

Biblioterapia – metoda terapeutyczna będąca formą wsparcia ucznia z niepowodzeniami szkolnymi

Literatura piękna oddziałuje na człowieka, wyrabia w nim nowe spojrzenie na świat, daje wzory do myślenia, przeżywania i zachowania. Dzięki temu człowiek wie więcej o świecie i o innych ludziach, ale także lepiej rozumie ich postawy, zachowania. Literatura ma swój olbrzymi udział w rozwoju osobowości, pomaga utrzymać równowagę emocjonalną, chroni przed negatywnymi emocjami, smutkiem, żalem, lękiem, gniewem, uczy nowych zachowań, daje wzory osobowe.

Pojęcie biblioterapii sięga korzeniami czasów starożytnych. W bibliotece w Aleksandrii widniały już słowa: "Lekarstwo na umysł". W 1272 r. w szpitalu Al-Mansur w Kairze stosowano czytanie Koranu w ramach terapii, w Europie w XVIII wieku włączono pobożne teksty do programów leczenia psychicznie chorych: w 1802 r. Benjamin Rush zalecał czytanie księek wieckich w celach terapeutycznych.

Pojęcie biblioterapii wywodzi się od dwóch wyrazów greckich: *biblion* – co oznacza księkę i *therapeo* – lecz. Po raz pierwszy termin ten użyto w 1916 r. Jest to dziedzina wciąż mało znana w Polsce i mało doceniana, chociaż coraz częściej zaczyna się pojawiać w pedagogice specjalnej. Ma ona pomagać w procesie rozwoju dzieci i młodzieży, przyczyniać się do integracji osób niepełnosprawnych, nieprzystosowanych społecznie, z zaburzonym zachowaniem.

Biblioterapia traktowana jest jako działanie terapeutyczne oparte o stosowanie materiałów czytelniczych rozumianych jako środek wspierający proces terapeutyczny w medycynie. Jest rodzajem psychicznego wsparcia, pomocy w rozwiązywaniu osobistych problemów, rodzajem oparcia w procesie osiągnięcia bezpieczeństwa, może być środkiem do realizacji potrzeb.

Według Ireny Boreckiej – wiceprezesa Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego – jest to proces terapeutyczny, w którym odpowiednio wyselekcjonowane i przystosowane materiały czytelnicze stosuje się jako środek wspierający proces leczniczy i wychowawczy. Zgodnie z diagnozą medyczną lub psychologiczno-pedagogiczną, stanowi pomoc w rozwiązywaniu osobistych problemów chorego lub osoby znajdującej się w złej kondycji psychicznej. Jest to proces kierowanego czytelnictwa osób chorych i niepełnosprawnych, społecznie nieprzystosowanych, odrzucanych i tych, które wymagają psychicznego wsparcia. Jest to procesem kształtowania podmiotowego stylu funkcjonowania tych osób oraz części procesu postępowania psychokreacyjnego.

Biblioterapia jest szczególnie polecana osobom chorym przebywającym w szpitalu, a w szczególności dziecku, narazonemu na szereg lęków i frustracji. Wąska rola przypada lekturze w pomocy osobom niepełnosprawnym, kiedy budzi w nich nadzieję na pokonanie trudności, zmienia tok myślenia o swojej chorobie oraz ukierunkowuje na działanie.

Współczesna szkoła podejmuje dwa rodzaje działań. Pierwsze zostały określone przez szkolny zestaw programów nauczania i obejmują działalność z punktu widzenia dydaktycznego. Drugi rodzaj działań zawiera treści programu o charakterze profilaktyczno-wychowawczym, realizowanego przez wszystkich nauczycieli. Metod biblioterapii można stosować równie realizując cele edukacyjne;

- edukacja filozoficzna. Celem zajęć może być zainteresowanie odbiorców ich własnym życiem, dążeniami oraz określeniem celu istnienia.

- edukacja prozdrowotna. O ogromne znaczenie będzie tu miała edukacja zapobiegająca uzależnieniu od środków psychoaktywnych. Metoda biblioterapii będzie ukazywała konsekwencje podejmowanych decyzji.

- edukacja czytelnicza i medialna, wiąże się z tymi programami szkolnymi, których celem jest uwiaryliwienie ucznia na ogólny światowy dorobek ludzkości.[1]

Nauczyciel bibliotekarz funkcjonuje w szkole nieco odmiennie niż pozostali nauczyciele przedmiotów i wychowawcy. Jest on z reguły postrzegany inaczej przez uczniów, niż jest darzony większym zaufaniem. Uczniowie powierzają mu swoje troski, tajemnice, dzielą się swoimi frustracjami[2]

Dzieci mają swoje problemy i nie traktują nauczyciela bibliotekarza jako osobę niezwykłą bezpodmiotowo z tzw. Nauczaniem, czyli osobą „z zewnątrz”, której bez żadnych zobowiązań nie można się zwierzyć, u której można szukać wsparcia i pomocy w sytuacji, kiedy nie sposób poradzić sobie z narastającymi problemami w nauce czy lekami przed tym, co przyniesie następnego dnia. Nauczyciel bibliotekarz może stać się w tej sytuacji nie tylko jedynym powiernikiem.

Obserwując uczniów w szkole w której pracuję, dostrzegam potrzebę prowadzenia takich zajęć przez siebie, aby przeciwdziałać zjawiskom nie radzenia sobie z negatywnymi emocjami (strach, lęk, złość, gniew, smutek, rozpacz, przygnębienie, przerażenie, trwoga) przede wszystkim przez dzieci nie mające, załknione, wycofujące się, o niskiej samoocenie. Jednocześnie nie celem biblioterapii stosowanej przez nauczyciela bibliotekarza jest nauczenie dzieci mówienia o własnych pozytywnych emocjach i nazywania ich (radość, zadowolenie, szczęście, czułość, przyjemność, spokój).

Głównym celem biblioterapii jest przygotowanie uczniów do tego, by lepiej radzili sobie z rozwiązywaniem problemów, by lepiej rozumieli swoje uczucia, a poprzez zabawę nauczyli się współpracy oraz dostrzegania i szanowania odmienności innych osób[3]

W trakcie zajęć należy przestrzegać ogólnych zasad:

1. całkowitej dobrowolności uczestnictwa w zajęciach,
2. dostosowania poziomu i tempa zajęć do psychicznych i fizycznych możliwości dziecka (wykorzystywanie elementów muzykoterapii i arteterapii),
3. zajęcia rozpoczyna się zajęciami integracyjnymi,
4. nie wolno oceniać uczestników, każdy ma prawo zachować swój postaw; wcześniej zawieramy kontrakt, gdy go złamie, łagodnie zwracamy uwagę,
5. zajęcia wzbudzają zainteresowanie młodzieży w czasie, aby uczestnicy mogli się do końca wypowiedzieć na swój temat.

Jedną z form działalności biblioterapeutycznej jest inscenizacja utworów literackich (techniki dramatowe), w których dzieci otrzymują role dostosowane do swoich możliwości recepcyjnych oraz temperamentu. Formy inscenizacyjne są bardzo lubiane przez dzieci i młodzież – angażują się emocjonalnie, pobudzają możliwości ekspresji i twórczości.

Biblioteka szkolna może stać się pracownią terapeutyczną, pomagając uczniom w radzeniu sobie z trudnymi problemami.

[1] Biblioterapia w praktyce, pod red. E. J. Koniecznej, Kraków 2006, s.16.

[2] E. Lenartowicz- Gocyk, Model współczesnego bibliotekarza polskiego. Teoria a praktyka. Praca magistra pod kierunkiem J. Boreckiej, WSP, Olsztyn 1991

[3] Czarodziejskie bajki, E. Wilanowska, J. Walczak, Lublin 2005, s.6

Opracowała:
Iwona Kasprzak