

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

BAKALÁŘSKÉ KOMBINOVANÉ STUDIUM

2022-2023

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Martina Janáčková

Metody biblioterapie a storytellingu v praxi

Praha 2023

Vedoucí bakalářské práce: PhDr. Marie Vacínová, CSc.

JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE

BACHELOR COMBINED STUDIES

2022-2023

BACHELOR THESIS

Martina Janáčková

Bibliotherapy and Storytelling methods in Practise

Prague 2023

The Bachelor Thesis Work Supervisor: PhDr. Marie Vacínová, CSc.

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená bakalářská práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracovala samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpala, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použitých zdrojů.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne 5. 3. 2023

Martina Janáčková

Poděkování

Ráda bych poděkovala paní PhDr. Marii Vacínové, CSc. za odborné vedení bakalářské práce, trpělivý přístup a ochotu pomoci.

Anotace

Bakalářská práce „Metody biblioterapie a storytellingu v praxi“ se zabývá objasněním podstaty metod biblioterapie a storytellingu a jejich využitím v praxi. Pro bližší seznámení s uvedenou tematikou jsou vybrány, mimo jiné, konkrétní oblasti využití těchto metod včetně jejich hlavních nástrojů, kterými jsou literatura a příběh.

Teoretická část práce je rozdělena na tři celky, a to „Biblioterapie“, „Storytelling“ a „Metody biblioterapie a storytellingu v souvislosti se vzděláváním dospělých“. Každý z těchto celků tvoří ucelený rámec informací seznamující čtenáře se základními atributy těchto metod.

V praktické části jsou k vyhodnocení výzkumné otázky této práce využity odpovědi z pěti kvalitativních rozhovorů a kvantitativního dotazníkového šetření. Výsledné odpovědi na zvolené sady otázek mají za úkol přiblížit, jak odborníci z praxe využívají metody biblioterapie a storytellingu i v souvislosti se vzděláváním dospělých a jak se v těchto metodách sami vzdělávali.

Výsledek praktické části nabídne konkrétní zařazení uvedených metod do aktivačních a terapeutických postupů.

Klíčová slova

biblioterapie, literatura, metoda, příběh, storytelling, vzdělávání, vzdělávání dospělých, vzdělavatel

Annotation

The bachelor thesis "Bibliotherapy and Storytelling methods in Practice" deals with clarifying the essence of bibliotherapy and storytelling methods and their use in practice. For a closer acquaintance with the mentioned topic are selected specific areas of use of these methods, among others, including their main tools, which are literature and story.

The theoretical part of the bachelor thesis is divided into three units, namely "Bibliotherapy", "Storytelling" and "Methods of bibliotherapy and storytelling in context with adult education". Each of these units forms a comprehensive framework of information introducing the reader to the basic attributes of these methods.

In the practical part, answers from five qualitative interviews and a quantitative questionnaire survey are used to evaluate the research question of this thesis. The resulting answers to the selected sets of questions are intended to show how practitioners use the methods of bibliotherapy and storytelling also in context with adult education and how they educated themselves in these methods.

The result of the practical part will offer a concrete inclusion of the mentioned methods in activation and therapeutic procedures.

Keywords

adult education, bibliotherapy, education, educator, literature, method, story, storytelling

ÚVOD.....	9
TEORETICKÁ ČÁST	10
1 BIBLIOTERAPIE	10
1.1 Podstata biblioterapie.....	10
1.2 Význam biblioterapie.....	11
1.3 Oblasti využití biblioterapie.....	12
1.4 Literatura jakožto hlavní nástroj biblioterapie.....	13
1.4.1 Příklady literatury pro vybrané druhy postižení.....	13
2 STORYTELLING	18
2.1 Podstata storytellingu.....	18
2.2 Význam storytellingu.....	19
2.3 Příklady oblastí využití storytellingu.....	20
2.3.1 Storytelling ve školství.....	20
2.3.2 Digitální storytelling	21
2.4 Příběh jakožto hlavní nástroj storytellingu	23
3 METODY BIBLIOTERAPIE A STORYTELLINGU V SOUVISLOSTI SE VZDĚLÁVÁNÍM DOSPĚLÝCH.....	25
3.1 Specifika vzdělávání dospělých.....	25
3.1.1 Motivace ke vzdělávání a učení dospělých.....	26
3.2 Role lektora ve vzdělávání dospělých	26
3.2.1 Role lektora při výuce	29
3.3 Cílová skupina vzdělávání	29
3.4 První dojem aneb jak správně komunikovat.....	30
3.5 Příběhové myšlení.....	32
3.6 Příběhy, které vyhrávají	33
3.6.1 Zpětná vazba	34
3.6.2 Jak vytrénovat posluchače	35
3.6.3 Naslouchání.....	35
PRAKTICKÁ ČÁST	36
4 ÚVOD K PRAKTICKÉ ČÁSTI	36
4.1 Výzkumná otázka	36

4.2	Cíl práce	36
4.3	Výzkumné metody	36
4.4	Výzkumné techniky	37
4.5	Výzkumný vzorek.....	38
4.5.1	Charakteristika respondentů dotazovaných v rozhovoru	38
4.6	Interpretace výsledků polostrukturovaného rozhovoru	40
4.7	Interpretace výsledků dotazníkového šetření.....	46
ZÁVĚR		60
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....		61
SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK A GRAFŮ		63
SEZNAM PŘÍLOH.....		65

ÚVOD

Andragogika je obor, který se neustále rozvíjí a hledá nové cesty, jak efektivně vzdělávat dospělé lidi. Jednou z těchto cest jsou metody, jejichž původ nacházíme v psychologických směrech a přístupech, dále pak ve výzkumných a praktických zkušenostech při práci se vzdělávanými ve všech jejich dimenzích.

V rámci hledání efektivních metod vzdělávání musí mnohdy vzdělavatel improvizovat. Tato činnost pak vede ke vzniku nových inovativních metod. K nim lze přiřadit také metody biblioterapie a storytellingu. Bližší seznámení s uvedenými metodami a jejich aplikace v praxi se stala hlavní náplní této práce, k níž autorku vedla především láska k literatuře.

K usnadnění pochopení problematiky využití metod biblioterapie a storytellingu v praxi, budou v této práci zvoleny rozhovory a dotazníkové šetření. Vyhodnocení těchto metod napomůže k objasnění cíle práce a to zjistit, v jaké míře a jakým způsobem oslovení respondenti využívají metody biblioterapie a storytellingu při své práci a jak se v nich sami vzdělávají.

Tato práce vymezuje podstatu metod biblioterapie a storytellingu. Dále oblasti využití obou metod, jejich význam a možnosti, které metody nabízejí nejen při řešení složitých sociálních a životních situací, ale také při smysluplném využití volného času a vzdělávání.

Dále prostřednictvím metod kvalitativního a kvantitativního výzkumu, technik polostrukturovaného rozhovoru a dotazníkového šetření a jejich vyhodnocením, nabízí možnost naplnit cíl této práce.

V této bakalářské práci jsou z důvodu vlastního přesvědčení o správnosti a aktuálnosti informací uvedených v literatuře použity i prameny starší deseti let.

TEORETICKÁ ČÁST

1 BIBLIOTERAPIE

„Všechna dobrá literatura je variací na jeden ze dvou příběhů: člověk se vydává na cestu, nebo do města přichází cizinec.“ John Gardner

Při pohledu do historie se setkáváme s léčivou mocí psaného slova, a to již ve Starověkém Egyptě či v Řecku. Učenci své doby rozpoznali, jak velkou silou dokáže psané slovo zapůsobit. Z osobností lze uvést Sokrata, který byl přesvědčen, že léčba slovem harmonizuje duši (Majzlík, 2015, s. 2).

Za výhodu psaného textu lze považovat, že psaný text oslovuje všechny věkové kategorie a působí tak nejen na estetické, etické a emocionální vnímání, ale také na sociální vazby, výchovu a rozvoj osobnosti. Čtení knih tedy slouží nejen k naplnění volného času, ale může být zároveň využito k řešení náročné životní situace, motivace ke změně a osobnímu růstu (Majzlík, 2015, s. 2).

1.1 Podstata biblioterapie

Název „Biblioterapie“ vznikl spojením řeckých slov *biblion* = kniha a *therapia* = výchova a vzdělání, léčba (Svoboda, 2007, s. 13).

Müller (2014, s. 197) nás seznamuje s pojmem *therapia*, neboli terapie takto: *„Pokud definujeme psychoterapii jako odbornou, záměrnou a cílevědomou aplikaci psychologických prostředků použitou za účelem pomoci lidem změnit jejich chování, myšlení, emoce či osobnostní strukturu společensky i individuálně přijatelným směrem, potom můžeme definovat podobně rovněž příslušné terapie. Příklad: dramaterapie, arteterapie, biblioterapie...“*. Úlehla (2005, s. 37) rozvíjí definici terapie: *„O formu terapie se jedná tehdy, když si klient přeje zbavit se svého trápení, zmenšit svou bolest a zároveň má představu, že by to bylo možné.“* a pokračuje: *„Pracovník mu pomáhá tím, že společně vytvářejí, vymýšlejí a konstruuji nejvhodnější způsoby, postupy a cesty, jak najít řešení, jak problém rozpustit, jak potíže vyjasnit.“*

V souvislosti s tématem biblioterapie je často zmiňováno pouze předčítání bible. Müller (2014, s. 198) však k této problematice podává vysvětlení: „*Biblioterapie se dozajista nezaobírá pouze předčítáním bible, název vychází také z toho, že bibli historicky chápeme jako knihu knih.*“

Konkrétně Müller (2013, s. 72) vymezuje biblioterapii „*Jako aplikaci prostředků literárního umění použitou za účelem pomoci lidem změnit jejich chování, myšlení, emoce a další osobní předpoklady společensky i individuálně přijatelným směrem.*“

U Majzlíka (2015, s. 2) se lze setkat se zcela zjednodušenou a lehce pochopitelnou definicí: „*Biblioterapie je využití knih k řešení lidských problémů.*“

Biblioterapie nemusí být nutně užívána pouze jako samostatná metoda. Obdobně jako u jiných terapeutických metod je možné ji kombinovat a doplňovat s dalšími terapiemi. Müller (2014, s. 200) uvádí další terapie, které úzce souvisí s biblioterapií: „*Poetoterapie, Paremiologická terapie, imagoterapie, narativní terapie, hagioterapie, pohádkoterapie.*“

1.2 Význam biblioterapie

Biblioterapie klientovi pomáhá k dosažení změny a k získání nových dovedností, které následně pomáhají zdolávat složité životní situace, či nahlédnout na stávající situaci z jiných úhlů pohledu (Úlehla, 2005, s. 37).

Valešová Malecová (2011, s. 26) poukazuje na významy biblioterapie, kterými jsou například ulehčení orientace u klientů, kteří se nedokážou vyznat v okolním prostředí, ve svém životě, či nedokážou správně nakládat s časem. Dále pak biblioterapie lze redukovat narušené funkce u klientů, kde je snaha o zachování stávajícího potenciálu, tj. motivace klienta ke spolupráci, zaměřujeme se na rozvoj kognitivních, řeči, či jemné motoriky. Jako význam biblioterapie můžeme shledat také rozvoj komunikačních a sociálních dovedností u klientů, u kterých je preferováno rozvíjení verbální a neverbální komunikace, zaměřuje se na zlepšení schopností spolupráce, sebeovládání a navazování nových sociálních kontaktů. Relaxace a odreagování se od napětí lze do výčtu významu biblioterapie zařadit také. Preferují se zde techniky biblioterapie, které navozují pocit vnitřního klidu, odpoutání se od vlastních problémů a rozvíjí schopnosti uvolnit se. Důležitá je podpora zdravého sebevědomí a samostatnosti a zároveň také podpora rozvoje

čtenářského zájmu, ze kterého lze získat a posílit sebevědomí a rozvinout svou samostatnost. V neposlední řadě je třeba zmínit také možnost řešení třídních konfliktů, či integraci žáka do nového třídního kolektivu.

1.3 Oblasti využití biblioterapie

Definice biblioterapie častokrát zužují význam slova terapie na léčbu, ačkoliv její původní význam obsahuje i pedagogický rozměr. Ve většině těchto definic se proto objevuje také přesnější vymezení cílové skupiny ve smyslu, který zdůrazňuje jejich postižení či sociální postavení. Biblioterapie je definována také jako relaxační činnost u běžné populace bez ohledu na věk či pohlaví lidí. Je možné se setkat i s definicemi, které ve smyslu využití biblioterapie počítají také s dětmi s poruchou učení a chování a s dětmi nacházejícími se v předškolních zařízeních (Svoboda, 2007, s. 14).

Mezi vybrané skupiny klientů, u kterých se intervence knihou doporučuje, jsou například děti se speciálními vzdělávacími potřebami, děti žijící ve ztížených životních podmínkách, anxiózní děti, agresivní děti a děti se syndromem CAN (Svoboda, 2013, s. 16).

Metodu biblioterapie lze využít také u lidí s různým zdravotním postižením. V tomto případě je třeba zaměřit se na rozvoj smyslového vnímání, řeči těla, verbálního projevu a rozvíjení představ a fantazie, gestikulace, melodie, síla hlasového projevu a intonace řeči. Biblioterapeut u tělesně postižených lidí využívá reprodukováné čtení a často se snaží také o cvičení ke zpřesňování pohybového vyjádření, jako je mimika nebo například pantomima (Svoboda, 2013, s. 17).

U sluchově postižených lidí lze v rámci biblioterapie využít čtenářské deníky, komiksy, tvůrčí psaní nebo různá cvičení na zlepšení senzomotorických dovedností či neverbální aktivity. Mezi oblíbené a nezastupitelné metody zde patří pohyb či pantomima (Svoboda, 2013, s. 17).

V případě biblioterapeutické intervence u lidí s poruchami řeči se terapeut zaměřuje především na písemnou expresi. V těchto případech lze využít ilustrace a text, vhodné jsou například komiksy. V rámci terapie se velmi často využívají také dechová

a artikulační cvičení nebo dramatizace různých scének s loutkami či maňásky nebo také muzikoterapie (Svoboda, 2013, s. 18).

1.4 Literatura jakožto hlavní nástroj biblioterapie

Psychosomaticky a psychosociálně orientovaná biblioterapie využívá tradičního postupu, který spočívá ve výběru a vyhledání vhodné knihy a v motivování klienta ke čtení či poslouchání příběhu. Je žádoucí, aby se klient do jisté míry ztotožnil s většinou kladným hrdinou a vzal si poučení a životní sílu z příběhu, který mu byl svým obsahem blízký. Účinky knihy se pak mohou také umocnit následným probíráním silných zážitků se skupinou lidí anebo s terapeutem (Svoboda, 2013, s. 27).

1.4.1 Příklady literatury pro vybrané druhy postižení

Autismus

Kaufman Neil Barry – Son-Rise: Zázrak pokračuje. Jedná se o autentický příběh Rauna Kaufmana, který je postižený autismem. V této knize se z netečného, bázlivého a nekomunikujícího chlapce stal aktivní mladý už, který se uzdravil pomocí nové terapie založené na trpělivé lásce a akceptaci (Svoboda, 2013, s. 22).

DMO a kombinované vady

Brown Christy – Moje levá noha. Tato kniha pojednává o ochrnutém malíři, který díky podpoře a bojovnosti paní Brownové dokáže triumfovat nad svým osudem. Díky podpoře této ženy se z malíře stává veselý muž se smyslem pro humor, který začne komunikovat pomocí prstů levé nohy se kterou rovněž maluje svá umělecká díla, píše povídky a skládá básně (Svoboda, 2013, s. 22).

Groom Winston – Forest Gump. Kniha pojednává o muži s IG pod 70, který i přes tento svůj handicap dokáže žít úspěšný a samostatný život. Kniha je vhodná pro rodiče stejně handicapovaných dětí, je zde však také mnoho prvků, které lze použít při terapeutické práci s podobně postiženými klienty (Svoboda, 2013, s. 23).

Downův syndrom

Drijverová Martina – Domov pro Mart'any. Kniha je vhodná především pro děti školního věku, které žijí s postiženým sourozencem. Tato kniha pojednává o dívce, jejíž bratr má DS. V knize se řeší problémy každodenního života, je zde nastíněno také těžké navazování přátelství mezi desetiletou Michaelou a její kamarádkou Luckou, které jsou poznamenány existencí postiženého bratra a jsou zde také zaznamenány užitečné informace pro rodiče dětí s Downovým syndromem (Svoboda, 2013, s. 23).

Drogová závislost

Christiane F. – My děti ze stanice ZOO. Kniha pojednává skutečný příběh dívky závislé na drogách, která se ocitá v blízkosti narkomanů a stále více upadá do své závislosti. Snaha o léčbu zpočátku nepomáhá, avšak u příbuzných na venkově dostane novou šanci k normálnímu životu (Svoboda, 2013, s. 23).

Vacek Jiří – Žít, třeba i na kolenou. Kniha vypráví autobiografický příběh českého emigranta, jež se stal v Africe závislým na drogách a prošel si martýriem odvykání. Tato kniha je plná vyprávění od lidí, kteří popisují své zoufalé příběhy a sporadická vítězství (Svoboda, 2013, s. 22).

Závislost

London Jack – Démon alkohol. Kniha popisuje duševní stavy alkoholiků a jejich narušené sociální vztahy, které tuto závislost mnohdy provázejí. Jedná se o autobiografický román (Svoboda, 2013, s. 27).

Mentální anorexie

Lanczová Lenka – Strípky mých lasek. Kniha vypráví příběh mladé dívky, která se po drastickém hubnutí stane „atraktivní“ dívkou. Po této zkušenosti však onemocní mentální anorexií a ocitne se na „hranici“ mezi životem a smrtí. V tomto těžkém životním období ji podpoří její kamarádky (Svoboda, 2013, s. 24).

Obezita

Rudolf Stanislav – Metráček. Kniha vypráví příběh plnoštíhlé dívky, která na základní a střední škole bojuje s nadměrnou váhou. V období dospívání se setkává s přátelstvím, nepochopením a láskou (Svoboda, 2013, s. 25).

Foglar Jaroslav – Nováček Bubáček si píše deník. Vypravěčem těchto různých „smolařských“ příběhů je skaut Vodomil, který je pro svůj vzhled nazýván „Bubáček“. Kniha je veselá a dokáže nenásilně posílit sebevědomí dětí, které stejně jako Vodomil bojují s nadváhou (Svoboda, 2013, s. 25).

Nevyléčitelné nemoci

Lindgrenová Astrid – Bratři Lví srdce. Kniha velmi krásně a optimisticky pojednává o odvaze a přátelství, ačkoliv se týká věci tak smutné, jako je smrt (Svoboda, 2013, s. 25).

Procházková Iva – Myši patří do nebe. Autorka této knihy svým barvitým vyprávěním setřásá bázeň ze smrti u dětí, která je mnohdy straší. Vypráví o velikém přátelství lišáka Bělobřicha a myšky Šupito, jejichž přátelství je na čas dramaticky přerušeno a pokračuje opět v přívětivé zemi mezi životem a smrtí (Svoboda, 2013, s. 25).

Zrakové postižení

Procházková Iva – Pět minut před večerí. Jedná se o mezinárodně oceněnou knihu, která vypráví příběh malé dívky, která se prostřednictvím tátova a mámina vyprávění dozvídá, jak vypadá svět kolem ní. Vyprávění probouzí fantazii a má šťastný konec (Svoboda, 2013, s. 27).

Rodičům postižených dětí

Švihálek Milan – Štěstí jménem Zuzanka. Tato kniha pojednává o zpovědi matky žijící v Ostravě, která má již dvě zdravé děti a narodí se ji třetí, handicapovaná dcera Zuzanka (Svoboda, 2013, s. 25).

Děti bez rodiny

Procházková Iva – Středa nám chutná. Děj této knihy se odehrává v prostředí dětského domova Slunečnice, kde paní ředitelka Pralinka vytváří pro děti bez rodičů nový

domov. Hlavní hrdinka Cilka je děvčátko, které vždy „nakazí“ ostatní dobrou náladou a které se v domově dějí neuvěřitelné příběhy (Svoboda, 2013, s. 22).

Stěhování a osamělost

Pašek Mirko – Děvče pro Oklahomu. Kniha vypráví příběh českého imigranta Oldřicha a jeho dcery Mařky, kteří si po cestě nevyzpytatelnou prérií naši konečně nový domov v Oklahomě. Zde se Mařka musí vypořádat s nástrahy přírody a také s nevstřícným přijetím jiných lidí (Svoboda, 2013, s. 26).

Šikana

Foglar Jaroslav – Boj o první místo. Děj této knihy se odehrává většinou ve školním prostředí, kde o svou přízeň spolužáků a učitelů soupeří dva kluci, a sice Ruda a Petr. Ruda využívá své převahy k ovládnutí kolektivu a Petra často zesměšňuje a deptá. Petrovi se však nakonec podaří, díky své trpělivosti, dostat spolužáky i učitele na svou stranu (Svoboda, 2013, s. 26).

Týrání a zneužívání

Fojtová Věra – Tanec v kopřivách. Příběh vypráví o sedmnáctileté Kristýně, která je obětí psychického týrání a zneužívání od vlastního otce. Její sestra Eliška po maturitě uteče z domu a nechce Kristýně s její situací doma nijak pomoci. Stejně tak Kristýnina matka. Pro Kristýnu se domov stává noční můrou, avšak nakonec se svému osudu postavila čelem (Svoboda, 2013, s. 26).

Volba literatury by měla zohledňovat životní situaci klienta a měla by vycházet z jednoduchých pravidel, která vymezuje Majzlík (2015, s. 2) takto:

1. Text má usnadnit náhled na klientovu situaci a pomoci najít vhodné řešení, to znamená, že má vyprávět o obdobné životní situaci s „dobrým koncem“.
2. Dětský čtenář se lépe vcítí do hrdiny stejné věkové kategorie, proto je podstatné, aby byl hrdina stejného věku.
3. Texty musí obsahovat návod na vyřešení problému a motivovat ke změně.
4. Nejvhodnější je využití autobiografických knih, tj. skutečné osoby prožívající skutečné příběhy.

Závěrem můžeme shrnout tato pravidla do jedné věty a konstatovat, že: „*Správně zvolený text zapůsobí na emoce klienta, pozvedne jeho sebevědomí, pomůže k osobnímu růstu.*“ Majzlík (2015, s. 2).

2 STORYTELLING

„Ti, kdo vypráví příběhy, ovládnou svět.“ Platon

Vyprávění příběhů je nejstarší formou předávání informací v lidské civilizaci. Jedná se o návrat a znovuobjevování tradic vyprávění. Vyprávění sloužilo k přenášení historických událostí z pokolení na pokolení, k předávání lidských zkušeností a tak dále. Jedná se o nejpřirozenější lidskou činnost, která je pokládána i za formu umění. Každý z nás chce slyšet a číst příběhy, které nás baví nebo utěšují, které nás inspirují, vzdělávají, obohacují a posouvají dál (Storytelling – úvod do vyprávění příběhů, online, cit. 2023-03-05).

2.1 Podstata storytellingu

Nevolová (2017, s. 27) definuje storytelling takto: *„Storytelling je záměrné sdílení vyprávění díky slovům a akci za účelem přínosu jak pro posluchače, tak pro vypravěče.“*

Konkrétně tedy „storytelling“ v překladu z anglického jazyka znamená „vyprávění příběhu“. Jedná se o interaktivní formu sdělení příběhu, většinou tato interakce probíhá živě, ústním přenosem mezi vypravěčem a divákem, například pedagogem a žáky, sociálním pracovníkem a klienty, managerem a jeho týmem (Nevolová, 2017, s. 21).

Storytelling je na rozdíl od prostého vyprávění příběhů (vyprávíme si, co jsme zažili na dovolené, o víkendu apod.) specifická disciplína, v níž vyprávění má konkrétní cíl, který si vypravěč předem stanovil a ke kterému při vyprávění směřuje (Nevolová, 2017, s. 15).

U této metody se při vyprávění využívají různé umělecké formy, které jsou založené na jazykovém umění, použití hlasu a hlasového zabarvení, pohybu a gesta k zobrazení prvků jednotlivých obrazů a představ vycházejících z konkrétního příběhu určitému publiku. Dále se využívají nejrůznější kulisy, prostory a vytváří se atmosféra k hlubšímu vnímání příběhu (Nevolová, 2017, s. 15).

Za rozhodující prvky storytellingu lze považovat děj vypravovaného příběhu. Dle okruhu posluchačů je vhodné volit buď děj příběhu jednodušší s hlavní dějovou linií nebo

děj složitější. Zároveň vybíráme děj příběhu tak, aby byl pro posluchače srozumitelný a souvisel s jejich komunitou v návaznosti na cíl, který byl předem stanoven. Dále pak mezi rozhodující prvky patří poselství a postavy vypravovaného příběhu. S dobře zvolenými postavami se mohou posluchači ztotožnit, mohou být jejich průvodci při řešení složitých životních situací, anebo jim mohou ukázat na nesrovnalosti v jejich sebepojetí, vnímání okolí apod. Důležité je rovněž umělecké ztvárnění vypravovaného příběhu. Je nezbytné, aby byl příběh dobře zapamatovatelný, je potřebné jej vyprávět poutavě a s citovým nasazením. Pokud je to jen trochu možné, zařazujeme do vyprávění kulisy, zvukové či obrazové pomůcky (Nevolová, 2017, s. 17).

2.2 Význam storytellingu

V Článku Černého (online, cit. 2023-02-15) pod názvem „Odborný článek: Digitální storytelling“ se mimo jiné seznamujeme s konkrétním dosahem této metody a jeho významem:

- *„Storytelling může čtenáři předkládat zajímavou a hodnotnou literaturu a podněcovat jeho zájem o ni. Nabízí tak možnost rozvoje čtenářské gramotnosti.*
- *Představuje postavy, se kterými se posluchač může identifikovat.*
- *Vytváří speciální vazbu mezi vypravěčem a posluchačem.*
- *Podporuje tvorbu hodnotového žebříčku a jeho aplikaci na konkrétní životní situace.*
- *Rozvíjí slovní zásobu.*
- *Zvyšuje schopnost naslouchat a chápat.*
- *Umožňuje rozvoj tvůrčího psaní a rozvíjí kreativitu.*
- *Nabízí posluchači cenné informace a poznání. Může proto posloužit jako výuková metoda, zvláště pro mladší žáky.*
- *Zvyšuje posluchačovu schopnost komunikovat slovem i jinými způsoby.*

- *Podporuje schopnost předvídání, analýzy a syntézy.*
- *Umožňuje rozvíjet mezikulturní dialog.*
- *Je možné jej užít v mnoha oblastech pro vyjádření postojů a pocitů.*
- *Umožňuje aktivní mezigenerační dialog.“*

K uvedenému výčtu lze ještě doplnit:

- Podporuje kritické myšlení, klade před posluchače názory a hodnoty, které rozebírá z různých úhlů.
- Podněcuje představivost.
- Můžeme s ním zažít skvělou zábavu a dobrodružství.

2.3 Příklady oblastí využití storytellingu

Sama podstata storytellingu (tj. vyprávění příběhů) nabízí velkou škálu možností jeho využití v nejrůznějších oborech a oblastech lidské činnosti, především však v oborech a oblastech, kde dochází k sociálním kontaktům (Digitální storytelling, online, cit. 2023-02-15).

2.3.1 Storytelling ve školství

Praktické přenesení metodiky storytellingu do školní výuky je proces, který se stále vyvíjí. Průběh procesu není přesně specifikovaný, velmi záleží na zkušenostech pedagoga. Metodika storytellingu je však jasně stanovená, ale také otevřená všem variacím, preferencím a dalšímu rozvoji. Inspirací je pro pedagogy cvičení a hry, které pomáhají tvořit základ této metody. Pomocí nich jsou poté pedagogové schopni zapracovat jej do výkladů a do výuky obecně. Storytelling je schopen udávat cestu a směr, avšak konkrétní cíl nikoliv, ten je nutné stanovit na zadání odpovídajícímu potřebám dané výuky. Storytelling je orientován na dovednosti v oblastech, které se orientují například na tvůrčí psaní, literaturu, jazyk a interpretaci vlastních příběhů (O praktickém využití storytellingu ve výuce, online, cit. 2023-02-25).

Seznámit se s metodami storytellingu lze nejefektivněji prostřednictvím seminářů. Pokud se hovoří o storytellingu, pak se nejedná pouze o souhrn cvičení, ale naopak o ucelený pohled na zpracovávání určité látky (O praktickém využití storytellingu ve výuce, online, cit. 2023-02-25).

Uplatňováním a používáním této metody zvyšuje pedagog u studentů chuť k práci s literaturou, obohacuje jejich slovní zásobu a vede k lepšímu pochopení a orientaci v textu. Zároveň procvičuje u studentů schopnost předvídat události, nabízí analýzu a syntézu životních událostí, rozvíjí představivost a tvořivost. Všechny jmenované atributy přispívají k lepšímu porozumění mezi pedagogem a studentem, a také mezi spolužáky navzájem (O praktickém využití storytellingu ve výuce, online, cit. 2023-02-25).

V neposlední řadě může aplikace této metody pomoci pedagogickým pracovníkům rozeznat a vyhodnotit, jaká panuje ve třídě atmosféra, jak studenti mezi sebou spolupracují, postavení jedinců v rámci kolektivu apod. Při vhodném výběru tématu k vyprávění může také přispět k odhalení a řešení případných problémových situací vyskytujících se v daném kolektivu (O praktickém využití storytellingu ve výuce, online, cit. 2023-02-25).

Lze tvrdit, že storytelling slouží jako „základní stavební kámen“ kreativního přemýšlení o dané látce. Storytelling ve školství nabízí možnosti například vzhledu do dějin, seznámení se s historickými postavami nebo obojího dohromady. Výsledkem je motivace studentů k učení. Celistvost příběhu uceluje kontext a přispívá ke kreativnímu myšlení (O praktickém využití storytellingu ve výuce, online, cit. 2023-02-25).

2.3.2 Digitální storytelling

V dnešní době se lze setkat s celou řadou pohledů na to, co je digitální storytelling. Obecně lze tvrdit, že se jedná o digitální formu vyprávění, kde se kombinuje tradiční vyprávění příběhů se zvolenými médii, například textem a hypertextem, zvukovým vyprávěním, počítačovou grafikou, hudbou a videem (Vyprávěj svůj příběh digitálně I., online, cit. 2023-02-25).

Na konci 80. let založili kalifornští výtvarníci Joe Lambert a Dana Etchley „Center for Digital Storytelling“, které pomáhá lidem sdílet své příběhy digitální cestou. Tato organizace připravila metodiku „Seven Elements of Digital Storytelling“, která popisuje sedm prvků, které lze uplatnit v digitálním vyprávění příběhů. (Vyprávěj svůj příběh digitálně I., online, cit. 2023-02-25).

Těmito prvky jsou úhel pohledu, kdy by mělo být vždy zřejmé, co se nachází v centru příběhu a jak na něj autor nahlíží. Dále pak dramatická otázka udržující pozornost diváka a emocionální obsah, který právě svým osobním vhladem a zkušeností vypravěče přináší emotivní pohled na konkrétní problematiku. Metodika se zmiňuje také o tom, že vyprávění vlastním hlasem pomůže publiku lépe pochopit souvislosti a síla zvukového doprovodu by měla být zvolena tak, aby vhodně podbarvily dějovou linii příběhu. Přiměřená délka vyprávění a vhodný rytmus příběhu je zcela klíčový k tomu, aby se posluchač či čtenář nezačal nudit (Vyprávěj svůj příběh digitálně I., online, cit. 2023-02-25).

Pedagožka Bernajean Porter upozorňuje na rozdíl mezi digitálními příběhy a vyprávěním digitálních příběhů. Varuje, že se často do popředí dostávají technologie a zvláštní efekty, které příběh spolu vytvářejí. Každý digitální příběh by měl mít svůj začátek, střední část pro rozvoj děje a konec, přičemž se nesmí zapomenout na hlavní prvek, kterým je samotný příběh (Vyprávěj svůj příběh digitálně I., online, cit. 2023-02-25).

Vizuální storytelling

S rozšířením nových technologií se objevila také možnost vizuálního vyprávění. Vizuálně vyprávět lze pomocí počítačové grafiky, filmu či animací nebo fotografické eseje. Koláže a fotomontáže mohou být také považovány za formu vizuálního vyprávění příběhů. Jako další formu stojí za to zmínit komiks, který je uznávám jako moderní forma vizuálního vyprávění a je používán především ve školství (Vyprávěj svůj příběh digitálně I., online, cit. 2023-02-25).

Videoart

Videoart se řadí mezi disciplíny moderního umění. Klíčový rozdíl mezi videoartem a klasickou filmovou nebo televizní produkcí spočívá v tom, že videoart nemusí pracovat s herci, obsahovat dialog, o něčem konkrétním vyprávět. Nemusí mít dokonce žádný příběh nebo děj (Vyprávěj svůj příběh digitálně I., online, cit. 2023-02-25).

2.4 Příběh jakožto hlavní nástroj storytellingu

Při definování příběhu můžeme vyjít z výstižného popisu Nevolové (2017, s. 26): *„Příběh je znovu vybavený zážitek vyprávěný s dostatečným citem a smyslem pro detail tak, aby byl schopen v posluchačích navodit pocit, že si jej sami prožili.“*

Provázanost příběhu a storytellingu lze vysvětlit jednoduchou poučkou: *„Bez příběhu není storytelling.“* (Nevolová, 2017, s. 26)

Na vyprávění a interpretaci příběhů pohlížíme nejen z aktuálního pohledu, ale bereme v úvahu také fakt, v jaké kultuře měl příběh svůj původ a v jaké dějinné epoše se odehrál. I když při vyprávění čerpáme s legendárních zdrojů (mýty, pověsti, báje, aj.), musíme mít na paměti, že se nám v běhu času tyto příběhy proměňují a získávají nové dimenze.

Neméně důležitou roli při vyprávění také sehrává situace a časový rámec. Pro objasnění těchto faktorů můžeme jako příklad uvést příběh o záchraně lidského života při požáru, vyprávěný bezprostředně po události, za měsíc, či za rok od události. Je zřejmé, že s odstupem času vyzní tento příběh jinak.

Nevolová (2017, s. 26) nám výstižně shrnuje hlavní důvody, díky kterým fungují příběhy, a to především:

- Vyprávěním příběhu probouzíme v posluchači představivost a aktivujeme jeho smysly.
- Správně vyprávěný příběh je dobře zapamatovatelný a povzbuzuje naše myšlení.
- Nadčasovost příběhů dodává generacím vypravěčů a posluchačů pocit jistoty a ukotvení.
- V průběhu let se sice příběhy mohou měnit neustálým převyprávováním a tím jsou obohaceny novými pohledy na danou tematiku, ale základ příběhu zůstává.
- Příběhy mohou také fungovat jako způsob neformálního učení.

- Při hodnocení příběhu může posluchač dojít ke svému vlastnímu závěru, který následně konzultuje s ostatními posluchači a vypravěčem, čímž vnese do příběhu nový pohled.

Shrneme-li na závěr, jaký příběh zvolit a jaké podstatné prvky musí obsahovat, aby zaujal posluchače, vyjdeme pak z jednoduché definice Nevolové (2017, s. 26): „*Příběh by měl mít chronologický začátek, prostředek a konec a postavy by se v něm měly ocitnout v nějaké situaci, konfliktu, který je mění. Něco se musí stát, jinak nás to nezajímá!*“

3 METODY BIBLIOTERAPIE A STORYTELLINGU V SOUVISLOSTI SE VZDĚLÁVÁNÍM DOSPĚLÝCH

„Když Vás požádám, abyste na něco mysleli, můžete se rozhodnou to neudělat. Ale co když ve Vás vyvolám nějaké pocity? Nyní mám Vaši pozornost.“ Lisa Cronová

V této kapitole jsou popsány specifika vzdělávání dospělých, role lektora ve vzdělávání dospělých, jsou zde nastíněny základní informace o cílové skupině a druzích komunikace. Dále se tato kapitola věnuje příběhovému myšlení, jakožto kvalitnímu nástroji, jak pomoci příběhu správně ovlivňovat své posluchače.

3.1 Specifika vzdělávání dospělých

Mezi vzděláváním dospělých a vzděláváním mládeže existují značné rozdíly, a proto je andragogika, která se vyčlenila z pedagogiky, vědní disciplínou, jež vzdělávání dospělých zastřešuje (Langer, 2016, s. 128).

Langer (2016, s. 128) vysvětluje, že specifika vzdělávání dospělých spočívají v těchto ohledech:

1. Zkušenost: je jedním ze základních rozlišovacích prvků mezi dětmi a dospělými jedinci, kteří zpravidla oplývají vícero zkušenostmi získaných buď studiem nebo například praxí. Tyto zkušenosti navzájem porovnávají, a tak dochází k jakémusi filtru zkušeností.
2. Životní priority: v popředí zájmu se u dospělých jedinců často nachází rodina, práce a osobní záliby, nikoliv však vzdělání. Je třeba být, jako například lektor, připravený na to, že probírané téma nebude pro dospělé nikdy důležitější než vlastní pracovní či rodinné problémy. Nesoustředěnost může pocházet nebo být ovlivněna z osobního života účastníků.
3. Zralost: dospělí jedinci jsou zralými osobnostmi v mnoha ohledech. Jedná se o zralost biologickou, sociální, psychickou a ekonomickou. Zralost lze považovat za základní rozlišovací mechanismus dospělého jedince.
4. Motivace: motivace je jakožto složka ve vzdělávání zásadní a u dospělých jedinců má jiný charakter. V ideálním případě by měla převažovat motivace

vnitřní, kdy se člověk vzdělává, aby se rozvíjel, uspokojoval své potřeby, dokázal si, že to zvládne apod.

5. Záměrnost vzdělávání: dospělí zpravidla vstupují do vzdělávání s vlastními jasně stanovenými cíli. Pedagogický univerzalizmus je nahrazen utilitarismem, kdy se učí jen to, co budou potřebovat, co zužitkují, nejlépe ihned.
6. Změny fyziologických a psychických funkcí: v dospělosti dochází u člověka k řadě změn, které se dotýkají smyslových orgánů člověka. Jedná se například o zhoršený zrak a sluch.
7. Charakteristiky osobnosti: pod tento obecný název lze zahrnout specifika, kterými jsou ku příkladu vysoká míra kritičnosti vůči svému okolí, obtížné přiznávání chyb a změna názorů, obava ze selhání a zesměšnění.

3.1.1 Motivace ke vzdělávání a učení dospělých

Zásadním faktorem pro učení je motivace, kterou lze rozlišit na vnější a vnitřní. Existuje celá řada motivů, které ovlivňují učení dospělého člověka (Langer, 2016, s. 131).

Dle Langer (2016, s. 133) na motivaci dospělého jedince pozitivně působí:

- Detailní seznámení s obsahem a metodami výuky, výukovým prostředím, lektorem, dalšími účastníky vzdělávání
- Bezchybná organizace vzdělávání
- Moderní formy a metody vzdělávání
- Kvalifikovaní lektori
- Příklady z praxe
- Partnerský a individuální přístup

Tyto uvedené faktory, které působí na motivaci dospělého jedince, nejsou úplným výčtem, ale popisují základní okruhy, které lze akceptovat (Langer, 2016, s. 134).

3.2 Role lektora ve vzdělávání dospělých

Dle Langer (2016, s. 21) může vzdělavatel dospělých zastávat role, jako jsou „*lektor, trenér, kouč, mentor, tutor, školitel, učitel, vzdělavatel, instruktor, konzultant, andragog*“

– *toto jsou jen některé z mnoha pojmů, které se užívají pro označení osoby řídící proces vzdělávání dospělých. K tomu se přidávají další role, které lze označit jako „manažerské“*
– *metodik, organizátor či přímo manažer. Je třeba si uvědomit, že většina z těchto pojmů není vzájemně zaměnitelná, každá z uvedených rolí má svá specifika.*“

Andragog

Jedná se o nejobecnější kategorii. V teoretičtějších pracích se pojem využívá k pojmenování pracovníků, kteří se zabývají teoretickou či praktickou oblastí andragogiky. V užším pojetí může pojem označovat také profesionála, jež obor andragogika vystudoval na vysoké škole (Langer, 2016, s. 22).

Vzdělavatel dospělých

Jedná se o roli, která specifikuje práci andragoga jako odborníka v oblasti výchovy a vzdělávání dospělých. Rovněž se jedná kategorii pracovníka, jež svým působením ovlivňuje přípravu, průběh a výsledky vzdělávacího procesu (Langer, 2016, s. 22).

Trenér

Jedná se o vzdělavatele dospělých, jež se zaměřuje na praktické osvojování dovedností. Jedná se zejména o dovednosti intelektuálové, motorické a senzomotorické až do úrovně žádoucích návyků, postojů, norem chování a jednání. V podstatě lze tvrdit, že se jedná o předávání vědomostí na úroveň dovedností (Langer, 2016, s. 22).

Instruktor

Instruktor na pracovišti zpravidla zajišťuje výcvik pracovníka v pracovních dovednostech. Jsou na něj zpravidla kladeny vysoké nároky v oblasti odborných a metodických kompetencí (Langer, 2016, s. 23).

Kouč

Kouč nepatří mezi typické vzdělavatele dospělých, nicméně na „rozvojovém“ procesu se velmi podílí, protože se zabývá vzděláváním přímo na pracovišti a tato činnost probíhá průběžně při pracovním výkonu. Jako typickou aktivitu kouče lze označit konzultování

činnosti koučovaného. Koučování se vyznačuje individuálním charakterem pro rozhodování, řešení problému či rozvoj koučovaného. Koučování se uskutečňuje tak, aby se pomocí cíleně kladených otázek koučovaný byl schopen sám rozhodnout pro další postup (Langer, 2016, s. 24).

Mentor

Tento termín označuje konzultanta, poradce, školitele, který pracuje s mentorovaným většinou na pracovišti. Mentor v rámci své činnosti mentorovanému radí, předává mu své zkušenosti, motivuje jej a usměrňuje, neboť je oproti němu zkušenější a zralejší. Mentor není typickým vzdělavatelem dospělých, jedná se o velmi neformální formu rozvoje (Langer, 2016, s. 24).

Mediátor

Jedná se o specialistu na proces, v němž jsou řešeny sporné záležitosti. Tuto roli může přejímat schopný lektor, jde-li o vyhrocenou situaci ve výuce, kdy spolu strany nekomunikují vůbec nebo pouze v iracionální rovině (Langer, 2016, s. 25).

Supervizor

Jedná se o specialistu, který se zaměřuje na hodnocení kvality a efektivity vzdělávacího procesu. Zpravidla řídí kontrolní proces a poskytuje zpětnou vazbu vzdělavateli dospělých a jeho nadřízenému či zákazníkovi (Langer, 2016, s. 25).

Metodik

Metodik navrhuje, zpracovává a řídí metodickou stránku vzdělávacího procesu a je odpovědný za přípravu projektové dokumentace vzdělávací akce (Langer, 2016, s. 26).

Manažer

Pracovník řídící proces přípravy, realizace a evaluace vzdělávací akce, který odpovídá za jeho řádný průběh. Plní úkoly plánování, organizování, vedení, kontrolování (Langer, 2016, s. 26).

3.2.1 Role lektora při výuce

Podle Langer (2016, s. 27) v prostředí vlastní výuky lze hovořit o rolích, které vzdělavatel zastává. Mezi takto definované role patří například:

- „*Vzdělavatel*“. Jedná se o roli toho, kdo vzdělává. S jehož pomocí jsou účastníci schopni se učit a vzdělávat.
- „*Šéf skupiny*“. Je „hlavou“ vzdělávací skupiny a nese zodpovědnost za celou skupinu a odvedenou práci.
- „*Člen skupiny*“. Při některých vzdělávacích metodách či aktivitách se vzdělavatel může stát součástí „týmu“. V tomto případě je důležité vytyčit hranice.
- „*Poradce*“. Občas se na vzdělavatele účastníci mohou obracet se svými názory či problémy. Je žádoucí pro vzdělávací proces, aby se tyto záležitosti držely pořádku daného tématu.
- „*Hodnotitel*“. Ze vzdělavatele se stává hodnotitel v případě, že součástí kurzu je posouzení přínosu vzdělání či měření jeho efektivity.

3.3 Cílová skupina vzdělávání

Znalost cílové skupiny je dle Langer (2016, s. 35) považován pro vzdělavatele za cílové vodítko, protože od charakteristik této skupiny se poté odvíjí veškerá příprava, obsah vzdělávání, prostředí vzdělávání, pomůcky a techniky, které budou ve vzdělávání využívány či samotné formy.

Cílem každého vzdělavatele by mělo být stoprocentní vyhověním očekávání zadavatele. Jen díky znalosti účastníků je vzdělavatel „na míru“ schopen nastavit vzdělávací program (Langer, 2016, s. 35).

Vzdělavatel by měl být seznámen zejména se složením skupiny. Měl by zjistit zejména informace o věkovém rozpětí účastníků a dosaženého vzdělání, protože podle vzdělání je možné zvolit vhodnou terminologii či košatost slovního projevu a délku jednotlivých částí. Někdy je vhodné mít povědomí také o pohlaví účastníků vzdělávání (Langer, 2016, s. 36).

Významné pro vzdělávání je také znát počet účastníků zejména pro uspořádání učebny či zajištění dostatečného množství potřebných materiálů a zvolení optimální metody výuky a použití učebních pomůcek či didaktické techniky (Langer, 2016, s. 36).

Vzdělavatel by měl být seznámen rovněž s důvodem účasti vzdělávaných. Zjistit motivaci je nutné zejména pro přípravu vhodných metod výuky. Pokud se účastníci výuky vzdělávají dobrovolně, není nutné využívat mnoho prvků aktivizace a motivace (Langer, 2016, s. 36).

Pro správné sestavení obsahu kurzu je vhodné mít povědomí o rozsahu znalostí účastníků. Tomu lze poté přizpůsobit vhodnou terminologii a odpovídající praktické příklady. Takto je možné se vyvarovat situacím, kdy se účastníci vzdělávání nudí, neboť probíraným tématem se dlouhodobě zabývají ve své práci (Langer, 2016, s. 37).

Cílovou skupinu je vhodné dobře vymezit i proto, že tak lze přesně definovat vstupní požadavky na účastníky kurzu. Vždy je nutné předem jasně definovat, jaké znalosti a dovednosti jsou od účastníků očekávány. Není žádoucí je očekávat (Langer, 2016, s. 39).

3.4 První dojem aneb jak správně komunikovat

Langer (2016, s. 90) uvádí, že první dojem, kterým vzdělavatel zapůsobí na účastníky kurzu, se dá jen obtížně změnit, i když s odbornou či lidskou stránkou vzdělavatele nemusí mít mnohdy mnoho společného.

Tento dojem vzniká od první chvíle, kdy vzdělavatel přijde do styku se vzdělávanými a trvá pouze několik málo sekund. Podílejí se na něm nejvíce schopnost komunikace ať už verbální či neverbální, struktura řeči a celkový vzhled (Langer, 2016, s. 90).

Verbální komunikace

Dle Langer (2016, s. 90) v rámci „slovní komunikace“ hrají roli faktory jako:

- Hlasitost řeči: je žádoucí, aby vzdělavatel mluvil tak, aby neohlušoval účastníky v první řadě a zároveň aby řeči dobře rozuměli také účastníci v řadě poslední. K vyrovnaní těchto rozdílů napomáhá například mikrofon, pokud

však není k dispozici toto vybavení, je vhodné se dotazem směrem k účastníkům, ujistit, zda je vše v pořádku.

- Tempo řeči: lze tvrdit, že nikdy není žádoucí mluvit příliš rychle. Pokud i přes rychlost slov je mluva srozumitelná, je důležité brát ohled na obecenstvo, které výklad poslouchá. Zpravidla se totiž nejedná o odborníky na dané téma, proto je přínosné se ujišťovat, zdali účastníci zvládají sledovat výklad, a přitom si případně psát poznámky.
- Barva hlasu: je faktor, který vzdělavatel nemůže příliš ovlivnit. Je ale pravdou, že za příjemnější se obvykle považuje hlouběji posazený hlas.
- Intonace řeči: v řečovém projevu nahrazuje intonace řeči interpunkční znaménka. Správnou intonací lze docílit melodického projevu, který napomáhá k lepší schopnosti udržení pozornosti všech účastníků.
- Výslovnost a chyby v řeči: základním předpokladem pro schopnost správně komunikovat je především zřetelná výslovnost a správná intonace.
- Slovní zásoba: se považuje za znak kvalitního vzdělavatele. Nejedná se pouze o znalost odborné terminologie, ale také o schopnost formulovat vlastní myšlenky a srozumitelně komunikovat s cílovou skupinou.
- Slovní parazitě: jedná se o takzvaná „vycpávková slova“, která představují taková slova, která nenesou v daném kontextu věty žádný význam a jsou tak ve větě umístěna navíc.

Neverbální komunikace

Za neverbální komunikaci je často označována mimoslovní komunikace nebo také řeč těla. Neverbální komunikace dotváří komunikaci verbální (Langer, 2016, s. 93).

Základ pro vytvoření pozitivní atmosféry je decentní úsměv přítomný na tváři po celou dobu komunikace. Na začátku kurzu úsměv působí velmi motivačně, na konci kurzu naopak povzbudivě (Langer, 2016, s. 94).

Oční kontakt a jeho udržení s ostatními účastníky výuky zásadně ovlivňuje její kvalitu. Častými chybami při udržování očního kontaktu je pohled „do dálky“ za účastníky a pohled „sklopených očí“. Takovéto pohledy mohou působit jako by vzdělavatel svými posluchači pohrdal nebo je přehlížel (Langer, 2016, s. 94).

Při umocnění významu slova se velmi často používají různá gesta, která pomáhají vysvětlit obtížně pochopitelný obsah. Gesta by se měla používat rozumně. Nedostatek gestiky může působit strnule avšak její přebytek může signalizovat agresi (Langer, 2016, s. 94).

Mezi neverbální komunikaci lze zařadit také proxemiku, která se zabývá vzdálenostmi mezi komunikujícími v prostoru, jejichž rozmístění následně zpravidla vypovídá také o jejich vzájemných vztazích. Rozlišit lze čtyři zóny osobního prostoru a těmi jsou zóny intimní, osobní, sociální a veřejná (Langer, 2016, s. 95).

Ve verbální i neverbální komunikaci existují dále další kategorie, které jsou pro řečový pojem významné, avšak zde nejsou uvedeny (Langer, 2016, s. 97).

3.5 Příběhové myšlení

Stimulace lidských emocí příběhem se je snaží namířit jistým směrem. Příběhy v našem mozku, v rámci sociálních vztahů, opakují neurologický efekt pozornosti. Společnost zpravidla věnuje pozornost tomu, co považuje za přitažlivé, a co je pro společnost přitažlivé, tomu se zpravidla daří (Simmons, 2008, s. 11).

Stejně tomu může být v případě, když lidé vypravují příběh, který přitahuje pozornost a který bývá ve společnosti i často převypravován. V takovém případě má vypravěč příběhu pod kontrolou budoucí pocity a filtry vztahující se k danému tématu. Jsou-li kontrolovány pocity a filtry dostatečného množství lidí, lze pak pozměnit jejich úsudek o realitě. Skutečně důležité otázky tohoto světa jsou často zodpovídaný na základě příběhů, které přitahují nejvíce pozornosti a jsou nejčastěji opakovány (Simmons, 2008, s. 12).

Za jazyk subjektivního myšlení lze považovat příběh. Příběhem lze rozumět lidskou interpretaci dobrého a zlého, zle rozlišovat důležité a nepodstatné, bezpečné či riskantní. Tyto subjektivní interpretace nemají za úkol snižovat objektivní myšlení, naopak však zvyšovat možnosti objektivního myšlení v tom ohledu, aby lidé měli schopnost předvídat, jak budou „racionální“ rozhodnutí přijata iracionálními lidmi (Simmons, 2008, s. 13).

3.6 Příběhy, které vyhrávají

V této kapitole jde prakticky o to, najít příběhy, které dovedou předat zprávu, budou zábavné a bude možné je vyprávět ve skutečných situacích (Simmons, 2008, s. 37).

Hledat příběhy na internetu, číst případové studie či se inspirovat současnými událostmi je dobrý způsob, jak nalézt příklady pro příběhy. Vítězné příběhy mnohdy znamenají pro posluchače něco velmi osobního. Výhodou nalezení a vyprávění příběhu, který je pro posluchače osobní a něco pro ně znamená, je možnost odhadnout míru osobního zaujetí, které zajistí přízeň ostatních. Emocionální, a tím pádem i osobní spojení s vlastním prožitkem přináší význam pro zmíněný „příklad“. Pakliže je tento faktor splněn, je velmi pravděpodobné, že případné budoucí zážitky budou následovat stopu interpretace, kterou příběh zanechá (Simmons, 2008, s. 38).

Jedná se o zásadní znak, jež bývá často přehlížen. V různé odborné literatuře se lze setkat s tvrzením, že osobní příběhy nejsou vhodné. Existuje také termín „příliš osobní“, který zahrnuje „příliš mnoho osobních informací“. Nicméně, právě ve většině případů jsou osobní příběhy vhodné z toho důvodu, že zahrnují osoby (Simmons, 2008, s. 39).

Jednou z výhod využívání osobních příběhů je shledáván fakt, že osobní příběhy jsou velmi snadno zapamatovatelné. Může k tomu přispívat základní cíl vyprávění, což je zvědavost, kdy po silných příbězích otázky vždy následují. Aby byl vypravěč schopen příběh vyprávět, měl by znát i jeho pozadí. Množství zkoumání zaručí schopnost odpovědět na otázky, které tvoří příběh. Osobní verze či reakce na zážitek bude následně dost osobní na to, aby mohl další posluchače ovlivnit (Simmons, 2008, s. 39).

Simmonsová (2008, s. 39) definuje autentičnost v tomto případě jako sdílení osobního příběhu nebo pocitů z příběhu někoho dalšího. Sdílení osobních příběhů a informací vzbuzuje důvěru u ostatních. Dle Simmonsové (2008, s. 39) existují čtyři příklady, které vypovídají, kdo jako vypravěč jste, jaký je důvod vaší přítomnosti, jaké jsou vaše představy, hodnoty a lekce.

1. „*Když jste zazářili*“. Jedná se o typ příběhu, který pojednává o prožitém dobrém zážitku, ačkoliv všechny vnější podněty směřovaly k jinému

rozhodnutí. Pointou tohoto příkladu je uskutečnění těch „správných“ kroků ke stanovenému cíli.

2. „*Když jste to zbabrali*“. Jedná se o typ příběhu, který vypráví o něčem špatném, o něčem, co vypravěč v životě pokazil. Svěřit se však se situací, ve které se stala chyba, uznat profesní pochybení či se svěřit s trapnou zkušeností, u posluchačů vyvolává důvěru, protože ukazuje na to, že je vypravěč schopen otevřít se jako první. Tento typ příběhu funguje hlavně proto, že se lidé dokáží vcítit do situace vypravěče, kdy nedosáhl svých standardů, a pochopit, jak velmi nyní záleží na tom, aby se taková situace již neopakovala.
3. „*Učitel*“. Třetí typ příběhu může být pojat buď jako osobní zkušenost nebo přímé působení na vypravěče od někoho, koho nemusel reálně vůbec potkat. Tento typ příběhu prezentuje zážitek či událost v životě, která vypravěče naučila něco nového nebo důležitého. Fakt, že vypravěč mluví například o jiné osobě a vyzdvihuje její kvality a popisuje vlastnosti a činnosti, kterými jej ovlivnila, klade důraz na pokoru a vděčnost, která je při vyprávění příběhu nesmírně důležitá, protože tyto dvě vlastnosti jsou považovány za předpoklad pro dobré vedení lidí a jsou základem osobní důstojnosti.
4. „*Kniha, film nebo současná událost*“. Příběhy inspirovány knihou, filmem či novinovými články či jinými médii, mohou občas skvěle vystihnout to, co chtějí vypravěči příběhů svým posluchačům sdělit. Příběh je pouze nutné si přizpůsobit, upravit formát a styl včetně detailů a rozebrat důvody, proč je zvolený příběh důležitý.

3.6.1 Zpětná vazba

Dle Simmosové (2008, s. 42) vyprávění příběhů lze chápat jako formu umění. Tento kreativní proces nadále v člověku vyvolává či probouzí síly, které lze popsat jako „políbení múzou“.

Tento proces je také velmi subjektivní. Simmonsová (2008, s. 42) uvádí: „*Je to, jako byste se snažili přimět divoké zvíře jíst přímo z vaší dlaně. Hlasité zvuky a náhlé pohyby jej vystraší. Časem je možné je ochočit, ale jen do jisté míry.*“ Z této citace je zřejmé, že tvořivost přichází k těm, jež si uvědomují svou výstřednost.

Kritika je považována za nástroj zlepšující objektivní dovednosti, nicméně je-li aplikován příliš brzy, může uškodit vlastní kreativitě. Je důležité mít jako vypravěč příběhů na paměti, že těžší, než požádat o zpětnou vazbu je požádat o pozitivní komentář (Simmons, 2008, s. 43).

3.6.2 Jak vytrénovat posluchače

Neexistuje vyprávění příběhů bez posluchačů. Je důležité mít jako vypravěč na paměti fakt, že příběh se spolu vytváří nejen ve vlastní hlavě nýbrž také v hlavě někoho dalšího. V závislosti na posluchačích je vhodné volit také různé příběhy. Nelze předpokládat odezvu posluchačů bez posluchačů (Simmons, 2008, s. 43).

Pro první vyprávění příběhu je vhodné zkusit vyprávět příběh nejprve blízké osobě, která slíbí pouze pozitivní zpětnou vazbu, aby si byl vypravěč schopen bez rizika prozkoumat a rozvinout své schopnosti (Simmons, 2008, s. 44).

Otevření se kritice posléze přináší informace o posluchačích než o samotném příběhu. Tajemství dobrého vyprávění tkví v uchránění svého vyprávěného příběhu před kritikou v jeho ranné fázi (Simmons, 2008, s. 44).

3.6.3 Naslouchání

Simmonsová (2008, s. 198) uvádí, že „Velcí vypravěči chorobně rádi příběhům naslouchají. Velcí herci vyhledávají umění. Velcí šéfkuchaři rádi jedí jídlo jiných šéfkuchařů. Spisovatelé dychtivě čtou. Máte-li něco rádi, vyhledáváte to. Pro lidi, kteří rádi vyprávějí, je naslouchání snadné.“

Nejdůležitější rozhodnutí vypravěče příběhů je rozhodnout se, jaká bude minimální úroveň naslouchání příběhů, aby byl schopen zůstat s obecnstvem ve styku (Simmons, 2008, s. 199).

Chůť naslouchat je mnohdy definována také jako „zvědavost“. Jde o to, že před nasloucháním mají obvykle přednost i jiné touhy. Většinou lze pokládat za důvod, proč lidé příběhy neposlouchají, fakt, že raději dělají jiné věci. Jsou zaměřeni na uspokojování vlastních potřeb, potlačování strachu či realizaci různých akcí, že přirozeně nejsou schopni poslouchat (Simmons, 2008, s. 199).

PRAKTICKÁ ČÁST

4 ÚVOD K PRAKTICKÉ ČÁSTI

Výzkumná část bakalářské práce se věnuje kvantitativnímu i kvalitativnímu výzkumu, u kterých byla vybrána technika dotazníkového šetření ke sběru dat a polostrukturovaný rozhovor.

4.1 Výzkumná otázka

Jak odborníci z praxe využívají metody biblioterapie a storytellingu i v souvislosti se vzděláváním dospělých a jak se v těchto metodách sami vzdělávali?

4.2 Cíl práce

Vyhodnocením dotazníkového šetření a polostrukturovaného rozhovoru s respondenty objasnit, jakým způsobem oslovení respondenti metody biblioterapie a storytellingu v praxi využívají a jak se v těchto metodách vzdělávají.

4.3 Výzkumné metody

Kvalitativní výzkum

První část praktické části této práce je založena na metodě kvalitativního výzkumu, technice pěti kvalitativních rozhovorů. Dle definice metodologa Creswella (1998, s. 12) rozumíme kvalitativním výzkumem následující: „*Kvalitativní výzkum je proces hledání porozumění, založený na různých metodologických tradicích zkoumání daného sociálního nebo lidského problému. Výzkumník vytváří komplexní holistický obraz, analyzuje různé typy textů, informuje o názorech účastníků výzkumu a provádí zkoumání v přirozených podmínkách.*“

Vycházíme-li z této definice a připojíme-li k ní názor Hendla (2005, s. 165), tj. že kvalitativní výzkumník si vybere:

- téma a určí výzkumné otázky, jež může během sběru dat modifikovat a doplňovat,

- potřebné místo (obor, oblast výzkumu) a jedince, kterým bude pokládat otázky. Ze získaných odpovědí se může výzkumník rozhodnout pro další otázky – podotázky, které by upřesnily jeho hypotézy a zároveň konečný cíl výzkumu. K zapsaným odpovědím připojuje své myšlenky,

Lze dojít k závěru, že pokud po sérii rozhovorů je vyhotoven důkladný popis místa zkoumání a jsou vypsány citace z rozhovorů a svých poznámek, dosáhne se zpravidla stanoveného cíle výzkumu.

Kvantitativní výzkum

Kvantitativní výzkum je metoda, pro níž je typické statistické testování stanovených hypotéz a vyznačovat ji lze objektivností výzkumníka, který není součástí zkoumaného vzorku. Výzkum se zakládá na kvantitativních paradigmatech, kdy je očekáváno, že objekt zkoumaného zájmu a jeho atributy jsou měřitelné, lze je mezi sebou porovnávat, členit a na rozbor lze aplikovat statistické metody, které poskytnou objasnění jejich existence. Techniky použité u kvantitativního výzkumu mohou být například pozorování, dotazník, rozhovor či studie dokumentů. (Baum, 2014, str. 22)

4.4 Výzkumné techniky

Polostrukturovaný rozhovor

Podstata kvalitativního rozhovoru vychází z pravidla z kvalitativního dotazování. Toto dotazování je obvykle dále členěno na kvalitativní standardizované dotazování a kvalitativní nestandardizované dotazování. V případě této práce bylo zvoleno kvalitativní nestandardizované dotazování, neboť umožňuje pokládat otevřené otázky a nepředkládat dotazovanému respondentovi předem formulované odpovědi. Hendl (2005, s. 166) dále zdůrazňuje: „*Výzkumník se přizpůsobuje respondentovi.*“

Vedení kvalitativního rozhovoru však vyžaduje od dotazovatele nejen pečlivou přípravu, ale dle Hendla (2005, s. 167) také: „*dovednost, citlivost, koncentraci, interpersonální porozumění a disciplínu.*“

Ke specifikaci kvalitativního rozhovoru Hendl (2005, s. 166) dodává: „*Kvalitativní rozhovor má vytvořit vztah, kdy se teoretický rámec výzkumníka překrývá s možnostmi respondenta.*“

V této práci byly v rámci kvalitativního rozhovoru pokládány otázky, které byly rozčleněny dle zvoleného tématu na dvě sady, a to na sadu otázek týkající se metody biblioterapie a sadu otázek týkající se metody storytelling.

Dotazníkové šetření

Dotazníkové šetření je považováno za jednu z možných technik kvantitativního výzkumu, je prezentovaný v psané formě. Otázky dotazníkového šetření slouží jako nástroj, který umožňuje nashromáždit data, které mají za úkol přispět k vytvoření odpovědi na výzkumnou otázku či vyvrátit nebo potvrdit stanovené hypotézy. Velká výhoda dotazníkového šetření je, že je schopno oslovit mnoho dotazovaných osob a udržet jejich anonymitu (Reichel, 2009, str. 118).

4.5 Výzkumný vzorek

Výzkumný vzorek tvoří osoby mající zkušenosti s praktickým využitím metod biblioterapie a storytellingu. Jedná se o ženy a muže ve věku od 18 do 60 let. Vybraní respondenti pracují s těmito metodami na svých pracovních pozicích v rozpětí od 1 do 20 let. Jeden z respondentů uvedl již bohaté zkušenosti s využitím daných metod a pracuje s nimi komplexněji, ostatní respondenti metody využívají, ale v menším rozsahu s ohledem na cílovou skupinu. Respondenti dosáhli středoškolského vzdělání, vyššího odborného vzdělání a vysokoškolského vzdělání.

4.5.1 Charakteristika respondentů dotazovaných v rozhovoru

Aspekty tohoto výzkumu je potřebné doplnit základní charakteristikou respondentů tak, aby byl získán ucelený náhled.

Respondentka č. 1

Respondentka č. 1 pracuje v sociálních službách a má na starost volnočasové aktivity klientů. Jejím působištěm je domov s pečovatelskou službou a cílová skupina této respondentky jsou senioři ve věku od 80 až 95 let.

Respondent č. 2

Respondent č. 2 pracuje jako terapeut, školitel a spisovatel. Pracuje jako osoba samostatně výdělečně činná a má vlastní praxe. Cílová skupina tohoto respondenta je rodina, provozuje rodinné terapie, popřípadě také individuální terapie. Respondent je autorem pracovního sešitu biblioterapie, školitel této metody, supervizor. Začleňuje do své práce další metody, které mají blízko ke storytellingu, především takové, které vychází z přístupu orientovaného na řešení. Dále pracuje s technikou, která se jmenuje „Kniha života“. Podstatou této metody je že klient vytváří knihu svého života a popisuje nejprve kapitoly svého života již prožitého. Avšak hlavním smyslem tvorby knihy života je vymyslet a zkusit napsat kapitoly svého života, které ho ještě teprve čekají. To znamená, že klient pracuje s tzv. preferovanou budoucností. Práce s knihou života je jiná alternativa práce s preferovanou budoucností a může být součástí biblioterapie a storytellingu. Při terapeutické činnosti využívá dále práci s deníkem klienta.

Respondent č. 3

Respondent č. 3 pracuje jako kaplan, avšak vystudoval sociální práci na vysoké škole. Pracuje s klienty trpících duševním onemocněním. Při praktikování vybraných metod využívá pouze příběhy z bible, které jsou vhodné pro jeho cílovou skupinu.

Respondentka č. 4

Respondentka č. 4 pracuje jako sociální pracovnice v dětském centru. Její cílová skupina jsou rodiny s dětmi, pracuje ale také s dětmi, které byly odebrány ze svých původních rodin. Metodu storytellingu respondentka často kombinuje s dramaterapií. S dětmi nacvičuje krátké scénky.

Respondentka č. 5

Respondentka č. 5 pracuje jako speciální pedagožka. Jejím působištěm je základní a mateřská škola pro děti se zdravotním postižením a její cílová skupina jsou děti se

zdravotním postižením a kombinovanými vadami. Respondentka vyučuje český jazyk a biologii, kde dané metody často využívá.

4.6 Interpretace výsledků polostrukturovaného rozhovoru

Odpovědi respondentů na zvolené sady otázek budou jednotlivě hodnoceny a porovnávány, přičemž okamžitě poskytnou výsledné informace.

Sada biblioterapie

Vyhodnocení otázky č. 1

Zájem o biblioterapii každého z respondentů vyšel z jiných zkušeností, nicméně lze souhrnně konstatovat, že čtyři respondenty zaujala biblioterapie na základě vlastního zájmu o četbu a jedna respondentka se s touto metodou setkala při studiu výukových materiálů a přípravě na výuku.

Vyhodnocení otázky č. 2

Respondentka č. 1 se dostala k biblioterapii na základě osobní události. Tato událost způsobila, že se respondentka začala více věnovat literatuře a postupně se dopracovala až k biblioterapii. Respondent č. 2 objevil tuto metodu v době, kdy pracoval se skupinovou terapií v souvislosti s dramaterapií. Respondent č. 3 pracoval s lidmi, se kterými ve víře a četbě našel společnou tematiku k rozhovoru. Respondentka č. 4 si metody všimla při práci v jiné organizaci a napadlo ji využít metodu při práci s dětmi, tj. s její cílovou skupinou. Respondentku č. 5 přivedlo k využití metody studium výukových materiálů.

Vyhodnocení otázky č. 3

Respondenti č. 1, č. 3, č. 4 a č. 5 shodně uvedli, že nerealizují biblioterapii jako terapeutickou metodu, neboť se necítí v tomto oboru dostatečně vzděláni. Metodu realizují pouze v rozsahu vzdělání, kterým prošli nebo ji využívají jako dobrovolnou či podpůrná součást jiných aktivit s klienty. Respondent č. 2 podotýká, že v minulosti biblioterapii jako terapeutickou metodu nevyužíval, ale postupně si vytvořil vlastní nabídku knih, které zná a přečetl. Po jejím vytvoření aplikuje biblioterapii jako terapeutickou metodu.

Vyhodnocení otázky č. 4

U respondentky č. 1 spočívá kvalifikace v základních informacích, které získala na kurzech včetně doplnění vzorových literárních materiálů se specifikací cílových skupin. Respondent č. 2 absolvoval několik kurzů, ale jak sám uvádí, žádný se nejmenoval přímo „kurz biblioterapie“. Integrativní psychoterapeutický výcvik mu poskytnul bližší seznámení s touto metodou. Je autorem pracovního sešitu Biblioterapie. Respondent č. 3 získal vědomosti o biblioterapii sebevzděláváním, respondentka č. 4 absolvovala jednodenní kurz týkající se této metody a respondentka č. 5 se v uvedené oblasti vzdělávala pouze okrajově, v rámci studia pedagogiky. Ráda by však pokračovala ve studiu této metody.

Vyhodnocení otázky č. 5

Respondenti č. 1, č. 2, č. 3 a č. 4 shodně uvedli, že jsou vášnivými čtenáři. Liší se však v odpovědích na kompetence v oblasti přehledu literatury: na respondentku č. 1 působí četba jako terapie, z čehož posléze vychází, respondent č. 2 se cítí v tomto směru kompetentní, respondent č. 3 využívá pouze bibli, respondentka č. 4 se cítí v tomto směru částečně kompetentní. Respondentka č. 5 se cítí kompetentní v oblasti přehledu literatury vztahující se ke skupině dětí, kterou vyučuje.

Vyhodnocení otázky č. 6

Respondentka č. 1 předčítá svým klientům pohádky, povídky, báje, pověsti zejména proto, že tvoří krátký ucelený příběh. Pro její cílovou skupinu jsou krátké ucelené příběhy nejvhodnější. Odpověď respondenta č. 2 by se dala shrnout takto: volbu literárního žánru nechává na klientovi. Uvádí tituly jako například „Pět jazyků lásky“ a „Čtyři dohody“. Vyzdvihuje práci s pohádkovou knihou, která je koncipovaná terapeuticky. Respondenta č. 3 se opět vrací k bibli s tím, že k biblioterapii využívá pouze příběhové části bible. Respondentka č. 4 se žánrově přiklání k pohádkám, nebo dětským příběhům s ohledem na cílovou skupinu. Respondentka č. 5 čerpá při aplikaci biblioterapie především z učebních materiálů a učebnic.

Vyhodnocení otázky č. 7

Všichni respondenti se shodli na tom, že své cíle přizpůsobují skupině klientů či jednotlivému klientovi, se kterými pracují.

Vyhodnocení otázky č. 8

Respondentka č. 1 vidí zpětnou vazbu, po aplikaci metody, v rozmluvení klienta a zlepšení jeho nálady. Respondent č. 2 preferuje zpětnou vazbu klienta a využívá dva typy zpětných vazeb. Jeden typ zpětné vazby dostává od klienta přímo v den, kdy ho navštíví tak, že zjišťuje, zda návštěva splnila klientovo očekávání. Druhý typ zpětné vazby nazývá dlouhodobou zpětnou vazbou a ta pak spočívá v tom, že následně zjišťuje u klienta, jestli by se vrátil znovu k dané knize a jak na něho zapůsobila. Respondent č. 3 spatřuje zpětnou vazbu u biblioterapie především v tom, že klienti na sezení pravidelně dochází. Respondentka č. 4 stačí v rámci zpětné vazby u dětí pozorovat zaujetí, radost a také drobné pokroky v oblasti komunikace a otevření se. Respondentka č. 5 spatřuje zpětnou vazbu ve zvýšené iniciativě dětí při výuce, zlepšení znalostí a vědomostí, zlepšení v sociálních interakcích a soběstačnosti.

Vyhodnocení otázky č. 9

Všichni respondenti shodně uvedli, že si myslí, že je možné lidi pomocí biblioterapie ovlivňovat. Dále respondenti č. 1, 3, 4, 5 uvedli, že dle jejich názoru lze lidi pomocí biblioterapie také nějakým způsobem přesvědčit.

Sada storytelling

Vyhodnocení otázky č. 1

Respondentka č. 1 uvedla hned několik důvodů, proč zvolila tuto metodu. Její motivací k používání storytellingu bylo využití příběhů klientů. Motivaci u této respondentky lze nalézt i v možnosti touto metodou posílit klientům paměť, procvičovat jejich soustředění a zdokonalit jejich naslouchání. Respondent č. 2 absolvoval výcvik narativní terapie, v rámci kterého se dozvěděl podrobnější informace o storytellingu. Motivací respondenta č. 3 byla možnost využít biblické příběhy pro jeho klienty, kteří jsou věřící. Respondentka č. 4 vidí motivaci k využití metody storytellingu v otevření

mysli dítěte pro další práci s ním. Respondentku č. 5 zaujala metoda díky možnosti ozvláštnění výuky storytellingem.

Vyhodnocení otázky č. 2

Respondentku č. 1 přivedla ke storytellingu cílová skupina. Vnímá vyprávění jako jev, který mezi lidmi existuje od pradávna. U respondenta č. 2 byly motivací k využití storytellingu jeho tvůrčí schopnosti, které rozvíjel ve výcviku narativní terapie. Respondenta č. 3 přivedlo ke storytellingu propojení jedince s vypravěčem a možnost porovnání pozitivních a negativních jevů které formují člověka. Respondentku č. 4 přivedla ke storytellingu zkušenost při práci s dítětem a respondentku č. 5 možnost využití metody v pedagogické praxi.

Vyhodnocení otázky č. 3

Tato otázka slouží k ověření, zda-li respondenti využívají storytelling jako skutečnou terapii. Respondentka č. 1 se necítí být v tomto směru terapeutkou. Zhodnocuje storytelling jako metodu, ke které je zapotřebí širší studium, aby mohla být uplatněna terapeuticky. Respondent č. 2 podobně jako u biblioterapie popisuje, že jeho terapeutická práce je komplexnější a její terapeutický vliv vnímá v návaznosti na další práci s klientem. Za další práci s klientem považuje práci s jazykem, doptávání se na to, co klient řekl, nebo doslovné opakování toho co řekl apod. Respondent č. 3 nerealizuje storytelling jako skutečnou terapeutickou metodu cíleně. Respondentka č. 4 realizuje storytelling jako skutečnou terapeutickou metodu, neboť ho považuje za určitý druh hry a zábavy. Respondentka č. 5 nerealizuje storytelling jako skutečnou terapeutickou metodu.

Vyhodnocení otázky č. 4

Respondenti č. 1 a č. 3 dle vlastních slov nesplňují kvalifikační předpoklady pro storytelling jako terapeutickou metodu. Respondent č. 2 uvádí ke kvalifikačním předpokladům samostudium a školení, které absolvoval. V kombinaci s přidruženými technikami pracuje se storytellingem terapeuticky. Respondentka č. 4 uvádí, že splňuje kvalifikační předpoklady (absolvovala dvoudenní kurz alternativních metod a informace

si doplňuje samostudiem) a respondentka č. 5 splňuje částečně, v rámci studia pedagogiky.

Vyhodnocení otázky č. 5

Respondent č. 1 má dlouholetou praxi s cílovou skupinou seniorů. Výběr vhodného příběhu považuje za jednodušší než výběr knihy. Respondent č. 2 vypráví přímo příběh klienta nebo ve spolupráci s ním. Nevybírání tedy příběh, který by on nebo jeho klient neznal. Respondent č. 3 se cítí kompetentní k výběru příběhu vzhledem ke studiu, které absolvoval. Respondentka č. 4 se cítí částečně kompetentní a respondentka č. 5 čerpá náměty z učebnic a přizpůsobuje je probírané látce.

Vyhodnocení otázky č. 6

Respondenti č. 1 a č. 2 čerpají z příběhů klientů, přičemž respondent č. 2 vyzdvihuje provázanost technik na deník klienta, se kterým společně pracují. Respondent č. 3 čerpá příběhy z bible. Respondentky č. 4 a č. 5 preferují pohádky a dětské příběhy.

Vyhodnocení otázky č. 7

Všichni respondenti jednoznačně potvrzují, že vždy berou v úvahu konkrétního jednotlivce nebo skupinu klientů, se kterou pracují.

Vyhodnocení otázky č. 8

Většina respondentů hodnotí metodu pozorováním a neverbální komunikací klientů, to je změnami chování a jednání klientů. Všímají si, jak se do děje nechali klienti „vtáhnout“. Další možností je, se na zpětnou vazbu klientů doptat.

Vyhodnocení otázky č. 9

Respondenti tuto metodu vyhodnocují zejména kvalitativně, především zda u klientů pozorují změnu. Respondent č. 2 používá elektronický systém DEEPSY a podal informace o možnosti využít ORS škály, což jsou systémy k vyhodnocení terapií.

Vyhodnocení otázky č. 10

Respondenti č. 1, 2, 3, 4 se domnívají, že storytelling může být vhodnou metodou, jak vzdělávat dospělé lidi. Respondentka č. 5 uvedla, že se s učením dospělých doposud ve své praxi nesetkala, proto na tuto otázku nebyla schopna objektivně odpovědět.

Vyhodnocení otázky č. 11

Všichni respondenti mohou potvrdit ze své vlastní zkušenosti, že si posluchači mluvené příběhy pamatují snáz než psaný text.

4.7 Interpretace výsledků dotazníkového šetření

Otázka 1: Používáte metody biblioterapie a storytellingu v praxi?

Tabulka 1: Užívání metod biblioterapie a storytellingu v praxi

Užívání metod v praxi	Absolutní četnost	Relativní četnost [%]
Ano	80	100,0
Ne	0	0,0
Nevím	0	0,0
Celkem	80	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování

Z celkového počtu 80 respondentů (100 %) všichni respondenti (100 %) uvedli, že metody biblioterapie a storytellingu v praxi používají.

Žádný z respondentů na tuto otázku v dotazníku neodpověděl „ne“ nebo „nevím“.

Otázka 2: Co Vás přivedlo k využívání těchto metod?

Tabulka 2: Motivace k výběru metod biblioterapie a storytellingu

Motivace k výběru metod	Absolutní četnost	Relativní četnost [%]
Cílová skupina	22	28,8
Láska k literatuře	1	1,3
Osobní traumatizující událost	1	1,3
Složitá životní situace	1	1,3
Studium sociální práce	20	25,0
Vlastní předešlá zkušenost	1	1,3
Zájem o další alternativní metody	19	23,8
Zájem o propojení literatury s terapií	14	17,5
Celkem	80	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování

Z celkového počtu 80 respondentů (100 %) 22 respondentů (28,8) uvedlo, že je k využívání metod biblioterapie a storytellingu v praxi přivedla jejich cílová skupina, 1 respondenta (1,3 %) láska k literatuře, 1 respondenta (1,3 %) osobní traumatizující událost, 1 respondenta (1,3 %) složitá životní situace, 20 respondentů (25 %) k využívání výše zmíněných metod přivedlo studium sociální práce, 1 respondenta (1,3 %) vlastní předešlá zkušenost, 19 respondentů (23,8 %) zájem o další alternativní metody a 14 respondentů (17,5) k využívání metod přivedl zájem o propojení literatury s terapií.

Otázka 3: Realizujete metody biblioterapie a storytellingu jako skutečné terapeutické metody?

Tabulka 3: Realizace metod biblioterapie a storytellingu jako skutečných terapeutických metod

Realizace vybraných metod jako terapeutických metod	Absolutní četnost	Relativní četnost [%]
Ano	35	43,8
Ne	45	56,3
Nevím	0	0,0
Celkem	80	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování

Z celkového počtu 80 respondentů (100 %) 35 respondentů (43,8 %) uvedlo, že metody biblioterapie a storytellingu realizují jako skutečné terapeutické metody. 45 respondentů (56,3 %) naopak uvedlo, že výše zmíněné metody jako skutečné terapeutické metody nerealizují.

Žádný z respondentů na tuto otázku v dotazníku neodpověděl „nevím“.

Otázka 4: Jaké studium jste v souvislosti s metodami biblioterapie a storytellingu absolvoval/a?

Tabulka 4: Absolvované studium v souvislosti s metodami biblioterapie a storytellingu

Absolvované studium metod	Absolutní četnost	Relativní četnost [%]
Emotional Focus Therapy	7	8,75
Kurz	12	15,0
Kurz alternativních metod	22	27,5
Víkendový kurz	2	2,5
Workshop	11	13,8
Psychoterapeutický výcvik	12	15,0
Vědomosti nabyté ze studií na vysoké škole	2	2,5
Samostudium	1	1,25
Školení	11	13,8
Celkem	80	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování

Z celkového počtu 80 respondentů (100 %) 7 respondentů (8,75 %) uvedlo, že v souvislosti s metodami absolvovali studium „Emotional Focus Therapy“, 12 respondentů (15 %) absolvovalo nijak nespecifikovaný kurz, 22 respondentů (27,5 %) absolvovalo kurz alternativních metod, 2 respondenti (2,5 %) absolvovali víkendový kurz v souvislosti s výše uvedenými metodami, 11 respondentů (13,8 %) absolvovalo workshop, 12 respondentů (15 %) psychoterapeutický výcvik, 2 respondenti (2,5 %) čerpají vědomosti ze studia na vysoké škole, 1 respondent (1,25 %) se vzdělává

samostudiem a posledních 11 respondentů (13,8 %) se v souvislosti s metodami vzdělávalo školením.

Otázka 5: Cítíte se dostatečně kompetentní k využívání metod biblioterapie a storytellingu v praxi?

Tabulka 5: Pocit kompetence k využívání metod biblioterapie a storytellingu

Kompetence k využívání metod v praxi	Absolutní četnost	Relativní četnost [%]
Ano	56	70,0
Ne	24	30,0
Nevím	0	0,0
Celkem	80	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování

Z celkového počtu 80 respondentů (100 %) 56 respondentů (70 %) uvedlo, že se cítí dostatečně kompetentní k využívání metod biblioterapie a storytellingu v praxi. 24 respondentů (30 %) naopak uvedlo, že se k využívání výše zmíněných metod v praxi dostatečně kompetentní necítí.

Žádný z respondentů na tuto otázku v dotazníku neodpověděl „nevím“.

Otázka 6: Vzděláváte se v rámci metod biblioterapie a storytellingu i nadále?

Tabulka 6: Další vzdělávání v rámci metod biblioterapie a storytellingu

Další vzdělávání v rámci metod	Absolutní četnost	Relativní četnost [%]
Ano	67	83,8
Ne	13	16,2
Nevím	0	0,0
Celkem	80	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování

Z celkového počtu 80 respondentů (100 %) 67 respondentů (83, 8 %) uvedlo, že se v rámci metod biblioterapie a storytellingu vzdělávají i nadále. 13 respondentů (16,2 %) naopak uvedlo, že se v rámci výše zmíněných metod nadále nevzdělávají.

Žádný z respondentů na tuto otázku v dotazníku neodpověděl „nevím“.

Otázka 7: Myslíte si, že lze dospělé lidi ovlivňovat pomocí metody biblioterapie?

Tabulka 7: Schopnost ovlivnit lidi pomocí metody biblioterapie

Ovlivnění lidí pomocí biblioterapie	Absolutní četnost	Relativní četnost [%]
Ano	73	91,3
Ne	7	8,8
Nevím	0	0,0
Celkem	80	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování

Z celkového počtu 80 respondentů (100 %) 73 respondentů (91,3 %) uvedlo, že si myslí, že lze dospělé lidi ovlivňovat pomocí metody biblioterapie. 7 respondentů (8,8 %) naopak uvedlo, že si nemyslí, že lze dospělé lidi ovlivňovat pomocí výše zmíněné metody.

Žádný z respondentů na tuto otázku v dotazníku neodpověděl „nevím“.

Otázka 8: Lze podle Vás vzdělávat dospělé lidi pomocí metody storytelling?

Tabulka 8: Vzdělávání dospělých lidí pomocí metody storytelling

Vzdělávání dospělých lidí pomocí storytellingu	Absolutní četnost	Relativní četnost [%]
Ano	66	82,5
Ne	14	17,5
Nevím	0	0,0
Celkem	80	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování

Z celkového počtu 80 respondentů (100 %) 66 respondentů (82, 5 %) uvedlo, že lze podle nich dospělé lidi vzdělávat pomocí metody storytelling. 14 respondentů (17,5 %) naopak uvedlo, že podle nich nelze dospělé lidi vzdělávat pomocí výše zmíněné metody.

Žádný z respondentů na tuto otázku v dotazníku neodpověděl „nevím“.

Otázka 9: Domníváte se, že lze tvrdit, že si posluchači mluvené příběhy pamatují spíše než čtený text?

Tabulka 9: Srovnání zapamatování mluveného příběhu

Lepší zapamatování mluveného příběhu	Absolutní četnost	Relativní četnost [%]
Ano	71	89,9
Ne	8	10,1
Nevím	0	0,0
Celkem	80	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování

Z celkového počtu 80 respondentů (100 %) 71 respondentů (89,9 %) uvedlo, že lze tvrdit, že si posluchači mluvené příběhy pamatují spíše než čtený text. 8 respondentů (10,1 %) naopak uvedlo, že se nedomnívají, že si posluchači mluvené příběhy pamatují spíše než čtený text.

Žádný respondent na tuto otázku v dotazníku neodpověděl „nevím“.

Otázka 10: Jakého jste pohlaví?

Tabulka 10: Pohlaví respondentů

Pohlaví	Absolutní četnost	Relativní četnost [%]
Žena	52	65,0
Muž	28	35,0
Jiné	0	0,0
Celkem	80	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování

Anonymního dotazníkového šetření se zúčastnilo celkem 80 respondentů (100 %), z toho bylo 52 respondentů ženského pohlaví (65 %) a 28 respondentů mužského pohlaví (35 %).

V dotazníku byla uvedena také možnost „jiné“. Tuto možnost však žádný respondent nezvolil.

Otázka 11: Jaký je Váš věk?

Tabulka 11: Věk respondentů

Věk	Absolutní četnost	Relativní četnost [%]
18 – 30 let	5	6,3
31 – 40 let	36	45,0
41 – 50 let	29	36,3
51 – 60 let	10	12,5
61 – 70 let	0	0,0
Celkem	80	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování

Z celkového počtu 80 respondentů (100 %) bylo 5 respondentů (6,3 %) ve věku 18 – 30 let, 36 respondentů (45 %) ve věku 31 – 40 let, 29 respondentů (36,3 %) ve věku 41 – 50 let a 10 respondentů (12,5 %) ve věku 51 – 60 let.

V tomto anonymním dotazníku se nevyskytoval žádný respondent ve věku 61 – 70 let.

Otázka 12: Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

Tabulka 12: Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů

Nejvyšší dosažené vzdělání	Absolutní četnost	Relativní četnost [%]
Střední vzdělání s maturitní zkouškou	0	0,0
Vyšší odborné vzdělání	4	5,0
Vysokoškolské vzdělání – bakalářský stupeň	44	55,0
Vysokoškolské vzdělání – magisterský stupeň	32	40,0
Vysokoškolské vzdělání – doktorský stupeň	0	0,0
Celkem	80	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování

Z celkového počtu 80 respondentů (100 %) 4 respondenti (5 %) uvedli, že jejich nejvyšší dosažené vzdělání bylo vyšší odborné vzdělání, 44 respondentů (55 %) uvedlo své nejvyšší dosažené vzdělání jako vysokoškolské vzdělání bakalářského stupně a 32 respondentů (40 %) uvedlo své nejvyšší dosažené vzdělání jako vysokoškolské, magisterského stupně.

Žádný respondent v tomto dotazníkovém šetření neuvedl střední vzdělání s maturitní zkouškou a vysokoškolské vzdělání doktorského stupně jako své nejvyšší dosažené vzdělání.

Otázka 13: Jak dlouho využíváte metody biblioterapie a storytellingu ve své praxi?

Tabulka 13: Počet let využití metod biblioterapie a storytellingu v praxi

Počet let využití metod v praxi	Absolutní četnost	Relativní četnost [%]
1 – 4 roky	2	2,5
5 – 10 let	20	25,0
11 – 15 let	38	47,5
16 – 20 let	20	25,0
Více než 20 let	0	0,0
Celkem	80	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování

Z celkového počtu 80 respondentů (100 %) 2 respondenti (2,5 %) uvedli, že metody biblioterapie a storytellingu ve své praxi využívají 1 – 4 roky, 20 respondentů (25 %) tyto metody využívá 5 – 10 let, 38 respondentů (47,5 %) metody využívá 11 – 15 let a 20 respondentů (25 %) metody využívá 16 – 20 let.

Žádný z respondentů neuvedl, že metody biblioterapie a storytellingu ve své praxi využívá déle než 20 let.

ZÁVĚR

Bakalářská práce je rozdělena na dva celky. První část se zabývá biblioterapií, je zde přiblížena její podstata a význam, zabývá se také oblastmi jejího využití a pracuje s literaturou jakožto hlavním nástrojem biblioterapie. Dále se zde nachází kapitola pojednávající o storytellingu. Podobně jako u kapitoly biblioterapie, je i zde nastíněna podstata a význam dané metody. Nachází se zde také uvedeny příklady využití metody storytellingu, konkrétně je nastíněno využití storytellingu ve školství a v digitální rovině. První část této bakalářské práce pojednává také o daných metodách v souvislosti se vzděláváním dospělých. Konkrétně jsou v práci uvedena specifika vzdělávání dospělých a jejich motivace ke vzdělávání a učení. Dále se zde nachází nastínění rolí lektora při vzdělávání dospělých a obeznámení se s cílovou skupinou či technikami, jak s ní správně komunikovat. Třetí kapitola této bakalářské práce pojednává také o příběhovém myšlení a jsou zde uvedeny typy příběhů, které „vyhrávají“.

Druhá část práce se zabývá polostrukturovanými rozhovory a dotazníkovým šetřením. Tyto metody výzkumu a jejich interpretace přispěly k naplnění cíle, který vyhodnocením dotazníkového šetření a polostrukturovaných rozhovorů objasnil, jakým způsobem oslovení respondenti metody biblioterapie a storytellingu v praxi využívají a jak se v těchto metodách vzdělávají. Naplnění tohoto cíle bakalářské práce, které se uskutečnilo prostřednictvím jak první, tak i druhé části práce, přispělo k nalezení odpovědi na výzkumnou otázku.

Tato bakalářská práce může sloužit jako zdroj cenné inspirace nejen pro vzdělavatele dospělých, ale každého, kdo touží propojit lásku k literatuře a terapeutické dovednosti.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Seznam použitých českých zdrojů

BAUM, 2014. *Výzkumné metody v sociální práci*. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě. ISBN 978-80-7464-390-3.

HENDL, Jan, 2005. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál. ISBN 80-736-7040-2.

LANGER, Tomáš, 2016. *Moderní lektor: průvodce úspěšného vzdělavatele dospělých*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-271-0093-4.

MAJZLÍK, Luboš, 2015. *Biblioterapie: Pracovní sešit*. FORTO, ISBN neuvedeno

MÜLLER, Oldřich, 2013. *Expresivní terapie ve speciální pedagogice*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-3686-9.

MÜLLER, Oldřich, 2014. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha: Grada, Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4172-7.

NEVOLOVÁ, Monika, 2017. *Přestaň prezentovat, začni vyprávět: storytelling - odliš se od ostatních*. Praha: Grada, ISBN 978-80-247-5664-6.

REICHEL, Jiří, 2009. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada. Sociologie (Grada). ISBN 978-8024730-066.

SIMMONS, Annette, 2008. *Přesvědčujte a ovlivňujte pomocí příběhů: storytelling*. Brno: Computer Press. ISBN 978-80-251-2112-2.

SVOBODA, Pavel, 2007. *Poetoterapie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-1682-3.

SVOBODA, Pavel, 2013. *Biblioterapie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-3684-5.

ÚLEHLA, Ivan, 2005. *Umění pomáhat: učebnice metod sociální praxe*. Praha: Sociologické nakladatelství. ISBN 80-85850-69-9.

VALEŠOVÁ MALECOVÁ, Barbora, 2011. *Studijní materiál k předmětu Terapie ve Sppg – Biblioterapie*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, Katedra speciální pedagogiky

Seznam použitých zahraničních zdrojů

CRESWELL, John, 1998. *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five traditions*. New Delhi: SAGE. ISBN 978-1-5063-3020-4.

Seznam použitých internetových zdrojů

ČERNÝ, M. *Digitální storytelling* [online]. [cit. 2023-02-15]. Dostupné z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/k/g/14915/DIGITALNI-STORYTELLING.html>

SLÁNSKÁ, D. *Vyprávěj svůj příběh digitálně I.* [online]. [cit. 2023-02-25]. Dostupné z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/18367/VYPRAVEJ-SVUJ-PRIBEH-DIGITALNE-I.html>

VORÁČOVÁ B. *O praktickém využití storytellingu ve výuce* [online]. [cit. 2023-02-25]. Dostupné z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/c/G/18067/o-praktickem-vyuziti-storytellingu-ve-vyuce.html>

VORÁČOVÁ B. *Storytelling – úvod do vyprávění příběhů* [online]. [cit. 2023-03-05]. Dostupné z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/o/g/18053/STORYTELLING---UVOD-DO-VYPRAVENI-PRIBEHU.html>

SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK A GRAFŮ

Seznam obrázků

Obrázek 1: Grafické znázornění otázky č. 1	XXII
Obrázek 2: Grafické znázornění otázky č. 2	XXII
Obrázek 3: Grafické znázornění otázky č. 3	XXIII
Obrázek 4: Grafické znázornění otázky č. 4	XXIII
Obrázek 5: Grafické znázornění otázky č. 5	XXIV
Obrázek 6: Grafické znázornění otázky č. 6	XXIV
Obrázek 7: Grafické znázornění otázky č. 7	XXV
Obrázek 8: Grafické znázornění otázky č. 8	XXV
Obrázek 9: Grafické znázornění otázky č. 9	XXVI
Obrázek 10: Grafické znázornění otázky č. 10	XXVI
Obrázek 11: Grafické znázornění otázky č. 11	XXVII
Obrázek 12: Grafické znázornění otázky č. 12	XXVII
Obrázek 13: Grafické znázornění otázky č. 13	XXVIII

Seznam tabulek

Tabulka 1: Užívání metod biblioterapie a storytellingu v praxi	46
Tabulka 2: Motivace k výběru metod biblioterapie a storytellingu	47
Tabulka 3: Realizace metod biblioterapie a storytellingu jako skutečných terapeutických metod	48

Tabulka 4: Absolvované studium v souvislosti s metodami biblioterapie a storytellingu	49
Tabulka 5: Pocit kompetence k využívání metod biblioterapie a storytellingu	51
Tabulka 6: Další vzdělávání v rámci metod biblioterapie a storytellingu	52
Tabulka 7: Schopnost ovlivnit lidi pomocí metody biblioterapie	53
Tabulka 8: Vzdělávání dospělých lidí pomocí metody storytelling	54
Tabulka 9: Srovnání zapamatování mluveného příběhu	55
Tabulka 10: Pohlaví respondentů	56
Tabulka 11: Věk respondentů	57
Tabulka 12: Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů	58
Tabulka 13: Počet let využití metod biblioterapie a storytellingu v praxi	59

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha A – Dotazník	I
Příloha B – Zvolené otázky použité v polostrukturovaném rozhovoru	II
Příloha C – Interpretace výsledků polostrukturovaného rozhovoru	III
Příloha D – Grafické znázornění dotazníkového šetření	XXII

Příloha A – Dotazník

1. Používáte metody biblioterapie a storytellingu v praxi?
2. Co Vás přivedlo k využívání těchto metod?
3. Realizujete tyto metody jako skutečné terapeutické metody?
4. Jaké studium jste v souvislosti s těmito metodami absolvoval/a?
5. Cítíte se dostatečně kompetentní k využívání těchto metod?
6. Vzděláváte se v rámci těchto metod i nadále?
7. Myslíte si, že lze dospělé lidi ovlivňovat pomocí biblioterapie?
8. Lze podle Vás dospělé lidi vzdělávat pomocí metody storytelling?
9. Domníváte se, že lze tvrdit, že si posluchači mluvené příběhy pamatují spíše než čtený text?
10. Jaké je Vaše pohlaví?
11. Jaký je Váš věk?
12. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?
13. Jak dlouho využíváte dané metody ve své praxi?

Příloha B – Zvolené otázky použité v polostrukturovaném rozhovoru

Sada biblioterapie

1. Čím vás zaujala metoda biblioterapie?
2. Co vás přivedlo k využití metody biblioterapie v praxi?
3. Realizujete biblioterapii jako skutečnou terapeutickou metodu?
4. Splňujete kvalifikační předpoklady pro biblioterapii jako terapeutickou metodu?
(Jaké studium jste absolvovali?)
5. Cítíte se kompetentní v oblasti přehledu v literatuře? (V návaznosti na cílovou skupinu.)
6. Ze kterých oblastí literárních žánrů (popřípadě jiných zdrojů) čerpáte?
7. Při stanovení cílů berete v úvahu skupinu klientů, se kterými budete pracovat?
8. Jakou Vám klienti poskytují zpětnou vazbu o účinku biblioterapie?
9. Myslíte si, že lze dospělé lidi přesvědčovat či ovlivňovat pomocí biblioterapie?

Sada storytelling

1. Čím Vás zaujala metoda storytelling?
2. Co Vás přivedlo k využívání metody storytelling v praxi?
3. Realizujete storytelling jako skutečnou terapeutickou metodu?
4. Splňujete kvalifikační předpoklady pro storytelling jako terapeutickou metodu?
Jaké studium jste absolvoval/a?
5. Cítíte se kompetentní k výběru vhodného příběhu? V návaznosti na cílovou skupinu.
6. Z jakých oblastí literárních žánrů (popřípadě jiných zdrojů) čerpáte při výběru vhodného příběhu?
7. Při stanovování cílů berete v úvahu skupinu klientů, se kterými budete pracovat?
8. Zjišťujete od posluchačů po ukončení příběhu jejich zpětnou vazbu?
9. Jakým způsobem vyhodnocujete účinky storytellingu? (kvalitativně, nebo kvantitativně)
10. Myslíte si, že metoda storytelling je vhodnou metodou, jak vzdělávat dospělé?
11. Můžete říct ze své vlastní zkušenosti, zda je pravda, že si posluchači mluvené příběhy pamatují snáz než čtený text?

Příloha C – Interpretace výsledků polostrukturovaného rozhovoru

Zvolené otázky – sada Biblioterapie

1. Čím Vás zaujala metoda biblioterapie?

Odpověď respondentky č. 1

„Začala jsem pracovat s metodou biblioterapie díky vlastním zkušenostem. Aplikovala jsem tuto metodu již před tím, než jsem poznala pojem biblioterapie. Na biblioterapii se mi líbí způsob, jakým působí na klienta a zároveň se mi líbí četba knih. Baví mě myšlenky autorů předávat dál. Můžu klientům zprostředkovat činnost, kterou už sami realizovat nemůžou kvůli zhoršenému zraku nebo jiným zdravotním problémům. Klienti mají i knihy nahrané na CD, ale špatně z přehrávačů slyší vypravěče, který pro některé z nich vypráví příliš rychle. Pozoruji u nich také to, že když jim je kniha předčítána, lépe ji rozumí.“

Odpověď respondenta č. 2

„Já jsem se k biblioterapii dostal trochu z širší perspektivy. Můj zájem nebyl tak úplně provádět terapie, ale jsem vystudovaný terapeut, věnoval jsem se psaní a jsem vášnivý čtenář. Propojení s různými terapiemi mě zajímalo na více úrovních. Pracuji s psychoterapií, kde si ujasním základy, následně integruji více metod společně. Integrativní přístup mám také k literatuře.“

Odpověď respondenta č. 3

„Rozhodně tím, že jsem si uvědomoval, že působí i na mě. Příběhy, ať už čtené nebo vyprávěné, mohou obecně měnit vzorce chování.“

Odpověď respondentky č. 4

„Považuji se za vášnivého čtenáře, přečetla jsem mnoho zajímavých titulů, zejména autobiografických, které mě v životě inspirovaly a pomohly mi. Četba také může pomoci odpoutat se na chvíli od reality, ukázat lepší svět a relaxovat.“

Odpověď respondentky č. 5

„Pracuji s dětmi s PAS, u kterých je součástí výukových materiálů také využívání příběhů. S metodou jsem se setkala nejprve při studiu, později při přípravě na výuku. Příběhy mohou lépe doplnit a dovysvětlit probírané učivo, žáci se lépe soustředí.“

2. Co Vás přivedlo k využití metody biblioterapie v praxi?

Odpověď respondentky č. 1

„K této metodě mě přivedla osobní událost v mém životě, díky které jsem začala číst. Spousta našich klientů jsou, nebo byli čtenáři. Amatérsky jsem tuto metodu začala používat v praxi a později jsem absolvovala školení zabývající se touto volnočasovou aktivitou. Dalším důvodem byla také neschopnost klientů porozumět audioknihám z přehrávače nebo si knihu přečíst sám.“

Odpověď respondenta č. 2

„Já jsem s tím začal v době, kdy jsem dělal skupinovou terapii. Tam docházelo k propojení například s dramaterapií, kde jsme převedli do drama terapeutického provedení některé části nekonečného příběhu. Zajímaly mě veškeré formy propojení literatury s terapií na různých úrovních. Věnoval jsem se poezii. Vydal jsem básnické sbírky. Zajímala mě biblioterapie jako pomocná metoda, která by mohla doplnit ostatní druhy terapie. Více než práce s hotovým textem mě naplňovaly techniky, které pracují s příběhem klienta. V nedávné době moji kamarádi vydali knihu s terapeutickými pohádkami.“

Odpověď respondenta č. 3

„V souvislosti s tím, že jsem zaměstnaný ve Slezské diakonii, byli moji klienti věřící, nebo měli jakousi víru. Část klientů byla křesťansky založená. Napadlo mě biblioterapii využít v praxi. Biblioterapii vnímám při léčbě jako pomůcku, která je navíc, ale může pomoci. Ve Slezské diakonii je díky náboženskému zaměření tato metoda vítána. Nad rámec toho, co klientům jako organizace poskytujeme, je možnost docházet na tyto sezení. Samozřejmě vždy na dobrovolné bázi. Aplikuji různé biblické příběhy, kdy se klient může, ale nemusí ztotožnit s postavou či příběhem.“

Odpověď respondentky č. 4

„Viděla jsem tuto metodu používat v jiném sociálním zařízení. Zaujala mě. Vzhledem k tomu, že pracuji s dětmi s CAN syndromem a měla jsem možnost absolvovat tento kurz, začala jsem s touto metodou pracovat.“

Odpověď respondentky č. 5

„Praktické využití biblioterapie ve výuce máme již jako součást učebních textů. S příběhem pracuji vzhledem k individualitě žáků, proto si ho někdy pozměním nebo upravím.“

3. Realizujete biblioterapii jako skutečnou terapeutickou metodu?

Odpověď respondentky č. 1

„Dle mého názoru ne. Myslím si, že je potřeba být v tomto oboru studovaný, aby byla přítomna schopnost praktikovat skutečnou terapii. Pociťuji však, že předčítání klientům dělá dobře, rozšiřuje jejich slovní zásobu, trénuje paměť. Snažím se při biblioterapii navodit atmosféru klidu a pohody, aby se zážitek prohloubil.“

Odpověď respondenta č. 2

„V minulosti jsem biblioterapii jako skutečnou terapeutickou metodu nerealizoval. Dnes ano, s knihami, které využívám – vytvořil jsem si vlastní nabídku knih. Pouštím také nahrávku pohádky nebo texty spolu s klientem čteme a on na to nějakým způsobem reaguje.“

Odpověď respondenta č. 3

„Ne nerealizuji. Může ji realizovat pouze studovaný terapeut. V sociální práci mluvíme o terapii ve smyslu zásahu do lidské psychiky. Biblioterapii neprovádím jako skutečnou terapeutickou metodu. Neprovádím touto formou tedy přímo terapie, ale spíše je biblioterapie pro mě a pro klienty vnímána jako biblická hodina nebo setkání nad biblí. Tato hodina je zaměřena na čtení a následně práci s příběhem. Metoda je realizována pouze jako nepovinná a dobrovolná součást jejich aktivit.“

Odpověď respondentky č. 4

„Ne, neprovádím. Ráda bych se v této oblasti dále vzdělávala, abych mohla tuto metodu uplatňovat jako terapii.“

Odpověď respondentky č. 5

„Nerealizuji. Využívám tuto metodu pouze jako podpůrnou metodu při výuce. Terapie ve svém oboru nepraktikuji.“

4. Splňujete kvalifikační předpoklady pro biblioterapii jako terapeutickou metodu? (Jaké studium jste absolvovali?)

Odpověď respondentky č. 1

„Absolvovala jsem nejprve kurz biblioterapie, poté kurz storytellingu u paní Stejskalové, která sepsala knihu „Psychoterapie uměním“. Na těchto kurzech jsem získala základní informace o dané metodě, dostala jsem spoustu literárních materiálů, poslechla jsem si spoustu zajímavých příběhů a zjistila jsem na práci s kterou cílovou skupinou se nejlépe hodí. Já jsem četla klientům knihy již před těmito kurzy, ale tolik jsem se nezamýšlela nad koncepcí textů. Jednoduše řečeno, když jsem něco zajímavého četla, tak jsem tento text použila pro své klienty.“

Odpověď respondenta č. 2

„Nemám absolvován žádný kurz, který by se přímo jmenoval „Kurz biblioterapie“. Setkal jsem se s biblioterapií ve výcviku a také jsem se v této oblasti sebevzdělával. Prošel jsem pětiletým psychoterapeutickým výcvikem. V rámci tohoto výcviku jsme měli spolu s kolegy ochutnávky různých terapeutických metod. Jednou jsme se na výcviku věnovali nejen práci s příběhem, ale také třeba dramaterapii a arteterapii. V rámci terapeutických výcviků jsem absolvoval také integrativní psychoterapii. Nyní absolvuji výcvik supervize „Emotional focus therapy“. Jedná se o přístup orientovaný na řešení.“

Odpověď respondenta č. 3

„Ne, ale o biblioterapii jsem četl. Slezská církev, která provozuje Slezskou diakonii, viděla smysl v zajištění aktivity v „Biblických kruzích“ ve svých zařízeních. V praxi jsme si přečetli úryvek biblického textu, který se mohl týkat všech. Lze říci, že ve své práci využívám biblioterapii jen částečně, nebo ne zcela vědomě – až později si uvědomím, že jsem vlastně metodu použil.“

Odpověď respondentky č. 4

„Nesplňuji, ale mám základní jednodenní školení pro biblioterapii. Pokud to bude jen trochu možné, chtěla bych se v této oblasti dále vzdělávat.“

Odpověď respondentky č. 5

„V rámci sebevzdělávání navazuji na vědomosti z pedagogické oblasti. Na využití této metody jako plnohodnotné terapie bych si netroufla, nemám patřičné vzdělání.“

5. Cítíte se kompetentní v oblasti přehledu v literatuře? (V návaznosti na cílovou skupinu.)

Odpověď respondentky č. 1

„Dříve jsem nebyla velká čtenářka, s věkem jsem postupně na čtení nacházela více času. Protože mi umřela blízká osoba, začala jsem číst více a po absolvování kurzu jsem si uvědomila, že četba působí jako terapie i na mě.“

Odpověď respondenta č. 2

„Já jsem celé dětství pročetl. Navíc jsem psal poezii, kterou mám i načtenou. Cítím se kompetentní v přehledu v literatuře zejména pro svou cílovou skupinu. Mám soukromou terapeutickou praxi, kde pracuji s dospělými klienty individuálně. Sám si čtu knihy, které popisují integraci různých metod práce. Aplikuji je pak podle toho, jaký přístup klient potřebuje a díky tomu mě pak také oslovili, jestli bych nemohl ostatní v použití této metody školit.“

Odpověď respondenta č. 3

„Používám v praxi pouze biblický text, ale zároveň jsem vášnivý čtenář. Myslím, že se orientuji jak v klasické literatuře, tak i v novějších populárnějších knihách. V tomto směru je těžké se někomu do výběru knihy trefit. V dnešní době existuje kvantum knih a je přece jenom obtížné se shodnout na oblíbené knize. Už i na střední škole je výběr z většího množství knih. Je těžké vybrat třeba úryvek knihy, který by všichni znali. Také proto preferuji Bibli, je v tomto směru více známá a moji klienti, kteří jsou křesťané, ji čtou a biblické příběhy jsou jim známé.“

Odpověď respondentky č. 4

„Částečně ano. Hodně jsem toho přečetla, upřednostňuji silné příběhy. U dětí volím příběhy velmi citlivě a opatrně. Zvažuji všechny aspekty, které by mohly na dítě působit negativně.“

Odpověď respondentky č. 5

„Vzhledem ke skupině dětí, se kterými pracuji, musím volit takové texty, aby pro ně byly pochopitelné a srozumitelné a zároveň jim pomohly k pochopení probírané učební látky.

6. Ze kterých oblastí literárních žánrů (popřípadě jiných zdrojů) čerpáte?

Odpověď respondentky č. 1

„Snažím se žánry střídat, avšak nejvíce se pro mou cílovou skupinu hodí právě pohádky, povídky, pověsti, pranostiky. Zejména proto, že tvoří krátký ucelený příběh. Například román je moc dlouhý. Dalo by se ho rozdělit na části, ale ne vždy je stejné seskupení posluchačů, navíc by bylo obtížné navázat na příběh z minulého čtení. Když se jedná a použití úseku knihy, který má začátek a konec, můžu ho samozřejmě použít. Čtení textu bývá bránou k otevření diskuse, která pozvolna přechází ve storytelling.“

Odpověď respondenta č. 2

„Tím že jsem orientovaný postmoderním směrem, tak žánrové zaměření vychází z klientových preferencí. Když má klient rád třeba i komiksy, tak i tam se dá najít něco, co by se dalo převést na metaforu. Lidé, se kterými pracuji, za mnou často přijdou s tím, že čtou psychologické knihy nebo literaturu osobnostního rozvoje a ptají se mě na můj názor. Pokud znám danou knihu, tak jim názor řeknu. V rodinné terapii jsou různé možnosti výběru terapeutických knih například titul „Pět jazyků lásky“, která pracuje se vztahy. Dnes jsou oblíbené „Čtyři dohody“, které sice nejsou terapeutické, ale nesou se v šamanském duchu, nicméně se dají v některých případech použít. Pracuji hodně s pohádkami, které jsou přímo koncipovány jako terapeutické. V nedávné době mi kamarádi vydali knihu s terapeutickými pohádkami. A ty jsou rozděleny na pohádky pro rodiče a pohádky pro děti. Část pro děti je koncipována tak, že text a obsahy textů jsou přizpůsobeny věku a zároveň vývojové fázi daného dítěte. Součástí je také pohled na příběh zvlášť určený pro rodiče a zvlášť pro dítě. Takže když pracuji s rodiči, je četba této knihy především výchovné téma. Nejčastěji tedy v současné době používám při terapiích tyto pohádky. Výhodou je, že tyto texty napsali přímo psychologové.“

Odpověď respondenta č. 3

„Čerpám pouze z biblických textů. Využívám je, protože je mí klienti znají. Myslím si, že bible obsahuje mnoho žánrů. Z těchto různých žánrů využívám pouze příběhové části. Nikdy jsem nepořádal sezení například se žalmi nebo poezií, které jsou součástí mnoha žánrů bible.

Myslím si, že jednotlivé žánry, které jsou u jedince oblíbené, mohou být důvodem k přečtení bible.“

Odpověď respondentky č. 4

„Volím knihy, jako jsou pohádky nebo dětské příběhy tak, aby odpovídaly věku a mentalitě dětí. Zároveň беру v potaz sociální situaci dítěte, v jakém rodinném prostředí vyrůstá a jaký traumatický zážitek si nese.“

Odpověď respondentky č. 5

„Čerpám z učebních materiálů a výjimečně z jiných žánrů, pokud se mi hodí k výuce. Jsou to nejružnější bajky, pověsti, historické příběhy, motivační příběhy, ale také poezie či říkanky. I tyto žánry bývají součástí učebnic.“

7. Při stanovení cílů berete v úvahu skupinu klientů, se kterými budete pracovat?

Odpověď respondentky č. 1

„Cíle, které bychom si přesně stanovili, a za nějaký čas zhodnotili, tak to úplně nedělám. Při práci se skupinou klientů ale samozřejmě ano. Přizpůsobuji se charakteristice klientů.“

Odpověď respondenta č. 2

„Vždy bych měl vědět, proč dělám to, co dělám. Proto беру v potaz konkrétního klienta a můj cíl společně s jeho cílem. Musím ale počítat s tím, že se naše cíle nemusí shodovat. Cíle stanovuji spíš formou nabídky nebo představy, ale vždy je důležité, brát ohled na potřeby klienta. Výsledek se snažím vždy respektovat.“

Odpověď respondenta č. 3

„Určitě, je pro mě zásadní skupina klientů i jejich jednotlivé osobnosti. Když vedu biblické hodiny ve farnosti, přemýšlím, kdo přijde a jak se jim přizpůsobím. Vybírám příběhy tak, aby si z nich vždy něco „odnesli“. Textem je ale nemanipuluji. Jsem rád, když text přinese tak zvaný „Aha moment“, který znázorňuje, čeho si v bibli nevšimli, co se v ní ještě skrývá nebo na co se při tichém čtení tolik nesoustředili.“

Odpověď respondentky č. 4

„Ano. Pracuji se specifickou skupinou klientů, se specifickými žánry literatury a také cíle jsou odlišné.“

Odpověď respondentky č. 5

„Určitě беру. Musím jim přizpůsobit nejenom cíle, ale také volbu příběhu, tak aby je dostatečně zaujal.“

8. *Jakou Vám klienti poskytují zpětnou vazbu o účinku biblioterapie?*

Odpověď respondentky č. 1

„Zpětnou vazbu pocítuji právě v tom rozmluvení klienta, kdy je klient více výřečný po celý den a je u něj vidět i zlepšení nálady.“

Odpověď respondenta č. 2

„Cokoliv tvůrčího je pro klienty líbivé. Pokud já dávám podnět formou nabídky, nestává se, že bych dostal negativní reakci. Může se však stát, že se při výběru netrefím, ale to mám od klienta rychlou zpětnou vazbu a snažíme se o jiný výběr literatury nebo zcela jinou metodu. Dostal jsem například zpětnou vazbu od klienta, že je na něj dílo moc umělecké a v takovém případě se poohlížíme jinam. Když se dílo zalíbí a je pro klienta čtivé, tak směřujeme k pozitivním reakcím, prožitkům. Čili je tam pozitivní zpětná vazba. Vždy je to ve spojitosti s tím, že tituly nabízím lidem, u kterých se dá předpokládat, že jsou čtenářsky orientovaní. Zejména od těch klientů, kteří si sami píšou deník, nebo zkouší psát, se ve spojitosti s metodou „Knihy života“ dostáváme často ke zpětné vazbě. Využívám dva typy zpětných vazeb. Jedna je přímá, kterou od klienta dostávám přímo v daný den, kdy mě navštíví. Zjišťuji, jestli odchází s naplněním toho, co chtěli, nebo jestli by naše setkání mělo příště vypadat jinak. Vnímám tuto momentální zpětnou vazbu jako možnost pozměnit nebo rozvinout metodu pro příště. Dlouhodobá zpětná vazba pak spočívá v tom, jestli by se vrátili znovu k dané knize a jak na ně zapůsobila.“

Odpověď respondenta č. 3

„Na závěr si samozřejmě řekneme, co se nám líbilo a co ne. Kromě toho pocítuji velký úspěch, tedy zpětnou vazbu v tom, že na sezení klienti pravidelně docházeli. Pracuji s biblioterapií na bázi dobrovolnictví a vzhledem k tomu, jaký typ onemocnění klienti mají,

považuji za pozitivní zpětnou vazbu i to, že se dostaví na naše sezení a chodí pravidelně. Životy se jim v průběhu naší terapie mění. Nacházeli si nové zaměstnání a došlo u nich ke změně u spousty dalších věcí. Netroufám si tvrdit, a ani si nemyslím, že by to bylo díky biblioterapii. Pracujeme s lidmi v širším sociálním kontextu. Pomoc těmto klientům je komplexnější.“

Odpověď respondentky č. 4

„Ke zpětné vazbě mi stačí vidět u dítěte zaujetí a radost z četby. Někdy i drobné pokroky v oblasti komunikace a otevření se.“

Odpověď respondentky č. 5

Zpětnou vazbou je pro mě zvýšená iniciativa u dětí, zlepšení znalostí a vědomostí, zlepšení v sociálních interakcích a soběstačnosti.

9. *Myslíte si, že lze dospělé lidi přesvědčovat či ovlivňovat pomocí biblioterapie?*

Odpověď respondentky č. 1

„Myslím si, že dospělé lidi lze pomocí biblioterapie určitě ovlivňovat. Sama na sobě pocítuji například zlepšení nálady po tom, co si přečtu svou oblíbenou knihu. A přesvědčovat jistě také, protože dospělí lidé jsou zvyklí si číst.“

Odpověď respondenta č. 2

„Jestli lze lidi pomocí biblioterapie k něčemu přesvědčit nevím, myslím si, že to není úplně cíl této metody. Biblioterapie spíše nabízí „jiný pohled“, který si má klient po přečtení knihy nebo příběhu uvědomit. Jsem si však zcela jist, že pomocí biblioterapie lze lidi ovlivnit, alespoň jejich náladu nebo právě ten „jiný“ pohled. Velmi často na svých klientech tyto změny pozoruji.“

Odpověď respondenta č. 3

„Na biblioterapii je kouzelné, že má tu moc vytvořit na tváři člověka jak úsměv, tak i nějakou tu vrásku. Určitě lze lidi pomocí této metody ovlivňovat. Je to jako s biblí. Každý si v ní najde něco, co je nám blízké a k čemu přilneme, protože nás o svém způsobem uspokojuje a funguje to i naopak.“

Odpověď respondentky č. 4

„Biblioterapií lze jak malé děti, tak určitě i dospělé lidi ovlivňovat či je přesvědčovat. Je důležité vědět, které žánry na koho platí, a pak to jde jistě docela samo. Myslím, že pozitivně ovlivňovat čtenáře je sen každého spisovatele.“

Odpověď respondentky č. 5

„Nad touto otázkou jsem nikdy před tím nepřemýšlela. Když se nyní ale zamyslím, tak musím říct, že dle mého názoru podstatou biblioterapie je pozitivně působit na klienta. A pokud se klient následně setká s víceméně podobných titulů, které na něj pozitivně působí, jistě ho to může později i přesvědčit nebo inspirovat v nějakém životním rozhodnutí“.

Zvolené otázky – sada storytelling

1. Čím Vás zaujala metoda storytelling?

Odpověď respondentky č. 1

„Klienti jsou starší a mají hodně příběhů, zkušeností. Mají co říct. Někteří žijí dlouho sami a sami pro sebe si příběhy nevypráví. To bylo pro mě podnětem zvolit storytelling. Dalším podnětem bylo také trénování paměti v souvislosti se soustředěním, vzpomínáním. Během vyprávění můžou klienti zapomenout na starosti, které prožívají. Stejně je to i u posluchače. I když řídím storytelling, tak na mě, stejně jako na ostatní posluchače, působí vyprávění zvýšeným soustředěním, učíme se při něm naslouchání. Stává se, že si klient připomene malou drobnost, kterou pak rozvine do příběhu. Nevymýšlím s klienty nové příběhy, spíše se snažíme o soustředění na vzpomínání a na zážitky z minulosti. Metoda storytelling mě zaujala díky možnosti propojení s biblioterapií. Biblioterapie je pro mě přípravou ke storytellingu. Snažím se z posluchačů udělat vypravěče. Na základě tématu biblioterapie ve fázi řízené diskuze někdy volně přecházíme k příběhu. Vše se odvíjí dle tématu biblioterapie.“

Odpověď respondenta č. 2

„Absolvoval jsem výcvik. Zajímám se o příběhy stejně tak jako o literaturu. Storytelling mi byl bližší díky širší práci s příběhem. Kdybych měl uvést co mě ke storytellingu nasměrovalo, tak by to byla narativní terapie. V narativní terapii jsem hlouběji poznával tyto pojmy.“

Odpověď respondenta č. 3

„Je to stejné jako u biblioterapie. Zaujalo mě to díky lepšímu ponoření do příběhu a širší práci s ním.“

Odpověď respondentky č. 4

„Líbí se mi metoda storytellingu, neboť děti stimuluje k otevření mysli. Dozvídáme se o nich více a díky tomu jim můžeme lépe pomoci.“

Odpověď respondentky č. 5

„Přínos storytellingu v návaznosti na biblioterapii je klíčový. Děti si lépe zapamatují informace, pokud je ozvlášťujeme příběhem, na který mohou oni sami reagovat. Kreativita této metody může být kladně využita ve výuce a při získávání a předávání vědomostí.“

2. Co Vás přivedlo k využívání metody storytelling v praxi?

Odpověď respondentky č. 1

„Zejména moje cílová skupina, senioři. Také samozřejmě absolvování kurzu k této metodě. Lidé si příběhy vypravují od pradávna a při kurzu jsem si uvědomila, jak se dá příběh lépe rozvinout. Dozvěděla jsem se více o možnostech práce s příběhem. Storytelling může probíhat v kombinaci s obrázky a podobně.“

Odpověď respondenta č. 2

„Odpověděl bych totožně, jako u otázky týkající se biblioterapie.“

Odpověď respondenta č. 3

„Na příbězích, ať už z bible nebo jiného zdroje, se dobře ukazují negativní vlastnosti, nebo situace, či jiné jevy, které formují člověka. V příbězích jde o vztah jedince s vypravěčem. Vztahu mezi bohem a jeho lidmi. V bibli jsou převážně příběhy, nikoliv však jen příběhy.“

Odpověď respondentky č. 4

„V začátcích práce s mou cílovou skupinou se mi v jednom případě stalo, že dítě mělo traumatizující zážitky a bylo uzavřené. V rámci hry s maňásky toto dítě začalo reagovat na podněty a později se rozpovídalo. Díky této zkušenosti jsem se začala zajímat o další alternativní metody při své práci. Touto cestou jsem se dozvěděla také o storytellingu.“

Odpověď respondentky č. 5

„Storytelling je v rámci dnešních osnov obsažen v mnoha předmětech, často skrytě. Mnozí pedagogové využívají tuto metodu. Možnosti zapojení storytellingu do pedagogické praxe mě přivedlo k využívání této metody.“

3. Realizujete storytelling jako skutečnou terapeutickou metodu?

Odpověď respondentky č. 1

„Necítím se dostatečně kompetentní k tomu, abych touto formou dělala terapie. Vnímám potřebu širšího studia této problematiky pro jeho využití v terapii.“

Odpověď respondenta č. 2

„Je to obdobné jako u biblioterapie. Nejsem si jist, zda působí samostatně jako terapie. Neberu ji jako striktní metodu. Různě si s terapií hraju, a právě to je forma práce s příběhem. V postmoderně pracuji i například s jazykem klienta. Při běžném terapeutickém rozhovoru se doptávám na konkrétní slova. Ověřuji si, zda jsem vše pochopil správně. Jestli to chápu tak, jak to klient myslel a tím rozšiřuju nebo vyjasňuju příběh klienta. V průběhu storytellingu se používá shrnování nebo parafráze. V postmoderním směru opakujeme přesně to, co řekl klient, protože tak si může uvědomit, jak větu formuloval. Stává se, že i při přesném zopakování toho, co řekl, jsme zjistili, že to bylo myšleno jinak. Zase se jedná o prohloubení příběhu klienta.“

Odpověď respondenta č. 3

„Pokud ano, tak ne cíleně.“

Odpověď respondentky č. 4

„Ano. Storytelling považuji za určitý druh hry, zábavy s dětmi. Oproti tomu biblioterapie potřebuje větší zkušenosti a rozsáhlejší studium.“

Odpověď respondentky č. 5

„Ne nerealizuji.“

4. *Splňujete kvalifikační předpoklady pro storytelling jako terapeutickou metodu?
Jaké studium jste absolvoval/a?*

Odpověď respondentky č. 1

„Absolvovala jsem školení této metody v rámci šesti až osmi hodin. Z tohoto důvodu necítím dostatečnou kompetentnost ve využití v terapii.“

Odpověď respondenta č. 2

„Zase obdobně uvádím, co jsem již řekl v otázkách týkajících se biblioterapie. Takže ochutnávky storytellingu v rámci jiných školení zejména pak psychoterapeutického výcviku.

Informace jsem si dále rozšiřoval v rámci samostudia. Oproti biblioterapii byla v tomto kurzu možnost sestavit příběh a převyprávět ho. V praxi se pak při storytellingu zaměřuji na osobní příběhy klientů.“

Odpověď respondenta č. 3

„Ne nesplňuji, jsem pouze vystudovaný sociální pracovník bakalář a teolog bakalář.“

Odpověď respondentky č. 4

„Splňuji, absolvovala jsem dvoudenní kurz alternativních metod. Informace získávám také samostudiem. Absolvovala jsem v souvislosti se storytellingem několik workshopů.“

Odpověď respondentky č. 5

„Částečně, v rámci mého studia pedagogiky.“

5. Cítíte se kompetentní k výběru vhodného příběhu? V návaznosti na cílovou skupinu.

Odpověď respondentky č. 1

„Pracuji s klienty mnoho let a díky tomu se cítím více kompetentní k výběru příběhu než u výběru literatury u biblioterapie.“

Odpověď respondenta č. 2

„Když už něco vyprávíme, bývá to právě příběh klienta, nebo vyprávíme příběh ve spolupráci s klientem. Důležitá je vzájemná spolupráce. Také výběr příběhu provádíme spolu s klientem, abych klientovi lépe přiblížil i moji část práce. Snažím se o vysvětlení, ať klient nevnímá terapii jako záhadný nebo tajemný proces, kterému by nerozuměl.“

Odpověď respondenta č. 3

„Cítím se kompetentní k výběru příběhu vzhledem ke studiu, které jsem absolvoval. Již v době studia jsem se zaměřoval na cílovou skupinu, tj. lidé s duševním onemocněním.“

Odpověď respondentky č. 4

„Částečně ano. Vybírám i modernější verze pohádek a příběhů.“

Odpověď respondentky č. 5

„Čerpám z učebnic, jako jsou například čítanka, biologie, dějepis, konkrétní témata. Příběh přizpůsobuji probírané látce. U čehož využívám znalosti storytellingu.“

6. *Z jakých oblastí literárních žánrů (popřípadě jiných zdrojů) čerpáte při výběru vhodného příběhu?*

Odpověď respondentky č. 1

„Čerpám z vlastních příběhů klientů.“

Odpověď respondenta č. 2

„Více technik je vázaných na deník klienta nebo vyprávění příběhu klienta a další možné kombinace. Pokud klient píše deník, velmi dobře se nám s ním pracuje. Metody a směry, které používám, na tomto druhu terapie staví. Jeden ze způsobů je také práce se změnou. Po několika sezeních, kde se věnuju tématu, který klient přednesl formou zápisu, se dostáváme k tomu, jak klient celou situaci prožil. Dvě až tři sezení věnujeme tématu a jeho zápisu a na konci těchto sezení se zeptám, jak by se zápis v tom deníku změnil.“

Odpověď respondenta č. 3

„Čerpám náměty z bible. Podrobně jsem na otázku odpověděl u biblioterapie.“

Odpověď respondentky č. 4

„Jednoduché pohádky a příběhy jsou pro děti ideální. Především ty, které děti lépe vtáhnou do děje a my můžeme diskutovat o jednotlivých postavách, jejich vlastnostech a jaký mají pohled na dobro a zlo. Osvědčily se mi také příběhy, u kterých získali děti nové dovednosti. Například hygienické návyky.“

Odpověď respondentky č. 5

„Dětem jsou nejbližší pohádky, nebo příběhy přiměřené jejich věku. Vždy čerpáme z učebnic, aby příběh korespondoval s daným učivem.“

7. *Při stanovování cílů berete v úvahu skupinu klientů, se kterými budete pracovat?*

Odpověď respondentky č. 1

„Určitě“

Odpověď respondenta č. 2

„Ano. Vždy беру v potaz konkrétního klienta.“

Odpověď respondenta č. 3

„Samozřejmě, jinak by to nešlo. Sezení se nemohou účastnit klienti, kteří mají přidružené mentální postižení. S těmito lidmi se jinak pracuje a celá příprava storytellingu by musela vypadat zcela jinak.“

Odpověď respondentky č. 4

„Určitě. Rozlišuji zejména věk dítěte“

Odpověď respondentky č. 5

„Ano, pracuji s dětmi dle učebních osnov a tomu musím přizpůsobit i konkrétní cíle.“

8. Zjišťujete od posluchačů po ukončení příběhu jejich zpětnou vazbu?

Odpověď respondentky č. 1

„V rámci toho, že mám na starosti volnočasové aktivity, kde mám více klientů najednou, tak se klientům nic nezapisuje. Nemáme tuto službu akreditovanou, takže se nezahrnuje do individuálního plánování. Pozorováním sama vyhodnocuji míru zlepšení nálady. Jsou momenty, kdy už je po storytellingu a klienti si stále mezi sebou povídají, už třeba o jiných věcech.“

Odpověď respondenta č. 2

„Stejně jako u biblioterapie, mám na konci sezení zpětnou vazbu a poté i dlouhodobou zpětnou vazbu. Vždy záleží, jak s klientem postupujeme, kolik sezení proběhne. Zpětnou vazbu vidím i v tom, že se ptám, jestli nepotřebuje klient něco jinak a jestli dosahujeme konkrétních cílů terapie. Umění terapeuta spočívá především v těchto činnostech: znát svoje kompetence a schopnosti a sdělit klientovi, že něco neumím. Případně klientovi doporučím, na koho by se měl spíše obrátit. Oslovím kolegu, ten si klienta převezme a s ním pak probíhají další sezení.“

Odpověď respondenta č. 3

„Všímám si, jak a jestli se nechali klienti příběhem vtáhnout, jak se zapojili do diskuze. Přímo zpětnou vazbu nezjišťuji.“

Odpověď respondentky č. 4

„Dle situace, některé děti lépe spolupracují a pozorujeme reakce. Jiné vyžadují odlišný přístup.“

Odpověď respondentky č. 5

„Konkrétní zpětnou vazbu nezjišťuji, ale uvědomuju si, že si děti lépe zapamatují dané učivo prostřednictvím této metody.“

9. Jakým způsobem vyhodnocujete účinky storytellingu? (kvalitativně, nebo kvantitativně)

Odpověď respondentky č. 1

„Žádným způsobem to neměřím. Samozřejmě dostávám zpětnou vazbu např. od personálu. Určitou dobu jsem s klienty nemohla pracovat, klienti se kvůli pandemii covid nemohli scházet. V tomto období jsme spolu s personálem pozorovali zhoršení komunikativnosti některých klientů. Čili jsem to chápala i jako opačnou zpětnou vazbu. Jakmile jsme se začali opět scházet, schopnost a motivace klienta komunikovat se zvedala.“

Odpověď respondenta č. 2

„Ve vztahu ke storytellingu se dá použít ORS škála, nebo také elektronický systém DEEPSY. Kolegové, kteří používají ORS škály, vyhodnocují tímto systémem celou terapii. Tedy na všechny metody, které proběhly. Já používám DEEPSY.“

Odpověď respondenta č. 3

„Nevyhodnocuji, maximálně pozoruji kvalitativní změny na klientech.“

Odpověď respondentky č. 4

„Pokud si mohu vybrat, tak kvalitativně. Přistupujeme individuálně ke každému dítěti v rámci celého procesu.“

Odpověď respondentky č. 5

„Nevyhodnocuji. Pouze hodnotím nově naučené poznatky, které si u dětí opakovaně ověřuju. Kladně hodnotím též iniciativu v konkrétní oblasti (botanika, dopravní značky).“

10. Myslíte si, že metoda storytelling je vhodnou metodou, jak vzdělávat dospělé?

Odpověď respondentky č. 1

„Ze své vlastní zkušenosti s klienty si myslím, že ano. Většinu dne klient mlčí. Když s ním ale pracuji a rozmluvím ho, stává se, že to odstraní komunikační bariéru a klient si najednou řekne, co chce, nebojí se a nestydí se mluvit s ostatními. Považuji za důležité mluvit a nebát se promluvit si. Nazvala bych toto působení například jako rozvíjení komunikace či zdokonalování se v naslouchání.“

Odpověď respondenta č. 2

„Z mojí praxe mám dojem, že vzdělávat dospělé pomocí storytellingu lze. Odstraňováním přirozených bariér klienta a dostáváním se k jádru věci napomáhá prohloubení mysli klienta.“

Odpověď respondenta č. 3

„Nemám to žádným způsobem změřené, ale domnívám se, že to možné je.“

Odpověď respondentky č. 4

„Domnívám se, že ano.“

Odpověď respondentky č. 5

„Ve své praxi jsem se se vzděláváním dospělých nesetkala, tak to nedokážu objektivně posoudit.“

11. Můžete říct ze své vlastní zkušenosti, zda je pravda, že si posluchači mluvené příběhy pamatují snáz než čtený text?

Odpověď respondentky č. 1

„Toto tvrzení mohu ze své vlastní zkušenosti rozhodně potvrdit.“

Odpověď respondenta č. 2

„Z mojí praxe mám dojem, že příběhy se přirozeně pamatují lidem lépe, protože vycházejí ze zkušeností, kterými dospělí lidé oplývají.“

Odpověď respondenta č. 3

„Myslím si, že ano. Často si se svými posluchači o mluvených příbězích povídám i dlouho poté, co je vyprávím.“

Odpověď respondentky č. 4

„Můžu. Dle mého názoru sice záleží na preferencích posluchače, nicméně pokud vyprávěný příběh souvisí se životem vypravěče, posluchače téměř vždy zaujme.“

Odpověď respondentky č. 5

„Toto tvrzení mohu potvrdit.“

Příloha D – Grafické znázornění dotazníkového šetření

Obrázek 1: Grafické znázornění otázky č. 1

Používáte metody biblioterapie a storytellingu v praxi?

80 odpovědí

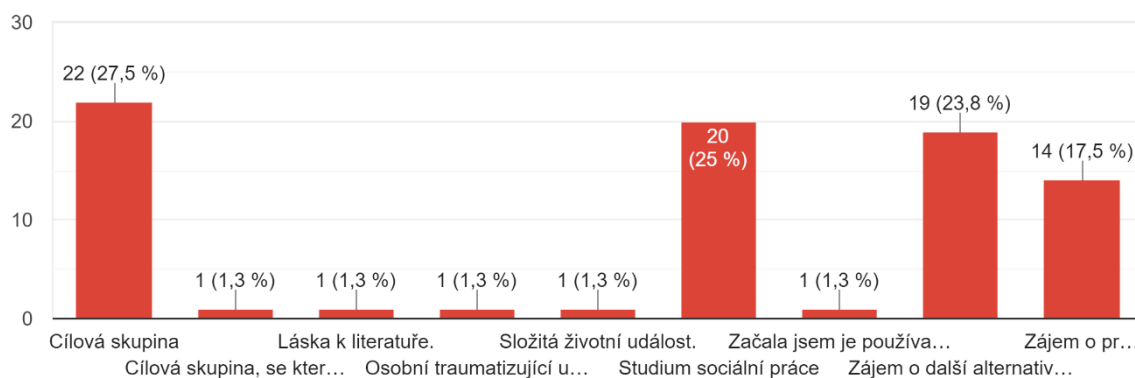


Zdroj: Formuláře Googlu

Obrázek 2: Grafické znázornění otázky č. 2

Co Vás přivedlo k využívání těchto metod?

80 odpovědí

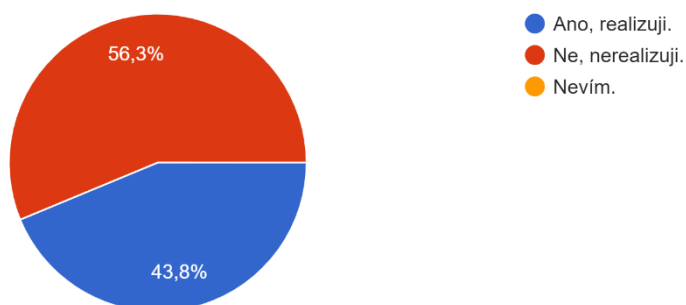


Zdroj: Formuláře Googlu

Obrázek 3: Grafické znázornění otázky č. 3

Realizujete metody biblioterapie a storytelling jako skutečné terapeutické metody?

80 odpovědí

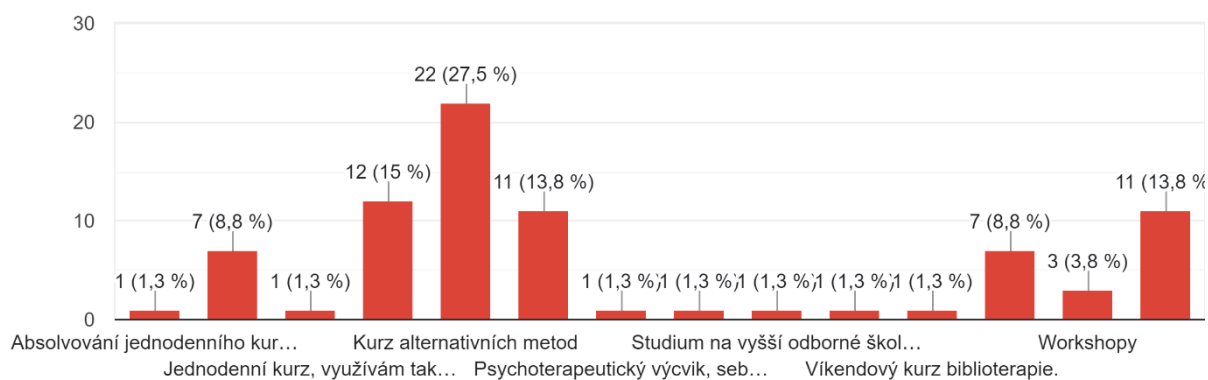


Zdroj: Formuláře Googlu

Obrázek 4: Grafické znázornění otázky č. 4

Jaké studium jste v souvislosti s metodami biblioterapie a storytellingu absolvoval/a?

80 odpovědí

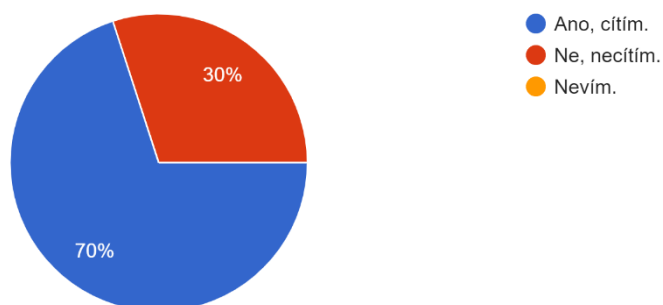


Zdroj: Formuláře Googlu

Obrázek 5: Grafické znázornění otázky č. 5

Cítíte se dostatečně kompetentní k využívání metod biblioterapie a storytellingu v praxi?

80 odpovědí

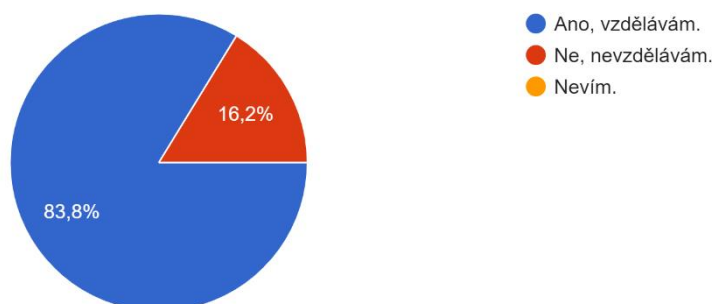


Zdroj: Formuláře Googlu

Obrázek 6: Grafické znázornění otázky č. 6

Vzděláváte se v rámci metod biblioterapie a storytellingu i nadále?

80 odpovědí

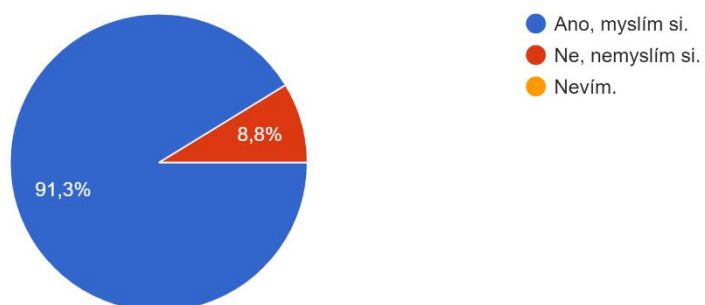


Zdroj: Formuláře Googlu

Obrázek 7: Grafické znázornění otázky č. 7

Myslíte si, že lze dospělé lidi ovlivňovat pomocí metody biblioterapie?

80 odpovědí

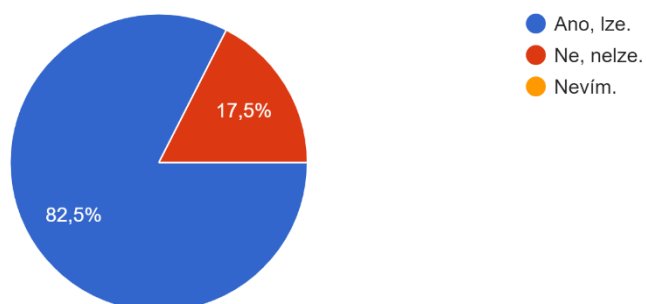


Zdroj: Formuláře Googlu

Obrázek 8: Grafické znázornění otázky č. 8

Lze posle Vás vzdělávat dospělé lidi pomocí metody storytelling?

80 odpovědí

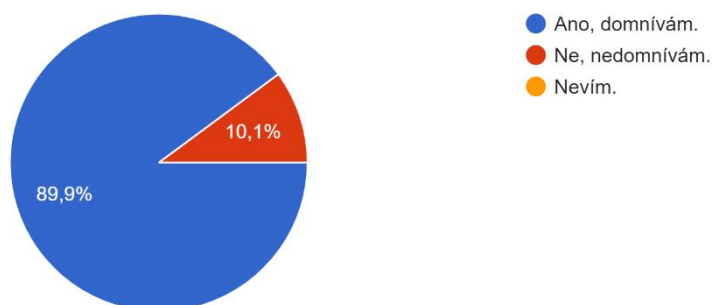


Zdroj: Formuláře Googlu

Obrázek 9: Grafické znázornění otázky č. 9

Domníváte se, že lze tvrdit, že si posluchači mluvené příběhy pamatují spíše než čtený text?

79 odpovědí

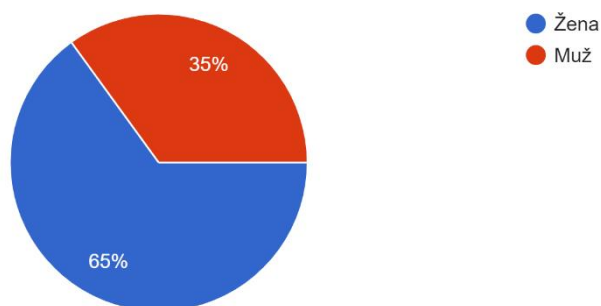


Zdroj: Formuláře Googlu

Obrázek 10: Grafické znázornění otázky č. 10

Jakého jste pohlaví?

80 odpovědí

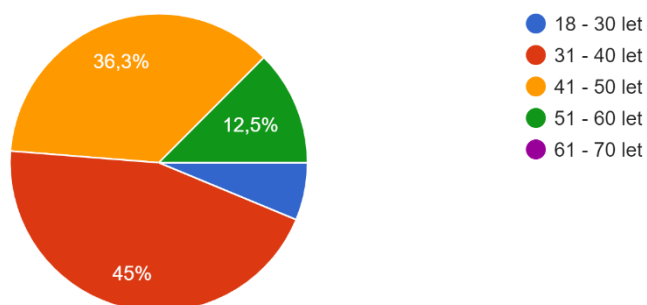


Zdroj: Formuláře Googlu

Obrázek 11: Grafické znázornění otázky č. 11

Jaký je Váš věk?

80 odpovědí

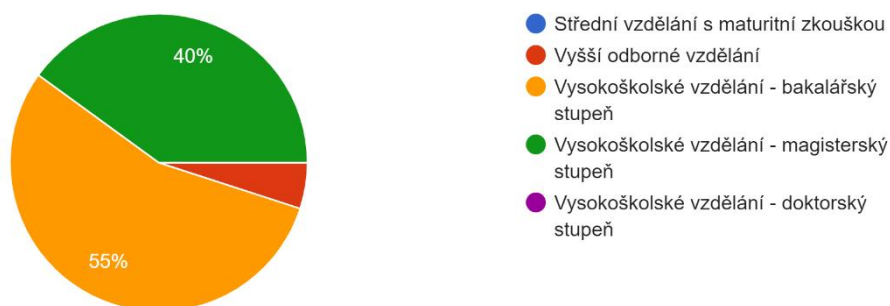


Zdroj: Formuláře Googlu

Obrázek 12: Grafické znázornění otázky č. 12

Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

80 odpovědí

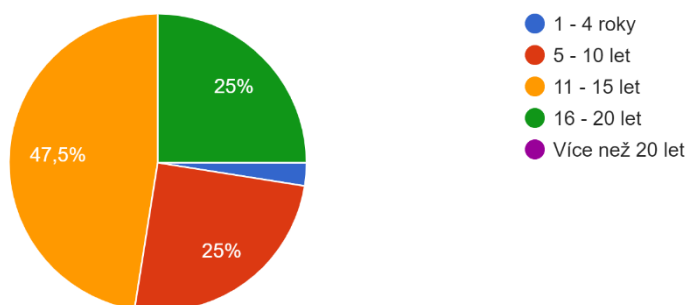


Zdroj: Formuláře Googlu

Obrázek 13: Grafické znázornění otázky č. 13

Jak dlouho využíváte metody biblioterapie a storytellingu ve své praxi?

80 odpovědí



Zdroj: Formuláře Googlu

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno autora: Martina Janáčková

Obor: Andragogika

Forma studia: kombinovaná

Název práce: Metody biblioterapie a storytellingu v praxi

Rok: 2023

Počet stran textu bez příloh: 52

Celkový počet stran příloh: 28

Počet titulů českých použitých zdrojů: 13

Počet titulů zahraničních použitých zdrojů: 1

Počet internetových zdrojů: 4

Vedoucí práce: PhDr. Marie Vacínová, CSc.