

Wyzwania i problemy biblioterapeuty w XXI wieku

Dr Magdalena Cyrklaff
wykładowca – trener - terapeuta

e-mail: magda_cyrklaff@wp.pl

tel. 796-413-217

Plan wystąpienia

Część I. Wprowadzenie do biblioterapii

1. Dlaczego warto czytać?
2. Funkcje literatury
3. Co to jest biblioterapia?
4. Rodzaje biblioterapii i ich odbiorcy
5. Etapy procesu biblioterapeutycznego
6. Rodzaje biblioterapeutycznych materiałów czytelniczych

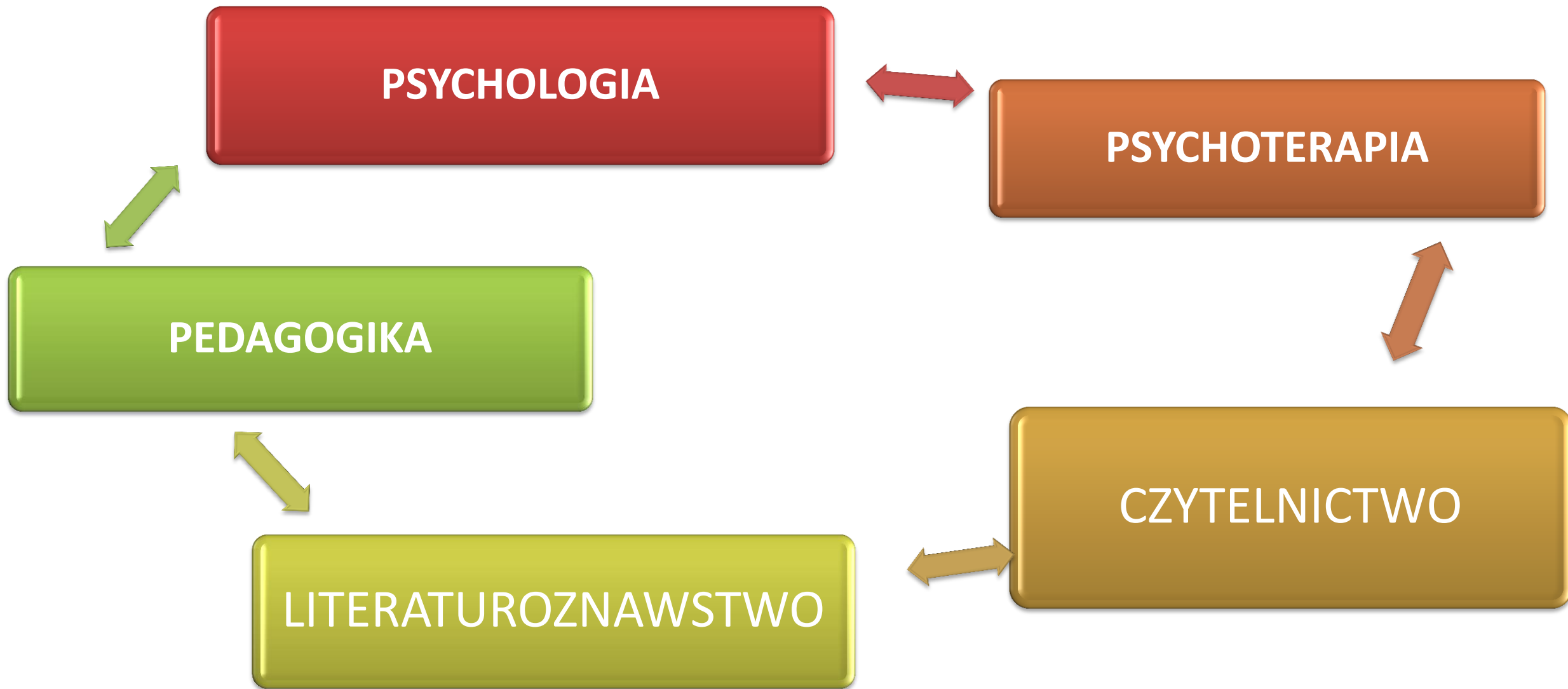
Część II. Problemy i wyzwania współczesnego biblioterapeuty

**Dlaczego/czy warto
czytać?**

Biblioterapia to...

- Definicja ALA akcentuje funkcję wspomagania procesu leczenia: **„biblioterapia to użycie wyselekcjonowanych materiałów jako pomocy terapeutycznej w medycynie i psychiatrii; także poradnictwo w rozwiązywaniu problemów osobistych poprzez ukierunkowane czytelnictwo”**.
- Definicja M.Cyrklaff wskazuje rozwojowy charakter biblioterapii: **„biblioterapia to metoda rozwoju osobistego, w której za pomocą odpowiednio dobranych materiałów czytelniczych i/lub ich substytutów, wspiera się funkcjonowanie człowieka w sferze emocjonalnej, intelektualnej oraz społecznej”**.

Jakie dziedziny nauki i praktyki wpływają na biblioterapię?



Rodzaje biblioterapii i ich odbiorcy wg Rhei Joyce Rubin (lata 70. XX w.)

Biblioterapia instytucjonalna – jest związana głównie z nurtem medycznym i skierowana do pacjentów przebywających w szpitalach psychiatrycznych lub innych ośrodkach zamkniętych. Jej zadaniem jest przede wszystkim informować pacjenta o specyfice jego choroby i problemach, na jakie może przez nią natrafiać, aby lepiej mógł je zrozumieć.

Rodzaje biblioterapii i ich odbiorcy

Biblioterapia kliniczna - jest prowadzona głównie z osobami mającymi problemy emocjonalne lub behawioralne, które przebywają w szpitalach bądź w środowisku zewnętrznym, np. rodzinnym. Biblioterapia ma tutaj na celu umożliwienie pacjentowi wglądu w siebie, a co za tym idzie doprowadzenia do pożądanych zmian w jego zachowaniu i kondycji emocjonalnej. Klient uczestniczy w tym procesie dobrowolnie.

TYLKO CERTYFIKOWANI TERAPEUCI!!

Rodzaje biblioterapii i ich odbiorcy

Biblioterapia rozwojowa (wychowawczo-humanistyczna) to najbardziej rozpowszechniona forma pracy biblioterapeutycznej z klientem, która skierowana jest przede wszystkim do osób niehospitalizowanych. Jej celem nadrzędnym jest pomoc w samorozwoju poprzez wsparcie kondycji psychicznej. Tę formę ukierunkowanego czytelnictwa mogą prowadzić zarówno profesjonalni terapeuci, jak i doradcy personalni, nauczyciele, pedagodzy, pracownicy socjalni czy bibliotekarze.

Etapy procesu biblioterapeutycznego

- **Diagnoza** klienta bądź problemu występującego w grupie, w której mają się odbyć zajęcia biblioterapeutyczne.
- **Dobór literatury** adekwatnej do rodzajów problemów zdiagnozowanych przez biblioterapeutę. Przygotowanie na zajęcia przez prowadzącego odpowiedniej liczby załączników z materiałami czytelnictwymi czy też sprzętu do odtworzenia audiobooka bądź muzyki itd.

Etapy procesu biblioterapeutycznego

- **Identyfikacja** klienta z bohaterem literackim i jego przeżyciami - pozytywnymi lub negatywnymi. Następuje to na zasadzie autoprojekcji, w której uczestnik przechodzi następujące etapy:
 - „On jest taki, jak ja.” → „Ja czuję tak samo, jak on.” → „Ja mogę to zrobić właśnie tak, jak on to zrobił.” → „Zobacz, ja to zrobiłem.”
- **Refleksja** uczestnika nad sobą, czytany tekstem/oglądanym filmem/słuchaną muzyką i sytuacją, w której obecnie się znajduje.

Etapy procesu biblioterapeutycznego

- **Katharsis** (oczyszczenie) – odreagowanie napięcia, które pojawiło się pod wpływem przeczytania/wysłuchania/obejrzenia wybranego materiału i doznanie ulgi. W tym momencie często pojawiają się łzy bądź inne spontaniczne reakcje emocjonalne.
- **Wgląd w siebie** – samodzielna lub ze wsparciem biblioterapeuty analiza problemów klienta/grupy, czyli swego rodzaju przepracowanie pewnych spraw, przemyślenie ich, co prowadzi do uzyskania nowego spojrzenia na dany problem.
- **Wywołanie i podtrzymanie zmiany** postaw i/lub zachowań uczestnika procesu biblioterapeutycznego. Ważne jest nie tylko doprowadzenie do redukcji niepożądanych zachowań, schematów działań, ale także pomoc uczestnikowi w ich podtrzymaniu, co jest w niektórych przypadkach bardzo trudnym procesem

Rodzaje biblioterapeutycznych materiałów czytelniczych

- **Materiały pobudzające (stimulativa)**, czyli książki/filmy przygodowe, wojenne, podróżnicze i popularnonaukowe;
- **Materiały uspakajające (sedativa)**, do których zalicza się baśnie, literaturę humorystyczną;
- **Materiały refleksyjne (problematica)**, czyli powieści obyczajowe, biograficzne, psychologiczne i socjologiczne.
- **Materiały sacrum** – materiały wywołujące w czytelniku silne wzruszenie czy przemianę charakterologiczną.

Problemy i wyzwania współczesnego biblioterapeuty

- 1. Brak przygotowania pedagogiczno-psychologicznego.**
- 2. Nieznajomość warsztatu i etapów procesu biblioterapeutycznego.**
- 3. Bezkrytyczne stosowanie każdego tekstu/lektur szkolnych.**
- 4. Nieznajomość zasad pisowni i wymowy w języku polskim.**
- 5. Próba prowadzenia terapii (!!)** bez ukończenia intensywnych kursów, terapii własnej i znajomości technik i specyfiki pracy z klientem.
- 6. Zmęczenie/wypalenie/problemy osobiste... Brak superwizji.**
- 7. Strach przed nowym...**

DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ 😊

Dr Magdalena Cyrklaff

wykładowca akademicki – trener - terapeuta

tel. 796-413-217

e-mail: magda_cyrklaff@wp.pl

BIBLIOGRAFIA (wybór)

- CYRKLAFF Magdalena. *Biblioterapia jako forma pracy rozwojowo-profilaktycznej. Charakterystyka i zastosowanie metody*, Zarządzanie Biblioteką 2014, nr 1 (6), s. 133-141].
- CYRKLAFF Magdalena. *Biblioterapia jako forma pracy rozwojowo-profilaktycznej. Cz. 2. Techniki i narzędzia biblioterapeutyczne*, Zarządzanie Biblioteką 2015, nr 1 (7), s. 139-146.
- CYRKLAFF Magdalena. *Biblioterapia w edukacji z zakresu profilaktyki uzależnień i promocji zdrowia*. Toruń: Wydawnictwo Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, 2014.
- KONIECZNA Ewelina J. *Biblioterapia w praktyce. Poradnik dla nauczycieli, wychowawców i terapeutów*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2005.
- KRUSZEWSKI Tomasz. *Biblioterapia w działaniach placówek opiekuńczo-wychowawczych*, Toruń: Wydawnictwo Edukacyjne „AKAPIT”, 2006.
- RUBIN Rhea J. *Uses of bibliotherapy in response to the 1970s*. „Library Trends”. 1979, vol. 28, no. 2, s. 239–252.
- WOŹNICZKA-PARUZEL Bronisława (red.). *Biblioterapia i czytelnictwo w środowiskach osób niepełnosprawnych. Zbiór studiów*. Toruń: Wydawnictwo Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, 2001.