

Čustva in terapevtsko branje

DOI: 10.4312/Obdobja.44.449-455

Igor Žunkovič, Filozofska fakulteta, Univerza v Ljubljani, Ljubljana; igor.zunkovic@ff.uni-lj.si

Prva evropska biblioterapevtska konferenca v Budimpešti (2024) je poudarila pomembno vlogo literarne vede pri razvoju biblioterapije. Biblioterapija se deli na klinično in razvojno, nekateri raziskovalci pa razvijajo t. i. literarno biblioterapijo, pri čemer slednja temelji na branju literarne fikcije z namenom osebnostne preobrazbe. Branje literarnih besedil spodbuja kognitivno in afektivno empatijo prek simulacije socialnih situacij. V prispevku je poudarjena kompleksnost nevrokognitivnih procesov branja in vloga čustev v literarni interpretaciji. Na primeru Cankarjeve črtice *Mladost* je prikazano, kako analiza čustvenih konceptualnih metafor omogoča globlje terapevtsko in interpretativno razumevanje literarnega besedila.

literarna biblioterapija, kognicija, čustva, simulacijska teorija, interpretacija

The first European Bibliotherapy Conference in Budapest (2024) emphasized the significant role of literary studies in the development of bibliotherapy. Bibliotherapy is generally divided into clinical and developmental types; some researchers also advance the concept of literary bibliotherapy, which is based on reading literary fiction with the aim of personal transformation. Reading literary texts fosters both cognitive and affective empathy through the simulation of social situations. This article highlights the complexity of the neurocognitive processes involved in reading and the role of emotions in literary interpretation. Using Cankar's short story »Mladost« (Youth) as an example, it demonstrates how the analysis of emotional conceptual metaphors makes possible a deeper therapeutic and interpretive understanding of the literary text.

literary bibliotherapy, cognition, emotions, simulation theory, interpretation

Četrtega in petega oktobra 2024 je v Budimpešti potekala prva evropska biblioterapevtska konferenca, ki je dobro pokazala stanje na področju biblioterapije, pri čemer lahko izpostavim dvoje: da obstaja v Evropi velik interes za biblioterapijo in da ima literarna veda znotraj tega sicer interdisciplinarnega (raziskovalnega?) področja vodilno vlogo. Med nastopajočimi je namreč mogoče odkriti mnoge komparativiste in literarne teoretike iz vse Evrope, recimo vodjo konference Judit Beres (Univerza v Pecu, Univerza v Veroni), Eevastiine Kinnunen (Univerza v Turkuju), Davorja Piskača (Univerza v Zagrebu), Torstena Petterssona (Univerza v Uppsali), Penelope Kolovou (Univerza v Bielefeldu), Thora Magnusa Tangeråsa (Univerzitetni kolidž Kristiania) do danskega literarnega zgodovinarja in teoretika Jürgena Pietersa (Univerza v Gentu) in drugih.¹ Ob skandinavskih državah je predvsem v srednjeevropskem kulturnem

1 Vsi podatki o konferenci, udeležencih in partnerjih konference so dostopni na konferenčni spletni strani <https://poetrytherapy.eu/>.



prostoru biblioterapija doma na oddelkih za svetovno književnost in oddelkih za primerjalno književnost ter delno tudi kulturnih študijah. Temeljno vprašanje, ki se ob tem zastavlja, je, zakaj je biblioterapija za različne literarnovedne strokovnjake tako pomembna metoda branja literarnih besedil, da tvorijo avantgardo njene promocije in raziskovanja. To vprašanje je seveda zastavljeno tendenciozno in vsaj deloma tudi retorično, saj je literarna veda že v 20. stoletju raziskovala literarno recepcijo in pri tem prispela do pomembnih dognanj. Najbrž ni naključje, da je literarna veda prav v srednje-evropskem kulturnem prostoru tako pomembno vpeta v raziskovanje biblioterapije, če pomislimo na recepcijsko estetiko, ki je nastala v tem kulturnem območju in formirala zgodnja razmišljanja o vlogi literature v biblioterapiji. Toda empirično znanstveno raziskovanje pragmatičnih učinkov branja literature se je pričelo šele pred nedavnim v obliki druge generacije kognitivne literarne vede, ki se v veliki meri naslanja na sodobno nevroznanost in nevrometrične metode funkcionalnega raziskovanja človeške kognicije.

Biblioterapija pomeni uporabo literature v terapevtske namene, izvajajo jo certificirani terapevti in psihiatri, vendar večina strokovnjakov sledi prepričanju Johna Pardecka, ki je v devetdesetih letih prejšnjega stoletja populariziral biblioterapijo pri otrocih, da lahko biblioterapijo poleg strokovnjakov terapevtov in psihiatrov uporabljajo še starši, učitelji, knjižničarji in drugi, ki želijo z njeno pomočjo lajšati posamezne duševne stiske in težave otrok ali odraslih oseb in starostnikov (Heath idr. 2005: 564). A zdi se, da vendarle obstaja razlika med početjem psihiatrov in kliničnih psihologov v kliničnem okolju ter tem, kako literaturo uporabljajo drugi. Strokovnjaki zato poudarjajo razliko med biblioterapijo kot klinično prakso ter biblioterapijo kot svetovanjem, ki je namenjeno pomoči pri lažjih problemih in dilemah odrasčanja, medosebnih odnosov, osebnostni rasti in razvoju ter kot preventivo v procesu zagotavljanja duševnega zdravja² (Zabukovec 2017: 25–26). Četudi biblioterapijo razumemo bodisi kot klinično terapijo bodisi kot svetovanje (razvojna biblioterapija), ostaja uporaba literature v obeh pristopih zelo podobna, temeljna razlika med obema vrstama biblioterapije pa se tiče potrebe po višji stopnji predvidljivosti in nadzoru literarnih besedil v kliničnem okolju, zato se tam običajno uporabljajo prirejene ali posebej za terapijo napisane zgodbe.

Globlje posledice za razlikovanje pomena literature v biblioterapiji ima razlikovanje med biblioterapijo in literarno biblioterapijo, ki ga argumentirano opišeta Davor Piskač in Manca Marinčič (2024). Medtem ko pojem biblioterapija zaobjema vsakršno terapevtsko rabo branja in celo terapevtskega ustvarjanja, vključno z branjem priročnikov za samopomoč in za terapevtske namene napisanih didaktičnih zgodb, literarna biblioterapija pomeni specifičen način ali metodo branja literarne fikcije, katere cilj je vnašanje sprememb v doživljanje/življenje udeleženecv.

Učinkovanje terapevtskega branja je teoretično utemeljeno, upoštevajoč raziskave torontske psihološke šole na prelomu tisočletja, posebej Keitha Oatleyja, Raymonda Mara, Maje Djikić in drugih. Njihove sicer psihološko motivirane raziskave branja

2 Najpomembnejša pragmatična razlika med obema je, da klinično terapijo vodi terapevt, razvojne pa ne.

literature utemeljujejo t. i. simulacijsko teorijo, v skladu s katero je branje literarne fikcije pravzaprav na dvoje načinov simulacija. Najprej sama literatura »simulira socialno življenje« – predvsem Oatley (1999) izpostavlja, da je pomen literature pravzaprav v tem, da simulira intersubjektivne odnose različnih vrst ter s tem pripravlja bralce na situacije v resničnem življenju. Toda še pomembneje je, drugič, da gre za simulacije družbenega življenja tudi na kognitivni ravni – da torej odnose, ki jih vzpostavljajo literarni svetovi, izvajamo tudi na miselni in čustveni ravni. Zato predvidevajo in z empiričnimi raziskavami dokazujejo, da branje literature bralce zares spremeni tudi na osebnotni ravni, in sicer predvsem kratkoročno, medtem ko kasnejše raziskave kažejo, da so vplivi tudi dolgoročni.

Menim, da je danes nevrokognitivni model branja že tako dodelan, da je mogoče jasno ugotoviti, kako se ti zapleteni in široko porazdeljeni miselni, čustveni, spominski, motorični in drugi procesi, vključeni v branje, zares dogajajo, ko beremo literarno fikcijo. Vsi ti procesi delujejo nesinhrono in s povratnimi zvezami v obdobju med pričetkom branja in zavedanjem tega, kar smo prebrali. To se nam seveda zdi hipno, a gre za občutek, ki precej vara. Od trenutka, ko svetloba pade na rumeno pego do trenutka, ko se zavemo, kaj je pomen prebranega, mine najmanj pol sekunde. In četudi je to s fenomenološkega gledišča res hip, je z nevrobiološkega dolgo časovno obdobje, v katerem se odvije kopica duševnih procesov – če pomislimo, da posamezni nevron za svojo aktivacijo potrebuje dve milisekundi. Obenem pa široka porazdeljenost možganskih aktivacij med branjem pomeni, da so kognitivne simulacije, o katerih govorijo Oatley in kolegi, dejansko ugnezdene v miselnih, motoričnih in predvsem čustvenih procesih, ki tvorijo branje (prim. Oatley, Mar 2008: 175). To povzroča ne le raznolikost možnih branj glede na duševne dispozicije bralca in konkretni trenutek/prostor branja, ampak tudi raznolikost vplivov, ki jih ima literarno branje na bralčevo duševnost. Zato je s kognitivnega vidika Virkova (2018: 55–57) kritika optimističnega pogleda na vlogo literature v družbi, kakor jo zagovarja npr. Martha Nussbaum, povsem upravičena. Tako kot lahko branje spodbuja odnose, doživljanja in vrednote, ki jih v posamezni zgodovinski dobi pojmujejo kot pozitivne, lahko tudi tiste, ki se nam zdijo prav obratne. A kognitivni pogled na branje nam razkrije tudi, da branja nikdar ne moremo povsem ukalupiti v vnaprej predvidene okvirje. Kompleksnost aktivacij, njihova široka porazdeljenost, nesinhronost in povratnost – vse v odvisnosti od konkretnih okoliščin branja in osebnotnih značilnosti ter počutja bralca – pomenijo torišče vsakršnih čustev in občutkov, idej in predstav. In če literarna besedila res simulirajo človeško socialno življenje, kar pomeni predvsem empatično zmožnost in teorijo uma, so to kognitivna področja, ki jih literatura tudi najprej nagovarja in spreminja. Ob tem ne velja zanemariti temeljne postavke kognitivne terapije, da »postane obdelava informacij, ko doživljamo čustveno nelagodje, popačena« (Piskac 2024: 226).

Če lahko branje spremeni osebnotne značilnosti posameznika, se zdi smotrno sklepati, da je mogoče z branjem ustreznih besedil te vplive usmerjati tako, da pomagamo ljudem s točno določenimi duševnimi težavami, recimo s tesnobo ob izgubi, osamljenostjo, depresijo, negativno samopodobo in drugimi. Zaradi opisane kompleksnosti vsake

bralne situacije mora imeti biblioterapija natančno opredeljen terapevtski postopek in tudi natančno opredeljen postopek branja.

Prvega tvorijo posamezne faze biblioterapije od izbire in priprave besedila, vzbujanja zanimanja, imerzije in identifikacije, katarze, univerzalizacije do vnašanja sprememb v vsakdanje življenje (Heath idr. 2005: 567–568). V središču tega procesa je privzemanje perspektiv protagonistov ali drugih literarnih oseb (imerzija, identifikacija, katarza), k čemur pripomoreta narativnost in fikcijskost besedila. Bralec skozi te procese na kognitivni ravni podoživlja specifično socialno situacijo – npr. žalovanje ob izgubi, tesnobo ob ločitvi, nemirnost zaradi socialnih pritiskov itn. –, nato pa prepozna njeno univerzalnost in alternativne načine odzivanja nanjo, ki jih lahko vnese v svoje življenje, če/ko je sam soočen s podobnim problemom. Po eni strani gre torej za miselni proces – kognitivna empatija in teorija uma –, pri katerem bralec prepozna podobnost med lastnim položajem in položajem literarne osebe. Toda to je nekaj, kar je enako ali morda še bolj jasno omogočeno tudi prek branja priročnikov za samopomoč in drugih neliterarnih in nefikcijskih besedil. Dodana terapevtska vrednost literarne biblioterapije leži v doživljanju čustev – afektivna empatija –, ki na kognitivni ravni poteka sočasno z jezikovnim procesiranjem v najširšem smislu (semantični, sintaktični, motorični, avditivni procesi), zaradi česar zmeraj sooblikuje tisto, kar na fenomenološki ravni razumemo kot pomen besedila.³

Izziv, ki ga literarna biblioterapija postavlja literarni vedi, je zato povezan z iskanjem čustvene vrednosti besed, fraz in stavkov, pa tudi odstavkov in daljših besedil. Biblioterapija namreč odstira čustva in občutke, ki jih prinašajo socialne situacije: dejanja in odločitve ljudi ter njihov vpliv na druge, čustva, ki jih gojimo do drugih in vodijo naša racionalna ali neracionalna prepričanja in ravnanja. A obenem razlikuje narativna čustva od čustev, ki jih do narativne situacije vzpostavi bralec. Slednja so lahko podobna narativnim čustvom – empatično doživljanje –, lahko pa se tičejo samega načina oblikovanja zgodbe – estetska čustva. Za literarno interpretacijo so najbrž pomembnejša prva, za vrednotenje pa morda razmerje med obema vrstama čustev, medtem ko je z vidika literarne biblioterapije seveda v ospredju bralec in njegovo čustvovanje ter razmišljanje. A težava nastane, ko se zavemo, da je tudi pripisovanje narativnih čustev v resnici postopek, ki je v veliki meri odvisen od bralca, ne le besedila. Ali ni potem verjetno, da bo bralec v besedilu na čustveni ravni zmeraj našel predvsem tisto, kar bo vanj sam prinesel?

Davor Piskač je zato iznašel specifično metodo branja literarnih besedil, ki je usmerjena v detekcijo čustvenih ozadij konceptualnih metafor – temu reče čustvene konceptualne metafore.⁴ Celoten postopek imenuje cikel MED (proces so-vplivanja misli,

3 Razlikovanje, ki ga je v literarni teoriji mogoče jasno povezati z modeloma avtorja in bralca pri Umberto Ecu (1999), ki ju razvije v *Šestih sprehodih skozi pripovedne gozdove*. Piskač in Marinčič (2004) razlikovanje med načinoma, na katera lahko model bralca raziskuje Ecov fiktivni gozd, izpeljeta v dva načina interpretiranja literature: kognitivnega ali miselnega ter afektivnega ali čustvenega.

4 Piskač teorijo razvije v knjigi *O umetnosti i životu* (2018), podrobneje pa jo predstavi v knjigi *Čustveno življenje metafor* (2024), ki jo je izdal skupaj z Manco Marinčič.

emocij in dejanj) in temelji na predpostavki, izpeljani iz razlikovanja med modeloma bralca (in avtorja) Umberta Eca (1999), in pojmovanju jezika kot posrednika med različnimi sistemi, kakor ga razvija sistemska teorija. Bistvo cikla je povezovanje miselnih in čustvenih vidikov sporočilnosti besedila. Čeprav je z biblioterapevtskega vidika pomembna že prva predpostavka kognitivne teorije, da je na čustvovanje in sploh duševno stanje osebe mogoče vplivati prek spremembe njenih misli – kar pojasnjuje Piskačevo zavezanost pragmatični vrednosti literarnega branja –, je za literarno vedo najbrž pomembnejša druga kognitivno-terapevtska predpostavka, da so posebno čustveno nabiti in ključni dogodki v zgodbi podani tako, da je razumevanje informacij na miselni ravni popačeno (Piskač, Marinčič 2024: 226). To se v literarnih besedilih pokaže pravzaprav jasneje kot med kognitivno terapijo, kjer je treba upoštevati še gestikulacije in druge neverbalne načine komunikacije, in sicer kot razlika med pomensko in čustveno ravno analize. Ta razlika lahko pomeni povezovanje različnih čustev z istim pomenom konceptov (konceptualnih metafor) ali pa povezovanje določenega čustva s konceptom, ki mu nikakor ne ustreza. Če smo osredotočeni zgolj na literarno besedilo v procesu biblioterapevtskega branja, se zato za ključno pomensko vozlišče izkaže analiza čustvenega ozadja besedila oz. razmerja med čustvenim ozadjem in miselnim sporočilom. V tem procesu in njegovi teoretični utemeljitvi je tudi specifična vrednost literarne biblioterapije v kontekstu literarne interpretacije kot procesa osmišljanja literarnega besedila.

Pragmatizem terapevtskega dela izvajalcu in tudi udeležencem biblioterapevtske delavnice kot bralcem nalaga potrebo po izpolnjevanju »praznih mest« v razumevanju misli in čustev literarnih oseb, ki jih nikdar ni mogoče določiti povsem objektivno, zanesljivo in nedvoumno. Bralci jih opredeljujemo vsekakor delno tudi na podlagi lastnega odnosa do situacije, v kateri najdemo literarno osebo, sicer pa naj bi opredeljitve sledile besedilnim znakom, ki jih usmerjajo. Povnanjenje tega osebnega odnosa je jedro biblioterapije, v kateri gre za postopno pot ozaveščanja bralca/udeleženca o čustvenem ozadju socialnih situacij, odločitev in ravnanj. Moja hipoteza je, da ima tovrstno povnanjenje – lahko bi rekli tudi objektivizacija – za literarno branje nasploh določeno korist: bralcu omogoča ozavestiti morebitno razliko med miselno in čustveno dimenzijo tvorjenja pomena, tako izluščiti ključna mesta v duševnem razvoju literarnih oseb, predvsem pa vzpostaviti zavestno distanco med čustvovanjem literarne osebe in lastnim čustvovanjem kot odzivom na obe interpretativni komponenti, miselno in čustveno, kar bi moralo voditi k bolj poglobljenemu branju in ustrežnejšemu vrednotenju literarnega besedila.⁵

Poglejmo primer iz Cankarja, njegovo črtico *Mladost*. Avtorski pripovedovalec sedi na verandi hiše na Rožniku in gleda proti cerkvi Svete trojice na Vrhniki.

»Grenko mi je bilo pri srcu — kakor da bi gledal v obraz človeku, ki mi je bil nekdaj

5 Ta postopek je soroden kogmotivnemu pristopu k interpretiranju, ki ga kot sodobno različico literarne interpretacije predlaga Alojzija Zupan Sosič. Prim. z Zupan Sosič (2022: 123), ki prav tako upošteva afektivno in miselno plat interpretiranja ob sočasni zavesti o položaju bralca/interpreta, tukaj tudi udeleženca v biblioterapiji.

ljub in drag in ki mi je zdaj čisto tuj. Vsa dolina, prav do vrhniških hribov, se mi je zdela kakor rakev. Tam spi človek, ki se nikoli več ne bo vzdramil. Zatisnjene so oči, ali trepalnice so tako tenke, da gleda skoznje. Očitajoč je njegov pogled.» (Cankar 1911) Kar vidi, je njegova lastna mladost. Odnos do nje opišejo naslednji koncepti: *grenkoba v srcu*, *rakev oz. krsta* in *gledanje skozi zaprte oči*. Na pomenski ravni kažejo neizpolnjene mladostne upe, da je preteklo življenje nedosegljivo in da se vendarle ocenjuje z vidika preteklih želja. Na čustveni ravni pa je mogoče sklepati na obžalovanje, žalost, občutek brezizhodnosti in jezo, pa tudi sram.

Nato pripovedovalec zagleda lepo oblečenega moškega, ki se mu bliža. Opiše ga kot popolno nasprotje sebe, slednji pa ga pozdravi kot mladostni prijatelj, prepozna pripovedovalčeva čustva in mu pove zgodbo o tem, kako je tudi sam pred časom stal na vrhu hriba in gledal rodne kraje. Takole pravi Cankarjev obiskovalec, ko vidi njegov mrki pogled: »Ko sem prišel, si gledal zamaknjen tja dol na vrhniško stran in tako bled si bil, da sem se prestrašil. V tistem samem trenutku sem bral vse tvoje misli, kakor da si jih bil na papir zapisal [...] Rekel si v svojem srcu: tam se je začel križev pot — čemu, kakšen je sad in konec? [...] Stopil sem predte, spoznal si me in v tistem hipu si me sovražil kakor še nikogar v življenju.« (Cankar 1911) Temeljni koncept je spomin, ki pomeni spominjanje mladosti, del katere je tudi prihajajoči neznanec. Toda medtem ko s pomenom koncepta na čustveni ravni povežemo otožnost, je mogoče z istim konceptom povezati tudi sovraštvo do tega mladostnega znanca. Bralcem je tako predočeno dvoje čustev, povezanih z istim konceptom. Ta razlika podpira idejo, ki se razkriva bralcu, ne pa še nujno tudi pripovedovalcu, da obstaja več pogledov na isto stvarnost, odločitev o izbiri med njimi pa je prepuščena subjektu spominjanja.

»Vprašalo me je z belih gora, od gorenjskih strani: Kod si hodil? Kje je pot, ki so jo žareč in koprneč gledale tvoje mlade oči? — Jaz pa sem gledal naravnost in sem naravnost odgovarjal: Po tistih klancih se plazi jetičen asket s trepetajočimi koleno, usahlimi lici in udrtimi očmi. Jaz sem ubil svojo mladost, on pa je ubil svoje življenje!« (Cankar 1911) To je situacija, analogna prvi: koncepte *spraševanje o prehojeni poti*, *bolna mladost*, *ubiti mladost ali ubiti življenje*, ki pomenijo vsebino refleksije dosedanjega življenja, mladostne napake (ideale?) in odločitev, ki bodisi zavrne bodisi potrdi te mladostne predstave. Na čustveni ravni lahko sklepamo na z refleksijo preteklosti povezano obžalovanje, ki pa ga ne spremljata žalost in jeza, temveč občutek moči, zmagošlavja. Znanec mu svetuje, naj dvigne glavo, pozabi na mladostne upe in se posveti življenju tukaj in zdaj, ki je seveda povezano z materialnimi dobrinami in telesnim ugodjem: »Kateri so tvoji sodniki? Zdrava kri, rdeča lica in jasne oči!« (Cankar 1911) Koncept sodstva, sistema ali institucije presojanja je v tej črtici ključen. V tem primeru pomeni naturalističen, materialističen pogled na življenje, ki ga spremljata čustveni vitalizem in optimizem – torej veselje, pričakovanje, upanje – ne pa hrepenenje ...

Zaključek črtice je pričakovano refleksiven: »Takrat se je zgenilo v rakvi, vzdramil se je človek, ki je dolgo, dolgo spal. Počasi so se vzdignile trepalnice, pogledale so mi v lice jasne oči, polne trdnega zaupanja; in ustnice so se nasmehnile. Kje bridkost? Tako sladko mi je bilo pri srcu, kakor nikoli poprej.« (Cankar 1911) Vitalistični optimizem

prišleka je torej prešel tudi na avtorskega pripovedovalca in ga navdal z novo močjo – temeljni koncept tega sklepnega dela je moč, morda celo volja do življenja. Z njo pa so na čustveni ravni povezana pozitivna čustva, predvsem sreča in veselje – smeh na ustih in toplina v srcu.

Toda, ali avtorski pripovedovalec ostane pri tem optimističnem pogledu na življenje? Biblioterapevtsko branje, ki se osredotoča na čustveno strukturo besedila, kaže, da ne. S tega vidika je ključno mesto dvoma, mesto čustvene nejasnosti, v kateri živi pripovedovalec/protagonist, ki kaže soobstoj dveh pogledov na življenje. Toda oboje lahko presoja šele bralec, ki upošteva, da pripovedovalec pripoveduje o svoji preteklosti – v ospredje stopi pripovedovanje samo, ki ga črtica povezuje z negativnimi čustvi: pripovedovanje proti življenju: »Jaz živim v življenju, ti živiš na papirju« (Cankar 1911). Četudi se zgodba konča optimistično, pomen celotnega besedila ni takšen. Upoštevajoč čustveno strukturo besedila in pripovedno tehniko ugotavljam, da je Cankar vendarle izbral pripovedovanje. Zato je čustveni/terapevtski učinek besedila pravzaprav premislek o smotnosti refleksije, ki ozavešča čustva, in sicer kot njena absolutna afirmacija: črtica nazadnje deluje kot pesniška terapija avtorja samega, ki v svoji izbiri prepozna pomen in smisel.

Prispevek je nastal v okviru raziskovalnega programa št. P6-0265 (Medkulturne literarnovedne študije), ki ga financira ARIS.

Literatura

- CANKAR, Ivan, 1911: Mladost. *Slovenski narod* XLIV/247 (26. 10. 1911). 1. dLib.
- ECO, Umberto, 1999: *Šest sprehodov skozi pripovedne gozdove*. Ljubljana: LUD Literatura.
- HEATH, Melissa Allen, SHEEN, Dawn, LEAVY, Deon, YOUNG, Ellie, MONEY, Kristy, 2005: Bibliotherapy: A Resource to Facilitate Emotional Healing and Growth. *School Psychology International* XXVI/5. 563–580. <https://doi.org/10.1177/0143034305060792>
- OATLEY, Keith, 1999: Why Fiction May be Twice as True as Fact: Fiction as Cognitive and Emotional Simulation. *Review of General Psychology* III/2. 101–117. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.3.2.101>
- OATLEY, Keith, MAR, Raymond, 2008: The Function of Fiction is the Abstraction and Simulation of Social Experience. *Perspectives on Psychological Science* III/3. 173–192. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00073.x>
- PISKAČ, Davor, MARINČIČ, Manca, 2024: *Čustveno življenje metafor: biblioterapevtska perspektiva*. Ljubljana: Založba Univerze v Ljubljani. <https://doi.org/10.4312/9789612973667>
- VIRK, Tomo, 2018: *Etični obrat v literarni vedi*. Ljubljana: LUD Literatura.
- ZABUKOVEC, Vlasta, 2017: Biblioterapija v knjižnici. *Knjižnica: Revija za področje bibliotekarstva in informacijske znanosti* LXI/4. 23–34. <https://doi.org/10.55741/knj.61.4.13831>
- ZUPAN SOSIČ, Alojzija, 2022: *Nekaj v megli nad reko*. Maribor: Založba Litera.