent (josefínský patent) a následně byla rozvolňována cenzura tisku. Dále se ve zmiňovaném roce zrušilo nevolnictví, což se stalo prvním krokem poddanské vrstvy ke kultuře a vzdělání. Pro knihovnictví bylo významnou událostí v roce 1773, za vlády Marie Terezie, zrušení Jezuitského řádu.⁹³ „*Toto opatření zahájilo novou etapu ve výstavbě českého knihovnictví, které se ponenáhlu vymaňovalo z područí církve a stávalo se stále více záležitostí státu nebo iniciativy kulturních pracovníků.*“⁹⁴ Byla zaznamenána stoupající snaha vyzdvihnout český jazyk a literaturu, kniha sehrála důležitou úlohu i v Národním obrození.

Rozvoj knihovnictví rovněž ovlivnily politické události, jež vedly k rozpadu Rakousko – Uherska. Následně v roce 1919 byl vydán Zákon o veřejných knihovnách. Uvedený zákon umožnil zvětšení počtů knihoven, měly se zřizovat v každé obci, tím se umožnila větší přístupnost pro další vrstvy obyvatelstva. Také vzrostly požadavky na knihovníka. S tím souvisel zájem ve dvacátých a třicátých letech projevený o individualitu každého čtenáře, objevily se nové výzkumy cílené na jeho potřeby a preference.⁹⁵ Podle Petry Bubeníčkové

⁹⁰ Tamtéž. s. 52. – 53.

⁹¹ VÁŠOVÁ, Lidmila. *Úvod do bibliopedagogiky*. Praha: ISV, 1995. Knihovnictví. s.27.

⁹² Tamtéž.

⁹³ Tamtéž.

⁹⁴ Tamtéž s.29.

⁹⁵ Tamtéž s.31.

dále vývoj biblioterapie ovlivnily světové války. Ve válečných letech začaly vznikat knihovny za pomoci dobrovolníků pod správou Mezinárodního červeného kříže.⁹⁶

Rozvoj biblioterapie v Československu byl poznamenán vlivem Nikolajeme Alexandrovičeme Rubikainema, který rozvíjel obor bibliopsychologie.⁹⁷ Vystoupil také v Ženevě s přednáškou Problém dětské literatury a rozpor názorů dětí a dospělých.⁹⁸ Pokládal za důležité zřizovat knihovny s bibliopsychologickou poradnou a knihovníkem, který bude dobře znát své klienty. Díky znalosti čtenáře dokázal knihovník vhodně doporučit literaturu.⁹⁹ „*Vždyť začínajícího čtenáře dovede správně vybraná kniha zaujmout a udržet u soustavného čtení a naopak kniha, které nerozumí, která je pro něho příliš obtížná, mu může vzít chutě ke čtení.*“¹⁰⁰

Uvedenou teorii na českém území propagoval Ladislav Jan Živný, jehož mínění o čtenářství bylo ale později ovlivněno návštěvou zahraničí, a to konkrétně Anglie, kde si všiml hlubšího individuálního zaměření na čtenářovy literární potřeby.¹⁰¹ „*Takto pojatá strategie se lišila od knihovnické práce v tehdejší Rakousko – Uhersku. Zde se knihovníci primárně orientovali na preciznost při zpracování knižního fondu, péče o čtenáře měla sekundární význam.*“¹⁰² O další rozvoj biblioterapie se v tehdejší Československu zasloužili Josef Poch, Jaroslav Fray a Bohuslav Koutník. Po skončených světových válkách se dostala do úpadku. Opětovná vlna zájmu nastala až v druhé polovině padesátých let, kdy se jí v Československu věnovali tito autoři: Ondrej Kondáš, Stanislav Kratochvíl, Eva Syřišťová atd.¹⁰³

Jaro Křivohlavý v roce 1987 napsal pro časopis Československá psychologie stať věnující se biblioterapii, v níž zmiňuje Ondreje Kondáše, který do své psychologické praxe zavedl muzikoterapii, dramaterapii a biblioterapii. V roce 1958 Kondáš publikoval studii *O čtení u duševně chorých* v časopise *Československá psychologie*. Dalším, kdo rozvíjel biblioterapii, byl František Engelsman, jehož práce byla zaměřena na systematizaci bibliografie primárně zaměřenou na psychiatrické diagnózy pacientů. Seznam české literatury byl sestavován s ohledem na čtenářské preference konkrétní skupiny. Nelze opomenout Milana Nakonečného, který se zajímá o psychologii čtenáře, dále Michala Černouška a jeho dílo *Děti a svět pohádek*. Tato publikace se stala zdrojem hlubinně psychologických rozborů

⁹⁶ BUBENÍČKOVÁ, Petra. Biblioterapie. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. s.20.

⁹⁷ Tamtéž.s.21.

⁹⁸ Tamtéž s.25.

¹⁰⁰ Tamtéž s.25.

¹⁰¹ Tamtéž s.21.

¹⁰² Tamtéž.

¹⁰³ Tamtéž s.21–22.

lidových pohádek pro dospělé.¹⁰⁴ „Černoušek si uvědomoval význam produkce pohádkových příběhů. Přes splet' metafor, které pohádky obsahují, přinášejí dítěti formou jednoduché fabule srozumitelné obrazy, jež dítě v podvědomé rovině umí adekvátně rozklíčovat. S oporou osobního vyprávění rodičem nebo prarodičem jsou mu prostřednictvím příběhů předávány i emoční vzorce a vytváří se důvěrný komunikační kontakt mezi dítětem a dospělým.“¹⁰⁵ V současné době se můžeme zabývat otázkou, je-li Černouškovo tvrzení aktuální i dnes a zda pohádkový svět, ať už filmového či knižního zpracování, dokáže předat dětem určité životní hodnoty. Tomuto tématu se budu věnovat více v kapitole Pohádka a pohádkoterapie.

V současnosti se biblioterapie začleňuje převážně do pedagogického a speciálně pedagogického prostoru, bývá součástí expresivní terapie. Podle Petry Bubeníčkové se biblioterapie objevuje i v knihovnickém prostředí, zmiňuje vznik Biblioterapeutického kabinetu pod Krajskou knihovnou v Pardubicích v roce 2003, jenž byl založen psychiatrem Jaroslavem Skálou a veden knihovnicí Lenkou Šilarovou. Vznikl seznam literatury s biblioterapeutickými prvky a knižní biblioterapeutický fond pro čtenáře. Momentálně kabinet není aktivní.¹⁰⁶ Další knihovnou, která se, mimo jiné, orientuje na biblioterapii je Knihovna Kroměřížská. Biblioterapii se zde věnuje Marcela Kořínková. Do odvětví biblioterapie také zasahují webové portály zaměřující se na literaturu jako takovou. Při výběru vhodného literárního díla se ne vždy musí jednat o knihu zařazenou do biblioterapeutické sekce. Prvky, jež mají být přítomny u biblioterapeutické literatury, můžeme nalézt i u literatury do biblioterapie nezařazené. Pro dokreslení situace bych ráda uvedla konkrétní příklady ze školní praxe Marie Mokré a Jana Křečka, s nimiž jsem se setkala během festivalu Šrámkova Sobotka konaného v roce 2021. V tvůrčí dílně seznámili účastníky s aktivním zapojením biblioterapie do výuky i s využitím jejího pozitivního vlivu v třídním kolektivu. Do své výuky spojené s biblioterapií například zapojovali texty od Karla Čapka z knihy *Obyčejný život*. V textu cíleně zvoleném pedagogy měli studenti možnost identifikovat se s problémy, vidět smysl i v „obyčejném životě“ a zabývat se například tématy týkajícími se odsuzování druhých lidí či vysokých osobních ambicí. Dále vybrali od Vítězslava Nezvala četbu *Role ženy a muže*, kde v úryvku z tohoto díla bylo cílem zahájení a prohloubení práce s vlastní identitou studentů. Dále bych jmenovala titul od Émila Zoly *Zabiják*, v němž žáci pracovali s problémem vyrůstání v disharmonickém rodinném prostředí, s patologickými jevy v rodině a hledali možnost jejich řešení. Z toho vyplývá, že biblioterapeutická literatura může

¹⁰⁴ Tamtéž s.23.

¹⁰⁵ Tamtéž.

¹⁰⁶ Tamtéž s.23.

být jakákoliv, pokud je vhodně zvolená. Musí ale umožňovat dosažení těchto cílů: identifikace s hlavní postavou nebo problémem, terapeutická literatura by měla čtenáře podněcovat k seberozvoji, k utváření kladných postojů¹⁰⁷, „rozvoj adekvátního sebehodnocení, cesta k řešení problému, opora sociálního a etického myšlení, pomoc při integraci jedince do nové sociální, profesní nebo zájmové skupiny, podpora volnočasového čtenářství atd.“¹⁰⁸

2.1 International Board on Books for Young People

Vybíraná literatura s ohledem na uskutečňovanou praxi byla převážně zaměřena na dětské a dospívající čtenáře. Pokládám za důležité zmínit IBBY neboli International Board on Books for Young People. Jedná se o neziskovou organizaci založenou roku 1953 v Curychu ve Švýcarsku. IBBY podporuje dětskou literaturu v celosvětovém měřítku. Cílem této organizace je, aby děti ze všech koutů světa měly možnost dostat se ke kvalitní literatuře. Podporuje vědecké výzkumy a školení se zaměřením na dětského čtenáře. Jednou za dva roky IBBY uděluje autorovi nebo ilustrátorovi cenu Hanse Christiana Andersena, sponzoruje Mezinárodní den dětské knihy a mnoho dalších projektů zaměřených na dětskou literaturu. Jedinou cenou orientovanou v oblasti dětské literatury vyhlašovanou IBBY je Zlatá stuha.¹⁰⁹ Tato organizace podporuje a vytváří různé programy, které pomáhají dětem získat si kladný vztah ke knihám, je nápomocna nejen při obeznámení pedagogů, knihovníků a rodičů s aktuálními novinkami v dětské literatuře na knižním trhu, ale také s jejich kvalitou. Pořádá soutěž Zlaté dítě, jejímž cílem je povzbuzovat kreativitu dítěte v souladu se čtenářstvím. Koná různé kurzy nejen pro pedagogy, ale také knihovníky, učí, jak pracovat s literárním příběhem a čtenářem.

2.2 Webové portály zaměřující se na literaturu

V průběhu praxe a při dobrovolnické činnosti v Dětském domově Holice jsem vyhledávala různou literaturu, která by se následně mohla použít při čtení s dětmi. Cílem bylo

¹⁰⁷ Tamtéž s. 14.

¹⁰⁸ Tamtéž.

¹⁰⁹ iBby international Board on Books for young people Dostupné <https://www.ibby.org/> [online]. [cit. 04-05-2022].

najít příběhy obsahující biblioterapeutické prvky vhodné pro děti, se kterými jsme četli. Během procesu vytipování vhodné literatury jsem, mimo jiné, využila webové portály jako je BiblioHelp, Dlouhá punčocha a Mravenčí chuva. Konkrétními metodami a postupy, jak jsme se zvolenými příběhy pracovali, se budu podrobněji zabývat v kapitole Pohádka a pohádkoterapie. Převážně jsem vybírala knihy pro děti předškolního a školního věku. Po přečtení buď celé pohádky nebo jen její části jsme se na chvíli pozastavili a povídali si o ní. V uvedeném případě se použily otázky, které poskytuje BiblioHelp ke každé pohádce nebo otázky navrhovala a doporučovala psycholožka. Před čtením a prací s textem bylo vždy vše prodiskutováno s psycholožkou, vychovateli a sociálními pracovníky, vždy se zpětnou vazbou.

2.2.1 Mravenčí chuva

V České republice se vydává každý rok přibližně 2500 knih ročně pro děti a mládež. Úkolem protagonistek Mravenčí chuvy Marie Podvalové a Julie Dominiky Zemanové je, v tomto nepřeborném množství, vyhledávat a třídit knihy tak, aby našly své místo u konkrétního čtenáře nebo knihovníka či učitele. Usnadňují orientaci čtenáře ve světě literatury a pomáhají mu najít konkrétní literární dílo nebo žánr. Mravenčí chuva se zaměřuje na nejrozličnější témata, jako příklad uvádím nelehká témata o holocaustu, migraci a smrti. Orientují se nejen na českou literaturu, ale i na zahraniční. Tvoří online magazín, zaměřují se na čtenářství, vycházející knihy a jiné články související s literaturou. Mravenčí chuva také spolupracuje s různými knihkupectvími, jenž, jsou zaměřené převážně na dětskou literaturu. Jedná se o Dlouhou punčochu sídlící v Brně, Zlatou velrybu v Olomouci a v Praze o knihkupectví Dvě veverka.

Z Mravenčí chuvy byly vybrány tyto knihy:

- Čekání na vlka (Sandra Dieckmann)
- Pady (Sandra Dieckmann)
- Jsem zlodějka? (Abigail Rayner)

2.2.2 Dlouhá punčocha

Dlouhá punčocha se specializuje na dětskou literaturu. Na rozdíl od Mravenčí chůvy a BiblioHelpu se jedná o „kamenné“ dětské knihkupectví nacházející se v Brně. Jejich internetové stránky obsahují schéma, které je pro přehlednost rozčleněno do čtyř věkových kategorií. Zakladatelky dlouhé punčochy Zuzana Streichsbierová a Marcela Zachovalová pořádají i různé akce pro školy a veřejnost zaměřené na podporu čtenářství. Mezi jejich projekty převážně patří pomoc při vyhledávání různých knižně zpracovaných témat, jako je například smrt, smutek, strach a další jinak emočně náročné situace. Zaměřují se na knihy nejen z českého trhu, ale i ze zahraničí i na knihy psané pro malé čtenáře seznamující se s jiným (cizím) jazykem. Vhodně zvolené a doporučené knihy mohou být nápomocné nejen dětským psychologům, lékařům či pedagogům při jejich individuální práci s dítětem, –vybírat z jejich sortimentu může i široká veřejnost.¹¹⁰ S pomocí Dlouhé punčochy byly vyhledány tyto příběhy:

- Dívka, která nemluvila (Krisztina Tóth)
- Fimfárum (Jan Werich)
- Naprostá šílenost (Tereza Kopecká)
- Říkali mi Leni (Zdeňka Bezděková)

2.2.3 BiblioHelp

BiblioHelp se orientuje zejména na literaturu vhodnou pro biblioterapeutickou praxi. Projekt vznikl díky Petru Skyříkovi, který je jeho garantem. Na vytváření konečné verze vzhledu a obsahu webových stránek se podíleli také studenti Informačních studií a knihovnictví na Filozofické fakultě Masarykovy univerzity v Brně.

Stránky jsou přístupné nejen biblioterapeutům a speciálním pedagogům, ale také veřejnosti.¹¹¹ Databáze knih nabízí seznam literatury na konkrétní problematiku, téma, co čtenáře zajímá nebo s čím se aktuálně potýká. Můžeme zde nalézt literární texty orientované na psychické potíže, jako jsou úzkosti, poruchy osobnosti a chování, schizofrenie,

¹¹⁰Dlouhá punčocha – dobré knihy pro děti [online]. Copyright © [cit. 04.05.2022]. Dostupné z: <http://dlouhá.punčocha>

¹¹¹ BUBENÍČKOVÁ, Petra. Biblioterapie. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. s.23.

sebepoškozování a mnoho dalších. BiblioHelp nabízí také knihy pro čtenáře, kteří si procházejí životní změnou a hledají podporu při následujících krocích.

Vše je rozděleno do několika kategorií: Psychické problémy, Restart, Fyzické problémy a Audioknihy. Web disponuje knihami s nejrůznějšími typy žánrů. Čtenář si zde může vybrat z krásné i naučné literatury. Ke každé publikaci ze seznamu poskytuje anotace, věkovou kategorii a doporučení k jaké problematice je kniha vhodná.¹¹² Z tohoto portálu jsme pro děti vytypovali tyto tři knihy:

- Dítě je dítě (Brigitte Weninger)
- Devatero pohádek (Karel Čapek)
- Nedokončené pohádky (Zdeněk K. Slabý)

2.3 Funkce literatury a její terapeutické využití

Čapkova úvaha zaměřená na krásnou literaturu sděluje, že „*četba beletrie, krásné literatury, nějakým způsobem kompenzuje, vyrovnává to, čeho se člověku v dané situaci nedostává, co postrádá.*“¹¹³ Příběh a práce s ním tvoří základ biblioterapie. Je využíván ve čtené, psané i dramatické podobě. Jak již víme, literární text se vybírá na základě určité problematiky, kterou formuluje, dává prostor čtenáři na její uchopení a zpracování. Dále tu máme texty, jež mají klienta motivovat, pomáhat mu v jeho životních rozhodnutích. Jaké jsou čtenářské potřeby, formuloval, dle Rudolfa Lesňáka, Aleš Hamann v díle *Úvod do studia literatury a interpretace díla*. Nalezneme zde rozvržení do několika kategorií, z nichž jsem vybrala tyto možnosti v návaznosti na cíle biblioterapie zmiňované výše. Jedná se o kategorii *racionální, sociativní, etickou, emocionální*.¹¹⁴

Racionální kategorie: Do této kategorie spadá čtenář, který požaduje praktické užití v každodenním životě. S racionální kategorií se setkáváme i v biblioterapii. Pokud

¹¹² BiblioHelp - léčba knihou | www.bibliothelp.cz [online]. Copyright © 2009 [cit. 04.05.2022]. Dostupné z: <https://www.bibliothelp.cz/>

¹¹³ HAMAN, Aleš. *Literatura z pohledu čtenářů*. Praha: Československý spisovatel, 1991. s.7.

¹¹⁴ Tamtéž.

budeme pracovat s dospělým čtenářem, můžeme využít knižní sortiment z odvětví naučné literatury.¹¹⁵

Sociativní kategorie: Tato část je zaměřená na společenský život a jeho možné ovlivnění.¹¹⁶

Etická kategorie: Je zaměřena edukačním směrem, při této četbě dochází k hodnocení mravů v literárním příběhu.¹¹⁷

Emocionální kategorie: V tomto případě je stěžejní ztotožnění se s postavami příběhu (s hlavním hrdinou) nebo místem, kde se děj odehrává.¹¹⁸

Aleš Haman hovoří o beletristickém textu a jeho funkci ve dvou případech. Prvním je, když člověk cítí potřebu sebeuvědomění a druhým, když od textu požaduje sebezapomnění. Tyto situace vznikají pod vlivem prožitých náročných životních okamžiků či vzniklých dilemat a duševních rozporů.¹¹⁹ „Potřeba sebeuvědomění vyvstává v momentu, kdy člověk stojí před nějakým vážným rozhodnutím, nejčastěji v momentě, kdy má rozhodnout o svém dalším osudu, kdy má volit svou další životní dráhu, když je na rozpacích nebo když potřebuje bilancovat své dosavadní činy.“¹²⁰ Oproti tomu stojí sebezapomnění, které se podle Aleše Hamana vyskytuje především tehdy, když člověk „chce utéct“ od všední reality mezi fiktivní příběhy. Potřeba sebezapomnění může být vyvolána pocitem nejistoty, únavy nebo když čtenářovu mysl svírají starosti.¹²¹

Literární dílo je specifické tím, že, na rozdíl od obrazů, nepodává přímou estetickou vizualizaci, ale tento svět je čtenáři zprostředkován jazykovými symboly. Aby došlo k realizování literárního světa, čtenář musí znát jazyk, ve kterém je dílo psáno.¹²²

¹¹⁵ Tamtéž.

¹¹⁶ Tamtéž.

¹¹⁷ Tamtéž.

¹¹⁸ Tamtéž.

¹¹⁹ Tamtéž s.8.

¹²⁰ Tamtéž.

¹²¹ Tamtéž.

¹²² Tamtéž s.37.

3 Narativ

Dle Marka Turnera lze za narativní považovat i naše snění. Lidské myšlenky jsou tvořeny proudem těch nejrůznějších příběhů a událostí, co se již staly. Stávají se tak určitou formou naší zkušenosti a udávají směr našeho dalšího uvažování. Příběhy mohou být ovlivněné vnějšími reálnými faktory naší každodennosti nebo čistě fantazijní.¹²³ Existuje celá škála definic a pojetí narativu. Níže zmíněné možnosti, jak s narativem pracovat a definovat jej, jsou zvoleny s ohledem na zaměření mé bakalářské práce.

Lexikon teorie literatury a kultury definuje narativ jako „*soubor formálních anebo tematických znaků jímž se vyznačují vyprávění.*“¹²⁴ Zkoumání narativu je součástí kognitivních věd pracujících se získáváním informací a se způsoby, jak se tyto informace v mysli utvářejí a formují do konečného celku.¹²⁵

Ráda bych se také zmínila o systemickém přístupu narativu, jenž je založen na předpokladu, že „se děje“ z důvodu nějakého kontextu. Jedinec se stává součástí určitého systému, kultury, která ho ovlivňuje. S takovýmto pojetím se setkáváme například u narativní terapie a narativního koučování, kdy podstatu zmiňovaných metod tvoří klientův každodenní život a jeho subjektivní vnímání reality.¹²⁶ Touto problematikou se zabývají, mimo jiné, Vladislav Strnad a Alžběta Nejedlá, kteří poukazují na dva světy kultury. Jedná se o kulturu východu a kulturu západu. Tyto dva směry autoři nastínili následovně:¹²⁷ „*v západní kultuře převládá snaha cítit se dobře pomocí výkonu a spět k dokonalosti s cílem lepší budoucnosti, zatím co východní civilizaci charakterizuje snaha cítit se dobře v tom, co už nyní mám, případně přesvědčení, že vše, co bude, už bylo.*“¹²⁸ Tuto citaci jsem uvedla z důvodu potřeby různých možností a přístupů při hledání vhodné biblioterapeutické literatury pro každého konkrétního klienta, případně pro zvolení účelných postupů v narativním koučování.

Využitím příběhů v terapiích se zabýval německý psychiatr a neurolog Nossrat Peseschkian v knize Kupec a papoušek. Ve své terapeutické praxi uplatňoval svoji osobní

¹²³ Turner, Marek, 2005. *Literární mysl: o původu myšlení a jazyka*, Brno: Host, 2005 s.25.

¹²⁴ NÜNNING, Ansgar – Jiří TRÁVNÍČEK – HOLÝ Jiří ed. *Lexikon teorie literatury a kultury: koncepce – osobnosti – základní pojmy*. Brno: Host, 2006 s.538.

¹²⁵ MARGOLIN, Uri. *Kognitivní věda, činná mysl a literární vyprávění*. Přeložil Hynek ZYKMUND. Brno: Ústav pro českou literaturu AV ČR v nakl. Host, 2008. Theoretica. s.3.

¹²⁶ STRNAD, Vratislav – NEJEDLÁ Alžběta. *Základy narativní terapie a narativního koučinku*. Praha: Portál, 2014. s.25.

¹²⁷ STRNAD, Vratislav – NEJEDLÁ Alžběta. *Základy narativní terapie a narativního koučinku*. Praha: Portál, 2014. s.22.

¹²⁸ Tamtéž.

transkulturální zkušenost, kterou popisuje následovně: „*Pokusil jsem se spojit moudrost a intuitivní myšlenky Východu s novými psychoterapeutickými metodami Západu. Hravým charakterem a sepětím s fantazií, intuicí a iracionalitou stojí orientální příběhy ve zřejmém kontrastu k racionálním a technologickým modelům moderní průmyslové společnosti.*“¹²⁹ Nashromáždil několik příběhů z orientálního prostředí nápomocných řešení klientova osobního problému. Uvedený autor je považován za zakladatele pozitivní psychoterapie. „*Pozitivní psychoterapie realizuje požadavek vycházet z toho, jaký člověk je, nesnažit se ho přizpůsobit nějakému předem danému obrazu.*“¹³⁰ Příběh, podle názoru Nossrata Pesseschiana, měl posloužit jako zrcadlo. Identifikovat se nejprve s problémem, poté přichází následné nahlížení na klientovu problematickou situaci v zástupné formě příběhu. Příběh dále poskytuje modelovou situaci, ve které je popsána jedna z více možností řešení problému, také je nositelem prostředí z různých koutů světa, v nichž byly napsány. Příběhy mohou čtenáře seznámit nejen s tradicemi, ale dokáží i poukázat na jiné formy myšlení a řešení konfliktních situací.¹³¹

Četba literárního díla podle Uriho Margoliniho může recipientovi poskytnout „Aha efekt“, jenž se u čtenáře objevuje nejen při čtení, ale i při poslouchání nebo u sledování příběhu. Jedná se o moment, situaci, kterou čtenář zažil v předchozích dobách a momentálně čtený příběh mu poskytne náhlé „uvědomění si“ a „ztotožnění se“ se situací v příběhu.¹³² Pokud se na zmiňovaná fakta podíváme z biblioterapeutického hlediska, dopracujeme se k cílům biblioterapie, které nám může poskytnout biblioterapeutické čtení. Pro konkretizaci cílů bych zmínila například získávání náhledu na složitou životní situaci, upevňování kladných osobních postojů, životních hodnot vedoucích k rozvoji vlastní osobnosti i k poznání svého „já“, čímž může postupně docházet k minimalizaci rizikového či závadového chování u klienta.¹³³

Příběh je přítomný v našem každodenním životě, zasahuje do různých psychoterapeutických technik, jako je narativní psychoterapie, dramaterapie, terapie psaním a je rovněž součástí biblioterapie.

¹²⁹ PESESCHKIAN, Nossrat. *Kupec a papoušek: využití orientálních příběhů v psychoterapii : názorné příklady pro výchovu a sebeovlivňování*. Brno: Cesta, 1996. s.7.

¹³⁰ Tamtéž. s.5.

¹³¹ Tamtéž. s.25.

¹³² MARGOLIN, Uri. *Kognitivní věda, činná mysl a literární vyprávění*. Přeložil Hynek ZYKMUND. Brno: Ústav pro českou literaturu AV ČR v nakl. Host, 2008. s.3.

¹³³ Tamtéž. s.25.

3.1 Narativ terapie

U narativní terapie se setkáváme se dvěma koncepty, které ji utvářejí. Jedná se o naraci a sociální konstrukci.¹³⁴ David Paré postupy při narativní terapii popisuje jako práci s konkrétním postojem k realitě.¹³⁵ Michal White v příběhu vidí určitou mapu, která se utvářela postupem času.¹³⁶

Za další důležitý termín v uvedené oblasti je považována externalizace problémů. To znamená, že terapeutův klient neztělesňuje problém, ale že klient a problematická situace, ve které se momentálně nachází, jsou dvě odlišné věci. Terapeutovým úkolem je, aby klientovi vytvořil prostor, v němž se bude cítit komfortně a kde bude připravený řešit svoji situaci.¹³⁷

Terapeut zkoumá, pokládá otázky a snaží se porozumět klientovým přesvědčením, která mohou být zdrojem potíží.¹³⁸ Aby terapeut mohl porozumět klientovým problémům, je důležité umět dobře naslouchat. Bez naslouchání příběhu a bez empatie by bylo obtížné rozpoznat v klientově vyprávění „linku naděje, se kterou se na nás klient obrací o pomoc, a linku problémovou, která je důvodem jeho trápení“.¹³⁹ Jak probíhá proces naslouchání, jsem, dle Jill Freedmanové a Markéty Závěrkové, shrnula do následujících bodů:

1. Na základě klientovy perspektivy se terapeut pokouší zjistit, co ho vedlo k vyhledání pomoci.¹⁴⁰
2. Naslouchání pomáhá klientovi vytvářet novou identitu nebo získat zpět své staré já, které nebylo ovlivněno a potlačeno problémem.¹⁴¹

Nasloucháním příběhu by terapeut měl dávat klientovi pocit porozumění a sounáležitosti. Pokud chceme klientovi dobře porozumět, měli bychom naslouchat bez zainteresování naším

¹³⁴ FREEDMAN, Jill – COMBS, Gene. *Narativní psychoterapie*. Praha: Portál, 2009. Spektrum.s.19.

¹³⁵ Tamtéž.s.39.

¹³⁶ Tamtéž.s.34.

¹³⁷ Narativní Psychoterapie – Obecná koncepce. *Narativní Psychoterapie* [online]. [cit. 2022–10–03] Dostupné z: <https://www.narativnipsychoterapie.cz/home/obecná-koncepce-np?fbclid=IwAR16eBH-U7g5o36Ezo1OGOqr1SulzMKfI5d-5AAiMcvxario6MfIOK8nBo4>

¹³⁸ FREEDMAN, Jill – COMBS Gene. *Narativní psychoterapie*. Praha: Portál, 2009. Spektrum.s.56.

¹³⁹ ZÁVĚRKOVÁ, Markéta – HESOUN Jan – FRUMIN Chana Rachel. *Preferovaný příběh: jak být autorem svého života : první český průvodce narativní terapií*. V Praze: Pasparta, 2021.s.32.

¹⁴⁰ FREEDMAN, Jill a Gene COMBS. *Narativní psychoterapie*. Praha: Portál, 2009. Spektrum s.66.

¹⁴¹ ZÁVĚRKOVÁ, Markéta – HESOUN Jan – FRUMIN Chana Rachel. *Preferovaný příběh: jak být autorem svého života: první český průvodce narativní terapií*. V Praze: Pasparta, 2021 s.31.

světem, jinak nepochopíme vnímání klientovy reality. Důležitou roli hraje tedy i počáteční decentralizace terapeuta.¹⁴²

Dalším způsobem, s nímž narativní terapie pracuje, je pokládání otázek během terapie terapeutem. Je důležité, aby klientovi kladené otázky v něm nevyvolávaly jednoznačnou odpověď, aby byl pobízen své odpovědi rozvíjet a pokusil se vnímat nové možnosti plynoucí z položených otázek. Už samotné vyslovení otázek má podle Jill Freedmannové terapeutický vliv.¹⁴³ Protože tyto otázky jsou¹⁴⁴ „procesem rozšiřování a vyslovování „nevyřčeného“ - předkládáním, prostřednictvím dialogu, nových témat a příběhů, a vlastně vytvářením nových historií.“¹⁴⁵

Dále Jill Freedmanová popisuje naslouchání dekonstruktivní, odlišné od již zmiňovaného standardního naslouchání. V tomto procesu dochází k formování příběhu tak, aby jej klient vnímal ne jako již odžitý příběh. Podmíněný sociální konstrukcí, ale jako něco, co si klient vytváří sám. Dekonstruktivní naslouchání můžeme použít tehdy, když se při něm neaktivují bolestivé zážitky. Při dekonstruktivním naslouchání terapeut vnímá mezery příběhu tak, jako se dekonstruktivisté snaží vnímat nejednoznačnost slov i symbolů. Jacques Derrida popisuje, že je nemožné najít jediné správné stanovisko¹⁴⁶ „neboť každé vyprávění je plné mezer a nejednoznačností, aby ukázali, že oficiálně schválený nebo všeobecně přijímaný význam daného textu je pouze jedním z mnoha možných významů.“¹⁴⁷ Vyprávěný příběh terapeut proplétá mnohými dotazy také z důvodu odlišného vnímání významu pojmů, pro upřesnění faktů a minimalizaci vzniku nejasností.¹⁴⁸ Naslouchání, pokládání a zodpovídání otázek pomáhá rozvíjet příběh. Příběh může být plný příznivých očekávání, motivací do budoucna, ale i strachu a obav. Příběh je nejen součástí naší minulosti, kterou vyprávíme, ale také současnosti.¹⁴⁹

Při mapování cest narativní terapie jsem objevila zmínku o mezinárodní konferenci International Narrative Therapy and Community Work v Liverpoolu konané v roce 2003, kterou pořádali Dulwich Centre Publications a Centre for Narrative Practice z Manchesteru. Tato událost je zmíněná v Časopise pro psychoterapii Konfrontace, kde její průběh popisuje

¹⁴² Tamtéž.

¹⁴³ FREEDMAN, Jill – Gene COMBS. *Narativní psychoterapie*. Praha: Portál, 2009. Spektrum.s.66.

¹⁴⁴ Tamtéž.

¹⁴⁵ Tamtéž.

¹⁴⁶ Tamtéž. s.67.

¹⁴⁷ Tamtéž.s.68.

¹⁴⁸ Tamtéž.

¹⁴⁹ Tamtéž.s.97.

jeden ze účastníků, David Skorunka. Mezi přednášejícími na konferenci byl John McLeod, autor knihy *Narrative and Psychotherapy*. Ve svém díle pojednává, mimo jiné, i o vlivu narativu v různých terapeutických metodách. Dalším ze zúčastněných byl Michael White, jenž je považován, spolu s Davidem Epstonem, za jednoho ze zakladatelů narativního přístupu v psychoterapiích.¹⁵⁰

V českém prostředí se narativní terapií věnuje také Markéta Závěrková, která s Janem Hesounem a Chanou Rachel Frumin vydala v roce 2021 *Preferovaný příběh*, jenž čtenáře provede nejen postupem narativní terapie, ale také ho naučí, jak pracovat s jedinečností svého příběhu.

3.2 Narativní koučování

Pokud se podíváme na historické kořeny této praxe, zjistíme, že je můžeme sledovat podle Leni Wildflowerové v některých literárních žánrech. Například v *Hamletovi* Leni Wildflowerová popisuje rozhovor Hamleta a Horatia. Spatřuje zde jednu z metod uplatňující se v koučování, konkrétně jde o nabádání klienta, aby poslouchal sám sebe. V divadelní hře se jedná o tento moment:¹⁵¹ „*Hamlet: Ale nevěřil bys, jak je mi těžko u srdce... , Horacio: Jestli vám něco v mysli říká „ne“, poslechněte ten hlas.*“¹⁵²

Narativní koučování a narativní terapie jsou dvě odlišné věci. Může se ale stát, že narativní koučování začne přerůstat v terapii. Pokud se tak stane a kouč nesplňuje kvalifikaci v psychoterapii, neměl by s klientem dále pracovat (jako při terapeutickém sezení), měl by, případně, požádat o součinnost další odborníky a svoji činnost cíleně zaměřit pouze na koučování. Narativní koučink se převážně uplatňuje ve velkých firmách a bývá manažerům, ve většině případů, zadáván jejich nadřízenými. Pro kouče je také důležité, aby znal od zadavatele, co od mentorování požaduje a stanovené cíle. Narativní koučink se využívá například při potřebě pracovního rozvoje. Tak, jako v terapiích, i při těchto sezeních hraje velmi důležitou roli vytvoření bezpečného prostředí, ve kterém se klient bude cítit příjemně. Nejprve kouč, pokud je klient sdílný, poslouchá příběh zaměřený primárně na jeho pracovní postavení, kolektiv, výkonnost a pracovní naplnění. Ne vždy jsou klienti ochotni

¹⁵⁰ CZECH, Jan. *Konfrontace: Psychoterapeutický časopis*. Hradec Králové: Mach, 1990, roč.3, č.3, s.14.

¹⁵¹ WILDFLOWER, Leni. *Skrytá historie koučování*. Praha: Portál, 2015. s.20.

¹⁵² Tamtéž.

spolupracovat. V této praxi se mnohdy můžeme setkat při práci s dominantními, ale i se submisivními manažery, s neochotou spolupracovat.¹⁵³

Na rozdíl od terapie, musí kouč pracovat s velkým komplexem lidí a s jejich příběhy, jež jsou součástí firmy.¹⁵⁴ „*Firmy jsou sociální organismy s vlastní historií, přítomnou situací a vizemi do budoucna.*“¹⁵⁵ Firma je postavena na nepřetržité komunikaci, kdy se utvářejí a přetvářejí její vize do budoucna.¹⁵⁶ Co je tedy úkolem narativního koučování ve firmách? V první řadě se musí analyzovat a dekonstruovat profesní příběhy. Tyto příběhy, stahující se přímo k firmě, nazýváme¹⁵⁷ „*story circle*“.¹⁵⁸ Následuje nalezení a identifikování problému, řeší se na základě externalizace, popsané v kapitole Narativní terapie.¹⁵⁹ Kouč nepracuje pouze s „firemními příběhy“, ale i s takovými, jež jsou součástí každého z organizace, například se jedná o zábavné historky vyprávěné při různých příležitostech. Do okruhu příběhů dále můžeme zahrnout i takové, které jsou vázány na konkrétního člena firmy a sdělují se na základě jeho vztahu k organizaci, podmíněném pracovní smlouvou a pozicí.¹⁶⁰

3.3 Narativní biblioterapie

Narativní biblioterapie, nejedná se o pojem totožný s narativní terapií. Jak již víme, narativní terapie vychází z příběhů klienta, z jeho životního příběhu, jenž sděluje terapeutovi. Příběh se v průběhu terapií začíná formovat a na jeho základě se klient snaží o získání náhledu a utváří se jeho sebepojetí. V narativní terapii je tedy nejhlavnější klientův osobní příběh, na rozdíl od narativní biblioterapie, při níž se příběh nemusí přímo týkat klientovy osobnosti.¹⁶¹ „*Cíle narativní biblioterapie se tedy týkají spíše oblastí socializace, edukace a integrace klientovy osobnosti ve smyslu probuzení zájmu o dění kolem, posílení jeho sebevědomí, pozitivního působení emocí.*“¹⁶²

¹⁵³ STRNAD, Vratislav – NEJEDLÁ Alžběta *Základy narativní terapie a narativního koučinku*. Praha: Portál, 2014. s.41-42.

¹⁵⁴ Tamtéž. s.115.

¹⁵⁵ Tamtéž.

¹⁵⁶ Tamtéž.

¹⁵⁷ Tamtéž.s.130.

¹⁵⁸ Tamtéž.s.132.

¹⁵⁹ Tamtéž.s.130.

¹⁶⁰ Tamtéž. s.133.

¹⁶¹ SVOBODA, Pavel. *Biblioterapie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. s.61.

¹⁶² Tamtéž. s.62.

To, že psaní nebo vyprávění příběhu může mít terapeutickou funkci, zmiňoval již Jan Amos Komenský. Ve svém dopise, který byl adresovaný holandskému nakladateli Petru Montanovi, popisoval svoji zkušenost takto: „*Když temnoty béd houstly r.1623 a zdálo se, že není už naděje na žádnou lidskou pomoc či radu, zmítán úzkostmi a pokušením bez konce, volal jsem v hluboké noci k Bohu s nezvyklou horoucností; vyskočil jsem z lože, popadl bibli a modlil jsem se [...] Namátkou jsem otevřel Izaiáše, četl jsem jej se vzdycháním dál a dále, a jakmile jsem pocítil, že se zármutek rozptyluje, popadl jsem pero a začal jsem zapisovat, ať už pro budoucí potřebu vlastní, kdyby se ty hrůzy vrátily, aneb pro jiné.*“¹⁶³

Narativní biblioterapie se nejčastěji uskutečňuje ve skupinové podobě, kdy se předčítají celé knihy nebo jen její vybrané či oblíbené části. Přečtený text slouží k následujícím diskuzím, shodám a různým emočním prožitkům. Vzniklé emoce z přečteného jsou prohloubeny vzájemným sdílením s ostatními účastníky biblioterapie. Narativní biblioterapie může také být realizována na základě příběhů vytvořených samotnými klienty. Uvedené příběhy mohou jednak posloužit jako materiál ke stanovení klientových psychických potíží, nebo příběh zůstane v roli pomocné terapie, při ní může klient uvažovat nad jeho různými úpravami. Pozměňované příběhy dokáží zpestřit průběh biblioterapie, mohou inspirativně působit na další členy a svým autorům dokáží pomoci při zvyšování jejich sebevědomí.¹⁶⁴

V této souvislosti bych ráda navázala na zkušenost z dětského domova v Holicích, kde jsem mohla nahlédnout do krátkých povídek, jež si jedna dívka vytvářela a které jsou v jejím osobním vlastnictví. Pro lepší pochopení pokládám za důležité, alespoň okrajově, nastínit její životní příběh. Životní příběh byl parafrázován po prostudování materiálů z osobního spisu dívky, jenž je uložen v kanceláři ředitele Dětského domova Holice.

Kvůli ochraně osobních údajů bylo pozměněno jméno dítěte. Radka si prošla několika diagnostickými ústavami, kam byla umístěna na základě rozhodnutí soudu na žádost pěstounské rodiny pro své nezvladatelné chování v rodině. Dle slov pěstounky se jednalo o již druhou nezdařilou pěstounskou péči. Na doporučení psychologů a dalších odborníků se dětský domov měl stát dívčíným přístavem až do její zletilosti. Radka měla problémy s přijetím v kolektivu přibližně stejně starých dětí, byla odmítána nejen svými vrstevníky, ale i vlastní biologickou rodinou. Její chování bylo problémové, často vystupovala agresivně, mívala depresivní myšlenky, pro sebepoškozování a pocity méněcennosti byla řadu let v péči dětského

¹⁶³ HÁBL, Jan. *Učit (se) příběhem: Komenského Labyrint a didaktické možnosti narativní alegorie*. Brno: Host, 2013. s.49.

¹⁶⁴ SVOBODA, Pavel. *Biblioterapie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. s.62.

klinického psychiatra a psychologa. Přibližně po půl roce od svého umístění do dětského domova si Radka pořídila sešit a začala do něho psát a kreslit. Nejednalo se o žádnou terapeutickou metodu, kterou by jí doporučila její psycholožka, případně někdo z dalších odborníků, byl to jen její nápad, bavilo ji to a bylo jí při psaní a kreslení svých fantazijních příběhů dobře. Téměř celý rok tuto svoji činnost před svým okolím tajila, až jednoho dne ukázala své příběhy „tetě“ (vychovatelce z dětského domova), které důvěřovala. Radka velmi ráda četla, mezi její neoblíbenější knížky (později i filmy) patřily příběhy o Harrym Potterovi. Nebylo tedy žádným překvapením, že se tímto hrdinou nechala inspirovat i při svém psaní. Vypravěčem Radčiny povídek byla kouzelnice, převážně v povídkách převládala ich-forma. Uměla se přeměňovat a pomocí kouzelné hůlky zachraňovala jiné děti před různými fantazijními netvory, které jim chtěli ublížit, nebo je i zabít. Postavu čarodějnice Radka popisovala jako velmi mocnou a neohroženou. Měla pěkný dům, ve kterém měla spousty krásných šperků a šatů. Radčiny příběhy byly doplňované symbolistními obrázky. V době, kdy začala procházet transgender proměnou, se její příběhy i kresby změnily. Radka se narodila jako chlapec, ale cítila se být dívkou. Kvůli problémovému chování a následně i díky této změně Radka nebyla pozitivně přijímána ve svém okolí. V uvedeném období byly její příběhy plné násilí (i zabíjení) a kresby nahrazovala černými nebo červenočernými čaranicemi a napsanými vulgárními výrazy.

Jak Radka pracovala sama se sebou a s vlastní literární tvorbou, jsem, na základě získaných informací, zařadila do narativní biblioterapie, jež nabízí tvořivé procesy, které samy o sobě mají terapeutický vliv. Mohou se použít příběhy vlastní (z osobního života), příběhy doma připravené nebo úryvky z knih. Práce se zadaným literárním textem může účastníkům narativní biblioterapie posloužit jako warm-up technika, před zahájením vyprávění vlastního textu.¹⁶⁵

4 Čtení

Biblioterapie je založena především na práci s literárním textem. Pro její úspěšný průběh by měl biblioterapeut znát a zohledňovat klientovy preference v oblasti literatury.¹⁶⁶ Za další, neméně důležitý faktor, se považuje znalost systematického průběhu četby, uskutečňuje se osvojováním literárního díla čtenářem. V první řadě dochází k percepce, kdy je

¹⁶⁵ Tamtéž. s.65.

¹⁶⁶ BUBENÍČKOVÁ, Petra. *Biblioterapie*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. s.69.

čtenář obeznámen s textem. Následuje apercepce, kdy si klient tvoří své vlastní představy podmíněné přijímaným příběhem. Závěrečnými fázemi tohoto procesu jsou interpretace a konkretizace.¹⁶⁷ U interpretace dochází k tak zvané „komunikaci s textem, hledáme cestu k porozumění textu, odhalujeme skryté významy.“¹⁶⁸ S konkretizací textu se pracuje na základě hledání spojitostí se čtenářovým osobním životem a literárním obsahem.¹⁶⁹ Čtení lze popsat jako aktivitu socio-kulturní spojenou s knižním sortimentem a jeho emocionálním přisvojováním, které může být buď pozitivní nebo negativní. Čtení je ovlivněno mnohými faktory.¹⁷⁰ „Čtení nás socializuje i individualizuje, determinuje i osvobozuje od determinací; dostává nás pod kulturní tlak a zároveň nás z tohoto tlaku vymaňuje.“¹⁷¹ To, že čteme, je podmíněno tím, co od četby očekáváme, co chceme získat, respektive, jaký je cíl naší četby.¹⁷² Cíle i motivy četby hrají důležitou roli v oblasti biblioterapie.

5 Vypravěč

O vypravěče jako takového byl projevován zájem už v době Platónově a Aristotelově. Jejich představa vypravěče se zakládala na předpokladu systematického myšlení. Vyprávění se rozčleňovalo na zprostředkované (nalezneme v literárních textech) a nezprostředkované (využívané v dramatické tvorbě).¹⁷³ „Naratologové se ve většině shodují na tom, že existence vypravěče je dána samou existencí vyprávěného. Narativ je považován za komunikát, a tak jako má každé sdělení svého vysílatele (mluvčího), má každý narativ svého vypravěče.“¹⁷⁴

Máme velmi širokou škálu definic vypravěčů. Pro tuto část práce jsem se snažila vybrat jen definice takové, které by byly v souladu s vybranými knihami pro biblioterapeutickou praxi v dětském domově v Holicích. Nejprve bych ráda zmínila Homodiegetického vypravěče, jenž může být hlavní postavou příběhu. S tímto vypravěčem jsme se setkali například v příbězích Radky (narativní biblioterapie). Gérard Genett, takového

¹⁶⁷ Tamtéž.s.70.

¹⁶⁸ Tamtéž.

¹⁶⁹ Tamtéž. s.71.

¹⁷⁰ TRÁVNÍČEK, Jiří. *Čteme?: obyvatelé České republiky a jejich vztah ke knize : (2007)*. Brno: Host, 2008.s.28

¹⁷¹ Tamtéž. s.25.

¹⁷² Tamtéž s.28.

¹⁷³ NÜNNING, Ansgar – TRÁVNÍČEK Jiří –HOLÝ Jiří ed. *Lexikon teorie literatury a kultury: koncepce – osobnosti – základní pojmy*. Brno: Host, 2006 s.852.

¹⁷⁴ KUBÍČEK, Tomáš – Jiří HRABA L – BÍLEK. A. Petr. *Naratologie: strukturální analýza vyprávění*. V Praze: Dauphin, 2013. s.124

vypravěče nazývá autodiegetický.¹⁷⁵ V uvedeném modelu jsme se snažili s dětmi nad určitými pasážemi příběhu pozastavit a popovídat si s nimi o tom. Co by udělaly ony, kdyby byly postavou v příběhu, kdy jednala, podle nich, postava dobře, kdy se zachovala špatně? Také jsme se pokoušeli vyhledávat určitou podobnost příběhu s jejich různými konkrétními životními situacemi, vždy s ohledem na prožitá a nezpracovaná traumata. Dalším typem vypravěče je vypravěč Heterodiegetický neboli vševědoucí. Tento vypravěč se neúčastní příběhů, ale může poskytnout informace „o nevyslovených úvahách postav, o jejich motivacích a úmyslech nebo aby předvídal, jaké důsledky bude mít v budoucnu v ději právě přítomné jednání postav.“¹⁷⁶

Vyprávěné události se různě časově propojují. Vnímáním času dětmi se zabýval dětský psycholog Jean Piaget. Uvádí, že myšlení je ovlivněno kauzalitou, která je „nedílnou (inherentní) součástí naší paměti jako rekonstrukce minulosti, a tedy i toho, jak vnímáme čas“.¹⁷⁷ Kauzalita je dle Jiřího Trávnička přítomna i v příbězích. Díky ní dochází k návaznosti událostí a následnému uzavření příběhu. Jedna z možností, jak si kauzalitu vysvětlit je, zabývat se důvody, které vedly postavy k daným činům. Jiří Trávniček použil ukázkou z pohádky o Červené karkulce.¹⁷⁸ „Karkulka jde s košíčkem k babičce, protože má narozeniny. Vlk se Karkulky vyptává, protože se chce dozvědět, kam Karkulka jde.“¹⁷⁹ Bez zmiňovaného protože, by vlkovi a Karkulčiny skutky, dle Jiřího Trávnička, poztrácely smysl a my bychom nerozuměli příběhu.¹⁸⁰ I v biblioterapii může vyprávění tvořit její důležitou součást. Jiří Trávniček se ve svém díle *Vyprávěj mi něco* orientuje převážně na dětské posluchače a na jejich chápání vyprávěného příběhu. V jeho pojetí můžeme nalézt i shody s funkcí vyprávěného v souladu s biblioterapií. Jedná se o možnost sdílení příběhu s dalšími dětmi. S tímto se v biblioterapii setkáváme zejména v biblioterapii skupinové, podrobněji popisováno v předchozích kapitolách. Další možností funkce příběhu je, že tvoří most mezi vnitřním a okolním prostředím nebo může posloužit jako „prostředník“ mezi terapeutem a klientem (více v kapitole Rozdělení biblioterapie).

¹⁷⁵ Tamtéž.

¹⁷⁶ Tamtéž. s.127-128.

¹⁷⁷ TRÁVNÍČEK, Jiří. *Vyprávěj mi něco--: jak si děti osvojují příběhy*. V Příbrami: Pistorius & Olšanská, 2007. Scholares. s.19.

¹⁷⁸ Tamtéž. s.20.

¹⁷⁹ Tamtéž. s.21

¹⁸⁰ Tamtéž.

6 Imaginace

S pojmem imaginace jsou často spojované další termíny, a to především fantazie, představivost a obrazotvornost. Přesná konkretizace imaginace se problematizuje vzhledem ke kognitivním přístupům k uvedenému pojmu.¹⁸¹ Imaginace není jen součástí umělecké tvorby, ale je také produktem komunikací v rámci lidského jednání například během hovorové konverzace. Imaginace, jak již bylo naznačeno, se mnohdy objevuje při vnímání uměleckého díla nebo u poslechu hudby.¹⁸² Imaginace může mít také funkci únikovou od reálného světa.¹⁸³ Definice imaginace je podle Wolfganga Isera ovlivněná vědeckým směrem, diskursem, ze kterého je na ni nahlíženo. Jako příklad uvádí Adama Smitha, přístupujícího k imaginaci z pohledu humanistického. Imaginaci popisuje jako jistou formu sympatie umožňující se vcítit do druhého člověka.¹⁸⁴ Na imaginaci je často nahlíženo jako na aktivní, pasivní a řízenou. Pasivní představivost je charakteristická svou samovolnou a nezávislou projekcí myšlenkových obrazů. Oproti tomu aktivní a řízená imaginace je podněcována kreativní činností¹⁸⁵ Imaginace hraje svoji důležitou roli také v arteterapeutických technikách. Za průkopníka aktivní imaginace lze považovat Carla Gustava Junga.¹⁸⁶ „Každá imaginace či vizualizace začíná nejdříve relaxací. Poté má klient prostřednictvím nějakého příběhu či tématu možnost nahlédnout do svého nitra.“¹⁸⁷

Další možností, jak k imaginárnímu přistupovat, je jako ke hře. To je jeden z mnoha kognitivních přístupů nad zmiňovanou problematikou. Imaginace je v uvedeném příkladě podle Wolfganga Isera aktivována vnějšími subjekty. Je to „hra s instancemi, které ji aktivují – avšak tato hra není identická ani se záměry, kvůli kterým je rozehrána, ani s imaginárním, které se takto formuje. [...]“¹⁸⁸

¹⁸¹ ISER, Wolfgang. *Fiktivní a imaginární: perspektivy literární antropologie*. Přeložil Miroslav PETŘÍČEK. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2017. s.203

¹⁸² PAVELKA, Jiří. *Předpoklady literárního dorozumívání*. Brno: Masarykova univerzita, 1998. s.15

¹⁸³ Imaginace – Sociologická encyklopedie. [online]. Imaginace – Sociologická encyklopedie.[2022-10-11]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Imaginace>

¹⁸⁴ ISER, Wolfgang. *Fiktivní a imaginární: perspektivy literární antropologie*. Přeložil Miroslav PETŘÍČEK. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2017 s.206-207

¹⁸⁵

¹⁸⁶ MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha; 2014. s. 100-101.

¹⁸⁷ Tamtéž.

¹⁸⁸ Wolfgang Iser

Imaginace se považuje za důležitou součást několika druhů terapií, které se orientují na čtení literárních děl, na využití možné reflexe při skupinových sezeních její možné reflexe při skupinových sezeních, při psaní vlastních textů (deníky, dopisy, povídky), které nezastávají v biblioterapii jen funkci terapeutickou, ale zároveň podněcují tvořivost klienta.¹⁸⁹ Mimo biblioterapii se s imaginací můžeme setkat v Imagoterapii. Jedná se o to, že účastníci imagoterapie si představují různé obrazy a činnosti, vžívají se do postavy z přečteného literárního díla nebo filmové zpracování. I při této terapeutické metodě je nutné zohlednění klientových potřeb.¹⁹⁰ Při práci s textem se provádí analýza dějových okolností a řeší se vnitřní svět postav. Části díla se mohou dramatizovat. Při přehrávání díla nebo jeho částí se klienti vžívají do role hlavního hrdiny. Později se do terapie začlení dějový úsek, který není obsažen v textu. Klient tak pracuje se svojí představivostí a znázorňuje možnosti, jak by se hlavní hrdina mohl zachovat. S podobným přístupem se setkáváme i v dramaterapii při které hraje důležitou roli podle Sue Jeningsové dramatická představivost významná pro sociální konstrukci jednotlivce.¹⁹¹

Imaginace je přítomná také v Narativní psychoterapii, kde jsou její součástí osudové příběhy klientů, které vyvstávají z jejich osobních rozhovorů.¹⁹² Je tedy součástí u mnoha kognitivních terapií pracujících s přerámováním (reframing), při němž dochází k jinému pohledu nad určitou situací a je nápomocné při změně chování pomocí reinterpretace.¹⁹³

¹⁸⁹ MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha:., 2014. s. 201.

¹⁹⁰ KULKA, Jiří. *Psychologie umění*. Praha: Grada, 2008.

¹⁹¹ Tamtéž.

¹⁹² FREEDMAN, Jill – Gene COMBS. *Narativní psychoterapie*. Praha: Portál, 2009. Spektrum (Portál). s.108.

¹⁹³ Reframing is Therapy's Most Effective Tool, Here's Why - Talkspace. *Talkspace - #1 Rated Online Therapy, 1 Million+ Users* [online]. Dostupné z: <https://www.talkspace.com/blog/reframing-therapy-effective-tool/>

7 Pohádka a pohádkoterapie

Pohádky si prošly a stále ještě procházejí určitým vývojem. Jsou atraktivní. Na široké pole působnosti pohádky v kultuře poukazuje i etnografie. Konkrétně se tímto tématem zabývala folkloristka Dagmar Klímová a etnolog Jaroslav Otčenášek, spoluautoři literárního díla *Česká pohádka v 19. století*.¹⁹⁴ O pohádky se zajímá také etnolog Petr Janáček, který zkoumá původ nejen českých, ale i zahraničních pohádek. Rovněž popisuje faktory ovlivňující jejich tvorbu.¹⁹⁵

Pokusím se poukázat na možné uplatnění pohádky nejen v terapeutické praxi, takzvané pohádkoterapii, ale i na její přítomnost v každodenním, běžném životě. Důležitou funkci může mít její využití v různých typech institucionálních zařízeních. Dále v pohádkách mohou být čtenářům přiblíženy kořeny našeho kulturního dědictví.

Pro biblioterapeutické účely byly, a stále jsou, vytvářeny různé pohádky a příběhy zpracovávající konkrétní problematiku náročnou životní situací.

Vytvářením a cíleným využitím uvedených příběhů se v České republice zabývají například organizace Lumos a Salinger, z. s., jež se zaměřují na problematiku sociálně znevýhodněných a ohrožených rodin a dětí.

¹⁹⁴ KLÍMOVÁ, Dagmar – OTČENÁŠEK, Jaroslav *Česká pohádka v 19. století*. Praha: Etnologický ústav Akademie věd České republiky, 2012.

¹⁹⁵ Psychologie: dnes. 27. Praha 8: Portál, 2021.s.16.

7.1 Pohádka

Co si představíme, když se řekne pohádka? Možná příběh s dobrým koncem, kde se hlavní hrdina nebo hrdinka příběhu vydají na nelehkou cestu, během níž musí překonávat různé překážky. Dobro svádí nelehký boj se zlem, ale vše nakonec dobře dopadne. Tak osobně vnímám já, a pravděpodobně i většina populace, když se řekne pohádka. Je ale tomu skutečně vždy tak? A jakou zaujímá pohádka úlohu v terapii? Na to se pokusím nalézt odpovědi.

Pohádky můžeme rozlišit na ty uměle vymyšlené a na pohádky folklorní. Dle Michala Černouška nestaví moderní pohádky dobro a zlo do jednoznačných a konkrétních pozic. Rozlišování dobra a zla je podle autora důležité pro dětskou mysl i zdravý psychický vývoj.¹⁹⁶

Pohádky a mýty neunikly pozornosti Léviho-Strausse. Stavěl je do vzájemného protikladu. Mýty „jsou uspořádány dle rigoróznější vnitřní logiky, náboženské ortodoxie a kolektivního očekávání.“¹⁹⁷ Naopak u pohádek Lévi-Strauss popisuje jejich větší volnost pro umělecké vyjádření. Jole Capiello McCurdy uvádí, že pro studium archetypů Marie Louise von Francz upřednostnila právě pohádky díky jejich neformálnosti ve srovnání s mýty. Marie Louise von Francz poukazuje, že pohádky mají díky svému strukturálnímu sestavení blíže ke kolektivnímu vědomí.¹⁹⁸ Mýty rovněž jako pohádky prostřednictvím symbolického jazyka znázorňují niterní konflikt.¹⁹⁹ Toho je docíleno pomocí událostí a jednajících postav.²⁰⁰ Podle Bruna Bettelheima pohádky dítěti odkrývají v příběhu skutečnosti jak pozitivní, tak i negativní, s nimiž se může setkat ve svém životě. Sdělují, že i přes nepřízeň osudu je důležité jít si za svými sny. Zároveň „pohádkové příběhy dítěti slibují, že odváží-li se pustit do tohoto hrůzyplného a úmorného hledání, přijdou mu na pomoc dobrotivé síly a ono uspěje.“²⁰¹ Bettelheimovo uvedené pojetí je podstatné pro formování identity dítěte.

Pohádky velmi nenápadně naznačují, jak je možné obtížné životní situace řešit. Díky jemnému přístupu, slovy Bruna Bettelheima, „se ani to nejmenší dítě necítí nuceno jednat nějakým zvláštním způsobem a nikdy si nemusí připadat méněcenné. Pohádka, aniž by cokoliv

¹⁹⁶ ČERNOUŠEK, Michal. *Děti a svět pohádek: kouzlo vyprávěného slova*. Praha: Portál, 2019. s.21–22.

¹⁹⁷ STEIN, Murray – CORBETT, Lionel ed. *Příběhy duše: moderní jungiánský výklad pohádek*. Brno: Emitos, 2007. s.16

¹⁹⁸ BETTELHEIM, Bruno. *Za tajemstvím pohádek: proč a jak je číst v dnešní době*. Přeložil Lucie LUCKÁ. Praha: Portál, 2017. s.35.

¹⁹⁹ STEIN, Murray – Lionel CORBETT, ed. *Příběhy duše: moderní jungiánský výklad pohádek*. Brno: Emitos, 2007. 25

²⁰⁰ BETTELHEIM, Bruno. *Za tajemstvím pohádek: proč a jak je číst v dnešní době*. Přeložil Lucie LUCKÁ. Praha: Portál, 2017. s.32.

²⁰¹ Tamtéž.

vyžadovala, uklidňuje, dává naději do budoucnosti a slibuje šťastný konec.“²⁰² V pohádkách dochází k vytváření identifikačních vzorů, které „dítě neprovádí na základě rozpoznání zla a dobra ani na základě sympatií nebo antipatií. Malé děti totiž ani pořádně neví, co je dobro a co je zlo.“²⁰³ Identifikace dítěte s pohádkovou postavou je umožněna díky srozumitelnému, prostému chování hlavních hrdinů. Podle Michala Černouška dítě promítá svoji mysl do příběhu a rozmýšlí se, jaké postavě by se chtělo podobat. Pomocí tohoto procesu dochází k cílené identifikaci.²⁰⁴ Rovněž Kateřina Homolová považuje za důležité, aby se dítě mohlo vcítit do pohádkového příběhu jako takového nebo do jeho postav. Klade důraz i na srozumitelnost vzájemných vazeb literárních postav, díky čemuž by mělo dojít k určitému poučení, které si následně můžeme aplikovat v běžném životě.²⁰⁵

Ne všechny pohádky splňují daná kritéria a mnohdy se stávají jen pouhým rozptýlením od všední každodennosti.²⁰⁶ Pohádkový svět děti nepřijímají pouze z čtené či předčítané literatury, ale také pohádku sledují prostřednictvím filmového zpracování. Dle filmového kritika Mojmíra Sedláčka je některým současným literárním a filmovým pohádkám vytýkáno, že ztvárněné negativní síly v těchto příbězích ztrácejí na svém prvořadém významu a zlo není spravedlivě potrestáno. Zároveň ale tvrdí, že pro současného dětského diváka by nebylo nejvhodnější předložit mu pohádky v takové formě, jak je zaznamenali a vydali bratři Grimmové. Zřejmě nejznámější aktuální filmovou tvorbou cílenou na dětského diváka je Disney. Upravování a vynechávání mnohdy drastických scén mělo podle Mojmíra Sedláčka neblahý dopad na děj pohádky.²⁰⁷ Podotýká, „že z mnoha současných pohádek v podstatě vymizelo zlo v pravém slova smyslu.“²⁰⁸ Záporné postavy v „dnešních“ pohádkách nejsou spravedlivě potrestány. Naopak v moderní tvorbě „převažuje prozření, usmíření a napravení, relativizující přítomnost zla ve světě“²⁰⁹ a tím tak pohádka ztrácí na své polarizující příběhovosti. Souběžně ale dochází ke vzniku mnoha nových pohádkových pořadů, jenž bývají tvořeny ve spolupráci s psychology tak, aby splňovaly již výše zmíněná kritéria a náležitosti, jež by pohádka měla ze sociálního i kulturního hlediska dětem předat. Pohádky

BETTELHEIM, Bruno. *Za tajemstvím pohádek: proč a jak je číst v dnešní době*. Přeložil Lucie LUCKÁ. Praha: Portál, 2017. s. 35–36.

²⁰³ ČERNOUŠEK, Michal. *Děti a svět pohádek: kouzlo vyprávěného slova*. Praha: Portál, 2019. s.23.

²⁰⁴ Tamtéž. 23–24.

²⁰⁵ HOMOLOVÁ, Kateřina. *Uživatelská propedeutika*. Opava: Slezská univerzita v Opavě, Filozoficko-přírodovědecká fakulta v Opavě, Ústav bohemistiky a knihovnictví, 2010. s.56.

²⁰⁶ BETTELHEIM, Bruno. *Za tajemstvím pohádek: proč a jak je číst v dnešní době*. Přeložil Lucie LUCKÁ. Praha: Portál, 2017. s.36.

²⁰⁷ *Psychologie: dnes*. 27. Praha 8: Portál, 2021.s.31.

²⁰⁸ Tamtéž.

²⁰⁹ Tamtéž.

nejsou pouze nositelem kultury a tradic, poskytují také reflexi umělecké tvorby a společenského vývoje.²¹⁰

V kapitole Biblioterapie v literární kultuře jsem popisovala několik webových portálů, jenž nám usnadňovaly výběr knih pro děti. Příběhy byly voleny také s ohledem možné budoucí práce s nimi. Pro znázornění, jak byly některé příběhy vytipovány, bych ráda uvedla dva příklady ze souboru pohádek *Sedmihlavá víla* od Ervina Lázára.

7.1.1 Jak byl zajíc soudcem

Příběh byl zvolen v rámci práce s kolektivem dětí. Spravedlivost, rovnocenné jednání bylo jedním z bodů, neboť to děti považovaly ve svém životě za velmi důležité. Někdy se ale stávalo, že vychovatelé a sociální pracovníci museli řešit povýšené chování některých dětí nad jinými, zejména mladšími nebo jinak znevýhodněnými dětmi (s mentálním či tělesným handicapem).

Pohádka vypráví o nespravedlivém chování při soutěži, kdy mezi sebou soutěžila dvě zvířata, a to mravenec a opice. Charakteristické rysy v chování pohádkové opice vůči mravenci byly nadřazené a netolerantní. Dobírala si jej kvůli jeho vzrůstu, nechtěla mu dovolit chodit po stejném území jako ona. Stěžejní v tomto příběhu bylo, když jí mravenec odvětil, že má stejná práva pohybovat se na daném území jako ona. Díky tomu mezi oběma stranami došlo ke konfliktu, jenž byl řešen soutěží. Pravidla soutěže stanovila mravenci nadřazená opice. První kolo bylo pro mravence i přes veškerou jeho snahu nemožné splnit, a tak pro něj nastala situace, kdy se cítil ponížený s převládajícími pocity méněcennosti a studu.²¹¹ Vychovatelé si s dětmi povídali o vzájemném respektování a o tom, jak se měla opice vůči malému mravenci chovat. Rovnováhu do příběhu vnesl zajíc a to tak, že byla vyhlášena nová soutěž s jinými pravidly individuálně přizpůsobenými postavám v příběhu. Zajíc byl podle dětí „ten spravedlivý“ a pomohl jim vyřešit jejich potíže. Jednou z myšlenek dětí také bylo obrátit se na nestranného člověka a nebát se říci si o pomoc.²¹²

²¹⁰ Tamtéž. s.32

²¹¹ LÁZÁR, Ervin. *Sedmihlavá víla*. Přeložil Kateřina ŠRUBAŘOVÁ, ilustroval Jacqueline MOLNÁR. [Praha]: Malvern, 2021 s. .9 –14.

²¹² Tamtéž.

7.1.2 Ctižádnostivý kos

Příběh byl vybrán v souladu s jedním stále aktuálním tématem, které děti často řešily. Jednalo se o přátelství a také o to, jak mnohdy smýšlejí samy o sobě. Dalším tématem byl vzhled a přijímání sebe sama.

Děj je zasazen do prostředí lesa plného ptactva, v němž je hlavní postavou příběhu Kos černý, který nebyl spokojený s tím, jak vypadá. Chtěl se vyrovnat ostatním ptačím obyvatelům lesa. Svoji frustraci dával najevo „naštvaným chováním“ a řešení své nespokojenosti viděl v přebarvování svých peříček na jiné pestrobarevné barvy. Téma přátelství v příběhu je znázorněno postavou malého kluka, který si přišel do lesa hledat ptačího kamaráda. Kos černý se s ním chtěl kamarádit, a proto se ho opakovaně snažil zaujmout všemi možnými barvami a čas běžel. Několikrát chlapce oslovil s nabídkou přátelství. Chlapec mu ale odvětil, aby se nezlobil, ale že hledá přítele, kosa černého, s nímž se kdysi viděl a který byl na něho moc hodný a milý. Ale s přebarveným peřím kosa nepoznal. Nakonec vše dobře dopadlo, chlapec a kos se stali přáteli, ale ztracený čas, kdy se kos chtěl stát „krásným ptákem“ už jim nikdy nikdo nenahradí.²¹³ Z toho děti usuzovaly, že se nevyplácí „hrát si na někoho jiného“ a že v přátelství by neměl být důležitý vzhled, ale to, jaký člověk doopravdy je. Rovněž se řešila problematika „ztraceného času“.

²¹³ LÁZÁR, Ervin. *Sedmihlavá víla*. Přeložil Kateřina ŠRUBAŘOVÁ, ilustroval Jacqueline MOLNÁR. [Praha]: Malvern, 2021. 102–110 s.

7.2 Pohádkoterapie

Počátky pohádkoterapie nalzááme už v dávném hinduistickém léčitelství. Léčitelé předkládaly člověku trpícímu psychickými problémy pohádky, nad kterými se měl zamýšlet a meditoval.²¹⁴ „Předpokládalo se, že rozjímáním nad příběhem narušená osoba odhalí povahu slepé uličky, v níž uvízl její život, i možnost řešení.“²¹⁵ V současné době se s podobou uvedeného pojetí setkáváme u termínu kontemplace, který Kateřina Homolová popisuje jako „soustředěné přemýšlení čtenáře či posluchače ponoření se do sebe až rozjímání, hloubání a přemítání.“²¹⁶ Pohádkový příběh byl považován za léčivý jen tehdy, když konfliktní situace v pohádkovém příběhu ovlivnila pacientovu dosavadní životní situaci. Mělo dojít ke konfrontaci s pohádkovou zápletkou, s těžkostmi, se kterými se hlavní hrdina potýkal a s pacientovým současným duševním problémem.

Pohádkové „léčivé“ příběhy podle Bruna Bettelheima mají dávat pouze prostor pro relaxaci a odproštění se od vnějšího světa. „Pohádka zcela zřejmě nevyovídá o vnějším světě, i když třeba docela realisticky začíná a je protkána rysy každodennosti.“²¹⁷ Zmiňované rysy každodennosti jsou důležité i pro tvorbu současných pohádkoterapeutických příběhů. V dnešní pohádkoterapii se setkáváme s možností, kdy pedagogové, knihovníci a jiní, mohou vytvořit pohádkový příběh, jenž je napsán na základě aktuálního problému, s nímž se jedinec potýká.²¹⁸ Pohádka, nejen v terapiích, nemá nutit čtenáře, aby přijímal konkrétní modelové situace chování, ale aby si našel svůj vlastní přístup k danému konfliktu.²¹⁹

Podstatnou roli při konání pohádkoterapie hraje nejen vhodně zvolený příběh, ale i příjemné prostředí a pocit bezpečí.²²⁰

²¹⁴ BETTELHEIM, Bruno. *Za tajemstvím pohádek: proč a jak je číst v dnešní době*. Přeložil Lucie LUCKÁ. Praha: Portál, 2017.s.34.

²¹⁵ Tamtéž.

²¹⁶ HOMOLOVÁ, Kateřina. *Uživatelská propedeutika*. Opava: Slezská univerzita v Opavě, Filozoficko-přírodovědecká fakulta v Opavě, Ústav bohemistiky a knihovnictví, 2010. s. 56.

²¹⁷ BETTELHEIM, Bruno. *Za tajemstvím pohádek: proč a jak je číst v dnešní době*. Přeložil Lucie LUCKÁ. Praha: Portál, 2017.s.34.

²¹⁸ Čtenář – Pohádkoterapie a její aplikace – Středočeská vědecká knihovna v Kladně. *Středočeská vědecká knihovna v Kladně – Středočeská vědecká knihovna v Kladně*[online]. Copyright © 2017 svkkl.cz [cit. 10.11.2022]. Dostupné z: <https://www.svkl.cz/en/ctenar/clanek/2389>

²¹⁹ BETTELHEIM, Bruno. *Za tajemstvím pohádek: proč a jak je číst v dnešní době*. Přeložil Lucie LUCKÁ. Praha: Portál, 2017.s.34.

²²⁰ Čtenář – Pohádkoterapie a její aplikace - Středočeská vědecká knihovna v Kladně. *Středočeská vědecká knihovna v Kladně* [online]. Copyright © 2017 svkkl.cz [cit. 10.11.2022]. Dostupné z: <https://www.svkl.cz/en/ctenar/clanek/2389>

Výše zmíněná organizace Salinger ve spolupráci se střediskem Stopa čápa a s autorkou Petrou Pávkovou vytvořily a zpřístupnily, nejen odborné veřejnosti, Příběh veverky. Uvedený příběh a další tematicky podobné materiály se vytvářejí v rámci transformace systému péče o ohrožené a sociálně znevýhodněné děti. Příběh je zasazen do problematiky drogově závislých rodičů a následné pěstounské péče.

7.2.1 Příběh veverky

Děj se odehrává na základě personifikace veverčí rodiny, které se narodí malá veverka. Zpočátku se o malou veverku oba rodiče dobře starají, a to až do chvíle, než propadnou drogové závislosti. To je v příběhu nastíněno tak, že otec najde v lese červené bobule, po kterých se cítí šťastný, následně závislosti podlehnou i matka. Když už veverčí rodiče nemají pod kontrolou péči o svého potomka, na scéně se objevuje liška, která zprostředkovává přesun malé veverky z nefunkční biologické rodiny do pěstounské péče králičí rodiny. Ti se začnou o malou veverku láskyplně starat. V příběhu je popsán i stesk po veverčiných rodičích. Pěstounští rodiče si s malou veverkou povídají o její biologické rodině a vzpomínají na ně. Pokud to situace dovolí je důležité nezapomínat na své kořeny.²²¹

Veverčí příběh byl cíleně vytvořen pro potřeby sociální práce s dítětem při náročných životních situacích, když dochází k vyjmutí dítěte z jeho přirozeného prostředí. Je důležité připravit jej na nelehkou změnu v jeho životě. Uvedený příběh dává prostor dítěti vhodnou formou nahlížet na vlastní situaci a seznámit se s ní prostřednictvím příběhu.

²²¹ SOS vesničky | Pomoc ohroženým dětem [online]. Copyright © [cit. 10-11-.2022]. Dostupné z: <https://www.sos-vesnicky.cz/app/uploads/2021/06/pribeh-veverky.pdf>

8 Drama a dramaterapie

Tak jak ostatní výše zmiňované terapie si i dramaterapie prošla svoji dlouhou vývojovou cestou do podoby takové, jakou ji známe dnes. Její základ je tvořen na cíleném užívání divadelních metod.²²² Z tohoto důvodu pokládám za důležité zmínit divadelní, dramatické historické počátky až k současné dramaterapii. „*Drama je schopno žít dvojitým životem: jednak jako literární dílo dialogického charakteru, jednak jako podstatná složka divadelního díla (inscenace).*“²²³ Se čtením divadelního textu a následné jeho interpretace se můžeme setkat mimo jiné i u pedagogického směru u které ho jsou uplatňované divadelní funkce.²²⁴ Této tématice se například věnuje Radek Marušák drama podle autora odkazuje k určitému fiktivnímu narativnímu příběhu ve kterém dominuje „*psychofyzické jednání.*“²²⁵ Cílem dramaterapeutické výchovy je učit studenty jednat v určitých situacích, prozkoumávat sociální vztahy, zkoušet si hraním různé osobnostní role, hodnotit, reflektovat u ostatních jejich dramatické inscenace a na nakonec diskutovat nad jejich získanými poznatky.²²⁶

Divadelní představení zachycuje podle Sue Jenningsové životní otázky. Nahlížíme na herce, jak se v konkrétních situacích jednají. Naše jednání, vyjadřování se odvíjí od našich zkušeností a „*dramatické imaginaci*“²²⁷ Dramatická představivost udává směr našeho jednání. Těmito představami si vytváříme v našich myšlenkách možnou skutečnost, jenž by mohla nastat. Časté navštěvování divadla má pozitivní vliv na vyjadřovací schopnosti a také může zlepšovat komunikaci mezi lidmi.²²⁸

²²² MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha: Grada, 2014. Pedagogika (Grada).s.132.

²²³ HOŘÍNEK, Zdeněk. *Drama, divadlo, divák*. 3. vyd. Brno: Janáčkova akademie múzických umění v Brně, 2012.s.5.

²²⁴ MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha: Grada, 2014. Pedagogika (Grada).s.133.

²²⁵ MARUŠÁK, Radek. *Literatura v akci: metody dramatické výchovy při práci s uměleckou literaturou*. V Praze: Akademie múzických umění, 2010.s.36.

²²⁶ Tamtéž. s.36-37.

²²⁷ JENNINGS, Sue. *Úvod do dramaterapie: divadlo a léčba: Ariadnina nit*. Praha: Asociace dramaterapeutů České republiky v nakl. Jalna, 2014. s.35.

²²⁸ Tamtéž. s.27.

8.1 Drama

Divadlo, tanec a hudba pomáhá zlepšovat psychickou stabilitu jedince. To bylo známé již u Staroegyptanů ve třetím tisíciletí. Divadlo disponuje mimo jiné také funkcí estetickou. Estetický zážitek byl zprostředkován v Athénách například v divadle Dromokaiton v němž se každá rok konalo představení psychiatricky nemocných lidí.²²⁹ Historické počátky pro současné evropské divadlo jsou nalézány v řeckých antických dobách, v nichž se začaly poprvé utvářet hlavní dramatické divadelní žánry, jako tragédie, která se začala formovat v 6. století před Kristem a následně komedie.²³⁰

První historickou známou studií pojednávající o řeckém dramatickém básnictví sepsal Aristoteles pod názvem Poetika. O tragédii se Aristoteles vyjadřuje jako o napodobování herci životních událostí.²³¹ V dramatickém příběhu sledujeme, pomocí jednajících postav a jejich činů, kam onen příběh směřuje a jaký je cíl inscenace. To je podle Aristotela jednou z podstat dramatu.²³² Další velmi důležitou funkcí je funkce duševního očištění neboli katharse, na kterou se neodvolává pouze dramaterapie ale také biblioterapie. Ke katarzi dochází v situaci, kdy divák soucítí s divadelní postavou a projevuje o ni obavy. Vyvolané emoce nad postavou jsou umocněné tím jak hrdina postupně „upadá ze štěstí do neštěstí pro nějakou vinu.“²³³ Jeho charakterní vlastnosti nejsou pouze dobré, zároveň ani špatné. Postava se pohybuje na určitém středu mezi těmito vlastnostmi.²³⁴ Tím je divadelní postava podle Zdeňka Hoříňka divákovi blízka. Zároveň v inscenovaném osudu divák může spatřovat skutečnost, že i jemu by se mohlo stát něco podobného.²³⁵ „Účinek tragédie, budící v divákovi soucit s neštěstím tragického hrdiny a skrze něj i bázeň z vlastního možného neštěstí vrcholí v tragické katarzi, v očištění škodlivých vášní.“²³⁶ Katarze je Aristotelem chápána jako možnost, v níž se dotyčný „léčí“ sám pomocí svých vlastních psychických sil. Tyto myšlenky byly prokázány například u kolektivní psychoterapie.²³⁷

²²⁹ MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha: Grada, 2014. Pedagogika. s.132.

²³⁰ HOŘÍNEK, Zdeněk. *Drama, divadlo, divák*. 3. vyd. Brno: Janáčkova akademie múzických umění v Brně, 2012 .5.s.

²³¹ Tamtéž 10 s.

²³² ARISTOTELÉS. *Aristotelova kniha O básnictví*. 2. vyd. Přeložil Pavel Julius VYCHODIL. V Brně: P.J. Vychodil, 1892. s.16.

²³³ HOŘÍNEK, Zdeněk. *Drama, divadlo, divák*. 3. vyd. Brno: Janáčkova akademie múzických umění v Brně, 2012.s.9.

²³⁴ Tamtéž.

²³⁵ Tamtéž.

²³⁶ Tamtéž.

²³⁷ Tamtéž.

Vedle tohoto psychologického pojetí si katarze nachází i své místo etické. Divák vlivem na nahlížení tragického osudu postavy či postav, si uvědomuje dopady jejich pohnutku a činů, během příběhu se ztělesňuje ono provinění, divák tak získává náhled poznávací.²³⁸ Co je ale pro drama nejpodstatnější je ucelený děj mající začátek, střed a konec.²³⁹ Znázorněné události v dramatu by měli v divákovi vzbuzovat různé emoce. Může se jednat o strach nebo soucit tyto emoce kdy Aristoteles pojednával o tragédii, byly jedny z nejpodstatnějších. Divák soucítí s tím, komu se dějí neprávem špatné události.²⁴⁰

8.2 Dramaterapie

Dramaterapie je především „uměleckou terapií.“²⁴¹ Jejím cílem by nemělo být přílišné psychologické analyzování. Podle Sue Jenningsové to může mít negativní dopad na průběh dramaterapie. Pokud by dramaterapie byla vedena čistě jako psychoterapie, musí se nejprve analyzovat jednání zúčastněných. To má ale následně dopad na zpomalení klientova tvůrčího procesu. Který je podle Sue Jenningsové nejpodstatnější.²⁴²

Podle Milana Valenty, který se v České republice zajímá o dramaterapii májí některé dramaterapeutické prvky spojitost s dávnými rituálními technikami. Tuto spojitost popisuje v hraní různých rolích, do kterých se účastník rituálu či dramatické inscenace vžívá. Další společnou technikou je symbolické vyjadřování, přítomné jak v rituálech, tak dramaterapii.²⁴³ Hraní v rituálních činnostech je součástí mnoha kultur. „*Profesor Landy (1985) uvádí příklady rituálního nakládání s loutkou, která se v praktikách voodoo, představuje nepřítele a rituální násilí na ní prováděné představuje přání zničit nepřítele. Stejná symbolika provází i další rituální úkony – vogulská vdova pečuje o loutku zastupující jejího zemřelého manžela, čipejanská matka si taky vytvoří náhražku svého mrtvého syna a hovoří k ní, jako by to bylo dítě apod.*“²⁴⁴

²³⁸ Tamtéž.

²³⁹ ARISTOTELÉS. *Aristotelova kniha O básnictví*. 2. vyd. Přeložil Pavel Julius VYCHODIL. V Brně: P.J. Vychodil, 1892. s.16.

²⁴⁰ Tamtéž.22.

²⁴¹ JENNINGS, Sue. *Úvod do dramaterapie: divadlo a léčba: Ariadnina nit*. Praha: Asociace dramaterapeutů České republiky v nakl. Jalta, 2014. s.26.

²⁴² Tamtéž. 26-27. s.

²⁴³ VALENTA, Milan. *Dramaterapie*. 4., aktualiz. a rozš. vyd., V nakl. Grada 2. Praha: Grada, 2011. Psyché s.74.

²⁴⁴ Tamtéž.

Při těchto rituálních praktikách dochází ke dramatizaci, protože jedinec nebo skupina si pomocí těchto replik, symbolických prostředků, utvářejí svůj vlastní obrazný svět.²⁴⁵

Je několik způsobů jak k dramaterapii, respektive k jejímu zahájení přistupovat. Nejprve je ale dobré klienta seznámit, jak dramaterapie bude probíhat a co od ní klient sám očekává.²⁴⁶ Dramaterapie může být i individuální, tak se postupuje v případě, kdy se klient bude postupně začleňovat do dramaterapeutické komunity.²⁴⁷

Například před začátkem dramaterapie Steve Mitchell pracuje se svými klienty za pomoci techniky Mapy života.²⁴⁸ Ta probíhá tak, že klient po dobu deseti minut kreslí na papír v symbolických obrazech, co je pro něj v životě podstatné. Poté jsou kresby převedeny do příběhu ve třetí osobě, který vypráví sám klient.²⁴⁹ Za pomoci zmiňované terapeutické metody se klienti učí mít kontrolu nad svými pocity, trénují své rétorické schopnosti, upevňují si svojí osobnostní identitu a v neposlední řadě dramaterapeutická cvičení podporují jejich obrazotvornost a soustředění.²⁵⁰ Dramaterapie má za cíl pomoci lidem, aby sami v sobě hledali „léčebné prostředky“ které podle Sue Jenningsové některé psychoterapeutické metody ignorují a tím pádem mizí i učení se, jak sám se sebou pracovat.²⁵¹ Dramaterapie v dětském domově v Holicích nebyla uplatňována.

²⁴⁵ Tamtéž.

²⁴⁶ Tamtéž.s.76.

²⁴⁷ JENNINGS, Sue. *Úvod do dramaterapie: divadlo a léčba: Ariadnina nit*. Praha: Asociace dramaterapeutů České republiky v nakl. Jalna, 2014. s.28.

²⁴⁸ VALENTA, Milan. *Dramaterapie*. 4., aktualiz. a rozš. vyd., V nakl. Grada 2. Praha: Grada, 2011. Psyché. s.76.

²⁴⁹ Tamtéž.

²⁵⁰ MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha: Grada, 2014. Pedagogika.s.137.

²⁵¹ JENNINGS, Sue. *Úvod do dramaterapie: divadlo a léčba: Ariadnina nit*. Praha: Asociace dramaterapeutů České republiky v nakl. Jalna, 2014. s.28.

9 Poezie a poetoterapie

V této kapitole se pokusím vysvětlit uplatnění poezie v terapeutické praxi nazývané poetoterapie. Cílem bude ukázat na její historické počátky a následně na možné uplatnění v současnosti. Poetoterapie vznikala na základě častého zapojování poezie při terapeutických setkáních.²⁵² Důležitou roli v poetoterapii hraje práce s hlasem a využití básnických atributů.²⁵³ Při poetoterapii se nejčastěji používá poezie lyrická. Její počátky jsou datované už v dobách starověku, kdy mluvené nebo zpívané slovo bylo doprovázeno hrou na lyru.²⁵⁴ Jedním z dalších důvodů, proč se poezie začíná uplatňovat v terapeutických metodách, je její emocionální a estetické působení na člověka.²⁵⁵ Podle Karla Nešpora „*při léčbě poezií nejde o výsledek tvorby nebo o to, aby se někomu líbila. Poezie tu není cílem, ale průvodcem na cestě k sobě samému, k druhým lidem, ke světu i k tomu, co ho přesahuje.*“

9.1 Poetoterapie

Stejně jako biblioterapie je poetoterapie řazena do kategorie expresivních terapií. Mnohdy jsou zmiňované terapeutické metody spolu propojovány, ačkoliv se obě od sebe odlišují svým metodologickým přístupem. Pokud se zaměříme na rozdílnosti tak velmi jednoduše řečeno, hlavní doménou poetoterapie je práce s poezií. Oproti tomu, biblioterapie uplatňuje převážně prozaický text. Podle Pavla Svobody je u biblioterapie důležitá práce s dějovou linkou příběhu. Na rozdíl od poetoterapie, kterou terapeut může vést jako hru se slovy. „*Pro klienty by se měla stát nezávaznou, zábavnou, tvořivou a relaxační činností.*“²⁵⁶ Někdy se v poetoterapii používá předem zvolené téma, jež může být vybrané terapeutem nebo přímo účastníky poetoterapie. Téma by nemělo v klientovi nebo v celé skupině vyvolávat negativní emoce a nemělo by přesahovat intimní a emocionální hranice. Dále by také mělo být přizpůsobeno věkové a mentální příslušnosti zúčastněných.²⁵⁷ Ne každému vyhovuje četba či psaní poezie. Pro hladký průběh poetoterapie je důležité, aby terapeut poznal své klienty a vyhodnotil, jaká forma bude pro každého konkrétního klienta vhodná. Pro tyto účely Pavel Svoboda rozlišuje několik typů čtenářů: prvním typem čtenáře je takový, co vyhledává

²⁵²MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha: Grada, 2014. Pedagogika s.237.

²⁵³Tamtéž. s.240.

²⁵⁴Tamtéž.

²⁵⁵Tamtéž. s.241.

²⁵⁶SVOBODA, Pavel. *Poetoterapie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. s.39.

²⁵⁷Tamtéž s.88–89.

v textu jasnou posloupnost děje s přesně organizovaným rytmem a dějem poezie. Takového čtenáře Pavel Svoboda nazývá Konkrétním čtenářem. Následující čtenář je abstraktní čtenář. Ten při četbě poezie preferuje emocionální vnímání a zabarvení textu, posloupnost děje nevyhledává.²⁵⁸

Kořeny poetoterapie, rovněž jako u biblioterapie, jsou spatřovány v rituálních magických zpěvech. Dále Petr Hudlička uvádí poetoterapeutické prvky u japonského básnického útvaru haiku, psaného přibližně od 17. století. Aktuálnější pohled na poetoterapii je datován od roku 1928, kdy básník a lékárník Eli Greifer započal svoji cestu s projektem využití poezie v medicínském prostředí. Následně, díky jeho činnostem, byla v roce 1950 v psychiatrické nemocnici Creedmoor Psychiatric Center uskutečněna skupinová supervize s několika lékaři, která byla zaměřena na poetoterapii. Členem skupiny byl i Jack J. Leedy, jenž aktivně působil při vzniku Poetoterapeutické společnosti, dnes již známé pod zkráceným názvem NAPT (Association for Poetry Therapy).²⁵⁹

Poetoterapie nemusí být nutně uplatňována pouze v medicínské praxi, v níž klienti potřebují psychiatrickou pomoc. Její přítomnost je možné sledovat i v pedagogickém prostředí. Uvedenou problematikou se zabývají již zmiňovaný Pavel Svoboda a Oldřich Müller. Stejně tak jako biblioterapeutický text, tak i poetoterapeutický text má své konkrétní funkce, jimiž disponuje. Jedná se o funkci estetickou, relaxační, očištnou, léčebnou a sociální.²⁶⁰ Jak s básnickým textem pracovat popisuje Karel Nešpor ve své knize *Jóga, poezie, psychoterapie*. Nešporův individuální přístup k poezii nacházíme také v publikaci Oldřicha Müllera s názvem *Terapie ve speciální pedagogice*. První možností, jak s básnickými texty zacházet, je podle Nešpora prolistování nebo celé přečtení knihy a poté bychom ji měli uložit jako každou jinou knihu do knihovny. Následně se k ní čtenář může dle svých potřeb vracet a vybírat si verše takové jenž odpovídají jeho náladě. Druhým typem je číst si básně s osobou, která je čtenáři blízká. Mohou tak spolu vést rozpravy a nalézt stejné nebo odlišné pohledy vedoucí k diskuzi. Třetím přístupem je přístup magický, jenž spočívá na náhodném výběru textu. „*Nechte prst spočinout na libovolné řádce, aniž byste se před tím dívali na jaké. Přečtěte si tento text a přemýšlejte, zda a v čem a jak souvisí s vaší současnou situací, s vaším hledáním a vnitřním životem.*“²⁶¹ Poslední možností, jak k textu přistupovat, je meditativní přístup spočívající ve výběru básně, které chce čtenář porozumět. Nejde zde o porozumění

²⁵⁸ MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha: Grada, 2014. Pedagogika s.246.

²⁵⁹ VYBÍRAL Zbyněk - ROUBAL, Jan (eds.) *Současná psychoterapie*. s.538-539.

²⁶⁰ MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha: Grada, 2014. Pedagogika s.243.

²⁶¹ Tamtéž. s.244.

konstruktivní, ale intuitivní. V duchu si báseň čtenář může opakovat a prohlubovat tak svoji intuici. Zmiňovaná technika může být doplněna různými meditačními či relaxačními prvky.²⁶² Podle Pavla Svobody je možné k poetoterapii přistupovat jako ke hře se slovy. Tvrdí, že by v klientech měla podporovat tvořivost, odpoutání se od všední reality, ale zároveň by měla být nezávaznou a relaxační.²⁶³ Před zahájením poetoterapie terapeut seznámí účastníky s jejím průběhem. Pro úspěšnost je také potřebné, aby klientům bylo sděleno, že během terapeutických sezení nedochází ke klasifikaci, posuzování ani kritice vyjádřeného. Důraz je kladen na sebevyjádření. K navození tvořivosti při poetoterapii se mohou využít techniky brainstormingu. „*Brainstorming slouží k posílení vzájemné inspirace a ke vzájemnému optimálnímu hledání společných řešení, v našem případě tedy spíše poetických nápadů.*“²⁶⁴ Pro kladný výsledek poetického brainstormingu považuje Pavel Svoboda akceptování několika ústředních bodů.

1. Nejvhodnější počet je 6–12 účastníků.
1. Na výtvořiny ostatních má být nahlíženo bez jakékoliv negativní a nepříjemné reflexe.
2. Tolerance ostatních zúčastněných.
3. **U**pustit uzdu své fantazie – „*čím bláznivější nápad tím lepší výsledky.*“²⁶⁵
4. Terapeut pomáhá rozvíjet kreativní iniciativu klientů a udržovat pozitivní naladění skupiny.²⁶⁶

Ne vždy poetoterapie přinese výjimečné básnické texty plné inspirace, a ne vždy poetoterapie probíhá dle stanovených cílů. Velmi důležitá je ale klientova jakákoliv snaha o tvůrčí sebevyjádření.²⁶⁷

V současné době v České republice neexistuje žádné sdružení spojující terapeutů věnující se poetoterapii. Biblioterapie a poetoterapie bývá v České republice uplatňována převážně v pedagogickém, speciálně pedagogickém a zdravotnickém prostředí. V poetoterapii

²⁶² Tamtéž.

²⁶³ NEŠPOR, Karel. *Jóga, poezie, psychoterapie: (tušené světlo)*. Praha: Avatar, 1997. s.39.

²⁶⁴ SVOBODA, Pavel. *Poetoterapie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. s.34.

²⁶⁵ Tamtéž.

²⁶⁶ Tamtéž s.35.

²⁶⁷ Tamtéž.

se „klade důraz na využití léčebného psaní v pedagogice a osobnostním rozvoji.“²⁶⁸
Poetoterapeutické techniky při léčbě závislostí využívá například v Branickém sanatoriu Monika Plocová. Poetoterapie se může prolínat s dalšími expresivními terapiemi, například s arteterapií, kdy jsou básně součástí obrazných koláží nebo v dramaterapii, kdy je báseň prezentována pohybovou aktivitou.²⁶⁹

²⁶⁸VYBÍRAL, Zbyněk- ROUBAL, Jan ed. *Současná psychoterapie*. S.540.

²⁶⁹Tamtéž. s. 542.

10 Komiksy v biblioterapii

Cílem této kapitoly je popsat zejména komiksy, jejichž příběhy zaznamenávají autentické příběhy dětí, kterým byla nařízena ústavní výchova nebo které byly svěřeny do některé z forem náhradní rodinné péče. Jedná se o dokumentární komiksy s názvy *Silnější než někdo*, *Nebud' jako gadžo!*, *Lili a dvě mámy*, *To už je všechno smazaný* a *V jiném domově*.²⁷⁰ Komiksy byly tvořeny spolkem Ašta šmé založeným v roce 2008 a pod edicí *Nejisté domovy* vydávali v letech 2015 až 2017 uvedené dokumentární příběhy.²⁷¹ Projekt „*Ašta šmé sdružuje osoby z prostředí sociálních věd (kulturní antropologie, etnologie, romanistika) na straně jedné a umění na straně druhé (výtvarníci, ilustrátoři, scénáristé), které spojuje zájem vyjadřovat se ke společenským tématům tvořivým způsobem, a to skrze konkrétní životní příběhy, vyprávěné samotnými aktéry.*“²⁷²

Komiksy si četly a prohlížely děti v rozmezí věkové kategorie od devíti do šestnácti let. Účelem těchto komiksů bylo ukázat dětem, že „v tom“ nejsou samy, že si i jiní prošli podobnou situací, případně, že řešili stejné problémy. Zprostředkovaly jim i problematiku transformace systému ústavní péče, nastiňovaly její vývoj, poukazovaly na práva dětí a na nutnost jejich zapojování do rozhodovacích procesů. Děti rády o komiksech diskutovaly s vychovateli i mezi sebou navzájem, čímž přirozenou cestou získávaly náhled na konkrétní problémovou situaci, snáze vstřebávaly nové informace a postupně zpracovávaly své emoce.

Autenticitu a atraktivitu komiksu *Nebud' jako Gádžo!* zvyšovalo zveřejnění originálních dokumentů dané doby, které, v souladu respektováním ochrany osobních údajů, seznamovaly čtenáře s prvky institucionalismu, opětovného navázání kontaktu s biologickou rodinou a s problémovým a rizikovým chováním chlapce, který se i přes nelehkou životní cestu dokázal postavit na vlastní nohy a byl schopen určité sebereflexe.²⁷³

Adaptaci dítěte na prostředí dětského domova a pěstounskou péči rozpracovává příběh *Lili a dvě mámy*. Je vyprávěn z několika úhlů pohledu dvou postav (dívkou a pěstounkou), čímž je dosaženo intenzivnějšího emocionálního zabarvení a autenticity.

²⁷⁰ Ekomiksy | Ašta šmé. O nás | Ašta šmé [online]. Dostupné z: <https://www.asta-sme.cz/cs/ekomiksy> [cit. 15-11-022].

²⁷¹ Tamtéž.

²⁷² O nás | Ašta šmé. O nás | Ašta šmé [online]. Dostupné z: <https://www.asta-sme.cz/cs/o-nas> [cit. 15-11-022].

²⁷³ *Nebud' jak gádžo!* Ašta šmé. O nás Ašta šmé [online]. Dostupné z: <https://www.asta-sme.cz/cs/nebud-jak-gadzo> [cit. 15-11-022].

Problematiku odloučení od biologické rodiny a následně život v dětském domově, kdy se dívky velmi stýskalo po matce, považují zaměstnanci dětského domova za nejčastěji se vyskytující náročnou životní situaci dětí s nařízenou ústavní výchovou.²⁷⁴

Komiks *To už je všechno smazaný* nás seznamuje s již dospělou dívkou, která byla v raném dětství umístěna do ústavní péče a následně adoptována náhradními rodiči, v jejichž rodině se cítila být přijímána a šťastná. Během svého dospívání však zažívala pocity frustrace z neznalosti svého původu a nedořešené příslušnosti k minoritnímu etniku, což vyústilo v osobnostní krizi její identity. Potřeba znalosti svých kořenů a informovanost o vlastním původu jsou dodnes velmi aktuálním tématem nejen dané v oblasti péče o děti.²⁷⁵

Na základě vyhlášené tvůrčí soutěže spolkem *Ašta šmé*, do níž byly zapojeny desítky dětí a dospělých vyrůstajících v různých formách náhradní rodinné péče (dětské domovy, výchovné ústavy, pěstounská péče a osvojení) vznikl komiks *V jiném domově*. Zabývá se obdobnými tématy jako již zmíněné, uvedené komiksy, které vznikaly dle autentických vyprávění hlavních postav, ale na rozdíl od nich byl tento komiks sestaven z příběhů zaslaných samotnými soutěžícími.²⁷⁶

Mezi nejvyhledávanější komiksy ve výše zmiňovaném dětském domově patřily takové, kde byl hlavním hrdinou superhrdina. Oblíbené byly převážně u chlapců, u dívek byl preferovaný příběh *Ledové království*, jenž byl nejprve zfilmovaný a vzhledem ke značné popularitě začaly být brzy tvořeny i komiksové série. Zmíněné příběhy hrály rovněž podstatnou roli během volnočasových aktivit dětí. Rozvíjely dětskou fantazii, děti si rády hrály na své oblíbené postavy, přehrávaly si scény nebo si podle sebe příběh při hraní upravovaly. Mnohdy od vychovatelů vyžadovaly jejich předčítání před spaním.²⁷⁷

Touto kapitolou jsem chtěla poukázat na všestrannost narativu a jeho důležitou funkci v různých oblastech lidského života.

²⁷⁴ Lili a dvě mámy *Ašta šmé*. *O nás Ašta šmé* [online]. Dostupné z: <https://www.asta-sme.cz/cs/lili-dve-mamy>

²⁷⁵ *To už je všechno smazaný Ašta šmé*. *O nás Ašta šmé* [online]. Dostupné z: <https://www.asta-sme.cz/cs/uz-je-vsechno-smazany> [cit. 15-11-022].

²⁷⁶ *V jiném domově Ašta šmé*. *O nás Ašta šmé* [online]. Dostupné z: <https://www.asta-sme.cz/cs/v-jinem-domove> [cit. 15-11-022].

11 Identita

Lidská osobnost se utvářela po celá staletí a ono utváření pokračuje pravděpodobně i dnes.²⁷⁸ Chápaní okolního světa, a nakonec vnímání sebe sama, uvědomění si, že existuje něco jako vnitřní svět, si prošlo staletým vývojem, jak uvádí Marie – Louise von Franz ve své knize *Mýtus a psychologie*.²⁷⁹ V uvedeném díle popisuje rané fáze lidského formování, ve kterých neexistovala žádná hranice mezi nevědomím a okolním světem, vše bylo ve stavu stejnosti.²⁸⁰ V dávných dobách lidstvo už pociťovalo potřebu prohlubovat, vylepšovat svoji personu, bylo to „*cílem veškerého duchovního usilování*.“²⁸¹ Postupně docházelo k jistým psychickým reakcím, „*kteřé tuto identitu rušily a nutily člověka, aby určité představy vzal na zpět a poznal, že se jedná o skutečnost vnitřní a vnější*.“²⁸² Mezi první, kdo se zajímali o identitu, je řazen Sigmund Freud, ale o její první a podrobnější rozpracování se zasloužil Erik Homburger Erikson, podle kterého „*se identita osoby utváří spojením identifikací z dětství, současných identifikací a základních životních závazků*.“²⁸³

Roman Hytych a Petr Macek pokládají za důležité podívat se na identitu i z kulturněhistorického hlediska, neboť vývoj identity je také ovlivněn prostředím, společenskými hodnotami současné kultury.²⁸⁴ Proces individualizace měl svoji spojitost s rituálem a vyprávěním mýtů. Lud'ka Hrabáková definuje mýtus jako určitý typ vyprávění, při kterém dochází k seznámení jedince nebo celého společenství se světem kolem a má za cíl obeznámit je s jejich původem, kdo jsou a jak vznikl svět kolem nich. Dále mýtus poskytuje určité tradice, které jsou předávány z generace na generaci, pojednává o formování společnosti, o tom, kdo kam patří a seznamuje s morálními zásadami.²⁸⁵

Velmi výraznou změnu v sebe definování a utváření identity Roman Hytych a Petr Macek popisují v průběhu 18. a 19. století, kdy v těchto obdobích zaznamenáváme politické,

²⁷⁸ KAMENSKIJ Steblin–Ivan MICHAJLOVIČ–Jiří MUNZAR. *Mýtus a jeho svět*. Přeložil Libuše KOZÁKOVÁ. Praha: Panorama, 1984. Pyramida s.116.

²⁷⁹ *Mýtus a psychologie: mýty o stvoření z pohledu hlubinné psychologie* Franz Marie-Louise von s.9.

²⁸⁰ Tamtéž.

²⁸¹ JACOBI, Jolande Székács. *Psychologie C.G. Junga*. Přeložil Ludmila MENŠÍKOVÁ, přeložil Jiří KOCOUREK,

²⁸² *Mýtus a psychologie: mýty o stvoření z pohledu hlubinné psychologie* Franz Marie-Louise von s.9.

²⁸³ VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie.2.*, přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. Psyché.

²⁸⁴ [online]. Copyright © 2012 [cit. 04.02.2022]. Dostupné z: <https://web-p-ebcohost-com.ezproxw10.svkhk.cz/ehost/ebookviewer/ebook/bmx1YmtfXzk5Mjc3MV9fQU41?sid=a7214dfe-f94d-4c7c-8936-549dc7b21d@redis&vid=0&format=EB&rid=1#>

²⁸⁵ HRABÁKOVÁ, Lud'ka. *Úvod do kulturní antropologie*. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2013. s.24.

sociální a ekonomické změny.²⁸⁶ V průběhu 20. a 21. století je působení kultury nepopíratelné. Jak si člověk identitu utváří, je inspirováno za prvé vlastní volbou, „*ale též jistým sociálním tlakem v podobě společenských standardů.*“²⁸⁷

V závěrečné kapitole se budu zabývat tvorbou Knihy života, která by se měla stát důležitou součástí práce s dětmi vyrůstajícími mimo jejich biologické rodiny. Jedná se převážně o děti s nelehkými osudy, které byly umístěny do některé z forem náhradní rodinné péče (ústavní výchova, pěstounská péče a osvojení). Prožitá a nezpracovaná ztráta a traumata mohou pak negativně ovlivňovat nejen období dětství či dospívání, ale jejich následky mohou snížit kvalitu života v dospělosti, neboť „*všechny naše zážitky vnějšího i vnitřního světa musí procházet přes naše já.*“²⁸⁸ Dalo by se říci, že identita je spleť všeho, co jsme kdy v životě zažili, ať už od vlivu krátkých rozhovorů, až po působení kulturního či sociálního prostředí. Utváření identity je složitý a jedinečný proces našich neuronů „*a protože se náš život neustále mění, je i naše identita jakýmsi pohyblivým cílem, kterého nebude nikdy dosaženo.*“²⁸⁹

²⁸⁶ [online]. Copyright © 2010 [cit. 04.02.2022]. Dostupné z: <https://web-p-ebsohost-com.ezproxyw10.svkhk.cz/ehost/ebookviewer/ebook/bmx1YmtfXzk5Mjc3MV9fQU41?sid=a7214dfe-f94d-4c7c-8936-549dc7b21d@redis&vid=0&format=EB&rid=1#>

²⁸⁷ Tamtéž.

²⁸⁸ JACOBI, Jolande Székács. *Psychologie C.G. Junga*. Přeložil Ludmila MENŠÍKOVÁ, přeložil Jiří KOCOUREK, přeložil Zdeněk JANČAŘÍK. Praha: Portál, 2013. Spektrum (Portál).s.18.

²⁸⁹ EAGLEMAN, David. *Mozek: váš příběh*. Přeložil Petr BOKŮVKA. Brno: BizBooks, 2017.s.8.

12 Kniha života

S pojmem Kniha života jsem se setkala po prvé před několika lety během mých návštěv v Dětském domově Holice. Pedagogičtí pracovníci a sociální pracovníci opakovaně řešili, jak ji vytvořit s ohledem na individuální potřeby dětí v souladu se zachováním doporučené osnovy. Inspiraci čerpali z několika variant, zejména z jejího zpracování organizací Lumos. Intenzivně vnímali potřebu začlenění Knihy života do péče o děti. Její zásadní důležitost spatřovali převážně v rámci práce s identitou dítěte a také se domnívali, že by mohla pozitivně působit na zmírnění či odstranění některých, dětmi prožitých, traumat. Zahájení tvorby Knihy života a její uvedení do provozu bylo v dětském domově opakovaně odkládáno většinou vzhledem ke komplikacím, které do naší společnosti přineslo onemocnění Covid-19 a s ním spojená opatření. Po několikátém odložení se dne 16. 11. 2021 poprvé uskutečnil v Dětském domově Holice seminář na téma tvorby Knihy života, jehož jsem se mohla také zúčastnit. Byl vedený klinickou psycholožkou Mgr. Karolínou Kotovskou, která sociální pracovníky a vychovatele seznamovala s tím, jak by s dětmi při jejím vytváření měli pracovat, na co si dávat pozor a proč je Kniha života pro děti v ústavní výchově důležitá. Dle jejích slov by měli brát na zřetel, co dítě chce, nebo nechce, mít ve své osobní knížce. Byla vybrána verze s pevnými deskami, v níž

jsou založené průsvitné obaly s pracovními, lehce vyjímatelnými, listy. Dětem budou dávány pracovní listy s konkrétní tematikou postupně, aby necítily, že jsou „zavaleny“ povinnostmi.

Každé dítě má vlastní Knihu života a tvoří ji za pomoci svého klíčového pracovníka. Kniha je členěna do čtyř tematických celků pod názvy Identita, Emoce, Škola a Budoucnost. Vypravěčem i hlavní postavou (hrdinou) je dítě samo. Kniha života může sloužit nejen jako informační, ale i jako terapeutický materiál, protože už samostatný tvůrčí proces, podle Karolíny Kotovské, se stává přirozenou cestou terapeutickým. Karolína Kotovská pravidelně navštěvuje dětský domov v Holicích a je součástí stabilního personálního týmu již několik let. Kniha života by měla být „živým materiálem“, vyvíjet se v souladu s individuálními potřebami dítěte a doprovázet ho na jeho životní cestě – při změnách pečujícího prostředí (návrat do biologické rodiny, svěření do pěstounské péče, přemístění do jiného zařízení),

případně až do ukončení ústavní výchovy. Kniha života je v osobním vlastnictví dětí a po jejich odchodu z dětského domova v zařízení nezůstává.

Kniha života je tvořena pevnými deskami v různých barvách se založenými listy papíru (s různou tematikou, s obrázky, s nesplněnými úkoly a s nevyjasněnými dotazy vztahujícími se k vytipovaným životním obdobím a oblastem). Děti do ní mohou kreslit, psát, nalepit si libovolně zvolené fotografie, apod.

12.1 Identita

V jedné z předchozích kapitol, jež byla zaměřena na problematiku identity, jsem se pokusila popsat některé vybrané vlivy na identitu jedince. Zmíněna byla například definice od Erika Homburgra Eriksna, který za důležitou součást tvorby identity považuje vzpomínky z dětství a současné prožívání svého já. Jak pracovat s identickým příběhem dítěte bylo, v prostředí dětského domova, jednou z nejproblematictějších částí *Knihy života*. Nezanedbatelnou roli měly hrát, mimo jiné, i implicitní vzpomínky dítěte, ale ne u každého byly známé informace z jeho raného dětství. Musel se tedy najít jiný způsob, jak by si děti mohly tvořit svůj vlastní příběh.

Na první stránku knihy si dítě nalepí svoji fotografii a pokusí se zapsat či nakreslit to, co jej dělá tím, čím je. Napíše si své jméno, případně další osobní údaje. Následuje, co jej baví, co má rádo, co nerado. Specifikuje se, které informace by měli o něm vědět v jeho okolí i to, na co by se ono samo chtělo zeptat, co by si přálo vědět. Při mapování oblasti identity, jejím budování a dalším rozvíjení je důležité, aby si klíčový pracovníci zajistili co nejvíce objektivních informací o dítěti a jeho biologické rodině či osobách blízkých. Učí děti pracovat s vyznačenou časovou osou, kam by si měly znázornit zásadní okamžiky ze svého života (pozitivní i negativní), případně ty, jež za důležité pokládají. V této části bych se ráda odkázala na kapitolu *Narativní terapie*, pro níž je rovněž důležité za pomoci narativních představ, vyprávění klientem a naslouchání terapeutem pracovat s určitým časovým rámcem. Pracovníci podílející se na tvorbě *Knihy života* s dětmi hledají odpovědi, kde se děti cítí být doma, co je skutečný domov, rodina, co je bezpečné a co nebezpečné prostředí. Prostřednictvím motivačních materiálů v této části podporují odvahu říct si o pomoc a zároveň nebát se někomu pomoci. Rovněž se pokouší vhodnou a srozumitelnou formou děti o jejich situaci i nepříjemných událostech v jejich životech informovat a směřují s nimi k získání, pokud možno, reálného a pro dítě přijatelného náhledu. Děti i pedagogickými pracovníky je v uvedené části preferovaný zejména materiál, při kterém spolu navzájem hledají „cestu ke štěstí“.

12.2 Emoce

Zpracovávání, pojmenovávání a postupné vyrovnávání se s emocemi je řešeno v druhé části knihy. S pomocí schváleného materiálu například hraje klíčový pracovník s dítětem různé „hry s emocemi“, předvádění nakreslených pocitů vyznačených v Knize života je střídáno jinou aktivitou (tancem, zpěvem) a vše je zaznamenáno do pracovních listů knihy. Rozebírají pocity a obavy z neznámého prostředí, hledají spolu možná řešení, aby se dítě mohlo cítit lépe. Pracují na ose „od smutku k radosti“, kde děti vyznačují, jak se cítí a snaží se svým emocím porozumět a následně je zpracovat. Velmi častými tématy, ke kterým se děti opakovaně vrací, jsou strach, pocit nejistoty, méněcennosti, zloba, vztek a lítost. Na druhé straně dochází prostřednictvím materiálů v knize k posilování vlivu pozitivních emocí a zvyšování sebevědomí (radost, jsem nejlepší v..., dokázal jsem to..., mají mě rádi a mám rád). Dále byl (během mých návštěv v dětském domově v Holicích) velmi oblíbený obrázek „Na mém pustém ostrově“, v němž si dítě mohlo napsat i nakreslit svůj fiktivní svět, co by v něm chtělo mít a jak v něm žít.

12.3 Škola

V této kapitole se zapisují do Knihy života názvy školských zařízení, které dítě navštěvovalo v minulosti, i těch, jejichž studentem je dosud. Uvádí si zde jména učitelů, kamarádů, vkládá obrázky i fotografie, vše dle svého uvážení. Poznává si, co ho baví, co nebaví, jaké předměty má rád, případně i to, zda chodil někdy za školu. Srozumitelnou formou je zde zmiňována i problematika šikany (jak ji poznat, jak se bránit). Za pomoci klíčového pracovníka vypracovává, jak vypadá jeho běžný den od rána až do večera, kdy jde spát (ve všední dny i ve dnech, kdy nechodí do školy). Patří sem i jeho rituály při vstávání či usínání. Také přemýšlí o tom, jak by měl vypadat jeho skvělý den a hledají spolu s jeho klíčovým pracovníkem možnosti, jak jej uskutečnit.

12.4 Budoucnost

Mnoho dětí z dětského domova v Holicích, se kterými jsem měla možnost hovořit, by si přálo, „aby se v budoucnu mohly vrátit domů na stálo“, což je, bohužel, ve většině případů zcela nereálné. Tato poslední kapitola z Knihy života pojednávající o možné blízké i vzdálené budoucnosti dítěte začíná vypracováním pracovního listu s názvem „Můj krásný sen“. S klíčovým pracovníkem se dítě zamýšlí nad svou vysněnou budoucností, hledají spolu prostředky, jak, a zda-li je vůbec možné, ji uskutečnit. Bohužel, děti nemohou vyřešit problémy svých rodičů a některá jejich přání tak, i přes aktivizační snahu různých odborníků ze sociální oblasti, zůstanou nevyplněna. Naštěstí pracovní list „Můj krásný sen“ je možné vyplnit dle potřeb dítěte opakovaně, sny se mění a mnohých stanovených cílů pak bude úspěšně dosaženo.

Závěr

Během psaní bakalářské práce jsem si položila několik zásadních otázek cílených na téma biblioterapie.

Jedním z uvedených cílů bylo zjistit, jaké dávné terapeutické techniky předcházely současné biblioterapii. Zmíněná část bakalářské práce byla mapována od magických rituálů, vyprávění mýtů a pohádek až po důležitý mezník padesátých let dvacátého století, kdy se postupně začaly individualizovat terapeutické techniky pracující s literárním textem.

Druhým cílem bylo pokusit se popsat a definovat biblioterapii jako takovou s ohledem na její místo ve společnosti a kultuře. Z tohoto důvodu jsem se dále zaměřila na historické události, které ovlivnily nejen literární kulturu, ale i s ní spojený každodenní život.

V kapitole Rozdělení biblioterapie jsem chtěla znázornit, zda by některá z uvedených forem mohla vyhovovat konkrétnímu specifickému prostředí dětského domova v Holicích. V úvahu byly vzaty biblioterapie individuální, skupinová, hromadná, receptivní a expresivní. Podařilo se mi zjistit, že z těchto forem byla využita pouze receptivní biblioterapie, a to z důvodu, že většina menších dětí upřednostňovala příběh, který jim byl předáván předčítáním vychovateli z jejich rodinné skupiny.

Literatura, s ohledem na čtenářovy preference a potřeby, disponuje mnohými funkcemi. Při hledání, co vše literatura může čtenářům poskytnout, jsem se pokoušela zaměřit na funkce takové, jež by korespondovaly se současným možným biblioterapeutickým využitím. Nejprve jsem se zaměřila na stanoviska Petry Bubeníčkové a následně jsem hledala další teorie o vlivu literatury na jedince i společnost. Chtěla jsem stanovit, jaké literární funkce tu byly a jsou, než se dostaly pod biblioterapeutický rámec. Na literaturu bylo nahlíženo v souvislosti s její interdisciplinarností a to nejen v kategorii biblioterapeutickém. Byly nalezeny přístupy k literatuře ovlivněné transkulturní zkušeností, dále terapie, využívající literární prvky, především role vypravěče, a to konkrétně v narativních terapiích a při tvorbě Knihy života. Cílem bylo poukázat na širokou působnost literatury v různých terapeutických směrech.

Dalším mým požadavkem bylo zjistit, v jakých edukačních zařízeních je uplatňována biblioterapie. Přítomnost biblioterapie se podařilo prokázat v Kroměřížské knihovně, v Krajské knihovně v Pardubicích se biblioterapie nyní neuskutečňuje. Dále byl zmíněn

seminář, jenž se konal během Šrámkovy Sobotky, na němž pedagogičtí pracovníci Marie Mokrá a Jan Křeček seznamovali zúčastněné se svojí biblioterapeutickou praxí ve školství.

Jednu ze zásadních rolí v této práci sehrála role narativu, na který jsem se snažila nahlížet v rámci kognitivních přístupů. Znázornila jsem narativ jako důležitou součást terapií, kde hlavní roli hraje vyprávěný osobitý příběh a jeho rozvíjení klientem. V kapitole věnované naraci v terapiích byla zmíněna narativní terapie, narativní koučování a narativní biblioterapie. Na základě získaných informací byl do narativní biblioterapie zařazen fiktivní příběh, který si tvořila jedna dívka z dětského domova v Holicích. Tím jsem chtěla poukázat na skutečnost, že psaní fiktivních příběhů může být nápomocné například při psychické nestabilitě a při budování vlastní identity. Dále narativita zaujímala zásadní místo při tvorbě *Knihy života*, kdy dítě samo bylo autorem i vypravěčem své osobní knížky a začleňovalo si do knihy postavy, které ve svém příběhu chtělo mít. Definice vypravěče byly volené na základě vybraných knih pro biblioterapeutickou praxi v již zmiňovaném dětském domově. Nejen z tohoto důvodu nemohlo zůstat téma vypravěče stranou, a proto mu byla také věnována jedna z kapitol bakalářské práce.

Na základě získaných informací si dovoluji tvrdit, že určité „terapeutické“ funkce nejen literárních textů, ale i sdílení vyprávěného příběhu a různé rituální praktiky mohly stát na počátku dnešních terapií pracujících s příběhovostí. Cílem mé bakalářské práce rovněž bylo zjistit, jaké zaujímá biblioterapie postavení v současné literární kultuře. Díky svému názvu, biblioterapie, v němž rezonuje slovo terapie, je mnohými vnímána jako prostředek spíše terapeutický a tím se její uplatnění mimo „lékařské“ prostředí stává komplikovanějším, čímž je následně ovlivněno i vnímání současnou společností. Seznámila jsem se s různými teoretickými studiemi, poskytujícími návod, jak s biblioterapií pracovat v souladu s možnými výhodami i nevýhodami při její cílené aplikaci. Došla jsem k závěru, že biblioterapie má dnes své místo převážně v již zmiňovaném prostředí lékařském a pedagogickém. Práce s textem s terapeutickým účinkem byla prokázána v dětském domově v Holicích, a to nejen při tvorbě *Knihy života*. Během vykonávání pedagogických činností vychovateli, když se individuálně a s dostatečným předstihem, vyhledala vhodná literatura, předčítali dětem vybrané pohádky a příběhy. Účelem bylo, mimo jiné, poskytnout zástupnou formou, zejména v náročných životních situacích a nelehkých adaptačních obdobích na nové prostředí, zprostředkování informací a porozumění vlastnímu životnímu příběhu. Tuto skutečnost jsem doložila Veverčím příběhem. Při hledání různých narativních forem pro možnosti biblioterapeutického využití mě zaujalo zpracování autentických příběhů dokumentární komiksovou formou.

Komiksové zpracování by mohlo vzhledem ke svojí atraktivitě pro některé čtenáře zpestřit a rozšířit možnosti biblioterapeutického působení.

Využití biblioterapie bylo popsáno v několika kapitolách, důraz byl vždy kladen na individuální přístup ke klientovi. Biblioterapie se postupně dostává do širšího společenského povědomí díky stoupajícímu zájmu o duševní hygienu a osobnostní rozvoj. Byly popsány mnohé způsoby jejího uplatnění v běžném životě každého jednotlivce, například při překonávání nelehkých životních období i při motivování. Poukázala jsem na postavení biblioterapie v kulturním prostoru i na její nezanedbatelné místo v institucionálních zařízeních, dále v medicínských či pedagogických oblastech a sociální sféře.

Seznam literatury:

Sekundární:

- ARISTOTELEŠ. *Aristotelova kniha O básnictví*. 2. vyd. Přeložil Pavel Julius VYCHODIL. V Brně: P.J. Vychodil, 1892. *tajemstvím pohádek: proč a jak je číst v dnešní době*. Přeložil Lucie LUCKÁ. Praha: Portál, 2017. ISBN: 978-80-262-445-7
- BETTELHEIM, Bruno. *Za tajemstvím pohádek: proč a jak je číst v dnešní době*. Přeložil Lucie LUCKÁ. Praha: Portál, 2017. ISBN: 978-80-262-1172-3
- BUBENÍČKOVÁ, Petra. *Biblioterapie*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. ISBN: 978-80-262-445-7
- BENOIST, Luc – HRBATA Zdeněk. *Znaky, symboly a mýty = Signes, symboles et mythes*. Praha: Victoria Publishing, 1995, ISBN: 80-85865-49-1
- CULLER, Jonathan D. *Krátký úvod do teorie literatury*. Brno: Host, 2002. 80-7294-070-8
- ČEŇKOVÁ, Jana. *Vývoj literatury pro mládež a její žánrové struktury: adaptace mýtů, pohádek a pověstí, autorská pohádka, poezie, próza a komiks pro děti a mládež*. Praha: Portál, 2006, ISBN : 80-7367-095-X
- ČERNOUŠEK, Michal. *Děti a svět pohádek: kouzlo vyprávěného slova*. Praha: Portál, 2019. ISBN : 978-80-262-1434-2
- DOLEŽEL, Lubomír. *Heterocosmica: fikce a možné světy*. Praha: Karolinum ISBN : 80-246-0735-2
- EAGLEMAN, David. *Mozek: váš příběh*. Přeložil Petr BOKŮVKA. Brno: BizBooks, 978-80-265-0663-8
- F FROMM, Erich. *Mýtus, sen a rituál*. Praha: Aurora, s. 19. 80-85974-70-3
- *Mýtus a psychologie: mýty o stvoření z pohledu hlubinné psychologie* FRANZ, Marie-Louise von ISBN: 80-7178-343-9
- HAMAN, Aleš. *Literatura z pohledu čtenářů*. Praha: Československý spisovatel, 1991. 80-202-0281-1

- HRABÁKOVÁ, Luďka. *Úvod do kulturní antropologie*. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2013. ISBN:978-80-7494-001-9
- HÁBL, Jan. *Učit (se) příběhem: Komenského Labyrint a didaktické možnosti narativní alegorie*. Brno: Host, 2013. 9780-80-7491-309-9
- H HOŘÍNEK, Zdeněk. *Drama, divadlo, divák*. 3. vyd. Brno: Janáčkova akademie múzických umění v Brně, 2012 ISBN 978-80-7460-026-5.
- HOMOLOVÁ, Kateřina. *Uživatelská propedeutika*. Opava: Slezská univerzita v Opavě, Filozoficko-přírodovědecká fakulta v Opavě, Ústav bohemistiky a knihovnictví, 2010. 978-80-7248-625-0
- ISER, Wolfgang. *Fiktivní a imaginární: perspektivy literární antropologie*. Přeložil Miroslav PETŘÍČEK. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2017 ISBN 978-80-246-2781-6
- JACOBI, Jolande Székács. *Psychologie C.G. Junga*. Přeložil Ludmila MENŠÍKOVÁ, přeložil Jiří KOCOUREK, ISBN 978-80-262-0353-7
- KAMENSKIJ Steblin–Ivan MICHAJLOVIČ–Jiří MUNZAR. *Mýtus a jeho svět*. Přeložil Libuše KOZÁKOVÁ. Praha: Panorama, 1984. Pyramida 978-80-261-0953-8
- KAST, Verena a Jana VAŠKOVÁ. *Dynamika symbolů: základy jungovské psychoterapie*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2014 ISBN 978-80-262-0676-7
- KUBÍČEK, Tomáš, Jiří HRABAL a Petr A. BÍLEK. *Naratologie: strukturální analýza vyprávění*. V Praze: Dauphin, 2013. ISBN : 978-80-7272-592-2
- MARUŠÁK, Radek. *Literatura v akci: metody dramatické výchovy při práci s uměleckou literaturou*. V Praze: Akademie múzických umění, 2010 ISBN: 978-80-7331-172-8
- MARGOLIN, Uri. *Kognitivní věda, činná mysl a literární vyprávění*. Přeložil Hynek ZYKMUND. Brno: Ústav pro českou literaturu AV ČR v nakl. Host, 2008. ISBN: 978-80-7294-261-9
- MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha: Grada, 2014. Pedagogika. ISBN 978-80-247-4172-7.

- NÜNNING, Ansgar, Jiří TRÁVNÍČEK a Jiří HOLÝ, ed. Lexikon teorie literatury a kultury: koncepce – osobnosti - základní pojmy. Brno: Host, ISBN : 80-7294-170-4
- PAVELKA, Jiří. Předpoklady literárního dorozumívání. Brno: Masarykova univerzita, 1998 ISBN : 80-210-1800-3
- SCHMIDBAUER, Wolfgang. *Cesta psychoterapie: od magie k vědě*. Praha: Portál, 2013 ISBN : 978-80-262-0489-3
- STRNAD, Vratislav – Alžběta NEJEDLÁ. *Základy narativní terapie a narativního koučinku*. Praha: Portál, 2014. ISBN : 978-80-262-0729-0
- SVOBODA, Pavel. *Biblioterapie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. ISBN : 978-80-244-3684-5
- Turner, Marek, 2005. *Literární mysl: o původu myšlení a jazyka*, Brno: Host.2005 ISBN : 80-7294-130-5
- TRÁVNÍČEK, Jiří. *Čteme?: obyvatelé České republiky a jejich vztah ke knize : (2007)*. Brno: Host, 2008. ISBN : 978-80-7050-554-0
- TRÁVNÍČEK, Jiří. *Vyprávěj mi něco--: jak si děti osvojují příběhy*. V Příbrami: Pistorius & Olšanská, 2007 ISBN : 978-80-7185-829-4
- MARGOLIN, Uri. *Kognitivní věda, činná mysl a literární vyprávění*. Přeložil Hynek ZYKMUND. Brno: Ústav pro českou literaturu AV ČR v nakl. Host, 2008. ISBN : 978-80-85778-57-1
- VÁŠOVÁ, Lidmila. *Úvod do bibliopedagogiky*. Praha: ISV, 1995. Knihovnictví. s. 64. ISBN : 80-85866-07-2
- VÝROST, Jozef – Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie.2., přeprac. a rozš. vyd.* Praha: Grada, 2008. Psyché ISBN : 978-80-247-5775-9
- VALENTA, Milan. *Dramaterapie. 4., aktualiz. a rozš. vyd., V nakl. Grada 2.* Praha: Grada, 2011. Psyché. ISBN 978-80-247-7520-3
- ISER, Wolfgang. *Fiktivní a imaginární: perspektivy literární antropologie*. Přeložil Miroslav PETŘÍČEK. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2017 978-80-246-2781-6

- WILDFLOWER, Leni. *Skrytá historie koučování*. Praha: Portál, 2015 978-80-262-0784-9
- ZÁVĚRKOVÁ, Markéta – HESOUN Jan – FRUMIN Chana Rachel. *Preferovaný příběh: jak být autorem svého života: první český průvodce narativní terapií*. V Praze: Pasparta, 2021

Primární:

- LÁZÁR, Ervin. *Sedmíhlavá víla*. Přeložil Kateřina ŠRUBAŘOVÁ, ilustroval Jacqueline MOLNÁR. [Praha]: Malvern, 2021.
- PESECHKIAN, Nossrat. *Kupec a papoušek: využití orientálních příběhů v psychoterapii: názorné příklady pro výchovu a sebeovlivňování*. Brno: Cesta, 1996. ISBN : 80-85319-60-8

Internetové zdroje:

- Archetyp – wikipedie. [online]. Copyright © 2008 [cit. 11-5-2021]. dostupné z <https://cs.wikipedia.org/wiki/Archetyp>
- BiblioHelp - léčba knihou | www.bibliohelp.cz [online]. Copyright © 2009 [cit. 04-05-2022]. Dostupné z: <https://www.bibliohelp.cz/>
- nás | Ašta šmé. *O nás | Ašta šmé* [online].cit. [17-11-2022]. Dostupné z: <https://www.asta-sme.cz/>
- Ekomiksy Ašta šmé. *O nás Ašta šmé* [online].].cit. [17-11-2022]. Dostupné z: [https://www.asta-sme.cz/cs/ekomiksy\[online\].](https://www.asta-sme.cz/cs/ekomiksy[online].) Dostupné z: <https://web-p-ebsohost-com.ezproxyw10.svkhk.cz/ehost/ebookviewer/ebook/bmx1YmtfXzk5Mjc3MV9fQU41?sid=a7214dfe-f94d-4c7c-8936-549dcdc7b21d@redis&vid=0&format=EB&rid=1#>
- Mravenčí chuva • Staráme se o malé i velké čtenáře. Mravenčí chuva • Staráme se o malé i velké čtenáře [online]. Copyright © 2010 [cit. 04-05-2022]. Dostupné z <https://mravencichuva.cz/>
- Dlouhá punčocha [cit. 04-05-2022]. <https://www.dlouhapuncocha.cz/>
- *Národní knihovna: knihovnická revue*. [online] Praha: Národní knihovna ČR, 1990-2004. s. 10. [cit. 20-2-2021] Dostupné z: <https://ndk.cz/periodical/>

- Znak – Sociologická encyklopedie [online]. Copyright[cit.07.04.2021] Dostupné z <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Znak>
- iBby international Board on Books for young people Dostupné <https://www.ibby.org/> [online].[cit. 04-05-2022].
- Narativní Psychoterapie – Obecná koncepce. *Narativní Psychoterapie* [online]. Dostupné z: <https://www.narativnipsychoterapie.cz/home/obecna-koncepce-np?fbclid=IwAR16eBH-U7g5o36Ezo1OGOqr1SulzMKf15d-5AAiMcvxario6MfIOK8nBo4> [cit.2022-10-03]
- Imaginace – Sociologická encyklopedie. [online]. Imaginace – Sociologická encyklopedie. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Imaginace> [cit. 11-5-2021].