



Barbara Janczak

Akademia Górniczo-Hutnicza im. Stanisława Staszica w Krakowie

Biblioteka Główna

Biblioterapia - teoria a praktyka

Wstęp

Problematyka, jaka wchodzi w zakres biblioterapii, ma charakter interdyscyplinarny i obejmuje wiele dziedzin bezpośrednio lub pośrednio z nią związanych. Biblioterapia łączy się m.in. z medycyną jako jedna z technik psychotherapeutycznych w zagadnieniach psychologii klinicznej i psychotherapii. Najściślej jednak są związki biblioterapii z bibliotekarstwem i bibliotekoznawstwem. Potrzeba odpowiedniej lektury dla chorych i niepełnosprawnych jest przedmiotem badań nauki o czytelnictwie, a szczególnie bibliopsychologii. Istotne są również problemy związane z funkcjonowaniem i organizacją bibliotek zakładów leczniczych i bibliotek przystosowanych do potrzeb osób niepełnosprawnych, w szczególności dla osób niewidomych i niedowidzących. Teoretyczne podstawy biblioterapii są budowane także na bazie nauk pedagogicznych, głównie pedagogiki specjalnej. W wyniku obserwacji stwierdzono, że odpowiednio dobrana książka kryje w sobie ogromne właściwości terapeutyczne: napełnia optymizmem, mówi o dobroci, życzliwości, przynosi wzory do naśladowania, pomaga w mobilizacji sił psychicznych, wypełnia sensownie czas. Pacjent szuka w literaturze impulsów, które pozwoliłyby mu łatwiej przetrwać trudny okres jego choroby.

Początki stosowania biblioterapii jako metody leczenia odnajdujemy już w starożytnej Grecji i Aleksandrii. W celach leczniczych zalecano ludziom chorym lekturę tekstów Homera i Hezjoda. W początkowym okresie zaznacza się duży związek biblioterapii z religią. Przykładem może być szpital Al-Mansur w Kairze, który zapewniał pacjentom usługi kapłanów czytających Koran przez cały dzień i noc. Biblioterapię praktykowano szeroko w XVIII i XIX wieku w Anglii, Francji, Niemczech, Szkocji. Wiek XX przyniósł dalsze zainteresowanie tym problemem. Szczególnie literatura amerykańska, francuska i niemiecka zawiera interesujące spostrzeżenia, materiały praktyczne i dużo rozwiązań z dziedziny organizacji biblioterapii.

W Polsce właściwy rozwój biblioterapii przypada na lata po drugiej wojnie światowej. Nie należy jednak sądzić, że wcześniej nie doceniano u nas pozytywnej roli książki w leczeniu. Jedną z najwcześniejszych wzmianek o bibliotekach szpitalnych w Polsce to opis szpitala Dzieciątka Jezus w Warszawie z 1927 roku^[1]. W 1938 roku ukazała się praca Jana Stanisława Bystronia *Publiczność literacka*, w której czytamy: *...literatura w niektórych swych postaciach może mieć znaczenie terapeutyczne, może czasem oddziaływać jak szczepienie ochronne, czasem może być psychoanalitycznym oczyszczeniem, katharsis*^[2]. Sam termin *biblioterapia* wprowadza w Polsce w 1938 roku profesor Uniwersytetu Jagiellońskiego Franciszek Walter^[3]. Biblioterapię umiejscawia się zarówno w sferze zasięgu problemów medycyny, jak też w sferze spraw dotyczących kultury. Taka pozycja niesie zawsze w sobie możliwości niedocenienia spraw, które wchodzi w te sfery. Charakterystycznym zjawiskiem współczesnego rozwoju nauki jest pojawienie się nowych dyscyplin naukowych, właśnie z pogranicza różnorodnych nauk. Aby biblioterapia mogła osiągnąć należyty poziom naukowej metody psychotherapeutycznej i ukazać nowe możliwości lecznicze, powinna stać się narzędziem działania bądź w rękach lekarza - psychologa wykształconego również w dziedzinie literaturoznawstwa, bądź w rękach bibliotekarza - wychowawcy wykształconego w dziedzinie medycyny i psychologii.

Biblioterapia jako dział psychotherapii

Psychotherapia polega na procesie leczniczego oddziaływania na psychikę chorego lub grupy chorych. W procesie psychotherapii należy dotrzeć do rzeczywistych przyczyn choroby, czyli przeszłych i bieżących przeżyć pacjenta, zakłóceń w jego życiu uczuciowym i stosunkach z innymi ludźmi. Różne techniki i metody stosowane w psychotherapii nastawione są na to, żeby znaleźć dostęp do emocjonalnych problemów pacjenta od różnych stron, pomóc mu w lepszym zrozumieniu swoich trudności i poznaniu siebie^[4]. Właściwe techniki i metody psychotherapeutyczne są w samym leczeniu niezmiernie ważne.

Współczesna, naukowo uzasadniona, psychotherapia dysponuje wieloma dobrze opracowanymi metodami. Są to m.in. metoda hydroterapii, relaks, trening autogenny, leczenie hormonalne, sugestia, hipnoza, psychotherapia ambulatoryjna. Dr Stanisław Krotchvil wymienia jeszcze metodę swobodnych skojarzeń,

rozmowę niekierowaną, psychodramę, techniki pantomimiczne^[5]. Należy jednak podkreślić, że oddziaływanie psychoterapeutyczne na chorego wymaga w każdym przypadku indywidualnego podejścia oraz zmiany metod. Dlatego też psychoterapia poszukuje i wykorzystuje nowe techniki, które w pozytywny sposób oddziałują na psychikę chorego.

W wielu opracowaniach z zakresu psychoterapii pisze się dużo o muzykoterapii albo też różnych formach kinezyterapii. Mało jednak miejsca poświęca się biblioterapii. W świadomości ogółu czytelnictwo ludzi chorych nie wykroczyło jeszcze poza pojęcie relaksu lub wypoczynkowego sposobu wypełniania czasu pacjentom. Starania psychoterapeutyczne pogłębione metodami biblioterapii mogą być stosowane w celu złagodzenia pierwszych przeżyć stresowych i zaspokojenia głównej dla danej osobowości potrzeby psychosomatycznej. Mogą być również skierowane w celu złagodzenia wtórnych objawów stresowych, jakimi są reakcje stereotypowe agresywno-defensywne. W przypadku daleko posuniętych zmian psychosomatycznych mogą mieć na celu oderwanie czasowe myśli chorego od jego cierpienia i przeżywanych konfliktów, pomóc w odbudowie jego zachwianej psychiki.

Zadaniem psychoterapii winno być poszukiwanie i wykorzystanie nowych metod, które mogą przynieść pozytywne rezultaty w leczeniu chorych. W znaczeniu najogólniejszym zakres oddziaływania psychoterapeutycznego można rozciągnąć daleko poza granice medycyny.

Biblioterapia jako problem nauki o czytelnictwie

Biblioterapia poszukuje dla siebie właściwego miejsca w nauce o czytelnictwie. Stara się wybrać z dotychczasowych osiągnięć w zakresie badań czytelniczych te elementy, które można wykorzystać w praktyce terapeutycznej. Narzędziem biblioterapii jest książka, ale nie każda książka. Tylko lektura odpowiednio dobrana może wywierać korzystny wpływ na życie psychiczne chorego i nie pozwalać mu na chwilę zniechęcenia lub zwątpienia. Przy ocenie wpływu książki na czytelnika warto zauważyć, że aby książka spełniała swą pozytywną rolę, musi być dostosowana do potrzeb i okoliczności życiowych, w których w danej chwili znajduje się człowiek.

Czynność czytania jest procesem złożonym: z jednej strony fizycznym, za pośrednictwem zmysłów (wzroku, słuchu), z drugiej strony psychicznym, gdyż przy czytaniu pracuje myśl ludzka, a także poważną rolę odgrywa uczucie i wola. Biblioterapia w swej praktyce wykorzystuje osiągnięcia bibliopsychologii. Zapoczątkowana przez Mikołaja Rubakina^[6], bibliopsychologia zajmuje się badaniem wpływu książki i czytelnictwa na kształtowanie się postaw czytelników. Przedmiotem jej badań jest książka jako zjawisko psychologiczne. Zadaniem bibliopsychologii jest badanie reakcji czytelnika na książkę. Badania miały wyjaśnić jaką książka, na jakiego czytelnika, w jakich warunkach i w jakim czasie oddziałuje najsilniej, wyzwała największe emocje. Według Rubakina, książka jest niewyczerpaną skarbnicą wiedzy. Umiejętne zorganizowanie pracy z książką może dać wspaniałe rezultaty. Słuszny jest pogląd, że na czytelnika trzeba patrzeć jak na pewną oryginalną strukturę psychiczną. Najsilniej na czytelnika działa ta książka, którą napisał człowiek o podobnej do niego organizacji psychicznej.

W problematyce nauki o czytelnictwie bardzo ważne są również aspekty socjologiczne i pedagogiczne badań czytelnictwa, rozpatrywane z socjologicznego punktu widzenia, mieszczące się w dwóch działach: socjologii literatury i badań procesów masowego komunikowania. Jednak najważniejszym zadaniem, jakie ma biblioterapia do spełnienia, jest wybór odpowiedniej lektury dla czytelnika chorego. Bez znajomości psychiki chorego będzie to niemożliwe. Biblioterapia musi też korzystać z osiągnięć psychologii czytelnictwa - kierunku badawczego traktującego czytanie jako proces psychofizyczny. Zakres jej badań obejmuje również wpływ książki na przeżycia czytelników, na ich postępowanie i kształtowanie się osobowości.

Biblioterapia jako problem bibliotekoznawczy

Biblioterapia wkracza w sferę bibliotekoznawstwa między innymi poprzez badania działalności bibliotek szpitalnych. Jest to bibliotekarstwo specyficzne: główną ideę stanowi tu terapeutyczne oddziaływanie na psychikę czytelnika w celu pomocy mu w trudnym często powrocie do równowagi psychicznej. Bibliotekarstwo terapeutyczne oddaje szczególne usługi ludziom znerwicowanym, chorym lub starym. Terapię tę prowadzi się poprzez działalność biblioteki szpitalnej. Podejmując zatem biblioteczne formy działania w szpitalu, należy mieć na względzie cel istnienia biblioteki w tego rodzaju zakładzie opieki zdrowotnej. Idealnym rozwiązaniem byłoby:

- wyodrębnienie na potrzeby biblioteki samodzielnego pomieszczenia,
- zadbanie o wyposażenie biblioteki (regały, stoliki, krzesła, skrzynki katalogowe itd.),
- planowy dobór odpowiedniego księgozbioru.

Jest to próba sformułowania zadań, jakie ma do spełnienia biblioterapia w zakresie działalności bibliotek szpitalnych, a w rezultacie na płaszczyźnie bibliotekarstwa. W tym zakresie wymagane są badania i stworzenie wzorcowej biblioteki szpitalnej, na wzór której można by tworzyć inne. Wydaje się, że sam moment terapeutycznego i przyjaznego podejścia do czytelnika, jaki reprezentuje ten typ bibliotekarstwa, stwarza możliwości bliższego kontaktu z czytelnikiem niż to się zazwyczaj obserwuje.

Jakkolwiek w sferze teorii problem biblioterapii jest dostrzegany i poświęca mu się stosunkowo dużo uwagi, szczególnie w aspekcie bibliotekoznawczym, to w praktyce ta metoda terapeutyczna nie uzyskała należytego uznania i obecnie znajduje się w Polsce w stadium ogromnego zaniedbania. Tak przynajmniej wynika ze stanu bibliotek szpitalnych na terenie miasta Krakowa. I choć potrzeby obcowania chorych z lekturą rozumiano w środowisku krakowskim już w okresie międzywojennym (jej dostarczaniem do szpitali zajmowali się studenci medycyny oraz instytucje charytatywne, księża i zakonnice), to jednak po drugiej wojnie światowej sprawą bibliotek dla chorych właściwie się nie zajmowano. Wprawdzie szpitale posiadały zbiory książek, ale nikt się nimi nie opiekował.

Pozytywny wpływ na zmianę sytuacji miały akty prawne z lat 60. i 70. XX wieku. Zarządzenie z dnia 4 stycznia 1974 r. wydane przez Ministra Zdrowia i Opieki Społecznej oraz Ministra Kultury i Sztuki było aktem wykonawczym do ustawy o bibliotekach z 1968 r. W wyniku tego zarządzenia sprawami bibliotek dla chorych na terenie miasta Krakowa zajęła się Miejska Biblioteka Publiczna. W 1967 roku utworzono pierwszy punkt terapeutyczny w III Klinice Chorób Wewnętrznych. Bezpośrednim inicjatorem stworzenia tego punktu był prof. Julian Aleksandrowicz i dyrektor Bibliotek Powszechnych Józef Korpała. Prace w tym punkcie rozpoczęła Danuta Gostyńska - wybitny fachowiec, autorka wielu publikacji, całym sercem oddana problematyce biblioterapii i organizacji bibliotek dla chorych. W latach późniejszych otwierane są kolejne punkty biblioteczne w szpitalach. W Miejskiej Bibliotece Publicznej w dziale instrukcyjno-metodycznym tworzy się sekcję bibliotek szpitalnych, która obejmuje opieką metodyczną punkty biblioteczne w szpitalach. Wprawdzie biblioteki nie posiadały najlepszych warunków lokalowych, ale księgozbiory były uzupełniane zarówno przez dary, jak i przez zakup. Biblioteki w części placówek szpitalnych prowadzone były przez bibliotekarzy zatrudnionych na pełnym etacie. Niektóre posiadały katalogi, prawidłowo prowadzoną ewidencję księgozbioru, a przede wszystkim służyły chorym. Taka sytuacja trwała do połowy lat osiemdziesiątych, kiedy to zlikwidowano w Miejskiej Bibliotece Publicznej w dziale instrukcyjno-metodycznym sekcję do spraw bibliotek szpitalnych.

Obecnie sprawami bibliotek dla chorych zajmują się dyrektorzy poszczególnych szpitali. Wprawdzie Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 września 2000 r.^[7] nakłada na zakłady opieki zdrowotnej udzielające całonocnych lub całodziennych świadczeń zdrowotnych obowiązek zapewnienia przebywającym w nim pacjentom obsługi bibliotecznej, jednakże trudna sytuacja finansowa służby zdrowia sprawia, iż zainteresowanie dyrektorów szpitali powstaniem i działalnością bibliotek dla chorych jest małe. W związku z trudnościami ekonomicznymi we wszystkich placówkach, w których istnieją biblioteki księgozbiór powiększa się tylko dzięki darom. W szpitalach, w których istnieją szkoły, np. w Szpitalu im. S. Żeromskiego i Dziecięcym Szpitalu Klinicznym Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego (CM UJ), księgozbiory bibliotek dla pacjentów przeniesiono do bibliotek szkolnych. W Miejskim Szpitalu Specjalistycznym im. G. Narutowicza, w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym im. L. Rydygiera oraz w Szpitalu Specjalistycznym im. Babińskiego zbiory mieszczą się w małych pomieszczeniach. Żaden krakowski szpital nie zatrudnia bibliotekarza prowadzącego bibliotekę dla chorych w pełnym wymiarze godzin. Istniejące punkty biblioteczne czynne są co najwyżej 2 razy w tygodniu. Wypożyczaniem zbiorów często zajmuje się pracownik prowadzący bibliotekę z literaturą fachową dla lekarzy. W części placówek na oddziałach w pomieszczeniach socjalnych dla pacjentów znajdują się półki z książkami w wolnym dostępie. Niektóre placówki szpitalne w ogóle nie posiadają bibliotek dla chorych, np. Okręgowy Szpital Kolejowy.

Zasadniczymi powodami tak złej sytuacji jest - jak już wspomniano - brak środków finansowych oraz bardzo skromne warunki lokalowe większości placówek służby zdrowia. W niektórych szpitalach, na przykład w Klinice Psychiatrii Dzieci i Młodzieży CM UJ, zmienia się model leczenia w kierunku skracania terminu hospitalizacji oraz utrzymywania kontaktu z naturalnym środowiskiem: pacjenci korzystają z weekendowych wyjść do domu, a w oddziale korzystają z własnych lektur.

Pomimo tak złej sytuacji, optymizmem napawa fakt, że mimo wszystko w większości placówek księgozbiory nie zostały zlikwidowane i w miarę możliwości są udostępniane. Miejmy nadzieję, że w przyszłości staną się załącznikiem właściwie funkcjonujących bibliotek dla chorych.

Zdecydowanie lepiej przedstawia się sytuacja obsługi bibliotecznej osób niepełnosprawnych. Od 1964 roku w środowisku krakowskim działa biblioteka dla niewidomych, początkowo przy Zarządzie Okręgu Krakowskiego Polskiego Związku Niewidomych, w 1983 roku przejęta przez dawną Miejską Bibliotekę Publiczną (obecnie Wojewódzka Biblioteka Publiczna w Krakowie). Wypożyczalnia Książki Mówionej i Brajlowskiej - oddział tej biblioteki - obsługujący 1104 czytelników niewidzących i słabo widzących, posiada 17 450 jednostek inwentarzowych (kasety) i 204 tytuły (850 tomów) książek brajlowskich. Biblioteka posiada urządzenie przetwarzające czarny druk na głos mechaniczny (Autolektor), zlokalizowane w osobnym pomieszczeniu. Obsługą czytelników zajmuje się dwóch etatowych bibliotekarzy, którzy dobrze znają swoich czytelników i chętnie służą im radą w doborze lektury. Do ich obowiązków należy dostarczanie w wyjątkowych przypadkach książek czytelnikom do domu.

Ośrodki skupiające inne grupy niepełnosprawnych i upośledzonych - przykładową klasyfikację niepełnosprawności podaje F. Czajkowski^[8] - wykorzystują różne formy i metody biblioterapii w zależności od rodzaju i stopnia niepełnosprawności swych podopiecznych, posiadanego księgozbioru oraz kwalifikacji i intuicji personelu terapeutycznego.

Wypada tutaj odnotować, że w dniach 10 - 11 października 2003 roku we Wrocławiu odbyła się konferencja naukowa na temat: "Biblioterapia w bibliotekach. Zakres, formy, metody", na której poruszono wiele aktualnych aspektów zastosowania biblioterapii wśród różnych grup czytelniczych. W ostatnim czasie w Polsce ukazał się szereg publikacji poświęconych omawianemu zagadnieniu^[9].

Podsumowanie i wnioski

Problem biblioterapii w praktyce znalazł różne rozwiązania w poszczególnych krajach. W zakresie teorii i kształcenia kadr biblioterapia czeka jeszcze na zasadnicze odkrycia i rozstrzygnięcia. Dotychczas brak jest ustalonych i uznanych podstaw tego zagadnienia. Nie ulega wątpliwości, że biblioterapia jako metoda czy technika psychoterapii, jak wykazują to niektórzy specjaliści, nie może stanowić niezależnego środka terapeutycznego, ale powinna towarzyszyć innym metodom leczenia pod kierunkiem lekarza, zwłaszcza w zakładach leczenia zamkniętego. Biblioterapia to również problem organizacyjny, kadrowy i szerszy problem z zakresu psychologii czytelnictwa, przekraczający psychoterapię szpitalną w sensie psychologicznym.

Do tej pory w żadnym ze szpitali polskich, w których prowadzi się biblioteki dla chorych, nie stosuje się biblioterapii w prawdziwym tego słowa znaczeniu. Dopiero gdy uda się odpowiednio ustalić i rozwiązać podane tu zagadnienia na płaszczyźnie naukowej, będzie można mówić o prawdziwej pracy biblioterapeutycznej.

Niezmiernie istotna jest sprawa lokalizacji specjalizacji biblioterapeutycznej na studiach wyższych. Z tym wiąże się potrzeba zaszeregowania biblioterapii jako metody psychoterapeutycznej bądź w zakresie studiów medyczno-psychologicznych uzupełnionych studiami literaturoznawstwa i bibliotekoznawstwa, bądź jako przedmiotu studiów bibliotekoznawczych, uzupełnionych wiedzą z dziedziny nauk medycznych i psychologii. Nieliczne tego typu specjalizacje na studiach bibliotekoznawczych między innymi w Zakładzie Bibliotekarstwa, Czytelnictwa i Biblioterapii na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika w Toruniu czy działająca od 1985 roku specjalizacja biblioterapii na Wydziale Bibliotekarskim wrocławskiego Państwowego Pomaturalnego Studium Kształcenia Animatorów Kultury i Bibliotekarzy nie rozwiązują problemu braku wykwalifikowanych pracowników z zakresu biblioterapii^[10].

Niezbędne jest prowadzenie stałych badań z zakresu teorii i praktyki biblioterapii, a w szczególności badań nad czytelnictwem osób chorych i organizacją bibliotek szpitalnych. Istnieje pilna potrzeba powołania specjalnych placówek lub zespołów badawczych, które by śledziły wpływ poszczególnych dzieł literatury na chorego oraz wykrywanie prawidłowości w percypowaniu określonego rodzaju lektur w zależności od schorzenia. Nade wszystko konieczne jest opracowanie i wprowadzenie w życie stosownych aktów prawnych, uchwał, zarządzeń i wytycznych w zakresie przedmiotowej kwestii oraz konsekwentna ich realizacja.

Przypisy

[1] KOZAKIEWICZ, W. *Czytelnictwo chorych*. Warszawa : Wydaw. SBP, 1968, s. 27.

[2] BYSTROŃ, I. *St. Publiczność literacka*. Lwów : Książnica - Atlas, 1938, s. 152.

[3] GRYCZ, J. W sprawie biblioterapii. *Silva Rerum* 1939, z. 7 s. 180.

[4] OSUCHOWSKA, I. *Wykorzystanie bajek i baśni w psychoterapii dzieci i młodzieży*. Warszawa : Koło Przyjaciół Dzieci i Młodzieży, 1973, s. 3.

[5] KROTOCHVIL, S. *Psychoterapia*. Warszawa 1974.

[6] ANDUDOWICZ, I. N. A. Rubakin. *Bibliotekarz* 1960, nr 11/12 s. 345.

[7] *Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 września 2000 r. w sprawie zasad organizacji obsługi bibliotecznej w zakładach opieki zdrowotnej oraz zasad współdziałania bibliotek publicznych w wykonywaniu tej obsługi*. Dz.U.00.91.1014.

[8] CZAJKOWSKI, F. Ku bibliotekom bez barier dla osób z niepełnosprawnościami. *Poradnik Bibliotekarza* 2003, nr 6, s. 6.

[9] Zob. m.in.: CZERNIANIN, W. Literatura piękna jako środek oddziaływania terapeutycznego w biblioterapii - na przykładzie mitów i baśni. *Acta Univ. Wratisl. Pr. Psychol.* 2002, nr 55, s. 137-148; CZERNIANIN, W. Podstawy biblioterapii. *Acta Univ. Wratisl. Pr. Psychoz.* 2002, nr 55, s. 205-213; KRZACZKOWSKA, D. Biblioterapia jako jedna z metod procesu rewalidacyjnego osób niepełnosprawnych. *Bibl. Zach.-Pom.* 2003, nr 1, s. 43-49.

[10] CZERWIŃSKA, M. Biblioterapia - między dyscypliną a metodą rewalidacji. *Roczniki Biblioteczne* 2001, R. XLV, s. 116-117.



Michalska. - Nr 1/2004 (52) styczeń. - Czasopismo elektroniczne. - [Warszawa] : Stowarzyszenie Bibliotekarzy Polskich KWE, 2004. - Tryb dostępu: <http://www.ebib.pl/2004/52/janczak.php>. - Tyt. z pierwszego ekranu. - ISSN 1507-7187