

Univerzita Karlova v Praze
Filozofická fakulta
Ústav informačních studií a knihovnictví

Studijní program: informační studia a knihovnictví

Studijní obor: informační studia a knihovnictví

Rigorózní práce
Mgr. Lucie Krátká

Užití pohádky v biblioterapii
Application of fairy tale in bibliotherapy

Praha 2013

Konzultant: PhDr. Lidmila Vášová

Poděkování

Na tomto místě bych chtěla poděkovat konzultantce PhDr. Lidmile Vášové za zájem, připomínky a čas, který věnovala mé práci. Touto cestou bych ráda poděkovala pracovníkům dětských domovů, kteří mi pomohli při realizaci výzkumu. Dále bych chtěla poděkovat paní Mgr. Věře Weissgarberové, Mgr. Korpasové. A nakonec bych ráda poděkovala svému muži a dceři za trpělivost a podporu.

Prohlašuji, že jsem rigorózní práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.

V Karviné dne 20. srpna 2013

.....

Abstrakt

Rigorózní práce „Užití pohádky v biblioterapii“ se zabývá léčbou pohádkou v prostředí dětských domovů. Teoretická část pojednává o terminologickém vymezení pojmů bibliopsychologie, biblioterapie, psychoterapie a dětská psychoterapie. Jedna z kapitol se zabývá pohádkou a jejím vlivem na dětského čtenáře. Následuje kapitola, která se zabývá rolí pohádky v životě dítěte. Práce následně popisuje problematiku úzkosti a strachu v životě dítěte. Praktická část je zaměřena na aplikaci léčby pohádkou v prostředí dětských domovů za spolupráce knihovníků z dětských oddělení veřejných knihoven. Součástí práce je také výzkum. Jeho výsledky jsou zpracovány pomocí grafického zobrazení a dospěly k zajímavým závěrům.

Abstract (in English)

The doctoral thesis "Application of fairy tale in bibliotherapy" deals with a topic of a fairy tale therapy in children's homes background. The theoretical part is aimed to the terminological definitions of bibliopsychology, bibliotherapy, psychotherapy and child psychotherapy. One of the chapters deals with a fairy tale and its influence on child readers. Another chapter deals with a role of a fairy tale in a child's life. The practical part is focused to the application of a fairy tale therapy in orphanage settings in cooperation with librarians from the children's department of public libraries. The research work is also part of the thesis; its findings are processed via graphical visual display and are drawing to an interesting conclusions.

Klíčová slova (česky)

Bibliopsychologie – biblioterapie - léčba pohádkou – dětské domovy - výchova ke čtenářství - psychotherapeutické metody - terapeutické pohádky

Klíčová slova (anglicky)

Bibliopsychology – bibliotherapy - fairy tale therapy - children's homes - reader's education - psychotherapeutical techniques - therapeutical fairytales

Obsah

Úvod	9
Teoretická část	10
1 Terminologické vymezení	10
1.1 Bibliopsychologie	10
1.1.1 <i>Pojetí bibliopsychologie Nikolajem Alexandrovičem Rubakinen</i>	10
1.1.2 <i>Psychologie čtenáře a účinky četby</i>	12
1.2 Psychoterapie	14
1.2.1 <i>Formy psychoterapie</i>	16
1.3 Dětská psychoterapie	17
1.3.1 <i>Cíle dětské psychoterapie</i>	17
1.3.2 <i>Proces dětské terapie</i>	18
1.4 Expresivní terapie	20
1.4.1 <i>Arteterapie</i>	20
1.4.2 <i>Muzikoterapie</i>	21
1.4.3 <i>Psychodrama a dramaterapie</i>	22
1.4.4 <i>Terapie hrou</i>	22
1.4.5 <i>Psychogymnastika a psychopantomima, choreoterapie</i>	22
1.5 Biblioterapie	24
1.5.1 <i>Definice biblioterapie</i>	24
1.5.2 <i>Užití biblioterapie</i>	28
1.5.3 <i>Formy biblioterapie</i>	29
1.5.4 <i>Cíle, funkce a účinky biblioterapie</i>	29
1.5.5 <i>Druhy biblioterapie</i>	32
2 Pohádka a její charakteristika	35
2.1 Teorie pohádky	35
2.2 Základní charakteristika pohádky	36
2.2.1 <i>Využití pohádky</i>	39
2.3 Typy pohádek	41
2.4 Funkce a úloha pohádky	43
2.5 Psychoterapeutický pohled na využití pohádky	47
2.5.1 <i>Psychoanalytická terapie</i>	47
2.5.2 <i>Analytická terapie</i>	47
2.5.3 <i>Psychologické hledisko podle Brunna Bettelheima</i>	48

2.5.4	<i>Psychologické hledisko podle Michala Černouška</i>	48
3	Role pohádky v životě dítěte	49
3.1	Věkové členění dětí a mládeže	49
3.2	Charakteristika věkových stupňů	50
3.2.1	<i>Prenatální období</i>	50
3.2.2	<i>Období novorozence</i>	51
3.2.3	<i>Období kojence</i>	51
3.2.4	<i>Období batolete</i>	54
3.2.5	<i>Období předškolního věku</i>	55
3.2.5.1	Motorický vývoj	55
3.2.5.2	Kognitivní vývoj	56
3.2.5.3	Hra	58
3.2.5.4	Četba	58
3.2.6	<i>Mladší školní věk</i>	59
3.2.6.1	Motorický vývoj	59
3.2.6.2	Kognitivní vývoj	60
3.2.6.3	Četba	62
3.2.7	<i>Střední školní věk</i>	63
3.2.8	<i>Starší školní věk</i>	63
3.2.9	<i>Adolescence</i>	64
3.3	Význam pohádky v životě dítěte	65
3.4	Role pohádky v rozvoji a výchově dítěte	66
3.5	Vliv prostředí na socializaci dítěte	68
4	Léčba pohádkou a její charakteristika	70
4.1	Definice léčby pohádkou	71
4.2	Charakteristika terapeutických pohádek	72
4.2.1	<i>Psychoterapeutická pohádka</i>	74
4.2.2	<i>Výchovně psychologická pohádka</i>	75
4.2.3	<i>Relaxační pohádka</i>	76
4.3	Význam pohádky v léčbě pohádkou	77
5	Úzkost a strach v životě dítěte	78
5.1	Definice úzkosti a strachu	78
5.2	Historický pohled na úzkost a strach	80
5.3	Projevy úzkosti a strachu u dětí	82

5.3.1 Prenatální období.....	82
5.3.2 Novorozenecké období.....	83
5.3.3 Kojenecké období a období batolete	83
5.3.4 Předškolní věk	84
5.3.5 Školní věk.....	85
5.3.6 Období dospívání	86
5.4 Předcházení úzkosti a strachu	88
Praktická část.....	89
6 Aplikace léčby pohádkou v prostředí dětských domovů za spolupráce knihovníků z dětských oddělení veřejných knihoven	89
6.1 Výzkum současného stavu léčby pohádkou v dětských domovech.....	90
6.1.1 Představení dotazovaných	91
6.1.2 Metody výzkumu	94
6.1.3 Průběh výzkumu	94
6.2 Výsledky a závěry výzkumu.....	105
7 Návrh užití pohádky v dětských domovech za spolupráce knihovníků	108
7.1 Osobnost biblioterapeuta.....	109
7.1.1 Spolupráce biblioterapeuta s psychologem	111
7.2 Zvolení vhodného místa v dětském domově a v prostorách knihovny.....	112
7.3 Vhodná načasovanost léčby pohádkou.....	113
7.4 Metodika tvorby terapeutické pohádky	115
7.4.1 Vlastní tvorba terapeutické pohádky.....	115
7.4.2 Průběh léčby pohádkou	117
Závěr	118
Seznam použité literatury.....	119
Seznam příloh	132

Úvod

Dnešní doba je hektická a plná stresu. Každý z nás se setkává se situacemi, které musí hned řešit. Postupně se tak začíná vytrácet model rodiny. Rodiče nemají čas věnovat se svým dětem a stres u nich může projevovat nadměrným pitím alkoholu, domácím násilím či sexuálními zneužíváním. Tyto skutečnosti mají pak negativní vliv na vývoj dítěte. Děti se proto raději uchylují do virtuálního světa. V něm mohou navozovat různá přátelství a vztahy. Díky negativním zkušenostem se v bezbranném dítěti postupně shromažďuje úzkost a strach. V takovémto případě, kdy potřebujeme odstranit u dítěte příčiny strachu a úzkosti, by nám měla být nápomocna pohádka. Proto jsem si vybrala téma Užití pohádky v biblioterapii. Cílem práce je zmapovat situaci užití léčby pohádkou v prostředí českých dětských domovů. Tato práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část má pět hlavních kapitol. První kapitola práce se zabývá definicemi pojmů biblioterapie, bibliopsychologie, psychoterapie a dětská psychoterapie. Druhá kapitola je zaměřená na charakteristiku, typy, funkce a úlohy pohádky. Poslední podkapitola se zabývá psychoterapeutickým pohledem na využití pohádky. Jednotlivými obdobími lidského života a vlivem pohádky na ně se zabývá kapitola třetí. Novým fenoménem v oblasti biblioterapie je léčba pohádkou. Toto téma si přiblížíme ve čtvrté kapitole. Pátá kapitola se zabývá problematikou úzkosti a strachu v životě člověka. Řekneme si, jak vznikají a jaké jsou jejich projevy.

Praktická část je věnována konkrétnímu výzkumu uplatnění léčby pohádkou v dětských domovech. Výzkum byl proveden formou dotazníku, který měl za úkol zmapovat situaci v dětských domovech v České republice. Cílem bylo zjistit, zdali léčba pohádkou je využívána v praxi. Výsledky výzkumu jsou podrobně rozpracovány a graficky znázorněny. Touto prací bych chtěla poukázat na to, jak může být léčba pohádkou nápomocna při navazování kontaktu s dětmi v dětských domovech. Jsem si vědoma, že téma, které jsem si zvolila, není jednoduché, přesto doufám, že se mi podařilo naplnit smysl a účel této práce. Myslím si, že léčba pohádkou je zajímavým tématem a mohla by se stát novým námětem pro práci s dětmi v dětských domovech.

Teoretická část

1 Terminologické vymezení

1.1 Bibliopsychologie

„Bibliopsychologie je nauka, která se zabývá vlivem četby na duševní život člověka a zkoumá průběh psychických procesů během četby i následně.“¹ Zajímá se o to, „proč některé knihy jsou čteny více, jiné méně, proč spisy jednoho autora jsou oblíbenější než spisy jiného, proč se čtenář k některým knihám vrací a jiné ani nedočte apod.“² Cílem bibliopsychologie je pochopit psychologii autora a čtenáře. Vztah mezi knihou, čtenářem a autorem je nepřímý a je založen na zprostředkované sociální komunikaci. Před Rubakinem se mnoho vědců zabývalo vlivem četby na psychiku člověka. Ale byl to právě Nikolaj Alexandrovič Rubakin, který je považován za zakladatele bibliopsychologie, protože utřídil dosavadní poznatky o vztazích autora, literárního díla a čtenáře. V bibliopsychologii vznikly dva směry a to teoretický a praktický. Bibliopsychologie teoretická našla uplatnění v západní Evropě a bibliopsychologie praktická v Rusku.

1.1.1 Pojetí bibliopsychologie Nikolajem Alexandrovičem Rubakinem

Nikolaj Alexandrovič Rubakin (1862 - 1946) studoval v Petrohradě matematicko-fyzikální fakultu. Jelikož byl vězněm, nemohl následně vyučovat. Rubakin však objevil jiný způsob, jak své myšlenky a poznatky šířit. Stal se vedoucím knihovníkem v knihovně své matky. Začal psát knihy a začal si dopisovat se čtenáři, aby zjistil jejich slovní zásobu, jejich zájem. Rubakin společně se svou ženou připravovali seznamy knih pro čtenáře. Sám pak učil negramotné obyvatelstvo a věnoval se vytváření koncepce bibliopsychologie. Podle Rubakina je bibliopsychologie speciální odvětví psychologie, které studuje vzájemnou závislost mezi čtenářem, knihou a autorem. Předmět zkoumání v bibliopsychologii rozdělil na tři základní složky: psychologii autora a jeho knihy, distribuci knihy a její oběh, psychologii čtenáře.

¹ VÁŠOVÁ, L. *Úvod do bibliopedagogiky*. Praha: Institut sociálních vztahů, 1995. s. 81

² VÁŠOVÁ, L., ČERNÁ, M. *Bibliopedagogika*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1989. s. 62.

1) V psychologii autora a jeho knihy se Rubakin zaměřuje na charakteristiku autora, především pak na jeho psychologický typ, schopnosti a talent, pracovní kapacitu. V literární činnosti studuje žánr, začátek, průběh a konec literární tvorby. Rubakin zkoumá kvalitativní stránku podle míry představ, poznatků, pomocí kterých chtěl autor působit na čtenáře. Jeho pozornost byla zaměřena na zobrazení a celkovou úpravu studovaného materiálu. Jednalo se o ilustrace, celkovou grafickou úpravu, typ písma atd. Dle Rubakinova názoru by se měl čtenář literatury zajímat také o vzhled knihy.

2) V distribuci knihy a její cirkulaci klade Rubakin velký důraz na rozšíření a působení knihy v různých společenských vrstvách a také na knihovnickou znalost literatury a čtenářů. Zaměřuje se na oblíbenost různých typů literatury v různých sociálních skupinách.

3) Rubakin klade největší důraz na psychologii čtenáře. Vycházel z Kantovy filozofie a byl toho názoru, že čtenář nemůže úplně porozumět knize, jelikož nezná okolnosti vzniku díla a vlivy, které na autora působily během psaní. Rubakin zkoumal vliv knihy na různé čtenáře a vliv různých knih na jednoho čtenáře. Při výzkumu jedné knihy prováděl rozbor určité části textu, u celého díla zkoumal vliv knih na čtenáře.

Rubakin čerpal z mnoha jiných autorů a jejich poznatků, názorů, díky kterým vytvořil tzv. bibliopsychogické zákony. Těmi jsou: Humboldtův-Potebnjův zákon, Hennequinův zákon, Tainův zákon, Tardův princip nápodoby a sugesce, Machův zákon o ekonomii sil.

1.1.2 Psychologie čtenáře a účinky četby

Pojem čtenář můžeme definovat jako „osobu aktuálně čtoucí, z časového aspektu souborně toho, kdo čte a četl.“³ Existuje mnoho definic pojmu „osobnost,“ a proto je složité stanovit, která z definic je nejdůležitější. Dle Lidmily Vášové „Osobnost člověka je tedy organizovaný celek duševního života, integrovaný s biologickou a společenskou stránkou jeho existence v proměnlivou a dynamicky založenou strukturu.“⁴ Každého člověka můžeme považovat za osobnost, jelikož je jedinečný, disponuje individuálními zkušenostmi. Člověk žijící ve společnosti zaujímá určitou pozici, která odpovídá jeho socioekonomickým postavením, duševním a biologickým schopnostem. „Psychologie čtenáře bývá definována jako disciplína zabývající se procesem četby, vztahem čtenáře ke knize a dále tím, co s procesem četby souvisí, i když jej přesahuje např. výběrem četby, ovlivňováním čtenáře četbou, čtenářskými zájmy, typy čtenářů apod.“⁵ Dle Lidmily Vášové psychologie čtenáře zkoumá „psychologickou funkci vztahu člověka k literárnímu dílu v jeho komplexní a mnohoznačné podobě a úkolem psychologie čtenáře je právě zjišťovat souvislost mezi osobností a její četbou.“⁶ Neměli bychom se orientovat na čtenářské dovednosti, ale brát také v úvahu jeho další schopnosti a dovednosti (např. představivost, pozornost, paměť aj.). Tyto vlastnosti společně s ostatními pomáhají vytvářet čtenářův vztah k literatuře. Proces četby musíme odlišit od procesu čtení. „Výrazem čtení označujeme proces vnímání a uvědomování si významu čteného textu, slov, která mají určitý obsah a formu. Forma je psaná nebo tištěná podoba slova, obsah je konvenční význam. Čtení je tedy dešifrování grafických znaků a chápání významu slov na základě spojování jejich obsahu a formy.“⁷ „Pojmem četby vyjadřujeme proces, v němž je čtenáři přisuzován určitý smysl.“⁸ Četbu můžeme posuzovat z pohledu čtenářského zájmu a funkce.

³ NAKONEČNÝ, M. *Psychologie čtenáře. 1 díl.* Praha: ÚDA, 1965. s. 14

⁴ VÁŠOVÁ, L. *Úvod do bibliopedagogiky.* Praha: Institut sociálních vztahů, 1995. s. 51

⁵ CHALOUPKA, O. *Rozvoj dětského čtenářství.* 1. vyd. Praha: Albatros, 1982. s. 37

⁶ VÁŠOVÁ, L. *Úvod do bibliopedagogiky.* Praha: Institut sociálních vztahů, 1995. s. 32

⁷ Tamtéž, s. 34

⁸ NAKONEČNÝ, M. *Psychologie čtenáře. 1 díl.* Praha: ÚDA, 1965. s. 12

Robert Escarpit (1969) dělil četbu na funkcionální a literární. Funkcionální četba je určitým prostředkem informování. Člověk ji využívá pro vyhledání, upřesnění a doplnění informací. Do funkcionální četby můžeme zahrnout např. encyklopedie, příručky, slovníky aj. Naproti tomu literární četba má pro čtenáře psychologickou a estetickou funkci. Pomocí četby dochází u čtenáře k obohacení duševního života. Četba působí jako psychologická odměna. Za odměnu můžeme považovat určité uspokojení, ke kterému dochází při čtení. Účinky četby se mohou lišit v závislosti na povaze čtenáře.

Sociální psychologové rozlišují účinky četby:⁹

- *instrumentální účinky četby* přinášejí informace, které můžeme využít při řešení úkolů, životních problémů či situací. V takovýchto situacích můžeme sáhnout po literatuře technické, naučné, ale také i po beletrii, která nabízí určitý způsob řešení;
- *v prestižních účincích četby* je čtenářem člověk z určité sociální skupiny a vyhledává takovou literaturu, která mu umožní posílit jeho sebevědomí a sebeúctu. V takovéto četbě dochází ke zpětnému posílení vztahu mezi jedincem a skupinou;
- *v potvrzovacích účincích* čtenář v literatuře vyhledává takové informace, které utvrzují jeho názory či postoje. Čtenář tuto literaturu hodnotí pozitivně a objevuje v ní možnost posílit své jednání;
- *prostřednictvím estetických účinků četby* dochází pomocí obsahu a formy literatury u čtenáře k obohacování estetických hodnot. Literatura, která je hodnotná, obohacuje u dětského i dospělého čtenáře jazykovou kulturu, estetické cítění.
- *rekreační účinky četby* čtenáře pobaví, pomohou mu se odreagovat a četbou může strávit příjemné chvíle. S rekreačními účinky souvisejí také únikové účinky. Tyto účinky nastávají tehdy, když čtenář nalézá v četbě únik od svých problémů;
- *psychoterapeutické účinky četby* ovlivňují duševní zdraví člověka a z tohoto působení pak vychází základ biblioterapie.

⁹ VÁŠOVÁ, L. *Úvod do bibliopedagogiky*. Praha: Institut sociálních vztahů, 1995. s. 60

1.2 Psychoterapie

Slovo psychoterapie vzniklo spojením dvou řeckých slov a to psýché a therapeuó. Psýché vyjadřovalo duši. Terapie je odvozena od slova therapeuó, které znamená soužití a dále od slova therapón, které označuje služebníka bohů. Psychoterapie je interdisciplinární a transdisciplinární obor, který vychází z psychologie. I v psychoterapii se setkáváme s různými definicemi, a proto si uvedme některé z nich. „Psychoterapie je zvláštní psychologická péče poskytovaná potřebným lidem, tedy lidem, kteří jsou vnitřně destabilizováni, nebo jim tato destabilizace hrozí.“¹⁰ Dle Petra Boše „je psychoterapie kvalifikovaná činnost, zaměřená na řešení problémů navozením změny stavu či situace systému.“¹¹ Radkin Honzák říká, že „psychoterapie je způsob léčení psychologickými prostředky. Je to mnohvrstevný proces, v němž oba (všichni) účastníci dávají i dostávají, hledají, nalézají a objevují. Terapeut je ten, který by neměl být zaskočen objevenými skutečnostmi.“¹² Podle Jaroslava Skály je „psychoterapie přátelské utkání, při kterém má bodovat terapeut, ale vyhrát pacient.“¹³ C. R. Rogers vidí psychoterapii jako „terapii zaměřenou na klienta, člověk má volnost v tom, aby si vybral jakýkoli směr, ale ve skutečnosti si vybírá pozitivní a konstruktivní cesty.“¹⁴ Antonín Šimek říká, že „psychoterapie je setkání, které probíhá ve vztahu mezi pacientem a terapeutem. Nejpodstatnější je, aby to nebyla hra na něco, ale opravdový vztah, ve kterém jdou kus cesty, a ta společná chůze, vlastně společné bytí jsou důležité nejenom pro pacienta, ale i pro terapeuta.“¹⁵ V dnešní době je člověk vystaven pracovnímu i vztahovému vypětí, dlouhodobým stresům, které mohou u něj vyvolat nejrůznější potíže. Jsou to např. zdravotní potíže, poruchy spánku, syndrom vyhoření a deprese. Pomocí psychoterapie lze u člověka zlepšit chování a obohatit jeho osobnost. Psychoterapie působí na člověka léčivě, preventivně a rehabilitačně.

¹⁰ Vymětal, J. *Úvod do psychoterapie*. 3., aktualiz. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2010. s. 9

¹¹ Tamtéž, s. 12

¹² Tamtéž, s. 12

¹³ Tamtéž, s. 13

¹⁴ Rogers, Kohut a Erickson: osobní pohled na některé podobnosti a odlišnosti. In J. K. Zeig, *Umění psychoterapie*. Praha: Portál, 2005. s. 309-322

¹⁵ Vymětal, J. *Úvod do psychoterapie*. 3., aktualiz. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2010. s. 13

V rámci psychoterapie dochází ke zvyšování kvality života člověka. „Psychoterapii jako léčebnou činnost můžeme od ostatních odlišit v několika směrech: čím působí, čeho má dosáhnout, co se při ní děje a kdo působí.“¹⁶ Léčebné působení probíhá pomocí psychologických prostředků. Mezi tyto prostředky můžeme zahrnout rozhovor, sugesci, vytváření terapeutického vztahu, interakci ve skupině a další. Využití psychologických prostředků je záměrné a plánovité. Psychoterapie léčebně působí na nemoci, poruchy nebo anomálie. Pomáhá lidem s psychogenními poruchami a odstraňuje jejich následky. Cílevědomě působí na duševní funkce a stavy, na člověka samotného a v neposlední řadě na činitele, které poruchy způsobují. Působením na člověka má psychoterapie pomoci ve zmírnění nebo odstranění potíží a také jejich příčin. Pomáhá zlepšit zdravotní stav pacienta.

Dále pomáhá pacientovi při zvládání životních problémů či konfliktů. V průběhu psychoterapie dochází ke změnám v prožívání a chování člověka. Člověk se postupně učí rozumět souvislostem a učí se sociálním dovednostem. Psychoterapii musí provádět kvalifikovaný člověk s lékařským nebo psychologickým vzděláním se speciálním výcvikem. Základ psychoterapie je postaven na snaze o navrácení duševního zdraví pacientovi a následně mu pomoci žít plnohodnotný život. Různé osobnosti pacientů vyžadují různé metody léčby, a proto bychom měli také rozlišovat jednotlivé cíle. Dle Kratochvíla existují dvě odlišná vyjádření cílů psychoterapie.¹⁷ Jedním z těchto cílů je odstranění chorobných příznaků. Člověk přichází do ordinace s různými problémy ze svého života. Terapeut má za úkol mu pomoci s jejich odstraněním. Cílem psychoterapie je pomoci pacientovi v navazování kontaktů, obnovení pracovní schopnosti. K naplnění cíle dojde, jakmile jsou odstraněny příznaky, které tomu předtím bránily. Druhým cílem psychoterapie je resocializace, reorganizace pacientovy osobnosti. Přístup je zde volnější oproti předchozímu. Díky tomuto přístupu dochází k hlubšímu a důkladnějšímu působení na člověka.

¹⁶ KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1997. s. 13

¹⁷ Tamtéž, s. 17

1.2.1 Formy psychoterapie

1) Psychoterapie individuální – V rámci psychoterapie vzniká intenzivní vztah mezi klientem a psychoterapeutem. Tento vztah je asymetrický, řídí a kontroluje jej psychoterapeut. Z počátku je asymetrie větší, postupně dochází k zmenšování. Průběh terapie je ovlivněn chováním klienta a záleží na něm, jakým směrem se terapie bude vyvíjet. Individuální psychoterapie je založena na vzájemném působení a komunikaci. Psychoterapeut má za úkol pomoci klientovi překonat obavy z reálného života.

2) Psychoterapie skupinová (rodinná nebo partnerská)

Skupinovou terapii můžeme dělit na dva základní typy a to na uměle vytvořenou skupinu nebo skupinu přirozenou. Uměle vytvořené skupiny jsou tvořeny z klientů, kteří se vůbec neznají. Skupiny lze dělit podle různých hledisek a dále záleží na problémech klientů. Velikost skupin je rozdílná, stejně jako zastoupení mužského či ženského pohlaví. Přirozená skupina je složená z klientů, kteří se znají nebo společně žijí. Do této skupiny patří partneři nebo rodiny. V rámci psychoterapie jsou řešeny rodinné či partnerské problémy. Psychoterapeut pracuje s celou rodinou a přistupuje ke každému členu jako k součásti rodinného systému.

3) Léčebné společenství

Je to léčebně rehabilitační systém, který je zaměřen na člověka jako na psychosociální a biologickou jednotku. Terapie je prováděna ve zdravotnických zařízeních (alkoholické léčebny, psychiatrické léčebny aj.), kde dochází ke vzájemnému ovlivňování mezi pacienty a personálem. Důležitým faktorem pro úspěšnou terapii je aktivní účast v komunitě nebo společenství. Díky této terapii by mělo dojít ke zlepšení současného stavu, změně chování a ke zvládnutí problémů.

1.3 Dětská psychoterapie

Psychoterapie úzce souvisí s výchovou dítěte. Výchova je zaměřena na zdravý vývoj dítěte. Psychoterapie se soustřeďuje na odstraňování chyb, které nastaly při vývoji dítěte ať už nesprávnou výchovou nebo jinými činiteli. Z historického hlediska se psychoterapie dělí do dvou základních proudů, které se navzájem prolínají. První proud navazuje na znalosti dětské psychologie. Začaly vznikat výchovné poradny, dětské výchovné kliniky aj. Druhý proud české psychoterapie vznikl na základě poznatků z psychoterapie dospělých. Oba proudy obohatily dětskou psychoterapii o nové poznatky a následně se začaly rozvíjet nové přístupy v terapeutické práci s dítětem. Od 50. let 20. stol. se začíná prosazovat zavedení psychoterapeutických postupů do klinické praxe. Vznikla řada institucí, které se zaměřují na děti a mládež (např. krizová centra, poradny pro mládež, linky důvěry). Úkolem těchto institucí je pomáhat dětem a mládeži v krizových situacích a při psychických problémech. Na nás je, abychom před problémy svých dětí, a nejen jich, nezavírali oči.

1.3.1 Cíle dětské psychoterapie ¹⁸

V první úrovni to jsou základní cíle, které lze aplikovat na všechny děti. Mezi cíle patří naučit dítě zvládnout bolestné zážitky. Pomoci dítěti věřit sám sobě a změnit způsob svého chování. Pomocí psychoterapie můžeme dítěti pomoci v tom, aby bylo schopno žít spokojeně a bylo schopno se přizpůsobovat novým situacím. Rodičovské cíle jsou na úrovni druhé a tyto cíle jsou stanoveny na základě rodičovských požadavků. Rodiče informují terapeuta o jejich pohledu na danou problematiku a snaží se s ním přijít na vhodná řešení. Terapeut v rámci třetí úrovně vytváří hypotézu, podle které může zjistit, proč se dítě chová určitým způsobem. Na základě hypotézy je terapeut schopen určit příčiny takového chování a následně doporučit možnosti řešení. Každá terapeutova hypotéza musí vycházet z teoretických poznatků z oblasti dětské psychologie a dále z případů, se kterými se už terapeut během své praxe setkal. Ve čtvrté úrovni se objevují při terapeutických sezeních určité cíle dítěte.

¹⁸ GELDARD, K., GELDARD, D. *Dětská psychoterapie a poradenství*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2008. s. 11-13

Dítě své cíle do jisté míry není schopné samo slovně vyjádřit, a proto jsou v rámci terapie využívány různé prostředky (kresba aj.). Jestliže chce terapeut objevit potřeby dítěte a následně se jimi zabývat, musí se řídit podle dítěte.

1.3.2 Proces dětské terapie

Proces dětské terapie by měl postupovat podle určitého schématu (fáze úvodního zhodnocení, terapie dítěte a revize výsledků terapie). Procesy v rámci terapie nemusí probíhat vždy stejně, jelikož každé dítě má jiný problém, se kterým na terapii dochází.

Fáze úvodního zhodnocení je obdobím přípravy. Shromažďují se zde informace o problémech dítěte. Pomocí těchto informací je terapeut schopen si vytvořit představu o možnosti terapie. Na základě získaných informací je terapeut schopen vybrat vhodná média pro práci s dítětem tak, aby mohl zahájit terapii. Součástí úvodní fáze je setkání se zadavatelem (např. rodiče, lékař, sociální úřad aj.), od něž potřebuje terapeut získat informace, které jsou pro něj velice důležité. Terapeut by se měl zajímat o to, s jakými problémy dítě přichází na terapii, v jakém prostředí dítě žije, s kým se stýká. Jestliže jsou to rodiče, kteří přicházejí s dítětem do ordinace, měl by s nimi terapeut navázat terapeutický kontakt. Toto sezení se děje bez přítomnosti dítěte, zde rodiče mohou říct názor na chování dítěte, popsat za jakých situací a jak se dítě chová, co to může vyvolávat a jak oni samotní na tyto situace reagují. Terapeut by měl s rodiči mluvit o průběhu terapie dítěte. Jestliže terapeut shromáždil dostatek informací, může stanovit hypotézu a následný postup při řešení aktuálních problémů dítěte.

Ve fázi terapie dítěte je nutno již na začátku zvolit vhodné médium, které bude v rámci terapie využito. Musí se zohlednit věk, pohlaví, osobnost a typ emočního problému dítěte. Při navazování vztahu s dítětem se musí kontakt navázat již v čekárně. Následně si terapeut v přítomnosti dítěte promluví s rodiči. Důležitou částí procesu je, aby rodiče v přítomnosti dítěte řekli, co je přivádí do poradny. Při navazování vztahu s dítětem mu terapeut vysvětlí, co se bude během terapie dít a co bude následovat. Rodiče na něj budou čekat venku před ordinací. Důležitou roli v terapii hraje vztah dítě-terapeut. Terapeut na začátku musí vymezit základní pravidla, aby dítě vědělo, co smí a nesmí dělat.

Jakmile se dítě v průběhu terapie cítí dobře, může terapeut požádat dítě o vyprávění příběhu. Aby dítě bylo schopno vyprávět svůj příběh, musí získat jeho důvěru. Bez této důvěry se nemůže dále rozvíjet terapeutický vztah mezi terapeutem a dítětem. Pomocí speciálních terapeutických dovedností umožní terapeut dítěti vyprávět vlastní příběh. V procesu zkoumání a chápání doprovází dítě, aby bylo schopno pochopit potíže a řešit je. Ve fázi řešení problému dítě pomalu cítí, že jeho citové strádání se zmenšuje a jeho problémy se řeší. Terapeut pomáhá dítěti v řešení problémů, aby je neznepokojovaly. V rámci terapie dochází u dítěte k získávání převahy nad problémy, a tudíž se zlepšuje jeho sebeoceňování a posilují se jeho sociální vztahy. Úkolem terapeuta je naučit dítě novým způsobům uvažování a chování. Díky tomu dojde k lepšímu přizpůsobení se okolí.

V poslední fázi s názvem *revize výsledků terapie* jde o posouzení a zhodnocení terapie v přítomnosti rodičů a dítěte. Terapeut by měl posoudit, že již nejsou nutná další terapeutická sezení, zhodnotit přínos skončené terapie a popř. navrhnout další vhodná doporučení. V dětské psychoterapii je kladen důraz na vyprávění příběhu dítětem a naším úkolem je mu to vyprávění usnadnit a umožnit. Terapeut musí využít své dovednosti a použít hru, aby v dítěti vzbudil zájem o to, aby příběh vyprávělo samo.

1.4 Expresivní terapie

„Expresivní terapie je integrativní multimodální terapie, která klade důraz na léčivé aspekty tvořivého procesu. Pohyb, kreslení, malování, modelování, hudba, psaní, zvuk a improvizace jsou využívány jako podpůrné, na klienta zaměřené situace vytvářené za účelem prožívání a vyjadřování pocitů“¹⁹ „Terapeutické přístupy lze obecně vymežit jako takové způsoby odborného a cíleného jednání člověka s člověkem, jež směřují od odstranění či zmírnění nežádoucích potíží, nebo odstranění jejich příčin, k jisté prospěšné změně“²⁰ Nyní si přiblížíme metody terapií, které můžeme kombinovat a realizovat společně s biblioterapií.

1.4.1 Arteterapie

Pojem arteterapie se odvozuje od latinského slova *ars* – umění a řeckého *therapeuēin* – léčit. Arteterapie využívá pro průběh terapie kreslení, malování nebo modelování. Člověk se pomocí kresby odpoutává od svých špatných myšlenek a stavů. Dále podporuje v sobě svou osobnost, rozvíjí své umění. Prostřednictvím kresby sděluje okolí, co by slovně nedokázal. „Důležitý je moment seberealizace: pacienti v kresbách, malbách a plastikách uskutečňují svůj fantazijní svět. Promítají do něho své myšlenky a city, motivy, postoje a potřeby.“²¹ Arteterapie je praktikována ve skupinách. Členové skupin mají za úkol pomocí výtvarných potřeb znázornit zadané téma graficky. Po vytvoření malby, kresby či plastiky musí členové skupiny vysvětlit, co vytvořili a co přitom prožívali. Okruhy pro téma pro malbu, kresbu či modelování mohou být: vlastní minulost či přítomnost, budoucnost a jaké jsou cíle do budoucnosti, a v neposlední řadě vztahy ve skupině. Co se týče technik, v arteterapii mohou být různé. Např. volná kresba, ve které si každý tvoří, co chce. Dále komunikace mezi členy skupiny, kteří se domlouvají pouze pomocí obrázků.

¹⁹ RUBIN, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii : teorie & technika*. Vyd. 1. V Praze: Triton, 2008. s. 254

²⁰ MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice : teorie a metodika*. 1. vyd. V Olomouci: Univerzita Palackého, 2005. s 13

²¹ KULKA, Jiří. *Psychologie umění*. Vyd. 2., přeprac. a dopl., V Grada Publishing 1. Praha: Grada, 2008. s. 65

Další technikou může být tzv. doplňovačka. V té se zvolí téma kresby a každý člen skupiny doplňuje tuto kresbu. Ať už se zvolí jakékoliv téma a technika, je vždy nutné po ukončení kreslení, malování či modelování o dané tvorbě besedovat. Úkolem ostatních členů skupiny je zjistit, co chtěl tvůrce pomocí díla říct.

1.4.2 Muzikoterapie

Pojem muzikoterapie pochází z řeckého *therapeia* - léčba a latinského *musica* - hudba. „Muzikoterapie využívá jako léčebného faktoru hudbu, a to jak jejího poslechu, tak i k aktivního provozování.“²² Muzikoterapie probíhá mezi terapeutem, pacientem a hudbou, přičemž důležitou roli hraje rytmus, melodie, harmonie a intenzita hudby. U lidí s komunikačními problémy může hudba tvořit prostředek pro jejich projev. Umožňuje tak člověku úspěšný kontakt s okolím, rozvíjí sám sebe a zlepšují se jeho adaptační schopnosti. V terapii hudbou vědomě můžeme ovlivňovat a měnit náladu pacienta. Hudba musí mít jasnou strukturu, vzorec melodie, rytmus, rychlost a intenzitu. Dle Vymětala (2007) můžeme muzikoterapii dělit na pasivní a aktivní. **Pasivní (receptivní) muzikoterapie** je vnímání hudby nebo poslech hudby. Následuje pak diskuse nad pocity ze slyšené hudby. **Aktivní muzikoterapie** je hra na hudební nástroje či zpěv, popř. jiné vyluzování zvuků. Muzikoterapii můžeme využívat při snížení úzkosti u pacienta, při poruchách nálady a také u všech typů psychických onemocnění. Pomocí hudebních nástrojů může člověk vyjádřit své pocity, současný stav, své nálady, ale také komunikační potřeby. U dětí se často využívají hudební hry, které jsou založené na rytmu, zpěvu, ale také pohybu. Díky tomu dochází ke zlepšení soustředění, sociálního citění, ale také zdravotního stavu u dítěte. Hudba slouží také k odreagování se od působení okolního světa. Člověka uklidňuje a vyvolává v něm příjemné zážitky.

²² VYMĚTAL, Jan. *Speciální psychoterapie. 2.*, přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007, s. 284

1.4.3 Psychodrama a dramaterapie

J. L. Moreno (1892-1974) definuje „**psychodrama** jako zkoumání pravdy dramatickými metodami, které se zabývají mezilidskými vztahy a soukromým světem pacienta.“²³ Psychodrama pomáhá člověku vnímat a poznávat vlastní pocity, potřeby. Co se týče oblasti interpersonální, zde pomáhá psychodrama zvýšit sebedůvěru, iniciativu, zvyšuje toleranci. V oblasti hodnotového systému psychodrama pomáhá danému člověku ujasnit si smysl života, jaký je jeho vztah k životu, ale také i ke smrti. „**Dramaterapii** lze definovat jako záměrné použití léčivých aspektů dramatického a divadelního procesu a příbuzných technik pro dosažení terapeutických cílů, jako je úleva od symptomů, emoční a fyzická integrace a osobní růst.“²⁴ V dramaterapii jsou používány divadelní činnosti, inscenace představení, vyprávění příběhů a také práce s loutkami. Dramaterapie se nezabývá pouze řešením problémů, ale pomáhá prostřednictvím hry ukázat na řešení dané situace. Rozdíl mezi psychodramatem a dramaterapií není příliš výrazný, nejčastějším rozdílem je to, že v psychodramatu hraje protagonista sám sebe a nehraje divadlo. Kdežto v dramaterapii protagonista hraje určitou roli, která je mu na začátku představení přidělena a musí spolupracovat s ostatními protagonisty.

1.4.4 Terapie hrou

Terapii hrou lze použít u dětí ve věku od tří do dvanácti let. Při terapii hrou dochází u dítěte k projevům jeho úzkosti, strachu, nejistoty. Tyto projevy se dítě snaží rozpoznávat a pochopit je. Následně dojde u dítěte k uvolnění jeho stavu. Terapii hrou můžeme praktikovat jak skupinově, tak individuálně podle problémů daného dítěte. Terapie hrou je vhodná pro děti, které se bojí navázat s ostatními kontakty, špatně si zvykají na školní prostředí, mají problémy s učením, dostaly se do velmi vážné rodinné situace (smrt v rodině, rozvod rodičů).

1.4.5 Psychogymnastika a psychopantomima, choreoterapie

Psychogymnastika, psychopantomima a choreoterapie využívají pro svou terapii pohyb, tj. léčba pohybem. Terapie pohybem obsahuje různá cvičení, která jsou zaměřena na jednotlivé svalové skupiny. Při pohybu dochází u člověka k uvolnění svalů a rozproudění krve, a to následně přináší dobrou náladu.

²³ VYMĚTAL, Jan. *Speciální psychoterapie. 2.*, přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007. s. 260

²⁴ Tamtéž, s. 270

Psychogymnastika využívá pohyb jako prostředek sebevyjádření a komunikace. V psychogymnastice dochází k procvičování celého těla od hlavy až k patě. „Gymnastická část posléze přechází ve výraznou část metody, kdy se již pacienti zaměřují na uvědomování si vlastního těla, především pocitů napětí a uvolnění, prožívání kontaktů s lidmi a věcmi, fyzické znázorňování myšlenek a představ.“²⁵

V **psychopantomimě** je kladen důraz na fantazii a zobrazování různých dějů pohybem. **Choreoterapie** je tzv. léčba tancem. V choreoterapie je důležitý rytmus a souhra. Pomocí hudby dochází k usnadnění pohybu a k dodávání na intenzitě prožitku.

1.4.6 Filmoterapie

„Filmoterapie je zaměřena na emoční percepci vybraného díla. Smyslem terapie je reflexe prožívané zátěžové situace, v tomto případě je zdrojem prožitku a následné terapeutické práce cíleně vybraný film.“²⁶ Při výběru filmu bychom se měli řídit takovými pravidly, aby nedocházelo k přetěžování člověka náročným dějem. Jedním z cílů filmoterapie je pomoci člověku znovu se začlenit do společnosti. Hlavními funkcemi filmoterapie jsou – funkce výchovná, osobnostně rozvojová, vzdělávací, kulturní, rekreační, terapeutická, rozvoj komunikačních dovedností.

²⁵ KULKA, Jiří. *Psychologie umění*. Vyd. 2., přeprac. a dopl., V Grada Publishing 1. Praha: Grada, 2008. s. 68

²⁶ ŠAUEROVÁ, Markéta, ŠPAČKOVÁ, Klára, NECHLEBOVÁ, Eva. *Speciální pedagogika v praxi : [komplexní péče o děti se SPUCH]*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012. s. 119

1.5 Biblioterapie

Pojem biblioterapie poprvé použil v roce 1916 Samuel Crothers, když spojil dvě slova řeckého původu: kniha (biblion) a léčba (therapeia). Biblioterapie používá knihu jako léčebný prostředek. V roce 1941 se objevila přesnější definice, ve které je biblioterapie vymezena jako využití literatury při léčbě nervových onemocnění. Biblioterapie již v dobách starověkého Řecka byla použita jako terapeutická metoda. Biblioterapie jako interdisciplinární metoda je využívána psychiatry, pedagogy, sociálními pracovníky a knihovníky. Biblioterapie dosáhla uznání nejprve ve Spojených státech amerických. V USA byly vytvořeny instituce, časopisy a byly pořádány i první konference. Následně se v nemocnicích začaly vytvářet knihovny, které sloužily potřebám pacientů. Již v období 2. světové války byla biblioterapie v USA používána a velice rychle rostla popularita psychoterapeutických metod. Především byla využívána v nemocnicích nebo rehabilitačních ústavech, kde byla péče zaměřená především na raněné vojáky z 2. světové války. V USA se stala pomocníkem při každodenních problémech. Využívá se tedy v zemích USA, anglicky mluvících zemích, v Německu, ve Skandinávii, v bývalém Sovětském svazu, v Polsku, na Slovensku, v Čechách (např. v psychiatrické léčebně v Bohnicích, v Kroměříži aj.)

1.5.1 Definice biblioterapie

Terapie je „léčení tělesných a duševních poruch a poruch chování.“²⁷ Biblioterapie, ve speciálně pedagogickém smyslu, je tedy využití slova a přidružených složek za účelem navození optimálního emočního stavu příslušného klienta, následně k ovlivnění jeho prožívání a jednání.“²⁸ „Biblioterapie je podpůrná metoda psychoterapie, která využívá četbu k léčbě duševně chorých. Četba pomáhá účelně využít volný čas, překonávat depresivní stavy a duševní krize, řešit vnitřní konflikty a podporovat adaptivní mechanismy člověka.“²⁹

²⁷ HARTL, P. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. s. 276

²⁸ SVOBODA, P. *Poetoterapie*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. s. 151-152

²⁹ HARTL, P. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. s. 32

„To, že čtenář dovede četbu „prožít“, dovede se touto činností hluboce zaujmout, vedlo lékaře a vychovatele k myšlence záměrného léčebného a výchovného užití četby u psychicky narušených jedinců. Tato záměrná léčebná práce s knihou dostala označení biblioterapie,“³⁰ tak definuje Valenta společně s Müllerem biblioterapii. Podle Ol'gy Číkové „ide o doplňující proces či terapiu, ktorej hlavným nástrojom je napísané slovo a následná diskusia. Literatúra ako interakčný činiteľ má pôsobiť na pacienta tak, aby sa dosiahol maximálny účinok v jeho odezve – vo vlastnom verbálnom prejave.“³¹ „Biblioterapie je metoda psychoterapie využívající léčebné a podpůrné účinky četby.“³² Definice dle Julie Křivinkové: „Biblioterapie je plánovité řízení četby psychicky nemocných pod dohledem lékaře za pomoci kvalifikovaného knihovníka.“³³

Pro širší pojetí můžeme použít definici M. A. Belajové: „Biblioterapie je taková forma čtení nemocných, která je zapojena do okruhu metod klinicky aplikovaných v psychoterapii. V rámci rehabilitace má své místo v komplexní léčbě nemocných.“³⁴ Wita Szulc definuje biblioterapii: „Biblioterapie se zakládá na využívání určených literárních děl za účelem řešení problémů fyzické a emocionální podstaty. Její aplikací do praxe se zabývají profesionálové z oboru knihovnictví, psychoanalýzy, výchovy a nauky o chování. Účastníky biblioterapeutických sezení jsou pečovatelé, pacienti léčící se doma, pacienti léčící se ve zdravotních střediscích, studenti, klienti, farníci. Literaturu lze využívat v mluvené, tištěné nebo audiovizuální podobě a mohou to být jak díla vytvořená samotnými pacienty, tak díla jiných autorů. Biblioterapii můžeme rozdělit na psychoterapeutickou a výchovnou. Díky biblioterapii je možné dosáhnout náhledu do svého nitra, dále pak emoční otevření, může dojít i k vyléčení, možná je rovněž proměna osobnosti. Aby se biblioterapeut mohl zabývat biblioterapií a aby se vyvaroval nežádoucích efektů, musí znát knihy a lidi a projít školením v oblasti psychoterapie a literatury. Biblioterapie je formou komunikace, která způsobuje osvěžení mysli.“³⁵

³⁰ VALENTA, M; MÜLLER, O. *Psychopedie*. Praha: PARTA, 2004. s. 170 - 171.

³¹ ČÍKOVÁ, Ol'ga. Trendy modernej biblioterapie. *Čítateľ*, 1981, roč. 30, č. 12, s. 429-431.

³² KISK [online]. 2007 [cit. 2010-09-30]. Biblioterapie. Dostupné na WWW: <<http://kisk.phil.muni.cz/wiki/Biblioterapie>>.

³³ KŘIVINKOVÁ, Julie. Komu biblioterapie? *Čtenář*, 1967, roč. 19, č. 12, s. 397

³⁴ BELAJOVÁ, M.A. Biblioterapia. *Rehabilitácia*, 1970, roč. 3, č. 1, s. 47

³⁵ SZULC, W. Biblioterapia - model polski. *Bibliotekarz*, 1991, nr 7/8, s. 21

V zahraniční literatuře také nalezneme množství definic, které se zabývají biblioterapií. Můžeme si uvést pár z nich.

V roce 1941 byla poprvé definována biblioterapie v Dorland's illustrated medical dictionary jako „the employment of books and the reading of them in the treatment of nervous disease.“³⁶³⁷ Ve velmi uznávané encyklopedii s názvem Encyclopedia of library and information science³⁸ z roku 1970, pod pojmem biblioterapie nalezneme definici „the use of books and related materials in the treatment of the sick. It is a program of selected activity involving reading which is planned, conducted, and controlled as treatment, under the guidance of a physician, for the emotional and other problems. Bibliotherapy is a mode of communication. Books and related materials are media used to assist in establishing a means of communication and in reinforcing the therapeutic climate of acceptance“³⁹ Ve Webster's Third New International Dictionary⁴⁰ z roku 1971 se můžeme dočíst, že biblioterapie je chápána jako „the use of selected reading materials as therapeutic adjuvants in medicine and psychiatry: also guidance in the solution of personal problems through directed reading“⁴¹ V roce 1980 definovali Devlin, Gedaly-Duff a Berg⁴² biblioterapii jako „a process of using literature to help children express themselves in order to promote healthy adaptation“⁴³

³⁶ Rubin, R. J. *Bibliotherapy sourcebook*. London: Oryx, 1978. s. 1

³⁷ Volně přeloženo: využití knih k péči pro duševně nemocné

³⁸ Tews, R. M. *Encyclopedia of Library and Information Science, Vol. 2*. New York: Marcel Dekker, 1970. s. 448.

³⁹ Volně přeloženo: použití knih při péči o nemocné. Vybrané činnosti, které zahrnují čtení, jsou plánované, vedené a sledované lékařem a zaměřené na emocionální nebo jiné problémy. Biblioterapie je způsob komunikace. Knihy a související materiál pomáhají podporovat způsoby komunikace a posilují účinky léčby.

⁴⁰ *Webster's Third New International Dictionary*. Springfield, MA: Merriam-Webster, 1971. s. 212.

⁴¹ Volně přeloženo: terapeutické využití literárních textů především v medicíně a psychiatrii, které pomáhají pomocí řízené četby řešit osobní problémy

⁴² Berg, S., Devlin, M., Gedaly-Duff, V. The child facing loss : A selective bibliography for bibliotherapy. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 1980, vol. 4, no 4, s. 37-50

⁴³ Volně přeloženo: proces použití literatury, která má být nápomocna při zlepšování schopnosti se přizpůsobovat.

Roku 1987 Roland S. Lenkowsky definoval biblioterapii jako: „the use of reading to produce affective change and to promote personality growth and development. It is an attempt to help young people understand themselves and cope with problems by providing literature relevant to their personal situations and developmental needs at appropriate times.“⁴⁴ ⁴⁵ Jean a John Pardeckovi definovali v roce 1993 biblioterapii jako „the use of literature to helping children cope with changes in their lives is referred to as bibliotherapy.“⁴⁶ Amer (1999) definuje „bibliotherapy as the use of children’s literature to explore children’s feelings about self-esteem, the experience of living with chronic condition, and the ability to relate to a main character with a similar condition.“⁴⁷ „Biblioterapia jest metodą psychoterapeutyczna, która ma za zadanie wzmocnić i wzbogacić zasoby pacjenta.“⁴⁸ ⁴⁹

⁴⁴ Lenkowsky, R. S. Bibliotherapy : a review and analysis of the literature. *The Journal of Special Education*, 1987, vol. 21, s. 123

⁴⁵ Volně přeloženo: užití četby k tomu, aby vyvolala citové změny a podpořila osobnostní růst a rozvoj. Je to způsob, jak pomoci mladým lidem, aby pochopili sami sebe a uměli se vypořádat se svými problémy. Dít se tak může pomocí literatury, která je zaměřena na jejich životní situaci nebo osobní rozvoj

⁴⁶ Pardeck, J. T.; Pardeck, J. A. Using developmental literature with collaborative groups. *Reading improvement*, 1993, vol. 27, no 24, s. 226

⁴⁷ Amer, K. Bibliotherapy : using fiction to help children in two populations discuss feelings. *Pediatric Nursing*, 1999, vol. 1, s. 91–95

⁴⁸ MOLICKA, M. *Bajkoterapia. O lękach dzieci i nowej metodzie terapii*. Poznań: Media Rodzina, 2002. s. 104

⁴⁹ Volně přeloženo: Biblioterapie je psychoterapeutická metoda, která má za úkol posílit a obohatit pacienta.

1.5.2 Užití biblioterapie

Při širším pojetí v rámci biblioterapie působí četba na psychický stav klienta, který se nachází v jiném prostředí, než v jakém byl zvyklý vyrůstat, např. věznice, sanatoria, dětské domovy aj. Klienta mohou trápit psychické problémy, sociální problémy (stres, úzkost, odloučení), nemoc somatického původu apod. Biblioterapie se dá uplatnit u člověka, který se potýká s problémy v životě nebo se dostal do obtížné životní situace, trpí osobní krizí. Biblioterapie je v tomto případě určitou formou prevence vzniku duševního narušení. V rámci terapie je pacientovi čtena literatura, která odpovídá jeho osobnosti, věku, zájmům či životní situaci, ve které se momentálně nachází. Biblioterapie má pomoci pacientovi vyrovnat se s problémy a pomoci mu nalézt vhodné řešení. U klientů hospitalizovaných v ústavech či léčebnách je důležité, aby měli stálý kontakt s okolním světem a mohli díky tomu uspokojovat své kulturní potřeby. Literaturou, která je pro biblioterapii převážně vybírána, je beletrie. Biblioterapeut by měl mít k dispozici seznam knih, které jsou zaměřené na daný problém a následně jej řeší. Důležitou roli by měla hrát také spolupráce mezi biblioterapeutem a ošetřujícím lékařem. Lékař může poskytnout biblioterapeutovi zásadní informace, týkající se duševního a tělesného stavu klienta, o jeho nemoci. Díky těmto informacím je biblioterapeut schopen vybrat takovou literaturu, která má na klienta pozitivní účinek. Kdyby knihovník zvolil knihu se špatným obsahem, mohlo by to u klienta vést ke zhoršení stavu. Své místo v biblioterapii má také naučná literatura. V naučné literatuře se nachází mnoho příkladů, které mohou být nápomocny při hledání nových přístupů v řešení problémů. V příručkách se můžeme dovědět, jak postupovat při problémech týkajících se např. asertivity, různých forem psychických poruch, umění vyjednávat, řešit konflikty. Tyto příručky poskytují informace o dané problematice, ukazují na příkladech, jak lze postupovat v řešení problémů. Jsou psány především psychology či psychiatry, a tudíž je můžeme považovat za hodnotný materiál. Při biblioterapii bychom měli začít zprvu naučnou literaturou, abychom pochopili daný problém, a pak mohli následně pokračovat díly beletristickými.

Při užším pojetí biblioterapie jde o vedenou četbu, která je zaměřena přímo na psychicky nemocného člověka a jeho duševní chorobu (např. léčba závislosti na drogách, alkoholu, neurotické poruchy aj.). Léčba je řízena a vedena pod dozorem odborníka, např. psychologa, lékaře a poučeného knihovníka.

1.5.3 Formy biblioterapie

Při práci s knihou bychom měli dbát na systematickosti. Biblioterapie se zaměřuje na individualitu pacienta a bere v úvahu jeho momentální situaci, ve které se nachází. Pokud zvolíme špatnou knihu, můžeme pacientovi ublížit. Měli bychom zohlednit, pro koho je literatura určena, a zdali u něj nevzbudí vážnější komplikace (např. u drogově závislých – nevybírat četbu s touto tematikou, u pacientů po vážnější operaci – nevybírat četbu, která by u něj vzbudila velkou míru vzrušení). V biblioterapii se můžeme setkat se dvěma typy vedení biblioterapie. První z nich je *individuální biblioterapie*, která je zaměřena na spolupráci knihovníka s klientem. Pro knihovníka hraje důležitou roli klientova volba knihy. Při takovéto biblioterapii si knihovník musí vést záznamy o literatuře vybrané klientem a o rozhovorech s ním. Individuální biblioterapie je náročná, ale pokud bude vedena dobře, může být velice účinná. Druhou možností je *skupinová biblioterapie*, která je vedena ve skupině 8-10 lidí. Biblioterapie probíhá formou předčítání a pak následuje diskuze o přečteném příběhu. V rámci biblioterapie si klienti sdělují informace získané z knihy, uvažují nad jednáním a chováním postavy. Skupinová terapie navozuje dobrou a příjemnou atmosféru. Mezi klienty vzniká snaha si pomáhat a pochopit jeden druhého.

1.5.4 Cíle, funkce a účinky biblioterapie

Cílem biblioterapie je umění se vcítit do problému a následně mu porozumět. Dalším cílem je pomoci pacientovi s vyrovnáním se s problémy nebo životní situací, naučit ho, jak na ně reagovat a jak překonávat nejistoty nebo narušené sebevědomí. Měla by také pomáhat pacientovi nalézt nové pohledy na danou situaci, umět nalézt odpovědi na otázky života. Cílem je pomoci porozumět sám sobě a s novými znalostmi změnit svůj postoj a chování.

Podle Alice I. Bryan existuje šest cílů biblioterapie⁵⁰:

- a)** pacient není jediný, kterého trápí životní problémy. Pomocí knihy se může setkávat s lidmi, kteří se nacházejí ve stejné situaci, jako je on.
- b)** nabízí různá řešení pro dané problémy

⁵⁰ Rubin, R. J. *Bibliotherapy sourcebook*. London: Oryx, 1978. s. 29

- c) ukazují na různé motivy lidí, které jsou spojeny s danými situacemi
- d) přispívá ke zvyšování hodnoty lidských vztahů
- e) umožňuje nám přijímat informace, které jsou důležité pro vyřešení daných problémů
- f) podněcuje pacienta, aby se díval na danou situaci více realisticky

Účinky biblioterapie můžeme spatřovat.⁵¹

Při vhodně zvolené literatuře, která řeší situaci, ve které se nacházíme, můžeme objevit skryté vlastnosti a především povzbudit naše sebevědomí. Díky tomu jsme odhodlaní pustit se do řešení našich problémů a už v nich nevidíme jenom to negativní. Další účinek můžeme spatřovat v pomoci zmírnit negativní emoce, např. strach, úzkost. Pomocí četby jsme schopni nalézt řešení pro naši situaci, zapomenout na starosti každodenního života a snáze překonáme obtížná období našeho života. Četba literatury nám pomáhá se orientovat ve velkém množství informací a nabízí nám různé možnosti při řešení problémů. Dále napomáhá v odreagování se od problémů a okolního světa. Pomocí četby člověk může strávit velmi příjemné chvíle. Další účinek můžeme spatřovat ve vytváření vlastního hodnotového systému. Každý z nás si během svého života vytváří žebříček hodnot, které se pak mění v závislosti na životních situacích jednotlivce. Ze začátku je ovlivňován rodiči, školou a kamarády. S přibývajícím věkem je to práce, která do značné míry zasahuje do jeho způsobu života. Na základě životních zkušeností člověk přehodnocuje své postoje, začne si vážit věcí, kterých si předtím nevážil. Postupně přehodnocuje způsob svého života tak, aby byl v něm spokojený.

⁵¹ McMillen, S.; Pehrsson, D-E. Advocating for Clinicians, Students and Clients : the Bibliotherapy Education Project [online]. 2004 , May 2005 [cit. 2011-03-02]. Dostupné na WWW : <www.library.unlv.edu/.../bibliotherapy/documents/PSR-CSJ_Present_May05.ppt>.

Podle Křivohlavého se můžeme v biblioterapii setkat se sedmi funkcemi:⁵²

Informační funkce - kniha přináší čtenáři informace různého druhu. Kniha je zdrojem poučení. Pomocí četby si čtenář zvyšuje znalosti, díky tomu se naplňují vzdělávací cíle.

Výchovná funkce – čtenáři jsou prostřednictvím literatury předkládány názory, postoje, které mu mohou pomoci v rozšíření pohledu na svět.

Funkce „zrcadla“ - čtenář přijímá z četby informace, názory nebo postoje. Následně nad nimi polemizuje a srovnává své názory s názory autora. Toto srovnání může vést ke změně vlastního názoru nebo postoje.

Identifikační funkce – autor v knize předkládá určité vzory nebo modely, se kterými se může čtenář ztotožnit. Mohou to být modely jak se chovat v dané situaci, způsoby jakými řešit konflikty.

Očistná funkce – při četbě může docházet k psychické katarzi. Podle L. Sýkorové (1979) musí dojít ke shodě dvou faktorů a to díla, které je schopno katarzi vykonat a čtenáře, který je schopen katarzi prožít.

Estetická funkce - podle L. Sýkorové (1979) je kniha určitým dílem, které na nás může esteticky působit po stránce obsahové i formální.

Relaxační funkce - při četbě dochází k zaměřování se na děj knihy a již se tak nesoustředíme na dění kolem nás. Následkem toho dochází u čtenáře k uvolnění, oddechu a odreagování se.

⁵² KŘIVOHLAVÝ, J. Biblioterapie. *Československá psychologie*, roč. 31, č. 5 1987, 473 s.

1.5.5 Druhy biblioterapie

a) Léčba poezií (poetoterapie)

Stále častěji je při terapiích využívána poezie a to umožnilo vznik nového terapeutického oboru s názvem léčba poezií (poetoterapií). Léčbu poezií můžeme definovat „jako terapeutickou metodu, která využívá prvků poezie za účelem navozování žádoucího prožívání, chování a jednání klientů. Poetoterapie není zacílená pouze léčivě, ale také preventivně a rehabilitačně.“⁵³ Při léčbě poezií je důležitá práce s rytmem, rýmy a zvukomalbou. Cílem léčby poezií je, aby docházelo k pozitivním změnám v jednání a chování jedince. Jestliže je léčba vedena správně a klient dochází opakovaně na sezení, mělo by u něj dojít ke zklidnění, harmonizaci a následnému vyléčení se. Stejně jak je tomu u jiných terapií, tak i u léčby poezií musíme vycházet z individuality jednotlivých klientů. Za další cíle můžeme považovat např. překonávání depresivních stavů, rozvíjení paměti, pozornosti a myšlení, větší stimulaci emocionálního a sociálního citění aj.

Léčbu poezií lze rozdělit na dvě základní formy. První z nich je receptivní léčba poezií. V ní sám terapeut pracuje se zadaným textem a klient (nebo skupina klientů) poslouchá. Při aktivní léčbě poezií dochází k tomu, že klient sám pracuje s textem (tvořivá práce se zadaným textem, spojení léčby poezií s dramaterapií aj.). Funkce poetického textu nejsou odlišné od ostatních terapií. U léčby poezií nalezneme funkci estetickou, která působí na utváření vkusu. V rámci relaxační funkce dochází k navozování relaxace pomocí básní. Očistná funkce pomáhá člověku v obohacování jeho citů, ale také v očištění od napětí. Při terapeutických sezeních dochází k větší otevřenosti mezi klienty. Klienti jsou schopni mluvit o svých prožitcích, a proto vznikají v sociální funkci silné sociální vazby. Léčebná funkce je určena pro klienty s lehčími projevy neuróz. Léčbu poezií můžeme využívat i v útlém věku dítěte. Básně můžeme využít jako stimulační prostředky pro motoriku. Léčba poezií může být nápomocna logopedovi při práci s dětmi.

⁵³ SVOBODA, Pavel. *Poetoterapie*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. s. 15-16

b) Léčba pohádkou (fabuloterapie)

„Léčba pohádkou je typ biblioterapie, jejímž účelem je prostřednictvím četby určitých pohádek snížit hladinu úzkosti a strachu dítěte a seznámit je s novými vzorci chování, které dosud nepoznalo.“⁵⁴ Léčba pohádkou je vlastně staronovou biblioterapeutickou metodou. Je využívána při práci s dětským čtenářem v předškolním a školním věku, který se během svého života potýká s nástrahami a problémy. Pohádka provází život dítěte od narození až ke konečnému hledání vlastní identity. Léčba pohádkou obohacuje znalosti dítěte o sobě samém a také o světě. Léčba pomocí pohádek se snaží snížit napětí a obnovit pozitivní obraz o sobě a světě. Léčivý vliv pohádky pomáhá dítěti zbavovat se strachu, úzkostí, ale také mu umožňuje kontrolu nad svými problémy. Svět pohádek slouží k tomu, aby tam dítě našlo to, co zrovna prožívá. Pomocí pohádek se dítě seznamuje s dobrem a zlem. Pohádka má několik cílů. Pomáhá dítěti rozvíjet představivost, působí na jeho emoce, přináší mu pobavení. Dítě rádo před spaním poslouchá pohádku, jelikož děj pohádky mu pomáhá vplout do světa fantazie. Při léčbě pohádkou jsou využívány tři druhy terapeutických pohádek a těmi jsou psychoterapeutické pohádky, výchovně psychologické pohádky a relaxační pohádky. (Více o léčbě pohádkou bude rozebráno v kapitole č. 4)

c) Imagoterapie

Imagoterapie je druhem skupinové biblioterapie. „Jde o trénink chování, které se přibližuje literárnímu vzoru a má být pak přeneseno do normálního života.“⁵⁵ Pomocí četby dochází k odhalování motivů a postojů, které ovlivňují lidské chování. Při tomto spojení dochází u člověka k napodobování chování a jednání dle literárního hrdiny. Klient se v rámci imagoterapie seznamuje s obsahem literárního, popř. filmového díla. Následuje psychologická analýza, při které se úryvky z četby mohou zdramatizovat a následně přehrát. Poté má klient přemýšlet nad situacemi, které v původním textu nejsou, a jak by se jako hlavní hrdina zachoval a danou situaci vyřešil.

⁵⁴ Havlová, Jaroslava. Léčba pohádkou. In: *KTD: Česká terminologická databáze knihovnictví a informační vědy (TDKIV)* [online]. Praha: Národní knihovna ČR, 2003- [cit. 2011-07-18]. Dostupné na WWW: <http://aleph.nkp.cz/F/?func=direct&doc_number=000014967&local_base=KTD>.

⁵⁵ KULKA, Jiří. *Psychologie umění*. Vyd. 2., přeprac. a dopl., V Grada Publishing I. Praha: Grada, 2008. s. 71

d) Hagioterapie

„Název hagioterapie získala tato forma terapie podle řeckého slova „hagios“, což znamená „jedinec usilující o dobro,“ tedy člověk nábožný, svatý. Základem tohoto směru je uvědomění, přiznání si a případně změna vlastních hodnotově-morálních struktur, které používáme k označení něčeho jako dobré nebo jako zlé.“⁵⁶ Hagioterapie je založená na práci s biblickými texty. Je to nová disciplína, která spadá jak do oboru psychoterapie, tak náboženství. Biblický text je využíván jako léčebný prostředek. Po přečtení textu následuje jeho analýza a také snaha aktivně zapojit účastníky do konverzace. Hlavním cílem hagioterapie je přivést klienta k úvaze nad vlastními strukturami, ať už morálními nebo hodnotovými. Dalším cílem hagioterapie je pomoci klientovi k vnitřnímu vyzrání, upevnění jeho hodnot a katarzi. Hagioterapie je prováděna pomocí řízených, tematických skupinových sezení. Při hagioterapii je využívána duchovní literatura, která pracuje s transcendentálními tématy, jako jsou mystika, meditace. „Hlavní charakteristikou hagioterapie je empatie a transcendentalita, kdy kritériem vztahů k sobě a druhým lidem je rezignace na sebeobrané zaměření meziosobní komunikace, schopnost přijímat druhé bez jakýchkoliv obran, schopnost dávat druhým prožít, že jsou milováni. Láskyplný zájem o druhé je silnější než imperativ vyhnout se vnitřní bolesti a nebýt zraňován.“⁵⁷

⁵⁶ REMEŠ, P. Hagioterapie – nový směr psychoterapie. *Česká a slovenská psychiatrie*, 1998, roč. 4, s. 206-210.

⁵⁷ REMEŠ, Prokop. Hagioterapie – nový směr psychoterapie. *Grano Salis – zrcadlo naší ekumeny*. [online]. 2005. [cit. 2011-02-02] Dostupné na WWW: <<http://www.granosalis.cz/article.php?sid=3012>> .

2 Pohádka a její charakteristika

2.1 Teorie pohádky

Pohádka hraje důležitou roli při rozvoji a výchově dítěte. Pohádka tvoří základní kámen dětské literatury. Už od pradávna se dětem v různých zemích, v různých kulturách vyprávěly příběhy plné nadpřirozených postav. Pohádka je svým vyprávěním dětem nejbližší a právě děti jsou ty, které nejvíce oslovuje. Při předčítání nebo vyprávění pohádky mezi rodiči (babičkou, dědečkem) a dítětem vzniká velmi silná vazba. Dále se vytváří komunikační kontakt, navozuje se pocit důvěry. V pohádkovém věku, který je u dětí mezi třemi až devíti lety, je působení pohádky nejznatelnější. Každé dítě v předškolním nebo školním období má v oblibě jinou pohádku s jinými pohádkovými postavami. Ve věku tří až šesti let děti dávají přednost pohádkám klasickým, které jsou obohaceny tajemnem. Pohádky realističtější mají v oblibě děti ve věku šesti až osmi let. Hlavní hrdina v těchto pohádkách je stejné věkové skupiny jako dítě a pohádka je pro dítě více realistická. S přibývajícím věkem zájem o pohádky u dětí ubývá. Dítě ve věku devíti let se zajímá o knihy, které přibližují skutečný svět a které mu nabízejí možnost dalšího poznání. Z historického hlediska se o pohádku zajímali CH. Bühlerová a K. Bühler. Jejich výzkum se zabýval ovlivňováním fantazie dítěte za pomoci prostředí, děje a postav v pohádkách bratří Grimmů. Z výzkumu vyplynulo, že důležitou roli hraje hlavní postava, jelikož ta pomáhá dítěti s identifikací, dále pohádkové bytosti, zvířata, další postavy (např. král s královnou). V pohádkách mají důležitou roli vlastnosti - krása, ošklivost, pýcha, moudrost aj. Pokud chceme dítěti přiblížit pohádkový svět s jeho hrdiny, měli bychom to dělat formou předčítání či vyprávění. Jakmile je pohádka dítěti hraná, již ztrácí možnost si ve své fantazii představovat, jak daná postava vypadá. Sigmund Freud byl významným autorem, který se zabíral oblastí pohádky. Jako první upozornil na to, že pohádka má symbolickou podstatu, odporuje realitě, je iracionální. Další, kdo se zabýval interpretací pohádky, byla Marie-Louise von Franz. Ta se zaměřila v pohádkách především na místo a čas příběhu. Následně srovnávala chování hlavní postavy s dalšími postavami na začátku a na konci příběhu. Zjistila, že hlavního hrdinu lze charakterizovat jako typ, který se objevuje jako např. venkovský hoch, silák, čaroděj.

2.2 Základní charakteristika pohádky

Pohádka jako literární dílo je zaměřena na děti. V pohádce je kladen důraz na děj, ve kterém se objevují nadpřirozené bytosti a jejich kouzla. „Pohádka je určena svou fantaskností, která se často projevuje přítomností kouzel či nadpřirozených jevů, jindy silnou nadsázkou, hyperbolizací, zvětšením nebo naopak zmenšením, případně obrácením běžné logiky naruby.“⁵⁸ „Pohádky jsou ústní povídky, vyprávěné v lidových vrstvách jako rozptýlení. Jejich obsahem jsou příběhy z hlediska běžného pojetí neobyčejné (fantastické, zázračné nebo z všedního života) a vyznačují se speciální kompozičně stylistickou výstavbou. Pohádky vycházejí obvykle z mytologie a jsou básnickým výmyslem z mnoha dnes již značně setřenými rysy skutečnosti. Spojení reálného a nereálného světa pojmů, dějů, rekvizit a hrdinů je pro pohádku příznačné.“⁵⁹ Dle Dvořáka „pohádka jako žánr navozuje dojem jisté rodové celistvosti, takže zkušenost, opřená o teoretické poznání, nemůže nepostřehnout jeho vnitřní soudržnost.“⁶⁰ „Pohádka je tedy svérázným ztvárněním skutečnosti a lidských názorů a ideálů; život generací v ní našel výraz ve svých nejrozmanitějších projevech individuálních a společenských. Pohádka zachytila jejich etické a estetické nazírání, společenské vztahy, zvyky a pověry; kontaminovala, modifikovala a přehodnocovala motivy z různých prostředí a epoch, přetvořila realitu do zobecňujících obrazů a hyperbolizovaných rozměrů. Dala slovo i prostému člověku, vstoupila do tradice lidového vypravěčství.“⁶¹ „Kompozice je způsob řazení, provazování a vytváření vzájemných vztahů jednotlivých motivů děje, času, místa, postav, motivací a dalších složek do celku díla tak, aby se docílilo žádoucí působivosti.“⁶² Principem stavby pohádky je modelovost. To znamená, že vztahy jsou časově a místně uspořádány jako metaforický vzor řádu světa.

⁵⁸ RICHTER, L. *Pohádka-- --a divadlo*. Vyd. 1. Praha: Dobré divadlo dětem, 2004. str. 23

⁵⁹ BENEŠ, B. *Česká lidová slovesnost : výbor pro současného čtenáře*. 1. vyd. Praha: Odeon, 1990. s. 256

⁶⁰ DVOŘÁK, K. *Nejstarší české pohádky*. Vyd. 2., V nakl. Argo a Prag 1. Praha: Argo: Prag, 2001. s. 10

⁶¹ VAŘEJKOVÁ, V. *Literárněvýchovná interpretace uměleckého textu na 1. stupni základní školy*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, 1998. s. 66

⁶² RICHTER, L. *Pohádka-- --a divadlo*. Vyd. 1. Praha: Dobré divadlo dětem, 2004. str. 25

Pohádka obsahuje tři konstitutivní prvky vyprávění (úvodní formulí - Bylo-nebylo, Žil jednou jeden král, Za devatero horami, závěrečnou formulí - Zazvonil zvonec a pohádka je konec, a jestli nezemřeli, žijí tam až dodnes a v neposlední řadě to je minulý čas). Pohádka se stává hlavním zdrojem vyprávění. Pohádka je logická, založena na očekávání, které je následně naplněno. Rozvíjí rozumové schopnosti, představivost a zvědavost. Dítě, které poslouchá pohádky, je schopno ukončit svou vlastní pohádku šťastným koncem. V pohádkách se setkáváme s napínavým dějem a očekáváním, že zlo bude přemoženo. Charakteristickým rysem pohádky je zázračnost, iracionálnost, magie a kouzla. Ukazuje mnoho příkladů, kdy za pomoci kouzla uskutečníme své přání. Dítě v předškolním věku je již pomalu schopno rozlišovat mezi živými a neživými předměty. Začíná si uvědomovat rozdíly mezi člověkem a zvířetem. Dítě se v pohádkách ztotožňuje s hrdinou, který je pozitivní. Málodítě si vybírá postavu, která je ošklivá a zlá. V pohádce najdeme postavy, které jsou zobrazeny s extrémními vlastnostmi, např. čarodějnice je ošklivá, princezna je krásná, princ je krásný a statečný. Dítě není schopno rozlišovat, co je dobré a co špatné, učí se to postupně. Pohádka z hlediska citového je schopna odkrýt dětský pocit z uspokojení. Jestliže se setkáme v pohádce se strachem, je proti tomuto strachu bojováno statečností, nebojácností. Strach nebo hrůza, které jsou ve velké míře obsaženy v pohádce, mohou u dítěte vyvolat nepřiměřené reakce. Dítě se začne bát. Proto bychom měli dbát při vyprávění pohádky na to, abychom dítě nestrašili. Základním tématem v pohádkách je boj mezi dobrem a zlem. Pohádky určené dítěti mají dobrý konec. Zlo je často představováno ve formě pohádkové postavy (např. čert, drak, ježibaba aj.). Dobro je zastoupeno hrdiny s dobrým srdcem (princ, kouzelný dědeček, děvče). Motivem v pohádkách je cesta do dalekých krajín, kde hrdina přijde k bohatství, slávě nebo manželství. Dalším motivem v pohádce jsou zákazy, které jsou nakonec porušeny, např. princ se nesmí podívat do pokoje, který je ukryt ve věži. I v reálném světě se dítě setkává se zákazy nebo příkazy, se kterými se musí také náležitě vypořádat.

„Neobyčejná schopnost dítěte vžívat se do pohádkového děje, jeho silná citová část na něm je vidět nejen při předvádění, při dramatizaci pohádek, ale i z výrazu při naslouchání pohádkám“⁶³ Nikdo z nás si bez pohádek své dětství nedokáže představit. Pohádka slouží jako můstek, který přemostňuje propast mezi dětským a dospělým způsobem myšlení. „Dětské myšlení v předškolní době je především obrazné, konkrétní, synkretické a animistické.“⁶⁴ Pohádka má svou jednoduchou formu, jasný rozdíl dobra a zla a také pochopitelné zápletky. Nejdůležitější funkci pohádky můžeme spatřovat v její strukturované skutečnosti. Pohádka je útvarem nesmrtelným, přežije jednotlivé generace, aniž by zestárla nebo se vytratila. Klasická pohádka odpovídá na psychické potřeby u rozvíjejícího se dítěte. Ze všech médií je literatura stále nejobsáhlejší a nejstarší. Pohádka rozvíjí dovednost číst, porozumět psanému slovu, vzbuzuje v dítěti zájem, zvědavost a také podporuje myšlení. Pohádka lidová je nadčasová a přetrvávající. Pohádka představuje pro dítě velice důležité psychické podněty, které přispívají k jeho duševnímu vývoji. Pohádka dítěti předkládá významy životních problémů, se kterými se během svého života setká a musí je řešit. Velký vliv můžeme spatřovat v rozvoji dětské představivosti a fantazie. Dítěti napomáhá v rozvoji inteligence a v poznávacích schopnostech. Pohádka do života dítěte může vnášet určitý řád v citovém prožívání a rozšiřuje dětské vědomí. Dítě si začíná uvědomovat své problémy, učí se, jak tyto problémy může vyřešit a jaké důsledky tyto problémy mají nebo by měly. V pohádce dochází k tomu, že splývá reálný svět se světem fantazie. Tyto dvě věci vytvářejí spolu skutečnost, která je pro dítě srozumitelná. Dítě se prostřednictvím pohádek seznamuje se situacemi, které mohou pomoci vyřešit jeho problémy. Ve světě pohádek může dítě potkat mnoho přátel, prožívat různá dobrodružství, a tak se zbavuje svých problémů. Díky pohádce může být řešení problémů více příjemné. Děti si při vyprávění mohou představovat, jak daná princezna může vypadat, ale také si spojují různá fakta se skutečným životem.

⁶³ *O pohádkách : sborník statí a článků*. 1. vyd. Praha: SNDK, 1960. s. 238

⁶⁴ Černoušek, M.: *Děti a svět pohádek*. 1. vyd. Praha: Albatros, 1990. s. 8

2.2.1 Využití pohádky

Pohádka nabízí mnoho možností využití. Záleží na výběru a typu pohádky a k jakému účelu má sloužit. Musíme dbát na to, abychom pro danou chvíli vybrali správnou pohádku.

a) Možnost řešení – Každý z nás se již setkal s problémem, který musel vyřešit. Nejenom dospělý, ale i dítě má své problémy. Tyto problémy jsou však trochu jiného charakteru. Pohádkový děj představuje určitou průpravu v postoji k životu. Ukazuje dítěti, jak přistupovat k řešení problémů. Pohádka může podněcovat, ale i tlumit nápaditost u dítěte. „V klasických pohádkách se objevuje řada problémů, které hrdinové řeší z hlediska tvořivého myšlení a psychologie řešení problémů dvojitým způsobem, aktivně nebo pasivně.“⁶⁵ V situacích, při kterých hrdinovi pomáhá zázračná síla, musí být hrdinovo jednání etické. Oproti skutečnému životu v pohádce hrdinové nepodvádějí, jelikož jejich podvod se vždy nakonec odhalí. Takové postoje souvisejí i s pozitivními etickými postoji. Proto má pohádka výchovnou hodnotu. V pohádce se objevují také hádanky. Hádanka však věci skrývá, kdežto pohádka řeší. Hádanky v pohádkách pomohou dítěti rozšiřovat jeho myšlení. Dítě díky pohádce může snadněji rozpoznat klady a zápory i v reálném světě.

b) Ztotožnění se – Ztotožnění se s hrdinou umožňuje dítěti ve světě fantazie zapomenout na každodenní problémy. Pro holčičky je to princezna, která je považována za postavu, se kterou se chtějí ztotožnit. Každá holčička chce být krásná, mít krásné šaty a prince, který ji vysvobodí. Kluci na rozdíl od holčiček považují za hrdinu toho, kdo je schopen přemoci draka, zvítězit nad čarodějem. Takovýmto hrdinou může být princ, ale i obyčejný člověk z vesnice.

c) Předčítání – s předčítáním bychom měli u dítěte začít co nejdříve, jelikož dítě při poslechu pohádky klidněji usíná, nebojí se. S dítětem bychom si měli o přečtené pohádce povídat a vysvětlit dítěti pojmy, kterým neporozumělo.

⁶⁵ Černoušek, M.: *Děti a svět pohádek*. 1. vyd. Praha: Albatros, 1990. str. 165

Každodenní čtení pohádek před spaním u dítěte vyvolává určitý typ rituálu, který pak vyžaduje. Prostřednictvím večerního čtení vzniká mezi dítětem a osobou, která předčítá, vztah založený na důvěře.

d) Rozvíjení tvořivosti

Pohádka, ať už čtená nebo poslouchaná z rádia či zvukového nosiče, nabízí dítěti možnost si představovat, jak daná postava z pohádky vypadá. Když poslouchá větu „Byl jednou jeden princ...“ může si dítě představovat princovy blonděné nebo hnědé vlasy, modré oči atd. Záleží na fantazii dítěte, jak si prince představí. Kdybychom se zeptali více dětí, každé nám prince popíše jinak. Pokud dítě pohádku sleduje v televizi, jeho fantazie je omezena, jelikož v pohádce už má princezna hnědé vlasy, hnědé oči a dítě si tak nemůže vytvářet vlastní obraz princezny. Dle Zdeňka Slabého jsou pohádky s otevřeným koncem určitou inspirací pro dětskou fantazii. Umožňují dítěti rozvíjet představivost a slovní zásobu. Dítě má při vyslovení věty „Jak to bylo dál...“, možnost v pohádce pokračovat podle vlastní fantazie. Dítě může samo určit, jaký bude děj, zdali napínavý nebo vtipný a od toho se může odvíjet pak celý pohádkový děj.⁶⁶

⁶⁶ SLABÝ, Z. *Nedokončené pohádky*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. s. 6

2.3 Typy pohádek

Každý z literárních teoretiků přistupuje k třídění pohádky jinak. My si přiblížíme některé z nich. V. Vařejková klasifikuje tři typy pohádkového útvaru:

a) Pohádka folklorní – ústně tradovaná, realizovaná v jedinečných vypravěčských aktech, proměnlivá, existující ve více variantách. Písemně zaznamenána se stává výchozím textem literárního zpracování.

b) Pohádka literární – sběratelský postup, kdy se autoři snaží zachytit pohádku v původním znění. Adaptace mění lidovou pohádku v literární text, ale nezasahuje do původních motivů a vyprávěcích postupů. (Karel Jaromír Erben aj.) Adaptace autorská je určována individuálními představami a talenty těch, kteří ji realizují (Božena Němcová aj.)

c) Pohádka autorská – text tématicky původní, literární s velmi různou mírou návaznosti na žánrově relevantní znaky prvních dvou.⁶⁷

Pohádku můžeme třídit na pohádku kouzelnou/fantastickou, zvířecí, legendární, novelistickou/realistickou/ze života, kumulativní a moderní.^{68 69 70}

1. Pohádka kouzelná - pro tuto pohádku je charakteristické: přítomnost kouzel a nadpřirozených bytostí. Důležitou roli hraje také magie. Pomocí magie a kouzel můžeme někoho začarovat, anebo hlavnímu hrdinovi opatřit nástroj, který mu pomůže danou situaci změnit. Motivem těchto pohádek je cesta do světa kouzel. Jestliže bychom chtěli daný řád v pohádce obejít či mu vzdorovat, je to zbytečné, jelikož osudu nikdo neunikne. Tak jak bylo např. určeno Růžence píchnout se o trn růže, nemůže tomu osudu nikdo zabránit. Až princ polibkem Růženku vzbudí. Mezi kouzelné pohádky můžeme řadit: O Slunečniku, Měsíčníku a Větrníku, Sůl nad zlato, Princ Bajaja.

⁶⁷ VAŘEJKOVÁ, V. *Česká autorská pohádka*, s. 5

⁶⁸ BENEŠ, B. *Česká lidová slovesnost : výbor pro současného čtenáře*. 1. vyd. Praha: Odeon, 1990. s. 256-262

⁶⁹ RICHTER, L. *Pohádka-- --a divadlo*. Vyd. 1. Praha: Dobré divadlo dětem, 2004. s. 13-22

⁷⁰ LEDERBUCHOVÁ, L. *Průvodce literárním dílem: výkladový slovník základních pojmů literární teorie*. 1. vyd. Jinočany: H & H, 2002. s. 238

2. Realistická/novelistická pohádka/pohádka ze života - příběhy této pohádky vycházejí z každodenního života na vesnici nebo ve městě. Pohádkovým rysem zůstává reálný hrdina, který vítězí nad svými protivníky. Takovým hrdinou může být – sedlák, chalupník. V realistické pohádce nenajdeme nadpřirozené bytosti a kouzla. Ty jsou nahrazeny groteskní nadsázkou. Mezi realistické pohádky můžeme řadit: Hloupý Honza, Chytrá horákyně.

3. Pohádka zvířecí - pohádka o zvířatech obsahuje zábavný samostatný příběh, který vychází z lidských vlastností, které jsou zvířatům přisouzeny. Pohádka má humorný charakter a groteskní nadsázkou. V pohádce jde často o záludnou radu, o přelstění protivníka. Často slabší zvířecí hrdina zvítězí nad fyzicky silnějším protivníkem. Mezi pohádky o zvířatech můžeme zařadit: O neposlušných kůzlátkách, O kohoutkovi a slepičce. Zvířecí pohádky se dle Charlotty Bühlerové třídí do tří skupin. První skupinou je vlastní zvířecí pohádka, kde zvířata mluví a mají stejné vlastnosti jako v přírodě. Druhou skupinu tvoří pohádka, ve které vystupují zvířata jako pomocníci člověka. K mluvení se přidává další vlastnost a to, že dokáží kouzlit. Ve třetí skupině zvířecí pohádky zvířata znázorňují lidské vlastnosti, vztahy a jednání.

4. Pohádka legendární - zde nalezneme náboženské a historické náměty. Vypravují příběhy lidí, kteří pochybili a následně podstoupili trápení. Pomocí pokání došli ke smíření. Nejčastěji legendární pohádky popisují příběh o Smrti, kterou se snaží někdo polapit. Pak zjistí, že život bez smrti nemůže existovat. Mezi legendární pohádky řadíme: O Pánubohu, Dobře tak, že je smrt na světě.

5. Pohádka kumulativní - má jednoduchý příběh, jehož nejdůležitějším rysem je řetězovitá stavba textu (tedy řada setkání, výměny). Jsou to pohádky bez specifického děje, ve kterých vedle zvířat vystupují i lidé. Mezi pohádky kumulativní patří O kohoutkovi a slepičce, O veliké řepě.

6. Pohádka moderní – přebírá některé vlastnosti z literární pohádky (např. fantastický svět, kouzelné prvky, boj dobra se zlem). Neobsahuje drastické motivy a nepoužívá motivy klasických pohádek v tradiční formě, ale mění jejich význam a role a dále narušuje jejich původní funkci. Blíží se žánru příběhu s dětským hrdinou. Záleží jen na autorově záměru, jak prvky využije. (J. Čapek, J. Mahen, L. Carrol aj.)

2.4 Funkce a úloha pohádky

V dětské literatuře jako takové se naplňují tyto funkce: poznávací, estetická, relaxační, didaktická a fantazijní.⁷¹ Umělecké kouzlo pohádky je dáno spřízněním nadpřirozených prvků s prvky běžného života. Pohádka nabízí dítěti určitý model. Tím modelem je model boje s nesnázemi každodenního života. Tyto nesnáze může dítě překonat a s překážkami bojovat. Pohádka pomáhá dítěti vnášet řád a smysl do světa pro něj zatím nesrozumitelného. Základním principem pohádky je ukázka boje mezi dobrem a zlem, kdy dobro zvítězí. Dítě vyžaduje pohádkové knížky, protože pohádka v něm vyvolává různé pocity a dojmy. Dítě se s tímto světem ztotožňuje a prožívá jej, jako by v něm bylo. Různí badatelé se na úlohu pohádky dívali jinak a také s jiným názorem k ní přistupovali. Jestliže se mluví o úloze pohádky v literatuře, má se na mysli úloha pohádky pro dítě. Ta se rozděluje do několika kategorií.

Vyznání se ve vlastní zkušenosti se sebou, s druhými, ale také s okolím. Pohádka pomáhá dítěti lépe porozumět sobě samému a také svému okolí. Díky tomu si může dítě vytvořit a uspořádat řád ve svém životě. Pohádku můžeme brát také jako určité promítací plátno, na kterém si dítě promítá své stavy a může si je lépe uvědomit. Pohádka je pomocníkem při rozvíjení myšlení a uvědomění si rozdílů mezi sebou a ostatními.

Naznačení řešení problému a následného směřování v dané životní situaci. Pohádky nastiňují problematiku každodenního života a popisují procesy, které musíme prožít. Pohádkový hrdina nám pomáhá a ukazuje, jak se vypořádat s překážkami, jak splnit různé úkoly. Pohádka neslouží jako přesný návod pro vyřešení problému, ale má posloužit jako inspirace při hledání vlastního řešení.

⁷¹ Čeňková, J. *Vývoj literatury pro děti a mládež a její žánrové struktury: adaptace mýtů, pohádek a pověstí, autorská pohádka, poezie, próza a komiks pro děti a mládež*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. s.

Nabízí člověku pocit, že díky svým prožitkům a myšlenkám je součástí všelidské zkušenosti. Podle Bettelheima : „Dozvíme-li se, že druzí mají stejné nebo podobné fantazie, dostaví se pocit, že jsme součástí lidstva a uleví se nám od strachu, že ničivými myšlenkami vybočujeme z mezí přijatelnosti.“⁷²

Snímání viny a studu. Po přečtení pohádky nemusí mít dítě obavy hovořit s rodiči, nemusí nic držet v tajnosti, popř. se cítit provinile. Pohádka je součástí všelidské zkušenosti a dítě se nemusí stydět nebo cítit provinile za svůj problém.

Dodávání naděje. Velký přínos pohádky můžeme spatřovat v míře optimismu. Pohádka ukazuje na kladné řešení problémů a také to, jak můžeme v životě obstát a problémy vyřešit. Pohádka je obohacena určitou nadějí, že v životě lze všechny problémy vyřešit a obstát v nich.

Varování – upozornění. V pohádce nalezneme upozornění a varování před možnými následky jednání. V některých případech se může jednat až o drastický způsob. Úkolem takového děje je upozornění na to, abychom takový problém nepodceňovali.

Dítě si skrze pohádku osvojuje specifické formy chování, a tím dochází k **socializaci.**

Poskytování prostoru pro setkání. Vyprávění pohádky je „imaginativní aktivita vytvářející přechodný prostor, kde se lidé mohou setkávat navzájem i každý sám se sebou.“⁷³

Zábava. Vyprávění pohádky pro děti i dospělé splňuje také úlohu zábavnou.

⁷² Bettelheim B. *Za tajemstvím pohádek: proč a jak je číst v dnešní době.* Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2000. s. 121

⁷³ Franz, M. L von. *Psychologický výklad pohádek: smysl pohádkových vyprávění podle jungovské archetypové psychologie.* Vyd. 1. Praha: Portál, 1998. s. 9

Rozlišování dobra a zla. V mnoha pohádkách nalézáme rozdělení na dobro a zlo, např. starostlivá dívka přes nástrahy, které jí do cesty staví její zlá sestra, se nakonec vdá za prince a její sestra dál žije sama a často je potrestána. Bohužel tvrdit, že vždy dobro zvítězí nad zlem, není platné pro všechny pohádky. Některé mají špatný konec, v některých není jasné, co můžeme považovat za dobro a zlo, některé mají nejasný konec.

Pohádka dává podněty, ze kterých se utvářejí psychické vlastnosti, a dále přispívá k vytváření charakteru osobnosti. Postavy v pohádce jsou vytvořeny tak, aby se s nimi dítě mohlo ztotožnit. Pro dítě jsou určitým vzorem. Pohádka nabízí dítěti ideály. Pojem ideál je velice mnohoznačný. Ideál můžeme brát jako vlastnost, ale je to také věc, které nemůžeme jen tak jednoduše dosáhnout. „Ideovost je soubor hodnot, které jsou výsledkem napětí motivů výchovně kladných a záporných.“⁷⁴ Jestliže srovnáme realitu s vysněným cílem, získáme určitou energii, která je pak potřebná pro dosažení našeho cíle. Nikdy nebude chlapec tak statečný jako princ. Ideál si dítě nestanoví samo, je mu stanoveno dospělými. Ideály v pohádce mají na malé dítě správně podněcující vliv. Bohužel existuje v dnešní době řada rodičů, kteří ze svého dítěte chtějí mít nedotknutelný ideál. Neúspěchy dítěte rodiče berou velice přísně, jsou nespokojeni a někdy používají tvrdé tresty. Rodiče by však dítě za neúspěch neměli trestat, především v případech, kdy je jasné, že nemohou uspět. Existují špatné ideály, které jsou vzorem neúspěchu či ztroskotání. Rodiče často dítě zastrašují vidinou neúspěchu. Často používají větu „Dopadneš jako on. Nic z tebe nebude!“ I špatné věci mají vliv na dětskou mysl, ale tím, že dítě budeme chránit před negativními vlivy, ničemu nezabráníme. V dítěti se rozvíjí důležitá psychická struktura - ideální já. „Je to svébytný soubor představ, které se vyznačují hodnotícím momentem i značnou motivační silou. Jsou to takové myšlenky, jimiž se dítě a poté dospělý posuzuje, jimiž se hodnotí na pozadí sociálního prostředí a kulturního zázemí.“⁷⁵

⁷⁴ *O pohádkách : sborník statí a článků.* 1. vyd. Praha: SNDK, 1960. s. 288

⁷⁵ Černoušek, M. *Děti a svět pohádek.* 1. vyd. Praha: Albatros, 1990. s. 173

Pohádka se výrazně podílí na vývoji ideálního já. Ideál se tvoří na základě přání dítěte ovládat mnoho aktivit, tak jak je tomu u dospělých. Otec řídící automobil, působí na chlapce a jeho mysl. Díky tomuto působení chlapec získává dojem, že jeho otec je schopen zvládat těžkou techniku. Malý chlapec nemůže řídit automobil, proto je jeho cíl nedosažitelný a tedy ideální. Kdyby chtěl chlapec tohoto cíle dosáhnout, musí se k němu propracovat výukou a snahou, a to postupně může vést k tomu, že začne ztrácet ideály a bude je nahrazovat skutečnými cíli. Díky tomu dítě buduje své ideály a své ideální já. Pohádka ukazuje dětem, že všechno v životě má svůj čas a že k určitým výkonům se dítě musí propracovat. Správnou výchovou se vytváří vztah mezi realitou a vlastním sebehodnocením. K tomuto optimálnímu poměru pomáhá pohádka. Poukazuje na to, že ideál se neodehrává ve skutečnosti. Ve skutečnosti je síla nulová, kdežto ve světě fantazie je moc neomezená.

2.5 Psychoterapeutický pohled na využití pohádky

Mnoho autorů se zabývalo psychologickými směry u pohádek. Především to byli autoři hlubinně psychologických směrů: analytické psychologie (Jung, Dieckman, von Franz) a psychoanalýzy (Freud, Bettelheim aj.) Některé psychologické školy poukazují na to, že pohádka zobrazuje lidské vztahy. Abychom pohádce porozuměli, musí být její smysl pro nás srozumitelný. Psychologické školy se shodují, že pohádka zobrazuje lidský život. Pohádka s psychoterapeutickým využitím pomáhá dětským i dospělým klientům.

2.5.1 Psychoanalytická terapie

Sigmund Freud na přelomu 19. - 20. století založil teorii psychoanalýzy. Psychoanalýza byla v té době nejenom léčebnou formou, ale stala se světonázorem. Cílem psychoanalýzy je posílit pacientovo „Já.“ Dalším cílem je pomoci pacientovi při řešení aktuálních problémů. Psychoanalytická terapie je analýzou nevědomí v časném dětství. Cílem psychoanalytické terapie podle Freuda je: „posílit Já, učinit je méně závislým na Nadjá, rozšířit jeho rozhled a přeorganizovat je tak, aby si mohlo přisvojit nové oblasti, které ovládá Ono. Kde bylo Ono, má vyvstat Já.“⁷⁶ Psychoanalýza rozlišuje vědomí, podvědomí a nevědomí. Psychoanalytická terapie je založena na analýze nevědomí formovaného v časném dětství. V terapii jde o analýzu vztahu rodičů s klientem. Úkolem psychoterapeuta je naslouchat klientovi a následně mu pomoci objasnit jeho nejasnosti.

2.5.2 Analytická terapie

Dle C. G. Junga je pohádka určitým způsobem obraz archetypů kolektivního nevědomí. C. G. Jung říká, že: „V mýtech a pohádkách stejně jako ve snu vypovídá duše o sobě samé a archetypy se zde projevují ve své přirozené souhře.“⁷⁷ Cílem terapie dle Junga je vyvolání duševního stavu, ve kterém si pacient vytvoří možnost proměny, experimentů. Základním předpokladem jungovské psychologie dle Kastové (2000) je psýché autoregulačním systémem, který se vyvíjí a bývá v pohybu.

⁷⁶ FREUD, S. *Vybrané spisy. [Díl] 1, Přednášky k úvodu do psychoanalýzy. Nová řada přednášek k úvodu do psychoanalýzy.* 2. vyd. v Avicenu. Praha: Avicenum, 1991. s. 377

⁷⁷ JUNG, C.G. *Výbor z díla. 2, Archetypy a nevědomí.* Vyd. 1. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1997. s. 278

Cílem podle Kastové je, že klient by měl mít svůj život tvořivý, umět se vypořádat s nedostatky v životě, umět být v souladu sám se sebou. V terapeutickém procesu dochází prostřednictvím symbolů k vzájemnému propojení vědomí a nevědomí.

2.5.3 Psychologické hledisko podle Brunna Bettelheima

Brunno Bettelheim se zabývá klasickou pohádkou. V pohádkách spatřuje způsob, jak přiblížit dítěti vhodné chování pomocí postav, kterým dítě lépe porozumí. Pohádky působí na vědomou, podvědomou a nevědomou mysl. Představuje dobro a zlo, které se v pohádce nachází, ale i život, který není lehký a není bez překážek. Překážky se dají vždy překonat, pokud se člověk nevzdá a bojuje. Pohádka pomocí hrdiny umožňuje rozvoj osobnosti dítěte a dává mu naději do budoucna. Dítě může překonat překážky a následně bude spokojené. Pohádka může poskytovat větší útěchu než vysvětlování dospělých. Čtená pohádka pomáhá dítěti vyrovnat se s tím, čemu nerozumí, a rozvíjí jeho fantazii. Důležitý přínos pohádek spatřujeme v tom, že pomáhají dítěti odpoutat se od rodičů a osamostatnit se.

2.5.4 Psychologické hledisko podle Michala Černouška

V knize *Děti a svět pohádek* se M. Černoušek zabývá významem pohádky pro děti. Žádné filmové zpracování nemůže dítěti nahradit vyprávění pohádky. Pomocí vyprávění dáváme do pohádky určité pocity. Na pohádku nazírá, jako na nesmrtelný fenomén. „Bez pohádek si dětství vlastně ani nedokážeme pořádně představit. Na celém světě, ve všech kulturách a ve všech dobách se dětem vyprávějí příběhy, které se ve skutečnosti nikdy neodehrály, v nichž vystupují bytosti a tvorové, které zatím žádný přírodovědec nezaregistroval, v nichž se dějí věci neuvěřitelné a nadpřirozené, odporující fyzikálním zákonům.“⁷⁸ „Aby nedošlo k jednostrannému zahlcení dětské duše spektakulární elektronikou moderního televizního kouzla, musíme v dětech vypěstovat lásku ke knihám, k literatuře, k uměleckému slovu, ke čtení, vyprávění a naslouchání.“⁷⁹ Černoušek spatřuje smysl a řád vnášený do dětského života jako jednu ze základních funkcí pohádek. Jako další funkci vidí rozlišenosti dobra a zla. Pohádky prezentují optimistické vidění světa. Podle Černouška jsou pohádky zrcadlem, které odráží vnitřní život.

⁷⁸ Černoušek, M. *Děti a svět pohádek*. 1. vyd. Praha: Albatros, 1990. s. 5

⁷⁹ Tamtéž, s. 5

3 Role pohádky v životě dítěte

3.1 Věkové členění dětí a mládeže

Každý člověk od narození prochází určitými vývojovými fázemi. Postupně se u něj vyvíjejí fyzické a psychické vlastnosti. Lidský vývoj můžeme rozčlenit na vývojové stupně, které se postupně mění. Věkové období dítěte bychom mohli charakterizovat na období prenatálního vývoje, období od nultého až do jednoho roku, období batolete, období předškolní od tří do šesti let, mladší školní věk od šesti do jedenácti let, střední školní věk od jedenácti do čtrnácti let, starší školní věk od čtrnácti do šestnácti let a dozrávání (adolescence) od šestnácti do osmnácti let. V této práci jsem se opírala o dělení podle psychofyziologických věkových zvláštností, které ve svých pracích používají František Hyhlík⁸⁰, Vladimír Smetáček⁸¹ a Lidmila Vášová.⁸² „Přechod mezi jednotlivými vývojovými stupni není náhlý, ale neobejde se bez rozmanitých konfliktů, které se odrážejí v chování a jednání dítěte.“⁸³ Osobnost se rozvíjí a vytváří především ve společenských vztazích. Výchova výrazně působí na duševní život dítěte a dospívající mládeže. Účinnost výchovy závisí na osobnosti dítěte, na jeho aktivitě a organizuje jeho činnost. Výchova odstraňuje překážky z prostředí, které by narušovaly výchovný proces, jenž vytváří podmínky pro všestranný rozvoj člověka. V současné době probíhá proces urychlování vývoje prostřednictvím civilizačních vlivů, jako jsou technika, životní úroveň a kultura. Kromě prostředí a výchovy při utváření osobnosti nesmíme zapomínat na vliv dědičnosti a na vrozené vlastnosti osobnosti. Jaký vztah ke knížce se u malého dítěte vytvoří, takový bude s největší pravděpodobností jeho vztah k literatuře v dospělosti.

⁸⁰ HYHLÍK, František. *Psychologie mladého čtenáře*. 1. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1963. 139 s.

⁸¹ SMETÁČEK, Vladimír. *Vybrané kapitoly z psychologie čtení a čtenáře*. 1. vyd. Praha: Krajský pedagogický ústav, 1973. 100 s.

⁸² VÁŠOVÁ, L. *Úvod do bibliopedagogiky*. Praha: Institut sociálních vztahů, 1995. 189 s. ISBN 80-85-866-07-2.

⁸³ HYHLÍK, F. *Psychologie mladého čtenáře*. 1. vyd. Praha: SPN, 1963. s. 30

3.2 Charakteristika věkových stupňů

„Ontogeneze je nauka obírající se popisem, rozborem, tříděním a srovnáním změn chování v organismu vyrovnávajícím se s prostředím od početí do smrti.“⁸⁴ V každém období lidského života se začínají vyvíjet specifické fyzické i psychické vlastnosti. Každé období jedince má své vývojové stupně, které se postupně s přibývajícím věkem začínají měnit. Už od začátku života člověka se začíná utvářet postoj k literatuře. V podkapitolách bude okrajově zmíněno období prenatalní, nemluvněte a batolete. Větší pozornost bude zaměřena na dítě v předškolním věku a mladšího školního věku. Následovat bude charakteristika dalších věkových stupňů.

3.2.1 Prenatální období

Životní cesta každého z nás začíná početím. Prenatální vývoj plodu trvá devět kalendářních měsíců. Ve fázi vývoje plodu dochází především k vývoji biologickému. Začínají se vytvářet všechny orgánové systémy, ale objevují se i první psychické reakce. V období embryonálním se rozvíjejí hlavní základy orgánů. Plod již ve fázi prenatalní je schopen reagovat na smyslové podněty, především na sluchové. Pro rozvoj plodu je důležité spojení s matkou. Vztah mezi matkou a plodem se neustále rozvíjí a jako komunikační kanál k tomu slouží placenta. V těhotenství se postupně vytváří hluboký vztah mezi matkou a dítětem. Jestliže se tento vztah nevytvoří již na počátku, matka po porodu není schopna naslouchat potřebám dítěte. Dobrý psychický stav matky ovlivňuje základ psychiky u dítěte. „Porod je nesporně pro dítě i matku významnou životní událostí znamenající zásadní změnu dosavadní situace.“⁸⁵ Proto je kladen velký důraz na způsob porodu, jelikož u dítěte dochází k velké změně. Z prostředí, které tlumilo rušivé zvuky a kde nebylo světlo, se najednou ocitá na světě, který je hlučný a plný světla. Dítě si po porodu musí rychle zvykat na nové prostředí a adaptovat se na ně.

⁸⁴ PŘÍHODA, V. *Ontogeneze lidské psychiky. 1, Vývoj člověka do patnácti let*. Vyd. 4. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1977. s. 7

⁸⁵ PAULÍK, K. *Vývojová psychologie*. Vyd. 1. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, 2002. s. 32

3.2.2 Období novorozence

Novorozenecké období trvá jeden měsíc po porodu. Toto období můžeme nazvat obdobím adaptace, jelikož v něm dochází k adaptaci dítěte na nové prostředí. „Novorozenec je tedy vybaven pouze několika základními nepodmíněnými reflexy (hledací, sací, polykací, vyměšovací, obranný, orientační, úchopový a polohový aj.), více či méně významnými pro jeho přežití.“⁸⁶ Dítě v tomto období dobře slyší, vnímá doteky a pociťuje změnu teploty. Co se týká zraku novorozenec, vidí jenom malou vzdálenost, prozatím nezaostřuje. Kromě nepodmíněných reflexů má dítě také vrozené způsoby chování, např. reaguje křikem. Díky těmto způsobům si dítě podmiňuje a udržuje pozornost okolí. U dítěte v novorozeneckém období se objevuje „sociální úsměv.“ Dítě se usmívá na tvář, která se objeví u jeho postýlky. Novorozenec je schopen se zajímat o pohyb různých předmětů. V tomto období je již rozvinutý sluch. Dítě dává přednost sluchovým podnětům ze svého okolí. Dokáže rozlišovat mezi vysokými tóny, rozpozná hlas matky mezi ostatními. Hmat se již vyvíjí v období prenatalním a tudíž je v období novorozence značně vyvinutý. Dítě potřebuje přímý tělesný kontakt s matkou, protože ten ho nejvíce uklidňuje. Proto by měli matka i otec novorozence hladit, líbat, tiše na něj promlouvat. Nejdůležitější roli v životě novorozence hraje matka. Velkou pozornost si také zaslouží vztah otce k novorozenému dítěti. Je-li chování rodičů zkoordinováno s chováním novorozence, umožní to dítěti se rychleji učit.

3.2.3 Období kojence

Období kojence trvá od jednoho měsíce do jednoho roku a je charakterizováno rozvojem psychiky v oblasti první signální soustavy a rychlým tělesným růstem a vývojem. V období prvního roku života udělá dítě v celkovém vývoji veliký pokrok. „Rozvoj poznávacích procesů je ve vztahu k základním psychickým potřebám, především potřebě stimulace a smysluplného učení.“⁸⁷ V období od jednoho do čtyř měsíců se dítě koncentruje na své tělo a jeho projevy. Pro dítě jsou zajímavé činnosti např. cucání palce, pohyby nohou či rukou, které mu působí radost a proto je také opakuje.

⁸⁶ ČAČKA, O. *Psychologie dítěte*. 3., dopl. vyd. Tišnov: Sursum, 1997. s. 38

⁸⁷ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie*. Praha: Karolinum, 1996. s. 31

„Tříměsíční dítě sleduje svoje ruce a hraje si s nimi v tzv. střední linii. Dívá se na předmět, který drží, sahá po dalších, které vidí.“⁸⁸ Proto je důležité pro rozvoj hmatu je nutné dítěti předkládat vhodnou hračku. Za takovou vhodnou hračku můžeme považovat chrastítka, hračky, které jsou omyvatelné nebo doplněné různými zvuky. K vyjádření pocitů dítě používá celé tělo. Jakmile je dítě nespokojené, projevuje to hlasitým pláčem. Ve čtyřech až osmi měsících je dítě schopno koordinovat zrak s pohybem rukou. Ve čtyřech měsících je dítě schopno zvedat hlavu, ležet na břichu, otáčet hlavou na všechny strany. Měli bychom zvolit pro dítě hygienické a bezpečné hračky, jelikož v tomto období často dítě všechno strká do pusy. Hmat hraje důležitou roli pro vytváření citových pout. V kojeneckém období je důležitá role matky. Citový vztah dítěte a matky se vytváří postupně, a jestliže matka poskytuje dítěti dostatečnou péči, lásku a pocit bezpečí pomáhá dítěti ve zdravém vývoji. „Příchodem dítěte na svět se mění celá situace rodiny, vše se točí kolem něho a otcové a starší sourozenci někdy nelibě nesou, že matky se na nového člena rodiny příliš soustřeďuje.“⁸⁹ Od čtvrtého měsíce si dítě brouká. Postupně dochází ke zdokonalování projevů. Hračky jsou v pátém měsíci u dítěte velmi oblíbené. Hračku si umí přendat z jedné ruky do druhé, udržet hračku nebo se pro ni natáhnout. Dítě je schopno koordinace rukou i očí. Dítě snáze díky koordinaci pochopí, že některé předměty jsou lehké, velké. Dítě v pěti měsících není ještě schopno soustředit se na více věcí najednou. Dítě pro komunikaci s rodiči a okolím používá jednoslabičná slova nebo žvatlá. V pěti měsících již dítě používá pláč vědomě. Už ví, že jeho pláč vzbuzuje v okolí pozornost a v pozdějším věku dokáže i pláč zneužít. V době mezi šestým až osmým měsícem dítě začíná žvatlat. Sedmiměsíční dítě rozumí některým slovům, zejména reaguje na své jméno. Dítě si už nebere hračky a jídlo do rukou, ale začíná používat prsty. V osmém až desátém měsíci dítě rozumí jednoduchým slovům a je schopno řeči rozumět.

⁸⁸ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie*. Praha: Karolinum, 1996. s. 32

⁸⁹ VYMĚTAL, J. *Úzkostné děti a jejich výchova*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1979. s.

V období osmi až dvanácti měsíců je dítě schopno si stanovit určitý cíl a následně hledá aktivitu, která by mu pomohla toho cíle dosáhnout. Ze začátku dítě může projevit zájem o knížky zvukové, které ho zaujmou zvukem a rytmem. Dále je to barevnost a ilustrace, které dítě mohou zaujmout. V devíti měsících je již dítě schopno vyjádřit svůj strach, zlost, radost a od okolí očekává, že na jeho pocity bude reagovat. Dítě si s hračkami rádo hraje, hází, a hledá je. V deseti měsících se dítě připravuje na chůzi. Některé děti již lezou, některé se plazí a z plazení přejdou rovnou na chůzi. Dítě v tomto období si hraje na schovávanou, rádo napodobuje. Je velice zkoumavé a rádo se učí novým hrám. Básničky, pohádky, zpívání písniček vyvolává u dítěte velkou radost. V rozmezí desátého až dvanáctého měsíce se u dítěte vyvíjí porozumění slovům. Dítě je schopno vnímat slova nebo krátké věty. V tomto období se učí prvním básničkám a slovními pokyny. V jedenácti měsících dítě tvoří první slůvka. Jsou to jednoduchá slova, které dítě spojuje s lidmi nebo předměty, které jsou mu blízké. Pokud chceme dítě naučit nové slovo, z počátku si je dítě hned nezapamatuje, ale my je musíme stále opakovat a pak se slovo stane součástí jeho slovní zásoby. Dítě se snaží komunikovat se svým okolím a tím chce vyjádřit svoji spokojenost nebo nespokojenost. Ve dvanácti měsících dítě již reaguje na své jméno. Postupně začíná rozumět slovům, která mu řekneme. V tomto období je již schopno dítě rozpoznat, co je povolené a dobré nebo naopak zakázané a špatné. Dítě v období jednoho roku se o hračky nechce dělit.

3.2.4 Období batolete

„Období batolete je časem, kdy dochází k výraznému rozvoji osobnosti dítěte.“⁹⁰ Dále u dítěte došlo k dokončení základního vývoje první signální soustavy. Dítě již ve dvou letech začíná chodit vzpřímeně a začíná mluvit. Lépe začíná vnímat předměty a lidi kolem sebe. Ve dvou letech si dítě zdokonaluje orientaci v prostředí a experimentace se přeměňuje na hru. Kolem druhého roku je dítě schopno sestavovat jednoduché tvary. Velký vliv na další vývoj dítěte má chůze a řeč, jelikož se tyto funkce postupně zdokonalují a mají vliv na psychiku dítěte. V období batolete se rozvíjí představivost a paměť. „V raném věku se často objevuje hra s řečí. Dítě si novou kompetenci různým způsobem procvičuje a tak ji také rozvíjí (např. si pro sebe opakuje různé varianty určitého slova či slovního spojení).“⁹¹ Je-li dítě schopno zpracovávat a uchovávat si různá slovní spojení a posléze je správně používat, poté dochází ke správnému označování a důsledkem toho se rozvíjí jeho řeč. Na rozvoj psychiky silně působí řeč, ještě než ji dítě dokáže samostatně používat. Řeč má tzv. předřečové stadium, pod které můžeme zahrnout žvatlání nebo broukání. Dítě postupně vydává zvuky, které se podobají slovům. Batole začíná se zájmem naslouchat libovolné řeči dospělých. Dítě je pak schopno napodobovat řeč, opakovat slova a přiřazovat je k předmětům. Kdybychom před dítětem nemluvili, mohlo by se stát, že se dítě nenaučí mluvit. Jeho řeč se totiž rozvíjí na základě řeči vedené lidmi kolem něj. Ve 12. až 13. měsíci dítěte se objevuje první rozpoznatelné slovo. Zásoba slov v těchto měsících je kolem šesti slov. V roce a půl je již slovní zásoba na třiceti slovech. Ve dvou letech je zásoba slov u dítěte na hranici mezi dvěma sty až třemi sty slovy. Již v tomto období se dítě učí říkanky a básničky poslechem a to velmi snadno. Mezi druhým a třetím rokem začíná období otázek. Ve třech letech je dítě již člověkem, který si uvědomuje jaké má místo ve své rodině. Jestliže je výchova dítěte vedena správně a rodiče dbají na správnou výchovu, dítě postupně cítí odpovědnost za některé rysy svého chování. „Kolem druhého roku děti ve hře napodobují dospělé i zvířata.“⁹²

⁹⁰ VAŠUTOVÁ, M. *Základy biodromální psychologie*. Vyd. 1. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2010. s. 123

⁹¹ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie*. Praha: Karolinum, 1996. s. 76

⁹² PAULÍK, K. *Vývojová psychologie*. Vyd. 1. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, 2002. s. 34

Hru dítě provozuje s velkým zaujetím a vážností. Zpočátku si dítě hrávalo samo, nyní si začíná hrát s jinými dětmi. Koncentrace dítěte na hru je větší a omezuje ji množství předmětů, se kterými si hraje. Ve třech letech dítě již používá sedm až devět set slov a je schopno navazovat rozhovor s dospělými. Je nutné, abychom v tomto období dítěti zpívali, předčítali a povídali si s ním. Jelikož se dítě učí říkanky nazpaměť, dochází u něj k procvičování paměti a obohacování slovníku. Vhodnou literaturou pro dítě jsou obrázkové knížky, leporela, říkanky a básničky. Dítě vyžaduje předčítání. Rádo se s maminkou, tatínkem nebo prarodiči baví o knížkách, které se mu líbí. Velmi důležitou roli při četbě hraje tělesný kontakt. V tomto věku dítěte je důležité u něj vytvářet kladný vztah ke knize, jak učit dítě s ní správně zacházet. Knížku by si mělo prohlížet s čistýma rukama, nemělo by do knížky malovat nebo v knížce trhat listy.

3.2.5 Období předškolního věku

„Toto období trvá přibližně od tří do šesti let věku a je označováno jako období předškolní.“⁹³ V předškolním věku dochází u dítěte k rozvoji a prohlubování základních funkcí, které si dítě během vývoje osvojilo. Zlepšuje se mobilita dítěte a jeho zručnost (oblékání, hygienické návyky aj.). Stále dochází ke zlepšování motorického vývoje, jelikož na jeho vývoji se stále více podílí mozková kůra. V oblasti pohybu dochází k postupnému zdokonalování senzomotorické koordinace. Proto je dítě schopno ve čtyřech letech při hře skákat po jedné noze. Dítě si pomalu začíná osvojovat základy sportovních činností. Je schopno plavat, jezdit na kole, ale také chodit na delší procházky.

3.2.5.1 Motorický vývoj

„Tříletí druhého dětství se vyznačuje značnou dětskou pohyblivostí, která je umožněna vyspíváním nervového systému, kostry, svalstva a jeho prokrvování.“⁹⁴ Dítě je již schopno uchopit tužku, pastelky a také je schopno se samo najíst. Dítě ve třech letech ukončilo část etapy, ve které se naučilo chodit, padá už jenom velice málo. Dokáže chodit ze schodů i do schodů. Dítě je schopno vnímat prostor a detaily.

⁹³ VAŠUTOVÁ, M. *Základy biodromální psychologie*. Vyd. 1. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2010. s. 141

⁹⁴ PŘÍHODA, V. *Ontogeneze lidské psychiky. 1. Vývoj člověka do patnácti let*. Vyd. 4. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1977. s. 195

V období tří let dochází k určitým změnám, které ovlivňují umístění dítěte ve společnosti. Čtyřleté dítě dokáže postavit věž z kostiček, umí nakreslit různé tvary. V pěti letech dítě umí chodit pozpátku, umí udržet rovnováhu na jedné noze. Je již schopno nakreslit tvar podle vzoru, udrží nůžky v ruce a umí je používat. Dle toho můžeme vidět, která ruka bude dominantní. V šesti letech dochází ke zlepšení hrubé a jemné motoriky. Tím, že se rozvíjí obratnost u dítěte, dochází k tomu, že dítě je schopné se samo obléci, zajít si na záchod, popřípadě provést jednoduché domácí práce, které mu jeden z rodičů zadá. Rodiče vedou děti k plnění domácích prací proto, aby u nich vybudovali smysl pro povinnost. Co se týče pohyblivosti u dítěte, tak dochází k zlepšení postupnému. U dítěte můžeme spatřovat větší pohotovost a obratnost.

3.2.5.2 Kognitivní vývoj

Předškolní období můžeme nazývat jako věk iniciativy. „Hlavní složkou tohoto období je aktivita, sebeprosazení, zaměřenost na nejbližší svět a pravidla, která v něm platí.“⁹⁵ Měli bychom u dítěte rozvíjet účelné aktivity. Vnímání u dítěte předškolního věku je na takové úrovni, že je schopno rozpoznat kvalitu předmětů a jevů. U batolete bylo vnímání ovlivněno city. Dítě v předškolním věku si všímá více detailů a už není zaměřené na všechny předměty kolem sebe. Od čtvrtého roku se dítě učí poznávat a pojmenovávat barvy. Dítě v oblasti sluchového vnímání je schopno rozlišovat hlásky a dokáže změnit intenzitu sluchového vnímání. Dítě vnímá prostor zvětšeně, nedokáže odhadnout vzdálenost a velikost daného objektu. Dítě není schopno vnímat celek jako skupinu detailů a neuvědomuje si vztahy, které mohou z toho vyplývat. Množství předmětů není dítě schopno ještě odhadnout. Dítě představu o čase vnímá na základě opakujících se jevů. „Pro toto období je charakteristický vývoj explicitní epizodické paměti. Je to paměť individuálně specifická, protože zpracovává a uchovává osobně prožité události.“⁹⁶ Ze začátku je schopno si zapamatovat určité situace či předměty, ale stále trvá na jejich opakování. Až ve druhé polovině předškolního věku si dítě zapamatovává úmyslně. K tomu, aby si dítě něco zapamatovalo či uchovalo ve své paměti, musí být daná situace spojená s emocemi.

⁹⁵ VAŠUTOVÁ, M. *Základy biodromální psychologie*. Vyd. 1. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2010. s. 142

⁹⁶ Tamtéž, s. 147

Na základě těchto poznatků je dítě schopno si lépe vybavit situaci, která na něj zapůsobila určitým dojmem. V předškolním období převládá smyslová paměť. Jestliže se dítě nezačne učit záměrně a vědomě si pamatovat, může mít pak ve škole potíže. „V tomto věku také ještě fantazie pohotově doplňuje každou mezeru v poznání, navíc i v souladu se subjektivním přáním.“⁹⁷ Pomocí fantazie je utvářen a rovnováha mezi citem a rozumem. Nejvíce se fantazie vytváří u dítěte při hře, při sledování pohádky, nebo když je mu pohádka vyprávěna. Pro předškolní věk je charakteristická živá představivost. Poznání dítěte se zaměřuje především na nejbližší svět a pravidla, která v něm platí. Dle Piageta (1970) je typický způsob uvažování předškolních dětí intuitivní, názorné myšlení. Myšlení je málo nepřesné, nerespektuje zákony logiky a v neposlední řadě je málo flexibilní. Typické znaky uvažování u dítěte předškolního věku můžeme shrnout dle následujících kritérií. Prvním z nich je **egocentrismus**, tj. ulpívání na subjektivním pohledu a tendence zkreslovat úsudky na základě subjektivních preferencí. V **fenomenismu** je dítě fixováno na nějakou představu reality, ale odmítá ji opustit. Jestliže je u dítěte vazba na přítomnost, jde o **prezentismus**. **Animismus**, **antropomorfismus** je ožívování, přiřítání života neživému. Dítě očekává, že neživé věci se budou chovat stejně jako věci živé. V magičnosti jde o interpretaci světa, která je zjednodušována dětskou fantazií. Předškolní dítě nevidí rozdíl mezi skutečností a fantazijní produkcí. **Absolutismus** představuje stav, ve kterém je dítě přesvědčeno, že tvrzení je konečné. Předškolní dítě není schopno třídit a posuzovat předměty podle toho, jaký mají mezi sebou vztah. „Myšlení předškolních dětí ovlivňuje skutečnost, že ještě nedokážou potlačit do pozadí informaci, která je pro řešení daného úkolu nevýznamná (například barva pro posouzení podobnosti dvou objektů).“⁹⁸ V předškolním období dochází ke zdokonalování řeči a také k rozvoji kompetenčních dovedností. Dítě je schopno již vyjádřit vlastními slovy co chce. Ve čtyřech letech intelektový vývoj přechází z předpojmové úrovně na vyšší úroveň. Výslovnost je ještě nedokonalá, ke zlepšení dochází až mezi čtvrtým a pátým rokem dítěte. Dítě je schopno vydržet poslouchat krátké pohádky, zazpívat písničky popř. odříkat básničky.

⁹⁷ ČAČKA, O. *Psychologie dítěte*. 3., dopl. vyd. Tišnov: Sursum, 1997. s. 55

⁹⁸ VAŠUTOVÁ, M. *Základy biodromální psychologie*. Vyd. 1. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2010. s. 149

Předškolní věk je obdobím, kdy jsou často pokládány otázky typu „ Kdo? Proč? Co?“ Tyto otázky slouží dítěti k obohacení jeho slovníku, ale také k rozvoji jeho vyjadřování a myšlení.

Ve čtyřech letech dítě používá i čas budoucí. Dokáže vyprávět o událostech, které se staly v minulosti. V sedmi letech dítě události popisuje podle skutečnosti, tak jak se opravdu odehrály.

3.2.5.3 Hra

Hra je v předškolním věku hlavní činností dítěte, má hluboký smysl a svrchovanou vážnost. Ve hře si dítě může znova přehrávat situace, ve kterých se ocitlo a následně je znova prožívat. Ze začátku dítě vyhledává hry, ve kterých si může hrát samo. Postupně přechází na hry, ve kterých si může hrát s dalším dítětem. V předškolním věku si dítě již hraje ve skupině. Častými motivy her jsou hraní si na někoho nebo na něco (např. na lékaře, na školu aj.). V tomto období převládají hry – skupinové, konstruktivní, tematické. Obsah her podporuje socializaci dítěte a pomáhá navazovat přátelství. Pokud si dítě hraje, jak chce a kdy chce, může docházet u hry k jednotvárnosti. Tvůrčí fantazie pomáhá dětem vytvářet při hře nové situace a náročnější hry vyžadují od nich i určité organizační schopnosti. Hra se stává pro dítě hlavní a převládající činností a důležitou přípravou pro školu a práci v dalším životě.

3.2.5.4 Četba

Ve čtvrtém roce je možno vidět velký pokrok u dětské mentality. Dítě mezi čtvrtým a pátým rokem je neobyčejně zvědavé. Pro toto období, zejména zpočátku, jsou důležitá leporela svou tematikou, barevností, úpravou a obrazem. K větší plynulosti napomáhají říkanky, písničky, ale i delší básničky. Večerní pohádky by měly být vždy plné radostné pohody, aby dítě usínalo klidně. Vyprávění a četba mají velký význam pro rozvoj druhé signální soustavy. Jsou důležité pro rozvoj představivosti, myšlení a tvůrčí fantazie dítěte. Při vyprávění se snažíme přirovnávat předměty, věci nebo děje k těm, o kterých už dítě něco ví nebo je vidělo. Četba v předškolním věku vystupuje rovněž jako důležitý prostředek utváření a uspokojování estetických citů dítěte a obohacování jeho citového života. Dítě vyžaduje vyprávění či předčítání pohádek opakovaně, i když je už zná nazpaměť.

Měli bychom dbát na to, abychom se při čtení pohádek a příběhů vyvarovali strašení, protože „výchova strachem je vůbec nejhorší působení na dětskou psychiku.“⁹⁹ Významnou roli v dětské literatuře hraje ilustrace. Dítě si při prohlížení obrázků v knížkách může představit věci nebo jevy, které na vlastní oči ještě nevidělo. Ilustrace slouží jako určitá pomůcka při rozvoji vnímání, jelikož dítě se zaměřuje na ilustrace a srovnává rozdíly u obrázků. Období do šesti let má mnohdy rozhodující význam pro společenskou a pracovní adaptaci dítěte. Vhodnou četbou jsou příběhy o dětech, o skákání, běhání a o různých druzích sportu. Dětem bychom měli nabízet vystřihovánky, omalovánky. V tomto období můžeme dětem začít ukazovat i encyklopedie. O pohádkách bychom si s dětmi měli povídat. Rodiče by měli příběhy propojovat se životem. Např. „Vzpomínáš? Loni jsme jeli také vlakem.“ Ve spolupráci s dítětem můžeme vytvořit pohádku či příběh podle vlastních nápadů. Dítě může říct rodičům příběh, kteří oni napíší a následně jej spolu doplní ilustracemi. Četba pohádky může sloužit také jako odměna. Pokud se dítě chová hezky, můžete mu navíc ke každodenní pohádce přečíst další příběh navíc. Dítě oceňuje přítomnost rodičů a možnost se přitulit.

3.2.6 Mladší školní věk

Důležitým mezníkem v životě dítěte je jeho vstup do školy. „Vstup do školy klade zvýšené nároky na adaptabilitu dítěte. Souhrnným předpokladem je školní připravenost (způsobnost) jako souhrn všech podmínek (potřebných vědomostí a dovedností, motivace, funkčního organismu apod.), nezbytných pro zvládnutí školních nároků.“¹⁰⁰ Postupně to bude škola, která bude udávat směr ve vývoji dítěte. Ze začátku to byla hra, které se dítě mohlo věnovat s plným nasazením. Nyní to bude škola, která mu bude ukládat různé povinnosti. Stejně jako rodina bude i škola hrát velmi důležitou roli při socializaci dítěte.

3.2.6.1 Motorický vývoj

Hranice šesti let dítěte se považuje za důležité hledisko z pohledu vývoje motoriky. Ke zdokonalení percepce a motoriky nedochází jenom v důsledku samostatného růstu či vývojových činitelů, ale také na základně školního vyučování.

⁹⁹ VÁŠOVÁ, Lidmila. *Úvod do bibliopedagogiky*. Praha: Institut sociálních vztahů, 1995. s. 123

¹⁰⁰ PAULÍK, K. *Vývojová psychologie*. Vyd. 1. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, 2002. s. 36

Postupně dítě ovládá hrubou i jemnou motoriku a díky tomu je schopno mít stále větší jistotu. V mladším školním věku se dítě rychle unavuje, a proto by nemělo být přetěžováno. V tomto věku je důležitý pohyb. Pohybové dovednosti podporují kognitivní proces učení a rozvíjejí se při různých sportovních aktivitách. Děti se stále učí formou hry. U dítěte mladšího školního věku se radost z pohybu zvětšuje a dosahuje vrcholu mezi osmým až desátým rokem. „Zdokonalování percepce a motoriky není jen výsledkem samotného růstu, vývojových činitelů, nýbrž především školního vyučování.“¹⁰¹

3.2.6.2 Kognitivní vývoj

Smyslové vnímání se u dítěte stále vyvíjí. Dochází k vyvíjení schopností, které jsou předpokladem pro zvládnutí školních činností. U dítěte se rozvíjí schopnost rozlišování různě si podobných předmětů a uvědomování si prostoru. Dítě již začíná chápat pojem čas. Uvědomuje si, že existují časové úseky, ve kterých se momentálně nachází. Dále dochází k uvědomování si, že děj je nevratný. Dítěti nedělá žádný problém orientovat se v prostoru, dokáže určit vzdálenost nebo směr. Ve školním věku již dítě začíná uvažovat jiným způsobem, než jak tomu bylo v období předškolním. Dítě již umí uvažovat o jednotlivých situacích, ale není schopné si představit další varianty. Pozornost dítěte je směřována na plnění školních úkolů. Především v první třídě je dítě stále ovlivňováno předměty z okolí a jeho pozornost nevydrží dlouhou dobu. „Při školní práci je tedy potřeba mít stále na paměti, že konečným cílem výchovně-vzdělávacího procesu není jen zvyšování úrovně určitých dílčích poznatků, jednotlivých schopností, ba ani „celkové inteligence“, ale vždy rozvoj celé osobnosti, zvláště s ohledem na nároky následující vývojové fáze.“¹⁰² Rozumové schopnosti dítěte ve třetí třídě jsou závislé na rozvoji konkrétních podmínek, ve kterých žije. Díky učení a vlivu školy dochází k tomu, že se mění dětská činnost. V tomto období dochází k psychickým a organickým změnám ve vývoji dítěte.

¹⁰¹ PŘÍHODA, V. *Ontogeneze lidské psychiky. 1, Vývoj člověka do patnácti let*. Vyd. 4. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1977. s. 256

¹⁰² ČAČKA, O. *Psychologie dítěte*. 3., dopl. vyd. Tišnov: Sursum, 1997. s. 75

„Od šesti do jedenácti, vlivem výchovy, roste *slovník dítěte* nejen kvantitativně, nýbrž především kvalitativně, neboť ze slov jako výrazu myšlenkových obrysů se postupně vytvářejí pojmy s větší obsahovou přesností.“¹⁰³ Dítě je schopno říct a vyjádřit vše, co má na mysli. Charakter a rysy se u dítěte vytvářejí postupně, pozměňují se během celého života. Myšlení u dítěte nevzniká najednou, ale je výsledkem rozvoje vrozených schopností. V tomto věku je vztah s dospělým uctivější. V dětském kolektivu se naopak dítě snaží na sebe co nejvíce upozornit. Učitel jakožto další autorita v jeho životě očekává od školáka pozitivní výsledky a školák očekává pozitivní hodnocení. Tak jako od učitele očekává hodnocení, u spolužáků hledá přijatelné postavení. Školní úspěch závisí na rozvoji poznávacích schopností. Dítě, které je v roli školáka, musí zvládat určitou roli, dobře komunikovat a dodržovat normy chování. Dítě v mladším školním věku je schopno chápat určitou skutečnost. Dítě v sedmi letech je citlivé na hodnocení od jiných lidí. Již malá výčitka může u něj vyvolat pláč. Osmileté dítě je schopno ochotně plnit své povinnosti. Již samo dokáže sebe ohodnotit a také se snaží do volby svých zájmů a cílů zasahovat. V devíti a deseti letech jsou děti na krátký čas přesně takové, jaké si je rodiče vždy přáli mít.“¹⁰⁴ Dítěti již vadí, když za něj rozhodují jiní, chce být už samostatné. Dítě v období mladšího školního věku potřebuje pochopit skutečný svět. Samo je schopno sbírat zkušenosti. Chce se stále učit novým věcem, jelikož paměť v tomto období je výborná. Ze získaných nových poznatků dochází ke zkvalitnění slovní zásoby a řeči, které jsou důležité pro dobré učení. Dítě je schopno si zapamatovat učivo, ale jenom mechanicky, tzn. slovo od slova. K mechanickému učení dochází z důvodu nedostatků slovní zásoby. Jako další nedostatek v paměti můžeme spatřovat v neschopnosti dítěte spojovat si nové poznatky s předcházející látkou. Tady by dítěti měl pomoci v pochopení a smyslu učiva rodič nebo učitel.

¹⁰³ PŘÍHODA, V. *Ontogeneze lidské psychiky. 1, Vývoj člověka do patnácti let*. Vyd. 4. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1977. s. 261

¹⁰⁴ ČAČKA, O. *Psychologie dítěte*. 3., dopl. vyd. Tišnov: Sursum, 1997. s. 71

3.2.6.3 Četba

Dítě při vstupu do školy neumí číst, ale je schopno poznávat písmenka. Najdou se však případy, kdy dítě již umí číst. Protože bylo zvědavé, vyptávalo se rodičů na písmenka, jak se které jmenují a bralo to jako hru, která je bavila. U dítěte dochází k převládání racionální stránky nad tou emoční. Dítě proto nejedná už jenom pod vlivem svých pocitů. Díky tomu dochází k odpoutání se od fantazie a „rozvíjí se tvůrčí obrazotvornost, která vede k samostatnému myšlení.“¹⁰⁵ Učení čtení by však nemělo probíhat pod nátlakem rodičů. Děti ve stejném věku jsou různě intelektuálně vyzrálé a četba je náročná duševní činnost, dítě k ní dospěje. I když je dítě již ve škole, rodiče by měli dále dítěti předčítat a to z důvodu, že pro dítě je zatím četba velmi namáhavá. Musí se na čtení velice soustředit. Kromě klasických pohádek jsou to také příběhy jiných dětí, které jsou v oblibě u dítěte v mladším školním věku. Především je zajímaví příběhy ze školního prostředí, které jsou pro ně nové. Dále jsou u dítěte oblíbené komiksy, časopisy. Zájem je kromě pohádek, komiksů zaměřen na obrázkové knihy o zvířatech, encyklopedie. U dítěte postupně dochází ke změně zájmu z příběhu o dětech na příběhy dobrodružné literatury nebo veselé příběhy z exotických krajín. V mladším školním věku dochází k rozdílu při výběru literatury mezi dívkami a chlapci. Chlapci se začínají zajímat o dobrodružnou literaturu. Dívky si vybírají literaturu zaměřenou na vztahy a emoce. Pokud zvolíme správnou knihu ve správný čas, dokáže na dítě pozitivně a výchovně působit a to z důvodu, že dítě napodobuje chování hrdiny. Prostřednictvím kresby může dojít u dítěte k estetickému procítění přečteného příběhu. Pro dítě na prvním stupni jsou důležité knihy, jelikož prostřednictvím nich získává vědomosti, rozšiřuje si slovní zásobu. I v tomto věku hraje důležitou roli ilustrace. Ilustrace dítěti pomáhají v osvojování poznatků a dochází ke konkretizaci představ. Rodina a také škola hrají velkou úlohu při vytváření čtenářství. Ač se rodina a škola podílejí na vytváření vztahu dítěte a četby jinak, měly by však spolupracovat.

¹⁰⁵ VÁŠOVÁ, Lidmila. *Úvod do bibliopedagogiky*. Praha: Institut sociálních vztahů, 1995. s. 125

3.2.7 Střední školní věk

Střední školní věk je charakterizován fyziologickými změnami, které jsou provázeny hlubokými změnami v oblasti psychické. Dospívání sebou přináší mnoho protikladů a rozporů mezi dospívajícími a dospělými. Charakteristickými prvky v tomto období jsou měnící se nálady. Začíná převládat rozumová činnost nad city. V citovém životě dochází k velké změně. Tou změnou je zájem o druhé pohlaví ve smyslu erotickém. „Specifickým znakem tohoto období je vyhraněnější potřeba identifikace se skupinou dětí stejného pohlaví a tudíž i nápadnější oddělování chlapeckých a dívčích skupin, než tomu bylo dříve.“¹⁰⁶ Dítě bychom měli vést k výuce jazykům, jelikož pomocí jazykové výuky se po stránce obsahové u dítěte rozvíjí myšlení. Konstruktivní hry jsou rozmanitější a složitější. Hry mládeže tohoto věku jsou rozumově i pohybově náročnější. Ať už dívky nebo chlapci se v období puberty snaží vyniknout. Zájem o četbu v tomto věku díky počítačům upadá. Informační média výrazně ubírají čas četbě, mají větší sílu v oblasti poznávání i zábavy, v oblasti komunikace s vrstevníky, ale nejen s nimi. Chlapci a dívky, kteří četbě zůstanou věrni, si vybírají literaturu dobrodružnou, detektivní a cestopisnou.

3.2.8 Starší školní věk

Dítě ve starším školním věku již ukončilo povinnou školní docházku. Po studiu na základní škole si dítě musí vybrat směr dalšího studia nebo povolání. Před dospíváním se výrazněji projevují rozdíly v chování, jednání i vystupování u chlapců a dívek. Dívky i chlapci se začínají učit vytrvaleji a usilovněji. „Dospívání je spojeno s hormonálními proměnami, které stimulují změny v oblasti citového prožívání.“¹⁰⁷ Ve starším školním věku dochází k nárůstu čtenářské výkonnosti. Jestliže zvolíme správnou literaturu pro dítě, můžeme pozitivně ovlivnit jeho výchovu. Také ve starším školním věku je patřičný rozdíl mezi volbou četby u dívek a chlapců. Dívky mají větší zájem o literaturu pro dospělé, v níž se hlouběji řeší vztahy mezi lidmi.

¹⁰⁶ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie*. Praha: Karolinum, 1996. s. 220

¹⁰⁷ VAŠUTOVÁ, M. *Základy biodromální psychologie*. Vyd. 1. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2010. s. 207

Terapeuticky budou užívány již jiné knihy než pohádky. Najdou se však i případy, že i v tomto věku se některé pohádky čtou ze setrvačnosti a jako oddychová četba. U chlapců převládá zájem o literaturu dobrodružnou. V četbě také mládež vyhledává literaturu, která se zabývá pohlavními otázkami. Velkou oblibu u mládeže mají časopisy nebo magazíny, které jsou zaměřené na jejich záliby např. kutilství, modelářství, tanec aj. U mládeže bychom měli dávat pozor na nevhodnou literaturu, kterou je pornografie, která líčí bezduchý vztah mezi mužem a ženou.

3.2.9 Adolescence

Období adolescence trvá přibližně od 15 do 20 let. Tělesný a duševní vývoj se podílí na chování adolescenta. Adolescent se rád svým chováním odlišuje a projevuje tak svou identitu. Mladí lidé rádi diskutují mezi sebou o současných problémech. Mladí lidé potřebují a budou vždy potřebovat pomoc a vedení starších lidí, kteří jim předávají nashromážděné znalosti a zkušenosti. U adolescentů můžeme pozorovat jejich zaměření na sportovní, kulturní a jiné zájmy a to v závislosti na jejich osobním výběru či výběru studia nebo povolání. Dívky i chlapci v období adolescence se zaměřují na společenské romány, literaturu klasickou, ale i současnou. Literatura se stává jak zdrojem zábavy, tak i důležitým pramenem studia. V tomto věkovém období se jen těžko dá mluvit o léčbě pohádkou.

3.3 Význam pohádky v životě dítěte

Pohádka nabízí dítěti jiný svět, obohacený kouzly a fantazií. Pomocí pohádky může uniknout do světa fantazie. Pohádka je plná dobra a zla, a téměř vždy v pohádce zvítězí dobro a zlo je potrestáno. Díky pohádce může dítě prožívat stále nové zážitky a emoce. Každá pohádka má svůj příběh, ze kterého se dítě může něco dovědět. Pohádka má výchovný charakter, díky němu si dítě vezme ponaučení z daného příběhu. Dítě se může v pohádce vcítit do postav hrdinů. Láká ho risk hlavního hrdiny, který by nástrahy nepřekonal, kdyby neměl odvalu a pomocníky. Dále je to tajemství, které dítě tak láká. Postava hrdiny nás fascinuje nejenom v dětství, ale také v době dospívání a dospělosti. Každá pohádka má svůj smysl. Jedná se o smysl výchovný, léčivý a relaxační. V každé etapě lidského života se setkáváme s nástrahami. Tyto nástrahy nás učí se s nimi vypořádat a díky nim získáváme dovednosti a zkušenosti, které jsou důležité pro náš život. Význam pohádky můžeme spatřovat v rozvoji dovedností, shromažďování praktických i teoretických znalostí. Pohádka ukazuje dítěti etické problémy a dále mu umožňuje získat odpovědi na otázky důležité pro jeho další vývoj. Pohádka má však i jiné funkce a to funkce relaxační, humorné a emocionální. Důsledky neřešených problémů mohou ovlivnit pozdější vývoj dítěte. Pomocnou ruku mu může podat pohádka. Pokud se bude dítě k problémům stavět pasivně, může se z něj stát ustrašené dítě. Pohádka je určitým mostem mezi dítětem a dospělým. Uspěchaná a rychle se vyvíjející společnost má vliv také na formu pohádky. Tvůrci pohádek zapomínají na to, pro koho pohádku vlastně tvoří. Jak se mění svět, mění se i svět pohádek. V některých pohádkách nalezneme drastické souboje, ve kterých nevítezí dobro (chytrost, dobrota), ale násilí. Toto násilí vyvíjí v dětech agresi vůči ostatním dětem, kterým potom ubližují. I v klasické pohádce se setkáme s násilím, ale úkolem rodičů je, aby to dětem vysvětlili. V oblasti pohádek jsou u dětí velice oblíbeny pohádkové dvojice, jakou jsou např. Bob a Bobek, Pat a Mat nebo Kát'a a Škubánek. Rodiče by měli o pohádkách s dítětem mluvit, společně přemýšlet o tom, co se v pohádce skrývá. V pohádce se vyskytují věci, které jsou pro dítě nepochopitelné, nezná jejich význam. Výhodou pohádky je to, že i když jsme děti nebo dospělí, můžeme se k ní vrátit. Nikdy nezapomeneme na pohádky, na kterých jsme vyrůstali. Tak, jak zůstaly v nás, měli bychom je předávat dalším generacím.

3.4 Role pohádky v rozvoji a výchově dítěte

Dítě vyrůstající ve městě je ovlivňováno blikajícími reklamami, ruchem ze silnic. Když přichází večer, mělo by dítě usínat v pokoji, kde ho nic neruší. Bohužel v dnešní době tomu tak často není. Každý den na dítě působí technika se spoustou sluchových a vizuálních dojmů. „Oblékne-li si pověstnou hroší kůži proti smyslovým vjemům, vzniká nepříznivá dispozice k chování necitlivému, nesdílnému, s odstupem, který je pak ve školním věku tuze na škodu.“¹⁰⁸ Civilizační podrážděnost způsobuje u dětí neklidný spánek a strašidelné sny. Pohádky mají důležité poslání ve ztechnizovaném prostředí. Děti, vyrůstající ve světě technologií, potřebují pohádky, ve kterých mohou utéct do světa fantazie. Pohádka jako literární dílo zaměřené na dítě, má kouzlo uznat realitu, dívá se na svět z pohledu dítěte. V psychologické analýze můžeme rozlišovat dvě vrstvy: kognitivní a emoční. Dítě se učí prostřednictvím pohádkových hrdinů o životě a světě. Svět je prezentován jednoduše a pro pochopení dítěte. Pomocí pohádkového hrdiny dítě přijímá mravní normy, jednání a myšlení. Díky pohádkám odhalí svou identitu a podněcuje představivost. Pohádka stimuluje emoce, dítě se stává více citlivé a opatrné. Pomocí děje v pohádce můžeme dítě naučit, jak se vypořádat s těžkými překážkami. Pohádka pomáhá dítěti odstranit strach ať už z vody, ze zvířat, z lidí. Pohádka umožňuje rozvíjet v dítěti pocity a emoce a vytvářet jeho vnitřní svět. Pohádka reaguje na ty problémy, které se týkají dětství. Mohou to být problémy týkající se sociálních vztahů, problémů se školou a jiné. Jelikož pohádka podněcuje obrazotvornost a konkrétnost, působí to na dítě tolik, že pohádce uvěří. Podle Hrdinákové je „pohádka krásný klam, ve kterém je obsažená hluboká pravda. Díky tomuto pohádkovému klamu s hlubokou pravdou je dítě do příběhu emocionálně zainteresované – co více, dalo by se říci, že pohádkový příběh emocionálně prožívá jako vlastní zkušenost.“¹⁰⁹ Pohádka tak splňuje socio-kulturní a socio-psychologickou funkci.

¹⁰⁸ STREIT, J. *Proč děti potřebují pohádky*. 1. vyd. V Praze: Baltazar, 1992. s. 9

¹⁰⁹ HRDINÁKOVÁ, L. Vplyv rozprávky na emocionálny a sociálny rozvoj dieťaťa. In *Kniha v 21. století : percepcie textů, výchova čtenáře – ano či ne*. Opava: Filozoficko-přírodovědecká fakulta, Ústav bohemistiky a knihovnictví. 2006. s. 36

Důležitým faktorem je v pohádce pocit štěstí a radosti. Tyto dvě věci u dětí vyvolávají pocit uklidnění a toho, že se nemusí bát zla. „Pohádka je jednoduchá mohutná sociální a psychologická síla, která integruje jednotlivce do společnosti a světa, která stmeluje jednotlivé sociální skupiny.“¹¹⁰

Z hlediska výchovného můžeme pohádku třídit:¹¹¹

1) první typ pohádky je vytvářen tak, aby poukázal na vítězství hodného, dobrého a statečného člověka. V tomto typu pohádky může být hrdinou princ, chudý rybář, chudá děvečka aj. Kladní a stateční hrdinové zvítězí nad zlem svými kladnými povahovými rysy. (např. O třech bratřech, O popelce)

2) druhý typ pohádky je vytvářen se záporným hrdinou. Pomocí záporného hrdiny můžeme poukázat na to, že když nedodržíme slovo, budeme potrestáni. (např. O neposlušných kůzlátkách, O Smolíčkovi)

3) ve třetím typu pohádky hlavní hrdina vyhrává nad svými nepřáteli svou chytrostí a moudrostí. U pohádky bychom měli dbát na to, aby nebyla vyzdvihována lest nad všechny jiné vlastnosti (např. Chytrá horákyně, O hloupém Honzovi)

4) čtvrtý typ pohádky poukazuje na vztah mezi lidmi, na zákonitosti života aj. Pomocí pohádky se dítě seznamuje s vlastnostmi, jako jsou upřímnost, pravdomluvnost, pracovitost aj. (např. Čertův švagr, Dvojčata)

5) poslední typ pohádky má za úkol dítě pobavit nebo pozlobit.

¹¹⁰ HRDINÁKOVÁ, L. Vplyv rozprávky na emocionálny a sociálny rozvoj dieťaťa. In *Kniha v 21. storočí : percepce textů, výchova čtenáře – ano či ne*. Opava: Filozoficko-přírodovědecká fakulta, Ústav bohemistiky a knihovnictví. 2006. s. 39

¹¹¹ *O pohádkách : sborník statí a článků*. 1. vyd. Praha: SNDK, 1960. s. 288

3.5 Vliv prostředí na socializaci dítěte

Osobnostní vývoj je založen na sociálních vztazích. Největší vliv na utváření vývoje dítěte mají členové rodiny. Rodiče aniž by tušili, tak jejich modely chování nebo vzájemné mezilidské vztahy ovlivňují chování dítěte. Pro rozvoj dítěte je velice důležitá láska, péče, která však nesmí být přehnaná. Dítě vyžaduje od svých rodičů, prarodičů ale i okolí, aby si ho vážili a respektovali. V poslední době se vyskytuje v České republice a nejenom v ní, dysfunkční rodina. Dysfunkční rodina neposkytuje dostatečné podmínky pro osobní vývoj dítěte a postupně se u něj projevují různé poruchy. Dalším prostředím, které ovlivňuje vývoj dítěte je škola. Dítě se nyní každý den nachází ve škole mimo dosah působení svých rodičů. Ocitá se v prostředí, ve kterém musí čelit problémům týkajících se především jeho postavení ve skupině dalších dětí. Záleží jenom na dítěti, jak takovou roli v kolektivu zvládne. Tato role později může ovlivnit jeho strategii v sociálním chování. Dítě nacházející se v prostředí jiných dětí, uspokojuje své potřeby, týkající se soutěžení nebo porovnání se s ostatními. Každý z nás se setkal s problémem, který ovlivnil jeho život do takové míry, že nebyl schopen se soustředit na nic jiného. Byl z toho problému unavený a snažil se všemi silami ho vyřešit. S takovým pocitem se můžeme setkat i u dítěte. I ono se setkává s pocitem, že si neví rady s problémem, který se u něj objevil. Dítě není schopné svůj problém identifikovat, natož popsat. V takovém případě by mu měla napomoci pohádka. Ta vypráví děj, ve kterém se odehrává určitá situace. Každodenní situace se mohou promítnout také do pohádky. Dítě pohádku poslouchá s očekáváním, co se v pohádce objeví. Pomalu se vcituje do pohádkového hrdiny a prožívá s ním různá dobrodružství. Pohádka je obohacena metaforami a symboly. Díky těmto formám může pohádka vyjadřovat mnoho možností lidských emocí, problémů a životních situací. Tak jako ve skutečném světě, tak i v pohádce se dítě může setkávat s neporozuměním dvou generací (hádky mezi rodiči a dětmi). Se vztahem v rodině souvisí také poslušnost. Pokud rodiče nevěnují svým dětem pozornost, děti začnou zlobit. V pohádce se s motivem neposlušnosti můžeme setkat často.

V jiných pohádkách je zdůrazňován vztah mezi rodiči a dětmi, kdy rodiče ubezpečují své dítě, že je pro ně na světě velmi důležité. Ovlivňují také vztah člověka k přírodě. Častým pomocníkem jsou právě zvířátka. Proto je důležité již od raného dětství učit děti, jak se k přírodě chovat. Dítě si samo vybere takovou pohádku, která ho zaujme, vzbudí v něm emoce, zájem o hlavního hrdinu, ztotožnění se se skutky. Fantazie a skutečný život se neustále proplétají. Morální symboly a obrazy se hodí pro sedmý rok věku. Pohádka probouzí a posiluje dětský zájem o budoucnost, hraje důležitou roli v rozvoji myšlenkových schopností. V době technologií se mnozí rodiče zabývají spíše tím, jak děti naučit ovládat a řešit problémy týkající se nových technologií, než aby jim předčítali pohádky.

4 Léčba pohádkou a její charakteristika

V rychle měnící se době se musí dítě i dospělý přizpůsobovat stále novým požadavkům každodenního života. Náš život je čím dál více ovlivňován novými technologiemi. Postupně se s novými technologiemi musíme naučit pracovat. Tyto technologie jsou důsledkem rychle se měnícího světa a to pak může vést ke změnám, které ovlivňují náš rodinný život. Způsob, kterým můžeme dětem pomoci, je poukázat na důležitou roli pohádky v jejich životě. Pohádka jim může pomoci porozumět sobě, ale i okolnímu světu. Prostřednictvím léčby pohádkou můžeme vstoupit do světa fantazie a snů. Terapeutické pohádky, které jsou využívány při léčbě pohádkou, pomáhají snižovat napětí a vyrovnávat se se strachem a úzkostí. Také pomáhají najít způsob, jak nebýt sám. Svou jednoduchostí a efektivností si nachází velkou oblibu při práci s dítětem předškolního a školního věku. Léčba pohádkou obohacuje život dítěte. Léčbu pohádkou můžeme využít v rodinách, které se potýkají s různými problémy, v nemocnicích, dětských domovech, v knihovnách. Ve všech zmiňovaných institucích a jim podobným nalezneme prostory, které jsou vhodné pro léčbu pohádkou.

V této kapitole bude přiblížena problematika léčby pohádkou. Zaměříme se na charakteristiku léčby pohádkou a její význam. Dále pak zde budou popsány terapeutické pohádky, tj. psychoterapeutická, výchovně psychologická a relaxační. Léčba pohádkou se dá také uplatnit v boji proti strachu a úzkosti. Úzkostí a strachem se budeme zabývat v samostatné kapitole, proto se o této problematice zmíníme jenom okrajově. V kapitole charakteristika terapeutických pohádek byla část převzata z diplomové práce s názvem „Uplatnění biblioterapie v českých a v zahraničních knihovnách se zaměřením na pohádkoterapii.“

4.1 Definice léčby pohádkou

Dle Marie Molické „léčba pohádkou je terapie pomocí pohádek. Léčba pohádkou je novou metodou, která je velice jednoduchá, efektivní a její popularizace se na celém světě zvyšuje.¹¹² „Léčba pohádkou je jedna z pedagogických nebo psychologických metod, která může pomoci malému člověku na cestě k dospělosti. Je to důležitá metoda, která terapeuticky podporuje raný vývoj dítěte.“¹¹³ Léčba pohádkou je definována podle České terminologické databáze knihovnictví a informační vědy jako „typ biblioterapie, jejímž účelem je prostřednictvím četby určitých pohádek snížit hladinu úzkosti a strachu dítěte a seznámit jej s novými vzorci chování, které dosud nepoznalo.“¹¹⁴ „Léčba pohádkou je jedna z druhů biblioterapie. Je to metoda, která má pomoci dítěti naučit se vyznat ve svých emocích, a také jak je následně ovládat. Dále, jak zacházet se svými emocemi, které jsou tak důležité pro fungování ve společnosti.“¹¹⁵

¹¹² *BAJKOTERAPIA*. [online]. c2005 [cit. 2011-04-01]. Dostupné na WWW : <<http://www.abcbaby.pl/?page=Structure&id=73>>.

¹¹³ *Bajkoteria, czyli małymi kroczkami przez wielkie strachy*. [online]. [cit. 2011-07-06]. Dostupné na WWW:

<http://www.wodnskierniewice.eu/pedagogika_tworczosci/e_nauczanie/bajkoteria/bajkoteria_czyli_malymi_kroczkami_przez_wielkie_strachy.pdf>.

¹¹⁴ HAVLOVÁ, Jaroslava. Léčba pohádkou. In: *KTD: Česká terminologická databáze knihovnictví a informační vědy (TDKIV)* [online]. Praha: Národní knihovna ČR, 2003- [cit. 2011-07-15]. Dostupné na WWW: <http://aleph.nkp.cz/F/?func=direct&doc_number=000014967&local_base=KTD>.

¹¹⁵ PERZANOWSKA, K. Bajki-Pomagajki. [online]. [cit. 2011-05-04]. Dostupné na WWW: <http://www.gazeta.przyjaciei.pl/ciekawe_art/temat_nr/P_7%2814%29.pdf>.

4.2 Charakteristika terapeutických pohádek

Pohádky tvoří zvláštní svět. Pomocí pohádek se dítě učí pravidlům a seznamuje se s různými modely chování. Jednou z možností, jak snížit u dítěte pocity úzkosti a strachu je využít k tomu terapeutickou pohádku. Terapeutická pohádka je určena dětem ve věku od čtyř do devíti let. Cílem terapeutické pohádky je opírání se o základní směr psychoterapie. Dalším cílem je uklidnit a snížit strach a bolest u dětí. Dítě se rádo bojí, ale jen tehdy, pokud ví, že za chvíli se dočká příjemného pocitu úlevy. Dítě ví, že děj se odehrává v nereálném světě, a proto nehrozí jemu ani hlavnímu hrdinovi pohádky žádné nebezpečí. Pohádka umožňuje dítěti se ztotožnit s hlavním hrdinou. Dítě a hrdina se nacházejí ve stejných situacích a dítě se snaží napodobovat jeho chování. Pro terapeutické pohádky je charakteristickým znakem obtížná situace pohádkového hrdiny. Hrdina, který je plný strachu a obav, se za pomoci vedlejších pohádkových postav těchto obav pomalu zbavuje. Hrdina mění své postupy, tím se dostává do nové psychické situace a mění své chování. Pomocí pohádky může prožívat stále nová dobrodružství. Pokud bychom zvolili pohádku se špatným koncem, v dítěti by mohla zanechat pocit strachu. Dobře zvolená pohádka může uspokojovat psychické potřeby a dítě se tak cítí milované, bezpečné a příjemně. Pohádka jako terapeutický prostředek je výtvar, který pomáhá rozvíjet osobnost dítěte. V psychoterapii se setkáváme se skutečností, že pohádky pomáhají pochopit emoční problémy dítěte. Pokud budeme konkretizovat úzkost, docílíme toho tím, že dítěti ukážeme osoby, předměty, které úzkost vyvolávají. Tím dojde u dítěte k uvědomění si příčin a jeho jednání se stane racionálnější.

Dle M. Molické (2002) základní schéma terapeutické pohádky tvoří čtyři prvky. Těmi jsou hlavní téma, hlavní hrdina, další postavy a pozadí vyprávění. Na příkladu terapeutické pohádky s názvem Tma a její přátelé¹¹⁶ si můžeme ukázat, jak by tyto čtyři prvky měly vypadat.

1. Hlavní téma – hlavním tématem pohádek jsou situace, kdy se hrdina dostává do obtíží, na které reaguje především strachem a úzkostí. Každá pohádka hrdinu staví do jiných situací, které vyvolávají tyto obavy. Může to být například cesta do neznáma, výsměch od ostatních lidí, odloučení od rodiny nebo smrt někoho blízkého.

Př. Hlavním tématem je příběh, který přibližuje úzkost ze tmy a z neznámého prostředí. Prostředkem v pohádce proti tomuto druhu úzkosti jsou: podněty, které vedou hrdinu k zájmu o další nové postavy, neobvyklé prožitky, motivace k jinému způsobu uvažování a v neposlední řadě rozvíjející se příjemná dějová nálada.

2. Hlavní hrdina – hlavním hrdinou jsou především dítě nebo zvířátko, se kterými se dítě může ztotožnit. Hrdina v pohádce získává stále nové vědomosti, které mu pomáhají v překonávání obtížných situací. Nové vědomosti mu pomáhají pozitivně přemýšlet o situacích, které mu předtím naháněly strach.

Př. Hlavním hrdinou je malý chlapec, který se bojí tmy. Jeho úzkost je konkretizována odhalením příčin, které ji vyvolávají. Hrdina se postupně úzkosti zbavuje tím, že prožívá zajímavé příhody, navazuje přátelství a získá nový pohled na situaci.

3. Další postavy – pomáhají hrdinovi učit se způsobům chování, radí mu, jak dosáhnout úspěchu. Pomáhají mu dále vytvářet emoční náladu plnou porozumění, lásky a nutí hrdinu k tomu, aby o svých problémech mluvil.

Př. Postavami, se kterými se chlapec v příběhu setkává, jsou stíny, kočka, ale i samotná tma. Ty mu pomáhají měnit nepříjemnou situaci na příjemnou. Nabízejí mu přátelství a podporují ho. S chlapcem si o jeho strachu ze tmy povídají a naznačují mu na ni jiný pohled.

¹¹⁶ MOLICKÁ, M. *Příběhy, které léčí*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. s. 23

4. Pozadí vyprávění – pohádka se odehrává v místech, které děti znají. Místa děje jsou podávána tak, aby v dětech vyvolala příjemnou náladu.

Př. Příběh se odehrává v chlapcově pokoji nacházejícím se v městském bytě. Dítě se chystá na spánek a zůstává samotné v pokoji.

Dle Marie Molické (2002) můžeme terapeutické pohádky třídit na tři typy a to na psychoterapeutické, výchovně-psychologické, relaxační.

4.2.1 Psychoterapeutická pohádka

Psychoterapeutická pohádka je určena k tomu, aby dítěti usnadnila změnu v myšlení. Změna způsobu myšlení vede dítě ke změně chování. Příběhy psychoterapeutické pohádky mohou sloužit jako prevence při náhlých životních situacích. Může se jednat například o návštěvu lékaře, o odloučení někoho z rodiny, o smrt blízkého člověka nebo zvířete, rozvod rodičů. Obavy u dětí vznikají v důsledku toho, že mají negativní zkušenosti. Psychoterapeutické pohádky by nám měly pomoci v přemýšlení o obtížných situacích, naznačit nám způsob chování a v poslední fázi jak daný problém vyřešit. Dítě v pohádce nalezne svůj vlastní problém, který mu nastíní určité způsoby myšlení a chování, vcítění se do daného problému. Psychoterapeutické pohádky pomáhají snížit úzkost. Jestliže dítěti přečteme pohádku, může ji přijmout a také ne. Zda dítě pohádku přijalo, se projeví způsobem jeho chování. U dítěte může nastat to, že pohádka jej nezaujme, některé neporozumí a to může u něj vyvolat určité problémy. Pokud však dítě bude vyžadovat další četbu pohádky nebo si ji bude chtít přečíst samo, je to náznak toho, že dítě se ztotožnilo s hrdinou a se svým problémem. Pohádka umožňuje prožití emocí, které má také hlavní hrdina. Díky tomu dítě zjišťuje, že se dokáže se svou situací poprat. Pohádka podporuje rozvoj empatií, usnadňuje komunikaci. Jelikož dochází k podpoře pozitivních vlastností, nesmí obsahovat prvky hororu. U psychoterapeutické pohádky si musíme uvědomit, zdali proces pozitivního ovlivňování neskončí po jejím přečtení. Pohádka připravuje dítě na různé situace, a to je připravené do reálného života díky informacím, které získalo.

Pohádka by neměla být totožná s realitou. Měla by být obohacena fantazií a přiblížit danou problematiku. V pohádce by mělo dojít ke ztotožnění se s hrdinou a vyrovnávání se s danou situací. (viz příloha č. 1)

Cíle psychoterapeutické pohádky jsou:¹¹⁷

- a) uspokojení potřeb dítěte, které se nachází ve svízelné situaci
- b) podpora porozumění, budování pozitivních emocí, naděje, přátelství
- c) zajištění dostatečných znalostí o situaci a nalezení způsobu, jak si v situaci sám poradit

4.2.2 Výchovně psychologická pohádka

Tento typ pohádky u dětí redukuje nepříjemné emoční napětí, které je způsobené těžkými situacemi, se kterými se během svého života setkávají. V této pohádce jsou hrdinové především malé děti, zvířátka, která zažívají stejné situace jako děti. Díky tomu dochází k ztotožnění se s hrdinou a následně se dostává psychická podpora. Pohádka nastiňuje emoce, se kterými se v určité etapu lidského života můžeme setkat. Výchovně psychologická pohádka umožňuje poznat emoce a následně je rozvíjet. V dětském životě se vyskytuje mnoho problémů, na které může pohádka reagovat. Výchovně psychologická pohádka pomáhá dětem, které mají problémy s učením. Pomáhá jim odkrývat jejich silné stránky. Výchovně psychologická pohádka učí dítě, jak pozitivně myslet, vyrovnávat se s obtížnými situacemi apod. (viz příloha č. 2)

Cíle výchovně psychologické pohádky jsou:

- a) usměrňuje chování dítěte prostřednictvím pohádkového hrdiny
- b) učí umět řešit problém a možnost, jak jej překonat
- c) naučit se, jak využívat své schopnosti při řešení problému
- d) snížit úzkost u dítěte

¹¹⁷ MOLICKA, M. *Bajkoterapia. O lękach dzieci i nowej metodzie terapii*, str. 170

4.2.3 Relaxační pohádka

Podporuje správný vývoj dítěte pomocí vizualizace obrazů, které mají za cíl uklidnit a odbourat napětí. Obsahově by měla u dětí navodit pocit bezpečí a uklidnění. Hrdina relaxační pohádky vnímá prostředí, ve kterém odpočívá. Relaxační pohádku mohou využívat při práci učitelé, speciální pedagogové či logopedi. Má jiný charakter než dvě výše zmiňované pohádky. Tento druh pohádky slouží dětem k odreagování se od situace, která je pro ně stresová (návštěva zubaře, očkování). K základním rysům relaxační pohádky patří vizualizace. Dále navozuje pocit uvolnění. U ní si děti mohou odpočinout. Může být doprovázena hudbou. Četba pohádky by měla probíhat na klidném místě, kde nebudeme v rámci čtení očekávat nějaké vyrušení z okolního světa. (viz příloha č. 3)

4.3 Význam pohádky v léčbě pohádkou

Spousta dětí nevyrostá v dobrých a harmonických rodinách. Proto bychom dítěti v dnešní době měli nabídnout takovou pohádku s pohádkovým hrdinou, který se vydává sám do světa. Dnešní děti si také mohou připadat osamoceny, a proto se dobře ztotožňují s hlavní postavou pohádky. „Osud takových hrdinů dítě přesvědčí, že se může jako oni cítit odvržené a opuštěné ve světě a tápající ve tmě, ale stejně jako jim, i jemu se na cestě životem dostane krok za krokem vedení a pomoci, bude-li to potřebovat“¹¹⁸ V léčbě pohádkou má pohádka význam především terapeutický. Víme také, že kromě terapeutického významu má význam výchovný, poznávací, vzdělávací. Během svého života se setkáváme se situacemi, které v nás zanechají trauma. Zde by nám mohla pomoci pohádka, která nám může posloužit jako určitý návod. „Každá pohádka se dotýká jiných složek psychického vývoje.“¹¹⁹ Pohádka nejenom pomáhá při řešení problémů, ale také zasahuje citovou stránku dítěte. Dalším významem pohádky v dětském životě je, že podporuje fantazii. Fantazie je důležitá pro úspěšný vývoj dítěte. I když se v pohádce ukazuje podoba zla, krutosti nebo agresivity, nemusí se jich dítě tolik bát. V pohádce vždy dochází k tomu, že zlo je potrestáno. Takovýto sled děje je pro dětskou fantazii velmi důležitý. Díky tomu se dítě nebude cítit tak traumatizováno. Pokud by se chtělo ztotožnit s násilím, muselo by se nejdříve ztotožnit s vlastnostmi násilného člověka. Protože je hlavní hrdina pozitivní postavou, nemůže dojít k identifikaci s násilníkem. Terapeutická pohádka není nikdy ukončena otevřeným koncem. Vždy v ní najdeme řešení pro danou problémovou situaci. Léčivý vliv terapeutické pohádky je závislý na různých faktorech. Díky pohádce může dítě kontrolovat a zvládat emoce, tudíž projevy úzkosti a strachu. Pohádka pomáhá dítěti hledat vlastní identitu. Je na nás rodičích, knihovnicích, vychovatelích, abychom dítěti umožnili přístup k literatuře. Pohádka by měla tvořit v našem životě základní kámen a měli bychom vztah k ní upevňovat.

¹¹⁸ Bettelheim, Bruno. *Za tajemstvím pohádek : proč a jak je číst v dnešní době*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2000, s. 15.

¹¹⁹ Černoušek, M. *Děti a svět pohádek*. 1. vyd. Praha: Albatros, 1990. s. 28

5 Úzkost a strach v životě dítěte

5.1 Definice úzkosti a strachu

Mezi pojmy úzkost a strach není přesná hranice. Erikson definuje rozdíl mezi strachem a úzkostí takto: „Strach je stav obav, který se soustřeďuje na izolované a rozpoznatelné nebezpečí, které lze soudně zhodnotit a jemuž lze realisticky čelit. Úzkosti jsou difuzní stavy napětí, jež zvyšují a dokonce vytvářejí iluzi vnějšího nebezpečí, aniž by ukazovaly na vhodné cesty, jak se mu bránit či jak ho zvládnout.“¹²⁰ „Obava z něčeho konkrétního, z určitého nebezpečí, z konkrétní hrozby např. z nemoci či ztráty zaměstnání (anticipační strach), nebo je vyvoláván již vnímavou hrozbou, např. strach z jedovatého hada, který se objevil na cestě,“¹²¹ tak definuje strach Nakonečný. Podle Vymětala (2004) nemůžeme od sebe úzkost a strach přesně oddělit a to z toho důvodu, že spolu splývají, ale také se navzájem podmiňují. „Strach se definuje jako nepříjemný prožitek vázaný na určitý objekt nebo situaci, ve které v jedinci vyvolávají obavu z ohrožení.“¹²² Podle Hartla: „Strach je nelibá emoce, nepříjemný prožitek s neurovegetativním doprovodem. Je doprovázen zpravidla zblednutím, chvěním, zrychleným dýcháním, bušením srdce, zvýšením krevního tlaku a pohotovostí k obraně či útěku. Jde o normální reakci na skutečné ohrožení nebo nebezpečí, které se vyvíjí s věkem, a to od jednoduchých úlekových reakcí kojence k reakcím na složitější situace, jaké představuje neznámé prostředí a nečekané smyslové podněty. Postupně je strach spojován s prožitými zkušenostmi a více vázán na představivost. Náklonnost ke strachu souvisí i s konstitučními vlastnostmi člověka a s emocionální stabilitou či labilitou i s dosavadními zážitky.“¹²³ Marie Molicka definuje strach takto: „Strach je emoce, která se objevuje jako reakce na podněty, které nás ohrožují. Je to vnitřní proces, který nesouvisí přímo s hrozbou či bolestí, ale může předvídat určitý stav nebezpečí.“¹²⁴

¹²⁰ ERIKSON, Erik H. *Dětství a společnost*. Vyd. 1. Praha: Argo, 2002. s. 368

¹²¹ NAKONEČNÝ, Milan. *Lidské emoce*. Vyd. 1. Praha: Academia, 2000. s. 241

¹²² VYMĚTAL, J. *Úzkostné děti a jejich výchova*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1979. s. 11

¹²³ HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. s. 566-567

¹²⁴ *Wykorzystanie bajkoterapii w zwalczaniu dziecięcych lęków*. [online]. [cit. 2009-02-02]. Dostupné na WWW: <http://www.nauczyciel.profesor.pl/mat/pd7/pd7_j_gawlik_20070330_2.pdf>.

Dle Riemana (1999) se strach objevuje tehdy, nacházíme-li se v situaci, k níž jsme ještě nedorostli. Tato charakteristika naznačuje, že strachy, tak jako celá osobnost člověka, procházejí určitým vývojem a jsou podmíněny biologickým a psychosociálním zráním jedince.

Můžeme rozlišovat dva druhy strachu a to vnější (uvědomělý) a vnitřní (neuvědomělý).

Strach vnější se týká konkrétních situací, např. strach z letadla, strach z ohně, strach z prostoru aj. Člověk však má i vrozené předpoklady ke strachu uvědomělému, což jsou fobie (např. strach z uzavřených prostorů, z pavouků).

Strach vnitřní je podvědomý, nebo si ho nemusíme vůbec uvědomovat. Strach vnitřní se odráží v našem jednání. Vnitřním strachem trpí lidé, kteří si nevěří, v prostředí nejsou průbojní a pochybují o pracovních i osobních kvalitách. Z důvodu nerozhodnosti si tito lidé nevybírají vedoucí postavení v zaměstnání, i když potřebné znalosti a dovednosti mají. Často tito jedinci bývají ve svém životě nešťastní, a to z důvodu toho, že se bojí jakékoliv změny ve svém životě (změna práce, navázání mezilidských vztahů ad.)

Úzkost pochází z latinského slova *angustus*, což v překladu znamená úzký, těsný. „Úzkost vyjadřuje hlavní pocit, který tento stav doprovází.“¹²⁵ Úzkost je provázena psychickými i somatickými symptomy. Úzkost se projevuje na úrovni tělesné (třes rukou, bolesti hlavy, únava aj.) a na úrovni psychologické (pocit ohrožení, problémy se soustředit aj.) V člověku úzkost vzbuzuje pocit, že se mu něco nepříjemného může stát, ale sám člověk si to neuvědomuje. Může docházet k tomu, že úzkost se objeví bez příčin a náhle. Jedná se o úzkost spontánní. Jestliže úzkost pocítíme v konkrétní situaci, už se nejedná o úzkost, ale o strach. Podle Drvoty (1971) prožíváme úzkost tehdy, když opouštíme známé a bezpečné místo a přicházíme do místa, které je nám neznámé, a může u nás vyvolat pocit ohrožení. Podle Vymětala je „úzkost nepříjemný citový stav a na rozdíl od strachu si neuvědomujeme její bezprostřední příčinu, tedy určitou skutečnost, která ji vyvolává.“¹²⁶

¹²⁵ VYMĚTAL, J. *Úzkostné děti a jejich výchova*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1979. s.

¹²⁶ VYMĚTAL, Jan a kol. *Speciální psychoterapie*. 2., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007. s. 22

5.2 Historický pohled na úzkost a strach

Jak jsme si řekli už v úvodu, původ úzkosti a strachu není dosud přesně znám. Dle Praška (2005) se můžeme s prvními literárními popisy stavů úzkosti setkat v sumerském eposu o Gilgamešovi (3. tisíciletí před Kristem), kde jsou popsány obavy ze smrtelnosti. Pojmy úzkost a strach nebyly v dějinách častým tématem. Již filozofové starověku se zabývali touto oblastí, ale pouze okrajově. Jinak je tomu v Bibli, kdy o strachu najdeme časté zmínky. Bibličtí hrdinové jsou lidé s průměrnou morálkou a odvahou, a proto se liší od těch antických. Již ve středověku se úzkost a strach objevují v uměleckých dílech, ať už literárních, hudebních nebo výtvarných. U klasiků světové literatury se stává častým námětem. Obrat nastal díky vývoji lidské civilizace, ale také vlivem psychoterapie a psychologie. Prvním, kdo se začal zabývat úzkostí a strachem, byl dánský teolog S. Kierkegaard (1813-1855). Rozlišoval dva druhy úzkosti. Jedna se vyskytuje u dětí v souvislosti s hledáním dobrodružství a touhou po tajemství. Druhá je odvozena z rozhodnutí, které člověk musí uskutečňovat. Zkoumáním emocí se zabýval přírodovědec Ch. Darwin (1809-1882), který ve své knize s názvem *Výraz emocí u člověka a u zvířat* popisuje projev emocí. „Pokud jde o vývoj obou pojmů v psychologii, obrátíme pozornost do druhé poloviny 19. století, kdy se psychologie začíná od filozofie oddělovat přijetím přírodovědné metodologie. Zakladatelem psychofyziologické tradice ve výzkumu emocí se stal W. James (1842-1910).¹²⁷ Tématem úzkosti a strachu se zabývá hlubinná psychologie. Zakladatelem hlubinné psychologie byl S. Freud (1856-1939) a jeho přínos můžeme spatřovat v pokroku při léčbě duševních onemocnění. Podle některých hlubinných psychologů je prazákladem úzkosti strach ze smrti. Další názor, který zastávají, je, že strach i úzkost jsou důležité pro vývoj dětské osobnosti. Dle zastánců hlubinné psychologie je úzkost jedním z hlavních faktorů, které určují utváření osobnosti. „Domnívají se, že je odpovědí organismu na nebezpečí a vzniká jako následek oddělení – separace – od těla matky při porodu.“¹²⁸ Dalším významným myslitelem, který ovlivnil psychologii a filozofii, byl německý filozof M. Heidegger (1889-1976).

¹²⁷ VYMĚTAL, J. *Speciální psychoterapie*. 2., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007. s. 21

¹²⁸ VYMĚTAL, J. *Úzkostné děti a jejich výchova*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1979. s.

Podle jeho názoru „je úzkost základním pocitem prožívajícího člověka, tedy bytosti, která si je jako jediná ze všech živých tvorů vědoma své existence na světě.“¹²⁹ „Od té doby se úzkost stává základním pojmem psychopatologie a významným pojmem v psychoterapii, klinické psychologii a psychiatrii.“¹³⁰ U jedince můžeme o strachu a úzkosti hovořit až koncem jeho prvního roku života. Neboť až v jednom roce je dítě schopno reagovat na podněty, které se mu nelíbí a to křikem, odtažením nebo vyhýbáním se danému předmětu. V dalších letech má dítě strach z reálných objektů a později k nim přibývá strach z nadpřirozených a pohádkových bytostí. Strach prožíváme při setkání s neznámými, nepříjemnými podněty, které nás mohou, ale také nemusí ohrožovat. U starších a dospívajících dětí již dochází k vyjádření pocitů, z čeho mají obavy, jak na ně ostatní lidé působí. Úzkost a strach se dostaví tehdy, když jsou omezeny naše přirozené potřeby, kterými jsou biologické, psychosociální a kulturní. Pokud dochází k dlouhému vystavování se nebezpečí a neumožnění seberealizace, může dojít k propadnutí úzkosti a strachu. Úzkost a strach tedy patří k základním rysům každého člověka. Obě tyto vlastnosti má každý člověk jiné a projevují se u každého individuálně. Jejich projev je závislý na zkušenostech, které získáme v průběhu našeho života, ale také záleží na našich biologických předpokladech.

¹²⁹ VYMĚTAL, J. *Úzkostné děti a jejich výchova*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1979. s. 25

¹³⁰ VYMĚTAL, J. *Speciální psychoterapie*. 2., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007. s. 21

5.3 Projevy úzkosti a strachu u dětí

Nyní se budeme věnovat projevům úzkosti a strachu ve vývojových stádiích člověka. Víme, že osobnost člověka se vytváří již v časném dětství a následně pak ještě v dospívání. I když prožijeme pocit úzkosti nebo strachu již v dětství, nemusíme těmito pocity v dospělosti tak trpět. Může se stát, že ač jedinec prožívá šťastné dětství, v průběhu dospělosti se setká s extrémní životní situací, která jeho myšlení ovlivní. Úzkost a strach se mohou u dětí projevat např. dlouhým pláčem, podrážděností, nechutenstvím a poruchami spánku. Dále úzkost a strach může doprovázet noční pomočování, opakované bolesti hlavy, žaludku, popř. tiky. Jestliže u dítěte přetrvávají silné obavy, může to u něj vést ke stálé bdělosti a následně pak k jeho vyčerpání. Měli bychom mít na paměti, že děti bychom neměli vystavovat negativním situacím, které by u nich mohly vyvolat pocit úzkosti a strachu. Pokud by k takovéto situaci došlo, je na rodičích, aby dětem pomohli se vyrovnat se situací. V dnešní době mnoho rodičů podceňuje a ignoruje první signály, které dítě vysílá. Rodiče by neměli tyto signály ignorovat, jelikož by u dítěte mohlo dojít k psychické újmě. Existuje řada situací v našem životě, které v nás vzbuzují pocit úzkosti. Jedním z možných způsobů, jak dítěti pomoci, je ukázat mu svět pohádek. Svět pohádek mu může nabídnout pomoc při řešení problémů. V následujících podkapitolách si přiblížíme jednotlivá období lidského života, a popíšeme si, jaké projevy úzkosti a strachu jsou v daném období.

5.3.1 Prenatální období

V matčině těle jsou biologické a společenské potřeby dítěte uspokojovány. „Přímá souvislost mezi sklonem dítěte k úzkostnému prožívání a chování a průběhem těhotenství nebyla dosud prokázána.“¹³¹ V tomto období je plod velmi citlivý na škodlivé vlivy a na faktory, které mohou způsobovat vznik závažných vývojových vad. Příchod dítěte na svět je velmi dramatický jak pro něj, tak pro matku. Matka má obavy a strach, zdali porod dopadne dobře a dítěti nenastanou komplikace.

¹³¹ VYMĚTAL, J. *Úzkostné děti a jejich výchova*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1979. s.

Matka by se před porodem neměla vystavovat stresovým situacím, jako jsou hádky, rozčilování se aj. Dítě zase přichází do neznámého prostředí. Toto prostředí by mělo být klidné a bez náhlých změn. Rodiče by se měli přizpůsobit právě narozenému dítěti a jeho požadavkům.

5.3.2 Novorozenecké období

„Nejmenším dětem – novorozencům a kojencům – je vrozená tzv. *úleková reakce*.“¹³² Dítě při silnějších zvucích náhle změní polohu těla, např. rozhodí ruce, začne křičet. Rodiče by se neměli bát, že to jsou náznaky záchvatu. Je to přirozená reakce dítěte na podněty. Jestliže se novorozenec dostane do situací, které v něm vyvolají nepříjemné prožitky, měla by mu pomoci matka nebo otec tyto situace překonat. Matka má předpoklady poznat, co dítěte trápí. Bohužel v poslední době se setkáváme s matkami, které své dítě nechtějí. To, že je dítě nechtěné, dávají najevo jak dítěti, tak svému okolí. Dítě již v novorozeneckém období poznává, že ho jeho matka nemá ráda. Další negativní vývoj se následně podepisuje na vztahu mezi matkou a dítětem.

5.3.3 Kojenecké období a období batolete

Emoce hrají velmi důležitou roli. Slouží k tomu, aby upozornily na základní biologické potřeby dítěte. V tomto období se vytváří základní postoj ke světu. Ve třetím až čtvrtém měsíci můžeme u dítěte pozorovat úzkost, která je způsobena náhlým přiblížením nějakého objektu. Mezi čtvrtým až šestým měsícem se v chování začínají objevovat objekty, které mohou ovlivnit zvládnání úzkosti. Důležitou roli v kojeneckém období hraje stabilita a neměnnost prostředí, jelikož udržují u dítěte psychickou rovnováhu. Úzkost a strach z cizích lidí se u dítěte začíná objevovat už v šestém až sedmém měsíci a vrcholí mezi osmým až desátým měsícem. Tato úzkost mizí až v druhém roce života dítěte. Avšak mírné formy strachu z cizího a neznámého prostředí nebo lidí v nás přetrvávají celý život.“ Dítě se bojí tmy, hlasitých zvuků, zvířat, lékařů a cizích lidí.“¹³³

¹³² VYMĚTAL, J. *Úzkostné děti a jejich výchova*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1979. s. 119

¹³³ GEBEKE, Deb. *Children and Fear* [online]. 1994 [cit. 2011-05-20]. Dostupné na WWW WWW: <<http://www.ag.ndsu.edu/pubs/yf/famsci/he458w.htm>>.

Když dítě začíná vnímat a objevovat prostor a učí se lézt, může to u něj vyvolávat pocit strachu. Například u usínání se dítě bojí samotné usnout a vyžaduje přítomnost jednoho z rodičů. Rodiče by se měli snažit postupně tento zvyk odbourávat a hlavně před spaním dítě nerozrušovat. Pokud bychom chtěli dítě již v období kojeneckém dát do jeslí, mohli bychom u něj vyvolat pocit úzkosti. Separční úzkost je na vrcholu v období mezi čtrnáctým až osmnáctým měsícem. Její intenzita postupně klesá. V období batolete můžeme u dítěte spatřovat případnou frustraci z toho, že se mu při hře nedaří. Dítě vybuchne, protože není schopno ještě hněv ovládat. Rodiče začínají děti okřikovat, ale i trestat, přitom by stačilo, aby dětskou pozornost odvedli jinam. Dítě ve dvou letech potřebuje mít volnost a prostor. Proto bychom měli odstranit z prostředí dítěte takové předměty, které by mu v pohybu bránily. „Do tří let se u dítěte setkáváme s *reálným strachem*, jenž získávají na základě vlastní zkušenosti se světem, v němž se pohybují a v němž se ještě dobře nevyznají.“¹³⁴ Děti se bojí silných, nezvyklých a neznámých podnětů. Zde hraje důležitou roli matka, která dítěti pomáhá tyto situace překonávat tím, že je u dítěte přítomna, dále dítě povzbudí a uklidní. V období batolete se dítě často bojí samoty a uzavřených prostor. Proto bychom dítě měli seznamovat s novými prostory a podněty pozvolna. Po druhém roce si dítě formuje své Já, a vytváří si ho prostřednictvím svých vztahů k rodičům a naopak. Nastává také období prvního vzdoru. Dítě nechce poslouchat rodiče, dělá si, co chce, dělá opačně věci, než jak je po něm chtějí jeho rodiče. Rodiče by měli být proto v tomto období k dítěti tolerantnější.

5.3.4 Předškolní věk

V tomto období dochází k velké změně v psychosociálním vývoji. Dítě se začíná ztotožňovat s rodiči. Rodiče již dítěti mohou dávat různé příkazy a zákazy a dítě by je mělo respektovat. Již v předškolním věku dítěte se můžeme setkat s pocitem viny. Pocit viny vzniká z rozporu mezi tím, co dítě cítí a co udělalo. Tento pocit je pro vývoj dítěte důležitý, ale nesmí překročit stanovenou hranici, která by ohrožovala osobnostní vývoj dítěte.

¹³⁴ VYMĚTAL, J. *Úzkostné děti a jejich výchova*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1979. s. 124

Častým důvodem proč se rodiče nevěnují dítěti, je nedostatek času. Začínáme být nervózní, spěcháme a situace, které bychom vyřešili v klidu, nyní řešíme ve spěchu. To může mít negativní dopad na dítě, protože u něj vzniká pocit křivdy a nejistoty, a to následně může vést k pocitu úzkosti. Velikou rodinnou událostí je příchod dalšího člověka na svět. Tato milá situace je však pro dítě zátěží. „Za touto úzkostí je poměrně adekvátní hodnocení sourozence jako někoho, kdo může jedince obrátit o matčinu péči, a tedy (z hlediska dítěte) lásku.“¹³⁵ Dítě však neprožívá úzkost a strach jenom vůči svojí osobě, ale také k okolnímu světu. Pokud se dítě ocitne v situaci, která vyvolá u něj úzkost a strach, začne mít obavy i o druhé, např. o hračky, ke kterým má velmi blízko. Stejně jako strach z reálných objektů přichází v předškolním věku také strach fantazijní. Dříve se dítě bálo cizích lidí, zvířat, nyní se začíná bát strašidel, nestvůr. Jelikož dětská fantazie pracuje na plné obrátky, má dítě problém s usínáním. V pěti letech se začíná projevovat strach ze tmy. Dítě se bojí, protože si představuje možná nebezpečí, která na něj budou čekat, až usne. V předškolním věku dítě někdy také trpí strachem, který má charakter fobie. „Fobie vzniká na základě jednorázové nebo opakované negativní zkušenosti, popř. mohou být odpozorovány a převzaty od druhých dětí či dospělých.“¹³⁶ Rodiče a nejenom oni by měli dítěti vysvětlit danou situaci. Také mu jít příkladem a dítě povzbuzovat. Pomocí her, symbolů, čtení pohádek by mělo dojít u dítěte k odreagování se od úzkosti a strachu. Strach však není emoce, která by u dítěte vzbuzovala jenom starosti. Dítě se rádo bojí, ale musí se nacházet pro něj v bezpečném prostředí. Prevencí proti strachu a úzkosti je, aby se dítě nacházelo v klidném rodinném prostředí, kde oba rodiče mají dostatek času na své dítě. Taky vyžaduje dostatek lásky, jistoty, volnosti a svobody, které mu umožní zdravý osobnostní růst.

5.3.5 Školní věk

Jak bylo už zmíněno, vstup do školy je významnou událostí pro dítě. „Nezbytným předpokladem pro uspokojivé zvládnutí této životní etapy je dosažení tzv. „školní zralosti.“¹³⁷ Pokud je dítě dostatečně školně zralé, neměl by pro něj být problém se ve škole adaptovat. Tlak, který je vyvíjen na přizpůsobení se dítěte škole a školní docházce může být také zdrojem úzkosti.

¹³⁵ VYMĚTAL, Jan. *Speciální psychoterapie. 2.*, přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007. s. 51

¹³⁶ VYMĚTAL, J. *Úzkostné děti a jejich výchova.* Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1979. s. 130

¹³⁷ VYMĚTAL, Jan. *Speciální psychoterapie. 2.*, přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007. s. 53

Velkou změnu u dítěte představuje omezený přístup k němu jakožto jedinci. „Jestliže v rodině a předškolních zařízeních má dítě velkou volnost iniciovat kontakt, pak při vyučování je to výrazně obtížnější a podstatně méně v rukou dítěte.“¹³⁸ Pokud se dítě v takovéto situaci octne, může být frustrováno. Ale také i jeho úzkost začne vzrůstat. Rodiče, ale i pedagog, by měl určitě na takovou situaci reagovat. Postupně ve školním věku dochází k poklesu významu vztahu mezi matkou a dítětem. Dítě si začíná uvědomovat, že je nutno se od matky odpoutat a že ono samo je jedincem s vlastními potřebami a zájmy. Ve školním období dochází také k úzkosti vzniklé z odloučení se od dalších osob rodiny – otce, sourozence, prarodičů. V období od 9-11 let si děti kladou často otázku spojenou se smrtí. V tomto věku si dítě uvědomuje, že na světě existuje smrt. Dítě se díky hypotetickému uvažování zabývá vlastní smrtí a tyto myšlenky u něj vzbuzují pocity strachu ze smrti.

5.3.6 Období dospívání

„Hlavním psychosociálním vývojovým úkolem je hledání a nalezení sama sebe, vlastní identity, a vytvoření nových vztahů k lidem, zvláště k druhému pohlaví.“¹³⁹ Jeho život je opět ovlivněn změnami, protože ukončuje základní školní docházku a vybírá si další studium. Člověk získává první zkušenosti s druhým pohlavím v partnerských vztazích. Musí se však naučit jak se chovat v těchto vztazích. Zde může docházet k obavám, že bude tím druhým odmítnut. Pubescent nemá rád, když je přirovnávám k dítěti a je tak s ním i zacházeno. Vyžaduje rovnoprávné vztahy a jednání jako s dospělým. Pubescent je v této době citlivý na ponížení ze strany rodičů. Proto by rodiče měli mít na paměti, že tělesné tresty nebo zákazy nejsou vhodné. Ze strany dítěte by mohlo dojít k odcizení se od rodičů. V době puberty se uzavírají nerozlučná přátelství. Pro pubescenta je důležité, aby zapadl k vrstevníkům. „Úzkost vzbuzující komplikací může být skupinový tlak mezi vrstevníky.“¹⁴⁰ Děje se tak v situacích, kdy první z vrstevníků realizuje své přání a ostatní musí také, aby nevybočili z řady a nebyli tak ostatním pro smích.

¹³⁸ VYMĚTAL, Jan. *Speciální psychoterapie. 2.*, přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007. s. 53-54

¹³⁹ VYMĚTAL, J. *Úzkostné děti a jejich výchova*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1979. s. 140

¹⁴⁰ VYMĚTAL, Jan. *Speciální psychoterapie. 2.*, přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007. s. 56

Další obavy se týkají tělesného vývoje jak u chlapců, tak dívek. Například u dívek kdy dochází k vývoji prsů, může docházet k velkým úzkostem. Jelikož jsou často v oku zájmu chlapců a spolužáků, může to u nich vyvolat nepříjemné pocity. Určitě by se dívka měla svěřit a promluvit si o ženských náležitostech se svou matkou. V dospívání se mohou dostavit nepříjemné a nebezpečné pocity z osamění, které mohou být doprovázeny depresemi a úzkostmi. Pokud tyto stavy budou trvat delší dobu, pubescent může ztratit naději, že se jeho situace zlepší a může to vést u něj až k sebevražedným myšlenkám či jednání. Dalšími podněty, které mohou vzbuzovat pocity úzkosti a strachu, jsou pocity méněcennosti. Takovýto jedinec sám sebe podceňuje, je úzkostný a rád by se svým vrstevníkům co nejvíce podobal. Pocity méněcennosti pak následně brání pubescentovi navazovat vztahy s ostatními. Rodiče by měli dbát zvýšené pozornosti a všimnout si jakékoliv změny v chování u pubescenta. Kde se můžeme setkat s projevy úzkosti a strachu u pubescenta? Např. jeden z rodičů v rodině trpí neurotickými poruchami. Ty způsobují, že se rodič na dítě hodně fixuje, brání mu v samostatnosti. V takovémto případě by měl rodič vyhledat speciální pomoc pro sebe, ale také i pro své dítě.

V období *adolescence* dochází k změně osobnosti a především postavení jedince ve společnosti. Již v období adolescence dochází ke stabilizaci vztahů mezi rodiči a adolescentem. Stejně jako v období puberty tak i v období adolescence hrají vrstevníci důležitou roli v životě adolescenta. Pocity úzkosti a strachu se mohou objevit, když adolescent začne se sexuálním životem. Pocit ze selhání, znemožnění se před druhým pohlavím je pro adolescenta velmi frustrující. Díky tomu může dojít k omezení sexuálního života nebo naopak k jeho intenzivní aktivitě. Vznikají hlavně konflikty mezi rodiči a dítětem. „Konflikt vznikající mezi potřebou mladého člověka po osamostatnění a obavami z něj dává vzniknout silné tenzi. Ta se projevuje často v nepřiměřených reakcích a až silovému prosazování nezávislosti, která bývá v ostrém protikladu s přijímáním rodičovské podpory.“¹⁴¹

¹⁴¹ VYMĚTAL, Jan. *Speciální psychoterapie*. 2., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007. s. 57

5.4 Předcházení úzkosti a strachu

Jak bylo v předchozích podkapitolách řečeno, abychom předešli úzkosti a strachu, je nutné, aby děti i mládež žily v harmonickém rodinném prostředí. Toto prostředí by mělo být vytvářeno oběma rodiči a jejich dobrým vzájemným vztahem, jelikož ten se velmi promítá do života dítěte. Rodiče musí vztah velmi dobře udržovat, i když je ovlivňován do jisté míry každodenními starostmi a situacemi. Pokud jsou oba rodiče spokojeni, je spokojená i celá rodina. Díky této spokojenosti je vytvářeno kvalitní rodinné prostředí pro dítě. V poslední době se setkáváme s tím, že rodiče nemají dostatek času na rodinný život. Dítě potřebuje oba rodiče. Jestliže se mu rodiče vyhýbají, nechtějí s ním trávit volný čas, může to u dítěte vzbuzovat pocit, že je na obtíž. Dítě pak prožívá napětí, které je spojené s obavami, že ztratí rodiče. Pak hledá chybu v sobě a ne u svých rodičů. Rodiče úzkostných dětí často používají věty: „Já tě nechci, protože zlobíš.“ „Až přestaneš brečet, tak můžeš přijít.“ „Neotravuj.“ Těmito větami chtějí rodiče mít pokoj od svých dětí, ale díky těmto větám se mohou děti cítit nemilovány. Dnešní rodiče by si měli najít volný čas k tomu, aby se dětem mohli co nejvíce věnovat. Měli by spolu hovořit o tom, co dítě během dne dělalo, s jakými zážitky se setkala. Čas, který dětem věnujeme, by měl být také aktivní. Nestačí, že si s dětmi povídáme, ale měli bychom společně vyrazit na procházku, do zábavního parku, zoo. Pokud chceme dítěti nebo mládeži pomoci v překonávání jejich úzkosti a strachu, měli bychom umět rozpoznat jejich příznaky. Abychom porozuměli příčinám úzkosti a strachu, musíme se zaměřit na konkrétní osobu. Musíme brát v úvahu jeho věk, v jakém prostředí vyrůstá, z čeho má strach. Také je důležité, v jakém je stavu a celkové kondici. Měli bychom zjistit, zdali se již s takovými problémy nesešel a pokud ano, jak daný problém byl vyřešen. Je také důležité seznámit se se situací, která u jedince vyvolala pocit úzkosti a strachu. Rodiče by měli dbát na to, aby úzkostné dítě nenechávalo úkoly na pozdější dobu. Pak je dítě více frustrováno, že daný úkol nestihne. Proto dítě musíme povzbuzovat, připravit je na daný úkol a hlavně mu s úkolem pomoci, pokud si to situace vyžaduje. Abychom předešli pocitům úzkosti a strachu u dítěte, měli bychom je postupně připravovat na situace, které by u něj mohly tyto pocity vzbuzovat. V těchto situacích by měli být rodiče přítomni, být dítěti oporou, ale postupně už dítě jen podporovat na dálku.

Praktická část

6 Aplikace léčby pohádkou v prostředí dětských domovů za spolupráce knihovníků z dětských oddělení veřejných knihoven

V dnešním světě se setkáváme stále více s problematikou osamocených a opuštěných dětí. Pro aplikaci léčby pohádkou bylo vybráno prostředí dětských domovů, jelikož zde můžeme najít děti všech věkových skupin. Abychom mohli začít s návrhem nějakého řešení, musíme nejdříve získat představu o tom, zdali je léčba pohádkou v dětských domovech využívána či nikoliv. Výzkum byl zaměřen na uplatnění léčby pohádkou v dětských domovech v rámci celé České republiky. Dotazování respondentů probíhalo vyplněním online dotazníků. Cílem výzkumu bylo také zjistit, zdali dětské domovy spolupracují s knihovnami a s dětskými odděleními a jakou formou. V podkapitolách jsou představeny stanovené hypotézy, metody výzkumu. Získané výsledky výzkumu jsou doplněny o grafické vyjádření. Poslední část kapitoly se bude zabývat analýzou výsledků výzkumu.

6.1 Výzkum současného stavu léčby pohádkou v dětských domovech

Hypotézy a cíle výzkumu

Smyslem výzkumu bylo zjistit, jaký je stav v dětských domovech v aplikaci léčby pohádkou.

Hypotéza č. 1

Myslím si, že všechny zkoumané dětské domovy budou mít vlastní knihovnu.

Hypotéza č. 2

Předpokládám, že dětské domovy spolupracují s místní či blízkou knihovnou.

Hypotéza č. 3

Předpokládám, že je v dětských domovech dostatečně zajištěn přístup k literatuře.

Hypotéza č. 4

Myslím si, že v dětských domovech nejsou dostatečně využity možnosti terapií.

Hypotéza č. 5

Předpokládám, že se mnozí pracovníci dětských domovů s pojmem léčba pohádkou neselekali.

6.1.1 Představení dotazovaných

Pro představu jsem vybrala čtyři z nich. Jedná se o Dětský domov Prostějov, Dětský domov Velké Heraldice, Dětský domov Příbor, Dětský domov Dolní Počernice,

Dětský domov Prostějov¹⁴²

<http://www.zsadd-prostejov.cz/detsky-domov.php>



Základní škola a Dětský domov Prostějov byly založeny v roce 1953 se sídlem na zámku v Čechách pod Kosířem (průběžně pod jinými názvy). Počáteční kapacita činila 22 žáků. K první změně došlo roku 1957, kdy se „Zvláštní škola internátní“ přejmenovala na „Dětský domov pro žáky zvláštní školy.“ Kapacita dětského domova je 48 dětí. Nyní se v domově nachází čtyřicet sedm dětí s nařízenou ústavní výchovou nebo předběžným opatřením v šesti rodinných skupinách. O děti pečuje dvacet šest vychovatelů a čtyři noční vychovatelé.

¹⁴² *Dětský domov Prostějov* [online]. c2007 [cit. 2011-06-21]. Dostupné na WWW: <<http://www.zsadd-prostejov.cz/detsky-domov.php>>.

Dětský domov Velké Heraltice¹⁴³

<http://www.ddheraltice.cz/>



Celý název je Základní škola, Střední škola, Dětský domov, Školní jídelna a internát Velké Heraltice. Dětský domov sídlí v zámku ve Velkých Heralticích. V domově je umístěno šedesát dětí. Na výchově dětí se podílí šestnáct vychovatelů a noční provoz zajišťují čtyři vychovatelé. Děti se během roku mohou účastnit různých akcí, soutěží a projektů. V dětském domově mohou navštěvovat různé kroužky – keramický, letecko-modelářský, výtvarný aj.

Dětský domov Dolní Počernice¹⁴⁴

<http://www.domovpocernice.cz/>

Dětský domov a Školní jídelna Dolní Počernice je příspěvkovou organizací Hlavního města Prahy. Se svojí kapacitou 65 dětí je zařízení rozděleno na 9 rodinných skupin. V rodinné skupině žije 6 – 8 dětí, u nichž se střídají 4 pedagogičtí pracovníci. Ti dohlížejí na samotné soužití a funkčnost skupin. V domově je přes 40 dětí ve věku nad 10 let, z nichž 25 mladistvých nad 15 let, z toho 4 na dobrovolném pobytu po ukončení ústavní výchovy zletilostí. Úkolem zařízení je zajištění a rozvíjení potřeb dětí s nařízenou ústavní výchovou. Dětský domov má tři hlavní směry: snaha vrátit děti do rodin, pomoci jim zažít příjemnější dětství a připravit je co nejlépe do samostatného života.

¹⁴³ *Dětský domov Velké Heraltice* [online]. [cit. 2011-06-06]. Dostupné na WWW: <<http://www.ddheraltice.cz/>>.

¹⁴⁴ *Dětský domov Dolní Počernice* [online]. [cit. 2013-04-25]. Dostupné na WWW: <<http://www.domovpocernice.cz/>>.

Dětský domov a Mateřská škola speciální, Beroun¹⁴⁵

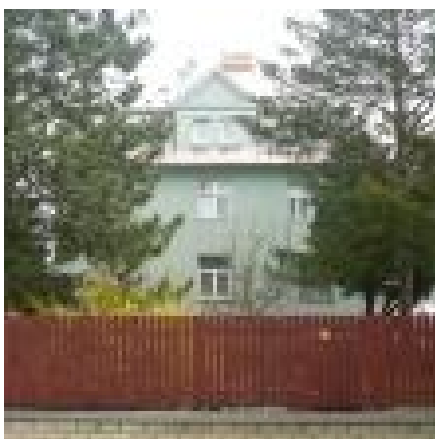
<http://www.ddmsberoun.cz/>



Budova Dětského domova se nachází v sídlištní lokalitě města Berouna směrem na Plzeň. Kapacita zařízení je 30 dětí. Děti jsou rozděleny do 4 výchovných skupin. Jelikož se v dětském domově nacházejí děti s kombinovaným postižením, snaží se vedení domova o velmi kvalitní péči.

Dětský domov Příbor¹⁴⁶

<http://www.detskydomovpribor.freepage.cz/>



Celý název je Dětský domov a Školní jídelna Příbor. Byl založený v roce 1950. Je určen dětem ve věku od tří do osmnácti let. V domově se nachází 21 dětí, o které se stará 10 pedagogů. Do dětského domova mohou také přicházet nezletilé matky společně se svými dětmi.

¹⁴⁵*Dětský domov a Mateřská škola speciální, Beroun* [online]. [cit. 2013-04-25]. Dostupné na WWW: <<http://www.ddmsberoun.cz/>>.

¹⁴⁶*Dětský domov Příbor* [online]. [cit. 2011-06-27]. Dostupné na WWW: <<http://www.detskydomovpribor.freepage.cz/>>.

6.1.2 Metody výzkumu

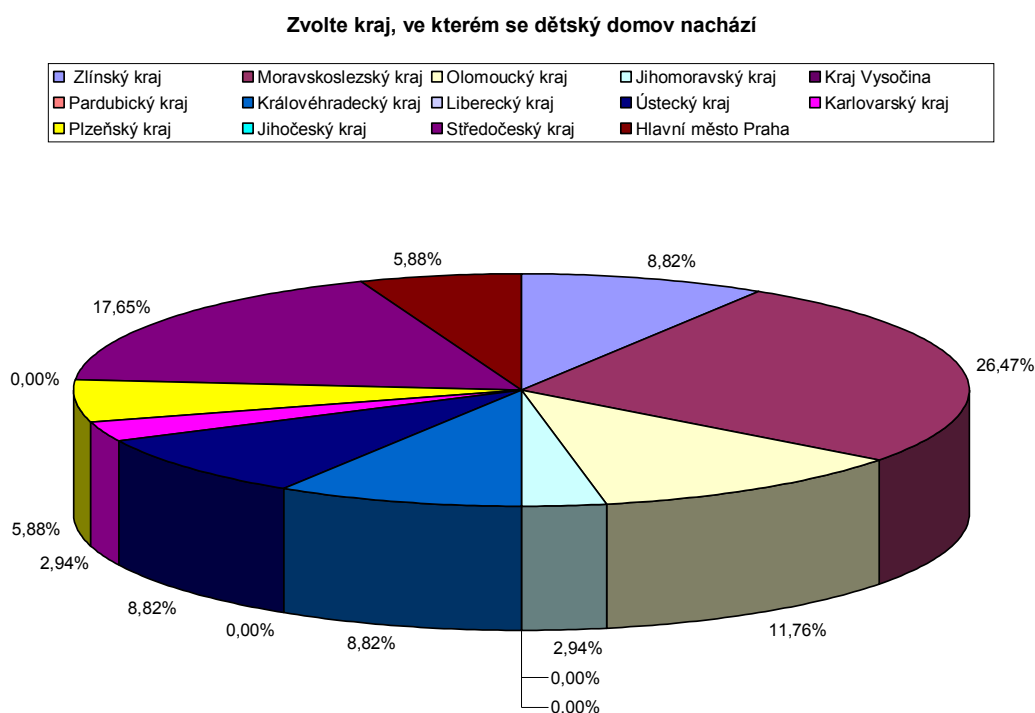
Tento výzkum byl prováděn formou dotazníkového šetření. Dotazník obsahoval třináct otázek, u některých z nich byla možnost označit více možností. Pomocí těchto otázek jsem se snažila zjistit současný stav dětských domovů, co se týče léčby pohádkou. Nastaly i takové případy, že respondenti některé otázky nezodpověděli.

6.1.3 Průběh výzkumu

K realizaci výzkumu byly zvoleny dětské domovy po celé České republice. Před zahájením výzkumu jsem si stanovila otázky, které by zodpověděly problematiku týkající se léčby pohádkou. Dotazník byl sestaven tak, aby nám odpověděl na definované otázky. Především jsem se snažila dotazník sestavit tak, abychom se dověděli, jak je to s vlastnictvím knihovny daného domova, počtem svazků knih v domově, zdali spolupracuje dětský domov s knihovnou apod. Dotazník obsahoval třináct otázek (viz příloha č. 4).

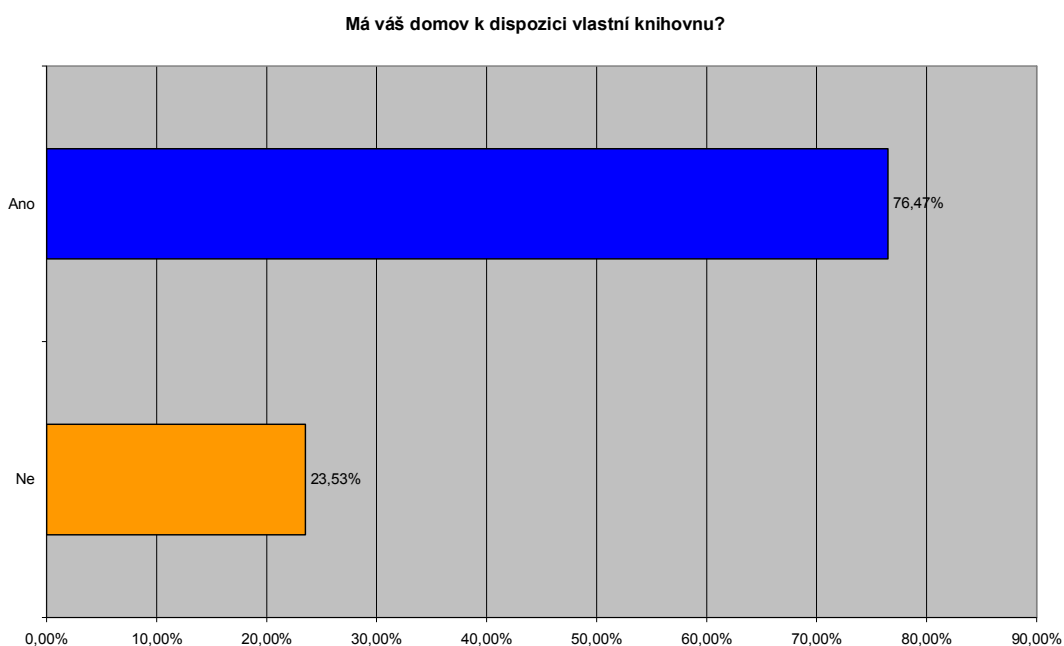
Otázka č. 1 – Rozmístění dětských domovů v krajích České republiky

Graf č. 1 Zvolení kraje, ve kterém se dětský domov nachází



Otázka č. 2 měla za úkol zjistit, zdali má dětský domov k dispozici vlastní knihovnu.

Graf č. 2: Vlastní knihovna v dětském domově (k otázce č. 2)



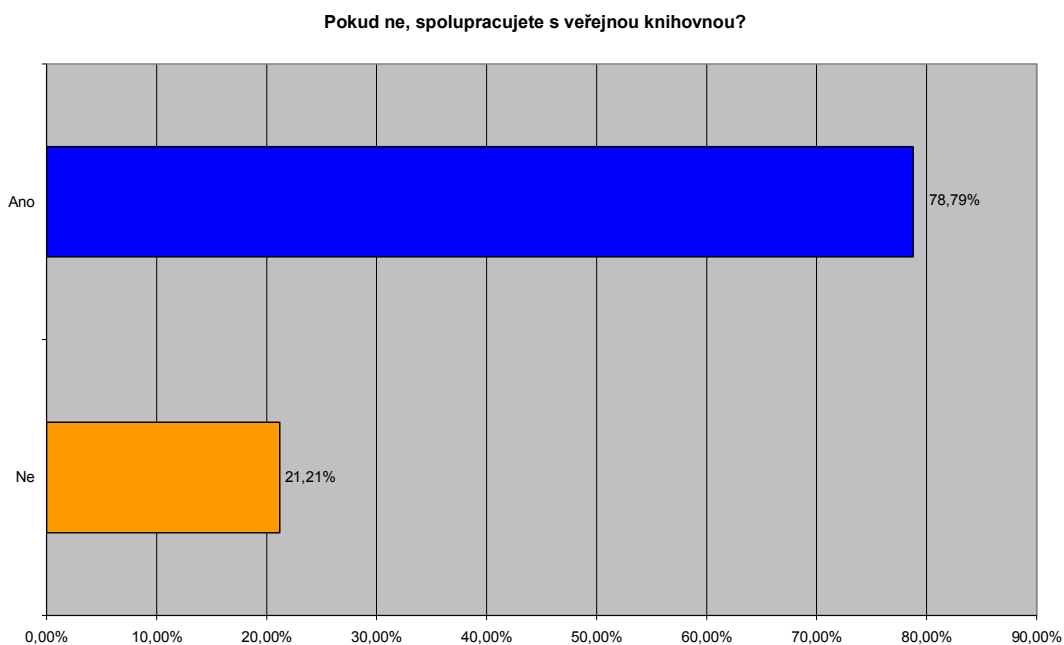
Dle zjištěných informací vyplývá, že 26 (76,47%) dětských domovů má vlastní knihovnu. 8 (23,53%) respondentů uvedlo, že vlastní knihovnu nemají.

Otázka č. 2 zjišťovala, kolik svazků se v knihovně dětského domova nachází.

Knihovny dětských domovů měly průměrně od 600-1000 svazků.

Otázka č. 4 byla zaměřena na to, zdali dětský domov spolupracuje s veřejnou knihovnou.

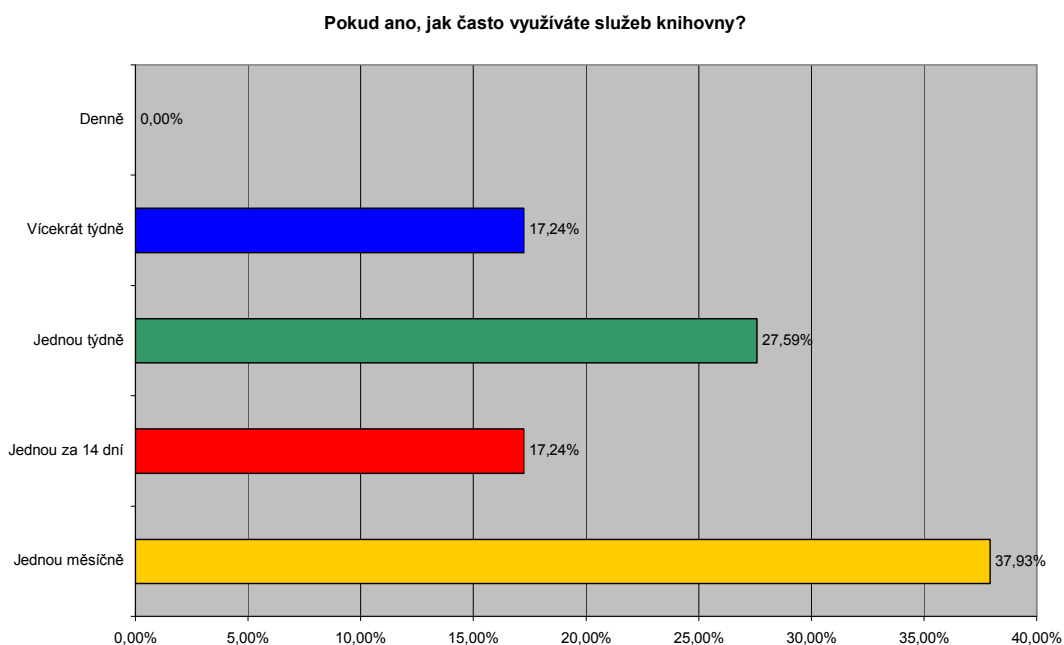
Graf č. 3: Spolupráce dětského domova s knihovnou (k otázce č. 4)



26 (78,79%) dětských domovů spolupracuje s veřejnou knihovnou. 7 (21,21%) dětských domovů nespolupracuje s veřejnou knihovnou. Jeden respondent neuvedl, zdali spolupracují s knihovnou či nikoliv.

Otázka č. 5 se ptala, jak často využívají dětské domovy služeb knihoven.

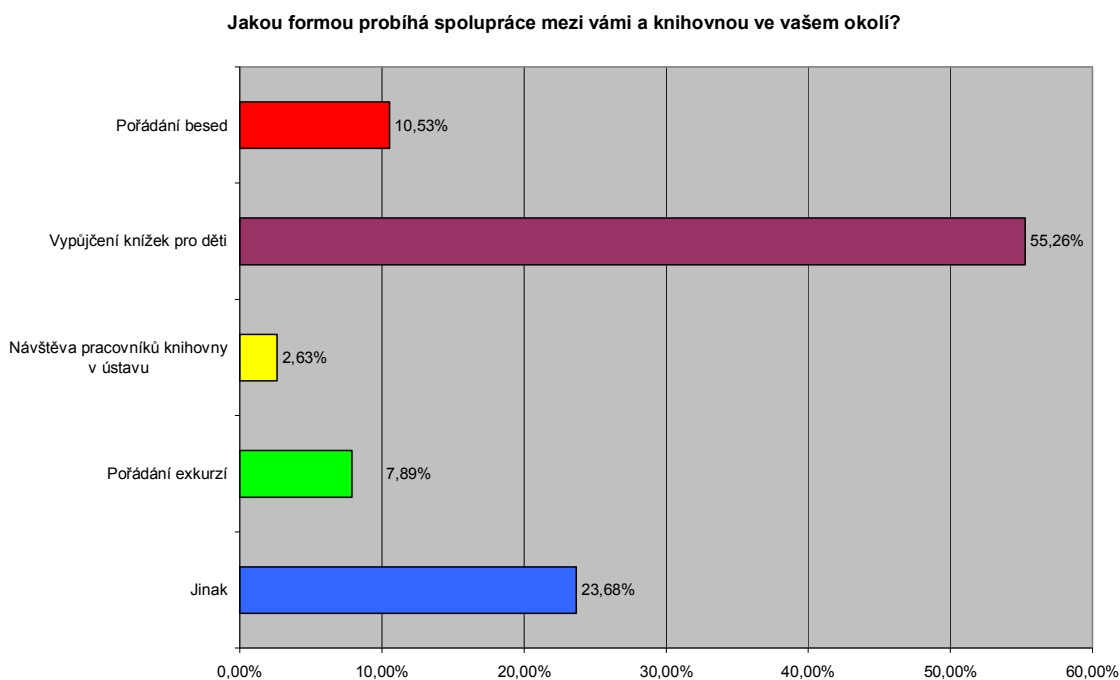
Graf č. 4 Využívání služeb knihovny (k otázce č. 5)



Denně nevyužívá služeb knihovny žádný dětský domov. Vícekrát týdně využívá služeb 5 (17,24%) dětských domovů. Jednou týdně využívá knihovnu 8 (27,59%) dětských domovů. 5 (17,24%) dětských domovů využívá knihovnu jednou za 14 dní. 11 (37,93%) dětských domovů využívá služeb knihovny jednou měsíčně. 5 dětských domovů se k využívání služeb knihovny nevyjádřilo.

Otázka č. 6 se zaměřila na formu, kterou využívají při spolupráci dětské domovy s knihovnou v jejich městě nebo blízkém okolí. Pomocí této otázky jsem chtěla zjistit, jak probíhá spolupráce mezi knihovnou a dětských domovem. Je velice zajímavé, že nejčastěji je spolupráce založena na vypůjčování knížek pro děti. V této otázce měli respondenti možnost označit více možností.

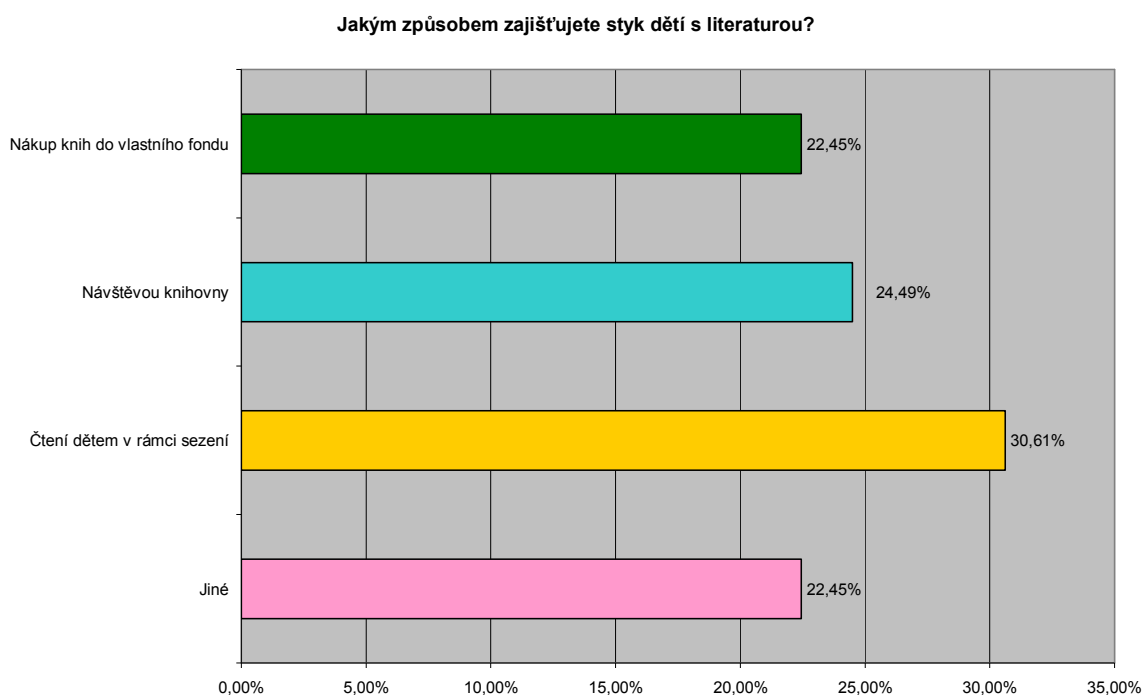
Graf č.5 Spolupráce mezi knihovnou a dětským domovem (k otázce č. 6)



Besedy v knihovnách využívají 4 (10,53%) dětské domovy. Knižky pro děti si půjčuje v knihovně 21 (55,26%). Jeden dětský domov (2,63%) navštěvují pracovníci knihovny. 3 (7,89%) z dětských domovů uvedly, že se v knihovnách účastní exkurzí. 9 (23,68%) dětských domovů uvedlo, že s knihovnou spolupracují jiným způsobem. Jedná se např. o noc s pohádkou, účastní se různých akcí pořádaných knihovnou.

Otázka č. 7 zjišťovala, jakým způsobem zajišťují dětské domovy dětem literaturu. V této otázce měli respondenti možnost označit více možností.

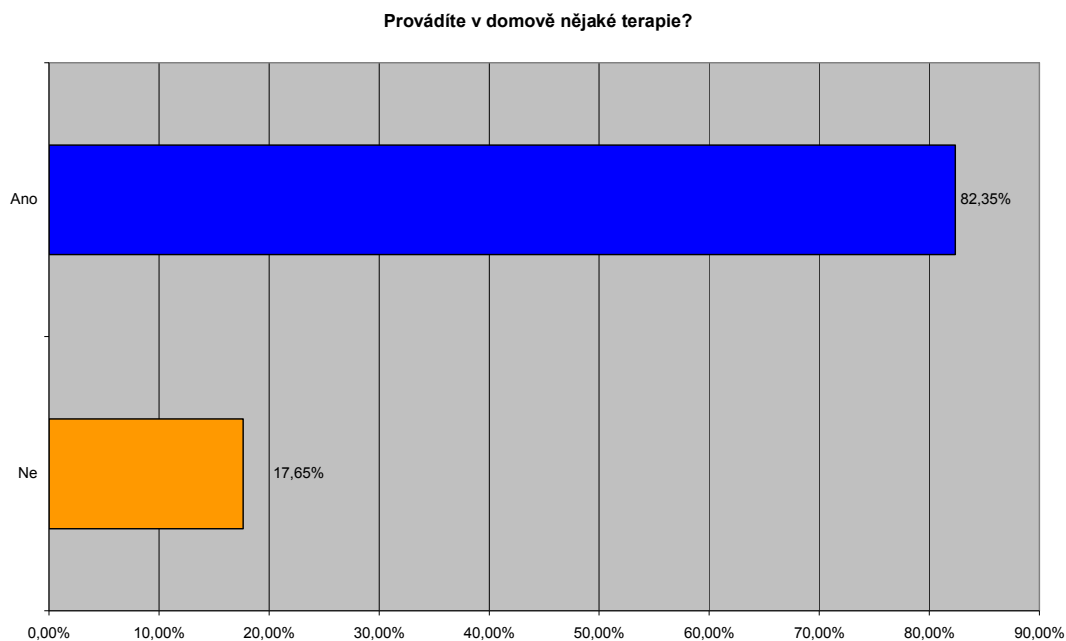
Graf č. 6 Zajištění literatury dětem (k otázce č. 7)



Dle zjištěných informací vyplývá, že 11 (22,45%) dětských domovů nakupuje knihy do vlastního fondu. Dále navštěvuje knihovnu 12 (24,49%) dětských domovů. V 15 (30,61%) dětských domovech čtou dětem v rámci sezení. 11 (22,45%) dětských domovů zajišťuje literaturu dětem jinak. Jedná se především o četbu mezi sourozenci, v rámci literárního kroužku. Své uplatnění zde mají i sponzoři, kteří dětem darují literaturu. Dětem je čtena literatura v rámci činnosti na rodinných skupinách.

Úkolem otázky č. 8 bylo zjistit, zdali jsou v dětských domovech prováděny terapie.

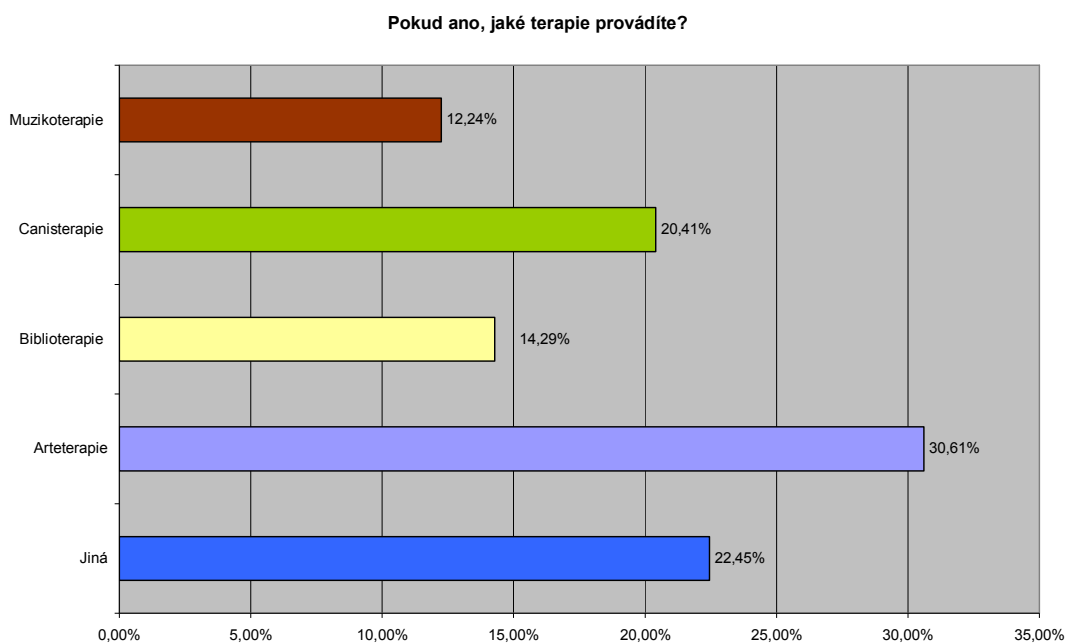
Graf č. 7 Provedení terapie (k otázce č. 7)



28 (82,35%) respondentů odpovědělo, že v dětském domově provádějí terapie. 6 (17,65%) respondentů odpovědělo, že terapie neprovádějí.

Úkolem otázky č. 9 bylo zjistit, jak je to s prováděním terapie v dětských domovech.

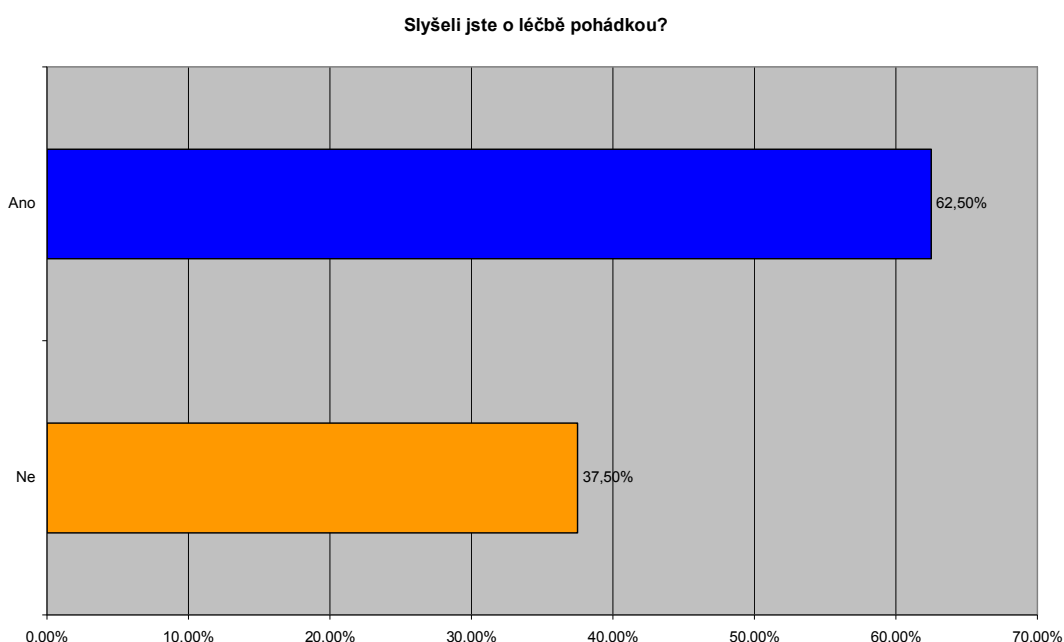
Graf č. 8 Jakou terapii provádíte ve vašem dětské domově (k otázce č. 9)



Nejvíce využívanou terapií v dětských domovech je arteterapie 15 (30,61%)
Následují jiné terapie, které aplikuje 11 (22,45%) respondentů. Dále následuje
canisterapie 10 (20,41%). Biblioterapii využívá 7 (14,29%) dětských domovů.
Muzikoterapie je praktikována v 6 (12,24%). Respondenti uvedli i další terapie, které
se v jejich dětských domovech praktikují. Jedná se např. felinoterapii, snoezelen,
terapii pohybovou, zooterapii – miniovečky. Někteří z oslovených respondentů
uvedli, že se v jejich dětských domovech praktikují všechny výše zmiňované terapie.

Otázka č. 10 se zabývá problematikou léčby pohádkou, a zda pracovníci dětských
domovů se s tímto pojmem setkali.

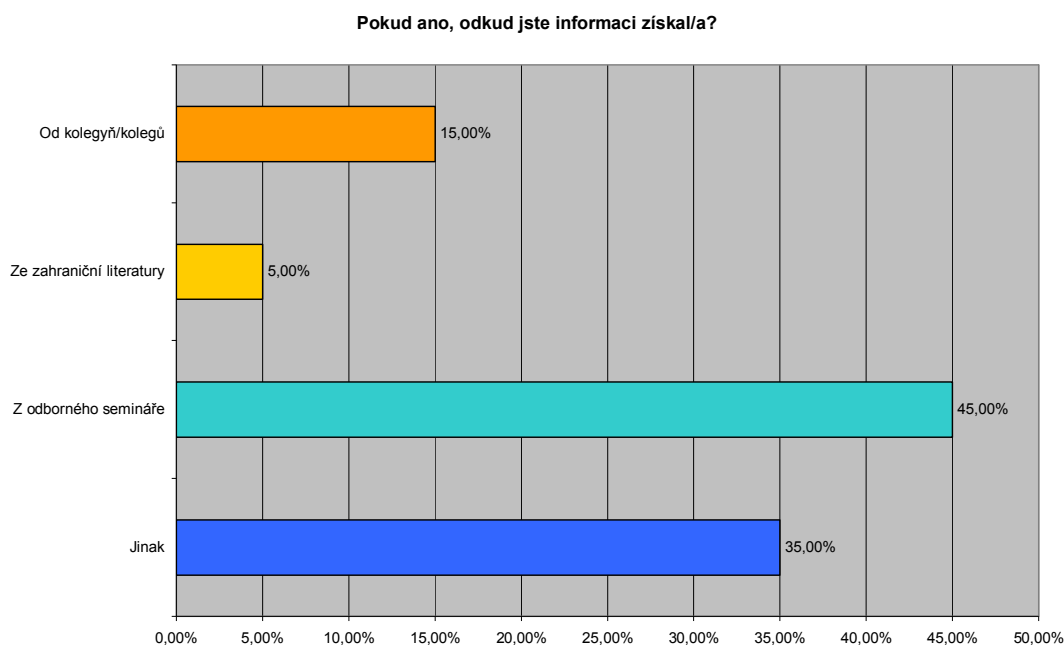
Graf č. 9 Informovanost o terapii pohádkou (k otázce č. 10)



Z grafu vyplývá, že pracovníci dětských domovů o léčbě pohádkou slyšeli. Kladně
zodpovědělo 20 (62,50%) respondentů, a záporně 12 (37,50%) respondentů. Dva
respondenti otázku nezodpověděli.

Otázka č. 11 si kladla za úkol zjistit informaci, která by nám ozřejmila, kde byla informace o léčbě pohádkou získaná.

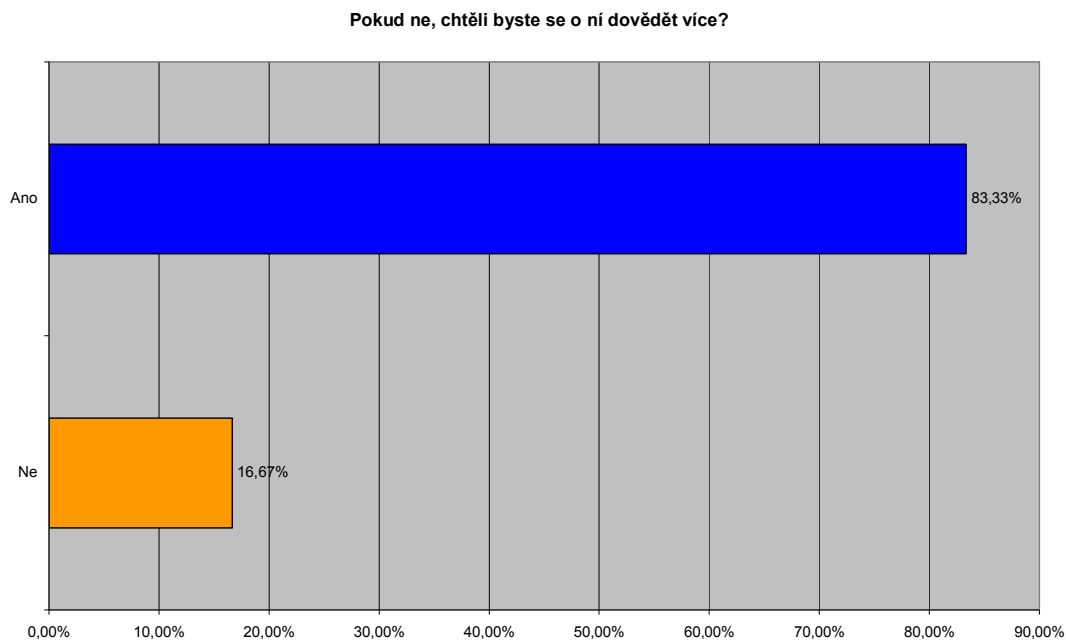
Graf č. 10 Jakou terapii provádíte v dětských domovech (k otázce č. 11)



Na otázku, kde pracovníci dětských domovů získali informaci týkající se léčby pohádkou, odpověděli 3 (15%) respondenti, že získali informace od kolegů. Ze zahraniční literatury se o léčbě pohádkou dozvěděl 1 (5%) pracovník dětského domova. Pro 9 (45,00%) respondentů byly přínosné odborné semináře, stejně jako jiným způsobem získalo 7 (35,00%) respondentů informaci jinak. Respondenti uvedli, že se o léčbě pohádkou dočetli na internetu, někde tuto informaci zaslechli. Dále uvedli, že ač odpověděli na tuto otázku kladně, v jejich odpovědích bylo uvedeno, že o ní neslyšeli nebo nemají o tomto tématu informace.

V otázce č. 12 jsme se chtěli dovědět, zdali mají pracovníci dětských domovů zájem dovědět se o terapii pohádkou a jak ji praktikovat.

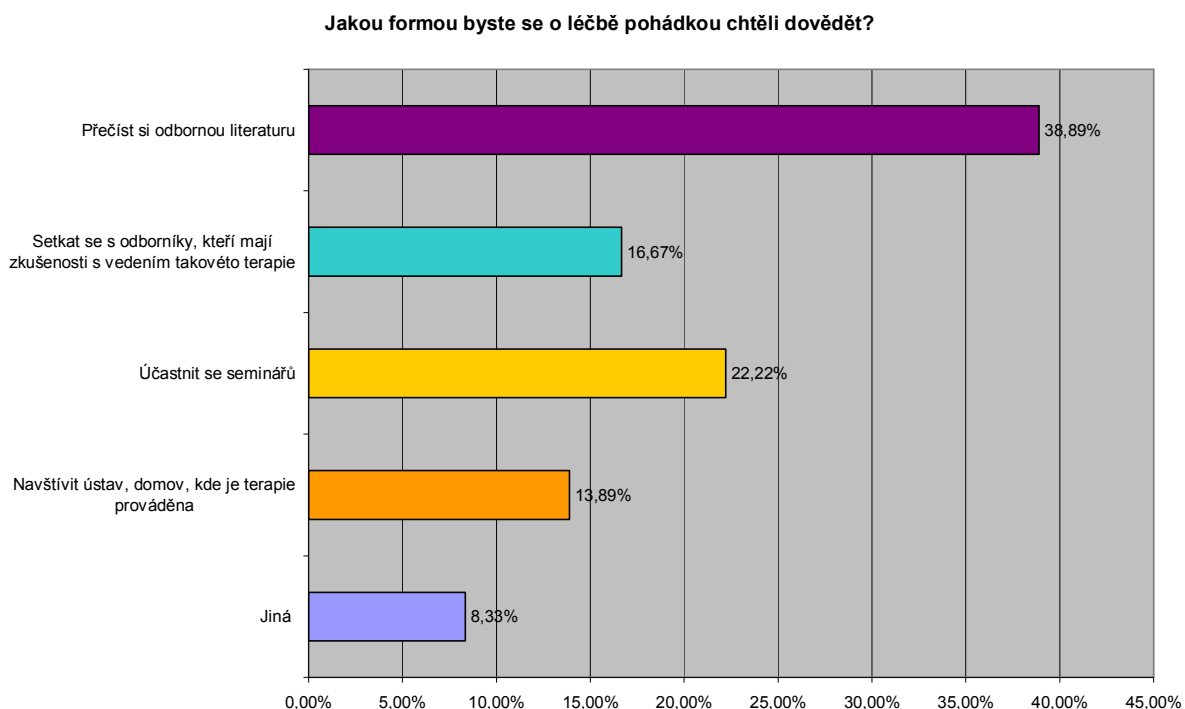
Graf č. 11 Informovanost o terapii pohádkou (k otázce č. 12)



Kladně odpovědělo 25 (83,33%) respondentů a záporně 5 (16,67%) respondentů

Otázka č. 13 se zabývala, jakou formu získání informací týkající se léčby pohádkou, by si pracovníci dětských domovů vybrali.

Graf č. 12 Kde byla informace získaná (k otázce č. 13)



Na otázku, jak by pracovníci získali další informace o léčbě pohádkou, zodpovědělo 14 (38,89%) respondentů, že by si rádo přečetlo odbornou literaturu. 6 (16,67%) respondentů uvedlo, že by se rádi setkali s odborníky, kteří mají již zkušenosti s vedením takovéto léčby. 8 (22,22%) respondentů by rádo navštívilo seminář a dalších 5 (13,89%) respondentů uvedlo, že by rádi navštívili domov, ve kterém je léčba prováděna. Jinou formu informace by uvítali 3 (8,33%) respondenti. Respondenti uvedli, že tou jinou formou, jak se dovědět o léčbě pohádkou, je účastnit se odborných seminářů vedených lidmi, kteří mají zkušenosti s léčbou pohádkou. Jeden respondent uvedl, že ho tato problematika vůbec nezajímá.

6.2 Výsledky a závěry výzkumu

Na dané otázky v rámci výzkumu odpovědělo 34 respondentů plus 2 dva respondenti navíc. Dva respondenti nebyli však zahrnuti do dotazníkového šetření, protože se nejedná o klasické dětské domovy, ale o rodiny. V prostředí dětských domovů můžeme nalézt bohatou nabídku knih a to díky knihovnám, které dětské domovy vlastní. Prostředí dětského domova je určitě vhodné pro určité druhy terapie – arteterapie, biblioterapie, muzikoterapie, canisterapie. U výsledků získaných z výzkumu bude vycházeno z dat, která vznikla při zpracování. Na daném vzorku bylo zjištěno, že prakticky léčbu pohádkou nevyužívá žádný dětský domov. Toto prázdné místo je především proto, že dětské domovy nejsou dostatečně informovány a také to, že nejsou vytvářeny workshopy s touto tematikou. Návrhy, kterými se budeme zabývat v další kapitole, jsou určeny dětským domovům po celé České republice. Pak už bude záležet jedině na pracovnících dětských domovů, jak k daným návrhům přistoupí a zdali se budou chtít o tuto problematiku více zajímat.

Z dotazníků vyplývají tyto výsledky:

Hypotéza č. 1

Tato hypotéza se mi potvrdila částečně. Z dotazovaných dětských domovů má nadpoloviční většina vlastní knihovnu, což je velmi dobře. Je důležité, aby děti měly přístup k literatuře během celého dne. Fond knihovny dětského domova by měl obsahovat pohádky, literaturu naučnou, dívčí a dobrodružnou, aby uspokojoval potřeby dětí všech věkových skupin. V dětských domovech by mělo dojít k jejímu plnohodnotnému využití.

Hypotéza č. 2

Tato hypotéza se mi potvrdila. Dvacetšest z dotazovaných dětských domovů spolupracuje s veřejnou knihovnou nebo knihovnou v jejich blízkém okolí. Je velice dobré, že tato spolupráce mezi dětským domovem a knihovnou funguje. Ze zjištěných informací vyplývá, že nejčastějším způsobem spolupráce mezi těmito subjekty je půjčování knížek pro děti. Dále se děti účastní besed a exkursí připravovaných knihovnou. Knihovníci navštěvují děti přímo v dětských domovech.

Najdou se však i další způsoby, jakými probíhá spolupráce mezi dětským domovem a knihovnou. Jedná se např. o noc s pohádkou, účastní se besed na předem domluvené téma.

Hypotéza č. 3

Hypotéza č. 3 se mi potvrdila. Děti v dětských domovech mají dostatečně zajištěn přístup k literatuře. Dle zjištěných informací průměrný fond dětského domova obsahuje 600-1000 knih. Což je velice chvályhodné. Dětské domovy především nakupují literaturu do vlastního fondu. Další možnost, kterou využívají pro přístup k literatuře, je návštěva knihovny. Velký přínos spatřuji v tom, že je dětem čteno v rámci sezení. Je úctyhodné, že se najdou i sponzoři, kteří kromě praktických věcí darují dětským domovům literaturu.

Hypotéza č. 4

Tato hypotéza se mi nepotvrdila. Podle získaných údajů se ve všech oslovených domovech provádí terapie, která je následně pak využívána. Je správné, že děti mají možnost se v rámci terapií se svými problémy vypořádat. Nejčastější terapií, která je v dětských domovech využívána, je arteterapie. Za ní společně následují ostatní terapie (např. felinoterapie, snoezelen, pohybová terapie, zooterapie – miniovečky) a canisterapie. Biblioterapie je využívána, ale už v menším měřítku. Muzikoterapie už není tak využívanou v praxi, jak by se dalo očekávat.

Hypotéza č. 5

Hypotéza č. 5 se mi potvrdila částečně. Většina respondentů odpověděla, že o léčbě pohádkou již slyšeli. O této možnosti léčby pohádkou se dověděli od svých kolegů, ale také z odborného semináře. Pro tuto oblast existuje množství odborné literatury, která je však cizojazyčná. Tato cizojazyčná literatura však komplikuje získávání informací o této nové metodě. Studium cizojazyčné literatury vyžaduje určité jazykové znalosti a také čas, který je třeba tomu věnovat. Proto je nutné toto slabé místo vyplnit a nabídnout pracovníkům dětských domovů možnosti, jak se více o léčbě pohádkou dovědět.

Závěr

Z výsledků výzkumu můžeme říci, že situace v oblasti využívání léčby pohádkou se může lišit domov od domova. Zde najdeme dětské domovy, které se již s léčbou pohádkou setkaly – res. o ní slyšely. Zastávám názor, že pracovníci dětských domovů by měli více spolupracovat s pracovníky dětských oddělení knihoven. Dále by se měli zajímat o nové trendy v oblasti biblioterapie, která je velmi vhodnou při řešení problémů. Léčba pohádkou může být velmi dobrou terapií, která může pomoci dětem s jejich každodenními problémy. Někteří respondenti vyplnili dotazník vyčerpávajícími odpověďmi, jiní respondenti zaškrtnuli jen odpovědi a na některé vůbec ani nereagovali. Myslím si, že respondenti mohli brát dotazník jako možnost vyjádřit se k této problematice a napsat, zdali by přivítali více informací o léčbě pohádkou. Více informací by chtělo 25 respondentů (viz graf č. 11).

7 Návrh užití pohádky v dětských domovech za spolupráce knihovníků

V dnešní uspěchané době se setkáváme s případy, kdy klasická rodina už přestává fungovat. Bohužel často můžeme slyšet, že se dítě octne v babyboxu nebo rodiče nezvládají svou rodičovskou roli a dítě jim musí být odebráno. Péči a výchovu tak na sebe berou pracovníci kojeneckých a dětských domovů. Určitě se již spousta knihovníků stejně jako pracovníků dětských domovů setkala v rámci své profese s druhou stranou. Avšak je tedy otázkou, jak takováto spolupráce mezi nimi funguje. Knihovny pořádají besedy na požadavek dětských domovů nebo je zde i iniciativa z druhé strany, kdy dětské domovy potřebují besedy, akce pro své děti, aby jim umožnily se odbourat od starostí každodenního života. Z výsledku výzkumu vyplývá, že slabým místem dětských domovů je využívání pohádky pro terapii. Úkolem práce je navrhnout, jak je možno současnou situaci v jednotlivých oblastech řešit. Proto by jim tato kapitola mohla být nápomocna v nahlédnutí do této problematiky a dále jim posloužit jako návod v řešení. V rámci návrhu užití pohádky v dětských domovech je dostat do povědomí zaměstnanců dětských domovů možnosti využití pohádky při terapii. V rámci práce bychom se měli nejdříve zaměřit na osobu biblioterapeuta, který hraje důležitou roli v procesu léčby pohádkou. Další důležitou roli při léčbě pohádkou hraje správně zvolené místo a načasovanost. Představíme si, co by léčba pohádkou měla obsahovat a jaký by měl být postup. Záleží už poté na zaměstnancích dětských domovů, zdali využijí nových možností pro zlepšení životní situace u dětí. Také knihovníci by měli dočasně opustit svá místa v knihovnách a přicházet do dětských domovů roznášet radost dětem. Pokud chceme navázat spolupráci mezi knihovnicí a zaměstnanci dětských domovů, je potřeba je seznámit, ať už na formální či neformální úrovni. Na takovýchto akcích by si navzájem řekli své postřehy, potřeby u dětí (problémové, nekomunikující atd.) a následně mohli zvolit akci nebo terapii, která by byla těmto potřebám přizpůsobena.

7.1 Osobnost biblioterapeuta

Důležitou roli při užití léčby pohádkou hraje biblioterapeut. Je to někdo, kdo je schopen vymýšlet různé aktivity, zajistit jejich chod a v neposlední řadě si u dětí vytvořit autoritu. Biblioterapeut je definován podle České terminologické databáze knihovnictví a informační vědy jako „odborný pracovník využívající procesu čtení jako pomocného prostředku při působení na uživatele, kteří se vyrovnávají s osobními emocionálními, mentálními a sociálními problémy.“¹⁴⁷ Biblioterapeutem se nemůže stát každý z nás. Musí to být člověk, který má důvěru dětí. Biblioterapeut musí mít určité vlastnosti, které tvoří důležitou roli v jeho vývoji. Osobnost biblioterapeuta by se mohla skládat z knihovníka nebo z psychologa s určitým vzděláním v oblasti knihovnictví. Osobnost by měla být citlivá, vnitřně stabilní, vnímavá a v neposlední řadě umět se vcítit do druhé osoby. Klientovi by měl být schopen naslouchat a pomoci mu identifikovat jeho problémy.

Velkou výhodu u biblioterapeuta můžeme spatřovat v jeho vědomostech o dětech, se kterými pracuje. Měl by vědět, jaké problémy trápí jednotlivé dítě a nabídnout mu pomoc při jejich řešení. Biblioterapeut by měl spolupracovat s pedagogem, výchovným poradcem, nebo s psychologem. Vztah mezi těmito dvěma subjekty je základ při prevenci řešení problémů. Psycholog může upozorňovat biblioterapeuta na problémy, které by při terapii mohly nastat. Výhodami této spolupráce jsou podpora biblioterapeutových kompetencí tak, aby si uvědomoval svou identitu. Dále je to umožnění řešení problémů v rámci terapie. Psycholog pomáhá posilovat postavení knihovníka a také mu pomáhá vést ho správným směrem. Biblioterapeut by měl umět rozumět dětským emocím, pochopit, jak dítě chápe a vnímá příběhy z dětské literatury. Měl by mít přehled z oblasti literatury. Musí sledovat, jaké novinky v oblasti dětské literatury, ale také léčbě pohádkou vycházejí. Důležitou roli při léčbě pohádkou hraje dobře zvolená pohádka. Biblioterapeut by měl zvolit takovou pohádku, která odpovídá na problém, se kterým se dítě setkává.

¹⁴⁷ PLANKOVÁ, Jindra. Biblioterapeut. In: *KTD: Česká terminologická databáze knihovnictví a informační vědy (TDKIV)* [online]. Praha: Národní knihovna ČR, 2003- [cit. 2011-07-21]. Dostupné na WWW: <http://aleph.nkp.cz/F/?func=direct&doc_number=000000724&local_base=KTD>.

Pohádka musí být přizpůsobena věku dítěte, jeho vlastnostem a zázemí, ve kterém vyrůstá. Nesmíme opomíjet fakt, že pokud dítěti chceme předávat informace, záleží na formě, ve které mu je podáme. Ke každému problému by měl mít biblioterapeut texty, které se zaměřují na jeden problém, ale jsou různě zakončeny. Na základě těchto požadavků je zapotřebí, aby biblioterapeut měl svou speciální databázi, která by mu sloužila jako inspirace a pro jeho další kolegy mohla posloužit jako určitý návodný materiál. Studium dalšího typu biblioterapie, kterou léčba pohádkou vyžaduje od biblioterapeuta je se vzdělávat, získávat nové trendy a informace z této oblasti. Ke každé problémové oblasti by si měl sestavit více scénářů, se kterými by pak nadále pracoval. Při léčbě pohádkou může využít terapeutických pohádek, sestavit si vlastní texty, použít doprovodné materiály. Důležitou roli při terapii tvoří postup. Je nutné si již na začátku léčby pohádkou stanovit jaký bude cíl, jakou literaturu zvolit a jaké lze očekávat výsledky. Další vlastností, kterou musí biblioterapeut disponovat, je schopnost se vcítit a pracovat s dětmi, které procházejí určitou fází lidského života a nedokáží se s ní vypořádat. Kdyby výše zmiňované vlastnosti neměl, nemohl by funkci biblioterapeuta vykonávat.

Pokud by biblioterapeut chtěl léčbu pohádkou provádět ve skupině více dětí, musí se se skupinou seznámit. Z počátku by měl provést analýzu skupiny dětí, aby zjistil, zda se ve skupině vyskytují děti se stejným problémem či nikoliv. Pokud zjistí, že ve skupině se nachází dítě, které trpí jiným problémem než ostatní, může dále hledat další děti se stejným problémem. Tyto děti by vytvořily další skupinu. Zjistí-li, že další děti netrpí stejným problémem, může léčbu pohádkou provádět i u jednotlivce. Zde by mohl biblioterapeut v rámci skupinové terapie využívat prostorů jak v dětském domově, tak v dětských odděleních knihoven. Bohužel se dětské domovy i knihovny potýkají s nedostatkem financí a tak nejsou schopny zajistit kvalifikovaný personál, který by se problematice biblioterapie – léčbě pohádkou zabýval. V praxi to vypadá takto, že jeden z vychovatelů zajišťuje spolupráci mezi dětským domovem a knihovnou. Činnost vychovatele je ovlivňována dalšími povinnostmi, tudíž nemá čas hledat a studovat literaturu, zabývající se danou problematikou.

Zde můžeme spatřovat velkou výhodu v možnosti navázání spolupráce s knihovnou nacházející se v blízkém okolí. Knihovna by mohla na základě požadavků pracovníků dětského domova, ale také vlastních zaměstnanců pořádat semináře, zaměřené na biblioterapii, její druhy a jak provádět různé terapie v jejich prostředí. Další seminář by mohl být zaměřen na problematiku z oblasti psychologie. Pořádání školení či seminářů by mohlo být uskutečňováno pod vedením knihovníků, ale také i vychovatelů.

7.1.1 Spolupráce biblioterapeuta s psychologem

Pokud chceme používat léčbu pohádkou v prostředí dětských domovů a knihoven, měl by biblioterapeut navázat kontakt s psychologem. Spolupráce mezi biblioterapeutem a psychologem může být z počátku náročná, ale biblioterapeut se naučí jak vést terapii. Vztah, který se mezi danými subjekty vybuduje, je základem prevence a řešení problémů. Záleží na biblioterapeutovi a psychologovi jaký vztah si mezi sebou vybudují. Velký přínos psychologa můžeme spatřovat v pomoci při formulování spolupráce. Prvním důležitým faktorem spolupráce je, na čem budou společně pracovat. Psycholog by měl nechat zodpovědnost za vedení terapie na biblioterapeutovi. Když dojde k ujasnění si cílů a požadavků na terapii, může se terapie praktikovat v praxi. Psycholog by měl upozorňovat biblioterapeuta na problémy, se kterými se během terapie může setkat. Aby spolupráce mezi biblioterapeutem a psychologem fungovala, musí se postavit na důvěře, respektu, pocitu bezpečí a komunikaci. Výhodou mezi spoluprací psychologa a biblioterapeuta můžeme spatřovat v podpoře biblioterapeuta. Dále dochází k rozvoji biblioterapeutových kompetencí. Ten si následně uvědomuje, jak může využívat svých schopností při terapii. Psycholog pozitivně posiluje postavení biblioterapeuta. Měl by být nápomocný biblioterapeutovi při řešení problému a následně ho navést na správná řešení.

7.2 Zvolení vhodného místa v dětském domově a v prostorách knihovny

Abychom mohli léčbu pohádkou uplatnit v dětském domově, měli bychom se zamyslet nad možnými prostorami pro její realizaci. Pro léčbu pohádkou je nutno vybrat takovou místnost, která by byla pro tuto terapii vhodná. Ze začátku realizace bychom si měli uvědomit, pro jaké účely bude místnost zřízena a jaké aktivity se v ní budou odehrávat. Místnost by měla odpovídat požadavkům všech věkových skupin. Každá věková skupina dětí upřednostňuje jinou výmalbu a výzdobu. Proto by měla být místnost členěna, aby se každá skupina v místnosti našla. Děti by mohly pomoci při výmalbě a vytvoření vhodného místa, kde si budou číst, povídat popř. hrát. Děti různých věkových skupin by se měly v místnosti cítit bezpečně, příjemně, aby mohlo u nich docházet k uvolnění. Židle nebo sedačky by měly být pohodlné, nabízet dostatek prostoru, aby se v nich děti necítily stísněně.

Prostor by měl být hodně vzdušný a mít dostatek světla. V místnosti by se měla nacházet knihovna, která by obsahovala knihy, časopisy pro všechny věkové skupiny. Určitě by zde neměly chybět hračky a pomůcky potřebné pro různé dětské aktivity. Podlaha by měla být obohacena kobercem, na který by se děti mohly posadit, popř. lehnout. Vše v místnosti by mělo být barevně sladěné, aby to na děti působilo pozitivně. Dříve než se začne místnost používat v praxi, měly by být děti s ní seznámeny. Vychovatel by měl dětem ukázat, jaké vybavení místnost nabízí, kde najdou hračky a také knížky. Místnost by měla u dětí vzbuzovat dojem, že v ní mohou prožít dobrodružství, získat nové znalosti a vědomosti. Místnost může být vybavena stoly s počítači. Záleží jenom na vychovatelích, popř. vedení domova, zdali „relaxační místnost“ vybaví informačními technologiemi či nikoliv. Místnost by měla být součástí dětského domova, aby děti nemusely do ní docházet daleko.

7.3 Vhodná načasovanost léčby pohádkou

Léčbu pohádkou stejně jako jiné druhy terapie musíme správně načasovat. Pro léčbu pohádkou je třeba zvolit takový čas, kdy děti nejsou ještě unavené. Léčba by měla být přizpůsobená věkovým skupinám a harmonogramu dětského domova. Biblioterapeut ve spolupráci s vychovatelem dětského domova by měl vědět, jaké aktivity během dne děti dělají. Dalším důležitým faktorem při léčbě pohádkou je délka jejího trvání. Musí být načasována v takovou dobu, kdy se děti ještě necítí být unavené. Biblioterapeut musí dbát na to, aby léčba pohádkou byla v rozpětí třiceti až šedesáti minut. Pokud by časový interval biblioterapeut překročil, mohlo by u dětí dojít k pocitům únavy a přestaly by se soustředit. Na začátku léčby pohádkou seznámí biblioterapeut děti s průběhem. Když se děti usadí, začne biblioterapeut číst terapeutickou pohádku, ve které se hlavní hrdina potýká s problémem, který znají všechny děti. Pohádka je čtena nahlas, protože tak může biblioterapeut sledovat reakci dětí. Ty po celou dobu pohádky naslouchají. Poslech četby jim pomáhá se vcítit do hlavního hrdiny a společně s ním prožívají situaci, která je jim známá. Důležitou roli při procesu léčby pohádkou hraje také výběr pohádkového hrdiny. Zde musíme zohlednit věk dítěte a situaci, která u dítěte vzbuzuje úzkost. Hrdina nesmí mít v terapeutických pohádkách stejnou podobu a také jméno jako dítě, kterému je pohádka čtena. Během poslechu terapeutické pohádky může postupně u dětí docházet k odbourávání strachu či úzkosti. Po skončení pohádky si děti společně s biblioterapeutem můžou o pohádce povykládat, říct, jak by se ony v dané situaci zachovaly a co hlavní hrdina udělal dobře nebo špatně. Další důležitou roli hraje pravidelnost léčby pohádkou. Nestačí, aby proběhlo sezení jedenkrát. Po jednom sezení biblioterapeut nedosáhne toho, že problém u dětí zmizí. Proto je nutné, aby sezení s dětmi probíhalo vícekrát za měsíc. Následně po sezeních může spatřovat biblioterapeut pozitivní nebo negativní ohlasy na léčbu pohádkou. „Pokud v rámci čtení biblioterapeut uvidí, že některé z dětí přeruší příběh, bude se snažit své odpovědi uspěchat, nebo v jeho tváři spatří pocení, bledost nebo zčervenání, je to okamžitá reakce dítěte, že něco není v pořádku.“¹⁴⁸

¹⁴⁸ LOGINOVNA, O. I. *Fairy tale Therapy in work with the adults and children* [online]. c2005-2011 [cit. 2011-03-02]. Dostupné na WWW: <http://www.olga29011.narod.ru/skazkoterap_ingl.html>.

Jestliže u jednoho z dětí dojde k negativnímu ohlasu, je třeba se zaměřit na toto dítě jako jednotlivce a dále pak řešit jeho problém individuálně. Pokud by nezabrala sezení s biblioterapeutem, je třeba zvolit sezení se specialistou, kterým může být psycholog. Při léčbě pohádkou mohou být využity psychologicko-kreativní metody. Při čtení musíme dát dítěti čas, aby pohádku mohlo přijmout. Knihovník nebo biblioterapeut by měl dítěti vybrat takovou pohádku, která bude odpovídat na problémy dítěte. Biblioterapeut či knihovník by měl dobře znát obsahy knih, s nimiž hodlá pracovat a cílit je správně na posluchače. Díky terapeutické pohádce dítě získává podporu, učí se uvažovat pozitivně o dané situaci a v neposlední řadě uspokojuje své potřeby. K tomuto dochází v důsledku uvědomování si vlastních pocitů a projevů. Dítě bude schopno vnímat svůj svět, ale také svět kolem sebe. Najdou se však i takové pohádky, kterým dítě nevěnuje žádnou pozornost nebo jiným vůbec nerozumí. To ukazuje na skutečnost, že tato pohádka není vhodná pro dítě, protože se netýká jeho problému. Správně zvolená pohádka pomáhá dítěti vypořádat se s nezvládnutými emocemi. Tak dochází k odbourání problémů u dítěte. Velký vliv terapeutické pohádky můžeme spatřovat v příznivém působení na emoční inteligenci dítěte.

7.4 Metodika tvorby terapeutické pohádky

V dnešní době máme možnost napsat si vlastní terapeutickou pohádku, pokud se budeme řídit určitými pravidly při její tvorbě. Tvořit vlastní pohádku mohou knihovníci, učitelé, rodiče, biblioterapeutové. V zahraničí pod vedením odborníka píše také studenti vysokých škol, kteří jsou zaměřeni na knihovnictví, psychologii nebo učitelství. Při psaní terapeutických pohádek musíme mít na paměti, že musíme vytvářet takové příběhy, které se budou zabývat takovým problémem, se kterým se dítě potýká. Rodiče, biblioterapeutové, učitelé nebo knihovníci musí brát v úvahu, že příběh pohádky problém nevyřeší, ale na jeho příkladu mohou děti ukázat určitá řešení.

7.4.1 Vlastní tvorba terapeutické pohádky

Před začátkem psaní pohádky, bychom si měli určit, pro jakou věkovou skupinu pohádka bude. Dále musíme zjistit, jaké má oblíbené postavy (např. zvířátko, pohádkového nebo filmového hrdinu a další). Pro tvorbu terapeutické pohádky je důležité zjistit, z čeho má dítě strach. Na základě strachu z dané situace můžeme vytvořit pohádku přímo na požadavek dítěte. Dalším důležitým faktorem při tvorbě pohádky je zjistit, v jaké životní situaci se dítě nachází. Zda je dítě z úplné rodiny, neúplné nebo vyrůstá v dětském domově aj. V každé z těchto rodin či domovů může trpět dítě různými úzkostmi, strachy. Může se jednat o strach z lékaře, ze zvířat, ze školy, z dětského kolektivu, z narození dalšího člena do rodiny, z rozvodu rodičů aj. Na základě těchto zjištění bychom se měli zamyslet, jak sestavit správnou pohádku. Správně sestavená terapeutická pohádka by měla obsahovat hlavního hrdinu, kouzlo a pohádkovost, děj pohádky, poukázat na problém a také závěr. Dalším důležitým prvkem je také možnost práce s textem.¹⁴⁹

¹⁴⁹ *Bajki Zasypianki : bajki dla dzieci na dobranou* [online]. c2010 [cit. 2011-04-03]. Dostupný na WWW: <<http://bajki-zasypianki.pl/bajki/jak-tworzyc-bajki-terapeutyczne/>>.

Hrdina pohádky

Hrdina by měl být stejného věku, pohlaví jako dítě. Dále musí být moudrý, odvážný, sympatický. Aby hrdina upoutal dítě, musí se nacházet v situaci, ve které se v danou chvíli dítě také nachází. Proto je nutné v příběhu vyzdvihnout to, co se oproti dřívějšímu změnilo. Nutné je také včleňovat symptomy, kterými dítě (hrdina) trpí. Může se jednat o bolesti, strachy aj. Hrdina nemá být nemocný, ale je třeba zdůraznit, která část těla ho bolí. V pohádce by se měly objevit vedle hlavního hrdiny další osoby, které hlavního hrdinu budou doprovázet na cestě, nebo mu ukáží správnou cestu. Úkolem další osoby v příběhu je dát víru hrdinovi, že se uzdraví, protože se stále vyvíjí a sílí. Takovou osobou může být čaroděj, moudrá sova, babka kořenářka. „Hlavní hrdina potká moudrou osobu (čaroděje, moudrou sovu, kořenářku), jež mu vypráví, že v jeho bříšku (= podvědomí) se nacházejí malí pomocníci (imunitní systém), kteří to s ním myslí dobře, ale jeden z malých pomocníků zapříčinil svojí horlivostí nedobrou změnu. Ten mu nyní pomůže se tohoto stavu zbavit.“¹⁵⁰ Hrdina se v pohádce naučí věcem, které dříve neuměl. Následně je bude schopen zvládat velmi dobře.

Kouzlo v pohádkách

Pohádka by měla být taková, aby se podobala reálnému světu. Co se stane v pohádce, mohlo by se stát i ve skutečném světě. V pohádkovém světě může hlavního hrdinu zachránit víla pomocí kouzel, ve světě skutečném tomu tak není. Proto děj pohádky musí být sestaven tak, aby se dítě s ním mohlo velmi dobře ztotožnit.

Jak si poradit s problémy

V pohádce bychom měli umožnit hlavnímu hrdinovi vyjádřit své pocity a obavy. Hlavní hrdina se může dalším postavám v příběhu svěřovat a ty následně mohou dát radu, jak se v dané situaci zachovat. Díky tomu u dítěte může docházet k uspokojování psychických potřeb a to mu umožní cítit se bezpečně, milovaně.

¹⁵⁰ *Příběh první ... aneb Královské táboření*. [online]. c2005–2008, [cit. 2010-08-05]. Dostupné na WWW: <http://www.medounek.estranky.cz/clanky/pribehy-pro-dite-od-kamarada/pribeh-prvni-___-aneb-kralovske-taboreni>.

Při četbě terapeutických pohádek je důležitá komunikace mezi posluchačem a vypravěčem. Proto je nutné, abychom při čtení s dítětem navázali kontakt.

Závěr

Malí čtenáři nemají rádi smutná vyprávění, proto je důležité, aby děj pohádky skončil šťastně. Díky tomu dojde k odbourání úzkosti. V závěru terapeutické pohádky by mělo dojít k rozuzlení. Děti po přečtení pohádky jsou spokojené, vědí, že na problémy nejsou samy. Kdykoliv mají možnost se k pohádce vrátit a také to vyžadují. Pokud si chtějí po dočtení pohádky děti vyprávět o tom, co slyšely, neměli bychom jim v tom bránit. Rodiče, vychovatelé nebo knihovníci by měli dětem naslouchat a také s nimi hovořit o tom, jak a proč se hlavní hrdina zachoval v dané situaci tak, jak se zachoval.

Další možnost práce s textem

Po skončení vyprávění pohádky můžeme dětem dát kreslicí pomůcky, aby pomocí obrázku vyjádřily příběh, o kterém slyšely. Další možností je vyjádření pohádky prostřednictvím dramatických scének. Děti si rozdělí pohádkové role a mohou samy ukázat, jak by se ony v dané situaci zachovaly. Ve scénkách může vystupovat i vypravěč (biblioterapeut, knihovník, pracovník dětského domova), který pohádku pověděl tak, aby nedocházelo k rozepřím mezi dětmi.

7.4.2 Průběh léčby pohádkou

Průběh léčby pohádkou je třeba předem dobře sestavit. Měl by obsahovat úvod, hlavní cíle, téma, metody a techniky, realizace, zakončení, diskuze. Scénář musí obsahovat téma, které musí být již stanoveno před zahájením léčby pohádkou. Dále si musíme určit hlavní cíle terapie. Další důležitou roli při léčbě pohádkou hrají vhodně zvolené metody a techniky. Na co nesmíme při léčbě pohádkou zapomenout je vhodně zvolené prostředí a doprovodný materiál. Před začátkem bychom měli děti upozornit, že během léčby pohádkou by neměly křičet, mluvit sprostě, rušit ostatní. Děti bychom neměli nutit, pokud se nechtějí léčby účastnit. Měli bychom je upozornit, že budou na bezpečném místě a nemusí se tedy bát neznámého prostředí.

Závěr

Cílem rigorózní práce bylo představit léčbu pohádkou, charakteristiku terapeutických pohádek a jejich využití v praxi. Dále práce měla za cíl nastínit problematiku úzkosti a strachu v životě dítěte. Dle zjištěných údajů vyplývá, že sice o léčbě pohádkou pracovníci dětských domovů slyšeli, ale v praxi se s ní nikdo nesešel. K tomu, aby léčba pohádkou byla dobře vedena, je zapotřebí biblioterapeuta. Ten hraje velmi důležitou roli v léčbě pohádkou. Biblioterapeut by měl být knihovníkem i psychologem zároveň. Léčba pohádkou je zaměřena na děti v předškolním a mladším školním věku. Je nutné, aby literatura, kterou dětem budeme číst, odpovídala jejich věku a intelektuální vyspělosti. Tím se potvrzuje staré a známé heslo, že pravá kniha v pravý čas dovede silně zapůsobit. Děti v dětských domovech jsou často osamoceny. Jejich životy jsou ovlivněny tragickými událostmi např. smrt rodičů, závislost rodičů na drogách nebo alkoholu. Tyto situace u dětí vzbuzují pocit úzkosti, nebezpečí a strachu. Jestliže v takovýchto situacích nezareagueme, budou nadále děti žít ve světě plném nebezpečí a strachu. V těchto těžkých chvílích bychom jim měli nabídnout určitou možnost odpoutání se od reálného života a každodenních starostí. Můžeme k tomu využít pohádku, která obsahuje mnoho důležitých aspektů pro duševní rozvoj dítěte. Pomocí hlavního hrdiny se dětem snaží ukázat, jak se s každodenními starostmi vypořádat a následně se s nimi vyrovnat.

Výzkum, který byl proveden v rigorózní práci, dospěl k zajímavým výsledkům a potvrdil některé hypotézy. Dětské domovy ve velké míře využívají terapie, což je velmi chvályhodné. Nejčastěji využívanou terapii v dětských domovech je arteterapie. Své místo si zde však také našla i biblioterapie. Ač je biblioterapie v dětských domovech využívána, pracovníci o novém druhu biblioterapie tedy o léčbě pohádkou, jen slyšeli. Tento druh terapie ve svých dětských domovech však nevyužívají. Dospěla jsem k závěru, že je nutné informovat pracovníky dětských domovů, ale i jiných zařízení nebo knihovníky o novém druhu biblioterapie, kterou je léčba pohádkou.

Seznam použité literatury

ADLER, A. *Psychologie dětí*. 1. vyd. Praha: Práh, 1994. 155 s. ISBN 80-85809-22-2.

AMER, K. Bibliotherapy : using fiction to help children in two populations discuss feelings. *Pediatric Nursing*, 1999, vol. 1, s. 91–95

BADEGRUBER, B., PIRKL, F. *Příběhy pomáhají s problémy*. 4. vyd. Praha: Portál, 2000. 112 s. ISBN 80-7178-416-8.

Bajki terapeutyczne : prace uczestników warsztatów prowadzonych przez Genowefę Surniak w dniach 8 i 15 listopada 2004 roku w Wojewódzkiej Bibliotece Publicznej i Centrum Animacji Kultury w Poznaniu. Poznań : Wojewódzka Biblioteka Publiczna i Centrum Animacji Kultury, 2004. 104 s. ISBN 83-87816-61-2.

Bajkoterapia. [online]. c2005 [cit. 2009-02-01]. Dostupné na WWW: <<http://www.abcbaby.pl/?page=Structure&id=73>>.

Bajkoterapia czyli Jak z Guziolkiem tworzyć i wykorzystywać bajki i opowiadania w biblioterapii oraz rozwoju aktywności twórczej dziecka w wieku przedszkolnym : Ogólnopolski Konkurs Literacki pt. Razem z Guziolkiem píšeme bajki, 2007/2008. Kraków: Oficyna Wydawnicza "Impuls", 2008. s. 247. ISBN 978-83-730889-9-3.

Bjaki całkiem nowe : opowieści terapeutyczne studentów Filologii polskiej. Jelenia Góra: Kolegium Karkonoskie, 2008. 249 s. ISBN 978-83-92680-11-6.

BALUCH, A. *Książka jest światem : o literaturze dla dzieci małych oraz dzieci starszych i nastolatków*. Kraków: Towarzystwo Autorów i Wydawców Prac Naukowych Universitas, cop. 2005. 148 s. ISBN 83-24205-96-9.

Basń i dziecko. Warszawa: Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza, 1978. 357 s.

BELAJOVÁ, M. A. Biblioterapia. *Rehabilitácia*, 1970, roč. 3, č. 1, s. 47

BENEŠ, B. *Česká lidová slovesnost : výbor pro současného čtenáře*. 1. vyd. Praha: Odeon., 1990. 256 s. ISBN 80-207-0181-8.

BERG, S., DEVLIN, M., GEDALY-DUFF, V. The child facing loss : A selective bibliography for bibliotherapy. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 1980, vol. 4, no 4, s. 37-50.

BETTELHEIM, B. *Za tajemstvím pohádek*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2000. 333 s. ISBN 80-7106-290-1.

BiblioHelp. *Inflow* [online]. 2009 [cit. 2009-06-02]. Dostupné na WWW: <<http://www.inflow.cz/bibliohelp>>. ISSN 1802-9736.

Biblioterapia w praktyce : poradnik dla nauczycieli, wychowawców i terapeutów. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls, 2005. 263 s. ISBN 83-73086-02-1.

Bibliotherapy sourcebook. Phoenix, AZ: Oryx Press, 1978. xxi, 393 s. ISBN 0-912-0004-1.

BORECKA, I. *Biblioterapia formą terapii pedagogicznej: skrypt dla studentów pedagogiki.* Wałbrzych: Wydaw. Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej, 2001. 96 s. ISBN 83-88425-35-8.

BORECKA I. *Biblioterapia : teksty terapeutyczne, konspekty i scenariusze zajęć.* Gorzów Wielkopolski: WOM, 2002. 88 s. ISBN 83-86710-81-0 .

BRETT, D. *Bajki, które leczą.* Wyd. 2. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2002. 234 s. ISBN 83-87957-65-8.

CATTANACH, A. *Play therapy with abused children.* London; Philadelphia: J. Kingsley Publishers, 1992. 159 s. ISBN 1-853-02120-2.

Centrum Badania Opomni społecznej. *Cała Polska czyta dzieciom : komunikat z badań.* [online] 2001, [cit. 2009-02-15]. Dostępne na WWW: <http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2001/K_121_01.PDF>.

Centrum Badania Opomni społecznej. *Czytamy dzieciom? : komunikat z badań.* [online] 2007, [cit. 2009-02-15]. Dostępne na WWW:

CELANO, D., NEUMAN, S. B. *The Role of Public Libraries in Children's Literacy : an Evaluation Report.* [online]. [cit. 2008-12-05]. Dostępne na WWW: <<http://www.statelibrary.state.pa.us/libraries/lib/libraries/role%20of%20libraries.pdf>>

CWOJDZIŃSKA, K. *Szalik królika Przytulika.* [online]. c2005, [cit. 2009-05-25]. Dostępne na WWW: <<http://abcbaby.pl/?page=Structure&id=243>>.

ČAČKA, O. *Psychologie dítěte.* 3., dopl. vyd. Tišnov: Sursum, 1997. 156 s. ISBN 80-7323-016-X.

ČEŇKOVÁ, J. *Vývoj literatury pro děti a mládež a její žánrové struktury : adaptace mýtů, pohádek a pověstí, autorská pohádka, poezie, próza a komiks pro děti a mládež.* Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. 171 s. ISBN 80-7367-095-X.

ČERNOUŠEK, M. *Děti a svět pohádek.* 1. vyd. Praha: Albatros, 1990. 187 s. ISBN 80-00-00060-1.

ČÍKOVÁ, O. Trendy modernej biblioterapie. *Čítateľ*, 1981, roč. 30, č. 12, s. 429-431.

- CIPRO, M. *Proč se děti bojí: dětský strach a jiné otázky výchovy*. 1. vyd. Praha: SPN, 1962. 103, [1] s.
- DAVIES, L. *Using Bibliotherapy with Children* [online]. [cit. 2008-11-12]. Dostupné na WWW: <<http://www.kellybear.com/TeacherArticles/TeacherTip34.html>>.
- Děti a emoční problémy* [online]. c2008-2011 [cit. 2011-04-06]. Dostupné na WWW: <<http://www.vitejdoma.cz/rodina/deti.5/deti-a-emocni-problemy.5406.html>>.
- Děti potřebují krize* [online]. 2007 [cit. 2011-05-06]. Dostupné na WWW: <<http://www.zeny.cz/magazin/deti-/deti-potrebuji-krize.aspx>>.
- Dětský domov a Mateřská škola speciální, Beroun* [online]. c2013 [cit. 2013-04-25]. Dostupné na WWW: <<http://www.ddmsberoun.cz/>>.
- Dětský domov Dolní Počernice* [online]. [cit. 2013-04-25]. Dostupné na WWW: <<http://www.domovpocernice.cz/>>.
- Dětský domov Prostějov* [online]. c2007 [cit. 2011-06-21]. Dostupné na WWW: <<http://www.zsadd-prostějov.cz/detsky-domov.php>>.
- Dětský domov Příbor* [online]. [cit. 2011-06-27]. Dostupné na WWW: <<http://www.detskydomovpribor.freepage.cz/>>.
- Dětský domov Velké Heraltice* [online]. [cit. 2011-06-06]. Dostupné na WWW: <<http://www.ddheraltice.cz/>>.
- DRVOTA, S. *Úzkost a strach*. Vyd. 1. Praha: Avicenum, 1971. 275 s. Život a zdraví.
- DVOŘÁK, K. *Nejstarší české pohádky*. Vyd. 2., V nakl. Argo a Prag 1. Praha: Argo Prag, 2001. 214 s. ISBN 80-7203-368-9 (Argo) ISBN 80-238-6494-7 (Prag).
- ERIKSON, E. H. *Dětství a společnost*. Vyd. 1. Praha: Argo, 2002. 387 s. ISBN 80-7203-380-8.
- ESCARPIT, R. *La révolution du livre*. 2. éd. rev. et mise à jour. Paris: Unesco, 1969. 168 s.
- FELIKSIAK, M. *O różnych aspektach czytania książek : komunikat z badań*. [online]. [cit. 2009-01-02]. Dostupné na WWW: <<http://www.calapolskaczytadzieciom.pl/nowa/dokumenty/1.pdf>>
- FERIANČEKOVÁ, M. *Práca s detskými čitateľmi. Knižnice a informácie* [online]. 2000, roč. 2000, č. 6 [cit. 2009-01-05]. Dostupné na WWW: <<http://194.160.178.68/snk/ki/062000/b1.html>>.
- FRANZ, M. L. von. *Psychologický výklad pohádek*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008. 182 s. ISBN 978-80-7367-489-2.

FREUD, S. *Vybrané spisy. [Díl] 1, Přednášky k úvodu do psychoanalýzy. Nová řada přednášek k úvodu do psychoanalýzy.* 2. vyd. v Avicenu. Praha: Avicenum, 1991. 464 s. ISBN 80-201-0225-6.

FREY, J. *Práce s dětským čtenářem.* 1. vyd. Praha: Osvěta, 1951. 54 s.

GABAL, I., VÁCLAVÍKOVÁ HELŠUSOVÁ, L. Jak čtou české děti? : analýza výsledků sociologického výzkumu. *Knihovnický zpravodaj Vysočiny* [online]. 2005, roč. 5, č. 2 [cit. 2007-02-25]. Dostupné na WWW: <<http://kzv.kkvysociny.cz/archiv.aspx?id=171&idr=1&idci=1>>. ISSN 1213-82311.

GAŠPAREC, I. Využitie biblioterapie. *Čítateľ*. 1965, roč. 14, č. 1, str. 12-13

GARAVAGLIA, M. A. *Czy silniejszy zawsze zwycięża?* Kraków: Wydawnictwo WAM, 2007. 28 s. ISBN 978-83-73189-05-8.

GEBEKE, D. *Children and Fear* [online]. 1994 [cit. 2011-08-28]. Dostupné na WWW: <<http://www.ag.ndsu.edu/pubs/yf/famsci/he458w.htm>>.

GELDARD, K., GELDARD, D. *Dětská psychoterapie a poradenství.* Vyd. 1. Praha: Portál, 2008. 328 s. ISBN 978-80-7367-476-2.

HARASIMOWICZ SLAČÁKOVÁ, M. *Terminologický význam.* [online]. 11. prosince 2008 14:48 ; [cit. 2008-12-12]. Emailová komunikace

HARTL, P. *Stručný psychologický slovník.* Vyd. 1. Praha: Portál, 2004. 311 s. ISBN 80-7178-803-1.

HAVLENOVÁ, K. *Jak číst s dětmi, aby je to bavilo.* [online]. c2006-2009 [cit. 2008-12-24]. Dostupné na WWW: <<http://www.super.cz/deti/26477-jak-cist-s-detmi-aby-je-to-bavilo.html>>

HAVLÍNOVÁ, M. *Knížka pro rodiče o knížkách pro děti.* 2., rozš. vyd. Praha: Albatros, 1987. 111 s.

HAVLOVÁ, J. Léčba pohádkou. In: *KTD: Česká terminologická databáze knihovnictví a informační vědy (TDKIV)* [online]. Praha: Národní knihovna ČR, 2003- [cit. 2011-07-18]. Dostupné na WWW: <http://aleph.nkp.cz/F/?func=direct&doc_number=000014967&local_base=KTD>.

HAZARD, P. *Knihy, děti a lidé.* Praha: Albatros, 1970. 137, [3] s. Teorie dětské lit.

HORT, V. et al. *Dětská a adolescentní psychiatrie.* Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. 496 s. ISBN 80-7178-472-9.

HOŠKOVÁ, K. Biblioterapie u dětí a mládeže. *KIVI : Knihovnictví a informační věda informuje* [online]. c2005 [cit. 2010-12-12]. Dostupné na WWW: <<http://www.phil.muni.cz/kivi/clanky.php?cl=65&rubrika=clanky>>. ISSN 1214-7265.

HRDINÁKOVÁ, L. Vplyv rozprávky na emocionálny a sociálny rozvoj dieťaťa. In *Kniha v 21. storočí : percepcie textů, výchova čtenáře – ano či ne*. Opava: Filozoficko-přírodovědecká fakulta, Ústav bohemistiky a knihovnictví. 2006. s. 36-45

HYHLÍK, F. *Psychologie mladého čtenáře*. 1. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1963. 139 s.

CHALOUPKA, O. K některým souvislostem klasické a tzv. moderní české pohádky. *Česká literatura*, 1972, s. 311-327.

CHALOUPKA, O. Několik pohádkových marginálií. *Zlatý máj*, 1968, roč. 10, s. 616.

CHALOUPKA, O. *Rozvoj dětského čtenářství*. 1. vyd. Praha: Albatros, 1982. 572 s.

CHALOUPKA, O. *Rodina a počátky dětského čtenářství*. 1. vyd. Praha: Victoria Publishing, 1995. 103 s. ISBN 80-85865-40-8.

IPPOLDT, L. Czytelnictwo dzieci niepełnosprawnych umysłowo w świetle badań. *Biuletyn EBIB* [online]. 2005, č. 3 [cit. 2009-02-12]. Dostupné na WWW: <<http://ebib.oss.wroc.pl/2004/54/ippoldt.php>>. ISSN 1507-7187.

JANCZAK, B. Biblioterapia – teória a prax. *Knížnica* [online]. 2006, roč. 7, č. 2 [cit. 2008-12-10]. Dostupné na WWW: <http://www.snk.sk/swift_data/source/casopis_kniznica/2006/februar/07.pdf>. ISSN 1507-7187.

JAWORSKA, E. *Bajkoterapia*. [online]. [cit. 2009-03-01]. Dostupné na WWW: <<http://www.sp9.lm.pl/Artykuly/Bajkoterapia.pdf>>.

JANA VIČIENÉ, D. Bibliotherapy process and typa analysis : review of possibilities to use in the library. *Tiltai*, 2010, vol. 4., s. 119-132. ISSN 1392-3137.

JONES, J. L. *A closer look at bibliotherapy*. [online]. [cit. 2009-01-06]. Dostupné na WWW: <http://www.kirkwood.k12.mo.us/parent_student/khs/arenske/biblio.pdf>.

JUNG, C. G. *Výbor z díla. 2, Archetypy a nevědomí*. Vyd. 1. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1997. 437 s. ISBN 80-85880-16-4.

KALINA, J. *Pohádka se vypráví*. [online]. c2006-2009, [cit. 2008-12-10]. Dostupné na WWW: <<http://www.mladazena.cz/scripts/detail.php?id=380742>>.

KAMIŇSKA, S. Pomocny „Biblioterapeuta“. *Poradnik Bibliotekarza*. 2004, nr. 11, s. 21. ISSN 0032-4752.

KAST, V. *Dynamika symbolů : základy jungovské psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. 208 s. Spektrum. ISBN 80-7178-371-4.

KIRYŁŁO, M. *Biblioterapia i bajkoterapia jako metoda w pedagogice specjalnej*. [online]. [cit. 2008-11-12]. Dostupné na WWW: <www.eodn.elk.edu.pl/publikacje/107.pdf>.

KLIMOWICZ, K. *Pytanie w sprawie definicji bajkoterapie* [online]. 4. ledna 2009, [cit. 2009-01-05]. Emailová komunikace

KONIECZNA, E. J. *Arteterapia w teorii i praktyce*. Kraków: Impuls, 2003. 157 s. ISBN 83-73082-79-4.

KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie*. 1. vyd. Praha: Portál, 1997. 392 s. ISBN 80-7178-179-7.

KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie*. Vyd. 4., aktualiz. Praha: Portál, 2002. 392 s. ISBN 80-7178-657-8.

KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie*. 5., přeprac. vyd.. Praha: Portál, 2006. 383 s. ISBN 80-7367-122-0.

KRUSZEWSKI, T. *Bajkoterapia*. [online]. 27. dubna 2009, [cit. 2009-04-27]. Emailová komunikace

KRUSZEWSKI, T. Biblioterapia : léčba četbou. *Čtenář* [online]. 2008, roč. 60, č. 7-8 [cit. 2009-12-16]. Dostupné na WWW: <<http://ctenar.svkk1.cz/clanky/2008-roc-60/0708-2008/tema-biblioterapie-lecba-cetbou-43-196.htm>>.

KRUSZEWSKI, T. Książka jako narzędzie terapeutyczne. *Wychowanie na co dzień*, 1999, nr. 1-2, s. 12-13. ISSN1230-7785.

KŘIVINKOVÁ, J. Komu biblioterapie? *Čtenář*, 1967, roč. 19, č. 12, s. 397.

KŘIVOHLAVÝ, J. Biblioterapie. *Československá psychologie*. 1987, roč. 31, č. 5, str. 472-477.

KTD : Česká terminologická databáze knihovnictví a informační vědy (TDKIV) [online databáze]. Praha: Národní knihovna České republiky, 2003- [cit. 2008-12-15]. Průběžně aktualizováno. Dostupné na WWW: <<http://sigma.nkp.cz/cze/ktid>>.

KULKA, J. *Psychologie umění*. Vyd. 2., přeprac. a dopl., V Grada Publishing 1. Praha: Grada, 2008. 435 s. Psyché. ISBN 978-80-247-2329-7.

KURIC, J. *Vývojová psychologie : učebnice pro pedagogické instituty*. 2. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1964. 161 s.

LEDERBUCHOVÁ, L. *Průvodce literárním dílem : výkladový slovník základních pojmů literární teorie*. 1. vyd. Jinočany: H & H, 2002. 355 s. ISBN 80-7319-020-6.

LIPINSKÁ, K. *Čteme, čteme pohádku...- Jak u dětí rozvíjet pozitivní vztah ke knihám*. [online]. c2004-2009, [cit. 2008-12-25]. Dostupné na WWW: <<http://www.vasedeti.cz/cteme-cteme-pohadku-jak-u-deti-rozvijet-pozitivni-vztah-ke-kniham-clanek-3569>>.

LITTAU, K. *Theories of reading : books, bodies and bibliomania*. Cambridge: Polity Press, c2006. xi, 194 s. ISBN 0-7456-1659-3.

MACHALOVÁ, J. Hagioterapie. *Inflow* [online]. 2008, 6, roč. 1. [cit. 2010-03-07]. Dostupné na WWW: <http://inflow.cz/files/inflowpriloha/Priloha6_2008.pdf>.

MATĚJČEK, Z. *Co děti nejvíc potřebují*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2003, c1994. 108 s. Rádcí pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-7178-853-8.

McINTYRE, T. *Bibliotherapy* [online]. Poslední revize 29. 3. 2004. [cit. 2008-11-10]. Dostupné na WWW: <http://maxweber.hunter.cuny.edu/pub/eres/EDSPC715_MCINTYRE/Biblio.html>.

McMILLEN, S., PEHRSSON, D-E. *Advocating for Clinicians, Students and Clients : the Bibliotherapy Education Project* [online]. 2004, May 2005 [cit. 2011-03-02]. Dostupné na WWW: <www.library.unlv.edu/.../bibliotherapy/documents/PSR-CSJ_Present_May05.ppt>.

MEYEROVÁ, M. Biblioterapie – jedna z dosud málo využívaných forem práce s knihou. *Zlatý Máj : časopis o dětské literatuře*. 1990, roč. 34, č. 10, str. 600-605. ISSN 0044-4871.

MOLICKA, M. *Bajkoterapia. O lękach dzieci i nowej metodzie terapii*. Poznań : Media Rodzina, 2002, s. 153. ISBN 83-72780-41-2.

MOLICKA, M. *Bajki terapeutyczne dla dzieci*. Vyd. 2. popr. i uzup. Poznań : Media Rodzina, c1999. 207 s. ISBN 83-85594-89-2.

MOLICKA, M. *Příběhy, které léčí*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. 141 s. ISBN 978-80-7367-203-4.

MOLICKA, M. *Tekst dr M. Molickiej o bajkoterapii*. [online]. c2005, [cit. 2009-01-11]. Dostupné na WWW: <<http://www.abcbaby.pl/?page=Structure&id=150>>.

MÜLLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice: teorie a metodika*. 1. vyd. V Olomouci: Univerzita Palackého, 2005, 295 s. ISBN 80-244-1075-3.

NAKONEČNÝ, M. *Lidské emoce*. Vyd. 1. Praha: Academia, 2000. 335 s. ISBN 80-200-0763-6.

NAKONEČNÝ, M. *Základy psychologie osobnosti*. Vyd. 1. Praha: Management Press, 1993. 232 s. ISBN 80-85603-34-9.

NITSCH, C. *Bajki pomagają dzieciom : opowieści, które uzdrawiają, pocieszają i dodają odwagi*. Warszawa: Diogenes, 2001. 207 s. ISBN 83-7311-116-6.

O pohádkách : sborník statí a článků. 1. vyd. Praha: SNDK, 1960. 308, [3] s.
Knihnice teorie dětské lit.; Sv. 9.

ORBACH, I., Vinkler, E., Har-Even, D. The emotional impact of frightening stories on children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 1993, vol. 34, num. 3, s. 379-389.

ORTON, G. L. *Strategies for counseling with children and their parents.* Pacific Grove: Brooks/Cole, 1997. xviii, 520 s. ISBN 0-534-23280-9.

PARDECK, J. T., Pardeck, J. A. Using developmental literature with collaborative groups. *Reading improvement*, 1993, vol. 27, no 24, s. 226.

PAULÍK, K. *Vývojová psychologie.* Vyd. 1. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, 2002, 66 s. ISBN 80-7042-214-9.

PEHRSSON, D. E., McMILLEN P. A Bibliotherapy Evaluation Tool: Grounding counselors in the therapeutic use of literature. *Arts in Psychotherapy*, 2005, vol. 32, issue 1, pp. 47-59. ISSN 0197-4556.

PERROW, S. *Therapeutic Storytelling: supporting the capacity of children through the realms of imagination.* [online]. [cit. 2009-02-04]. Dostupné na WWW: <<http://www.ierg.net/confs/2003/proceeds/Perrow.pdf>>.

PIAGET, J. *Psychologie inteligence.* 2. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1970. 148 s. Knihnice psychologické literatury.

Pohádky a věda. [online]. [cit. 2009-01-05]. Dostupné na WWW: <<http://www.pohadkyprodeti.cz/web/bylo-nebylo/pohadky-a-veda/>>.

POSKIEROVÁ, L. *Uplatnění biblioterapie v českých a v zahraničních knihovnách se zaměřením na pohádkoterapii.* Brno, 2009. 113 s. Diplomová práce. Masarykova univerzita v Brně, Filozofická fakulta, Ústav české literatury a knihovnictví. Vedoucí diplomové práce Barbora Koneszová.

PRAŠKO, J. *Úzkostné poruchy: klasifikace, diagnostika a léčba.* Vyd. 1. Praha: Portál, 2005, 413 s. ISBN 80-7178-997-6.

PRAŽÁK, F. *České dítě.* 1. vyd. Praha: Melantrich, 1948. 326 s.

PROCHÁZKOVÁ, E. Význam expresivní terapie v rozvoji potenciálu schizofreniků. *Sociální práce: časopis pro teorii, praxi a vzdělávání v sociální práci*, 2011, roč. 10, č. 4/2010, s. 94-100. ISSN 1213-6204.

Příběh první ... aneb Královské táboření. [online]. c2005 – 2008, [cit. 2009-04-05]. Dostupné na WWW: <http://www.medounek.estranky.cz/clanky/pribehy-pro-dite-od-kamarada/pribeh-prvni-___-aneb-kralovske-taboreni>.

- PŘÍHODA, V. *Ontogeneze lidské psychiky 1 : vývoj člověka do patnácti let*. Vyd. 4. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1977. 414 s
- PYKA, B. *Scenariusz drugi dla Kl. II*. [online]. [cit. 2009-04-05]. Dostupné na WWW: <<http://www.katowice.eu/sznupek/sp/2SP2.pdf>>.
- RAMSEY, I. *Bibliotherapy and Children's books*. [online]. [cit. 2010-03-14]. Dostupné na WWW: <<http://falcon.jmu.edu/~ramseyil/bibliotherapy.htm>>.
- REMEŠ, P. Hagioterapie – nový směr psychoterapie. *Česká a slovenská psychiatrie*, 1998, roč. 4, s. 206-210
- RIEMANN, F. *Základní formy strachu: typy lidské osobnosti, jejich vznik, charakteristiky a formy vztahů*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1999. s. 199 s. Spektrum. ISBN 80-7178-313-7.
- RICHTER, L. *Pohádka-- --a divadlo*. Vyd. 1. Praha: Dobré divadlo dětem, 2004. 94 s. ISBN 80-902975-2-8.
- ROGGE, J. U. *Dětské strachy a úzkosti*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1999. 216 s. ISBN 80-7178-237-8.
- RONALD, M. R. Bibliotherapy for Children With Anxiety Disorders Using Written Materials for Patente : a Randomized Controlled Trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2006, Vol. 74, No. 3, 436-444.
- ROGERS, KOHUT, ERICKSON. Osobní pohled na některé podobnosti a odlišnosti. In Zeig, J. *Umění psychoterapie*. Praha : Portál. s. 309-322.
- RUBIN, J. A. *Přístupy v arteterapii : teorie & technika*. Vyd. 1. V Praze: Triton, 2008, 543 s. ISBN 978-80-7387-093-5.
- RUBIN, R. J. *Bibliotherapy sourcebook*. London: Oryx, 1978. 393 s.
- RUBIN, R. *Using bibliotherapy : a guide to theory and practice*. 1st ed. Phoenix: Oryx, 1978. 245 s.
- ŘÍČAN, P. a kol. *Dětská klinická psychologie*. 4., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2006. 603 s. Psyché. ISBN 80-247-1049-8.
- SALMASZCZYK-WIJACZKA, K. *Bajki terapeutyczne*. [online]. [cit. 2009-02-21]. Dostupné na WWW: <<http://www.metodycy.torun.pl/publikacje/biblioteka/bajter.pdf>>.
- SLABÝ, Z. K. *Nedokončené pohádky*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. 103 s. ISBN 978-80-7367-186-0.
- SMETÁČEK, V. *Vybrané kapitoly z psychologie čtení a čtenáře*. 1. vyd. Praha: Krajský pedagogický ústav, 1973. 100 s.

STREIT, J. *Proč děti potřebují pohádky*. 1. vyd. V Praze: Baltazar, 1992, 79 s. ISBN 80-900-307-4-2.

SURNIAK, G. *Bajki psychoedukacyjne : práce uczestników warsztatów prowadzonych przez Genowefę Surniak w Wojewódzkiej Bibliotece Publicznej i Centrum Animacji Kultury w Poznaniu*. Poznań : Wojewódzka Biblioteka Publiczna i Centrum Animacji Kultury. 2006. 63 s. ISBN 978-83-60746-01-1.

SZELIGA, Katarzyna. *Historia Guziolka czyli Jak tworzyć i wykorzystywać bajki i opowiadania w biblioterapii oraz rozwoju aktywności twórczej dziecka w wieku przedszkolnym : poradnik dla dzieci, rodziców i nauczycieli*. Kraków: Impuls, 2005. 123 s. ISBN 83-7308-315-4.

SVOBODA, P. Poetoterapie. In MULLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2005. ISBN 80-244-1075-3.

SVOBODA, P. *Poetoterapie*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. 187 s. Učebnice. ISBN 978-80-244-1682-3.

SÝKOROVÁ, L. *Užití biblioterapie jako prevence vzniku psychického narušení: možnosti aplikace v dětských domovech*. Praha: Univerzita Karlova. Filozofická fakulta. Katedra vědeckých informací a knihovnictví, 1979. 86 s. Vedoucí diplomové práce PhDr. Lidmila Vášová.

SYROVÁTKOVÁ, J., SRP, L. *Duševní vývoj a výchova od narození do dospělosti*. 1. vyd. Praha: Státní zdravotnické nakladatelství, 1966. 337 s.

SZULC, W. *Bajki nie-bajki i bajkoterapia*. [online]. [cit. 2009-03-02]. Dostupné na WWW <www.edupress.pl/pdf/15/3216.pdf>.

SZULC, W. Biblioterapia - model polski. *Bibliotekarz*, 1991, nr 7/8, s. 19-22. ISSN 0032-4752.

ŠAUEROVÁ, M., ŠPAČKOVÁ, K., NECHLEBOVÁ, E. *Speciální pedagogika v praxi: [komplexní péče o děti se SPUCH]*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012, 248 s. ISBN 978-80-247-4369-1.

ŠINOVÁ, A. *Biblioterapie pro opuštěné děti*. Brno: Masarykova univerzita, Filozofická fakulta, Ústav české literatury a knihovnictví, 2006. 159 s. Vedoucí diplomové práce PhDr. Pavla Kánská

ŠPÁLOVÁ, N. *Psychologický rozbor pohádky (se zvláštním zřetelem k výchově dítěte)*. Praha : [s.n.], 1952. 156 s.

ŠTEFANČÍKOVÁ-BAŽANTOVÁ, M. Jak řešíme problémy a co nám o tom prozradí pohádky. *Arteterapie*, 2005, č. 9, s. 12-14. ISSN 1214-4460.

- TAJAK, M., WOJNAR, R. *Zajęcia biblioterapeutyczne w domu dziecka pt. „Magiczne opowieści”*. [online]. [cit. 2009-03-03]. Dostupné na WWW: <www.krosno.pbw.org.pl/pliki_index/biblioterapia.doc>.
- TEYSCHL, O., BRUNECKÝ, Z. *Duševní vývoj a výchova dítěte*. 3., zčásti přeprac. vyd. Praha: Orbis, 1973. 263 s.
- TEWS, R. M. *Encyclopedia of Library and Information Science, Vol. 2*. New York: Marcel Dekker, 1970. s. 448.
- TOMASIK, E. *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*. Warszawa: Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, 1994. 197 s. ISBN 83-901860-2-0.
- TOMECKA, M. *Bajkoterapia*. [online]. 21. května 2009; [cit. 2009-05-21]. Emailová komunikace
- To Read or Not To Read : a question of national consequence*. [online]. [cit. 2008-11-12]. Dostupné na WWW: <<http://www.arts.endow.gov/research/ToRead.pdf>>.
- TRAUBOVÁ, J. Krize děti potřebují. *Maminka* [online]. 2009 [cit. 2011-02-02]. Dostupné na WWW: <<http://www.maminka.cz/clanek/deti-a-materstvi/krize-deti-potrebuji>>.
- TRÁVNÍČEK, J. *Vyprávěj mi něco--: jak si děti osvojují příběhy*. Vyd. 1. V Příbrami: Pistorius & Olšanská; V Praze; a Litomyšli: Paseka, 2007. 68 s. Scholares. ISBN 978-80-87053-07-2.
- TUK, R., ZYCH, A. Książka leczy : biblioterapeutyczne działanie książki. *Poradnik Bibliotekarza*, 2003, nr 6, s. 25-26. ISSN 0032-4752
- VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie problémového dítěte školního věku*. 1. vyd. V Praze: Karolinum, 1997. 170 s. ISBN 80-7184-488-8.
- VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie*. Praha: Karolinum, 1996, 353 s. ISBN 80-7184-317-2.
- VALENTA, M., MÜLLER, O. *Psychopedie: [teoretické základy a metodika]*. 2. vyd. Praha: Parta, 2004. 443 s. ISBN 80-7320-063-5.
- VÁŠOVÁ, L., ČERNÁ, M. *Bibliopedagogika*. 2. vyd. Praha: SPN, 1986. 132 s. 80-04-24503-X.
- VÁŠOVÁ, L. *Úvod do bibliopedagogiky*. Praha: Institut sociálních vztahů, 1995. 189 s. ISBN 80-85-866-07-2.
- VAŠUTOVÁ, M. a kol. *Základy biodromální psychologie*. Vyd. 1. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2010. 374 s. Spis Ostravské univerzity v Ostravě; č. 232/2010. ISBN 978-80-7368-934-6.

VAŘEJKOVÁ, V. *Česká autorská pohádka*. Brno: CERM; [Ostrava] : Item, 1998. 16 s. Literatura; LZ 48. ISBN 80-7204-092-8.

VAŘEJKOVÁ, V. *Literárněvýchovná interpretace uměleckého textu na 1. stupni základní školy*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, 1998. 95 s. Spisy Masarykovy univerzity v Brně. Pedagogická fakulta. Malá teoretická řada literatury pro mládež; č. 8. ISBN 80-210-1726-0.

Webster's third new international dictionary : of the english language unabridged: utilizing all the experience and resources of more than one hundred years of merriam-webster dictionaries. Springfield: G. and C. Merriam, 1971. 2 sv.

What kids are reading : The Book-Reading Habits of Students in American school. [online]. [cit 2009-02-02]. Dostupné na WWW: <<http://www.renlearn.com/whatkidsarereading/ReadingHabits.pdf>>.

VRÁNA, T. *Pohádka a její vliv na děti*. [online]. [cit. 2009-01-02]. Dostupné na WWW. <<http://www.pedevropska.cz/page35.asp>>

Vybrané druhy psychoterapie a jejich základní charakteristika [online]. [cit. 2011-05-06]. Dostupné na WWW: <garuda.wz.cz/tfjcu/PopisVybrDruhPST.doc>.

VYMĚTAL, J. *Speciální psychoterapie : (úzkost a strach)*. Vyd. 1. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 2000. 481 s. Psychoterapie; sv. 8. ISBN 80-86123-15-4.

VYMĚTAL, J. *Speciální psychoterapie*. 2., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007. 396 s. Psyché. ISBN 978-80-247-1315-1.

VYMĚTAL, J. *Úvod do psychoterapie*. 3., aktualiz. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2010. 287 s. Psyché. ISBN 978-80-247-2667-0.

VYMĚTAL, J. *Úzkostné děti a jejich výchova*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1979. 167 s.

Vývoj dítěte - 3. měsíc života [online]. [cit. 2011-05-06]. Dostupné na WWW: <<http://www.naseporodnice.cz/vyvoj-ditete/treti-mesic-pohyby-zvuky-spanek-ockovani.php>>.

WIDEROWSKA, M. *Warsztat biblioterapeuty ze szczególnym uwzględnieniem alternatywnych materiałów czytelniczych i książek łatwych w czytaniu*. [online]. [cit. 2009-03-04]. Dostupné na WWW <www.bibped.skawina.net/do%20pobrania/zabawki.doc>.

WILAMOVSKA, E. *Czarodziejskie bajki : scenariusze zajęć do programu profilaktyczno-wychowawczego o charakterze biblioterapeutycznym dla klas I-III szkoły podstawowej*. Lublin: Wydawnictwo Klanza, 2005. 75 s. ISBN 83-88644-27-0.

WIKIPEDIA : *Otevřená encyklopedie : Léčba* [online]. c2009 [citováno 19. 05. 2009]. Dostupné na WWW:
<<http://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=L%C3%A9%C4%8Dba&oldid=3807046>>.

WOŻNA, A. *Bajki terapeutyczne jako metoda redukująca lęki u dzieci* [online]. 2005 [cit. 2011-02-02]. Dostupné na WWW:
<<http://www.profesor.pl/publikacja,10979,Artykuly,Bajki-terapeutyczne-jako-metoda-redukujaca-leki-u-dzieci>>.

Wykorzystanie bajkoterapii w zwalczaniu dziecięcych lęków. [online]. [cit. 2009-02-02]. Dostupné na WWW:
<www.nauczyciel.profesor.pl/mat/pd7/pd7_j_gawlik_20070330_2.pdf>.

ZÁBRANSKÁ, N. *Úzkost a strach u dětí a mládeže*. Brno, 2006. 135 s. Diplomová práce. Masarykova univerzita v Brně, Filozofická fakulta, Psychologický ústav. Vedoucí diplomové práce Zdenka Stránská.

Seznam příloh

Příloha č. 1 Psychoterapeutická pohádka

Příloha č. 2 Výchovně psychologická pohádka

Příloha č. 3 Relaxační pohádka

Příloha č. 4 Dotazník

Příloha č. 1 Psychoterapeutická pohádka

„Šála králíčka Přitulíka“¹⁵¹

Cíl pohádky: Pohádka je určena dětem, které jsou vážně nemocné. Takové děti trpí strachem ze smrti, a proto potřebují zvláštní péči a pomoc. Pohádka by měla navodit u dětí pocit vnitřního klidu. Dětem by mělo být ukázáno co je dobré a pozitivní. Tuto pohádku můžeme také využít při čtení v nemocnicích nebo v hospicích.

Blížil se čas pobytu Dorotky v nemocnici. Nemoc, která postihla holčičku, vyžaduje zvláštní péči. Častěji slyšela rozpačitý hlas doktora, viděla maminčiny smutné oči. Jméno nemocnice v jejích uších neznělo optimisticky. Místo se však ukázalo lepší. Rodiče byli při dceři každou chvíli, kterou mohli. Často přicházeli babička s dědou. Návštěvy svých blízkých nejvíce těšily Dorotku. Měla ráda také sestřičky a Marťulku, která mluvila s dětmi s velkou citlivostí. V dětech vzbuzovala pocit radosti. Jednoho odpoledne Dorotka našla na okně obláček. Najednou z obláčku vylezl malý králíček, přetáhl se přes okno v pokoji a našel si hezké místo. Byl bílý jako sníh a když se přiblížil k nemocnému dítěti, zjistilo, že je hebký, měkoučký a velmi teplý.

„Jaký ty jsi teploučký, králíčku“ zašeptalo děvčátko. „A měkoučký jako peříčko.“

„Jmenuji se Přitulík“ představil se králíček. „A ty?“

„Jsem Dorotka.“

Králíček se usmál. „To je pěkné jméno“ pověděl. „Viš, co znamená?“

„Ne“ odpověděla Dorotka.

Tvoje jméno znamená: „Dar Boha.“

Děvčátko se zaradovalo. Oba na chvíli pomlčeli, ale Přitulík se zeptal: „Bojíš se?“

„Ano“ odpovědělo potichu děvčátko.

„Jsem s Tebou“ řekl králíček, a přitulil se k děvčátku.

„Přitulíku, tvoje jméno je velice hezké.“ usmálo se děvčátko.

Malý králík řekl: „Viš, zajímám se o výrobu šály pro nemocné děti.“

¹⁵¹ CWOJDZIŃSKA, Katarzyna. *Szalik królíka Przytulika*. [online]. c2005, [cit. 2009-05-25]. Dostupné na WWW: <<http://abcbaby.pl/?page=Structure&id=243>>.

„Ale proč?“ zeptala se Dorotka. „Přece nemocné děti nemohou chodit ven.“

„Jak proč? Dorotko, ty nevíš, na co jsou šály? Šála je proto, aby zahřála srdce nemocných dětí. Jsou jako modlitba“ řekl králíček. „Jako modlitba? Proč?“ zeptalo se děvčátko. „Šálu můžeme udělat jediné tehdy, když myslíme na někoho, kdo bude tu šálu potom nosit.“

„No..“ udivilo děvčátko. „Ale to znamená, že ty šály prodáváš?“

„Ne. Rozdávám je jako dárky. Vidiš, Dorotko, co je nejpěknější, nemusí být na prodej. Kdybych prodal ty šály, ztratily by svoje kouzlo a měkkost.“

„A proč jsou zelené?“

„No opravdu jsou modré. Mění barvu na zelenou, když jsem s dětmi. Tam, odkud pocházím, je všechno modré. A takové jasné! Můžeš slyšet hezké zvuky hudby. A když tam jsi, v srdci se rodí pokoj a štěstí. A už nic nebolí a není třeba se bát.“ Králíček ještě dodal: „A když nemocné dítě přejde přes duhu do nebe, zelená šála zůstane na zemi, aby ovinula srdce těch, kterým se stýská po dítěti.“

„Vezmeš mě tam? Do nebe?“ zeptala se Dorotka potichu.

„Potkáme se tam, ale ještě ne teď. Potkáme se tam, až nastane ta správná doba.“ řekl Přítulík. „A teď už spi.“ Děvčátko poslechlo a zavřelo oči. Když je později otevřelo, králíčka už nenašla. Na polštáři ležel zelený, měkoučký šál z vlny, a na něm karta, na kterou Přítulík napsal: „Tato šála at' objímá tvé srdce, Dorotko, a aby ti bylo vždy na srdci hezky.“ Oči Dorotky jsou naplněny slzami a smutkem. „Králíček odešel“ pomyslela si. Najednou si všimla obrázku položeného na stolku vedle zeleného svazku s bílými voňavými konvalinkami.

Obrázek představovat pěkný obraz hor. Děvčátko po něm sáhlo a začalo číst slova svatého Jana od Kříže: „Všechno dobré je půjčené od Boha, to je jeho vlastnictví.“ Usmála se spokojeně. „Králíček se vrátil domů. Je šťastný.“ Přitulila se k měkkému, zelenému šálu a pomyslela: „Milovaný králíček mi tady nechal šálu, dar ze svého času, myslí a přátelství.“ Dorotka si posteskla, protože šálu dělat neumí. Vzpomněla si, že má modrý sešit, ve kterém si může psát a malovat. Najednou se jí v hlavě mihlo: „Budu psát a kreslit o mých blízkých. To je úžasné, že mám zelené pastelky. Zelená to je přece barva naděje.“ Do pokoje vešla Mart'ulka. „Jaká hezká šála“ řekla s radostí. „To je dárek,“ odpověděla Dorotka, ale náhle změnila téma. „Víš, Mart'ulko, řeknu ti své tajemství, chceš?“

„Budu si psát a malovat do sešitu, ale nemůžu to nikomu říct a nikdo nikdy ho nebude číst. Až tehdy, když“..... zastavila se. „Když půjdu přes duhu do nebe....“ Martulka zašeptala „Rozumím.“

„Pokud budu velice slabá na psaní a malování, povím ti a ty otevřeš sešit a na prázdnou stránku mi napíšeš nebo namaluješ to, o co tě poprosím, dobře?“

„Dobře, Dorotko“ souhlasila Martulka.

Teprve teď si nemocná holčička všimla, že na ní čeká dobrý jogurt a že je hladová.

Míjely další dny. Dorotka se stávala slabší a bledší. Těžko udržela v ruce průpisku nebo pastelky. Blesklo jí hlavou. Pová všem blízkým o svém tajemství tak, jak mluvila s Martulkou. Každý si myslel, že jedině on pomáhá děvčátku vyplnit sešit, ale všichni měli na vytváření sešitu podíl. Dorotka jenom řekla: „Beatko, nakresli srdíčko pro mamku a tatku.“

Nebo prosila: „Petře, nakresli kvítko pro babičku.“ A za chvíli se v sešitu objevily lístečky, květinčky.

Tajně před ostatními si navzájem rodina i přátele Dorotky psali a obdarovávali se dobrými slovy, kresbou a předávali si navzájem radost. K večeru se děvčátko začalo cítit velice slabounké. Ukázala rukou na sešit a Alutka jí ho podala. Do sešitu napsala zelenou propiskou: „Jste v mých srdcích.“ Alutka odložila sešit na místo. Nemocná holčička zavřela oči. Chvíli potom usnula s úsměvem, zabalená do zeleného šálu. Zdál se jí sen, o malém králíčkovi s klubíčkem zelené vlny v tlapkách. Uhádnete, jak se jmenoval?

Příloha č. 2 Výchovně psychologická pohádka

Pohádka Kryštof a nový člen v rodině od Magdaleny Handtke¹⁵²

Cíl pohádky: Tato pohádka je určena chlapcům, kteří se cítí být ochuzeni o náklonnost rodičů, když se narodí do rodiny nový člen – sestra.

Dávno tomu, v malém a příjemném městě žil chlapec jménem Kryštof. Bydlel v hezkém a příjemném domku společně s maminkou, tatínkem a milovaným psem, se kterým si rád hrál. Kryštof byl velmi šťastný chlapec. Rodiče mu věnovali mnoho času. Společně závodili s autíčky, hráli si, kreslili obrázky v malých knížkách pro děti. Každého večera, po koupeli a pohádce na dobrou noc, si maminka lehla vedle Kryštofa a četla mu pohádky z jeho oblíbených knížek. Kryštofek velice miloval své rodiče a věděl, že oni velmi milují jeho, ale jednoho dne... Jednoho dne se v jeho malé čtyřleté hlavičce se objevila pochybnost. Něco se v životě Kryštofa začalo měnit, ale on nevěděl, co. Rodiče s ním vedli divné řeči, ptali se ho, zdali by chtěl bratříčka nebo sestřičku. Chlapeček si všiml, že maminka tloustne, především na břichu a mluví sama se sebou. To bylo divné. Na začátku si myslel, že maminka snědla balón. Ale nadešel den, kdy se dověděl celou pravdu. Již dříve mu rodiče vysílali různé signály, ale on jim nerozuměl. Maminka mu však všechno vysvětlila.

„Kryštofe, určitě jsi viděl, že maminka má větší břicho, že?“

„Ano, ale tatínek říkal, že není možné jíst tolik balónků, protože bychom museli jet k lékaři“ odpověděl zmatený chlapec.

„Ne, zlatíčko, maminka nesnědla balónky. Víš, u mě v bříšku je teď takové malinké miminko, které za chvíli přijde na svět. To bude tvůj bratříček nebo sestřička.“

„A jak se dostal bratříček nebo sestřička do tvého břicha?!“ Kryštof to nemohl pochopit a byl velmi znepokojený.

„Když se rodiče moc milují“ začala povídat maminka. „Z toho se u maminky v bříšku objeví taková malá fazolka. Potom se ta fazolka mění, tak jako kvítek, který stojí u tebe v pokoji. Pamatuješ na to, jak byl na začátku jenom stonek a potom se začaly objevovat lístky a barevná kytička? Víš, tak fazolka se taky rozvíjí.“

¹⁵² *BAJKI całkiem nowe : opowieści terapeutyczne studentów Filologii polskiej*, 2008, s. 56-62

Objeví se malinká hlava, ručičky i nožičky. Potom přijde den, kdy to malinké děťátko chce jít z mamčiného břicha ven. Ty jsi taky byl u mě v břichu, pod srdíčkem.“

„A proč chcete nové dítě? Už mě nepotřebujete, nemilujete? Přece jsem byl hodný.“

„To není tak, andělku. S tatínkem tě moc milujeme a navždy budeme, protože jsi náš syn. Chtěli jsme, abys měl sourozence, abyste si mohli spolu hrát a učit se spolu.“

Maminka pohladila chlapečka po hlavě, přitulila ho k sobě a začala chystat jeho oblíbený oběd. Kryštof ale stejně nepochopil, o co jde. Na jednu stranu se těšil, že bude mít někoho, s kým si bude hrát, ale na druhou stranu se bál, že to nové dítě bude mít jeho místo v rodině a vezme mu maminku s tatínkem a on zůstane sám. Velice se vylekal, když jednoho dne maminka řekla, že musí dát pryč jeho oblíbené zvířátko.

„Maminko, ale proč?“ Tina byla hodná! Bude se mi po ní moc stýskat!“ plakal velmi smutný chlapeček. „Miláčku, Tina bude bydlet u babičky na vsi, a to není přece daleko. Budeme za ní chodit. Ona tu nemůže zůstat, protože jak se narodí miminko, nebude tady pro ni tolik místa. Jak jsi byl ty malinký, Tina se o tebe starala, ale teď už je stará a mohla by něco miminku udělat.“ Maminka se snažila vysvětlit situaci se psem Kryštofovi, ale ten byl velice smutný. Pomyslel si, že když se musí rozloučit s milovaným zvířátkem, tak se on po narození miminka bude muset odstěhovat k babičce nebo tetě. Kryštof každému říkal, že bude mít sestřičku. Mluvil, že bude hezká, ale pak změnil rychle téma. Celý čas se bál, že nové miminko zaujme jeho místo. Byl velice smutný, když ho maminka nemohla brát na ruce. Četla mu proto krátké pohádky na dobrou noc, protože se rychle unavila. Strach v něm rostl, ale nikomu nic neřekl. Ještě nějakou dobu bude jejím jediným dítětem, a proto si chce toho co nejvíce zapamatovat. Jednoho dne, když vstal, zjistil, že maminka není doma. To je divné, pokaždé mu dělala snídani a odváděla ho do školky, ale teď to dělá tatínek. Tatínek řekl Kryštofovi, že maminka je v nemocnici, neboť v noci přišlo na svět malé děvčátko, jeho sestřička. Řekl mu, že se půjdou podívat na maminku a jeho sestřičku. Kryštof celý den vyprávěl kamarádkám a kamarádům ve školce o své nové sestřičce. Říkal, že se bude jmenovat Zuzka, protože to jméno se mu nejvíce líbí. Celou dobu tak o holčičce mluvil, ale uvnitř se bál, že rodiče už ho nebudou poslouchat, protože nebude už důležitý. Bál se prvního setkání s miminkem, které mělo přijít k nim domů.

Když pro něj přišel tatínek, vydali se do obchodu pro malé děti. Tatínek chtěl, aby chlapec vybral dárek pro svou malou sestřičku. V první chvíli byl Kryštof překvapený z věcí, které byly kolem něho. Začal hledat něco, co by bylo nejlepší pro jeho sestřičku. Kryštof vybral velkého, plyšového medvídka, který bude hlídat děvčátko a taky růžovou sponku do vlasů, aby holčička vypadala hezky. Po cestě se tatínek zeptal chlapečka, zdali mu pomůže vybrat jméno pro holčičku. Chlapeček bez váhání řekl: „Zuzka, protože jsem o tom jménu mluvil celý den ve školce.“ Když vešli do nemocnice, nemohl se chlapeček dočkat, až uvidí maminku a také malou Zuzku. Kryštof byl malý na to, aby mohl na oddělení za maminkou, ale tatínek přemluvil sestřičku, aby se mohl Kryštof podívat na svou sestřičku. Maminka byla velmi šťastná, když uviděla svého syna. Kryštof se podíval na postýlku a řekl: „Dobrý den, Zuzko.“ Maminka ho pochválila, že vybral tak hezké jméno pro svou sestřičku a řekla: „Zuzi, to je tvůj starší bratříček Kryštof.“ Následné tři dny, tak dlouho byla jeho maminka se sestřičkou v nemocnici, se Kryštofovi stýskalo. Nemohl se dočkat, až ho tatínek vyzvedne ze školy a pojedou za maminkou a sestřičkou. Nemluvil o ničem jiném, než o tom, jak je Zuzka hezká a jak za chvíli bude s nimi doma. Když nastal den, kdy se maminka se sestřičkou vrátily domů, chlapeček posmutněl. Všichni se starali o Zuzku, brali ji na ruce, přinášeli dárky, a on dostal jenom čokoládu. Když se ho někdo na něco zeptal, nečekali na chlapcovu odpověď. Kryštof často chodil do pokoje své sestřičky a ptal se, jak takové malinké a hezké miminko, může být tak neposlušné. Jak mu může brát všechny blízké? Začal plakat a šel za maminkou.

„Proč se o mě nikdo nezajímá? Proč všichni běhají kolem Zuzky a kupují jí dárky? Já jsem přece taky malý chlapec. Ona celou dobu jenom pláče a já nemůžu spát! Už ji nemám rád“ pověděl Kryštof.

„Miláčku, to není tak, jak si myslíš. Když ty jsi byl malinký, taky jsi plakal. To je normální u miminek. Pláče, protože se bojí. Tak jako ty, když jsi šel poprvé do školky. Taky ses bál, protože jsi tam nikoho neznal. A dárečky jsi dostával taky.“

„Ale vy mě už nemáte rádi, protože si se mnou nehrajete a ani mi nečtete pohádky!“
„To, že se narodila Zuzka, neznamená, že jsme tě přestali mít rádi. Máš pravdu, že více času trávíme s ní, ale slibuji, že odteď se všechno změní k lepšímu. Jsem ráda, že jsi přišel a řekl mi, co tě trápí, teď už vím, co máš v srdci a proč jsi smutný. Víš co udělat, abys byl šťastný.“ řekla maminka a políbila ho.

A opravdu. Večer když byl Kryštůfek najezený a umytý, maminka se vedle něj položila a začala mu číst pohádky z jeho oblíbených knížek, tak jako kdysi. Když se maminka starala o Zuzku, Kryštof jí pomáhal nebo si hrál s tatínkem. Když v noci Zuzka začala plakat, maminka jí dala mlíko a tatínek se podíval na Kryštofa. Ujišťoval se, zdali spí, přikrýval ho peřinou, anebo mu dal pusku na čelo. Jestliže Kryštof nespál, sedl si vedle něj a četl mu pohádku. Kryštof se dověděl, že pokud bude mít problém, nemůže ho ukryvat před maminkou a tatínkem, ale musí si s nimi popovídat. Kryštof přišel na to, že narození sestřičky není tak zlé jak si myslel. Kryštof měl velice rád svou sestřičku. „Odteď budu bránit svou sestřičku a starat se o ni.“

Příloha č. 3: Relaxační pohádka

Velikonoční zajíček¹⁵³

Zajíček se po rušných Velikonocích, kdy roznášel dětem dárky, vrací zpátky do svého domu. Cesta vedla lesem, kde bylo ticho. Ptáci se ještě nevzbudili. Zajíček jde pomalu, nemá už sílu na skákání. Unavené tlapky se každým krokem setkávají s kameny. Tlapky ho bolí ze zvedání těžkého koše. Už by chtěl být v posteli. Svižným krokem došel do svého domu. Když otevře dveře, vtahuje nosem vůni. „O... Jedině v mém domě to tak krásně voní! To je moje oblíbená vůně – svěží mrkev.“ Sedá si na svou oblíbenou židli, natáhne si tlapky. Cítí se uvolněný, spokojený, bezpečný a šťastný. Srdce pracuje potichu a rytmicky. Tlapky se uvolňují a po celém těle mu proudí příjemné teplo. Zajíček usnul. Vidí šťastné, usmívající se děti, které obdaroval. Slyší radostný smích. Děti běhají mezi dřevem na zelené mokré trávě a hledají vajíčka. Zajíček se vzbudil a rozhodl se jít a připojit se k dětem. Několikrát se protáhne, skloní a vyskočí. Umývá si oči a čumáček letní vodou. Sní křupavou mrkev a vyběhá z domu. Venku je slyšet štěbetání ptáků, smích dětí, vůně prvních jarních květin a teplo slunečního svitu. Zajíček je plný radosti, skáče a zapojuje se do zábavy.

¹⁵³ SALMASZCZYK-WIJACZKA, Krystyna. *Bajki terapeutyczne*. [online]. [cit. 2009-02-21]. Dostupné na WWW: <<http://www.metodycy.torun.pl/publikacje/biblioteka/bajter.pdf>>.

Příloha č. 4: Dotazník

1. Zvolte kraj, ve kterém se dětský dům nachází

- Hlavní město Praha
- Středočeský kraj
- Jihočeský kraj
- Plzeňský kraj
- Karlovarský kraj
- Ústecký kraj
- Liberecký kraj
- Královéhradecký kraj
- Pardubický kraj
- Kraj Vysočina
- Jihomoravský kraj
- Olomoucký kraj
- Moravskoslezský kraj
- Zlínský kraj

2. Má váš domov k dispozici vlastní knihovnu?

- a) Ano
- b) Ne (přejděte na otázku č. 3)

3. Pokud ano, kolik má svazků?

Uveďte počet.....

4. Pokud ne, spolupracujete s veřejnou knihovnou?

- a) Ano
- b) Ne

5. Pokud ano, jak často využíváte služeb knihovny?

- a) denně
- b) vícekrát týdně
- c) jednou týdně
- d) jednou za 14 dní
- e) jednou měsíčně

6. Jakou formou probíhá spolupráce mezi vámi a knihovnou ve vašem městě nebo blízkém okolí?

- a) pořádání besed
- b) vypůjčení knížek pro děti
- c) návštěva pracovníků knihovny v ústavu
- d) pořádání exkurzí
- e) jinak (uveďte).....

7. Jakým způsobem zajišťujete styk dětí s literaturou?

- a) nákup knih do vlastního fondu
- b) návštěvou knihovny
- c) čtení dětem v rámci sezení
- d) jiné (uved'te).....

8. Provádíte v domově nějaké terapie?

- a) Ano
- b) Ne

9. Pokud ano, jaké terapie provádíte?

- a) muzikoterapie (cílené využití zvuků a hudby k terapeutickým účelům)
- b) canisterapie (terapie s pomocí psa)
- c) biblioterapie (terapie čtením jakékoliv literatury, psaním)
- d) arteterapie (využití výtvarného projevu k psychoterapeutickým účelům)
- e) jiná (uved'te)

10. Slyšeli jste o terapii pohádkou?

- a) Ano (přejděte na otázku č. 10)
- b) Ne (přejděte na otázku č. 11)

11. Pokud ano, odkud jste informaci získal/a?

- a) od kolegyň
- b) ze zahraniční literatury
- c) z odborného semináře
- d) jinak (uved'te)

12. Pokud ne, chtěli byste se o ní dovědět více?

- a) Ano
- b) Ne

13. Jakou formou byste se o terapii pohádkou chtěli dovědět?

- a) přečíst si odbornou literaturu
- b) setkat se s odborníky, kteří mají zkušenosti s vedením takovéto terapie
- c) účastnit se seminářů
- d) navštívit ústav, domov, kde je terapie prováděna
- e) jiná (uved'te).....