

Wprowadzenie do biblioterapii rozwojowej

Cele:

- ▶ zapoznanie z podstawową terminologią z zakresu biblioterapii,
- ▶ omówienie rodzajów biblioterapii (w tym rozwojowej),
- ▶ przedstawienie organizacji procesu biblioterapeutycznego,
- ▶ zapoznanie z metodyką biblioterapii,
- ▶ rozwijanie kreatywności,
- ▶ zapoznanie z techniką plastyczną (kolograf).

Formy pracy: praca w grupach

Materiały: szary papier, blok rysunkowy i techniczny (format A3), farby plakatowe, pędzle, tkaniny o różnej fakturze i grubości, nożyczki, klej, wiersze dla dzieci, bajki, baśnie.

Czas: 1,5 godz.

Przebieg warsztatów:

1. Przywitanie uczestników, zapoznanie ich z celami warsztatów.
2. Ćwiczenia integracyjne (wizytówka-wydzieranka, przedstawienie się uczestników).
3. Podstawowe informacje o biblioterapii (definicje, cele, zadania).

Biblioterapia ma wiele form i długą tradycję. Wyjaśnienie dwóch słów *biblion* (książka) i *therapeo* (leczyć) tworzy najprostszą definicję biblioterapii: *leczenie książką*. Szersze definicje wskazują na rolę pomocy psychicznej, udzielanej za pośrednictwem lektury. Według R. J. Rubin biblioterapia „... to program aktywności oparty na interaktywnych procesach zastosowania drukowanych i nie drukowanych materiałów, zarówno wyobrażeniowych jak i informacyjnych, ułatwiających przy pomocy bibliotekarza lub innego profesjonalisty osiągnięcie wglądu w normalny rozwój lub dokonywania zmian w emocjonalnie zaburzonym zachowaniu”. Z kolei E. Tomasik uważa, że: „...biblioterapia jest zamierzonym działaniem przy wykorzystaniu książki lub materiałów nie drukowanych (obrazów, filmów itp.) prowadzącym do realizacji celów rewalidacyjnych, resocjalizacyjnych, profilaktycznych i ogólnorozwojowych(…)”

Zadaniem biblioterapii jest wspieranie rozwoju, samorealizacji i zdrowia psychicznego uczestnika tego procesu. Biblioterapia:

- ✓ podaje wzorce zachowań,
- ✓ pomaga pokonać problemy i trudności,

- ✓ zmniejsza lęk,
- ✓ przynosi ulgę w cierpieniu,
- ✓ koryguje emocjonalnie zaburzone zachowania,
- ✓ zmniejsza agresję,
- ✓ przygotowuje do pełnienia różnych ról,
- ✓ wspiera w procesie rozwoju.

4. Rodzaje biblioterapii (ze szczególnym uwzględnieniem biblioterapii rozwojowej).

Trzy kategorie biblioterapii (według R. J. Rubin):

- a) instytucjonalna, która oznacza zastosowanie literatury, zwłaszcza dydaktycznej, do potrzeb indywidualnego pacjenta; jej celem jest przede wszystkim informowanie chorego i zapewnienie mu odpowiedniej rekreacji; prowadzona jest przez lekarzy (w placówce leczniczej) z wykorzystaniem materiałów z biblioterapii klinicznej,
- b) kliniczna, polegająca na stosowaniu literatury (zwłaszcza wyobrażeniowej) w grupach pacjentów z problemami emocjonalnymi lub behawioralnymi; celem tej biblioterapii jest uzyskanie przez pacjenta wglądu w siebie, co ma doprowadzić do zmiany jego sytuacji psychologicznej; zajęcia prowadzone są przez lekarzy we współpracy z bibliotekarzami (w placówce leczniczej, w środowisku rodzinnym lub społecznym pacjenta),
- c) rozwojowa (wychowawcza), w której stosuje się książki, materiały wyobrażeniowe i dydaktyczne dostosowane do potrzeb osób zdrowych (fizycznie i psychicznie), mających do rozwiązania istotne dla nich problemy; pobudza ona normalny rozwój, wspiera samorealizację i zdrowie psychiczne uczestników; można tu wyróżnić (w zależności od zastosowanych środków i technik biblioterapeutycznych) biblioterapię reminiscencyjną (odwołującą się do wspomnień) i biblioterapię behawioralną (mająca na celu zmianę zachowań).

5. Organizacja procesu biblioterapeutycznego.

Prawidłowo przebiegający proces postępowania biblioterapeutycznego składa się z kilku etapów:

- a) wnikliwej diagnozy potrzeb uczestników (własne obserwacje, informacje wychowawcy klasy, nauczycieli, szkolnego pedagoga, wywiad z rodzicami, interpretacja wytworów plastycznych lub literackich),
- b) doboru uczestników (jednorodność grupy pod względem zaistniałego problemu),
- c) sprecyzowanie celu działań biblioterapeutycznych (np. „kształtowanie właściwych postaw wobec własnej niepełnosprawności”),
- d) wybór modelu postępowania biblioterapeutycznego (np. adaptacji dziecka w grupie – program „Ja i inni – obcy jest wśród nas”; wzmacniającego poczucie własnej wartości – program „I ja tak potrafię”),
- e) realizacja zajęć (indywidualna lub grupowa).

6. Metodyka biblioterapii.

Wybór metody jest uzależniony od rodzaju prowadzonej biblioterapii (w przypadku rozwojowej – może być grupowa lub indywidualna; reminiscencyjna lub behawioralna).

Punktem wyjścia działań biblioterapeutycznych jest czytanie. Stąd też powinno się korzystać z metodyki głośnego i cichego czytania ze zrozumieniem oraz z metod pracy z tekstem literackim, wypracowanych przez filologów i bibliotekarzy (konkursy, quizy, ilustracje itp.).

Można również stosować metody literaturoznawcze i psychologiczne. Biblioterapeutę interesować mogą więc rodzaje tekstów oraz ich wpływ na odbiorcę, sposób czytania utworów i motywy czytania.

Terapeuta powinien też korzystać z metody dramy, inscenizacji, pedagogiki zabawy, zajęć korekcyjno-kompensacyjnych, metodyki pracy zuchowej czy pracy w grupach wspólnotowych.

Przy opracowaniu programów biblioterapeutycznych należy pamiętać o następujących zasadach:

- ✓ swoboda uczestnictwa,
- ✓ uwzględnianie potrzeb, problemów i preferencji uczestników,
- ✓ dostosowanie środków terapeutycznych do możliwości percepcyjnych i fizycznych członków grupy,
- ✓ zapewnienie poczucia pewności i bezpieczeństwa,
- ✓ rozpoczęcie zajęć od ćwiczeń integracyjnych,
- ✓ stosowanie różnych technik,
- ✓ korzystanie z elementów muzykoterapii, arteterapii, choreoterapii,
- ✓ korzystanie ze znanych tekstów terapeutycznych.

7. Omówienie techniki kolografu:

- ✓ wycinanie wybranych kształtów z tkanin o różnej fakturze,
- ✓ naklejanie ich na karton,
- ✓ malowanie farbami naklejonych tkanin,
- ✓ odciskanie kopii.

8. Przypomnienie wiadomości o dramie.

Drama (z gr. znaczy *działam*), „improvizacja w roli” – techniki teatralne wykorzystywane dla celów edukacyjnych. Uruchamiają one emocje, ciało, intuicję i intelekt uczestników. Siłą napędową dramy są wymaginowane konflikty.

W dramie najważniejsze są przeżycia uczestników, a nie forma wypowiedzi. Istotne jest również zaangażowanie i wczucie się w określoną sytuację („być i działać” a nie „grać”). Swoją sposobem przeżywania konkretnej sytuacji uczestnicy muszą pokazać poprzez ciało, gest, mimikę, głos.

Metoda ta:

- ✓ wspomaga kształcenie i wychowanie,
- ✓ ułatwia samopoznanie i samorealizację,
- ✓ uruchamia twórcze dyspozycje uczestników zajęć.

Uczestnicy zajęć dramowych:

- ✓ odtwarzają zachowanie innej niż oni postaci lub pozostają sobą w nowej sytuacji,
- ✓ bazują na wymyślonym doświadczeniu,
- ✓ improwizują odpowiedzi,
- ✓ zachowują dystans do zdarzeń,
- ✓ odnajdują właściwe rozwiązanie problemu.

9. Praca z tekstem literackim – twórcze działania wokół poezji i baśni (kolograf, drama).

10. Prezentacja pracy grup.

11. Ewaluacja zajęć.