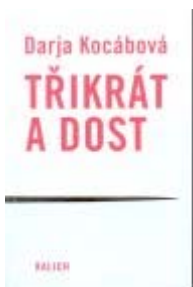


## Několik tipů na knihy, které jsou „vhodné“ do biblioterapeutických seznamů



### **D.Kocábová: Tříkrát a dost**

*Kalich, Praha 2004*

Třicet vzpomínkových črt rozdělených do deseti tematických okruhů. Autorka je přední česká psychoterapeutka a klinická psycholožka, žena známého evangelického kazatele, jemuž je knížka také dedikována. Sepsala je po vlastní dlouhodobé hospitalizaci, kdy se člověk chtěl i nechtě proplétat vlastní minulostí. Hodně místa v nich věnovala svým pacientům a jejich společnému zápasu o vykročení z bludného kruhu duševního onemocnění. Vzpomínání na jejich osudy je leckdy poznamenáno smutkem, ale spolu s autorkou v něm čtenář najde mnoho potěšujícího, totiž smysluplnost lidského setkání, jež zakládá naději, že zlo v nejrůznějších podobách bude jednou přemoženo. Ne náhodou uzavírá knížku autorčina "Óda na radost"

t



### **Cottler, Carlson: Mumie u jídelního stolu**

*Portál, Praha 2003*

Pozoruhodné případy z praxe dvaatřiceti předních současných psychoterapeutů.

"Jaký případ z psychoterapeutické praxe byl pro vás největší výzvou?" Tuto otázku položili autoři knihy třiceti významným osobnostem současné psychoterapeutické scény. Jsou mezi nimi odborníci pocházející z různých částí světa, zástupci různých disciplín psychologie, psychiatrie, poradenství či sociální práce, významní zástupci různých terapeutických přístupů, nebo dokonce jejich zakladatelé. Spolu s autory pak vyprávějí nejpozoruhodnější případy, se kterými se ve své praxi setkali.

t



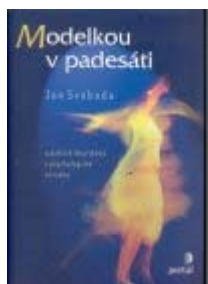
### **A.Wheelis: Naslouchání**

*Triton, Praha 2003*

Psychoanalytik zpytuje svůj život.

Autor, psychoanalytik žijící v San Francisku pomohl mnoha lidem pochopit sebe sama a vyrovnat se s traumaty či s obsesemi, které utvářejí neurotickou osobnost. V poutavě napsané vzpomínkové knize využívá jako nezapomenuté území pro stejný objevný proces vlastní život. Wheelis svým pátravým objektivem zabírá temná zákoutí vlastního života - od jeho těžce nemocného tyranského otce a příliš blízký vztah k matce.

t



### **Svoboda: Modelkou v padesáti**

*Portál, Praha 2005*

Příběhy z psychologické poradny. Na základě zkušeností ze své praxe předkládá autor sedmatřicet krátkých příběhů, které ilustrují pestrou paletu životních situací, jimiž člověk může procházet, v nichž se potřebuje orientovat a ze kterých hledá východisko. Příběhy zároveň umožňují pohled na práci poradenského psychologa a na způsob řešení životních situací za jeho asistence.

t

y

### **Vondrka: Smrt jménem závislost**

*Portál, Praha 2004*

Autobiografické vyprávění člověka, který byl závislý na drogách. Autor vypráví, jak pomalu propadal závislosti od kouření marihuany až do smrtícího kolotoče každodenního braní tvrdých drog. Popisuje nevyslovitelné stavy abstinčních příznaků zapříčiněných dlouhodobým braním drog. Zabývá se životem narkomana, který žil v centru drogové scény v Praze a poznával osudy dalších narkomanů, které potkával, když jim vyměňoval stříkačky. Vypráví o těchto setkáních, ale i o smrti, která potkává tyto mladé lidi, často ještě děti. Popisuje pražské protidrogové kontaktní centrum jako místo pomoci a svoje pokusy se závislostí přestat. Přibližuje však i onu obrovskou sílu závislosti, která ho nutila agresivně usilovat o drogu. V další části provází čtenáře systémem léčebných zařízení až k místu, kde se mu podařilo odevzdaně přijímat pomoc. Popisuje chod tohoto zařízení a pomocí deníku dokresluje každodenní souboje se závislostí a vítězství nad sebou samým. V závěrečné části knihy ukazuje, že závislost nekončí odchodem z léčby. Kdo jednou přešel na stranu drog, už nemůže zpátky, může jen abstinovat a bojovat sám se sebou celý život. Abstinující narkoman nepije ani alkohol, aby po nějaké době nepřešel zpátky k silnějším drogovým zážitkům. Autobiografické vyprávění doplňuje úvod a komentář odborníka a slovníček slangových výrazů používaných v souvislosti s drogami.



### **Zuckoff: Naia se smí narodit**

*Portál, Praha 2004*

Příběh americké rodiny, která se musí vyrovnat se skutečností, že dítě, které se po dlouhém očekávání má narodit, je vážně postižené. Manželé Greg a Tierney patří k typickým Američanům ze střední třídy. Dozvídáme se s nimi, že jejich dítě trpí Downovou chorobou, vážnou srdeční vadou a dalšími přidruženými komplikacemi. Autor popisuje jejich rozhodování o tom, zda si dítě ponechat, nebo zda podstoupit umělé přerušení těhotenství. V průběhu těhotenství se projevují další zdravotní komplikace, po porodu začíná boj o život holčičky Naii. Podrobně ji sledujeme až do jednoho roku života. Epilog ji zachycuje třiletou, kdy rodiče jsou si naprosto jisti, že postupovali správně, když se rozhodli, že si ji ponechají.



### **Sladká-Ševčíková: Z deníku bulimičky**

*Portál, Praha 2003*

Mentální bulimie je závažná porucha chování, se kterou se lékaři a psychologové setkávají v poslední době stále častěji. Projevuje se neodolatelnou touhou po jídle se záchvaty přejídání střídající se s hladověním, vyvolávaným zvracením nebo zneužíváním léků na snížení váhy. Podobně jako u mentální anorexie je v pozadí tohoto chování chorobný strach z tloušťky. Svědectví o tom, jak vypadá život s bulimií, přináší vyprávění ženy, která touto poruchou příjmu potravy trpěla dvanáct let. Její deník ukazuje, jak vypadají počátky i pozdější stadia choroby, různé pokusy o léčbu a to, kdy a jak se lze poruchy zbavit. Příběh je doplněn odbornými informacemi i zkušenostmi dalších nemocných.





### **Behrman: Electroboy**

*Portál, Praha 2003*

Vzpomínky na mánii

Beletristicky sepsané vzpomínky na autorův život s maniodepresivní psychózou. Kniha je strhujícím autobiografickým ohlédnutím Andyho Behrmana na jeho život v mánii, na nákupy obrovských zásob kečupu ve čtyři hodiny ráno, na potřebu vyrovnávat studené a teplé počasí lety z Curychu na Bahamy a zpět, na nošení 20 000 dolarů ukrytých v botách, na navazování sexuálních známostí jen proto, že dotyčná sedí v baru o šest (six) židlí dál. Andymu Behrmanovi se dařilo po čtyři roky nemoc skrývat za tváří úspěšného mladého muže, který střídal zaměstnání podobně jako ostatní lidé vyměňují své obleky. Postupem doby jej však nemoc přivedla ke konfliktům se zákonem a posléze ke složité léčbě! Kniha napsaná v podobě deníku je jedinečným příspěvkem do literatury o duševních chorobách.

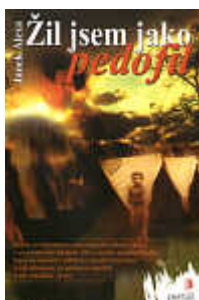


### **Frey: Posedlá strachem**

*NAVA, 2002*

Dívka na psychiatrii pro mladistvé

Nora je jednou z mnoha mladistvých v Německu, kteří nacházejí pomoc v psychiatrických střediscích pro mládež. Jako zástupkyně jich všech vyprávěla svůj příběh a umožnila tak vznik románu, který svou naprostou otevřeností dodává odvahu všem ostatním.



### **Alexa: Žil jsem jako pedofil**

*Portál, Praha 2002*

Osobní zpověď člověka, který se narodil s odlišnou sexuální orientací a byl odsouzen za pohlavní zneužití osob mladších 15 let.

Vypráví o jeho dětství, dospívání, kdy si začal uvědomovat svou sexuální orientaci, o letech strávených vedením chlapeckého oddílu, o období sexuální adaptace, v němž se snažil navázat partnerský vztah se ženou, o neustálém tlaku obrovského pokušení, kterému několikrát podlehl. Následuje soud, ochranná ústavní léčba a kastrace, pro niž se dobrovolně rozhodl, a nástup k trestu odnětí svobody. Autor, který má dlouholetou novinářskou zkušenost, líčí svůj příběh poutavě s velkou otevřeností a odvahou, což umožní pochopit prožívání a společenské postavení člověka se sexuální deviací.

Kniha je doplněna předmluvou a odborným komentářem sexuologa MUDr. Slavoje

Brichcína.



### **Galli: Zachránit Jeffreyho**

*Portál, Praha 2002*

Čtvrtého července 1998 v podvečer skočil sedmnáctiletý Jeffrey do zahradního bazénu a už se nevynořil.

Jeho rodičům se podařilo vytáhnout jej z vody a zachránit mu tak život, ale už o několik hodin později poprvé zapochybovali, zda udělali dobře. Jeffrey ochrnul od krku dolů, ztratil schopnost bez podpory přístrojů dýchat, užívat končetiny, ovládat vyměšování.

Jakou cenu má pro mladého chlapce život, který mu za těchto okolností zbývá? Budou rodiče schopni se o něj dvacet čtyři hodin denně starat? A kdo se ho ujme, až rodiče nebudou moci? Jeffreyho otec je zkušený právník. Okamžitě si uvědomil, že do chlapcových osmnáctin má on, jeho rodič, právo a povinnost rozhodnout, zda by pro jeho syna nebylo lepší, aby se jednoho dne ráno neprobudil... Dramatický deník zachycuje prvních několik dní po úrazu, který změnil život celé rodiny, nesnadné rozhodování o tom,

zda zvolit pasivní euthanazii - a co vlastně znamená zachránit Jeffreyho.



### **Frančevová: Nebyl jsem vyřazen ze života**

*UIV, 2002*

Deník mého syna

Příběh mentálně retardovaného chlapce Emila, jeho rodiny, přátel, a úskalí, se kterými ho život častuje. První část knihy je psána formou fiktivního deníku, druhá část přináší rady a doporučení odborníků nejrůznějších zaměření - o možnostech vzdělávání, perspektivách pracovního uplatnění a státní sociální podpoře, apod. Informačně cenná je i příloha, která zahrnuje výběr důležitých školských předpisů, adresář škol, svépomocných sdružení a odkazů.

t



### **Kaufman: Son-Rise Zázrak pokračuje**

*Vlado Mokrání a nakl. Barracuda, 2004*

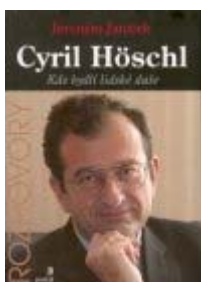
Skutečný příběh vyléčení chlapce z neléčitelného autismu. Příběh je ohromující a hluboce dojmavý záznam rozvoje Rauna Kaufmana z nekomunikujícího a netečného dítěte v aktivního, milujícího mladého muže. První část vypráví příběh Rauna, který, když mu byl jeden rok, se začal odtahovat od lidského kontaktu. Diagnóza - autismus - nezvratný, celoživotní stav. Rodiče dva a půl roku intenzivně pracovali se svým synem, jako průkopníci nové terapie založené na nepodmíněné lásce a akceptaci. Druhá část prochází Raunovým překvapivým vývojem a úspěchy od jeho čtyř let. Třetí část vypráví příběhy pěti dalších typických rodin.



### **Lamplmaierová a kol.: Dala jsem jí jméno Nadine**

*Karmelitánské nakladatelství, 2004*

K problematice před potratem a po něm. První část knihy je napínavý deník. Karin Lamplmaierová v něm líčí, jak došlo k tomu, že otěhotněla, přestože užívala antikoncepci, a proč se pak rozhodla pro umělý potrat. Píše o svém zoufalství, o svém pokusu o sebevraždu a o odcizení vůči svému partnerovi. Ukazuje i cestu, která jí pomohla vymanit se z pocitu viny. Druhá část je věnovaná psychoterapeutické pomoci.



### **Janíček: Cyril Höschl - Kde bydlí lidská duše**

*Portál, Praha 2004*

Rozhovor s přední osobností české psychiatrie. Kniha čtenáře seznámí s životním příběhem prof. Höschla, ale především s jeho pohledem na témata jemu profesně blízká, související se zdravím a nemocí lidské duše a s možnostmi psychiatrické pomoci. Jeroným Janíček pracuje v současné době jako moderátor a redaktor pražského Rádia 1. Je autorem knih Černá záchranka a Přerušovaný rozhovor (s Václavem Klausem).

y