

DROGI ZASTOSOWANIA BIBLIOTERAPII

Biblioterapia jest metodą coraz bardziej rozpowszechnioną w Polsce. Cieszy się coraz większym zainteresowaniem wśród nauczycieli i bibliotekarzy.

Jest zamierzonym działaniem korzystania z książek i materiałów nie drukowanych takich jak: (film, muzyka, obraz) w celach terapeutycznych.

Zadaniem biblioterapii jest oddziaływanie nie tylko na ludzi chorych, ale także zdrowych, którzy posiadają jakieś problemy.

Książka może pomóc zapomnieć o trudach dnia codziennego. Może pomóc w rozwiązywaniu problemów, poprawić samopoczucie, zaakceptować siebie samego oraz wpłynąć na poprawę poczucia własnej wartości.

Wyróżnia się dwa rodzaje biblioterapii:

- Biblioterapia kliniczna - stosowana głównie wobec ludzi chorych, często z zaburzeniami psychicznymi. Prowadzona jest głównie przez psychiatrów i psychologów klinicznych.
- Biblioterapia wychowawczo- humanistyczna- stosowana głównie w szkołach, bibliotekach, rodzinach. Prowadzona jest przez nauczycieli, bibliotekarzy i osoby przeszkolone w tej dziedzinie.

Książki wykorzystywane w procesie biblioterapeutycznym pełnią różne

- uspakajającą, dla której stosuje się książki przygodowe, baśnie, fantazy,
- refleksyjną - powieści obyczajowe, psychologiczne, biograficzne, o tematyce religijnej,
- pobudzającą – książki, podróznicze wojenne, popularnonaukowe.

Oddziaływania biblioterapeuty muszą być wnikliwie zaplanowane.

Proces biblioterapeutyczny obejmuje następujące etapy:

- diagnoza terapeutyczna – czyli rozpoznanie problemu,
- dobór odpowiedniej lektury potrzebnej do przeprowadzenia terapii,
- postępowanie terapeutyczne i wychowawcze – słuchanie, czytanie tekstu, rozmowa, opowiadanie, identyfikacja z bohaterem książki i daną sytuacją .

Biblioterapia nie jest nastawiona na usuwanie objawów chorobowych, lecz pomaga w odnalezieniu się w nowej roli czy sytuacji. Dotyczy to osób chorych, niepełnosprawnych. Może przyczynić się do zmiany samopoczucia, sposobu akceptacji siebie i innych oraz postaw.

Uczestnikami biblioterapii mogą być dzieci, dorośli, osoby starsze. Postępowanie biblioterapeutyczne obejmuje terapię indywidualną i zbiorową. Dobór uczestników musi być na zasadzie dobrowolności chociaż nie dotyczy to dzieci gdzie można zastosować nacisk pedagogiczny. Najważniejszym kryterium doboru grupy jest podobieństwo pod względem potrzeb i problemów. Grupy nie powinny być liczne maksymalnie 10 osób. Mogą być również programy indywidualne.

W pracy biblioterapeutycznej z dziećmi często stosuje się formy zabawowe. inscenizacyjne, pogadanki w czasie np. rysowania.

Bardzo ważnym czynnikiem jest dobra atmosfera, nastrój, estetyka i komfort miejsca w którym odbywa się spotkanie terapeutyczne.

W procesie terapeutycznym bardzo ważną rolę odgrywa biblioterapeuta, który powinien wzbudzać zaufanie, nie narzucać swoich poglądów i rozwiązań, być dyskretny i umieć słuchać.

Terapeuta musi być odpowiednio przygotowany merytorycznie, bardzo dobrze znać literaturę, by móc odpowiednio dobierać teksty, które będą zgodne z celami biblioterapeutycznymi.

Podczas zajęć terapeutycznych stosuje się również techniki wspomagające takie jak; muzykoterapię, dramę, zabawy terapeutyczne.

Biblioterapia jest metodą stosunkowo łatwą i nie wymagającą żadnych większych nakładów.

Wymaga jednak starannego przemyślenia i przygotowania.

Należy jednak pamiętać, że, nie stanowi złotego środka na wszystkie problemy, choroby czy potrzeby. Wspomaga tylko leczenie osoby chorej, osoby która potrzebuje pomocy i wsparcia ze strony biblioterapeuty.

Małgorzata Gucia

Literatura:

1. Borecka I.: Biblioterapia w edukacji czytelniczej i medialnej w szkole podstawowej i gimnazjum. Wałbrzych 2002
2. Jedynek I.: Wybrane zagadnienia z terapeutycznej funkcji czytelnictwa. Kraków 1983
3. Tomasik E.: Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej. Warszawa 1994

BIBLIOTERAPIA

Zestawienie bibliograficzne w wyborze

Druki zwarte:: WSP,1992

1. Borecka I. : *Biblioterapia: teoria i praktyka: poradnik.* - Warszawa: SBP,
2. Borecka I: *Biblioterapia- nowa szansa książki.* – Olsztyn: WSP, 1992
3. Borecka I. : *Biblioterapia w edukacji czytelniczej i medialnej w szkole podstawowej i gimnazjum.*- Wyd „Unus”- Wałbrzych, 2002
4. Jedynak I.: *Wybrane zagadnienia z terapeutycznych funkcji czytelnictwa.* – Kraków 1983
5. Kozakiewicz W., Brzózka B. : *Biblioteka szpitalna dla pacjentów: poradnik.* – Warszawa: SBP, 1984
6. Molicka M. : *Bajki terapeutyczne dla dzieci.* – Poznań: „Media Rodzina”, 2003
7. *Tomasik E. : Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej* – Warszawa : Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej, 1994

Artykuły z czasopism:

1. Andrzejewska A. : *Nie muszę widzieć, żeby wiedzieć: warsztat biblioterapeutyczny.* Biblioterapeuta 2002 nr 4 s. 8 – 10
2. Bezwuhły M. : *Biblioteka Brajlowska. Towarzystwo Opieki nad Ociemniałymi w Laskach.* Poradnik Bibliotekarza 1989 nr 10 s. 17-21
3. *Biblioterapia w Państwowym Pomaturalnym Studium Kształcenia Animatorów Kultury i Bibliotekarzy we Wrocławiu.* Bibliotekarz 2000 nr 7-8 s. 2
4. Błaszczyk-Smolec A. : *Edukacja czytelnicza a biblioterapia.* Biblioteka w Szkole 2002 nr 6 s. 4-5
5. Borawska M. : *Terapeutyczna rola utworu literackiego i możliwości jej wykorzystania w pracy bibliotekarzy.* Biblioteka w Szkole 1994 nr 2 s. 5-9
6. Borecka I. : *Bibliotekarz – biblioterapeuta.* Poradnik Bibliotekarza 1991 nr 6 s. 13-15
7. Borecka I. : *Biblioterapia – poglądy i doświadczenia.* Poradnik Bibliotekarza 1991 nr 1-2 s. 10-12
8. Borecka I. : *Biblioterapia – warto spróbować.* Biblioteka w Szkole 1998 nr 9 s. 11-14
9. Borecka I. : *O zawodzie i doskonaleniu zawodowym biblioterapeuty.* Bibliotekarz 2001 nr 3 s. 11
10. Bukowska I. : *Czy potrzebne są pracownie biblioterapeutyczne?* Poradnik Bibliotekarza 1998 nr 6 s. 22-23
11. Bukowska I. : *Pracownie biblioterapeutyczne są potrzebne.* Biblioteka w Szkole 1998 nr 6 s. 22
12. Czajkowski F. : *Czytelnictwo niewidomych i ludzi niepełnosprawnych w polskich bibliotekach publicznych.* Poradnik Bibliotekarza 1985 nr 1-2 s. 3-5

13. Czajkowski F. : *Promocja arteterapii*. Poradnik Bibliotekarza 1989 nr 7-9 s. 23-25
14. Drawnel E. : *Biblioterapia dzieci niepełnosprawnych*. Poradnik Bibliotekarza 1998 nr 7-8 s. 38-40
15. Dunin J. : *Zdrowi inaczej, czyli o „biblioterapii”*. Nowe Książki 1995 nr 3 s. 71
16. Ippoldt L. : *Arteterapia w szkołach specjalnych – moda czy konieczność?* Poradnik Bibliotekarza 1991 nr 5 s. 3
17. Ippoldt L. : *Terapeutyczna funkcja literatury dla dzieci*. Poradnik Bibliotekarza 1998 nr 2 s. 1 - 5
18. Ippoldt L. : *Wartości terapeutyczne lektur szkolnych*. Poradnik Bibliotekarza 1994 nr 9 s. 1-3
19. Kruszewski T. : *Biblioterapia – idee i praktyka*. Bibliotekarz 2000 nr 3 s. 16-19
20. Kruszewski T. : *Książka w życiu osób uzależnionych od narkotyków*. Poradnik Bibliotekarza 2001 nr 11 s. 9-13
21. Lech Z. : *Biblioteka w Busku-Zdroju*. Bibliotekarz 1986 nr 4-5 s. 7-11
22. Lidia I.: *Przegląd piśmiennictwa z zakresu biblioterapii za lata 1945-1990*. 2 cz. Bibliotekarz 1992 nr 3 s. 27-30
23. Ossowski R. : *Biblioterapia niepełnosprawnych*. Bibliotekarz 1991 nr 1 s. 17-20
24. Raczko M. : *Biblioterapia*. Gazeta Szkolna 2000 nr 24 s. 10
25. Sadowska A., Sobieska G., Sawicki M. : *O programie terapeutycznym w zakładzie dla niedostosowanych społecznie*. Bibliotekarz 1992 nr 9 s. 17-18
26. Samonek E. : *Praca z czytelnikiem niepełnosprawnym w Bibliotece Centralnej Polskiego Związku Niewidomych*. Bibliotekarz 1993 nr 11 s. 15-17
27. Skarżyńska M. : *Wypaczona terapia (o biblioterapii chorych)*. Poradnik Bibliotekarza 1991 nr 5 s. 20-23
28. Szocki J. : *Biblioteki w służbie dzieci niepełnosprawnych*. Szkoła Specjalna 1985 nr 6 s. 387-392
29. Szulc W. : *Biblioterapia – model polski*. Bibliotekarz 1991 nr 7-8 s. 19-21
30. Szulc W. : *Biblioterapia w praktyce radzieckiej*. Poradnik Bibliotekarza 1987 nr 9 s. 12-14
31. Szulc W. : *Biblioterapia z Internetu*. Poradnik Bibliotekarza 200 nr 11 s. 11-13
32. Wirkus H. : *Formy pracy biblioteki w procesie rewalidacji dzieci upośledzonych umysłowo w Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Damnicy*. Biblioteka w Szkole 1994 nr 2 s. 10-11
33. Zawadzka R. : *Zajęcia biblioterapeutyczne. Opis i analiza przypadku*. Biblioteka w Szkole 2002 nr 5 s. 16