

DOI: <https://doi.org/10.54937/dspt.2024.24.4.59-70>

## Breakthrough in a Man's Life Story

### Zlom v životnom príbehu človeka

Barbora Kováčová

#### Abstract

The paper presents theoretical-research background for the possible creation of a life story of a person in the senior age. The paper presents a possible structure of a life story and also different alternatives of collecting information for its creation. The paper itself is complemented by authentic accounts of participants for whom a life story depicting breakthrough events was created as part of the data collection. Each life story recorded as part of the pedagogical-artistic experiment can be addressed in terms of external and internal breakthrough, which also corresponds to the attributes of breakthrough in the action itself within action art.

**Keywords:** Breakthrough moments. Life story. Senior. Action art.

#### Životný príbeh

Životný príbeh je špecifický tým, že umožňuje zhromažďovať informácie o podstatných zmenách a udalostiach v životnom cykle konkrétneho človeka. Podľa Paulička et al. (2000b, s. 1013) je možné vnímať *životný cyklus ako rozmedzie ľudského života od narodenia až po smrť, kde je zaznamenaný sled všetkých podstatných zmien a udalostí*. Lištiaková (2015) tvrdí, že životný príbeh stvára komplexné zobrazenie života človeka.

V príspevku predkladáme charakteristiku životného príbehu, ktorá je doplnená o úryvky zo zápisov so seniormi práve v rámci zaznamenávania zlomov v ich životných príbehov.

*[Obdobie detstva]: Na čo si pamätám v svojom detstve? Babku moju a jej varenie (...) ako by tu bola pri mne, čiperná žienka, mala také drobné ruky, plné lásky, vždy ma s nimi hladila po vlasoch. Chodieval som k nej na prázdniny a ona mi piekla grule a potom dala na ne kus masla. (...) krásna spomienka, veľmi príjemná spomienka, ani neviem, prečo ma napadla ona (smiech), mala ma asi mama, alebo otec? [Kamil, 73 rokov, október 2023]*

Zo zápisu jednotlivých udalostí (na základe verbálneho prejavu človeka) sú zobrazené situácie (momenty), ktoré sa stali a sú súčasťou životnej cesty rozprávača – človeka, o ktorom je zapisovaný životný príbeh. Môže vzniknúť aj autobiografia, ktorú samotný autor doplní aj fotografiami, či iným vizuálnym materiálom pre konkrétnu udalosť. V tomto prípade ide o autorovo písomné podanie vlastného života, príp. niektorých jeho úsekov. Môže mať rôzne formy, ako denník, memoáre, letopis, autobiografický román a pod. (Paulička et al, 2000a, s. 261). Zápis jednotlivých udalostí môže byť zaznamenávaný aj sprostredkované, tzn. zápis realizuje iný človek, ktorý môže, ale aj nemusí byť v príbuzenskom vzťahu s osobou, o ktorej je spisovaný životný príbeh. Podrobne zaznamenaný a následne spracovaný životný príbeh umožňuje človeku plne si uvedomovať život a podrobiť ho reflexii.

*[Obdobie manželstva]: Ja by som vám vedel porozprávať aj o našej svadbe, dátum síce neviem (to som nevedel nikdy, smiech), ale bol to piatok poobede. Farárko išiel v sobotu na púť a ďalší termín bol ďaleko. Chceli sme sa s mojou veľmi zobrať (...) mladí, čiperní, tak prečo nie svadbu (...) nemali sme času na čakanie (žmurkanie jedným okom, a tichý smiech spojený s jemným pokyvovaním hlavy) ... my sme veru nechceli čakať. Ja mám doteraz pierko zo svadby, aj poháre, z ktorých sme si pripíjali s mojou ženušou. Tá už je chuderka nebožká, ale bola dobrá žena, jediná žena môjho života, tá mi toľko poodpúšťala, ani som si nezaslúžil (...) dobrá žena to bola (...) U mňa v živote boli len dobré ženy (...) Pán to tak zariadil a nakoniec som tu zostal sám, aby som sa hádam polepšil, či čo sa odo mňa očakáva? Ani sám neviem (...), veď sa tej mojej Rózky pýtam, že kedy ma pustí k nej a ona mlčí (Kamil si utiera zasľzené oči vreckovkou) .. na dnes už stačí, dobre? [Kamil, 73 rokov, október 2023, autentický prepis]*

Jednotlivé záznamy v rámci životného príbehu sú zapisované na základe spomienok, ktoré môžu do života priniesť určitý poriadok a objasniť mnohé udalosti. Môže to byť užitočné v tom prípade, ak nastane konkrétna zmena, napr. vážne zdravotné ochorenie, trauma, či dlhodobá nepriaznivá životná situácia. Pri spomienkach je zápis myšlienok veľmi prospešný, lebo mnohé udalosti si môže človek spomínať ťažko. Počas zapisovania životného príbehu sa stane, že sa dej zastaví na jednej udalosti, ktorá je pre človeka dôležitá. Sú situácie, kedy nemá záujem práve o tomto sa rozprávať s členmi rodiny. Je to niečo, čo ho môže ťažiť a často sa potrebuje najskôr uistiť, či je to potrebné riešiť, alebo je len precitlivený z rôznych dôvodov. Oboznámenie sa so životným príbehom človeka v seniorskom veku pomáha opatrovateľovi hlbšie pochopiť a identifikovať zdroje a problémy funkčnej kapacity. Ak opatrovateľ alebo pomáhajúci profesionál je oboznámený s dôležitými, ale aj príjemnými udalosťami, ktoré človek v seniorskom veku prežil, môže ich využiť v súčasných situáciách, napr. hudba, ktorá mu bola príjemná v mladosti, môže mu byť príjemná aj v starobe. Habalová & Fábry Lucká (2023) v tejto

súvislosti tvrdia, že práve využitie hudby môže byť prostriedkom provokujúcim rôzne interakcie s okolím.

*[Zdravotné ochorenie!?: Zmätočné správanie Tibora pri platení nákupu nebolo v začiatkoch tak zjavné. Neskôr, svojim atypickým správaním začal byť považovaný za čudáka (platil len papierovými peniazmi, kupoval vždy to isté, nevedel sa rozhodnúť pri pulte, či potrebuje 150 gramov šunky, alebo 500 gramov a pod.). Tibor si uvedomoval, že správanie okolia (pohľady predavačiek, vtipkovanie zo strany ostatných kupujúcich) nie je bežné a snažil sa to bagatelizovať. Vždy svoj nákup zdôvodňoval návštevou vnučiek, rodinnou oslavou či opekačkou. Ale nakupovanie sa stalo tou udalosťou, ktorá u Tibora natoľko rezonovala, že prejavil záujem o nej hovoriť. „Som asi citlivý, alebo už hlúpnem, neviem, ale začínam sa báť, čo bude. Nakupovanie, čo som mal rád, začína byť pre mňa strašiakom.” (...) práve táto situácia (písanie životného príbehu), vebalizovanie obavy sa stala zlomovou k tomu, aby Tibor vyhľadal odbornú lekársku pomoc [Tibor, 78 rokov, august 2023].*

Zväčša sa životný príbeh vytvára prostredníctvom **časovej koherencie**, kde je potrebné rešpektovať časové sekvencie. Ide o sledovanie chronologickej postupnosti konkrétnych udalostí v živote. Rozprávanie môže nastať pri udalostiach, ktoré sú pre seniora z hľadiska výbavnosti nedostupné, alebo ťažko výbavné, napr. aj z dôvodu nepriaznivého zdravotného stavu. Neskôr práve tento životný príbeh môže seniorovi alebo rodine pripomenúť udalosti z jeho života. Senior s demenciou, ktorý sa stal rozprávačom svojho životného príbehu, môže zabúdať na detaily spomienok, ťažšie sa orientovať v časových následnostiach jednotlivých udalostí, alebo si na konkrétnu spomienku nevie spomenúť. Fromholt & Larsen (1991) na základe výskumu v tejto skupine zistili, že chronologické rozloženie spomienok v priebehu života v oboch skupinách ukázalo vrchol v spomínaní v období dospievania a ranej dospelosti, pokles v strednom veku. Do výskumu zapojili 30 dospelých osôb s primárnou degeneratívnou demenciou a 30 kontrolných osôb bez potvrdenia demencie, kde pomocou metódy voľného rozprávania zaznamenávali udalosti z ich života. Vek seniorov sa pohyboval od 71 do 89 rokov. Vo výskume išlo o potvrdenie chronologického vzorca pre zaznamenávanie živých spomienok. V neskoršom veku boli prítomné straty detailov pri vybavovaní spomienok, zhoršenie časovej štruktúry, a to najmä u seniorov s demenciou, išlo o deficit v autobiografickej pamäti.

### **Zber údajov k životnému príbehu**

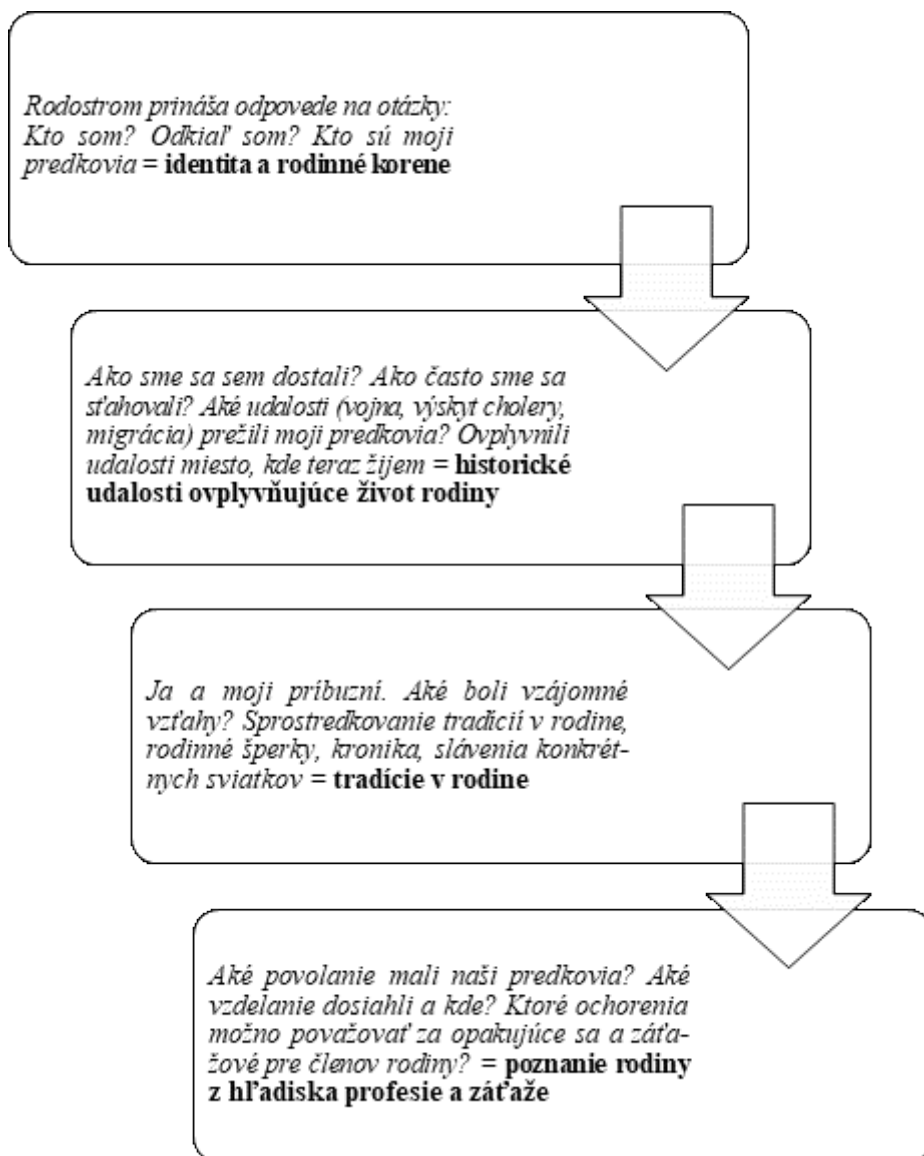
V rámci začiatku zberu údajov o udalostiach je nevyhnutné si uvedomiť, že životný príbeh bude vždy prerozprávaný trochu inak v závislosti od toho, kto ho rozpráva (Lištiaková, 2016). Prvým zdrojov pri zbere údajov sú **osobné**

**rozhovory.** Životný príbeh je dynamickým a realistickým pre toho, kto ho rozpráva, často môžu byť udalosti pozmenené, či korigované zo strany rozprávajúceho. To nie je potrebné považovať za chybu, ani za určitý spôsob konfabulácie. Treba to brať tak, že rozprávajúci predostiera vlastnú interpretáciu reality. White & Murray (2002) tvrdia, že konštrukcia osobnej reality vedie jednotlivca k formovaniu dominantných príbehov, ktoré sa sústreďujú na udalosti s najväčším vplyvom na jeho životnú cestu. Osobné rozhovory zároveň oslobodzujú človeka, umožňujú mu vyrozprávať udalosť, ktorá je práve v rámci životného príbehu určitou sekvenciou, ku ktorej sa rozprávač vracia. Je vnímaná a popisovaná samotným rozprávačom ako zlom, ku ktorému sa rozprávač navracia opakovane. White & Epston (1990) využívajú naratívnu terapiu ako možný náhľad na zrozumiteľnosť udalosti, ktorú rozprávač interpretuje, a práve táto intervencia umožňuje preformulovať popisovanú traumatickú udalosť. Súčasťou zberu údajov k vytváraniu životného príbehu je vytvorenie priestoru pre nahliadnutie do **rodinných archívov** a **kroník**, ktoré obsahujú fotografie rodiny, pohľadnice (zaslané pri rôznej príležitosti – narodeniny, meniny, dovolenky a pod.). Súčasťou zberu dát je možné mať k dispozícii aj **rodostrom** (genealogický strom, pozri. Gómes et al. 2021). Pri životnom príbehu sa rozprávač vždy „dotkne“ aj vzťahov rodiny, či spomína na rodinných príbuzných (napr. ktorí prestali kontaktovať rodinu, alebo sú už zosnulí). Maynes & Waltner (2012) upozorňujú, že v životných príbehoch to nemusia byť len najbližší pokrvní príbuzní<sup>1</sup>, ale môžu to byť aj iní, ktorí sú rodinou považovaní za najbližšiu rodinu (priatelia, susedia či spolupracovníci). Preto aj v rámci životného príbehu sa rodostrom môže stať zaujímavou podporou pri zaznamenávaní životných udalostí životného príbehu.

---

<sup>1</sup> konkrétne matka, otec, súrodenci, starí rodičia, strýkovia/tety a bratrancei/sesternice (Maynes & Waltner, 2012).

Schéma 1: Rodostrom a životný príbeh seniora



Zdroj: vlastné spracovanie

Ďalšou možnosťou zberu informácií sú aj **knižné zdroje**, ak sa predpokladá, že člen rodiny bol verejne činnou osobou alebo vášnivým pisateľom v rozličných oblastiach odvetvia.

## Štruktúra životného príbehu

Napriek tomu, že životný príbeh by mal byť postavený na voľnom rozprávaní, môže byť rozprávanie usmerňované na konkrétne obdobia života. Maliňáková (2022) tvrdí, že životný príbeh je možné ohraničiť otázkami, ktoré nasmerujú rozprávača (participanta) nielen prerozprávať svoj životný príbeh, ale taktiež umožnia v rámci výskumu sýtiť aj konkrétne naratíva. Výskumník vychádza pri ich následnom spracovaní životného príbehu z rozličných stratégií (napr. podľa McAdamsa et al., 2008).

Životný príbeh je možné zaznamenať do časovej osi, kde začiatok je narodenie a koniec je aktuálny čas, kedy sa rozprávame [pre ilustráciu uvádzame použitú časovú os pri vytváraní životného príbehu s Evou, apríl 2021].

Schéma 2: Časová os ako štruktúra životného príbehu



Zdroj: vlastné spracovanie

Popis základných životných etáp býva často prezentovaný cez udalosti a senior popisuje s nimi aj pocity a ich celkové prežívanie. V tomto prerozprávanom životnom príbehu je potrebné určiť si časovú postupnosť

a dopytovaním sýtiť a vkladat' spomienky do konkrétnych vývinových období. V súvislosti s popisom jednotlivých etáp sa môžu zobrazovať špecifické zlomy, ktoré ovplyvnili život toho, o ktorom je životný príbeh.

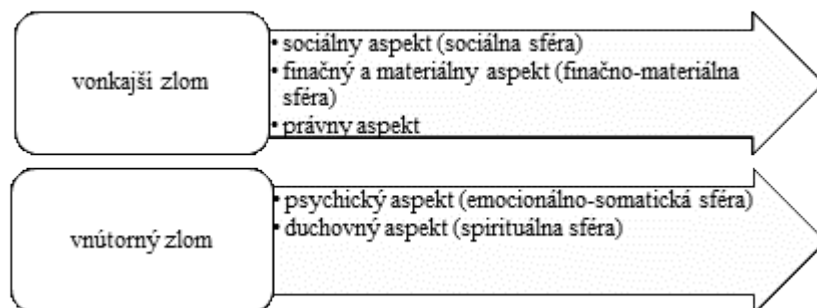
### Zlom v životnom príbehu

Zlom v životnom príbehu je momentom, ktorý zásadne zmení smer alebo povahu života danej osoby. Daný moment môže byť postupný, nenápadný, dramatický, ale následky vždy zanechajú hlbokú stopu v živote človeka.

*[Zlom = rozchod s manželom]: Jedného dňa prišiel manžel domov. Mal dobrú náladu a pýtal sa ma, či máme niečo na večeru. Si pamätám, že som akurát upiekla ryžový nákyp a šošovicovú polievku ... (a viete, že odvtedy tieto jedlá nejedávam, (...)) Bože, veď ani nemôžem! Odvtedy mi zvierá takto žalúdok (ukazuje rukou na oblasť brucha) ... žiaľ, nezabudla som). Povedal, že si dá. Polievku zjedol potichu, nič nevravel, takže som predpokladala, že v práci sa niečo deje. A keď zjedol aj nákyp, tak mi vraví: Evka, našiel som lásku svojho života. Zalúbil som sa! Chcem Ťa poprosiť, aby si sa odsťahovala, lebo s Miluškou čakáme bábätko (...) našiel som Ti aj garzónku. Dokedy sa vieš pobaliť? A ja som vtedy pozerala na neho s otvorenými ústami. Mala som 54 rokov, milovala som Milana a o mesiac sme mali mať výročie (30 rokov manželstva). Pokiaľ som takto sedela, tak sa zdvihol, poďakoval za večeru, potľapkal ma po pleci, poslal vzdušný bozk (hlboký nádych) a odišiel. Počula som buchnúť vchodové dvere ... toto bol ten moment, ktorý ma donútil, že som zobrala telefón a zavolała právníkovi [Eva, 61 rokov, apríl, 2021, autentický prepis].*

Na zlom v životnom príbehu možno nazerať z viacerých uhlov pohľadu. Možno hovoriť o vonkajšom a vnútornom zlome (bližšie schématické spracovanie).

Schéma 3: Rozdelenie zlomu v životnom príbehu



Zdroj: vlastné spracovanie

**Vonkajší zlom** sa zvyčajne spája so sociálnymi vzťahmi s okolím.<sup>2</sup> V prípade, že nastane zlom, napr. odchod partnera, daná zlomová situácia „núti“ človeka k nadväzovaniu a vytváraniu nových vzťahov, aj z toho dôvodu, že zlomom nastáva zmena. Ak ide o vonkajší zlom zasahujúci **sociálnu sféru**, ako napríklad stratu spoločných priateľov, zmenu rodinných väzieb alebo izoláciu, tak zlomová situácia spôsobí, že daný človek inklinuje k hľadaniu nových sociálnych väzieb. Samozrejme, ponecháva si aj sociálne väzby, ktoré ho podporujú, či ponúknu pomoc.

Daná zlomová situácia ovplyvňuje aj **finančnú a materiálnu sféru**. Vzniká potreba zabezpečiť si nové bývanie či prácu a pod.

V rámci **vnútorného zlomu** výraznú rolu zohráva aj **emocionálno-somatická sféra**, ktorá ovplyvňuje celkovo zlomovú situáciu. Je popisovaný v životných príbehoch všetko, čo človek prežíva na emocionálnej úrovni – šok, smútok, hnev, strach, pocit zrady, zmätok, ale aj pocity úľavy. Pri prežívaní zlomovej situácie je ovplyvnené aj fyzické prežívanie, ako napr. problémy so spánkom, strata chuti do jedla alebo naopak prejedanie sa, zvýšený stres so somatickými prejavmi, ako napr. migrény, zvieranie žalúdka a i. Samotný zlom približuje človeka aj **k spirituálnej sfére**. Tento zlom často vedie k hlbšiemu hľadaniu nového zmyslu a možno aj k objavovaniu nových duchovných alebo filozofických pohľadov na život. Je to spojené so stratou a zmenou vo viere alebo hodnotách, ktorých sa človek doteraz pridržiaval. V tomto hľadaní seba samého je zvyčajne zahrnutá aj otázka spravodlivosti, zmyslu života, viera v spravodlivosť, dobrotu a lásku.

*[Zlom = rozchod s manželom]: ... toto bolo ťažké obdobie. Schudla som, začala som mať problémy s padaním vlasov, kedykoľvek som odpadla (...). Priatelia odišli a celkovo som sa izolovala. Deti, dcéra aj syn, sa odo mňa otočili, lebo otec mal peniaze, a ja som zostala ako chudobná kostolná myš. (...) ale na to všetko som sa ja neodťahovala z toho domu (...) prestala som chlapom veriť a zostala som sama. Na staré kolená som si urobila právo a teraz pomáham takým, ako som bola ja. A viete prečo? Lebo nájsť si právniku, ktorý vás neošklbe o všetko, je vzácnosť, hlavne teraz. Odchod manžela mi otvoril dvere iného pracovného uplatnenia. A takto po rokoch môžem povedať, že Bože, vďaka za to, že to skončilo takto (...) počula som veľa o ňom, a teraz keď má 70 rokov ešte stále hľadá lásku života ... (neviem, či je to ten zlom, čo hľadáte, ale táto kapitola v živote bola pre mňa veľmi ťažkou, až tak ťažkou, že teraz o tom vravím s iným človekom hádam prvýkrát. Niečo som stratila, ale otvorili sa mi dvere, o ktorých som ani nevedela [Eva, 61 rokov, apríl, 2021, autentický prepis].*

<sup>2</sup> V tomto prípade to môže byť rozchod s partnerom, či zmena zamestnania, alebo ťažké zdravotné ochorenie s rôznou prognózou.



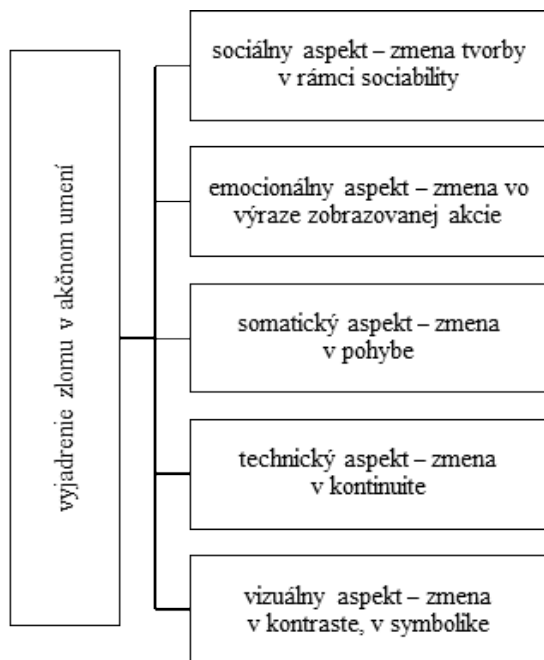
Pochopenie zlomu cez životné príbehy môže otvoriť pohľad na celkové vnímanie zlomovej situácie z pohľadu človeka, ktorý to prežil, a aké dôsledky to na neho malo.

### Zlom v akčnom umení

Prekonanie životnej situácie, ktorá je identifikovaná ako zlomová, je možné pomôcť aj využitím akčného umenia. Je niekoľko spôsobov, ktoré pri použití rôzneho média a kontextu sú reálne použiteľné pri práci so seniorom (Kováčová et al., 2023). Mnohí seniori vyrozprávajú svoj životný príbeh, v ktorom popíšu zlomy, bariéry, či zmeny, ale menšia skupina je aj takých, ktorí pristúpia k tomu, aby využili možnosť katarzie a vyjadrili sa prostredníctvom média (Valachová, 2021; Bergerová, 2022, Biarincová, 2023). Takéto akcie môžu byť naplánované v zmysle prostredia, v ktorom existujú, alebo sú spontánnymi, kedy stačí okamih ponuky a prebieha akcia, ktorou senior zobrazí zlom vo svojom živote.

Ak využijeme vybrané aspekty, ktorými sme vonkajší a vnútorný zlom charakterizovali, tak je možné (a aj reálne) načrtnúť možnosti zobrazenia zlomu v akcii, v samotnom akčnom umení s načrtnutím ilustratívneho zlomu v akcii (schématické spracovanie).

Schéma 4: Aspekty zlomu v akčnom umení



Zdroj: vlastné spracovanie

**Sociálny aspekt** – vstúpiť do akcie aktéra a doplniť vnímanie zlomu v rámci svojho prežívania. Vytvoriť tak zobrazenie zlomu z pohľadu dvoch životov, z pohľadu dvoch prežívaní, z pohľadu tvorby v páre.

**Emocionálny aspekt** – dosiahnutie zmeny vo výraze zobrazovanej akcie. Ide o prechod z jedného emocionálneho prežívania do druhého. K tomu sú nápomocné farby, symboly, či zmena dominancie motívu. Môže ísť o zmenu (zlom) z radosti do smútku; z hnevu do zmierenia; z depresie do manického stavu.

**Somatický aspekt** – dosiahnutie zmeny zastavením sa v pohybe, akoby ustrnutie v pohybovom prejave (v tanci, v chôdzi, celkovo v performancii). Prerúšením očakávanej plynulosti akcie vznikne moment s nábojom dramatickosti. Môže ísť o zmenu (zlom) z rýchleho na pomalé pohyby, z malého priestoru do priestoru, ktorý človeka často presahuje.

**Technický aspekt** – dosiahnutie zmeny s použitím techniky a stratégií v prerušení kontinuity. Môže to byť zmena použitím glitch efektov alebo náhlým prerušovaním animácií.

Napriek tomu, že v charakteristike zlomu nebol zadefinovaný aspekt vizuality<sup>3</sup>, je vhodné ho zadefinovať, lebo sa jednoznačne spája s akčným umením.

**Vizuálny aspekt** – dosiahnutie zmeny s použitím výrazných kontrastov, symbolov, či zmeny v zobrazení. Môže to byť zmena v zobrazení fragmentu ako symbolu nestálosti, v zobrazení kontrastu medzi obrazom výtvarne spracovaným a obrazom, ktorý „nadväzuje“, a zároveň je výrazným kontrastom voči pôvodnému.

## **Záver**

Využitie zlomu v akčnom príbehu je zaujímavým náhľadom na možnú katarziu okamihov v životných príbehoch. V tomto prežívaní je akcia a zároveň sloboda vo vyjadrení sa. Treba prekonať bariéry typu prvotného odmietnutia, hanby, životného zmyslu a vtedy samotný aktér nie je ohraničený ničím a jeho vnútorné prežívanie môže nadobudnúť aj hmotnú podobu.

Pri práci so seniormi je nevyhnutné, aby odborníci (špeciálni a liečební pedagógovia, terapeuti a iní pomáhajúci profesionáli, Magová, 2022) túto kreatívnu možnosť katarzie implementovali do celostnej podpory ich kvality života. Senior v tomto období už bilancuje život, ktorý prežil, a je presvedčený, že získal nadhľad nad ním. Samotná bilancia mu otvára priestor, pre akoby nachádzanie a vyrovnanie sa s tým, čo životných príbehoch je označované za zlom, zlomovú udalosť. A práve akčné umenie má priestor a možnosti vyjadrenia sa v akcii a otvára človeku v seniorskom veku cestu k vyrovnaníu sa, k nadobudnutiu homeostázy v prežívaní.

---

<sup>3</sup> lebo zmena vo výzore človeka, ktorý prešiel zlomovou situáciou je možná a zároveň súvisí so somatickým aspektom (poznámka b.k.).

## Bibliografia

- BERGEROVÁ, X. Kreativita v kontextoch. In: *CREA-AE 2022*. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, 2022, s. 10-16. ISBN 978-80-223-5505-6.
- BIARINCOVÁ, P. Médium telo v action art. In: *Homeostáza v akčnom umení v kreovanej tvorby človeka*. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, 2023, s. 44-54. ISBN 978-80-223-5701-2.
- GOMES, C., PALOMO-DÍEZ, S., LÓPEZ-PARRA, A. M., ARROYO-PARDO, E. Genealogy: The Tree Where History Meets Genetics. In: *Genealogy*, 2021, 5 (4), 98. <https://doi.org/10.3390/genealogy5040098>
- FROMHOLT, P., LARSEN, S. F. Autobiographical memory in normal aging and primary degenerative dementia (dementia of Alzheimer type). In: *Journal of Gerontology*, 1991, 46 (3), 85-91. <https://doi.org/10.1093/geronj/46.3.P85>
- HABALOVÁ, M., FÁBRY LUCKÁ, Z. Muzikoterapia v neurorehabilitácii so zameraním na neuromotorické funkcie. In: *Expresivita v (art)terapii IV*. Ružomberok: VERBUM – vydavateľstvo KU, 2023. ISBN 978-80-561-1028-7.
- KOVÁČOVÁ, B. Ex abrupto: Zlom v živote človeka v akčnom umení. In: *Disputationes Scientifical Universitatis Catholicae in Ružomberok*, 2024, 24 (2), 27-34. <https://doi.org/10.54937/dspt.2024.24.2.27-34>
- KOVÁČOVÁ, B. Životné príbehy seniorov – prezentácia krízových momentov v životnom príbehu. Nepochikovaný materiál, 2023.
- KOVÁČOVÁ, B., MAGOVÁ, M., VALACHOVÁ, D. Akčné stretnutia mladých dospelých v umelecky orientovanom priestore. In: *Podpora osôb so zdravotným znevýhodnením v poradenskom systéme*. 1. vyd. Ružomberok: VERBUM – vydavateľstvo KU, 2023, s. 123-131. ISBN 978-80-561-1060-7.
- LIŠŤIAKOVÁ, I. Príbeh ako terapeutický nástroj v práci s adolescentmi so znevýhodnením. In: *Vedecké práce KSSaP 2016 / Researchs papers DSS and C 2016*. Trnava: Univerzita sv. Cyrila a Metoda, 2016, s. 182-190. ISBN 978-80-8105-802-8.
- MAGOVÁ, M. Kompetencie špeciálneho pedagóga vo výchovno-vzdelávacom procese. In: *Studia Scientifica Facultatis Paedagogicae Universitas Catholica Ružomberok*, 2022, 21 (3), 59-67. <https://doi.org/10.54937/ssf.2022.21.3.59-67>
- MALIŇÁKOVÁ, P. Naratívne identity v životných príbehoch učiteľov primárneho stupňa vzdelávania v procese inklúzie. In: *Studia Scientifica Facultatis Paedagogicae Universitas Catholica Ružomberok*, 2022, 21 (3), 109-115. <https://doi.org/10.54937/ssf.2022.21.3.109-115>
- MAYNES, M. J., WALTNER, A. *The Family: A World History*. New York: Oxford University Press, 2012. ISBN 0195338146.

- McADAMS, D. P., ALBAUGH, M., FARBER, E., DANIELS, J., LOGAN, R. L., OLSON, B. 2008. Family metaphors and moral intuitions: How conservatives and liberals narrate their lives. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, 2008, 95 (4), 978-990.  
<https://doi.org/10.1037/a0012650>
- PAULIČKA, I. et al. *Všeobecný encyklopedický slovník (A – F)*. Praha: Ottovo nakladatelství – Cesty, 2002a, s. 1039. ISBN 80-7181-618-3.
- PAULIČKA, I. et al. *Všeobecný encyklopedický slovník (S – Ž)*. Praha: Ottovo nakladatelství – Cesty, 2002b, s. 1064. ISBN 80-7181-618-3.
- VALACHOVÁ, D. Kreativita, emocionalita, expresia – fenomény v zážitkovom učení. In: *Hranice neformálneho vzdelávania*. 1. vyd. Banská Bystrica: MALENA, občianske združenie, 2021. ISBN 978-80-570-3097-3.
- WHITE, M., EPSTON, D. 1990. Narrative means to therapeutic ends. *A Norton professional book*. Norton, 1990. 229 p. ISBN 978-80393700985.
- WHITE, V. E., MURRAY, M. A. 2002. Passing notes: The use of therapeutic letter writing in counseling adolescents. In: *Journal of Mental Health Counseling*, 2002, 24 (2), 166-176.

*Príspevok je výstupom z projektu KEGA č. 001KU-4/2023 Stelesnená skúsenosť s využitím art action II. – proti stagnácii v dospelosti a seniorskom veku (hlavný riešiteľ: doc. PaedDr. Barbora Kováčová, PhD.).*

**Doc. PaedDr. Barbora Kováčová, PhD.**

Katedra špeciálnej pedagogiky

Katolícka univerzita v Ružomberku, Pedagogická fakulta

Hrabovská cesta 1, 034 01 Ružomberok

*barbora.kovacova@ku.sk*