

Ewa Dudzińska

Temat: Biblioterapia. Co to takiego?

Wielką sztuką jest odpowiednio wprowadzić dziecko w świat dorosłych, ale i niełatwo jest dorosłym funkcjonować w świecie dziecka¹. Ta refleksja może dać dużo do myślenia placówkom wychowawczym, przed którymi stoją nowe zadania, nowe spojrzenie na ucznia-człowieka. Trzeba zatem zweryfikować dotychczasowe poglądy na wychowanie i nauczanie. Jednym z założeń obecnej reformy jest rozwijanie w uczniu podmiotowego stylu funkcjonowania. Charakteryzuje się on:

- wiarą w siebie
- traktowaniem problemów jako wyzwań a nie zagrożeń
- dążeniem do świadomej optymalizacji własnego rozwoju
- aktywną twórczą postawą wobec otoczenia

Aby temu sprostać, trzeba przygotować wiele propozycji zajęć dla nauczycieli i uczniów². Jedną z nich może okazać się biblioterapia. Dziedzina ta polega na leczeniu przez książkę. Według pionierki biblioterapii w Polsce, Ireny Boreckiej, jest to działanie terapeutyczne opierające się o zastosowanie materiałów czytelniczych rozumianych jako środek wspierający proces terapeutyczny w medycynie. Biblioterapia jest rodzajem psychicznego wsparcia, pomocy w rozwiązywaniu osobistych problemów przez ukierunkowane czytanie, a także oparciem, poczuciem bezpieczeństwa. Może być również środkiem realizacji własnych potrzeb. Pozwala na zmianę samopoczucia, akceptację siebie i innych.

Podstawy biblioterapii stworzył N.A. Rubakin, który w 1919 r. w Lozannie w Instytucie Bibliopsychologii zapoczątkował badania nad reakcjami czytelników. Rubakin wyróżnia trzy kryteria podziału biblioterapii:

- biblioterapię instytucjonalną
- biblioterapię kliniczną
- biblioterapię rozwojową

W biblioterapii instytucjonalnej stosuje się m.in. literaturę dydaktyczną w celu informowania i zapewnienia pomocy czytelnikowi w zwalczaniu cech negatywnych a rozbudzaniu pozytywnych. Biblioterapię kliniczną Rubakin radzi wykorzystywać w odniesieniu do osób z problemami emocjonalnymi. Natomiast biblioterapia rozwojowa nastawiona jest na materiały wyobrazeniowe i dydaktyczne książki. Zatem biblioterapeuta to człowiek otwarty na innych, na potrzeby dzieci i młodzieży, chętny do niesienia pomocy. Łatwo nawiązuje kontakt i potrafi wczuć się w sytuację drugiej osoby. Dlatego też powinien dobrze znać literaturę oraz możliwości jej oddziaływania. Biblioterapeuta podchodzi z pokorą do przedmiotu i podmiotu swojej działalności.

Zajęcia biblioterapeutyczne kierowane są do:

- uczniów niepełnosprawnych, którzy potrzebują pomocy w zaakceptowaniu swej niepełnosprawności
- uczniów, którzy np. weszli w kolizję z prawem
- uczniów z poczuciem krzywdy i odrzucenia w domu, wśród rówieśników w klasie
- uczniów zdolnych, którzy nie wytrzymują presji ze strony nauczycieli bycia tymi najlepszymi
- uczniów przewlekłe chorych, którzy nie mogą pogodzić się ze swoim stanem zdrowia; czują się inni, gorsi, mają kłopoty w nauce

¹ Irena Borecka. Biblioterapia. Warto spróbować. Biblioteka w Szkole 1998 nr 9 s. 11

² Por. tamże s. 11

W czasie zajęć nigdy nie tłumaczymy ani celu ani powodu kryjącego się za zadaniem. Tego uczestnik nie wie. On ma się dobrze czuć. Rolą prowadzącego zaś jest:

- dobrze i sztywno określić ramy czasowe
- określić przestrzeń
- dbać, aby praca została dokończona zgodnie z przyjętym konspektem
- instruować uczestników w taki sposób, aby zachęcać członków grupy do reagowania
- stworzyć atmosferę wolną od osądu
- zachęcać i wspierać rozwój autentycznego głosu uczestnika
- umiejętnie nieść pomoc członkom grupy, aby potrafili łączyć się przez granice czasu i doświadczenie
- kształtować proces refleksji tak, by każda sesja kończyła się poczuciem, że odbyto podróż i dotarto w bezpieczne miejsce
- zapewnić, by udział każdej osoby został usłyszany

Ważnym elementem sesji biblioterapeutycznej jest refleksja zamykania sesji. Nie ma sesji, która nie ma końca. Uczestnik zaczyna od ja, a nie od ty. Nie osądzam, nie krytykuję, nie pouczam.

Rezultatem takich sesji może być:

- przezwyciężenie trudności i obieranie innego kierunku działania
- zwiększenie dostępu do kreatywności
- uczenie się wyrażania pragnień, fantazji poprzednio ukrytych dla uczestników
- ujrzenie siebie i innych w nowym świetle
- poznawanie innych, uczenie się słuchania innych
- -docenienie historii, tradycji, innych kultur, systemu wartości

Zatem biblioteka jest doskonałym miejscem, gdzie może nastąpić proces wychowania estetycznego w rozumieniu wychowania poprzez sztukę i do sztuki. Owe przeżycia płynące z literatury i przejawów sztuki w ogóle, kreują proces terapeutyczny. Doznania płynące z kontaktu z tymi przejawami dają szansę przeżycia katharsis jednego z najistotniejszych etapów procesu terapeutycznego³. Działania wykorzystujące biblioterapię przyczyniają się do integracji uczniów oraz pomagają im w zrozumieniu samego siebie i drugiego człowieka⁴. I choćby właśnie dlatego warto to robić.

³ Aneta Błaszczyk-Smolec. Edukacja czytelnicza a biblioterapia. Biblioteka w Szkole 2002 nr 6 s. 4

⁴ Por. tamże s. 5