# Třífázová metodika biblioterapeutické strategie pro středoškolské pedagogy

Biblioterapie v pedagogické praxi (CJBC745)

*studijní podpora předmětu*

## 1. fáze: vstupní strategie

* rozvinutí vzájemné **důvěry** mezi studenty a učitelem
* vyhledání **dalších osob**, s nimiž by bylo možno spolupracovat alespoň v podobě supervize (psycholog, třídní učitel, výchovný poradce aj.)
* někdy je možné informovat o biblioterapii **rodiče**
* identifikace **problémů**, s nimiž se studenti potýkají nebo mohou potenciálně potýkat
* stanovení adekvátních **cílů**, jichž chceme biblioterapií dosáhnout

## 2. fáze: výběr literatury

### 2.1 Prospěšnost příběhů pro účely biblioterapie

a) příběhy mohou vytvořit citový vztah k dobru, podnítit touhu udělat správnou věc

b) příběhy poskytují nepřeberné množství dobrých příkladů, s nimiž se student v běžném denním životě nesetkal nebo nemusí nikdy setkat

c) příběhy seznamují mládež s „kodexy chování“, které potřebuje znát

d) příběhy pomáhají dávat smysl životu tím, že nám pomáhají pojmout naše vlastní životy jako příběhy

### 2.2 Charakteristika literatury použitelné pro účely biblioterapie

a) **kvalita**

* nikoliv zjednodušující vidění světa
* zobrazující lidský konflikt a zároveň dynamiku lidského chování
* dobře postavený příběh, neměl by nudit
* vybalancované postavy nabízející možnost identifikace s literárním hrdinou
* materiál vyvolává silné emoce nebo umožňuje jejich následné vyvolání

b) **biblioterapeutický** **účel**

* obsah literatury souvisí s požadavky naší intervence a odpovídá alespoň z části bodům stanoveným úvodem

c) **vhodnost recipientům**

* zohlednění věku a vývojového stupně jedince
* zohlednění pohlaví jedince

d) **individuální potřeby**

* zohlednění individuálních zvláštností a specifických potřeb jedince
* v případě konkrétního problému zohlednění stupně či fáze problému, v němž se jedinec aktuálně nachází

### 2.3 Biblioterapeutické fáze seznámení s literaturou

* seznámení s textem
* identifikace emocí postav
* identifikace jejich chování
* diskuse o jejich chování
* propojení postav/postavy s osobní úrovní
* objevování vlastního chování
* motivace ke změně chování

### 2.4 Z čeho nejlépe vycházet v prostředí českých SŠ

* povinná vs. nepovinná četba: časové možnosti SŠ učitele ???
* maturitní seznamy četby: tvoří si každá škola sama, příklady
* nepovinná četba: co je aktuálně „v módě“

### 2.5 Tvorba vlastního knihovního fondu pro biblioterapeutické účely

* ideálně systematizovat nejprve dle motivů, až poté podrobnější informace o knihách

#### a) motivy

* přizpůsobit konkrétním požadavkům skupiny (např. počet žáků, specifika třídy)
* zohlednit nejčastější problémy, s nimiž se potýkají (např. motiv rozvodu, motiv odlišnosti, motiv smrti, motiv šikany)
* zahrnout i obecné cíle (klima třídy)

#### b) jednotlivé knihy

* obecné informace o každé knize (krátký obsah, pro koho je určena)
* části knihy, které lze pro biblioterapeutickou práci využít
* v případě, že již byly užity, popis terapeutické práce (metodický list aj.), vlastní komentář (vlastní reflexe průběhu biblioterapie, ideálně i zpětná vazba studentů)

## 3. fáze: terapeutická práce s četbou

### 3.1 Psychoterapeutické principy

*Teoretický koncept biblioterapie  je založen na následujících psychoterapeutických principech:*

1. **identifikace** (s hrdinou, s emocí, s kulturním prostředím aj., nemusí se „obnažovat“ před terapeutem, vše sděluje prostřednictvím hrdiny)
2. **katarze** (uvolnění nahromaděného stresu, emocionální úleva)
3. **vhled** (nahlédnutí do vlastního nitra, porozumění situaci, nový pohled na věc, řešení problému)
4. popř. **univerzalizace** (nejsme v problému sami, obecná platnost řešení aj.)

### 3.2 Forma terapeutické práce

* individuální práce: omezení na písemné projevy (vlastní literární dílo, např. dopis pro hrdinu aj.)
* skupinová práce: v prostředí SŠ výhodnější - časově nenáročná, přirozenější, umožňuje sdílení zážitků a zkušeností, více perspektiv, více řešení problémů, více využitelných metod práce

### 3.3 Aktivity a strategie

#### a) před čtecí aktivity

* metoda tzv. **KWL chart**: co studenti o tématu ví (know), co se chtějí dozvědět (want to know), co se dozvěděli (learned)
* asociační kruh: studenti říkají asociace na dané téma (tuto aktivitu lze zopakovat i na konci hodiny)
* jakákoliv jiná vlastní aktivita související s tématem a s cíli terapie (pro inspiraci viz literatura uvedená v sylabu kurzu)

#### b) čtecí aktivity, během čtení dělat pauzy, v nichž lze využít následující strategie:

* nechat studenty předpovědět, co se stane
* metoda **„zeptej se autora”** (Question the Author): pokoušíme se sledovat myšlení autora: vybrat vhodnou pasáž a ptát se na otázky jako např. co tím chtěl autor říct? je to dostatečně jasné? proč to autor formuloval právě takto? lze to přeformulovat? aj.
* studenti **napíší**, jak by reagovali oni ve stejné situaci (lze zveřejnit, či nikoliv)
* **Vennovy diagramy**, mapy vazeb postav, jejich vzájemné propojení  i se studenty mohou přispět k empatii studentů
* tvorba **etud:** přehrávání situací z textu ve skupinkách v krátkých scénkách začínajících živým obrazem (na tlesknutí se scénka rozehraje, na další tlesknutí „zamrzne“), mohou být improvizované i připravené
* jakákoliv jiná vlastní aktivita související s tématem a s cíli terapie (pro inspiraci viz literatura uvedená v sylabu kurzu)

#### c) po čtecí aktivity

* **kreativní** techniky:

1. literární: dopis hrdinovi, přepis pasáže knihy, seznam stejných a odlišných vlastností, které má student s hrdinou, tvůrčí pokračování příběhu (jak bude hrdina vypadat za pět let aj.)
2. mimoliterarární: kresba, pantomima, sehrání dramatické scény (role-play) atd.

* řízená **diskuse** (učitel má připravené otázky, např. v čem se podobáš hrdinovi? připomíná ti někdo z knihy někoho? kým z příběhu bys chtěl být? chtěl bys něco na příběhu změnit? jak? stalo se ti někdy něco podobného? jak to celé dopadne? za týden, za měsíc, za pár let atd.)
* metoda **tzv. literárních kruhů** (Literature Circles): diskusní skupiny vedené studenty, kteří mají různé role: “spojovatel” (hledá podobnosti, spojuje: příběh s jejich životními příběhy, příběh s jinými příběhy atd.), “tazatel” (vymyslí list otázek k diskusi), “mistr pasáží” (vyhledá nejdůležitější pasáže textu, upozorní, na co by se měli zaměřit), “slovíčkový obohacovač” (vyhledá klíčová či neznámá slova, upozorní na ně a vysvětlí jejich význam), “ilustrátor” (nakreslí obrázek, diagram, symbol či cokoliv příbuzného k textu)
* metoda **I SOLVE**:  (I – identify the problem, S – solutions to the problem?, O – obstacles to solutions, L – look at solutions again, choose one, V – very good, try it, E – evaluate the outcome)
* závěrečná **reflexe:** zamyšlení se nad průběhem hodiny, zodpovězení otázek aj.
* jakákoliv jiná vlastní aktivita související s tématem a s cíli terapie (pro inspiraci viz literatura uvedená v sylabu kurzu)

### 3.4 Pokyny pro učitele využívajícího strategií biblioterapie

*Everyone brings a personal life history to a story:* platí jak pro studenty, tak pro **učitele**

* je třeba naprosto dokonalá znalost literatury, s níž učitel pracuje
* v průběhu čtení zastavovat a klást otázky
* pozor na zjednodušená řešení, riziko nálepkování (labellingu)
* pozor na řešení velkého množství problémů/příliš složité problémy
* učitel však musí umět řídit diskusi i v případě těchto dvou krajních bodů, jeho úkolem je v tomto případě vnést do příběhů realitu
* vyhnout se vlastnímu příkrému komentáři na adresu hodnot *(příběh o rozvodu > diskuse o rozvodu > neříkat, že je rozvod špatný > mohlo by vyvolat pocity viny atd.)*
* velká dávka sebekontroly: zabraňuje učiteli v používání literatury jako osobního fóra, v němž si formuluje vlastní myšlenky a vyvozuje závěry z příběhů na úkor svých studentů
* velká dávka empatie: základní předpoklad pro využití strategií biblioterapie v hodinách
* povzbudit studenty ke zpětné vazbě
* v průběhu realizace terapie je vhodné využívat různých aktivizačních metod, které nemusí nutně souviset s biblioterapií, vždy je však nezbytný jejich výběr zohledňující cíle terapie a psychoterapeutické principy, s nimiž v biblioterapii pracujeme

## Použitá literatura

DOLL, Beth a Carol Ann DOLL. *Bibliotherapy with young people: librarians and mental health professionals working together*. Englewood, Colo.: Libraries Unlimited, 1997. ISBN 1563084074.

FORGAN, J. W. *Using Bibliotherapy to Teach Problem Solving*. DOI: 10.1177/10534512020380020201. ISBN 10.1177/10534512020380020201. Dostupné také z: <http://isc.sagepub.com/cgi/doi/10.1177/10534512020380020201>

KILPATRICK, William, Gregory WOLFE a Suzanne M WOLFE. *Books that build character: a guide to teaching your child moral values through stories*. New York: Simon & Schuster, c1994. ISBN 0671884239.

MCCULLISS, Debbie a David CHAMBERLAIN. *Bibliotherapy for youth and adolescents—School-based application and research*. DOI: 10.1080/08893675.2013.764052. ISBN 10.1080/08893675.2013.764052. Dostupné také z: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/08893675.2013.764052>

PRATER, Mary Anne, Marissa L. JOHNSTUN, Tina Taylor DYCHES a Marion R. JOHNSTUN. Using Children's Books as Bibliotherapy for At-Risk Students: A Guide for Teachers. *Preventing School Failure: Alternative Education for Children and Youth* [online]. 2006, **50**(4), 5-10 [cit. 2016-05-26]. DOI: 10.3200/PSFL.50.4.5-10. ISSN 1045988x. Dostupné z: http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.3200/PSFL.50.4.5-10

ROZALSKI, Michael, Angela STEWART a Jason MILLER. Bibliotherapy: Helping Children Cope with Life's Challenges. *Kappa Delta Pi Record*. 2010, **47**(1), 33-37. DOI: 10.1080/00228958.2010.10516558. ISSN 0022-8958. Dostupné také z: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00228958.2010.10516558>

SHECHTMAN, Zipora. *Treating child and adolescent aggression through bibliotherapy*. New York: Springer, c2009. ISBN 9780387097459.