

Biblioterapia - interesująca metoda pracy z dziećmi potrzebującymi i nie tylko...

Terapeutyczna rola literatury doceniana była już w starożytności. Biblioteki nazywano skarbnicami lekarstw dusz. Od zarania dziejów słowom przypisywano wartości lecznicze. Były stosowane zaklęcia, aby odpędzić zło i chorobę, pod wpływem silnych emocji wyrzucano z siebie słowa złe jak i dobre. W XX wieku terapeutyczną rolą literatury zaczęli interesować się lekarze specjaliści. Książka zaczęła odgrywać istotną rolę w różnych rodzajach terapii, rehabilitacji, a także w leczeniu profilaktycznym. W literaturze fachowej można znaleźć coraz więcej informacji na temat terapeutycznych właściwości książki a także roli biblioteki szpitalnej w procesie powrotu do zdrowia. W 1997 roku powstało Polskie Towarzystwo mające swoją siedzibę we Wrocławiu, skupiające osoby interesujące się biblioterapią.

Biblion w języku greckim znaczy książka, natomiast therapo znaczy leczyć. Biblioterapia powstała z instytucji, praktyki lekarskiej, psychologii i nauczycieli bibliotecznych. Nie ma ona za zadania leczenia w sensie medycznym, ale psychiczne wspiera i jest pomocna w rozwiązywaniu osobistych, rodzinnych, społecznych i emocjonalnych problemów.

Biblioteka szkolna to miejsce, gdzie przychodzą uczniowie świetnie radzący sobie z nauką, a także mniej zdolni, mający trudności z przyswojeniem wiedzy. Szkolny bibliotekarz dość często staje się powiernikiem szkolnych, rodzinnych i osobistych problemów, które czytelnik czyli uczeń w danym momencie doświadcza. Staje się on również doradcą. Wskazówki udzielane przez bibliotekarza nie zawsze są bezpośrednią reakcją na zaistniałe problemy. Zazwyczaj wystarczy zasugerować odpowiedni pod względem treści utwór literacki, a w tym momencie możemy powiedzieć o doradztwie terapeutycznym.

Biblioterapeuta może pomóc powrócić do normalnego funkcjonowania społecznego i psychicznego czytelnika ucznia. Biblioterapia realizowana jest poprzez:

- psychiczne wzmacnianie ucznia,
- rozwijania określonego zespołu umiejętności,
- uaktywnianie dziecka w grupie rówieśników,
- eliminowanie niekorzystnych stanów emocjonalnych,
- zainteresowania nowymi i godnymi przeczytania lektur,
- kształcenia pozytywnej samooceny ucznia,
- stwarzania sytuacji do głębszych przeżyć i identyfikowania się z literaturą i sztuką,
- wykształcenia umiejętności poszukiwania w literaturze odpowiedzi na pytania związane z własnym życiem.

Uczestnikami biblioterapii mogą być uczniowie mało zdolni nie wytrzymujący presji nauczycieli i rodziców, a także osoby z zaburzeniami i problemami emocjonalnymi. Następstwem niepowodzeń dzieci w nauce i wzajemnych stosunkach z rówieśnikami często są niepewność, niepokój i lęk, brak poparcia i poczucia bezpieczeństwa.

Biblioterapia posiada wiele niewyczerpanych możliwości dzięki którym można realizować wiele potrzeb rozwijających dzieci i młodzież, jest to nie tylko książka, ale również przedstawienia teatralne, filmy, słuchowiska radiowe oraz artykuły prasowe. Dzięki literaturze, filmowi nie tylko uczymy życia, ale również rozwijamy zainteresowania, dostarczamy wielorakich przeżyć co wpływa pozytywnie na kształtowanie prawidłowej postawy i zachowania. Efektywną i popularną metodą którą stosuje się w biblioterapii jest drama. Dzieci wcielają się w przeróżne role, identyfikując się z bohaterami, a dzięki temu doznają wiele pozytywnych przeżyć. Drama to bardzo aktywna i wartościowa forma.

Stosowanie odpowiednich środków wobec osoby potrzebującej wsparcia psychicznego, ukazuje się jej różne sposoby radzenia sobie w życiu. Dyskusja nad losem postaci książkowej dostarcza motywacji do pokonania trudności, a także radzenia sobie z konfliktowymi sytuacjami.

Zajęcia biblioterapeutyczne kształtują właściwe postawy wobec życia i sprawiają iż człowiek jest bardziej aktywnie twórczy. Dzięki odpowiednio dobranym materiałom uczeń w sposób bezpieczny dla swojej psychiki spotyka się z emocjami takimi jak smutek, radość, strach, wstyd, gniew. Identyfikacja z bohaterem literackim budzi w młodym czytelniku odkrycia, iż szczęście jest ulotne, a człowiek samotny nigdy nie będzie szczęśliwy.

W Polsce coraz częściej spotykamy się ze szkołami integracyjnymi do których uczęszczają zarówno dzieci zdrowe jak i niepełnosprawne fizycznie. Dzieci takie od literatury oczekują przede wszystkim rekompensaty, mając problemy z poruszaniem się chętnie sięgają po książkę przenosząc się w inny świat. Praca z tą grupą dzieci ma na celu rozwinięcie zainteresowań, kształtowania określonego spędzania wolnego czasu, dzieci te chętnie integrują się z rówieśnikami zwiększając swoją aktywność, a tym sposobem przysposabiają się do samodzielnego funkcjonowania w życiu społecznym.

Bibliotekarze winni dążyć do tego, aby biblioteka była dla uczniów miejscem gdzie będą czuli się bezpiecznie i dobrze. Książka ma stanowić radosne oderwanie od codzienności, smutków i cierpień, skojarzenia z nią mają być odprężające a ona sama ma być oazą do której będą się spieszyć, aby uciec od codziennych utrapień.

Działania związane z biblioterapią na każdym jej etapie edukacji ma przyczyniać się nie tylko do integracji uczniów, ale także do poznania oraz wzajemnej pomocy w zrozumieniu własnych zachowań i sposobów reagowania na różne bodźce. Słusznie zauważyła Maria Grzegorzewska Jeśli nauczyciel – wychowawca potrafi ocenić urok budzącego się życia psychicznego i nie zniechęci się chwilowymi niepowodzeniami, ale bardzo cierpliwie i wytrwale pomagać mu będzie pomysłowością swoją inicjatywą twórczą i zaradnością wtedy razem z wychowankiem swoim będą przeżywać radosne nastroje pracy celowej bo twórczej.

Bibliografia:

1. J.Matys, *Uczniowie w wieku dorastania jako przedmiot działań biblioterapeutycznych*, Biblioterapeuta nr 1 (13)
2. M.Grzegorzewska, *Wybór pism*, Warszawa 1964, PWN s.39.
3. I.Borecka, *Biblioterapia w szkole. Poradnik dla bibliotekarzy*. Legnica WODS 1998
4. I.Borecka, L.Ippold, *Co czytać aby łatwiej radzić sobie w życiu czyli wprowadzenie do biblioterapii*. Wrocław Państwowe Pomaturalne Studium kształcenia Animatorów Kultury i Bibliotekarzy we Wrocławiu. 1998.
5. M.Tkaczyk, *Zastosowanie biblioterapii w pracy z dzieckiem lęklwym, nieśmiałym i odrzucanym przez grupę*. www.literka.pl
6. D.Szewczyk, *O terapeutycznej roli literatury*. Biblioterapeuta. Nr 3 (16) 2001

mgr Marzena Zarach

data publikacji: 2019-01-03