

O biblioterapii i naszych zajęciach słów kilka

Zadaniem współczesnej szkoły jest nie tylko dbałość o odpowiedni poziom wiedzy uczniów, ale także udzielanie pomocy psychologiczno-pedagogicznej. Często bowiem zdarza się, że uczniowie stają przed problemami, z którymi nie potrafią sobie poradzić. Dlatego nauczyciele bibliotekarze coraz częściej starają się pomóc dzieciom i młodzieży, stosując różne środki czytelnicze i techniki terapeutyczne.

Coraz bardziej popularną metodą terapeutyczną jest **biblioterapia**. Okazuje się, że jest ona bardzo pomocna w pracy zarówno nauczyciela bibliotekarza, jak również pedagoga szkolnego czy opiekuna świetlicy szkolnej.

Biblioterapia – (gr. biblion – książka, therapeo – leczyć) – jest jedną z form terapii i psychologicznego wsparcia przy wykorzystaniu książki, a także innych materiałów (obrazów, filmów, spektakli teatralnych). Praca biblioterapeutyczna opiera się na wykorzystaniu literatury pod kątem terapeutycznym. Odpowiednio dobrana lektura stymuluje rozwój emocjonalny, wzbogaca wyobraźnię i rozszerza zakres spostrzeżeń. Biblioterapia, jako forma psychicznego wsparcia, od wielu lat znajduje zastosowanie w psychoterapii, coraz częściej stosuje się ją również w leczeniu dzieci przewlekle chorych.

Biblioterapię dzieli się na instytucjonalną, kliniczną i wychowawczą (rozwojową). Tę ostatnią stosuje się w pracy nauczyciela bibliotekarza. Na zajęciach tego typu wykorzystywane są książki (materiały) odpowiednio dobrane do potrzeb osób borykających się z istotnymi problemami wychowawczymi (rozwojowymi).

Wykorzystywanie tekstów literackich w celach terapeutycznych jest coraz bardziej docenianą formą oddziaływania na dzieci i młodzież, jak również dorosłych. Wychodząc z założenia, że jedną z ważniejszych form działalności biblioteki pedagogicznej jest prowadzenie zajęć bibliotecznych, postanowiliśmy rozszerzyć naszą ofertę o zajęcia z elementami biblioterapii.

Proponowane przez nas zajęcia biblioterapeutyczne przeznaczone są dla dzieci w wieku od 7 do 13 lat – czyli uczniów szkół podstawowych.

Obecnie oferta obejmuje lekcje: *Nowy kolega*, *Kompleksy – co to takiego?* oraz program biblioterapeutyczny „My i inni”, składający się z siedmiu zajęć tworzących spójny tematycznie cykl.

Lekcja „**Nowy kolega**” przeznaczona jest dla dzieci w wieku wczesnoszkolnym. Zajęcia te mają za zadanie zwrócić uwagę na niewłaściwe, często agresywne przejawy

zachowań w grupie – w tym wypadku pojawienie się nowego dziecka w klasie szkolnej lub w grupie rówieśniczej. Dzieci uświadamiają sobie, jak ważna jest wzajemna akceptacja i pozytywne nastawienie do każdego, niezależnie od jego wad czy ułomności.

Celem zajęć jest uwrażliwienie dzieci na przemoc, nietolerancję, a w rezultacie poprawienie stosunków w grupie rówieśniczej.



Lekcja oparta jest na treści opowiadania Marii Dziamskiej pt. „Nowy kolega”, które bezpośrednio dotyczy nietolerancji ze względu na inność. Zajęcia, oprócz wykorzystania tekstu, wzbogacone

są o elementy dramy i arteterapii, gdyż, jak wynika z naszych doświadczeń, dzieci bardzo chętnie uczestniczą we wszelkich zadaniach, w których rozbudzana jest ich kreatywność. Metody aktywizujące pozwalają na większą integrację w grupie oraz ucą pracy zespołowej. Nasze zajęcia oparte są na jednym ze scenariuszy wchodzących w skład programu biblioterapeutycznego autorstwa Elżbiety Owsieńskiej pt. *Nikt nie jest lepszy od nikogo*, opublikowanego w Biuletynie Informacyjnym Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego *Biblioterapeuta* nr 4/2006.

Lekcja „**Kompleksy – co to takiego?**” oparta jest na fragmentach książki Lucy Maud Montgomery „Ania z Zielonego Wzgórza” oraz „Głowy na tranzystorach” autorstwa Hanny Ożogowskiej. Pomysł na lekcję zaczerpnęliśmy analizując bardzo ciekawą propozycję scenariusza zajęć



biblioterapeutycznych autorstwa Agnieszki Sikorskiej-Celejewskiej pt. *Walka z kompleksami*, który został opublikowany w czasopiśmie *Biblioteka : szkolne centrum informacji* nr 4/2008. Zajęcia te przeznaczone są dla dzieci ze starszych klas szkoły podstawowej, czyli wchodzących właśnie w okres dojrzewania, charakteryzujący się między innymi wzmocną uwagą skupianą na swoim wyglądzie zewnętrznym. Okres ten to czas wyjątkowo trudny dla dziecka, budzący wiele napięć i negatywnych emocji. Aby pomóc młodym ludziom w zrozumieniu własnych emocji postanowiliśmy realizować właśnie tę lekcję, mając nadzieję, że pomoże im ona w przynajmniej w częściowym uporaniu się z trudnościami okresu dojrzewania. Uczniowie po zajęciach powinni bardziej akceptować siebie, łatwiej rozwiązywać problemy emocjonalne. Warsztaty mają zaprezentować literaturę jako narzędzie do rozwiązywania problemów osobistych. Ponadto mają pomóc w zrozumieniu własnych uczuć, uczyć dystansu do okresowych tendencji w modzie, akcentowanych mocno w massmediach.

Podobnie jak zajęcia „Nowy kolega”, które są przeznaczone dla dzieci młodszych, również ta lekcja wzbogacona jest o metody aktywizujące, elementy arteterapii i dramy.

Od roku szkolnego 2009/2010 nasza oferta zajęć bibliotecznych z elementami biblioterapii została poszerzona o program biblioterapeutyczny „**My i inni**” autorstwa Alicji Pogudź i Katarzyny Greli (opublikowany w Biuletynie Informacyjnym Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego *Biblioterapeuta*, nr 4/2008), obejmujący siedem zajęć połączonych w spójny tematycznie cykl.

Podstawowym założeniem tego programu jest wpłynięcie na zmianę postawy ucznia wobec siebie i innych. Ma temu służyć umiejętność rozpoznawania przez niego pozytywnych i negatywnych uczuć i postaw oraz kreatywne radzenie sobie z nimi. Program ma za zadanie umacniać poczucie własnej wartości, kształtować umiejętności współpracy w grupie oraz komunikację z otoczeniem. Ma pomóc w radzeniu sobie ze swoimi emocjami poprzez obcowanie z utworami literackimi, a także rozbudzić zainteresowania czytelnicze. Zajęcia prowadzone są metodami aktywizującymi, umożliwiającymi dzieciom aktywne zaangażowanie się w tematykę zajęć. Wykorzystywane są tu szeroko elementy arteterapii i dramy. Urozmaicenie zajęć poprzez różnorodne formy pracy sprawia, że dzieci efektywniej zapamiętują treści, przez co mają większą możliwość zdobycia nowej wiedzy i umiejętności.

Poszczególne zajęcia, wchodzące w skład programu realizowane są w regularnych odstępach czasu – np. co dwa tygodnie i z tą samą grupą dzieci.

Tematyka zajęć wchodzących w skład programu „My i inni”:

1. „My – jako grupa”.
2. „Porozumiewamy się w grupie”.
3. „Sztuka odmawiania”.
4. „Uczucia – uczymy się je rozpoznawać i nazywać”.
5. „Jak pokonać agresję”.
6. „Jesteśmy różni”.
7. „Jestem sobą i wierzę w siebie”.

Wszystkie zajęcia prowadzone są w siedzibie naszej biblioteki i odbywają się po wcześniejszym ustaleniu terminu.

Po wielokrotnym już przeprowadzeniu wyżej wymienionych zajęć z dziećmi w różnym wieku zauważyliśmy, że wykorzystywana przez nas literatura i różnorodność metod aktywizujących jest pomocna w kształtowaniu odpowiedniego rozwoju emocjonalnego dziecka, przyczynia się do wzbogacania jego wyobraźni, kształtuje odpowiednie postawy, wzbogaca słownictwo oraz poszerza wiedzę o nowe zagadnienia.

Na zajęciach uczniowie czują się swobodnie, chętnie biorą udział w dyskusjach, pracach plastycznych, scenkach dramatycznych, często też opowiadają o swych osobistych doświadczeniach. Zajęcia te są również dla dzieci formą zabawy i rekreacji. Dobra atmosfera i specyficzny klimat zajęć o charakterze terapeutycznym pozwala na pogłębienie wzajemnego zaufania w grupie, akceptację i zachęca do większej otwartości.

Zaproponowane przez nas zajęcia cieszą się dużym zainteresowaniem wśród nauczycieli z Częstochowy i okolic. Rozmowy przeprowadzane z nauczycielami, a także

uśmiech na buziach dzieci biorących udział w warsztatach utwierdza nas w przekonaniu, że tego typu zajęcia są potrzebne – co zachęca nas do dalszego poszerzania oferty o nowe tematy.

Agnieszka Chmielewska

Katarzyna Kucharzewska