



Využití biblioterapie u práci s emocemi u dospívajících

Aneb když příběhy pomáhají...

Mgr. et Mgr. Kateřina Sassmann



O čem si dnes budeme povídat?

1

Biblioterapie

definice, druhy,
možnosti využití

2

Biblioterapeutický proces

jaké fáze má
biblioterapeutická lekce?

3

Kamishibai

jak lze japonské divadlo
propojit s biblioterapií?

4

Ukázka lekcí

možnosti způsobu práce se
studenty SŠ, zařazení do výuky

5

Praktická ukázka 1

Téma: Sebepoškozování v
adolescentním věku

6

Přínos, reakce studentů



Biblioterapie

„Příběhy tu nejsou bez lidí a lidé tu nejsou bez příběhů. Existují příběhy o maličkostech, zdánlivě nepodstatných detailech. Vyprávění, která už ztratila autora, ale žijí v příbězích konkrétních lidí.“

Závěrková, M. a kol. Preferovaný příběh. První český průvodce narativní terapií. str. 8

- léčba slovem (příběhem)
- *biblion* = kniha a *therapeia* = léčit
- expresivně – formativní terapie

Možnosti užití:

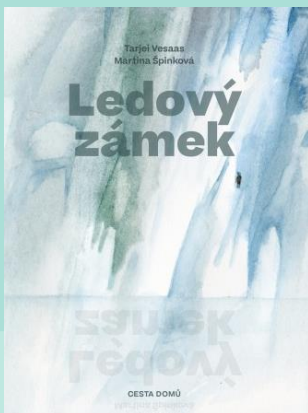
- rozvoj osobnosti
- získání náhledu na svou situaci
- nalezení způsobů řešení problémů skrze příběh a hlavního hrdinu
- terapeutický efekt

Druhy biblioterapie

1

Klinická b.

využití i pacientů (různého věku, stádia onemocnění)



2

Institucionální b.

u klienta – příběh odpovídá jeho problému



3

Vývojová b.

využití ve škole – v příběhu postava řeší podobné problémy jako žák/student, bezpečí pro studenta!

Příklady:

- problémy ve škole (přestup na novou školu); šikana / kyberšikana; emoce; poruchy příjmu potravy; rozvod rodičů, střídavá péče; pocit jinakosti / odlišnosti; sebepoškozování atd.

Příklady příběhů využitelných v biblioterapii u studentů SŠ

A proto skáču

Higašida Naoki, příběh
13letého chlapce s autismem



Naprostá šílenost

Kopecká Tereza, Kopecký Tomáš

Příběh středoškolačky Anny s
úzkostnou poruchou



Je smrt jako duha?

J. Bresson Ladegaard Knox,
tematika smrti, mezigenerační
vztahy, intertextové odkazy v
příběhu, filosofický rozhovor



Dívka pod hladinou

Jana Růžičková, příběhy
dospívajících v krizi, kazuistiky
a komentáře



Cíťa. Proč svět nutně potřebuje citlivé introverty?

Lenka Blažejová, + pracovní
sešit



Trápení všeho druhu

Mariana Leky (něm.autorka),
soubor povídek na různá
témata

Zařazení kamishibai a biblioterapie na SŠ (ev.2. st. ZŠ)

Možnosti zařazení kamishibai a biblioterapeutického využití příběhů na SŠ:

- v rámci **průřezových témat RVP** (osobnostně – sociální výchova), rozvoj empatie, komunikačních dovedností atd.
- na SOŠ – **odborné předměty** – př. psychologie a komunikace
- v hodinách **literatury** – práce s příběhem (lze využít celou škálu příběhů – př. i Legenda o sv. Kateřině – téma konfliktů, A. Mornaštajnová – Hana – copingové strategie apod.)
- **třídnické hodiny** – prevenci patologických situací v kolektivu (otevření témat, možnosti řešení skrze hrdiny příběhu)

Struktura biblioterapie

1. **Vstupní podmínky pro biblioterapeutickou práci s příběhem** – důvěryhodný vztah student-učitel, diagnostika třídy (identifikovat problémy, se kterými se studenti ve třídě potýkají), spolupracovat s ostatními pedagogy (VP, MP, školní psycholog), bezpečné prostředí, stanovení cílů, kterých chceme dosáhnout
2. **Vhodný výběr příběhu** – s ohledem na věk studentů, pohlaví, vývojovou fázi
3. **Příprava materiálů** – text příběhů tištěný? Kamishibai?
4. **Práce s příběhem**
 - a. **předčtecí aktivity** (předvídání, brainstorming, asociační kruh, metoda V-CH-D apod.
 - b. **čtecí aktivity** – přerušování příběhu / plynutí příběhu v celku?
 - c. **počtecí aktivity** – řízená diskuze, první emoce, literární kreativní techniky (dopis hlavnímu hrdinovi atd), neliterární kreativní techniky (hraní rolí, kresba apod.)

Kamishibai – téma sebepoškozování u adolescentů

- spolupráce se studentkami (výuční obor Ošetřovatel) při tvorbě ilustrací
ilustrátorky – Kateřina Novotná a
Elis Fífernová + AI
- vlastní povídka inspirovaná románem Dívka na kusy (Kathleen Glagow)

“Když cítíte tak velkou psychickou bolest... bolest na kůži zastaví ty pocity v hlavě.”



Ilustrátorky (z 1. ročníku) v procesu návrhů



Struktura lekce

1. **Před zahájením** – vhodné usazení studentů, otevření divadla – úvodní snímek s názvem „Každý kousek mé kůže zpívá“ – společný brainstorming na otázky: *O čem bude povídka? Jakou hudbu (co) může naše kůže zpívat?* (nápady zapisovat na tabuli)
2. **Zahájení příběhu** – Kamishibai – bez dalšího přerušení
3. **Po konci příběhu**
 - a. **metoda jedné emoce** – každý (dobrovolně) řekne jednu emoci, kterou v něm příběh vyvolal (ev. lze mít emoce napsané na kartičkách a studenti vybírají)
 - b. **Vennův diagram** – příčina/ důsledek – řízená diskuze, projevy
 - c. **Jak pomoci** – krabička první pomoci pro Věrku – nápady, co by mohlo pomoci Věrce, kdyby byla moje kamarádka?
 - d. **Exitka** – napsat na papírek cokoliv, co bych chtěl/a k tématu ještě sdělit, ev. jak se mi dnes pracovalo

Zdroje literatury + další užitečné odkazy

1. <https://knihovnaplus.nkp.cz/archiv/mimoradne-cislo-2018/informace-a-konference/knihy-leci-v-kazdem-veku-books-are-the-best-medicine-for-all-age>
2. R. Suchá. Léčivé pohádky pro dětskou duši. Manuál.
3. <https://www.svkkl.cz/ctenar/clanek/2567> (článek o biblioterapii)
4. SVOBODA, P. (2005). Poetoterapie. In: MÜLLER, O. Terapie ve speciální pedagogice. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2005. ISBN 80-244-1075-3
5. <https://www.knihkm.cz/sluzby/biblioterapie/databaze-knih/biblioterapeuticka-literatura-naucna.html> (přehled biblioterapeutické literatury)
6. <https://www.biblioterapia.sk/>
7. www.sebevrazdy.cz
8. <https://nevypustdusi.cz/2019/03/01/sebeposkozovani/>
9. <https://nevypustdusi.cz/2017/04/10/manual-pro-blizke/>



■ Biblioterapeutická literatura pro dospělé čtenáře

- Biblioterapeutická literatura pro dospělé čtenáře II
- Biblioterapeutická literatura pro dospělé III
- Biblioterapeutická literatura pro dětské čtenáře
- Biblioterapeutická literatura pro dětské čtenáře II
- Biblioterapeutická literatura naučná



*„Příběhy mi pomáhají,
velký vliv na mě mají.
Řídí mysl, jednání,
všechny chmury zahání.“*

Děkuji za pozornost

Kontakt:

katerina.sassmann@seznam.cz

ksassmann@szs-lib.cz