

Univerzita Karlova

Filozofická fakulta

Ústav informačních studií a knihovnictví

Bakalářská práce

Veronika Nováková

Zapojení knihovníka do biblioterapeutické praxe

Librarian's involvement into bibliotherapeutic practise

Praha 2017

Vedoucí práce: PhDr. Radka Římanová, Ph.D.

Ráda bych na tomto místě poděkovala Marcele Kořínkové za veškeré podklady pro tuto práci, ale také za velkou dávku inspirace a energie. Děkuji také PhDr. Radce Římanové Ph.D. za cenné rady a vedení mé bakalářské práce. Poděkování patří i mým rodičům, bez jejichž podpory bych na své cestě nikdy nedošla tak daleko.

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou 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 Praze, dne 17. prosince 2017

.....

Jméno a příjmení

Identifikační záznam:

NOVÁKOVÁ, Veronika. Zapojení knihovníka do biblioterapeutické praxe. Praha, 2017, 81 s. Bakalářská práce. Univerzita Karlova v Praze, Filozofická fakulta, Ústav informačních studií a knihovnictví. Vedoucí práce PhDr. Radka Římanová, PhD.

Klíčová slova:

Biblioterapie – biblioterapeut – biblioterapeutická praxe – psychoterapeutické techniky – psychoterapie uměním – knihovnická profese – služby knihoven - Knihovna Kroměřížska

Keywords:

bibliotherapy – bibliotherapist - bibliotherapeutic practise - psychotherapeutic techniques - arts therapies – library profession – library services - library in Kroměříž

Abstrakt:

Cílem bakalářské práce *Zapojení knihovníka do biblioterapeutické praxe* je popsat stav současné biblioterapie, její teoretický rámec a aktuální praxi. Práce mapuje stávající projekty a aktivity v této oblasti a následně možnosti studia metody terapie knihou, zejména v zahraničí. Praktická část práce je případovou studií Knihovny Kroměřížska. Závěrem práce je návrh osobnostního a kompetenčního profilu knihovníka biblioterapeuta.

Abstract:

The thesis *Librarian's involvement into bibliotherapeutic practise* aims to describe current situation of bibliotherapy. This thesis explores common projects and activities in this field and oportunities of studying bibliotherapy, especially abroad. The practical part of this thesis is case study of bibliotherapeutic practise in the Library of Kroměříž. Final part is the proposition of the personality and competence profile of bibliotherapist in the library services.

Obsah:

1	Předmluva	1
2	Úvod.....	3
3	Psychoterapie a psychoterapie uměním	4
3.1	Psychoterapie.....	4
3.1.1	Vývoj, současná podoba a vymezení pojmu psychoterapie	4
3.1.2	Psychoterapeutický proces	5
3.1.3	Psychoterapeutický vztah	6
3.1.4	Psychologické prostředky	6
3.1.5	Psychoterapeutický rozhovor.....	7
3.1.6	Formy psychoterapie	8
3.2	Psychoterapie uměním	9
3.2.1	Vymezení pojmu psychoterapie uměním	9
3.2.2	Psychoterapeutické funkce a vlastnosti umění.....	10
3.2.3	Druhy psychoterapie uměním.....	11
4	Biblioterapie	12
4.1	Vývoj biblioterapie.....	12
4.2	Definice biblioterapie v různých vědních oborech.....	14
4.3	Typologie biblioterapie.....	16
4.4	Dílčí složky biblioterapie	18
4.5	Biblioterapeutické sezení, jeho struktura a formy	18
4.6	Biblioterapeutický proces.....	19
4.7	Funkce biblioterapie.....	22
4.8	Cíle biblioterapie	22
5	Biblioterapeutické sdružení a projekty	23
5.1	Mezinárodní sdružení a projekty	23
5.1.1	International Federation of Biblio/Poetry Therapy (IFBPT)	23

5.1.2	The National Association for Poetry Therapy (NAPT).....	23
5.1.3	The International Board on Books for Young People (IBBY)	24
5.1.4	The International Federation of Library Associations and Institutions (IFLA).....	24
5.1.5	Central Europe 2020 Bibliotherapy Project.....	24
5.2	Zahraníční projekty	25
5.2.1	The Canadian Applied Literature Association (CALA)	25
5.2.2	The Bibliotherapy Education Project.....	26
5.2.3	Changing Lives Through Literature (CLTL)	26
5.2.4	Reading Well	27
5.3	Biblioterapie v České republice	28
5.3.1	BiblioHelp	28
5.3.2	Knihovna Psychiatrické léčebny Bohnice	29
5.4	Svaz knihovníků a informačních pracovníků (SKIP).....	29
6	Studium biblioterapie	30
6.1	Studium biblioterapie v zahraničí	30
6.1.1	Vratislavská univerzita (Polsko)	30
6.1.2	Certifikáty	32
6.2	Studium biblioterapie v České republice	33
6.2.1	Slezská univerzita v Opavě	33
6.2.2	Masarykova univerzita	33
6.2.3	Univerzita Karlova.....	34
7	Biblioterapeutická praxe v Knihovně Kroměřížska: případová studie ..	35
7.1	Psychiatrická nemocnice v Kroměříži (PNKM)	35
7.2	Knihovna Kroměřížska (KNIHKM)	36
7.3	Biblioterapie jako nová služba knihovny	37
7.3.1	Počátky biblioterapie v Knihovně Kroměřížska	37
7.3.2	Biblioterapeutická místnost Knihovny Kroměřížska.....	39

7.3.3	Databáze terapeutické literatury	40
7.3.4	Semináře	41
7.4	Příklady z praxe	41
7.4.1	Marie X.	41
7.4.2	Štěpán X.	42
7.4.3	Jana X.	43
7.4.4	Marek X.	44
7.4.5	Martina X.	45
8	Knihovník jako biblioterapeut: osobnostní a kompetenční profil	47
8.1	Osobnostní profil biblioterapeuta	47
8.2	Kompetenční profil biblioterapeuta	48
9	Závěr	51
10	Seznam použité literatury:	53
1	Seznam obrázků:	58
2	Seznam zkratk:	59
	Příloha 1.	i
	Rozhovor s paní Marcelou Kořínkovou, zaměstnankyní dětského oddělení a biblioterapeutkou Knihovny Kroměřížska.....	i
	Příloha 2.	x
	Rozhovor s Mgr. PaedR. Hanou Paštekovou Rupertovou, psycholožkou z Psychiatrické nemocnice v Kroměříži	x
	Příloha 3.	xiv
	Čestné prohlášení Marcely Kořínkové	xiv

1 Předmluva

Tématem předkládané práce *Zapojení knihovníka do biblioterapeutické praxe* je popis současné podoby biblioterapie, biblioterapeutická praxe v Knihovně Kroměřížska, knihovník biblioterapeut a jeho osobnostní a kompetenční profil.

S problematikou biblioterapie obecně jsem se poprvé setkala při přípravě na přijímací zkoušku do bakalářského studia na Ústav informačních studií a knihovnictví Filozofické fakulty Univerzity Karlovy. Vzhledem k mému zájmu o psychologii a její disciplíny jsem si jako téma své bakalářské práce vybrala odvětví, ve kterém se pojí obor knihovnictví, který studuji, s psychologií.

V České republice zatím biblioterapii zahrnula do svých standardních služeb pouze jedna veřejná knihovna. Jedná se o Knihovnu Kroměřížska, kde jsem se rozhodla absolvovat svou odbornou praxi.

V současné době bohužel neexistuje dostatek pramenů, které by popisovaly praktickou aplikaci terapie knihou, proto jsem jako cenný zdroj informací používala strukturované rozhovory s biblioterapeutkou z knihovny Kroměřížska, Marcelou Kořínkovou a psycholožkou z Psychiatrické nemocnice v Kroměříži, Hanou Paštekovou Rupertovou. Oba rozhovory jsou dostupné v přílohách této práce.

První část mé bakalářské práce se zabývá psychoterapií, z jejíž teorie a metodologie biblioterapie vychází, a je kompilací z odborné literatury Jana Vymětala, Jiřího Kulky a Stanislava Kratochvíla. K výkladu složitějších pojmů je využit psychologický slovník manželů Hartlových. Na tuto část volně navazuje výklad psychoterapie uměním, která vychází především z poznání psychoterapeutky Mariny Stejskalové. Poslední úsek teoretické části práce je věnován biblioterapii, jejímu historickému vývoji i metodologii.

Druhá část mé bakalářské práce vykládá a popisuje základní přehled o nejvýznamnějších organizacích a projektech, které v oblasti terapie knihou zatím vznikly a které dle mého názoru nejlépe popisují její současnou podobu, což byl jeden z cílů práce. Na to následně navazuji malým rozbořením toho, jak se tato problematika vyučuje – a to jak v České republice, tak v zahraničí.

Třetí část práce je případovou studií biblioterapeutické praxe v Knihovně Kroměřížska. Zde pokládám za nejdůležitější konkrétní příklady z praxe Marcely

Kořínkové. Marcela Kořínková mi nemohla z důvodu citlivých údajů klientů zpřístupnit své vlastní poznámky, tudíž vybrala vhodné příklady, které mi následně namluvila jako audio záznam, ze kterého jsem čerpala. Záznam je uložen v mém osobním archivu a vznikl při naprostém zachování anonymity klientů paní Kořínkové. V přílohách práce přikládám také čestné prohlášení.

Závěrečná část mé bakalářské práce je návrh osobnostního a kompetenčního profilu knihovníka, který je do biblioterapie zapojen. Přímou k osobnosti biblioterapeuta doposud neexistuje žádná literatura, navržený osobnostní profil tedy vychází především z mého vlastního pozorování kroměřížské praxe a rozhovorů s odborníky (Marcelou Kořínkovou a Hanou Paštekovou Rupertovou). V případě profilu kompetenčního navrhuji různé alternativy vzdělávání se v oblasti psychologie a psychoterapie. Zároveň hodnotím bakalářský stupeň studia na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy, konkrétně na Ústavu informačních studií a knihovnictví (dále ÚISK), kterým jsem sama prošla. Dále navrhuji další možnosti v rámci Filozofické fakulty – především pregraduální - přípravy pro studenty ÚISK, kteří by chtěli k profesi biblioterapeuta směřovat.

Úseky v práci, které vycházejí z cizojazyčné literatury, jsem přeložila sama do českého jazyka. Termíny, které jsem ponechala v originálním znění, by překladem ztratily na svém původním významu.

V textu této práce používám pro biblioterapii ekvivalentně výrazy terapie knihou a léčba knihou. Stejně tak využívám výrazu terapeut ekvivalentně k biblioterapeutovi.

Práce byla vypracována podle pravidel a metodických pokynů Filozofické fakulty Univerzity Karlovy. Použité prameny jsou citovány podle normy ČSN ISO 690:2011. Seznam pramenů je řazen abecedně podle prvního údaje záznamu. Text práce od úvodu po závěr má celkem 87 052 znaků (tj. 48 normostran).

2 Úvod

Knihovna je nezbytným aspektem v komunitním životě lidí. Vliv knihoven na člověka a jeho duševní a osobní pohodu není zanedbatelný. Elizabeth Brewster (2013a) uvádí příklad, kdy byla na celých osm týdnů uzavřena veřejná knihovna ve městě Sheffield v Anglii. Následující výzkum prokázal, že uživatelé knihovnu nejčastěji postrádali pro její společenskou hodnotu nebo proto, že se stala nepostradatelnou součástí jejich každodenního života (Brewster, 2013).

V prostředí knihoven se mimo běžné uživatele také setkáme s jedinci, které zařazujeme do skupiny uživatelů se specifickými potřebami. Jedná se například o uživatele se zrakovým, sluchovým, mentálním či fyzickým handicapem, ale také s handicapem v oblasti duševního zdraví (SKIP ČR, 2014).

Konec 20. století s sebou přinesl výrazný posun v deinstitucionalizaci v oblasti duševního zdraví. To znamená, že léčba duševně nemocných se již neodehrává pouze v uzavřeném prostředí lékařských institucí, ale dotýká se rovněž kulturních institucí, jako jsou například právě knihovny (Brewster, 2011).

Prostředí knihovny se dá v rámci terapie a léčby duševně nemocných osob využít pro svou jasnou strukturu a klid. Zároveň disponuje možností přiměřeného sociálního kontaktu, který je využitelný například pro trénink různých forem komunikace, se kterou tyto lidé mají často problémy (Pašteková Rupertová, 2017).

V současné době se značně rozvíjí a proměňuje oblast knihovnických a informačních služeb. Tento rozvoj s sebou přináší nové perspektivní příležitosti, které se týkají poskytovaných služeb, ale také samotné knihovnické profese. Objevuje se biblioterapie jako služba knihoven a biblioterapeut, který je knihovníkem s psychologickým vzděláním.

3 Psychoterapie a psychoterapie uměním

Tato kapitola představuje základní přehled o problematice psychoterapie, z jejíž terminologie a metodologie terapie knihou vychází a z níž se vyvinula. Nejprve je představen historický vývoj a současné pojetí pojmu psychoterapie, následně jsou popsány některé její metody a východiska. Následuje výklad psychoterapie uměním a popis uměleckého díla jakožto prostředku využitelného v psychoterapii.

3.1 Psychoterapie

3.1.1 Vývoj, současná podoba a vymezení pojmu psychoterapie

Psychoterapie se, jako samostatný vědní obor, vyprofilovala během 20. století. Za hlavní důvody jejího vzniku považujeme vliv vědy a mocenských ambicí člověka, které společným působením vedly k výraznému a rychlému odklonu od dříve jasně strukturovaného a čitelného prostředí lidského života (Vymětal, 2010, s. 27-29).

Následkem zmíněných proměn v lidském společenství začal člověk čelit větším a kvalitativně odlišným zátěžím než tomu bylo dříve, přičemž ne každý jedinec je schopen se s nimi vhodným způsobem vyrovnat. Tato neschopnost čelit a přizpůsobit se zátěžím má za následek negativní projevy na zdraví člověka. Reakcí na tento častý jev byl vznik psychoterapie jako samostatného vědního oboru. Tento vznik je spojován s filozofem, psychologem a neuropsychiatrem P. M. Janetem a neuropsychiatrem S. Freudem (Vymětal, 2010, s. 27-29).

Současná podoba psychoterapie může být vyložena na samotném pojmu *psychoterapie*, který lze chápat jako obor, ale také jako činnost (Kratochvíl, 2006, s. 12-13).

Obor psychoterapie je popisován jako interdisciplinární, protože je v jeho působení čerpáno z celé řady dalších disciplín a zároveň jako obor transdisciplinární, jelikož je objektem lékařských i nelékařských disciplín zároveň (Vymětal, 2010, s. 10).

Psychoterapeutický obor se dá rovněž označit jako „*zvláštní psychologická péče poskytovaná potřebným lidem, tedy lidem, kteří jsou vnitřně destabilizováni, či jim tato destabilizace hrozí*“ (Vymětal, 2010, s. 9).

Předmětem popisovaného oboru je potom duševní život člověka v rámci takového chování a projevů, které nejsou považovány za optimální, jelikož vybočují

z rámce normality. Normalitu chápeme jako bytí člověka, který žije podle svých pozitivních možností ve společenství ostatních lidí a s ohledem na ně (Vymětal, 2010, s. 9-15).

Psychoterapeutická činnost může být charakterizována jako léčebné působení, léčebná činnost, specializovaná metoda léčení nebo soubor léčebných metod, záměrné ovlivňování či proces sociální interakce, které má pomocí psychologických prostředků odstranit nebo zmírnit potíže pacienta a v nejlepším případě i odstranit příčiny těchto potíží (Kratochvíl, 2006, s. 13).

3.1.2 Psychoterapeutický proces

„Psychoterapeutický proces je plánované a strukturované dění řízené terapeutem s cílem navození žádoucích změn v myšlení, prožívání a chování klienta.“ (Vymětal, 2010, s. 11)

Základními proměnnými v „rovnici“ obecného modelu výše definovaného psychoterapeutického procesu jsou intervenující proměnné, interakční proměnné a změny (Vymětal, 2010, s. 38).

Intervenujícími proměnnými rozumíme pacienta (ve skupinové terapii pacienty) a psychoterapeuta, tedy dvě hlavní složky, které se na celém procesu podílejí, formují ho, ovlivňují jeho průběh a mají mezi sebou psychoterapeutický vztah (Vymětal, 2010, s. 38).

Interakční proměnné chápeme jako použité psychologické prostředky v interakci terapeut-klient či v interakci ve skupinové terapii, proměnné týkající se uspořádání a organizace terapie a proměnné, které s procesem úplně nesouvisí, ale mohou ho ovlivňovat (Vymětal, 2010, s. 38).

Změny jsou výsledky léčby. Řadíme mezi ně například změny ve struktuře osobnosti, hodnotovém systému či postojích a odstranění vnitřních rozporů u klienta (Vymětal, 2010, s. 38).

3.1.3 Psychoterapeutický vztah

„Psychoterapeutický vztah, tedy vztah mezi terapeutem a klientem (či klienty při léčbě prostřednictvím skupiny), tvoří prostor, v němž se uskutečňuje příprava, a vlastní proces, ve kterém se klient mění.“ (Vymětal, 2010, s. 98)

Osoba terapeuta může díky psychoterapeutickému vztahu používat různé psychologické prostředky, metody a postupy, které mohou vést ke změnám u klienta (Vymětal, 2010, s. 98).

Psychoterapeutický vztah je charakteristický především svým neustálým vývojem a proměnlivostí, ale také dvěma nezbytnými podmínkami, které musí být splněny k tomu, aby tento vztah byl hodnotný a prospěšný – důvěrou a nadějí (Vymětal, 2010, s. 109-110).

Důvěra je důležitým aspektem ze strany klienta, který je schopen cítit spolehlivost, upřímnost a účast na jeho životní situaci a souvisí s empatií terapeuta. Důvěryhodná osoba následně přináší pacientovi **naději**, která je charakteristická tím, že klient sám doufá v to, že terapie povede ke změně k lepšímu (Vymětal, 2010, s. 109-110).

3.1.4 Psychologické prostředky

Psychoterapie při svém léčebném působení využívá různých psychologických prostředků, které je možné rozdělit a popsat následujícím způsobem (Kulka, 2008, s. 63-64).:

- **racionální působení** – psychoterapeut se snaží ovlivnit myšlení pacienta působením na jeho rozum, soudnost i kritičnost tím, že vysvětluje, objasňuje, domlouvá a nabádá;
- **emocionální působení** – terapeut umožňuje pacientovi nově prožívat situace, které v minulosti nezvládal nebo špatně citově zpracovával, přičemž je kladen důraz na pozitivní citové prožitky, emocionální přeladění osobnosti, schopnosti vyjádření citů a otevření se;

- **abreakce¹ a řešení problémů** – psychoterapeut pracuje s uvolněním a snížením emocionálního napětí klienta za účelem ventilace škodlivého městnání negativních emocí;
- **sugesce² a hypnóza** – pomocné prostředky psychoterapie, které se využívají k navození požadovaných psychických stavů, většinou v kombinaci s dalšími prostředky;
- **učení a trénink** – psychoterapeut se snaží odstranit nesprávně naučené způsoby jednání a reagování klienta tak, že ho učí novým pohledům na sebe sama, novým řešením problémů a novému chování;
- **terapeutický vztah** – samotná osobnost terapeuta, projevující se jeho chováním k pacientovi i chováním celkovým, má často silný léčebný účinek;
- **klientovo očekávání** – osobnost klienta zasahuje do terapie svým očekáváním, které je ovlivněno na základě jeho představ, poznatků i předsudků (Kulka, 2008, s. 63-64).

3.1.5 Psychoterapeutický rozhovor

Rozhovor – dialog patří mezi nejdůležitější metody psychoterapie, je pokládán za základní metodu a východisko všech dalších metod a je možné ho využít ve všech formách psychoterapie. Můžeme jej popsat jako dovednost, jíž terapeut dosahuje výcvikem a pomocí zkušeností. Rozhovor v psychoterapii je veden snahou terapeuta ovlivňovat klienta a navozovat v něm **změnu** (Vymětal, 2010, s. 82-84).

¹ Termín abreakce lze vyjádřit také termínem odreagování. Katarzní očištná metoda, jejímž cílem je uvolnění emočního napětí a úzkosti (Hartl, Hartlová, 2010, s. 10)

² Termín sugesce lze vysvětlit jako schopnost člověka nekriticky přejímat myšlenky jiné osoby, která je obvykle v autoritním postavení (Hartl, Hartlová, 2010, s. 560).

Psychoterapeutický rozhovor lze rozdělit na následující druhy (Vymětal, 2010, s. 82-84).:

- **empatický rozhovor** – funguje tak, že se terapeut pokouší vcítit do klienta, sděluje mu své porozumění a navozuje tak důvěrnou, bezpečnou a blízkou atmosféru;
- **poradensko-informační rozhovor** – terapeut klientovi dodává chybějící objektivní informace, čímž snižuje jeho napětí a nejistotu a napomáhá mu při rozhodování a řešení subjektivního problému tak, že mu ukazuje a nabízí možnosti;
- **interpretující rozhovor** – psychoterapeut taktním a přijatelným způsobem vysvětluje klientovi, jak jeho chování souvisí s tím, co říká;
- **podpůrný rozhovor** – osoba terapeuta upřímným a optimistickým způsobem dává najevo, že je na straně klienta a že mu věří, čímž mu dodává sebedůvěru a povzbuzuje ho;
- **přesvědčující rozhovor** – terapeut se snaží pacientovi na základě své autority, racionálních poznatků a v některých případech také za pomoci emočního přesvědčování ukázat klientovi v čem se mýlí a z jakých falešných předpokladů vychází (Vymětal, 2010, s. 82-84).

3.1.6 Formy psychoterapie

Psychoterapie v praxi může proběhnout třemi možnými způsoby. Individuálně, skupinově, nebo v léčebném společenství (Vymětal, 2010, 75-81).

Psychoterapie individuální (dyadická) je v praxi nejrozšířenější, jelikož probíhá pouze za účasti terapeuta a klienta, což je ideální pro navození intenzivního psychoterapeutického vztahu. Jejím jádrem je vzájemná komunikační výměna a interakce, při které pacient prostřednictvím slov, obrazů nebo akcí dochází k sebepoznávání a porozumění své životní situaci (Vymětal, 2010, 75-81).

Nejčastější uspořádání individuální psychoterapie probíhá ve „face to face“ formě, kdy terapeut a klient sedí naproti sobě. Důležité je zachování prostoru, ve kterém má klient možnost přerušit přímý oční kontakt, což usnadňuje například přemýšlení a soustředění. Druhá varianta uspořádání je umístění klienta na lůžko (Vymětal, 2010, 75-81).

Psychoterapie skupinová je rozdělitelná do dvou základních forem – uměle vytvořenou skupinu, která je sestavená z pacientů, kteří jsou sobě navzájem neznámí; a přirozenou skupinu, v jejíž prostředí je klient i mimo terapii (například v rodině) (Vymětal, 2010, 75-81).

Skupiny je možné rozdělovat různě v závislosti na situaci. Důležitými faktory pro dělení je například pohlaví, zdravotní problém pacientů nebo jejich věková kategorie (jinak se dělí například děti a dospělí). Dalším možným dělením jsou skupiny otevřené a uzavřené. V rámci otevřené skupiny jsou v průběhu terapie přijímáni noví a propouštěni staří pacienti. Uzavřená skupina naopak udržuje stejné pacienty od začátku až do konce terapie (Vymětal, 2010, 75-81).

Uspořádání pacientů ve skupině probíhá většinou v kruhu. Důležité je, aby na sebe pacienti viděli (Vymětal, 2010, 75-81).

Léčebné společenství je charakteristické svým průběhem v rámci specifické organizace zdravotnického zařízení. Je tvořeno pacienty a personálem tohoto zařízení (Vymětal, 2010, 75-81).

3.2 Psychoterapie uměním

3.2.1 Vymezení pojmu psychoterapie uměním

Psychoterapie uměním je procesem, který prostřednictvím různých druhů umění působí na psychiku člověka. Jedná se o spojení výše uvedených obecných metod, prvků prostředků i forem psychoterapie s fenoménem umění, přičemž umění je zde používáno jako hlavní působivý psychologický prostředek, který dokáže do značné míry ovlivnit myšlení i chování člověka (Stejskalová, 2012, s. 14-17).

Psychoterapie uměním má nejčastěji podobu pomocnou a bývá označována jako léčebný prostředek psychoterapie, který je považován za doplňkový (Kulka, 2008, s. 65).

3.2.2 Psychoterapeutické funkce a vlastnosti umění

Umění mimo své biologické a sociální funkce disponuje také svými psychologickými funkcemi, které jsou považovány za nejrozsáhlejší. Radíme mezi ně funkce poznávací (kognitivní), vyjadřovací (expresivní), formativní a výchovné, abreaktivní, emocionálně motivační a psychoterapeutické, tedy léčebné (Kulka, 2008, s. 22).

V psychoterapii je umění vnímáno ze dvou perspektiv, a to jako samotná činnost, tedy tvorba umělce a zároveň jako výsledek této činnosti, tedy jako umělecké dílo. Nejdůležitější vlastností, v rámci terapeutickém, je jeho zážitkový charakter uplatnitelný jak při tvorbě díla, tak při vnímání výsledku umělecké tvorby. Umělecké dílo v sobě zároveň zrcadlí informace o autorovi a jeho životě a určitá témata, nálady a pocity, které jsou rovněž využitelné k psychoterapeutickým účelům (Stejskalová, 2012, s. 17).

Za další důležitou terapeutickou vlastnost umění je „nadčasovost“ jeho témat, která lze popsat jako témata „věčná“, jež se objevují v lidském bytí po celá staletí. Mají dvě kategorie - monotémata a polarity (Stejskalová, 2012, s. 18-22).

Monotémata v sobě zahrnují například lásku, smrt, smysl života, naději a přírodu. Zobrazení každého z těchto témat je závislé na určité epoše v dějinách umění, uměleckém směru a na samotném projevu autora a zároveň jsou v podstatě nekonečně variabilní, co se týče jejich interpretace, autorského podání i obsahového zpracování (Stejskalová, 2012, s. 18-22).

Polarity v umění jsou potom například dobro a zlo, život a smrt, pravda a lež, láska a nenávisť. Polarity s sebou nesou presumpci určitého stanoviska ze strany autora, protože zobrazují autorovu specifickou inklinaci k jedné z nich.

V rámci psychoterapie uměním jsou polarity a monotémata signifikantní. Každý klient s sebou do terapie vnáší své vlastní a osobní téma, které může před terapeutem ukázat, ale většinou k tomu nedochází, a tak jej terapeut s klientem musí „odkrývat sám“ (Stejskalová, 2012, s. 18-22).

„Práce s tématem v terapii je práce s životním příběhem člověka.“(Stejskalová, 2012, s. 22)

3.2.3 Druhy psychoterapie uměním

Metodu, která využívá léčebných účinků umění, rozčleňuje ve své knize *Psychoterapie uměním* Marina Stejskalová (2012) na následující druhy:

- **muzikoterapii**, která při své léčebné aplikaci využívá jako umělecký prostředek hudbu;
- **arteterapii**, využívající při léčebném procesu výtvarného projevu;
- **ergoterapii**, jež je známa jako proces zaměstnávání člověka zájmovými a pracovními-léčebnými činnostmi;
- **taneční a pohybovou terapii**, pro niž je hlavní doménou pohyb;
- **dramaterapii**, používající emociální prožívání člověka, jeho uvědomování a chování prostřednictvím divadelních technik;
- **terapii fotografií**, která za svůj terapeutický nástroj používá fotografii a proces její tvorby;
- **filmovou terapii**, jejíž hlavním prostředníkem v ovlivňování člověka jsou charakteristické vlastnosti filmů;
- **biblioterapii**, tedy takovou terapii uměním, která využívá ve svém procesu knihu (Stejskalová, 2012).

4 Biblioterapie

Tato část práce popisuje teoretický rámec biblioterapie. Nejprve se zabývá historickým vývojem terapie knihou a následně výkladem důležitých definic od autorů z různých vědních oborů. Dále je popsána základní typologie a nakonec následuje popis samotné biblioterapeutické intervence, jejích funkcí a cílů.

4.1 Vývoj biblioterapie

Historické kořeny metody, která při své aplikaci využívá léčivý efekt knih, sahají až do období antiky. Pojmem „poetická medicína“ se zabýval již filozof Aristoteles. Aristotelova poetika, označující vědu básnického umění, upozorňovala na fakt, že utváření, řazení a rýmování řeči je schopno ovlivnit duševní i tělesné stavy člověka. Mluvené či psané slovo podle něj pracuje s uvědomováním člověka a působí tak na jeho emoce (Stejskalová, 2012, s. 134).

Navzdory zmíněným antickým kořenům se začíná biblioterapie, jakožto nástroj využitelný při léčbě duševně nemocných, vyvíjet na přelomu 18. a 19. století. Přelom těchto dvou století přinesl první náznaky záměrného využívání léčivého charakteru knih v prostředí, které se pro vývoj léčby knihou jeví jako nejvhodnější – v psychiatrických léčebnách. Jako svůj komponent knihovnu v této době zahrnovalo mnoho léceben napříč Evropou i Spojeným královstvím. Jmenovitě se jednalo především o Anglii, Francii a Itálii (McCulliss, 2012; Sherrill, Harris, 2013).

Na počátku 19. století začali experimentovat se čtením jako s léčebným prostředkem také američtí psychiatři. Prominentní osobou, která své poznatky z této oblasti šířila do povědomí lidí, byl „otec psychologie“ Benjamin Rush (1746-1813). Rush dal podnět k tomu, aby pacientům byly mimo standardní lékařské péče té doby poskytovány i knihy. Na jeho zkoumání následně navázal psychiatr John Minson Galt, který ve své publikační činnosti zmiňoval, že četba je pro mnoho jeho pacientů zdrojem „příjemných pocitů“ (Levin, Gildea, 2013).

S největším rozmachem léčby knihou se setkáváme ve 20. století našeho letopočtu, kdy došlo k sérii událostí, díky kterým toto pole bylo definováno a formálně uznáno. Hlavním těžištěm tohoto vývoje zůstávají Spojené státy americké, odkud se poznatky této metody následně rozvíjejí do povědomí ostatních států.

V roce 1916 došlo k prvnímu použití termínu *biblioterapie*, když jej ve svém díle *A literary Clinic* publikoval americký esejista Samuel McChord Crothers. Stalo se tak díky spojení řeckého slova *biblion*, které znamená kniha a řeckého slova *therapeia*, které překládáme jako léčení (McCulliss, 2012, s. 23).

Zároveň byla na počátku minulého století ve Spojených státech amerických biblioterapie uznána jako aspekt knihovnictví, což bylo pravděpodobně následkem aktivit Edith Kathleen Jones. Jones byla speciálně trénovanou knihovnicí, jež začala léčbu knihou praktikovat v rámci svých oficiálních povinností na půdě *General Hospital* v americkém státě Massachusetts (McCulliss, 2012, s. 24). Její práce spočívala ve výběru literatury pro specifické pacienty psychiatrického oddělení nemocnice (Sherrill, Harris, 2013, s. 92).

Významným obdobím rozkvětu terapie knihou je paradoxně „těžké“ období první světové války a období meziválečné, kdy se biblioterapie dostala skrze knihovníky z *American Library Association*, kteří sloužili na vojenských základnách po světě, i za hranice amerického kontinentu (Sherrill, Harris, 2013, s. 92).

V meziválečném období byla biblioterapie využívána především ve vojenských nemocnicích a rehabilitačních ústavech pro vojáky válkou raněné či jinak destabilizované (Vášová 1995, s. 61).

Po velkém rozvoji na začátku minulého století následoval po 2. světové válce úpadek, který trval až do poloviny padesátých let (Vášová, 1995, s. 61). Odborníci začali být k biblioterapii skeptičtí, a to zejména pro nedostatek vědeckých důkazů (Sherrill, Harris, 2013, s. 92).

Důležitým mezníkem pro léčbu knihou a knihovnický obor je rok 1955, kdy se touto problematikou zabývala IFLA³ na kongresu v Bruselu. Knihovníci zde ve spolupráci s lékaři zformulovali základní předpoklady biblioterapie (Vášová, Černá, 1986, s. 55).

V České republice se zájem o biblioterapii projevoval zhruba od 30. let 20. století, jmenovitě se o ni zajímali například knihovníci Bohuslav Koutník, Josef Poch a Jaroslav Frey (Blažek, 2008, s.8).

³ Mezinárodní federace knihovnických sdružení a institucí (International Federation of Library Associations and Institutions)

Po období úpadku, které v českém prostředí trvalo až do 70. let, se objevili aktivity Psychiatrické léčebny v Opavě, kde probíhala takzvaná „konstruktivní biblioterapie“, která měla pacientovi pomoci k vlastnímu sebepoznání (Blažek, 2008, s. 6-7).

Poslední aktivitou na území našeho státu, kterou lze ještě zařadit do popisu vývoje terapie knihou, je založení Biblioterapeutického kabinetu⁴, který byl založen v roce 2003 a byl první institucí tohoto druhu u nás (Blažek, 2008, s. 6-7). Tento kabinet však již v roce 2017 není funkční.

4.2 Definice biblioterapie v různých vědních oborech

Biblioterapie je jedním z druhů psychoterapie uměním, svou využitelností je však interdisciplinární a dotýká se tak hned několika dalších vědních oborů. Vzhledem k různosti názorů jednotlivých odborníků a vědních disciplín v současné době nemáme jednotnou definici. Existuje však několik významných definic z psychologického a psychoterapeutického oboru, ale také z oboru informačních studií a knihovnictví.

Doc. PhDr. Jiří Kulka (2008) z pozice psychologa umění říká následující:

„Biblioterapie je léčení duševních chorob vhodně programovanou četbou knih. Pojí se k ní také doposud méně používané psaní kratších literárních útvarů (povídek, básní, zřídka biografí, novel).“ (Kulka, 2008, s. 69)

Psychoterapeutka PhDr. Marina Stejskalová, CSs. (2012) předkládá tuto definici:

„Biblioterapie je jedním z druhů psychoterapie uměním, kde hlavním léčebným prostředkem je kniha.“ (Stejskalová, 2012, s. 133)

⁴ Biblioterapeutický kabinet provozovala Krajská knihovna v Pardubicích, obsahoval odborně sestavený seznam knih hodných pro biblioterapeutickou intervenci. Přestože kabinet již není funkční, jeho obsah lze najít na sociální síti Facebook pod tímto odkazem:
https://www.facebook.com/pg/Bibliohelp/photos/?tab=album&album_id=283953264966

Pro obor informačních studií a knihovnictví je důležitý pohled PhDr. Lidmily Vášové (1995), která nám poskytla definici ze dvou perspektiv. První z nich definuje širší pohled na problematiku biblioterapie, který zní takto:

„Širší pojetí biblioterapie zahrnuje záměrné působení knihou na psychicky postižené jedince i na ostatní nemocné, zejména ty, kteří jsou dlouhodobě léčeni (rehabilitační ústavy, sanatoria), i na jedince jinak vytržené z jejich dosavadního životního prostředí (domov důchodců, nápravná zařízení aj.).“ (Vášová, 1995, s. 61)

Užší pojetí biblioterapie dle Vášové (1995) již zahrnuje také intervenci knihovníka:

„Biblioterapie je plánovité řízení četby psychicky nemocných pod dohledem lékaře za pomoci kvalifikovaného knihovníka.“ (Vášová, 1995, s. 63)

Ve výčtu důležitých definic z oboru informačních studií a knihovnictví je možné uvést i definici, která byla vytvořena autorkou této práce na základě rozhovoru s Marcelou Kořínkovou, biblioterapeutkou Knihovny Kroměřížska:

„Biblioterapie je podpůrná léčba, která může pomoci člověku. Může to být člověk například psychicky nemocný, ale i člověk, který se dostal do obtížné životní situace. Biblioterapie může být nápomocná psychologovi při terapii. Jde v podstatě o práci s textem. Nemusí to být ani práce s celou knihou, stačí výňatek z ní, někdy i jediný odstavec, jehož text ale musí odpovídat klientově situaci. Zároveň by mu měl ukázat, jak situaci změnit nebo vyřešit.“ (Kořínková, 2017a)

Britská odbornice v oblasti biblioterapie Elizabeth Brewster, působící jako nelékařský lektor na lékařské fakultě Lancaster University, publikovala i několik prací věnovaných biblioterapii ve veřejných knihovnách. Tato autorka uvádí tuto definici:

„Biblioterapie je využívání psaných materiálů (beletrie, literatury faktu nebo poezie – typicky ve formě knihy) jako psychosociální podpory nebo psychoedukační léčby.“ (Brewster, Cox, Sen, 2013, s. 571).

4.3 Typologie biblioterapie

Na psychologický prostředek biblioterapie, literární text, lze pohlížet ze stejné perspektivy jako na umělecké dílo. Literární text může být tvořen nebo vnímán. Z tohoto pohledu vychází dělení biblioterapie na receptivní a aktivní.

Receptivní biblioterapie je proces poslouchání. Klient poslouchá čtení svého terapeuta či člena skupiny. Základem receptivní léčby knihou je samotná terapeutická role hlasu, který klient vnímá a kterým se projevuje. Biblioterapeut by měl být schopen využívat jej jako nástroj v rámci své vlastní řeči, ale také jako nástroj pro rozpoznávání povahových rysů člověka a jeho emocionality. Pomocí hlasového projevu je možné rozpoznat duševně nemocného člověka od člověka zdravého (Stejskalová, 2012, s. 137-140).

Aktivní biblioterapie je tvorba literárního díla. Při praktikování aktivní biblioterapie je zohledňován terapeutický účinek psaní samotného. Tvůrčího aktu, pomocí kterého člověk zpracovává důležité zážitky, odžívá silné emoce, uvědomuje si (Stejskalová, 2012, s. 137-140).

Terapii knihou je možné rozdělit také na institucionální, klinickou a vývojovou. Toto dělení popsala Rhea Joyce Rubin již v 70. letech minulého století a v prostředí České republiky je stále ještě hojně využíváno (Brewster, 2011).

Biblioterapie institucionální spočívá ve využití knih při práci s jednotlivci v prostředí zdravotnické instituce, ve které je jedinec hospitalizován. Jejím cílem je pacienta informovat o jeho specifickém onemocnění a relaxovat jej prostřednictvím literatury.

Biblioterapie klinická žánrově využívá především beletrii a odehrává se v rámci institucí nebo komunit a jejím cílem je podporovat změnu chování u klienta.

Biblioterapie vývojová využívá beletrii a didaktickou literaturu za účelem udržení dobré kondice duševního zdraví a týká se klientů, kteří jsou bez jakýchkoliv forem duševních onemocnění (Brewster, 2011, s. 10).

Na tuto typologii nahlíží Elizabeth Brewster (2011) kriticky. Dle jejího názoru v současné době již pozbývá praktického významu vzhledem k významnému posunu směrem k deinstitucionalizaci péče o duševní zdraví, ke kterému došlo ve 20. století.

Jako reakci na toto dělení Brewster (2011) předkládá 3 modely současné biblioterapie, které pocházejí z jejího vlastního výzkumu biblioterapeutické praxe napříč veřejnými knihovnami Velké Británie. Jde o model *creative bibliotherapy*, *informal bibliotherapy* a *self-help bibliotherapy*⁵.

- **Creative bibliotherapy** žánrově využívá beletrii a poezii za účelem podpory duševního zdraví. Tento model je zaměřen na práci se skupinami a jednotlivci, i když praxe Velké Británie míří spíše na skupiny než na jednotlivce, z důvodu efektivního využití času a zdrojů.
- **Informal bibliotherapy**, využívá vývoj čtenářství a zkušenosti knihovníků k nasměrování uživatelů na knihy, které mohou zlepšit jejich duševní pohodu. Osoba knihovníka literární texty doporučuje většinou na základě vlastních čtenářských zkušeností a zážitků, což tomuto modelu dodává také významný společenský charakter. Díky těmto doporučením jsou formovány vztahy mezi uživateli knihovny a knihovníky.
- **Self-help bibliotherapy** model pak vychází z modelu neformální biblioterapie. Jejím prostředníkem je non-fiction a „self-help“ (sebepoznávací) literatura, často doporučovaná lékaři. Do tohoto modelu zařazujeme britský projekt *Reading Well*. Tento model je zaměřen na osoby, u kterých

⁵ Tyto termíny uvádím v originálním znění, protože jejich překlad do českého jazyka je nesnadný a mohl by být matoucí.

se předpokládá, že se zvládnou skrze text sami propracovat, pochopit ho a dál s ním pracovat (Brewster, 2011, s. 24).

4.4 Dílčí složky biblioterapie

Biblioterapii lze také rozdělit na jednotlivé dílčí složky, které se odvíjejí od žánrů literatury využívané při terapii. Jedná se o hagioterapii, imagoterapii, poetoterapii a pohádkoterapii (Šlamberová, 2013, s. 10).

- **Hagioterapie** je metodou léčby čtením, která využívá text posvátných textů, především Bible. Biblické příběhy obsahují „věčné“ motivy smrti, viny, hodnot, smyslu a představují historii života lidí (Česneková, 2015).
- **Imagoterapie** využívá ve svém působení vztahu mezi čtenářem a hrdinou z knihy. Čtenář se do specifického hrdiny určitým způsobem vžije a následně přebírá jeho postoje, může také napodobovat jeho chování i jednání (Šlamberová, 2013, s. 10)
- **Poetoterapie** pracuje s rýmy, rytmem, zvukomalbou a dalšími básnickými atributy. Jejím základním prostředkem je báseň nebo jiný poetický text (Svoboda, 2013).
- **Pohádkoterapie** podporuje léčení prostřednictvím textu pohádek, její cílovou skupinou jsou děti, pro něž mají pohádky silný emocionální náboj (Poskierová, 2009).

4.5 Biblioterapeutické sezení, jeho struktura a formy

Při biblioterapeutickém sezení je hlavním faktorem typ klienta, který následně určuje délku sezení a náplň sezení. Délka sezení se liší s ohledem na věk klienta, u dospělého jedince sezení trvá přibližně 60 minut, maximálně však minut 90. U dětí je rozhodující jejich schopnost koncentrace, zpravidla se však jedná o 30 – 45 minut. Výběr biblioterapeutického materiálu není zásadní, co se týká žánru, ale je zde

zohledňováno především téma a problematika v textu popisovaná (Stejskalová, 2012, s. 160).

Sezení se obvykle odehrává ve dvou částech, přičemž při první z nich se čte literární materiál, který může číst terapeut, klient či jednotliví členové skupiny. V druhé části následuje dialog založený na psychoterapeutickém rozhovoru o přečteném materiálu (Stejskalová, 2012, s. 160).

Formy biblioterapeutického sezení odpovídají již zmíněným formám psychoterapie s tím rozdílem, že zde není zohledňována forma léčebného společenství. Dělíme je na individuální a skupinové.

Individuální forma biblioterapie se zaměřuje především na vhodný výběr literárních materiálů pro specifického klienta. Výběr vhodného materiálu závisí na čtenářském apetitu, preferencích a problémech klienta. Důležitou pomůckou pro biblioterapeuta může být samotná volba knihy ze strany pacienta. Biblioterapeut si v rámci individuální terapie vede poznámky či celé kazuistiky o průběhu sezení, reakcích klienta na text a podobně. Individuální sezení jsou zpravidla časově mnohem náročnější, ale mohou být mnohem efektivnější (Vášová, 1995, s. 63). Klient se zpravidla v rámci individuální biblioterapie víc otevře a je schopen o svém problému s terapeutem hovořit upřímněji (Kořínková, 20017a).

Skupinová forma biblioterapie se odehrává jako organizované předčítání v rámci čtenářských skupin, například na půdě knihoven, a diskuzích o přečtených materiálech. Důležitým tématem diskuze jsou zážitky, které četba navodila a problém, kterým se přečtený materiál zabýval. Tato forma biblioterapie se většinou odehrává v neformálním duchu, ve kterém se mohou projevit některé důležité osobnostní rysy klientů, které by mohly být důležité při léčbě klienta. Takové informace následně terapeut předává ke konzultaci lékaři klienta (Vášová, 1995, s. 63; Stejskalová, 2012, s. 161).

4.6 Biblioterapeutický proces

Biblioterapeutický proces odpovídá obecnému modelu procesu psychoterapie. V průběhu biblioterapeutického procesu v praxi dochází k intervenci osoby klienta a osoby biblioterapeuta. Obě intervenující osoby při léčbě knihou procházejí různými

fázemi. Tyto fáze je nutné pro správné fungování léčby knihou důkladně znát, jelikož jsou základem pro správné fungování terapie. Důležitý je pohled biblioterapeuta i pohled klienta.

Při popisu biblioterapeutické intervence lze popsat čtyři základní fáze, kterými klient prochází. Jedná se o identifikaci, katarzi, náhled a přijetí (Kruszewski, 2008).

- **Identifikace** je fází, kdy se klient ztotožňuje s hrdinou v textu. Prostřednictvím hrdiny prožívá, vyjadřuje se, poznává i sděluje, časem je dokonce schopen pociťovat i to, co cítí hrdina v textu;
- **očištění** (katarze) je fáze následující po uvolnění emočního bloku klienta, po uvolnění nahromaděných či potlačovaných emocí. V tomto momentě jsou uvolňovány jen negativní pocity;
- **nahlédnutí** je chvíle, kdy klient prostřednictvím emocionálně obohacujícím vlivu literatury, dokáže lépe pochopit sám sebe a díky tomu i své okolí;
- **přijetí** se vyznačuje tím, že klient přijme nové poznání. Projevuje se získáním poznatků, kterými před biblioterapeutickým procesem nedisponoval (Kruszewski, 2008).

Biblioterapeut při terapeutickém procesu navazuje na výše zmíněné fáze, kterými prochází osoba klienta, pracuje s nimi a reaguje na ně.

Proces v rámci fází lze pomocí fází popsat taktéž u osoby terapeuta. Pořadí níže popsaných fází je však značně diskutabilní – záleží na konkrétní situaci, konkrétním klientovi a jeho konkrétním problému, který můžeme znát nebo ho teprve poznávat (Janavičienė, 2010, 125-128).

- **Identifikace problému**, se kterým klient přichází - biblioterapeut by měl být schopen poznat, jaký konkrétní problém je třeba vyřešit, tedy jeho opravdovou podstatu. V této fázi je důležité brát na vědomí intelektuální úroveň klienta, jeho vzdělání i zájmy a další faktory, podle nichž je potom vybrat vhodnou literaturu. Při uplatňování této fáze je vhodné, aby knihovník spolupracoval s psychologem;

- **výběr vhodného textu** - zde je nejdůležitější pohled biblioterapeuta samotného, jeho názor na celý problém, na osobu klienta se zohledněním všech výše zmíněných faktorů, ale také jeho sečtělost a znalost literatury, která je k řešení problému vhodná a mohla by být nápomocná;
- **práce s textem** - při této části celého procesu biblioterapeut může a nemusí být přítomen, opět je zde důležitý celý kontext terapie a terapeutův osobní názor. Klient si pozorně přečte nebo je mu přečten vybraný text, kterému by měl porozumět a pochopit ho a zároveň by mělo dojít ke ztotožnění s hrdinou textu a případně ke katarzi;
- **rozhovor o textu/jeho další interpretace prostřednictvím dalších kreativních technik terapie uměním** - při psychoterapeutickém rozhovoru biblioterapeut pozoruje emocionální reakce na daný text, jeho vliv na klienta a proměny v mysli klienta, které text vyvolal. Opět zde hodně záleží na pozorování osoby, která je v roli terapeuta a na tom, zda zhodnotí výsledky svého pozorování za hodné zájmu odborníka - psychologa. Při takovémto rozboru textu lze rovněž využít další kreativní techniky, například klient může napsat literárnímu hrdinovi dopis;
- **korekce a úpravy v seznamu biblioterapeutických textů** – závěrečný a důležitý krok po ukončení biblioterapeutického procesu. Pro samotné terapeuty i proces je užitečné si udržovat poznámky o čtenářích jako zpětnou vazbu na text. Tyto poznámky mohou významně asistovat při dalším výběru textu, například u pacienta s podobnou diagnózou (Janavičienė, 2010, 125-128).

4.7 Funkce biblioterapie

Dle názoru Hany Paštekové Rupertové (2017), psychologky působící v Psychiatrické léčebně v Kroměříži, biblioterapie funguje jako nástroj copingové⁶ strategie. Knihy (nebo jejich texty) zastávají funkci ukazatele určitého vzoru, určité strategie. Člověk si z nich může přebrat různé postoje, jiné úhly pohledu a reakce na obtížné životní situace, které následně v případě potřeby může aplikovat na svém vlastním životě (Pašteková Rupertová, 2017).

4.8 Cíle biblioterapie

Pokud klient současně s biblioterapeutickým procesem prochází i psychoterapií, pak by se cíle biblioterapeutické v každém případě měly shodovat s těmi psychoterapeutickými a měly by je podporovat.

Brewster (2009, s. 402) definuje šest nejdůležitějších následujících cílů biblioterapie:

- ukázat klientovi, že není první a jediný, kdo má problém;
- ukázat klientovi, že existuje víc než jedno potencionální řešení, kterým může svůj problém vyřešit;
- pomoci klientovi vidět motivaci na základě osob, které prožívaly stejnou situaci;
- pomoci klientovi vidět hodnoty prostřednictvím zkušeností jiných lidí;
- poskytnout klientovi informace potřebné k vyřešení jeho problému;
- povzbudit klienta k tomu, aby svým problémům čelil realisticky (Brewster, 2009, s. 402).

⁶ Termín coping lze vysvětlit jako zvládání, zejména náročných situací; schopnost člověka vyrovnat se odpovídajícím způsobem s nároky, které jsou na něj kladeny, příp. zvládat nadlimitní zátěže; může mít i podobu změny vnímání nebo změny postoje (Hartl, Hartlová, 2010, s. 77).

5 Biblioterapeutické sdružení a projekty

Tento úsek práce se zabývá sdruženími a projekty, které byly na podporu terapie knihou vytvořeny a založeny, nebo se jí nějakým způsobem zabývají. První kapitola popisuje projekty a sdružení mezinárodního charakteru, poté jsou zmíněny různorodé národní sdružení a projekty. V poslední části je popsán aktuální stav v České republice.

5.1 Mezinárodní sdružení a projekty

5.1.1 International Federation of Biblio/Poetry Therapy (IFBPT)⁷

Mezinárodní federace pro biblioterapii a poetoterapii je jedinou globální a nezávislou organizací pro profesi biblioterapeuta a poetoterapeuta. Oficiálně vznikla v roce 1983. Hlavním cílem federace je sjednocení a zajištění správné etiky, standardů a požadavků na jednotné vzdělání v oblasti biblioterapie a poetoterapie. Tato federace poskytuje možnosti získání oficiálních certifikátů (International Federation of Biblio/Poetry Therapy, 2017).

5.1.2 The National Association for Poetry Therapy (NAPT)⁸

NAPT je mezinárodní a interdisciplinární neziskovou organizací, která podporuje osobnostní růst a uzdravování prostřednictvím psaného jazyka. Zahrnuje členy z široké škály vědních oborů. Komunita asociace se skládá z psychologů, sociálních pracovníků, terapeutů, pedagogů, zdravotních sester, lékařů, spisovatelů a v neposlední řadě také knihovníků a informačních pracovníků. Asociace funguje v prostředí, kde se lidé zabývají interpersonálními, komunitními i osobními problémy. Například ve věznicích, různých podpůrných skupinách, školách, nemocnicích a podobně (The National Association for Poetry Therapy, 2017).

⁷ International Federation of Biblio/Poetry Therapy (IFBPT) - <http://ifbpt.org/>

⁸ The National Association for Poetry Therapy (NAPT) - <http://poetrytherapy.org/>

5.1.3 The International Board on Books for Young People (IBBY)⁹

Mezinárodní komise knih pro děti a mládež vznikla ve Švýcarsku v roce 1953. Jejím cílem je mimo jiné to, aby všechny děti měly přístup ke knihám, ale také podpora, vydávání a distribuce dětské literatury s vysokými literárními a uměleckými standardy, a to zejména v rozvojových zemích (The International Board on Books for Young People, 2017).

Organizace je zakladatelem *The IBBY Children in Crisis Fund*¹⁰. Jedná se o fond, který poskytuje podporu dětem, jejichž životy byly narušeny válkou, občanskými nepokoji nebo přírodní katastrofou. Fond podporuje dvě hlavní aktivity – první z nich je využívání příběhů knih jako terapie, druhou je tvorba knižních sbírek, které by mohly být zasaženým dětem nápomocné (The International Board on Books for Young People, 2017).

5.1.4 The International Federation of Library Associations and Institutions (IFLA)¹¹

Ve výčtu sdružení podporujících biblioterapii je také nutné zmínit Mezinárodní federaci knihovnických institucí a organizací, jež byla založena v roce 1927 na konferenci v Edinburghu. IFLA je předním mezinárodním orgánem, který zastupuje zájmy knihovnických a informačních služeb a jejich uživatelů. Otázkou biblioterapie se zabývá například *Central Europe 2020 Bibliotherapy Project* (IFLA, 2017).

5.1.5 Central Europe 2020 Bibliotherapy Project¹²

Realizaci tohoto dvouletého projektu zahájila IFLA v rámci programu *Interreg Central Europe*, který je jedním z programů Evropské Unie a jeho úkolem

⁹ The International Board on Books for Young People (IBBY) - <http://www.ibby.org/>

¹⁰ The IBBY Children in Crisis Fund - <http://www.ibby.org/awards-activities/activities/children-in-crisis/?L=0>

¹¹ The International Federation of Library Associations and Institutions (IFLA) - <https://www.ifla.org/>

¹² Central Europe 2020 Bibliotherapy Project - <https://www.ifla.org/node/10134>

je spolufinancovat kooperativní projekty s cílem posílit inovace v rámci regionů Evropské Unie.

Projekt se zaměřuje na děti a mládež, a to především v kontextu rozvoje nových technologií a kyberprostoru, který s sebou nese výrazné změny v jejich vývoji a zároveň i potencionální problémy.

Hlavním cílem projektu má být vytvoření mezinárodního konsorcia a zároveň využití nových biblioterapeutických technik, jakožto dominantních nástrojů pro vytvoření vzdělávacího systému a k tomu i databází určených a použitelných v jednotlivých regionech.

Projekt předpokládá tři typy účastníků: knihovníky a biblioterapeuty z partnerských institucí; sociální pracovníky a osoby pracující s mládeží a biblioterapeuty z nevládních a národních biblioterapeutických organizací; odborníky na biblioterapii a psychology z partnerských univerzit.

Projekt má podporovat například biblioterapii při práci s mládeží, kariérní poradenství pro mládež v knihovnách a školách, trénink a supervize pro odbornou přípravu budoucích biblioterapeutů, ale také volný přístup pro každého pomocí výše zmíněných databází.

Na spolupráci by se měly podílet a spolupracovat knihovny pro děti a mládež z celého středoevropského regionu. Konkrétně regiony Rakouska, Chorvatska, České republiky, Maďarska, Polska, Slovenska, Slovinska, Německa a Itálie (IFLA, 2017).

5.2 Zahraniční projekty

5.2.1 The Canadian Applied Literature Association (CALA)¹³

CALA je kanadské akademické sdružení, které vzniklo v roce 2011 z mateřské asociace *Association of Bibliotherapy and Applied Literature* (ABAL), která fungovala od roku 1990. Sdružení se zabývá zkoumáním kritických, pedagogických a terapeutických funkcí literatury, přičemž teoretické i praktické výsledky mezi sebou sdílí na výročních konferencích. Sdružení je otevřeno odborníkům z jakékoliv vědní disciplíny (CALA, 2017).

¹³ The Canadian Applied Literature Association (CALA) - <https://www.stmu.ca/cala/>

5.2.2 The Bibliotherapy Education Project

The Bibliotherapy Education projekt vynikl na území Spojených států amerických, konkrétně ve státě Michigan. Byl vytvořen z iniciativy dvou profesionálů a jeho sídlem bylo prostředí *Central Michigan University*. Zahájení projektu je připisováno roku 1999, kdy proběhl průzkum současné literatury zaměřené na oblast duševního zdraví mladistvých školního věku. Ze zmíněného průzkumu následně vznikl jakýsi přehled této literatury v papírové podobě, z něhož později vznikla webová stránka.

Cílem webu projektu byla pomoc uživatelům při hledání knih, které už byly z biblioterapeutického hlediska hodnoceny a rovněž naučit uživatele, jak hodnotit obsahy a texty knih z pohledu jejich využitelnosti v biblioterapeutické praxi. Činnost této služby však byla ukončena k 30. listopadu roku 2016 a web je pouze nahrazen stránkou, která o celém projektu informuje¹⁴ (Central Michigan University, 2017).

5.2.3 Changing Lives Through Literature (CLTL)¹⁵

Na území Spojených států lze prezentovat ještě jeden poměrně specifický biblioterapeutický projekt. *Changing Lives Through Literature*, za jehož vznikem v roce 1991 stál soudce Robert Kan a profesor Robert Wexler, vznikl ve státě Massachusetts a je cílen na pachatele trestné činnosti.

Dle filosofie CLTL může pečlivě vybraná literatura pomoci pachatelům trestných činů získat informace o jejich životě a chování a prokázat jim, že nejsou jediní s určitým specifickým problémem. Dominantní myšlenka projektu pak spočívá v tom, že lze prostřednictvím literatury doslova změnit takovýmto lidem život, a to ve smyslu ukázat jim určitý směr.

Projekt se v praxi uskutečňuje v rámci skupinové biblioterapie. Určitá skupina se setkává v období několika týdnů, u sezení je přítomen instruktor, probační úředník,

¹⁴ The Bibliotherapy Education Project- <https://www.cmich.edu/colleges/ehs/bibliotherapy/Pages/default.aspx>

¹⁵ Changing Lives Through Literature (CLTL) - <http://cltl.umassd.edu/home-html.cfm>

soudce a odsouzení a „studenti“, tedy pachatelé trestné činnosti (Changing Lives Through Literature, 2017).

5.2.4 Reading Well¹⁶

Jedním z nejúspěšnějších projektů současné biblioterapie je projekt *Reading Well*¹⁷, který vznikl v roce 2013 na území Spojeného království a vychází z britského modelu self-help biblioterapie. Projekt vytváří britská charitativní organizace *The Reading Agency* a spolek *Society of Chief Librarians*, který se soustředí na zlepšování služeb knihoven v Anglii, Walesu a Severním Irsku. Na jeho tvorbě se podílejí také významné zdravotnické organizace Velké Británie, jako jsou například *British Psychological Society*, *Improving Access to Psychological Therapies* a další. Projekt probíhá ve spolupráci s institucemi a organizacemi, které nejsou přímo součástí systému zdravotnické péče. Jedná se především o knihovny, ale můžou se účastnit například i školky (Reading Well, 2017).

Cílem projektu je šíření znalostí o problematice duševního zdraví za účelem redukce stigmatu s tím spojeným, a zároveň rozvoj schopností v oblasti řízení sebe samého. Základní filosofií projektu potom je, že rostoucí množství literatury podporuje biblioterapii a vytváří z ní úspěšný nástroj pro léčbu duševního zdraví, který je ekvivalentní léčbě klinické a může být v mnoha případech efektivnější. Cílovou skupinou jsou lidé trpící mírnějšími poruchami duševního zdraví a jejich blízké okolí (Reading Well, 2017).

Projekt má v současné době dvě součásti. První z nich jsou právě *Reading Well Books on Prescription*, na které se podílejí zdravotničtí profesionálové, kteří rovněž vytvářejí a schvalují seznamy knih. Druhou částí projektu jsou *Reading Well Mood-boosting Books*, kam jsou zařazovány knihy, které doporučují čtenáři a čtenářské skupiny (Reading Well, 2017).

V současné době webová stránka zpřístupňuje tři oficiální seznamy knih. První z nich, *Reading Well Books on Prescription for common mental health conditions*¹⁸, obsahuje literaturu zabývající se běžnými duševními stavy, včetně deprese a úzkosti.

¹⁶ Reading Well - <https://reading-well.org.uk/>

¹⁷ Projekt byl původně založen a fungoval pod názvem Books on Prescription

¹⁸ Common mental health conditions - <https://reading-well.org.uk/books/books-on-prescription/common-mental-health-conditions>

Seznam *Reading Well Bookson Prescription for dementia*¹⁹ pak obsahuje naučnou literaturu, která cílí na osoby trpící demencí, osoby, které o takto nemocné pečují, ale také na osoby, které by se o této nemoci jen něco chtěly dozvědět. Třetí seznam knih, *Reading Well for young people*²⁰, zahrnuje literaturu, která pomáhá mladistvým od třinácti do osmnácti let porozumět a řídit duševní vyrovnanost a emocionální odolnost. Během července roku 2017 bude zpřístupněn další knižní seznam pro osoby s dlouhodobým zdravotním omezením a jejich opatrovatele (Reading Well, 2017).

Podle případové studie *Cultural Commisioning Programe* (2015), je celý projekt hodnocen jako velice úspěšný a jako jednu ze svých služeb ho pojalo celých 96% ze 151 poskytovatelů knihovnických služeb napříč Velkou Británií. Zároveň bylo prokázáno, že téměř polovina z nich dostala finanční prostředky od lokálních zdravotnických agend k tomu, aby byla služba zavedena.

Hodnocení prvního roku fungování projektu prokazuje, že 257 000 čtenářů si vypůjčilo knihu nalezenou v publikovaných seznamech z knihovny, která službu poskytuje. Rovněž byl zaznamenán nárůst prodeje titulů zveřejněných na *Books on Prescription* o celých 70%. Užitečnost projektu a jeho roli spočívající v pomoci lidem lépe pochopit jejich zdravotní stav potvrdili všichni lékaři, kteří se podílejí na „předepisování“ titulů (Cultural Commisioning Programe, 2015).

5.3 Biblioterapie v České republice

5.3.1 BiblioHelp²¹

V České republice byl zatím jediným biblioterapeutickým projektem projekt Kabinetu informačních studií a knihovnictví Masarykovy univerzity v Brně. Bibliohelp se snažil vytvořit databázi terapeutické literatury, která svým zaměřením měla pokrýt témata týkající se životních zátěžových situací (BiblioJelp, 2017). Projekt

¹⁹ Reading Well Books on Prescription for dementia - <https://readingagency.org.uk/adults/news/reading-well-books-on-prescription-for-dementia-booklist.html>

²⁰ Reading Well for young people - <https://reading-well.org.uk/books/books-on-prescription/young-people-mental-health>

²¹ Projekt Kabinetu informačních studií a knihovnictví (KISK) - <http://www.bibliohelp.cz/>

v roce 2017 již není aktivní, nicméně jeho stránky s celou biblioterapeutickou databází jsou stále veřejně dostupné na síti Internet.

5.3.2 Knihovna Psychiatrické léčebny Bohnice

Dle dostupných pramenů se biblioterapii v minulosti věnovala také knihovna Psychiatrické léčebny Bohnice. Biblioterapie v této léčebně byla podrobně popisována v roce 2009 v diplomové práci Michaely Volfové²².

5.4 Svaz knihovníků a informačních pracovníků (SKIP)

Občanské sdružení SKIP usiluje o soustavné zvyšování úrovně knihovnické a informační práce. Povědomí o biblioterapii napříč Českou republikou rozšiřuje pomocí tematických seminářů. Lektorkou těchto seminářů je Marcela Kořínková z Knihovny Kroměřížska.

²² VOLFOVÁ, Michaela. Biblioterapie, její význam a uplatnění v psychiatrické léčebně [Bibliotherapy, her importance and use in psychiatric hospital]. Praha, 2009-05-22. 62 s., 6 s. příl. Bakalářská práce. Univerzita Karlova v Praze, Filozofická fakulta, Ústav informačních studií a knihovnictví. Vedoucí bakalářské práce Ludmila Fonferová.

6 Studium biblioterapie

Tato kapitola popisuje základní přehled o možnostech studia terapie knihou v zahraničí a České republice. Zvláštní pozornost je věnována postgraduálnímu studiu na Vratislavské univerzitě v Polsku, ale také biblioterapeutickým certifikátům. Následuje popis programů českých vysokých škol informačně knihovnického zaměření.

6.1 Studium biblioterapie v zahraničí

6.1.1 Vratislavská univerzita (Polsko)

Psychologický ústav Vratislavské univerzity v Polsku nabízí v rámci postgraduálního studia kurz biblioterapie. Kurz je dvousemestrální a je určen odborníkům, kteří se nepohybují přímo v oblasti psychologie. Konkrétně se týká pedagogů, knihovníků, sociálních pracovníků a dalších, kteří mají zájem naučit se aplikovat biblioterapii v praxi (Vratislavská univerzita, 2017).

Jeho účastníci by se měli naučit jak léčbu knihou používat při řešení problémů psychologického i pedagogického rázu v různých fázích života člověka. Program kurzu ale také zahrnuje přípravu pro akademickou práci na poli biblioterapie a metodologii výzkumu, kterou doporučují mezinárodní organizace zabývající se standardy vzdělávání v oblasti terapie uměním. Kurz je rozdělený do pěti na sebe navazujících bloků.

První blok kurzu je nazván jako *Psychologické a pedagogické základy biblioterapie*, které obsahují jedenáct předmětů. Jmenovitě se jedná o tyto předměty:

- *psychologie umění*
- *psychologie emocí*
- *psychologie kreativity*
- *úvod do psychodiagnostiky*
- *vybrané problémy z klinické psychologie*
- *možnosti nápravy pro děti a adolescenty ve školních i mimoškolních obtížných situacích a jejich praktické důsledky*

- *agresivita u dětí a dospívajících, jak ji brát a jak se s ní vyrovnat*
- *psychopatologie v kontextu rodiny: diagnóza a léčba*
- *vybrané problémy v psychopatologii dětí a dospívajících*
- *pedagogická péče a výchova,*
- *vedení do speciální pedagogiky a poradenství*

Předměty v druhém bloku kurzu se týkají terapie uměním, konkrétně se jedná o výklad sedmi různých druhů těchto terapií - arteterpie, základy teatroterapie, muzikoterapie, choreoterapie, gestalt terapie, filmoterapie, dramoterapie.

Třetí blok je věnován žánru krásné literatury, které je při terapiích využívána. Jedná se o následující předměty:

- *literatura pro děti a mládež*
- *básně a mýty v terapii podporující rozvoj dětí, mládeže i dospělých*
- *workshop*
- *tvorba divadelních her*
- *pozorování příležitostí a hrozeb*
- *obraz osobnosti a životního stylu člověka ve filmovém scénáři*
- *psychoanalytický pohled na lidskou povahu*

Čtvrtý studijní blok se týká již výhradně biblioterapie, její teorie a praxe.

- *teoretické základy biblioterapie*
- *biblioterapeutický workshop*
- *terapeutický příběh*
- *využití biblioterapie při práci s klientem s nízkým sebevědomím*
- *biblioterapie při práci s osobami s vývojovou vadou*

- *biblioterapie při práci s nemocným nebo mentálně postiženým klientem*
- *profylaktické, vzdělávací a výchovné aspekty v cestovatelské a horské literatuře*
- *relaxace v literatuře*
- *jak řešit stres*
- *trénink asertivního chování*

V pátém bloku se nachází diplomový seminář (Vratislavská univerzita, 2017).

6.1.2 Certifikáty

Možnost získat v oblasti biblioterapie nabízí například International Federation of Biblio/Poetry Therapy (IFBPT). Všechny tři níže uvedené certifikace jsou určeny absolventům vysokých škol.

6.1.2.1 Certified Applied Poetry Facilitator (CAPF)

CAPF certifikát mohou získat osoby, které mají bakalářské nebo vyšší vzdělání a zároveň již nějaké znalosti v oblasti psychologie. Držitelé tohoto certifikátu jsou vyškoleni k tomu, aby dokázaly rozeznat duševní problémy a posoudit, zda by již neměly být předány odborníkovi v oblasti duševního zdraví (Federation of Biblio/Poetry Therapy, 2017).

6.1.2.2 Certified Poetry Therapist (CPT)

CPT je tréninkový program pro osoby, které jsou držiteli postgraduálního titulu v oblasti duševního zdraví a dokážou pracovat s duševně narušenými jedinci samostatně. Může se jednat o osoby s lékařským doktorským titulem (Federation of Biblio/Poetry Therapy, 2017).

6.1.2.3 Registered Poetry Therapist (PTR)

Tento certifikát mohou získat osoby, které mají postgraduální nebo vyšší lékařské vzdělání a zároveň lékařskou licenci (Federation of Biblio/Poetry Therapy, 2017).

6.2 Studium biblioterapie v České republice

6.2.1 Slezská univerzita v Opavě

Filozoficko-přírodovědecká fakulta Slezské univerzity v Opavě nabízí v letním semestru 2017 studentům bakalářského oboru Publicistika, knihovnictví a informatika povinně volitelný seminář *Biblioterapie*.

Seminář informuje o teoretické oblasti biblioterapie, jejím rozdělení i souvisejících termínech. Dále potom o samotné osobnosti biblioterapeuta, typech literatury, které lze při terapii knihou využít a o cílových skupinách biblioterapie. Velká část má být věnována různým oblastem, ve kterých může být terapie knihou uplatněna – například v oblasti mezilidských vztahů, závislostí, tělesných a mentálních postižení, sociálních problémů (Slezská univerzita v Opavě, 2017).

6.2.2 Masarykova univerzita

Na Masarykově univerzitě se terapii knihou věnuje Ústav české literatury a knihovnictví Filozofické fakulty. Předmět zde existuje pod názvem *Biblioterapie v pedagogické praxi* a vyučuje se v zimním semestru roku 2017.

Cílem je informovat účastníky o využití biblioterapie při výuce na středních školách. Dále potom uvést studenty do metodiky výběru četby a také seznámení studentů se základy biblioterapie jako psychoterapeutické metody. Zároveň je zde uplatňována praktická stránka biblioterapie a vlastní terapeutické experimenty studentů. Studenti by po skončení kurzu měli být schopni biblioterapii sami používat (Masarykova univerzita, 2017).

Na Masarykové univerzitě do svých předmětů již biblioterapii zařazuje také Kabinet informačních studií a knihovnictví, a to konkrétně do předmětu *Bezbariérové knihovny* (Kořínková, 2017a).

6.2.3 Univerzita Karlova

Ústav informačních studií a knihovnictví v současné chvíli biblioterapii ve svém programu zahrnutou nemá.

7 Biblioterapeutická praxe v Knihovně Kroměřížska: případová studie

Tato kapitola je popisem biblioterapeutické praxe ve městě Kroměříž. Zabývá se popisem institucí, které se na biblioterapeutických aktivitách podílejí, následně rozebírá všechny součásti, které tuto činnost v Knihovně Kroměřížska doprovázejí. Poslední část kapitoly popisuje a rozebírá konkrétní příklady z praxe Marcely Kořínkové.

Biblioterapeutická činnost ve městě Kroměříž vznikla na základě spolupráce dvou institucí – Knihovny Kroměřížska a Psychiatrické nemocnice v Kroměříži. Spolupráce byla zrealizována z iniciativy knihovnice dětského oddělení Marcely Kořínkové a psycholožky Hany Paštekové Rupertové.

Prostředí města Kroměříž je výrazně ovlivněno přítomností zmíněné nemocnice a integrací jejích pacientů do chodu města, což má vliv na řadu jeho aspektů, včetně celé komunity a komunitních institucí, tedy i místní veřejné knihovny.

Pacienti psychiatrické nemocnice, kteří jsou pravidelnými uživateli knihovny, spadají svým zařazením do kategorie uživatelů se specifickými potřebami. Tyto specifické potřeby vyžadují speciální formu komunikace, a také vhodnou formu reakcí na jejich chování, které se značně liší od chování duševně zdravého uživatele knihovny (SKIP ČR, 2014).

Zavedení biblioterapie, jako jedné ze služeb Knihovny Kroměřížska, bylo přirozenou reakcí na výše popsané prostředí.

7.1 Psychiatrická nemocnice v Kroměříži (PNKM)²³

Psychiatrická nemocnice v Kroměříži vznikla v roce 1902, kdy moravský zemský výbor schválil výstavbu třetího ústavu pro choromyslné v oblasti Moravy. V současné době je PNKM zdravotnickým zařízením specializujícím se na léčbu všech typů duševních onemocnění a psychických poruch. V jejím čele stojí psychiatr a psychoterapeut MUDr. Petr Možný (PNKM, 2017).

²³ Psychiatrická nemocnice v Kroměříži - <http://www.pnkm.cz/cs/uvod>

Léčebna v současné době zahrnuje celkem 33 různých oddělení. Z toho 19 psychiatrických, 6 gerontopsychiatrických, 3 toxirehabilitační, 2 interní, 1 pedopsychiatrické, 1 psychoterapeutické a 1 nelůžkové oddělení klinické psychologie. Součástí areálu nemocnice je také knihovna a nachází se zde i kostel (PNKM, 2017)

Nemocnice podporuje reformu psychiatrické péče, která umožňuje život duševně nemocných v jejich vlastní rodině či komunitě, pokud jim to jejich zdravotní stav umožňuje. Nemocnice se reprezentuje mottem: „*Všichni duševně nemocní si zaslouží respekt a lidskou důstojnost*“ (PNKM, 2017).

Hana Pašteková Rupertová zde v současné době působí jako psycholožka na jednom z psychiatrických oddělení, které se soustředí na léčbu pacientů s chronickými psychotickými a neurotickými poruchami, lehké dekompenzované mentální retardace a organické poruchy a léčbu pacientů závislých na alkoholu. Podpora biblioterapie z její strany je značná²⁴. Marcela Kořínkové, která jí dodává potřebnou beletrii vhodnou pro některé nemoci, sama předává do péče pacienty, jimž by biblioterapie mohla být v léčebném procesu prospěšná.

7.2 Knihovna Kroměřížska (KNIHKM)²⁵

Knihovna Kroměřížska je veřejnou knihovnou s univerzálním knihovním fondem a regionálním centrem okresu Kroměříž. Byla založena v roce 1897. Ke knihovně náleží celkem 8 poboček a Turistické informační centrum (TIC). V současné době v jejím čele stojí PhDr. Šárka Kašpárková.

Knihovna je ve svém působení velmi činná a zapojuje se do široké škály aktivit. V roce 2013 se stala informačním centrem *Europe Direct*, které zodpovídá na dotazy týkající se Evropské Unie, organizuje přednášky, semináře a výstavy, a poskytuje poradenství ke strukturálním fondům a legislativě Evropské Unie. Je také provozovatelem virtuální referenční služby *Ptejte se knihovny* a institucionálním členem Svazu knihovníků a informačních pracovníků (SKIP).

Kroměřížská veřejná knihovna pořádá semináře, vzdělávací akce a workshopy pro širokou veřejnost, neziskový sektor i profesionální pracovníky. Mezi vzdělávací

²⁴ Viz příloha číslo 2, strana X v této práci, rozhovor s Hanou Paštekovou Rupertovou.

²⁵ Webové stránky Knihovny Kroměřížska - <http://www.knihkm.cz/>

akce je zařazena Univerzita III. věku, Akademie III. věku, Hudební akademie a počítačové kurzy.

Knihovna Kroměřížska je nositelem státní ceny Knihovna roku 2005 a nově i cenou knihovna roku 2016, a to konkrétně za průkopnické prosazení biblioterapie v rámci preventivních programů na podporu duševního zdraví a integrace osob se specifickými potřebami (Knihovna Kroměřížska, 2017).

7.3 Biblioterapie jako nová služba knihovny

7.3.1 Počátky biblioterapie v Knihovně Kroměřížska

Dění kolem biblioterapeutické služby je zde úzce spjato s osobností Marcely Kořínkové. Zájem o problematiku biblioterapie ze strany paní Kořínkové nastal v lednu roku 2011, kdy při přípravě na jeden z kroužků dětského oddělení narazila na knihu Lidmily Vášové *Úvod do bibliopedagogiky*, která obsahuje stručnou kapitolu o tomto tématu. Od té chvíle se začala v oblasti terapie knihou aktivně vzdělávat. Z počátku samostudiem, které se ale postupem času rozvinulo do roviny absolvování psychoterapeutických kurzů a dobrovolnictví v Psychiatrické nemocnici Kroměříž, kde biblioterapeutka s terapií knihou začínala. Hlavní motivací stát se biblioterapeutkou byl její kladný vztah ke knihám i osobní zájem o psychologii.

Biblioterapeutka absolvovala několik psychoterapeutických kurzů, které jsou dle jejího názoru pro vykonávání této práce naprosto nezbytné. Většina absolvovaných kurzů proběhla v rámci organizace TVS Fokus²⁶ v pražských Bohnicích.

Jedná se o následující kurzy:

- 2013 – *Biblioterapie a arteterapie* (pod vedením Mariny Stejskalové);
- 2013 – *Práce s klientem s hraniční poruchou osobnosti* (TVS Fokus);
- 2013 – *Způsoby zvládnání obtížných situací při spolupráci s klientem* (TVS Fokus);

²⁶ TVS Fokus - <https://www.fokus-praha.cz/index.php/cz/>

- 2015 – *Duševní onemocnění u dětí – jak je rozeznat a možnosti pomoci* (TVS Fokus);
- 2015 – *Komunikace s člověkem s depresí* (TVS Fokus)

Zmíněné kurzy nejsou jediným zdrojem potřebných informací a vzdělání. Marcela Kořínková za součást svého vzdělání považuje supervize psychologů a také spolupráci s nimi.

Díky nasazení Marcely Kořínkové se podařilo biblioterapii zařadit do stabilního portfolia služeb Knihovny Kroměřížska. Marcela Kořínková nadále působí v dětském oddělení knihovny a jedenkrát týdně se věnuje biblioterapii. V roce 2017 již pracuje výhradně formou individuální biblioterapie, od skupinových již upustila.



Obrázek 1. - Marcela Kořínková, biblioterapeutka v Knihovně Kroměřížska

7.3.2 Biblioterapeutická místnost Knihovny Kroměřížska

Pro terapeutická sezení má Knihovna Kroměřížska vyhrazenou speciální místnost, která se nachází v suterénu knihovny. Jeho obrovskou výhodou je především samostatný vchod, na který není z hlavních prostor knihovny vidět, a tak je klientům paní Kořínkové poskytnut dostatek soukromí.



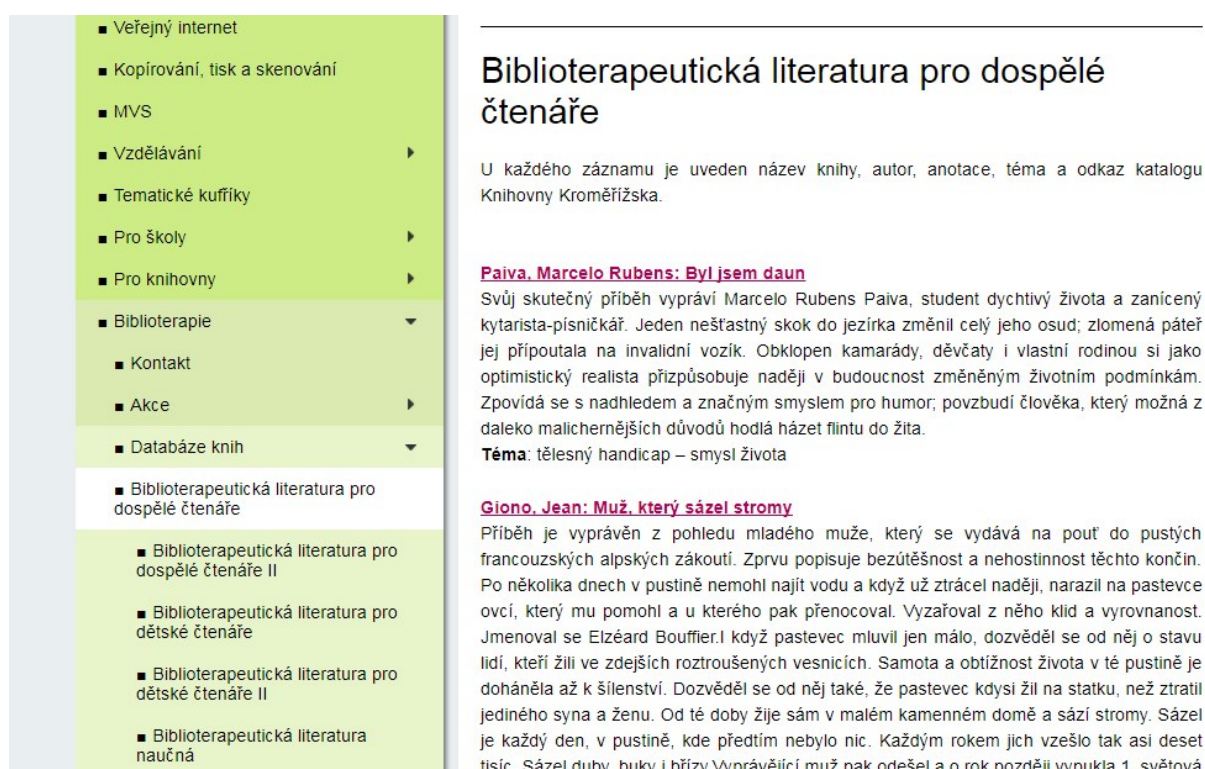
Obrázek 2 – místnost pro biblioterapeutická sezení v Knihovně Kroměřížska (zdroj © Marcela Kořínková)

7.3.3 Databáze terapeutické literatury

Paní Kořínková na základě svých vlastních zkušeností zveřejňuje seznam literatury vhodné pro psychotherapeutické účely. Databáze se nachází na webových stránkách knihovny Kroměřížska, v sekci *Biblioterapie*²⁷. Je rozdělena na sekce *biblioterapeutická literatura pro dospělé čtenáře*, *biblioterapeutická literatura pro dětské čtenáře* a *Biblioterapeutická literatura naučná*.

První dvě kategorie obsahují beletrii, část třetí potom naučnou literaturu, která pojednává o lidech se zdravotním postižením a komunikaci s nimi.

Jednotlivé tituly v této databázi pak obsahují stručnou anotaci a témata, kterými se zabývají a odkaz do katalogu knihovny.



■ Veřejný internet

■ Kopírování, tisk a skenování

■ MVS

■ Vzdělávání ▶

■ Tematické kuffiky

■ Pro školy ▶

■ Pro knihovny ▶

■ Biblioterapie ▼

■ Kontakt

■ Akce ▶

■ Databáze knih ▼

■ Biblioterapeutická literatura pro dospělé čtenáře

■ Biblioterapeutická literatura pro dospělé čtenáře II

■ Biblioterapeutická literatura pro dětské čtenáře

■ Biblioterapeutická literatura pro dětské čtenáře II

■ Biblioterapeutická literatura naučná

Biblioterapeutická literatura pro dospělé čtenáře

U každého záznamu je uveden název knihy, autor, anotace, téma a odkaz katalogu Knihovny Kroměřížska.

Paiva, Marcelo Rubens: Byl jsem daun

Svůj skutečný příběh vypráví Marcelo Rubens Paiva, student dychtivý života a zanícený kytarista-pisničkář. Jeden nešťastný skok do jezírka změnil celý jeho osud; zlomená páteř jej připoutala na invalidní vozík. Obklopen kamarády, děvčaty i vlastní rodinou si jako optimistický realista přizpůsobuje naději v budoucnost změněným životním podmínkám. Zpovídá se s nadhledem a značným smyslem pro humor; povzbudí člověka, který možná z daleko malichernějších důvodů hodlá házet flintu do žita.

Téma: tělesný handicap – smysl života

Giono, Jean: Muž, který sázel stromy

Příběh je vyprávěn z pohledu mladého muže, který se vydává na pouť do pustých francouzských alpských zákoutí. Zprvu popisuje bezútěšnost a nehostinnost těchto končin. Po několika dnech v pustině nemohl najít vodu a když už ztrácel naději, narazil na pastevce ovčí, který mu pomohl a u kterého pak přenocoval. Vyzařoval z něho klid a vyrovnanost. Jmenoval se Elzéard Bouffier. I když pastevce mluvil jen málo, dozvěděl se od něj o stavu lidí, kteří žili ve zdejším roztroušených vesnicích. Samota a obtížnost života v té pustině je doháněla až k šílenství. Dozvěděl se od něj také, že pastevce kdysi žil na statku, než ztratil jediného syna a ženu. Od té doby žije sám v malém kamenném domě a sází stromy. Sázel je každý den, v pustině, kde předtím nebylo nic. Každým rokem jich vzešlo tak asi deset tisíc. Sázel duby, buky i břízy. Vyprávějící muž pak odešel a o rok později vypukla 1. světová

Obrázek 3- ukázka biblioterapeutické databáze ze stránek Knihovny Kroměřížska

²⁷ Databáze biblioterapeutické literatury - <http://www.knihkm.cz/sluzby/biblioterapie/databaze-knih.html>

7.3.4 Semináře

Mezi další aktivity paní Kořínkové v oblasti biblioterapie je rozšiřování povědomí o této problematice v rámci seminářů.

Jeden z těchto seminářů, *Biblioterapie a její využití v knihovnách*, zorganizoval SKIP v dubnu 2017 ve spolupráci s Národní knihovnou ČR. Semináře se zúčastnila paní Kořínková společně s Hanou Paštekovou Rupertovou a jedna klientka biblioterapie.

Další ze seminářů se odehrál v červnu roku 2017 na půdě Vědecké knihovny v Olomouci pod názvem *Biblioterapie jako další služba knihoven*.

Struktura semináře je vedena snahou informovat účastníky o biblioterapii teoreticky, od jejího vzniku po výklad typů a složek biblioterapie. Poté následuje část informující o praktické aplikaci terapie knihou – rozbor jednotlivých kazuistik paní Kořínkové s názornými ukázkami výsledků práce klientů, u kterých byly použity další metody psychoterapie uměním. Závěrečnou částí semináře je potom workshop, kdy je s posluchači praktikována skupinová biblioterapie, aby si celý proces dokázali lépe představit.

7.4 Příklady z praxe

Biblioterapeutickou praxi v Kroměříži lze nejlépe vyložit na základě příkladů z praxe Marcely Kořínkové, které byly na základě rozhovorů s ní vybrány. Každý z uvedených příkladů vychází z individuálních sezení (Kořínková, 2017b).

7.4.1 Marie X.

Problém: citová závislost

Použité metody: biblioterapie, imagoterapie

Cíle biblioterapie: změna přístupu pacientky

Kontext případu:

Klientka Marie přišla k paní Kořínkové nejprve v rámci skupinové biblioterapie, skrze niž se zúčastnila celkem sedmi sezení. Při skupinových sezeních nevyjadřovala žádné problémy, kromě občasných špatných nálad, které popisovali i ostatní členové

skupiny. Po ukončení této skupinové terapie se klientka na paní Kořínkovou obrátila s dotazem, zda by k ní nemohla docházet individuálně, k čemuž došlo.

V rámci této individuální biblioterapie se klientka rozmluvila o problémech, které ji doopravdy trápily, ale které nechtěla projevovat před ostatními členy skupiny. Problémy Marie souvisely s její osobní situací po rozvodu a vztahu k bývalému manželovi.

Řešení biblioterapeutky:

Po důkladném zvážení byla paní Kořínkovou zvolena kniha *Citová závislost jak se z ní vymanit*²⁸. Kniha byla vybrána především z toho důvodu, že se v ní nacházejí různé rady a úkoly, ale i příběhy žen, které byly v podobné situaci jako klientka.

Při aplikaci biblioterapie byla vybrána její dílčí metoda imagoterapie. Klientka měla za úkol představit si, že je v roli jedné z žen v příběhu, která byla v podobné situaci a následně ji poradit nějaké východisko, řešení její situace. Následně jí byla biblioterapeutkou položena otázka, zda by východisko, které Marie navrhla pro postavu, nebyla schopná aplikovat ve vlastním životě.

Klientka s sebou také dostávala různé materiály a úkoly z knihy domů, aby měla dostatek času a prostoru nad nimi přemýšlet. Splněné je klientka následně nosila zpět na sezení, kde o nich s biblioterapeutkou dále hovořila.

Terapie ukončila úspěšně po osmi sezeních. Marie dosáhla několika zásadních úspěchů – odstranila hlavní důvody k tomu, které vedly k tomu, aby se s bývalým partnerem vídala. Jedním z nich byla například změna telefonního čísla (Kořínková, 2017b).

7.4.2 Štěpán X.

Problém: duševní porucha s psychotickými příznaky

Použité metody: biblioterapie, muzikoterapie

²⁸ Marie-Chantal Deetjens: *Citová závislost a jak se z ní vymanit*

Cíle biblioterapie: ukázat klientovi, že pravidelný nácvik má smysl; motivovat klienta k nějaké činnosti

Kontext případu:

Štěpán byl po léčení v psychiatrickém zařízení. Paní Kořínková byla požádána, zda by se mu mohla věnovat. Duševní porucha klientovi způsobovala potíže s koncentrací. Štěpán byl jedním z nejnáročnějších klientů paní Kořínkové. O biblioterapii a čtení neprojevoval velký zájem a celkově byl neaktivní.

Řešení biblioterapeutky:

Výběr krátkých textů, jejichž účelem bylo pacientovi ukázat, že pravidelný nácvik má smysl. Texty musely být krátké a jednoduché kvůli Štěpánovým problémům s koncentrací. Biblioterapeutka často používala i texty z knih určených pro děti. Vybrané texty byly často doplňovány vytištěnými obrázky, aby se pacient dokázal lépe představit, protože pro něj bylo nepohodlné a těžké nad nimi přemýšlet a často jim nerozuměl.

Paní Kořínková se Štěpána snažila motivovat k nějaké činnosti a nakonec při své intervenci využila jeden z pacientových koníčků, hudby. Pacient dostal za úkol uskutečnit hudební vystoupení, přičemž mu biblioterapeutka slíbila, že mu při tom bude asistovat. Po vystoupení sám klient přiznal, že má ze své aktivity kladné pocity. Štěpán se po tomto úspěchu však navrátil zpět do neaktivní fáze a sezení byla paní Kořínkovou, po jedenácti měsících snahy, ukončena. Tento případ jasně ukazuje, že aby terapie byla efektivní, tak musí pacient sám chtít – mít naději v celý proces terapie (Kořínková, 2017b).

7.4.3 Jana X.

Problém: duševní porucha s psychotickými příznaky

Použité metody: aktivní biblioterapie

Cíle biblioterapie: ulevit klientce od příznaků nemoci

Kontext případu:

Jana byla inteligentní a vzdělaná osoba. Jejím hlavním problémem byla závist ostatním lidem a osobní nespokojenost, která vedla k nadměrnému užívání alkoholu a léků. Alkoholismus v kombinaci se silnými léky měl za následek problémy v zaměstnání i v rodině. Klientka musela podstoupit léčbu v psychiatrickém zařízení.

Průběh biblioterapie:

Klientčin duševní problém způsoboval chování, které bylo mimo realitu. Jana měla oblíbenou knižní postavu (Čingischána), o které často hovořila a přála si napsat o této postavě vlastní knihu. Terapeutka se tedy přiklonila k aplikaci aktivní biblioterapie. Pacientka měla za úkol jí svůj příběh, který chtěla napsat, navyprávět do diktafonu a paní Kořínková jej následně měla přepsat do papírové podoby. V momentě, kdy klientka začala se zavřenýma očima příběh vyprávět, tak se naprosto změnilo její chování. Začala se vyjadřovat souvisle, realisticky. Její příběh měl všechny potřebné náležitosti, včetně například úvodu do děje.

Terapeutka Janě po tomto sezení příběh přepsala a donesla ukázat. Klientka sama sdělila paní Kořínkové, že v jedné části svého příběhu popsala pocity, které má, když se nachází v určitém stádiu své nemoci.

Biblioterapie u této pacientky byla ukončena v momentě, kdy zapůsobily léky, které na svou nemoc užívala. Po utlumení příznaků nemoci ztratila klientka o napsání knihy zájem a biblioterapeutická snaha byla ukončena (Kořínková, 2017b).

7.4.4 Marek X.

Problém: duševní a emocionální porucha

Použité metody: receptivní biblioterapie, arteterapie

Cíle biblioterapie: zmírnění příznaků nevhodných projevů v chování pacienta

Kontext případu:

Marek byl dětský pacient, který se dostal do péče paní Kořínkové na doporučení svého psychologa. Pacientova duševní porucha snižovala jeho schopnost soustředit se. Zároveň nepocházel z dobrého rodinného zázemí a chyběla

mu pozornost lidí. Tento nedostatek se na něm projevoval tak, že byl agresivní vůči ostatním lidem.

Průběh biblioterapie:

Pacient se v průběhu sezení projevoval úplně jinak, než u něj bylo běžné v okolí ostatních dětí. Jevil známky toho, že je z každého sezení šťastný a vždy se paní Kořínkové ptal, kdy se zase vrátí.

Biblioterapeutka v případě Marka pracovala většinou tak, že ho na začátku každého sezení pomocí relaxačních cvičení uvedla do stavu klidu. Následně mu přečetla kousek knihy, který s pomocí výtvarných technik s pacientem dál zpracovávala. Většinou mu připravila nějakou další aktivitu, která se týkala tématu knihy a při které se musel soustředit na práci, například mu vystřihala obrázky, které potom s předlohou nebo bez předlohy měl slepit dohromady. Tím byla zaměstnána jeho pozornost. Klient po celou terapii projevoval nadšení, i když v průběhu terapie byl unavený, nikdy ji nechtěl přerušit a vždy chtěl rozpracovanou činnost dokončit.

Terapeutka ze zpráv psycholožky věděla o asociálních projevech v Markově chování, tak se ho snažila různě motivovat k tomu, aby se choval lépe. Marek měl rád příběhy s rytířskou tematikou, a tak mu vytvořila „rytířský řád“, který měl nosit na krku. Řekla mu, že tento řád smí nosit jenom ten, kdo se rytířsky také chová. O hodnotě tohoto řádu byla informovaná psycholožka i sestra, které paní Kořínkové doložily, že kdykoliv měl řád na krku, tak se choval vhodně a přijatelně.

Sezení byla ukončena přesunem Marka do jiného města (Kořínková, 2017b).

7.4.5 Martina X.

Problém: trauma z dětství

Použité metody: receptivní biblioterapie, aktivní biblioterapie

Cíle biblioterapie: motivace do života, podpora sebedůvěry

Kontext případu:

Martina byla dospívající dívka, kterou v raném dětství traumatizovalo nalezení mrtvého člena rodiny, který spáchal sebevraždu. Od tohoto traumatického zážitku

až po období dospívání pacientka nebyla schopna se usmívat, nekomunikovala a měla nízké sebevědomí. Také nenavazovala žádné vztahy, byla neustále sama, nezapojovala se do kolektivních činností a byla samotářská, velice introvertní a postrádala chuť do života.

Průběh biblioterapie:

Při biblioterapii byly pro pacientku vybírány především motivující příběhy, které jí paní Kořínková při terapii četla. Pacientka měla problém se soustředěním, a tak se jednalo o velice jednoduché úkoly, některé i pro děti. Šlo především o to, aby se klientka soustředila.

Pro problém osamělosti a stranění se kolektivu byla vybrána povídka *Osamělý uhlík*²⁹, která pojednává o plápolajícím ohni, ze kterého vyskočí uhlík, který když zůstává sám mimo ohniště, tak jen doutná a skomírá a málem vyhasne, ale když jej někdo vrátí zpět do ohniště mezi ostatní uhlíky, tak se znovu rozžhaví a začne žít svým životem. Příběh měl klientce vysvětlit, že by člověk neměl být sám.

Martina na biblioterapeutickou intervenci reagovala velice kladně. Psycholožka Martiny potvrdila, že se díky sezením pacientka opravdu začala zapojovat víc do kolektivu a začala být aktivnější.

Martiny neusmívání se bylo řešeno tak, že jí biblioterapeutka pořídila deník, do kterého měla zaznamenávat každý důvod, který ji vedl k tomu, aby se jen lehce pousmála. Klientka si deník poctivě psala. Biblioterapeutické sezení s paní Kořínkovou bylo vždy v tomto deníku zaznamenáno jako radostná událost.

Biblioterapie byla ukončena převozem Martiny do jiného zařízení (Kořínková, 2017b).

²⁹ Paulo Coelho: *Osamělý uhlík*

8 Knihovník jako biblioterapeut: osobnostní a kompetenční profil

Tato kapitola popisuje osobnostní rysy, kterými by měl knihovník biblioterapeut disponovat. Dále vykládá potencionální alternativy vzdělávání se v oblasti psychoterapie a psychologie. V poslední části hodnotí bakalářský stupeň studia oboru Informační studia a knihovnictví na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy a navrhuje další možnosti studia psychologie a psychoterapie v rámci této fakulty.

8.1 Osobnostní profil biblioterapeuta

Na příkladu Knihovny Kroměřížska je jasné, že základním předpokladem pro správné fungování biblioterapie je samotná osobnost knihovníka. Biblioterapeut musí, stejně jako psycholog, disponovat určitými osobnostními rysy.

Nejdůležitějším z těchto rysů je **empatie**, tedy vlastnost, díky které se dokážeme vcítit do problémů druhého člověka a jsme schopni na tyto problémy pohlížet z jeho perspektivy. K empatii potom přirozeně náleží **altruismus**, jednání ve prospěch jiného člověka, tedy schopnost nesobecky a nezištně pomáhat ((Kořínková, 2017a; Vymětal, 2010).

Další vlastnost, kterou je možné jmenovat je **důvěryhodnost**. Jde o umění získat si důvěru člověka, kterému chceme pomoci, umění vytvořit důvěrné prostředí v terapeutickém vztahu. Čím víc klient terapeutovi důvěřuje, tím je k němu upřímnější a otevřenější a tím líp je potom terapeut schopen vyhledat vhodný terapeutický text, nebo knihu (Kořínková 2017a).

Důležitým aspektem v osobnosti biblioterapeuta je **trpělivost**. Psychicky nemocní lidé mají často problémy s kognitivními procesy (pozorností, pamětí i soustředěním) a často je nutné začít znovu od začátku, vymyslet jiný postup, vybrat jinou knihu (Pašteková Rupertová, 2017).

Na příkladech z biblioterapeutické praxe knihovny Kroměřížska je jasně vidět, že biblioterapeutovi by neměla chybět **soudnost**. Měl by schopen být natolik soudný, aby dokázal rozpoznat hranici mezi tím, kde ještě může být nápomocen, a kde už je potřeba kvalifikovaného odborné pomoci. Zároveň by tedy svou osobností

měl být disponován ke spolupráci s odborníkem – psychologem nebo psychiatrem na potřebné úrovni.

Nutný je také předpoklad **motivace** k dalšímu studiu. Oblast psychologie, psychoterapie i duševního zdraví se neustále rozvíjí a biblioterapeut, tedy člověk, který pracuje s lidskými emocemi, by se měl neustále dál vzdělávat.

8.2 Kompetenční profil biblioterapeuta

Na základě rozhovorů s biblioterapeutkou Marcelou Kořínkovou a psycholožkou Hanou Paštekovou Rupertovou je zřejmé, že stejně jako určité povahové předpoklady, je důležitá a naprosto nezbytná úroveň vzdělání osoby, která chce terapii knihou praktikovat. Jelikož se pohybujeme v oblasti duševního zdraví, jsou hluboké teoretické znalosti z oblasti psychologie a její aplikované psychologické disciplíny psychoterapie, naprosto nepostradatelné.

Psychologické vzdělání je možné si doplnit pomocí široké škály psychoterapeutických kurzů, stejně jako to řešila Marcela Kořínková. Jako jeden ze způsobů vzdělávání se nabízí spolupráce s psychology a psychiatry prostřednictvím dobrovolnických programů psychiatrických zařízení, kdy se budoucí biblioterapeut má možnost učit prostřednictvím supervizí, tedy pod dohledem kvalifikované osoby. Například v Praze takový dobrovolnický program nabízí Všeobecná fakultní nemocnice, konkrétně Psychiatrická klinika VFN a 1. Lékařské fakulty Univerzity Karlovy³⁰. Své dobrovolnické centrum má také Fakultní nemocnice v Motole³¹.

Další nezbytnou dovedností pro knihovníka biblioterapeuta je dobrá orientace a přehled v literatuře. Jedná se především o schopnost vybrat knihy (nebo pasáže z knih), které jsou vhodné pro terapeutické účely. V průběhu terapie se může objevit široká škála různorodých problémů, kterým může klient podléhat – od citové závislosti až po hlouběji ukotvené duševní nemoci, kdy klient již není schopen číst složité texty, a především nad nimi nedokáže tolik přemýšlet. Terapeut rovněž pracuje s různými věkovými skupinami, tudíž je důležitá orientace jak v literatuře dětské, tak v literatuře pro dospělé.

³⁰ Všeobecná fakultní nemocnice v Praze - <http://www.vfn.cz/o-nemocnici/dobrovolnictvi/dobrovolnictvi-ve-vfn/>

³¹ Dobrovolnické centrum FN v Motole - <http://www.fnmotol.cz/o-nas/dobrovolnickecentrum/>

Pokud se v tomto směru zamyslím nad obsahem studia bakalářského stupně INSK, který jsem sama absolvovala, pak je zde možné zmínit několik předmětů, které budoucímu biblioterapeutovi mohou pomoci v rámci pregraduální přípravy pro tuto profesi pomoci. Za nejužitečnější považuji předmět *Sociální komunikace*, který se (mimo jiné) zabývá interpersonální komunikací – v rovině verbální i neverbální. Dále potom předmět *Lektorské a prezentační dovednosti*, kde je student obeznámen se základy a prezentování a lektorování, včetně praktického tréninku těchto dovedností. Za velice podstatný považuji také předmět *Praxe*, kterou jsem mohla absolvovat právě v Knihovně Kroměřížska. Student ústavu informačních studií a knihovnictví má možnost zvolit si sám, na základě svého vlastního uvážení, kde by chtěl odbornou praxi absolvovat – tím se pro studium biblioterapie otvírají další možnosti, mnoho lékařských institucí má svou knihovnu, a tedy například i Psychiatrická nemocnice v pražských Bohnicích.

Při studiu Filozofické fakulty se psychologii lze věnovat rovněž prostřednictvím zájmových předmětů. V rámci psychologicko-pedagogického minima lze absolvovat předměty *Úvod do psychologie pro učitele I.* a *Úvod do psychologie pro učitele II.* Oba předměty jsou určeny pro budoucí pedagogy, tudíž se rozebíraná psychologie zaměřuje spíše k dětem a dospívajícím.

Další alternativou, jak získat psychologické vzdělání, jsou zájmové kurzy v rámci celoživotního vzdělávání nabízené Katedrou psychologie Filozofické fakulty Univerzity Karlovy. V současné době Katedra psychologie nabízí kurzy tři: *Psychologie pro každý den*, *Psychologie v praktických aplikacích* a *Stres a možnosti jeho zvládnutí*. Všechny tyto kurzy jsou určené pro osoby s minimálně středoškolským vzděláním.

Psychologie pro každý den probíhá v rámci přednášek. Poskytuje základní teoretický přehled v oboru psychologie a psychologických disciplín a dotýká se i aplikovaných psychologických disciplín, například psychoterapeutických směrů současnosti. Jsou přednášena také témata jako psychologie osobnosti, metody poznávání člověka, sexuální psychologie a další. Po absolvování tohoto kurzu je následně možné pokračovat kurzem „pro pokročilejší“, který se nazývá *Psychologie v praktických aplikacích* (Katedra psychologie FF UK, 2017).

Cílem kurzu *Psychologie v praktických aplikacích* je rozšířit absolventovi znalosti z oblasti psychologie tak, aby je zvládl využít ke zkvalitnění svého vlastního profesního zaměření. Kurz je rozdělen na dvě části, nejprve jsou v rámci sto padesáti hodin přednášeny poznatky základních psychologických oborů, jako je například psychologie emocí a motivace, vývojová psychologie, psychopatologie a dále také poznatky ze základních aplikovaných psychologických disciplín jako je například psychologie zdraví a klinická psychologie. Tato část je ukončena interakčním psychologickým výcvikem. Následně program nabízí 3 různé moduly, ze kterých si účastník vybírá na základě svého zaměření. Modul 1 se nazývá *Člověk v organizaci, člověk a ekonomické prostředí*. Modul 2 je pojmenován jako *Člověk ve zdraví a nemoci* a zaměřuje se na klinickou psychologii, psychologii zdraví a podobně. Modul 3, *Jedinec ve vývoji, v interpersonálních a sociálních vztazích*, se soustředí na vývojovou, pedagogickou a sociální psychologii (Katedra psychologie FF UK, 2017). Pro budoucího biblioterapeuta je tedy nejvhodnější modul číslo 2 a 3.

Stres a možnosti jeho zvládnutí je rovněž přednáškového charakteru. Kurz informuje jak o podobě stresu v každodenním životě, tak i o kritických situacích, jako je například psychické týrání. Zároveň se zaměřuje také na reakce na stres, jako je alkoholismus a duševní poruchy. Na druhé straně jsou přednášeny také témata týkající se umění odpočívat, duševní hygieny a asertivity (Katedra psychologie FF UK, 2017).

9 Závěr

V kontrastu se zahraniční praxí je zřejmé, že oblast biblioterapie se teprve dostává do oblasti zájmů českých knihoven a knihovníků. Knihovna Kroměřížska aktivním zavedením biblioterapie mezi své standardní služby, a také pořádáním seminářů, značně zvýšila povědomí o této problematice. Zároveň vytvořila dobrou základnu pro další rozvoj v této oblasti a přinesla potřebné podklady pro biblioterapeutickou praxi, které v České republice doposud chyběly. Všechny podklady, které v Kroměřížské knihovně vznikly, mohou být základem a inspirací pro další knihovny, které by chtěly své služby rozvinout podobným směrem.

Za inspiraci pro české knihovny a knihovníky pokládám rozsáhlé zahraniční projekty. Jedním z nejzajímavějších je projekt *Reading well*. Tento projekt, podle mého názoru, ukazuje biblioterapeutickou praxi tak, jak by měla vypadat – kooperují na něm knihovny společně s lékařskými institucemi. Jeho výstupem je zároveň velice cenná databáze, která je veřejně dostupná na síti Internet.

Samotnou profesi knihovníka biblioterapeuta zmiňuje ve své diplomové práci *Noví (mladí) informační profesionálové jako zaměstnanci knihoven a členové profesních organizací* Alžběta Lutzová (2017). Knihovník biblioterapeut se objevuje v kapitole *Budoucnost nových informačních profesionálů* jako jedna z nových pozic, ke které může nový informační profesionál ve své profesní dráze směřovat. Otázkou biblioterapeutické profese by se tedy mohly zabývat i jiná sdružení než SKIP, například právě skupina, která řeší problematiku nových informačních profesionálů, NIP CZ.

Zájem o biblioterapii a o profesi knihovníka biblioterapeuta v České republice by mohla značně zvýšit implementace do programů vysokých škol. V současné chvíli je terapie knihou zmiňována a rozebírána především jako součást předmětů věnující se službám uživatelům. Výjimkou je pouze Slezská univerzita v Opavě, kde je tato terapie vyučována jako samostatný předmět a je možné zmínit také aktivity Kabinetu informačních studií a knihovnictví Masarykovy Univerzity, kde vznikl projekt *BiblioHelp*. Příkladem k tomu, jak by se léčba knihou na vysokých školách měla vyučovat, mohou být nápomocné osnovy vysokých zahraničních vysokých škol – například univerzity v polské Vratislavi.

Závěrem bych dodala, že na základě svého vlastního pozorování mohu říci, že terapie knihou má v budoucnosti knihovních služeb velký potenciál. Biblioterapie

se výrazně týká problematiky poskytování služeb uživatelům se specifickými potřebami. Jako služba může napomoci k odstranění některých bariér, které stojí mezi duševně nemocným člověkem a knihovnou. Jejím nejdůležitějším prvkem je osobnost knihovníka, který je do biblioterapeutické praxe zapojený.

10 Seznam použité literatury:

- BLAŽEK, Miroslav. Biblioterapie [příloha]. *Inflow* [online]. 2008, **1**(6), 6-7 [cit. 2017-06-28]. ISSN 1802-9736. Dostupné z: http://www.inflow.cz/files/inflowpriloha/Priloha6_2008.pdf
- BREWSTER, Elizabeth, 2011. *An investigation of experiences of reading for mental health and well-being and their relation to models of bibliotherapy*. Sheffield. Disertační práce. University of Sheffield. Information School.
- BREWSTER, Elizabeth. Books on Prescription: Bibliotherapy in the United Kingdom. *Journal of Hospital Librarianship* [online]. 2009, **9**(4), 399-407 [cit. 2017-06-18]. ISSN 1532-3269. Dostupné z: <http://dx.doi.org/10.1080/15323260903253456>
- BREWSTER, Liz a SEN, Barbara a COX, Andrew. Mind the Gap: Do Librarians Understand Service User Perspectives on Bibliotherapy? *Library Trends* [online]. 2013, **61**(3), 569-586 [cit. 2017-05-30]. ISSN 1559-0682. Dostupné z: <https://www.ideals.illinois.edu/bitstream/handle/2142/46043/61.3.brewster.pdf?sequence=2>
- BREWSTER, Liz, 2013: The public library as therapeutic landscape: A qualitative case study. *Health & Place* [online]. **26**(3), 94-99 [cit. 2017-05-30]. ISSN: 1353-8292. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2013.12.015>
- CALA [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <https://canadianappliedlit.com/>
- *Central Michigan University* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <https://www.cmich.edu/colleges/ehs/bibliotherapy/Pages/default.aspx>
- *Cultural Commissioning Programme* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: https://www.ncvo.org.uk/images/images/practical_support/public-services/cultural-commissioning/BoP_case_study_-_FINAL_3.6.15.pdf

- ČESNEKOVÁ, Magdalena. Hagioterapie jako dílčí metoda psychoterapie. *Praktický lékař* [online]. 2015, 2(95), 68-72 [cit. 2017-06-18]. ISSN 1805-4544. Dostupné z: http://www.prolekare.cz/prakticky-lekar-clanek/hagioterapie-jako-dilci-metoda-psychoterapie-52016?confirm_rules=1
- HARL, Pavel a HARTLOVÁ, Helena, 2010. *Velký psychologický slovník*. Vyd. čtvrté, Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-686-5.
- *Changing Lives Through Literature* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <http://ctl.umassd.edu/home-html.cfm>
- *BiblioHelp* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <http://www.bibliohelp.cz/>
- *IFLA* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <https://www.ifla.org/>
- *International Federation for Biblio/Poetry Therapy* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <http://ifbpt.org/>
- JANA VIČIENE, Daiva. Bibliotherapy process and type analysis: review of possibilities to use it in the Library. *Bridges / Tiltai* [online]. 2010, 53(4), 119-132 [cit. 2017-06-05]. ISSN 1392-3137. Dostupné z: <http://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=3&sid=e227dc8b-efdd-4caf-be4f-551f34fb9cbb%40sessionmgr104>
- *Katedra psychologie FF UK* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <https://kps.ff.cuni.cz/cs/>
- *Knihovna Kroměřížska* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <http://www.knihkm.cz/>
- KOŘÍNKOVÁ, Marcela. Příklady z biblioterapeutické praxe Knihovny Kroměřížska: audiozáznam na základě poznámek. Kroměříž: Knihovna Kroměřížska, 18.7. 2017b. Dokument dostupný v archivu Veroniky Novákové.

- KOŘÍNKOVÁ, Marcela. Ústní sdělení. Kroměříž: Knihovna Kroměřížska, 15.6.2017a.
- KRATOCHVÍL, Stanislav, 2006. *Základy psychoterapie*. 5. přeprac. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7367-122-0.
- KRUSZEWSKI, Tomasz. Biblioterapie – léčba četbou. *Čtenář* [online]. 2008, **60**(7) [cit. 2017-06-18]. ISSN 1805-4064. Dostupné z: <http://ctenar.svkkk.cz/clanky/rocnik-2008/0708-2008/tema-biblioterapie-lecba-cetbou-43-196.htm>
- KULKA, Jiří, 2008. *Psychologie umění*. Vyd. 2. přeprac. a dopl. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-2329-7.
- LEVIN, Len L. a GILDEA, Ruthann. Bibliotherapy: tracing the roots of a moral therapy movement in the United States from the early nineteenth century to the present. *Journal of the Medical Library Association* [online]. 2013, **101**(2), 89-91 [cit. 2017-05-30]. ISSN 1558-9439. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3634391/>
- LUTZOVÁ, Alžběta. *Noví (mladí) informační profesionálové jako zaměstnanci knihoven a členové profesních organizací*. Praha, 2017, 68 s. Bakalářská práce. Univerzita Karlova v Praze, Filozofická fakulta, Ústav informačních studií a knihovnictví. Vedoucí práce PhDr. Hana Landová, PhD.
- *Masarykova univerzita* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <https://www.muni.cz/>
- MCCULLIS, Debbie. Bibliotherapy: Historical and research perspectives. *Journal of Poetry Therapy* [online]. 2012, **25**(1), 23-38 [cit. 2017-05-30]. ISSN 1567-2344. Dostupné z: <http://dx.doi.org/10.1080/08893675.2012.654944>
- POSKIEROVÁ, Lucie. Pohádkoterapie a její aplikace. *Čtenář* [online]. 2009, **61**(10) [cit. 2017-06-30]. ISSN 1805-4064. Dostupné z: <http://ctenar.svkkk.cz/clanky/2009-roc-61/10-2009/pohadkoterapie-a-jeji-aplikace-62-499.htm>

- *Psychiatrická nemocnice v Kroměříži* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <http://www.pnkm.cz/cs/uvod>
- *Reading Well* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <https://reading-well.org.uk/books/books-on-prescription/young-people-mental-health>
- PAŠTEKOVÁ RUPERTOVÁ, Hana. Ústní sdělení na základě telefonického rozhovoru. Praha, 18.7. 2017
- SHERRILL, Windsor W. a HARRIS, Michael. Enhancing patient–provider communication through bibliotherapy: A brief historical review. *Journal of Poetry Therapy* [online]. 2014, 27(2), 89-96 [cit. 2017-05-30]. ISSN 1567-2344. Dostupné z: <http://dx.doi.org/10.1080/08893675.2014.895491>
- SKIP ČR, 2014. *Rovný přístup – Standard Handicap Friendly : metodická příručka pro práci knihoven s uživateli s postižením*. 1. vyd. Praha: Národní knihovna České republiky- Knihovnický institut. ISBN 978-80-7050-641-7.
- *Slezská univerzita v Opavě* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <http://www.slu.cz/slu/cz/>
- STEJSKALOVÁ, Marina, 2012. *Psychoterapie uměním*. Praha: Pressto Publishing. ISBN 978-80-905141-0-2.
- SVOBODA, Pavel, 2007. *Poetoterapie*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-1682-3.
- ŠLAMBEROVÁ, Lucie, 2013. *Biblioterapie v prostředí veřejných knihoven*. Praha. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Filozofická fakulta. Ústav informačních studií a knihovnictví. Vedoucí práce PhDr. Hana Landová, Ph.D.
- *The International Board on Books for Young People* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <http://www.ibby.org/>

- *The National Association for Poetry Therapy* [online]. [cit. 2017-11-11].
Dostupné z: <http://poetrytherapy.org/>
- VÁŠOVÁ, Lidmila a ČERNÁ, Milena, 1986. *Bibliopedagogika*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- VÁŠOVÁ, Lidmila, 1995. *Úvod do bibliopedagogiky*. Praha: Institut sociálních vztahů, 189 s. ISBN 80-85866-07-2.
- Vratislavská univerzita. *Psychologický institut* [online]. [cit. 2017-11-11].
Dostupné z: <http://www.psychologia.uni.wroc.pl/?q=biblioterapia>
- VYMĚTAL, Jan, 2010. *Úvod do psychoterapie*. 3. aktualiz. a dopl. vyd., Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-2667-0.

1 Seznam obrázků:

Obrázek 1. - Marcela Kořínková, biblioterapeutka v Knihovně Kroměřížska	38
Obrázek 2 – místnost pro biblioterapeutická sezení v Knihovně Kroměřížska (zdroj © Marcela Kořínková)	39
Obrázek 3 - ukázka biblioterapeutické databáze ze stránek Knihovny Kroměřížska ..	40

2 Seznam zkratk:

IFLA	International Federation of Library Associations and Institutions
IFBPT	International Federation of Biblio/Poetry Therapy
NAPT	The National Association for Poetry Therapy
IBBY	The International Board on Books for Young People
CALA	The Canadian Applied Literature Association
CLTL	Changing Lives Through Literature
SKIP	Svaz knihovníků a informačních pracovníků
CAPF	Certified Applied Poetry Facilitator
CPT	Certified Poetry Therapist
PTR	Registered Poetry Therapist
PNKM	Psychiatrická nemocnice v Kroměříži
KNIHKM	Knihovna Kroměřížska

Příloha 1.

Rozhovor s paní Marcelou Kořínkovou, zaměstnankyní dětského oddělení a biblioterapeutkou Knihovny Kroměřížska

Kdy a kde jste se poprvé setkala s biblioterapií? Co bylo největším impulzem k tomu, abyste se jí začala zabývat?

Jako knihovnice působící v oddělení pro děti a mládež jsem od ledna roku 2011 vedla na půdě Knihovny Kroměřížska kroužek Bibliomol, který navštěvovala „náctiletá“ děvčata. Bavily jsme se v něm o literatuře pro děti a mládež a jeho výstupem byly i autorské povídky členek Bibliomolu. Já jsem se samozřejmě musela na tyto kroužky nějakým způsobem připravovat, a to prostřednictvím odborné literatury. Jednou z knih, které se mi při této přípravě dostaly do ruky, byla kniha paní Lidmily Vášové Úvod do biliopedagogiky, která obsahuje kapitolu nazývající se Biblioterapie. Není to kapitola rozsáhlá, nicméně se z ní dá snadno pochopit, co to vlastně biblioterapie je. Byla jsem tím nadšená, protože jsem věděla, že to je přesně to, co by mě bavilo dělat. Začala jsem se tedy biblioterapií víc zaobírat a hledat další materiály. Nakonec mi k získání potřebných informací hodně pomohly různé diplomové práce, volně dostupné na internetu, díky kterým jsem si o biblioterapii udělala ucelenější obrázek.

Největším impulzem bylo nejspíš pochopení, že knížky mám už od raného dětství tak moc ráda, že mi přestalo stačit je pouze číst. Navíc jsem odjakživa hodně empatický člověk, který se dokáže vcítit do problémů druhých, a vždycky jsem se snažila ostatním lidem pomáhat. Prostřednictvím biblioterapie jsem najednou viděla cestu, jak bych mohla pomáhat lidem, kterým je v životě špatně, a že by se tahle pomoc mohla probírat skrze text knihy. Současně mě také vždycky zajímala psychologie a bez její znalosti, alespoň té základní, bych to dělat nemohla. Proto jsem se začala věnovat také psychologii a postupně jsem tak získávala i základní psychologické vzdělání.

Jak podle Vás zní správná definice biblioterapie? Co znamená být biblioterapeut?

Správnou definici biblioterapie zatím nikdo neurčil. Můžeme objevit mnohé teoretické úvahy na internetu, i když zřídka, protože v naší republice je biblioterapie zatím takovým „polem neoraným“, což je podle mě ale obrovská škoda. V ostatních zemích už funguje léta a u nás se toho o ní stále ještě málo ví. Každopádně já jsem si z mých informací a z těch let praxe v oblasti biblioterapie, které jsem nasbírala, vytvořila takovou vlastní definici. Je to – a to vždycky zdůrazňuji – podpůrná léčba, která může pomoci člověku. Může to být člověk například psychicky nemocný, ale i člověk, který se dostal do obtížné životní situace. Je to však stále „jen“ podpůrné, není to všelék. Biblioterapie je nápomocná psychologovi při terapii, jedná se tedy o podpůrnou metodu. Před klienty vždy zdůrazňuji, že nemají očekávat, že když jim nedokázal pomoci psychiatr ani psycholog, tak ho vyléčí biblioterapie. Je to v podstatě práce s textem. Nemusí to být ani práce s celou knihou, stačí výňatek z ní, někdy i jediný odstavec, který ale musí sednout danému klientovi na jeho daný problém. Někdy můžeme zpracovávat celou povídku, jindy stačí pár řádků. Vždycky jde ale o to, aby ten text nějakým způsobem korespondoval s problémem toho určitého klienta, ukázal mu východisko - a to je to nejdůležitější. Někteří lidé jsou schopni si určitý text sami doma přečíst a najít si v něm to poučení nebo východisko sami. Ne každý je ale schopný číst mezi řádky, a od toho je tu biblioterapeut. Osoba, která má na to místo mezi řádky poukázat a ukázat klientovi druhý úhel pohledu na jeho potíže.

Můžete mi prosím popsat činnosti, kterým se v aktuální době v této oblasti věnujete, a jaké jsou vaše plány do budoucna?

V současné době se věnuji biblioterapii výhradně na půdě Knihovny Kroměřížska, která jako první knihovna v České Republice začala veřejnosti nabízet kromě jiných služeb i službu biblioterapie.

Pro mě to znamená, že mám teď v knihovně prostor biblioterapii praktikovat. Každý čtvrtek mám dopoledne „ordinační hodiny“, kdy za mnou mohou chodit lidé z veřejnosti. Nemusejí to být jenom uživatelé knihovny, ale v podstatě úplně kdokoliv. S takovým člověkem se potom nějakým způsobem domluví, a pokud po úvodním pohovoru získám dojem, že bych mu mohla být něčím prospěšná, tak za mnou začne chodit na tak zvaná „sezení“ do knihovny. Mívala jsem i skupinová sezení, ale teď už se věnuji výhradně těm individuálním. Z vlastní zkušenosti jsem zjistila, že ta individuální jsou účinnější. Při skupinovém sezení před sebou, a ani k sobě, lidé nejsou tak upřímní a otevření a většinou nemluví o konkrétních problémech, které je tíží. Ve skupině se řeší například smysl života, motivace a podobně. Není tedy prostor pro to, abychom řešili konkrétní problémy jednotlivých členů. Osobně mám pocit, že individuálními sezeními dokážu lidem víc pomoci. Momentálně se tedy věnuji v Knihovně Kroměřížska právě jim.

Dříve jsem ve svém volném čase ještě chodila do místní psychiatrické nemocnice, kde jsem měla podepsanou dobrovolnickou smlouvu. Vzhledem k tomu, že jsem začala provozovat biblioterapii přímo tady, na půdě knihovny, už to časově bohužel nezvládám. Doufám ale, že v budoucnu budu mít dostatek času se vrátit i tam.

Plánuji tedy věnovat se biblioterapii, kterou dělám stále víceméně jako koníček. Jsem moc ráda, že jsem dostala prostor v naší knihovně a můžu ji dál praktikovat. Má vize do budoucna je nepřestávat s tím. Dělám to pár let, stále mě to baví a těší a chci dělat biblioterapeutku. Do budoucna bych chtěla trochu usměrnit svůj čas k tomu, abych se mohla znovu vrátit i do psychiatrické nemocnice.

K jakému druhu služeb knihovny byste biblioterapii zařadila?

V některých amerických knihovnách je biblioterapie na úrovni informačních oddělení, na úrovni studoven, takže proč to nezkusit i u nás? My ji nabízíme jako další službu veřejnosti jako jsou výpůjční a ostatní služby. Lidé mohou využít biblioterapii, pokud si chtějí nechat tímto způsobem pomoci – pomoci knížkou.

Jak probíhají semináře, kterým se v současné době věnujete?

Semináře, co se týče časového rozsahu, pořádám dle domluvy s organizátorem. Nejdelší, které jsem zatím vedla, byly čtyřhodinové. První část semináře začínám historií biblioterapie, počínaje už od Aristotela a Sókrata, přes Nietzscheho a Pegasusiana. Poté mluvím o zlatém věku biblioterapie, který nastal ve 30. letech 20. století, kdy vznikaly poválečné lazarety, kde se také hodně využívalo léčivých účinků literatury. Mluvím také o Americe, kde propagovali biblioterapii nejen knihovníci, ale i samotní psychiatři, kteří zjistili, jak účinné a nápomocné jsou texty při léčbě pacientů. Tito lidé se zasadili o to, aby v nemocnicích a ve věznicích nebyly jen knihy s náboženskými texty, ale i poezie a beletrie. Zároveň doporučovali na konkrétní diagnózy konkrétní literaturu, například na melancholii se doporučovaly různé romány. Mile mě překvapuje, že na seminářích i tato teoretická část posluchače zajímá. Poté informuji o různých složkách a typech biblioterapie. Například o pohádkoterapii, imagoterapii, hagioterapii a poetoterapii. Také mluvím o tak zvané aktivní biblioterapii, kterou už jsem i sama prakticovala. Ta spočívá v tom, že klient píše sám o svém problému, ze kterého se vypíše, a pak se o tom spolu bavíme.

První část mých seminářů je tedy zaměřená na historii, druhy a složky biblioterapie. V druhé části pak hovořím o svých jednotlivých sezeních, uvádím příklady z praxe, seznamuji posluchače s jednotlivými kazuistikami a uvádím, jaký text jsem na jakou diagnózu použila, a jak jsem s tím textem s klientem pracovala. Vozím s sebou i výsledky práce klientů, protože někdy s nimi problémy zpracovávám i výtvarně a písemně. Tyto materiály používám jako ukázky, aby se s nimi mohli posluchači seznámit.

Nedílnou součástí semináře bývá i takový malý workshop, kdy vezmu dva tři texty, které přečtu a udělám s posluchači skupinovou biblioterapii. Neřešíme samozřejmě nic závažného a ani žádné problémy, jsou to většinou takové obecné, motivující texty do života. Jde především o to, aby si vyzkoušeli biblioterapii v praxi.

Co by dle Vašeho názoru měl znát „ideální“ knihovník, který provozuje biblioterapii v praxi?

Zásadní podle mě je to, že musí mít hodně načteno. Biblioterapeut nikdy neví, jaký klient s jakým problémem k němu přijde. Já osobně už léta nečtu nic jiného než knihy, které mě mohou v biblioterapii někam posunout a pomoci mi. Čtu literaturu dětskou, protože pracuji i s dětmi nejrůznějších věkových skupin, ale i tu pro dospělé. Mám i svoji databázi knížek. Jak literatury naučné, tak literatury pro děti a mládež a pro dospělé. Tuto databázi zveřejňuji na stránkách Knihovny Kroměřížska v sekci Biblioterapie. Ke každé knize mám vždy stručnou anotaci a téma, kterému se knížka věnuje.

Potom by se knihovník biblioterapeut měl samozřejmě orientovat na různých jiných webových stránkách zaměřených na knihy, aby byl schopný dohledat si knihy a najít správný text.

Jaké charakterové vlastnosti by podle Vás měla mít osoba, která biblioterapii praktikuje?

Rozhodně by člověk, který dělá biblioterapeuta, měl být empatický. Měl by se dokázat vcítit do problémů druhých lidí. Může se totiž stát, že když klient přijde s nějakým problémem, tak se může zrovna tenhle problém biblioterapeutovi jevit jako banalita. Nicméně ale musí být schopen se na to podívat pohledem člověka, který za ním přišel. Je to také hodně o důvěře – z toho vyplývá další vlastnost - musí být důvěryhodný. Čím konkrétněji já znám problémy a potíže toho člověka, se kterým pracuji, tím bližší text mu můžu najít. Je tedy na mně, jak dalece si dokážu získat důvěru lidí, aby se mi úplně otevřeli. Je pravda, že zatím mám štěstí. Lidé se mi většinou svěří už po dvou sezeních i s těmi nejniternějšími a nejmíň lichotivými problémy. Například jeden z mých klientů, kterého jsem navštěvovala právě v psychiatrické nemocnici, se mi přiznal, že se bál, že když mi to všechno řekne, tak uteču a už nikdy nepřijdu. Já jsem mu na to samozřejmě řekla, že tam nechodím proto, abych ho soudila, ale abych mu pomohla. Takže biblioterapeut by měl být nejen empatický a důvěryhodný, ale také soudný. Měl by mít samozřejmě rád lidi, protože bez toho to nejde. Já osobně jsem zažila

spolupráci s klientem, který mi vůbec lidsky nebyl blízký, ale musela jsem to ustát. Musela jsem se mu snažit pomoci a dělala jsem to úplně stejně, jako u ostatních lidí. Nedělala jsem v tom žádné rozdíly. Takže mít rád lidi. A zároveň zdůrazňuji, že biblioterapeut by měl být tak trochu psycholog, který by měl umět pracovat s emocemi lidí. Proto bych také zdůraznila nutnost absolvovat terapeutické kurzy, protože je to opravdu nedílnou součástí biblioterapeutické práce.

Jaké psychologické kurzy jste absolvovala, kde a kdy? Jaké jsou Vaše plány pro další vzdělávání se v oblasti biblioterapie?

Své vzdělání jsem získávala nejprve samostudiem, jak jsem zmínila už v úvodu. Absolvovala jsem v začátcích, tedy v roce 2013 v Praze kurz paní doktorky Mariny Stejskalové, která je vlastně zakladatelkou tak zvané psychoterapie uměním u nás. Tento kurz se nazýval Arteterapie a biblioterapie. Poté jsem absolvovala řadu psychoterapeutických kurzů v pražských Bohnicích prostřednictvím organizace TVS Fokus. V roce 2013 to byl kurz Práce s klientem s hraniční poruchou osobnosti a kurz Způsoby zvládání obtížných situací při práci s klientem. Později, v roce 2015 kurzy Duševní onemocnění dětí – jak je rozeznat a způsoby pomoci a Komunikace s člověkem s depresí.

Také jsem jezdila jako „děckařka“ na různé semináře týkající se dětské literatury, které mi také pomohly a nasměrovaly mě, a potom jsem je využila při práci s dětmi. Byl to například kurz Pohádka a příběh jako prostředek orientace dětí ve světě mezilidských vztahů a Současná literatura pro děti a její vliv na rozvoj čtenářství.

Jednotlivé kurzy jsem prošla proto, že pokud chce někdo pracovat jako biblioterapeut, tak by neměl tuto stránku opomíjet a pouštět se tak na „tenký led“. Netvrdím, že je možné knížkou natolik ublížit, abychom tím u pacienta vyvolali nějaký záchvat, to si opravdu nemyslím. Za ta léta praxe se mi to ještě nestalo, a to i přesto, že pracuji například s lidmi se schizofrenií a bipolární poruchou. Nestalo se mi to ale také díky tomu, že právě jako biblioterapeut musí člověk být natolik zkušený, a po psychologické stránce vzdělaný, aby věděl, jaký text si může dovolit přečíst a s jakým textem si může dovolit s daným klientem pracovat. Nebudu tedy sahat po knize, která by mohla být pro klienta nějakým

způsobem dramatická. Proto jsou ty psychoterapeutické kurzy tak důležité. V momentě, kdy při biblioterapii dojde na slzy, tak je to naprosto v pořádku. Biblioterapie by měla sloužit i jako taková katarze emocí.

Za součást svého vzdělávání považuji i svá setkávání a supervize s psychology z Psychiatrické nemocnice v Kroměříži. Pokud má klient svého psychologa, tak s ním vždycky navážu kontakt a jsem s ním ve spojení, protože já jsem biblioterapeut a rozhodně si nehraji na psychologa. Pokud se setkám v průběhu sezení s nějakým problémem nebo s něčím, co mě zarazí, tak na to upozorním klientova psychologa a nechám ho, aby to s ním dořešil po té profesionálnější stránce. Zároveň ale dodržuji to, že když si klient nepřeje, abych neinformovala psychologa, tak to samozřejmě respektuji. Je fakt, že na všech supervizích jsem se hodně vyptávala, takže mi s leccím poradili. Když jsem začínala, posílala jsem psycholožce konkrétní text, se kterým jsem chtěla pracovat a popsala jsem jí způsob, jakým bych chtěla s klientem pracovat, aby mi to schválila. Po čase, kdy jsem nabyla další zkušenosti, mi psycholožka řekla, že už to dělat nemusím. Poté jsem jí posílala už jen krátké zprávy o průběhu sezení.

Vzdělávám se tedy prostřednictvím knih, psychoterapeutických kurzů a konzultací s psychology. Co se týče plánů do budoucna, tak si zatím myslím, že to co jsem potřebovala jako základ pro práci s klienty, jsem na kurzech získala, takže momentálně jsem opět ve fázi samostudia. Samozřejmě pokud narazím na kurz, který bude pro mou praxi přínosný a posune mě dál, určitě ho budu absolvovat. Vůbec se tomu nebráním a neříkám, že jsem „hotový“ biblioterapeut, to je práce napořád.

Jak dlouho Vám trvalo, než jste získala potřebnou míru vzdělání a cítila jste se být dostatečně kompetentní k tomu, abyste mohla biblioterapii aktivně provozovat?

To už se teď s odstupem let nedá úplně přesně určit. Ta první informace o biblioterapii ke mně doputovala na začátku roku 2011, jak už jsem jednou zmínila. Nějakou dobu také trvalo, než jsem prostudovala všechny informace z diplomových prací o biblioterapii. Trvalo to možná rok a půl,

možná dva. Hodně jsem přemýšlela o tom, jestli už jsem schopná biblioterapii opravdu praktikovat.

Pak najednou přišla chvíle, kdy jsem si prostě byla jistá, že mám dost informací a že bych byla schopná vyzkoušet v praxi to, co vím. Chtěla jsem vyzkoušet, jestli biblioterapie skutečně funguje u nemocných lidí. Takže jsem oslovila paní ředitelku naší v knihovně, a poté jsem oslovila i psycholožku v místní psychiatrické nemocnici. Ta mě pozvala na poradu psychologů, s panem profesorem Stanislavem Kratochvílem. Na poradu jsem dorazila s nabídkou, zda bych mohla zkusit praktikovat biblioterapii na některém z oddělení. Samozřejmě jsem se dostala pod palbu otázek psychologů, kteří chtěli vědět, jak bych si to celé představovala a jak bych to dělala. Otázky jsem ustála a všechno vysvětlila. Potom se zvedly ruce čtyř psychologů, kteří chtěli, abych začala docházet k nim na oddělení. Já si zvolila jenom jedno, z časových důvodů. Samozřejmě jsem také nevěděla, co to bude obnášet v praxi. Jako první jsem začala dělat skupinové terapie na gerontologickém oddělení u paní doktorky Hany Paštekové Rupertové. Bylo to asi v roce 2013.

Měla by dle Vašeho názoru být biblioterapie zařazena mezi standardní předměty, které se vyučují na vysokých školách informačně-knihovnického zaměření?

Podle mého názoru by tam být zařazena určitě měla. Taková snaha už se dokonce i objevila. Čtyři roky, v rámci předmětu Bezbariérové knihovny, jezdím biblioterapii přednášet na Kabinet informačních studií a knihovnictví Masarykovy Univerzity v Brně. Mám tam vždy dvouhodinovou přednášku pro studenty knihovnictví. Jsem samozřejmě ráda, že se studenti alespoň tímto způsobem dozvídají o tom, že biblioterapie existuje a mají tak možnost s ní začít pracovat. Byla bych moc ráda, kdyby se tady stala odborným předmětem, protože ve světě, například v Polsku, Německu, na západě, biblioterapie opravdu funguje dobře, spolehlivě a dlouho. Kdyby se mělo hlasovat o tom, zda biblioterapii vyučovat, tak bych určitě zvedla ruku pro.

Myslíte si, že biblioterapie přispívá k popularizaci knihoven a knihovnictví? Jak ovlivnila implementace biblioterapie Knihovnu Kroměřížska?

Nemám informace o tom, nakolik biblioterapie funguje v ostatních knihovnách v České republice. Vím o pár knihovnách, které uvažují o tom, že by se biblioterapií také aktivně zabývaly, ale zatím nevím o tom, že by se do toho pustily. Knihovny jsou v současné době na takové úrovni, že slouží jako multifunkční kulturní místa, takže k jejich popularizaci přispívají i ostatní aktivity, různé akce a projekty. Biblioterapii bych viděla jako jeden z těch střípků pro jejich přiblížení se lidem. Může přispět k tomu, že člověk, který se o biblioterapii nějakým způsobem začne zajímat, se začne zajímat i o určitou knihovnu, která tuto službu nabízí.

Knihovnu Kroměřížska ovlivnila implementace biblioterapie v tom, že toto naše úsilí nezůstalo bez povšimnutí. Knihovna Kroměřížska díky tomu získala cenu Knihovna roku 2016, a to za průkopnický počín v našem knihovnictví. Tuto cenu jsme s paní ředitelkou obdržely při velice krásném obřadu z rukou ministra kultury Mgr. Daniela Hermana v Zrcadlové kapli pražského Klementina.

Příloha 2.

Rozhovor s Mgr. PaedR. Hanou Paštekovou Rupertovou, psychologkou z Psychiatrické nemocnice v Kroměříži

Jak se vám z Vašeho odborného hlediska jeví biblioterapie?

Biblioterapii pokládám za velmi užitečnou věc. Dlouho jsem pracovala na psychoterapeutickém oddělení, kde se pracovalo ve skupině. Ve skupinové psychoterapii mezi sebou lidé sdílí své osudy a životní příběhy. Na základě toho si potom vytváří strategie zvládnání obtížných životních situací – nazývá se to copingová strategie – tato funkce skupiny může být zastoupena příběhy knih, které nemocným lidem také pomáhají vytvořit si model toho, jak by měli zvládat obtížnou situaci, která jim v tu chvíli připadá naprosto neřešitelná - mozek v zátěži pracuje jinak. Najednou se setkají s příběhem – někdo zažil něco podobného, překonal to, zvládl to. Člověk si tak snáze utvoří svoji vlastní strategii pro to, jak zvládnout situaci, ve které se nachází.

Zároveň mi paní Kořínková v rámci biblioterapie pomáhá při výběru literatury pro pacienty. To je také velká výhoda, protože já sama na nic takového nemám čas. Měla jsem tady například jako pacienta chlapce, který přišel o nohy – paní Kořínková mi pro něj vybrala příběh o chlapci bez nohou, který se odehrál na základě skutečných událostí. Já osobně jsem svým pacientům doporučovala odborné knihy, jako například *Jak žít s neurózou*, ale ono je to v danou chvíli nebaví číst, připadá jim to příliš složité a odborné. Naopak je takové knihy stigmatizují a řeknou si ano, já jsem nemocný. Raději mají beletristické knihy – knihy o někom, kdo má stejné potíže a naučí se s nimi žít.

Jaké účinky má na Vaše pacienty přítomnost paní Kořínkové a její biblioterapeutická intervence?

Biblioterapie je značně oživuje a tím i urychluje celkový proces uzdravování. Zároveň jim posiluje sebevědomí. Pacienti vnímají, že se jim kromě psychologa věnuje ještě někdo navíc, mají pak pocit jakési vybranosti.

Pokud má člověk psychické onemocnění, tak se mu obvykle zhorší tak zvané kognitivní procesy – pozornost, paměť, soustředění. Biblioterapeut takového člověka knihou vede, pomůže mu k tomu, aby se soustředil, přemýšlel a on potom má radost, že je v rámci příběhu schopen fungovat a normálně přemýšlet. Biblioterapeut mu pomáhá orientovat se v textu. Kdyby měl číst pacient sám, tak by to ve většině případů dopadlo tak, že by knihu odložil, nepochopil by ji a myslel by si, že to nejde a nefunguje. Většina lidí s psychickým onemocněním má pocit, že je nevykonná, neschopná a nemyslí jim to. Pacienti také většinou nejsou schopni přečíst celou knížku, tak jim paní Kořínková vybere pasáž, pak další a oni postupně jsou schopni číst víc a víc. Navíc lidé s depresí nebo neurotici potřebují, aby je někdo vedl a pomohl jim něco zvládnout. Také mají dost často tak zvané katatymně zúžené myšlení, na všechno se dívají zkresleně – vidí jen negativní věci a knížka jim tohle vidění jakoby roztáhne – rozšíří perspektivu i na to hezké, umožní vidět v souvislostech.

Jak by dle Vašeho názoru měl při svém vzdělávání se postupovat člověk, který chce praktikovat biblioterapii, ale nemá psychologické vzdělání?

Určitě by měl nejprve začít spolupracovat s psychologem, to je důležitá věc. Tahle spolupráce je samozřejmě pro psychologa značnou časovou investicí, takže nejlepší varianta této spolupráce je asi to, aby ten vztah fungoval na základě spřízněných duší. Potom je tu také možnost udělat si psychoterapeutický kurz, pokud se jedná o osobu se středoškolským vzděláním ukončeným maturitou. Dál je možné se zúčastnit dobrovolnického programu v nějakém psychiatrickém zařízení, pokud ho poskytuje. Součástí toho jsou potom přednášky a supervize.

Jak se Vám jeví role knihovny jakožto terapeutického prostředí?

Já osobně posílám do knihovny všechny pacienty, kteří trpí nějakou neurotickou poruchou. V knihovně je klid, strukturované prostředí, nikdo tam na ně netlačí, jako například v kavárně nebo supermarketu. Pacienti v knihovně mohou pozorovat a zároveň nejsou sami. Psychicky nemocní se často straní sociálních kontaktů a knihovna je takový kontakt přiměřeným prostorem. Kdekoliv jinde musejí komunikovat – musejí se bavit s ostatními lidmi, v kavárně si musejí něco objednat, v obchodě se nedá bloumat neomezeně. V knihovně po nich nikdo nic nechce, sami si řídí, jak dlouho tam chtějí být, mohou jen listovat časopisy, pozorovat lidi... Pokud chtějí, aby jim někdo pomohl a aby se jim někdo věnoval při hledání knih, tak se jim někdo věnuje, ale do ničeho je netlačí. Další výhodou knihovny je to, že je levná – platí se pouze registrační poplatek a v Knihovně Kroměřížska je spousta akcí, které jsou zadarmo, což je super. Duševně nemocní lidé jsou často v invalidním důchodu a nemají velké finanční zázemí. Knihovna mi připadá pro pacienty jako jedinečné prostředí. Přišlo mi pro ně ideální a posílala jsem je tam ještě před tím, než jsem se s biblioterapií vůbec setkala. Posílám tam pacienty v rámci léčby a tréninku komunikace, například pacienty se sociální fobií nebo argofobií. Moji pacienti chodí do knihovny rádi a vždycky o vycházkách je tam posílám – kupte si kafe v automatu a jděte si tam sednout s časopisem a pozorujte, eventuálně zkuste někoho oslovit.

Jaké charakterové vlastnosti by podle Vás měla mít osoba, která biblioterapii praktikuje?

Určitě je potřeba velká míra empatie a trpělivosti. Knihovníka může dělat introvertní člověk, který sedí v archivu bez lidí, katalogizuje knihy a je mu dobře. Biblioterapeut by měl být komunikativní, umět hovořit i naslouchat. A samozřejmě být chodící kartotékou, aby věděl, pro jakou knihu sáhnout, když pozná, co člověka tíží – vědět kde najde ten správný příběh. Být trpělivý, když mu pak pacient řekne ano, ale já to mám jinak – sáhnout pro jiný příběh a začít znovu. Věnovat se biblioterapii je náročné – člověk by měl být filantrop, protože hodně

investuje – čas, peníze a odměnou mu bude jen vděk člověka, kterému pomůže – finance bude investovat, ne dostávat. Takových lidí, kteří jsou ochotni do něčeho takového jít, není hodně. Proto si jich vážím.

Příloha 3.

Čestné prohlášení Marcely Kořínkové

Čestné prohlášení

Já, Marcela Kořínková, biblioterapeutka Knihovny Kroměřížska, sídlem Slovanské náměstí 3920/1, 767 01 Kroměříž, čestně prohlašuji, že jsem studentce Ústavu informačních studií a knihovnictví Veronice Novákové, narozené 10.02.1994, studující na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy, poskytla příklady z mé biblioterapeutické praxe při zachování anonymity dotčených klientů.

Tyto údaje jsem poskytla pro zpracování bakalářské práce Zapojení knihovníka do biblioterapeutické praxe. Byla jsem seznámena s výsledným zpracováním mnou dodaných podkladů i s textem celé práce a nemám námitky, aby tato práce byla veřejně přístupná v Repozitáři závěrečných prací Univerzity Karlovy.

V Kroměříži dne 10. 11. 2017.....

Marcela Kořínková



podpis