

Biblioterapia i jej zastosowanie w szkole

Literatura zawsze stanowiła niezbędne tworzywo pedagogiczne. Już w starożytności doceniano jej terapeutyczne znaczenie w życiu człowieka. W bibliotece w Aleksandrii widniał napis: *Lekarstwo dla duszy*, a w kairskim szpitalu Al.-Mansur chorych psychicznie leczono czytaniem Koranu. W osiemnastowiecznych europejskich szpitalach psychiatrycznych także stosowano pobożne czytania w celu niesienia ulgi chorym. Wiek XX to wiek dwóch wojen światowych. Już wówczas w amerykańskich szpitalach istniały dobrze zorganizowane biblioteki dla pacjentów. Doświadczenia amerykańskich bibliotekarzy stały się później inspiracją dla działań bibliotekarzy europejskich, kiedy to po zakończeniu działań wojennych w całej Europie przystąpiono do odbudowy i tworzenia nowych bibliotek. Biblioterapią zaczęli interesować się lekarze specjaliści.

Po raz pierwszy termin *biblioterapia* został użyty przez Samuela Mc Chorda Gothersa w roku 1916. W roku 1966 Amerykańskie Stowarzyszenie Bibliotekarzy przyjęło oficjalną definicję biblioterapii. Jest to: *Użycie wyselekcjonowanych materiałów czytelniczych jako pomocy terapeutycznej w medycynie i psychiatrii ; także poradnictwo w rozwiązywaniu problemów osobistych przez ukierunkowane czytanie*^[1].

W Polsce elementy biblioterapii zaczęto rozpowszechniać w drugiej połowie lat sześćdziesiątych. Zaczęto wprowadzać ją jako przedmiot nauczania do programów nauczania bibliotekarzy, pojawiło się wiele publikacji na temat biblioterapii. Od 1997 roku działa we Wrocławiu Polskie Stowarzyszenie Biblioterapeutyczne, które zrzesza osoby interesujące się biblioterapią. W Polsce definicję biblioterapii stworzyła Irena Borecka, według której biblioterapia jest *działaniem terapeutycznym opierającym się o zastosowanie materiałów czytelniczych, rozumianych jako środek wspierający proces terapeutyczny w medycynie. Jest rodzajem psychicznego wsparcia, pomocy w rozwiązywaniu osobistych problemów danej osoby przez ukierunkowane czytanie. Jest rodzajem oparcia w procesie osiągnięcia przez nią poczucia bezpieczeństwa. Może też być środkiem realizacji jęgo potrzeb*.^[2]

Biblioterapia jest metodą, która z powodzeniem może być stosowana w szkole. Uczestnikami biblioterapii mogą być uczniowie, ich rodzice, opiekunowie, nauczyciele. Terapia poprzez czytanie ma za zadanie:

- pomóc uczniom w odnalezieniu się w nowej, trudnej sytuacji, np. pierwsze dni w szkole, klasie, trudności adaptacyjne
- informować uczestników zajęć o rodzaju problemu, z jakim borykają się w danym momencie
- uaktywnić dziecko w życiu społeczności szkolnej
- stworzyć odpowiednią sytuację terapeutyczną
- pozytywnie wpływać na stany emocjonalne ucznia przez dostarczanie odpowiednich pozycji książkowych i rozmowy o nich
- pozytywnie wpłynąć na stosunek dziecka do samego siebie i środowiska, w którym żyje

W szkole najlepszą osobą do prowadzenia zajęć biblioterapeutycznych jest taka, która uczniom nie kojarzy się bezpośrednio z ocenianiem, np. nauczyciel bibliotekarz, wychowawca świetlicy, pedagog. Biblioterapeutą może być tylko taka osoba, która rozumie kłopoty i troski uczniów, ma zdolność empatii, akceptuje uczniów takimi, jakimi są. Biblioterapeuta powinien posiadać umiejętność zagajania i sterowania dyskusją, ale nie może narzucać uczestnikom swoich poglądów. W trakcie zajęć nie powinny obowiązywać ścisłe ramy czasowe, szkolne dzwonki, atmosfera powinna być kameralna, przytulna. Zdaniem Ireny Boreckiej *w procesie biblioterapeutycznym najważniejsze jest to, czy uczestnik terapii "zamyśla się" nad czytanim tekstem*. Wtedy uczestnik zajęć przenosi się w inny świat. Zadaniem biblioterapeuty jest, poprzez odpowiednią lekturę i dyskusję, wpłynąć na zmianę postawy uczestników terapii.

Biblioterapia szkolna może być przydatna w usuwaniu następstw niepowodzeń szkolnych wynikających z:

- osłabionej motywacji uczenia się
- zahamowań

- negatywnego nastawienia do otoczenia
- nerwic szkolnych
- zachowań aspołecznych

Przy opracowaniu programu biblioterapeutycznego należy przestrzegać następujących zasad:

- swoboda uczestnictwa
- uwzględnianie potrzeb i problemów członków grupy
- dostosowanie środków terapeutycznych do możliwości poszczególnych uczestników
- uwzględnianie i akceptowanie poziomu gotowości do uczestnictwa w zajęciach
- włączenie do programów biblioterapeutycznych zajęć muzykoterapeutycznych
- korzystanie z doświadczeń innych biblioterapeutów, wymiana materiałów

Selekcjonując materiały do biblioterapii należy uwzględnić następujące zasady:

- nie dobierać materiałów, których się dobrze nie zna
- fragmenty muszą być zwarte i krótkie
- omawiane problemy muszą być zbliżone do problemów uczniów
- materiały powinny być dopasowywane do zdolności czytelnicych ucznia
- należy uwzględnić wiek i rozwój emocjonalny ucznia
- trzeba brać pod uwagę preferencje czytelnika
- należy dostosowywać się do nastrojów czytelnicych uczestników, ale unikać wątków samobójczych, beznadziejności, negatywizmu.

Oprócz tekstów w biblioterapii przydają się również reprodukcje i kartki pocztowe, które można wykorzystać w zajęciach rozwijających wyobraźnię, pobudzających wspomnienia, stymulujących aktywność intelektualną.

Biblioterapia może być bardzo ważnym czynnikiem wspomagającym proces dydaktyczno-wychowawczy szkoły. Należy jednak pamiętać, że biblioterapeuta powinien posiadać odpowiednie przeszkolenie, musi dobrze poznać tajniki pracy terapeutycznej. Praca biblioterapeuty jest trudna, a jej efekty są widoczne po pewnym czasie. Biblioterapeuta wpływa na ucznia po to, aby ten nauczył się doboru odpowiednich wartości, które umożliwią mu osiągnięcie jak najpełniejszego rozwoju, by uczeń mógł: *Kochać siebie i innych oraz chciał i mógł szanować wytwory ludzkiej pracy, umiał cieszyć się otaczającym go światem i aby mógł czuć się szczęśliwy.*^[3]

Katarzyna Ignatiuk
II LO z BJN im. Br. Tararaszkiwicza
w Bielsku Podlaskim

Bibliografia:

1. Borecka Irena, *Biblioterapia. Teoria i praktyka*, Warszawa 2001
2. Borecka Irena, *Biblioterapia w szkole. Poradnik dla bibliotekarzy*, Legnica 1998
3. Kruszewski Tomasz, *Terapeutyczny charakter książek*, *Nowe Książki* 2000 nr 1 s. 78-79
4. Leśniak Alicja, *Książka to drogowskaz na krętych ścieżkach życia, czyli parę słów o biblioterapii*, *Poradnik Bibliotekarza* 2003 nr 6 s. 10-11
5. Tomasiak Ewa, *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*, Warszawa 1994

[1] Cyt. za Ewa Tomasiak, *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*, Warszawa 1994 s. 101

[2] Irena Borecka, *Biblioterapia w szkole. Poradnik dla bibliotekarzy*, Legnica 1998 s. 9

[3] Irena Borecka, op. cit., s. 14