

Biblioterapija ali bibliosvetovanje?

Literatura v namen vzgoje in izobraževanja



Živa Slavec, študentka Specialne in rehabilitacijske pedagogike na Univerzi v Ljubljani

Biblioterapija je svetovanje s pomočjo literature, ki se lahko uporablja v namene zdravljenja, obenem pa je lahko tudi uporabna metoda za vse, ki opravljajo pedagoško delo. Gre za branje literature, ki mu sledi vodena diskusija o likih v izbranem tekstu. Poleg diskusije je najpomembnejši del biblioterapije prav izbira primernega teksta, ki bo posamezniku omogočal čim večjo identifikacijo z liki. Izraz »biblioterapija« lahko nadomestimo tudi z izrazom »bibliosvetovanje«, ki je primernejši za šolsko okolje, kjer se zdravljenje ne izvaja. Bibliosvetovanje je lahko uporabno tudi pri delu z otroki s specifičnimi učnimi težavami, saj spodbuja učenje strategij spopadanja s problemi na področjih, kjer imajo pogosto težave, kot so težave z branjem, načrtovanje daljših aktivnosti, socialno vključevanje, učenje zaporedij, izražanje mnenj in občutij, evalvacija dela.

Ključni pojmi: bibliosvetovanje, biblioterapija, specifične učne težave, strategije reševanja problemov, otroška literatura

Že v času antike so knjige veljale za orodje zdravljenja, v štiridesetih letih prejšnjega stoletja pa se je prvič začela uveljavljati tudi biblioterapija, ki je bila sprva znana pod različnimi imeni, kot so bibliosvetovanje, bibliopsihologija, knjižnična terapija, literarna terapija ipd. (Pardeck 1998).

Za boljše razumevanje biblioterapije je potrebno najprej opredeliti, kaj terapija sploh je oz. kakšen je njen namen. Namen psihoterapije (terapije v kliničnem okolju) je zdravljenje motenj, ki so nastale iz čustvenih in nagonских navzkrižij, pri čemer terapijo izvaja nadrejeni terapevt (Zabukovec idr. 2007).

Najsplošnejša definicija biblioterapije pravi, da se pri biblioterapiji vodi diskusijo, s katero se pri udeležencih uporabi integracijo čustvenega in kognitivnega odziva na izbrano literaturo, s čimer se dosega kvalitativne spremembe na čustvenem, vedenjskem, kognitivnem in socialnem področju (Hynes in Hynes-Barry 1986, v Zabukovec idr. 2007). Cook, Earles-Vollrath in Ganz navajajo šest možnih ciljev biblioterapije, ki jih je zastavil že profesor socialnega dela, Pardeck (1995, v Cook idr. 2006). To so nudenje informacij, nudenje vpogleda v specifično izkušnjo ali situacijo, nudenje alternativne rešitve problema, spodbujanje diskusije o tem, kaj je dejanski problem, podajanje novih zornih kotov in odnosa do problema ter pomoč učencem pri razumevanju, da se tudi drugi vrstniki spopadajo s podobnimi težavami (Cook idr. 2006).

Tako je biblioterapija tehnika dela, ki se po navadi uporablja v kliničnem okolju kot dopolnitev zdravljenja (Zabukovec idr. 2007). Pardeck si je biblioterapijo predstavljal kot uporabno tudi pri delu z otroki in je v skladu s tem spodbujal starše in učitelje, da to metodo uporabljajo pri otrocih, ki se spopadajo s težavami, kot so uravnavanje in izražanje čustev, težave pri navezovanju socialnih stikov, težave pri spopadanju z ločitvijo staršev itd. (Pardeck 1998). V primeru, da se tako tehniko uporabi v strukturiranem kliničnem okolju ter jo izvaja strokovnjak (psihoterapevt, psiholog, psihiater ...), govorimo o klinični biblioterapiji. Taka oblika se pogosto uporablja za reševanje motenj hranjenja, vedenjskih težav, obsesivno-kompulzivnih motenj itd., pri čemer je cilj to, da otroci razumejo, da lahko rešijo svoj problem. Ko govorimo o uporabi literature za namen pomoči posameznikom, katerih zdravje ni resno ogroženo in se jo uporablja za namene preventive, govorimo o razvojni biblioterapiji. To vrsto se večinoma uporablja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah (Krvina in Mlakar 2021).

V šolskem prostoru se klinične terapije ne izvaja, prav tako je biblioterapija uporabljena večinoma v preventivne namene in kot podajanje uvida v določene situacije, pri čemer ne zdravi. Lahko pa določene elemente biblioterapije povežemo z nekaterimi šolskimi podsistemi, kot sta svetovalna služba in šolska knjižnica (Zabukovec idr. 2007). Zato Zabukovec, Resman in Furlan (2007) menijo, da je primernejši izraz za uporabo teh metod v šolskem okolju (biblio)svetovanje oz. svetovanje s pomočjo literature. Gre tudi za manj hierarhično in bolj demokratično obliko odnosa kot v primeru klinične terapije. Upoštevajoč te argumente ter

namen uporabe te metode v šolskem okolju, tudi ta članek v nadaljevanju uporablja izraz bibliosvetovanje.

IZBIRA PRIMERNE LITERATURE

Pri izbiri primerne literature v namen bibliosvetovanja si izvajalec lahko pomaga z naslednjimi vprašanji: Bodo učenci razumeli koncepte ter vsebino dela? Bodo učenci razumeli uporabljeno besedišče? So okolje, kontekst, starost likov, problem primerljivi z mojo skupino učencev? So liki v knjigi predstavljeni dinamično (se skozi zgodbo razvijajo), realistično, brez negativnih stereotipov? Ali ilustracije pomagajo učencem bolje razumeti zgodbo ter ne predstavljajo skupin ljudi na diskriminatoren način? Ali zgodba ponuja strategije reševanja in spopadanja s problemi? (Rozalski idr. 2010)

Izbira teksta je prva faza metode bibliosvetovanja. Pri tem upoštevamo starost, značilnosti, potrebe in težave bralca. Naslednja faza vključuje ponotranjenje izbranega teksta, ko bralec knjigo vzame za svojo izbiro. Do tega lahko pride le, če izvajalec pozna bralčeve interese. Sledi faza identifikacije z liki, ki je tesno prepletena že s prejšnjo fazo. Gre za ponotranjenje in vživljanje v besedilo, pri čemer se bralec čustveno vključi v proces, kar tudi vodi do naslednje faze – projekcije bralčevih čustev, sanj, želj, potreb na lik v knjigi oz. na književnega junaka. Pri tem spozna, da sta si z junakom podobna in se z njim poistoveti. Temu sle-

dita predzadnja faza odziva na poistovetenje ter zadnja faza vpogleda, kjer bralec pridobi uvid v svojo situacijo s pomočjo situacije junaka iz knjige. Po zgledu knjige lahko bralec svojo situacijo spreminja ali jo sprejme (Bašić in Žižak 1989, v Kucler 2002). V primeru, da se bralec zelo vživi v zgodbo in sočustvuje z liki, se s tem spodbuja tudi razvoj empatije in zavedanje, kako postopati, ko se ljudje okrog njega spopadajo s podobnimi situacijami kot liki v tekstu (Cook idr. 2006).

Ker je branje načeloma sproščujoča dejavnost, omogoča več možnosti za aktivno udeležnost posameznika v procesu (Zabukovec idr. 2007), kar je poleg izbire primerne literature bistveno za uspešnost metode bibliosvetovanja (Kucler 2002). Strokovnjak, ki izvaja bibliosvetovanje, mora tudi poskrbeti, da okolje izvajanja daje učencem občutek varnosti in spodbuja odprto in iskreno komunikacijo. Bibliosvetovanje lahko poteka individualno ali pa v manjših skupinah, znotraj razreda, knjižnice, pisarne svetovalnega delavca, v ordinaciji. Lahko se uporabi različne pristope, tudi igro vlog, pri kateri se oseba še bolj vživi v zgodbo. Dialog, ki sledi branju gradiva, mora izvajalec biblioterapije zastaviti tako, da vključuje interpretacijo, analizo, sintezo in evalvacijo dela ter bralčevega doživljanja. Hkrati pa mora voditi tudi k občutku zadoščenja (Cook idr. 2006). Večina virov navaja zaključek biblioterapije kot nekakšno razodetje oz. sprejemanje svojih težav ter rešitev zanje.



PRIMERI LITERATURE

Hafnar (2018) navaja primere literature za različna področja, ki jih želimo z bibliosvetovanjem pri otroku bolje raziskati ali razviti. Večina navedenih knjig je primernih za vrtec ter prva tri leta osnovne šole.

Simon in skokec, Margaret Wild (smrt ljubljénčka)
Anica in zajček, Desa Muck (smrt, spopadanje s smrtjo)

Oglas za eno mamo, Patricija Peršolja (smrt starša)
O miški, ki je zbiral pogum, Nina Mav Horvat (strah)
Pritihotopil se je mrak, Ella Burfoot (tema)

Mišek Tip noče v vrtec, Anna Casalis (odhod v šolo, vrtec)

Za šolo sem absolutno še premajhna, Lauren Child (odhod v šolo)

Prvič v šoli, Maja Črepinšek (odhod v šolo)

Mislili bomo nate, babica, Antonie Schneider (smrt starega starša)

Veveriček posebne sorte, Svetlana Makarovič (osebe s posebnimi potrebami)

Luka je med nami, Lesley Ely (osebe s posebnimi potrebami, gibalna oviranost)

Drugačen, Kathryn Cave (motnje avtističnega spektra)

Ko najdeš pravega prijatelja, Hortense Ulirch (posebne potrebe)

Novi mali človeček, Lauren Child (rojstvo sorojenca)

Škrat s prevelikimi ušesi, Bina Štampe Žmavc (sprejemanje oseb s posebnimi potrebami)

Sovica Oka, Svetlana Makarovič (sprejemanje oseb s posebnimi potrebami)

Plašček za Barbaro, Vitomil Zupan (osamljenost)

Zgodba o dveh kozah, Tom Barber (reševanje sporov)

Mihovo pismo, Tom Percival (prijateljstvo)

BIBLIOTERAPIJA IN OTROCI S SPECIFIČNIMI UČNIMI TEŽAVAMI

Uporaba bibliosvetovanja pri otrocih s specifičnimi učnimi težavami (v nadaljevanju SUT) je lahko izredno uporabna pri spodbujanju tehnik za spopadanje z občutki manjvrednosti, znižano samopodobo itd. Vseeno se v tem primeru od otroka s SUT pričakuje, da se osredotoči na metode dela in materiale, s katerimi ima že v osnovi težave, kar lahko vpliva na uspešnost svetovanja, ne glede na to, kako primerno je izbrano literarno delo za otrokovo situacijo. Pred izvajanjem bibliosvetovanja je potrebno poznati otrokove težave in zmožnosti pri branju, pisanju in razumevanju ter njegov odnos do le-teh (Piltch-Loeb 2022).

Otroci s SUT imajo lahko težave z razumevanjem določenih fraz, metafor ter drugih izrazov, prav tako imajo lahko težave pri branju poezije, ki ne sledi ustaljenim vzorcem in pravilom, ki so se jih učili v šoli. V primeru, da se pri bibliosvetovanju uporablja tudi pisanje, lahko tudi to predstavlja težave z izražanjem,

tvorjenjem povedi, pisavo itd. Prav tako imajo otroci s SUT lahko težave pri ohranjanju in pomnjenju informacij, ohranjanjem pozornosti med procesom svetovanja, razumevanju navodil ter sledenju poteka bibliosvetovanja. Pomembno je, da strokovnjak zna prilagoditi metode glede na specifične zahteve otroka ter njegovo predznanje in sposobnosti ter pri celotnem poteku uporabi aktivnosti, ki bodo otroka uspešno vodile k ciljem svetovanja (Piltch-Loeb 2022).

BIBLIOSVETOVANJE KOT UČENJE STRATEGIJ REŠEVANJA PROBLEMOM

Uporaba literature načeloma vodi tudi v učenje strategij reševanja problemom. Tako lahko postopek bibliosvetovanja razdelimo na naslednje štiri faze: predbranje, vodeno branje, diskusija, ki sledi branju, ter učenje strategij oz. aktivnosti za utrjevanje spoznanj. Pri predbranju strokovnjak (učitelj) naredi pregled primerne literature ter izbere tekst, ki ga bo uporabil. Pri tem tudi z različnimi vprašanji ter aktivnostmi spodbuja razmislek ter ugotavlja predznanje udeležencev (učencev) v sledečem svetovanju (Forgan 2002).

Vodeno branje pri mlajših otrocih poteka tako, da strokovnjak na glas bere izbrano literaturo, če je uporabljeno daljše delo, se bere po delih. Temu sledi nekaj trenutkov samorefleksije, strokovnjak lahko uporabi literarni dnevnik, v katerega si otroci po branju zapišejo kratko obnovo, misli ... Seveda je ta faza prilagojena starosti otrok, pri starejših otrocih lahko branje poteka tudi individualno (Forgan 2002).

Tretja faza, ki jo avtorji pogosto navajajo kot najpomembnejšo, je diskusija, ki sledi branju. Začetek diskusije je kratka obnova branega dela, ki ji sledi pogovor o likih. Sodelujoči v bibliosvetovanju delijo svoja opažanja o vedenju in občutjih likov. Strokovnjak, ki vodi svetovanje, lahko postavi vprašanja o likih ter spodbuja razmišljanje o drugih zornih kotih, iz katerih lahko pogledamo na vedenje likov ter njihove odzive. Sodelujoče spodbuja, da razmišljajo o drugih možnih rešitvah problema, s katerim se spopada lik v izbranem tekstu. Z vprašanji poskuša spodbuditi poistovetenje sodelujočih z liki ter navezavo možnih strategij reševanja/spopadanja s težavami z njihovimi lastnimi situacijami. V tej fazi lahko pride do tako imenovane katarze, pri čemer udeleženci pridejo do načinov, kako rešiti njihovo osebno težavo. Skozi vodeno diskusijo sodelujoči lahko pridejo tudi do spoznanj o počutju drugih. V primeru razreda lahko bibliosvetovanje uporabimo kot strategijo razlage situacije otroka njegovim sošolcem, s tem se spodbuja tudi empatija (Forgan 2002).

Naslednja faza je faza učenja strategij reševanja problemom. Ta faza je še posebno pomembna za otroke s SUT, saj imajo pogosto slabe veščine metakognici-

je (evalvacije svojega dela, načrtovanja aktivnosti, spopadanja z ovirami itd.) in so na tem področju odvisni od učitelja, svetovalnih delavcev itd. Na podlagi zgodbe likov iz izbranega teksta s pomočjo sodelujočih najprej identificiramo problem, ki je predstavljen v tekstu. Lahko se osredotočimo na enega ali več problemov, ki so aktualni za sodelujoče v bibliosvetovanju. Pri tem ločimo osnovno oz. primarno težavo in sekundarne težave, ki so nastale kot posledica prve, ter pojasnimo razliko in vzročno razmerje med njimi. Zatem se osredotočimo na možne rešitve osnovne težave. Pri tem se spodbuja razvoj pogovora o možnih ovirah, ki bi onemogočale rešitve, ki smo jih prej našli. S tem skozi pogovor ugotovimo, ali so rešitve mogoče ali ne ter ali bi bile sploh uspešne. Pri tem moramo sodelujočim pojasniti, da je normalno, da večina rešitev dejansko ni mogočih oz. jih večina ne bi bila uspešnih. Pri tem pregledamo vse našete rešitve ter izberemo kot najbolj optimalno tisto z nič ali najmanj ovirami. Pomembno je, da poudarimo, da je dobra rešitev tista, ki reši njihovo težavo na dolgi rok in ne le momentalno, ter da to pomeni, da bo mogoče potrebno izločiti nekaj rešitev, ki izgledajo na prvi pogled najbolj privlačne. Ko si sodelujoči izbere rešitev, spodbujamo, da jo uporabi tudi naslednjič, ko bo naletel na reševani problem. Na tej točki lahko strokovnjak uporabi tudi metodo igre vlog, pri kateri sodelujoči odigrajo situacijo, v kateri se pojavi reševani problem. V naravnem okolju bodo sodelujoči mogoče potrebovali dodatno spodbudo strokovnjaka (učitelja v šolskem okolju), da izpeljejo dogovorjeno rešitev. Končna faza je faza evalvacije, v kateri sodelujoči skupaj s strokovnjakom evalvirajo, ali je bil izid rešitve zaželen in ali je bila rešitev sploh učinkovita. Evalvacija lahko spet poteka v obliki diskusije, individualno ali skupinsko. Strokovnjak postavlja vprašanja o poteku reševanja problema, kaj je šlo po načrtih in kaj ne, zakaj izid ni tak, kot se ga je pričakovalo, kaj bi naslednjič naredili drugače, ali so bile prisotne ovire, ki jih niso predvideli itd. (Forgan 2002).

Kot aktivnost za utrjevanje novih spoznanj lahko uporabimo igro vlog, resnične vsakodnevne situacije, pri katerih udeležence spodbujamo, da uporabijo naučene strategije, pisanje dnevnika doma itd. (Forgan 2002).

Bibliosvetovanje je lahko odlično sredstvo za premagovanje komunikacijskih ovir med odraslim in otrokom. Tako so na primer pravljice odlično sredstvo za spodbujanje soočanja s težavami, razmišljanja o svojih značilnostih in situaciji, v kateri se otrok znajde. Spodbuja lahko razvoj veščin in strategij reševanja problemov, pri otrocih spodbuja samopodobo, motivacijo, samokontrolo, kar je še posebno uporabno pri delu z otroki s specifičnimi učnimi težavami.



Viri in literatura

- Cook, K. E., Earles-Vollrath, T., in Ganz, J. B. (2006): *Bibliotherapy*. Intervention in School and Clinic, 42(2), str. 91-100. Dostopno na: <https://doi.org/10.1177/10534512060420020801>, maj 2023.
- Forgan, J. W. (2002): *Using Bibliotherapy to Teach Problem Solving*. Intervention in School and Clinic, 38(2), 75-82. Dostopno na: <https://doi.org/10.1177/10534512020380020201>, julij 2023.
- Hafnar, Z. (2018): *Pravljica kot biblioterapevtsko delo v vrtcu*. [Diplomsko delo, Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta]. PeFprints. <https://repozitorij.uni-lj.si/lzpisGradiva.php?id=104195>
- Krvina, M. in Mlakar, S. (2021): *Stališča strokovnjakov do biblioterapije* [Diplomsko delo, Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta]. Repozitorij UL. <https://repozitorij.uni-lj.si/lzpisGradiva.php?id=129238>
- Kucler, M. (2002): *Pravljica kot socialnopedagoška intervencija*. Socialna pedagogika (Ljubljana), let. 6 (št. 1) str. 21-46. Dostopno na: <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:doc-6PFK3M8K>
- Pardeck, J. T. (1998): *Using books in clinical social work practice: A guide to bibliotherapy*. Dostopno na Routledge: <https://dokumen.pub/using-books-in-clinical-social-work-practice-a-guide-to-bibliotherapy-9781306520119-1306520118-9781315821719-1315821710.html>
- Piltch-Loeb, J. (2022): *Bibliotherapy with children with Neurodiverse profiles: A literature review*. Dostopno na DigitalCommons@Lesley: https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/648/
- Rozalski, M., Stewart, A., & Miller, J. (2010): *Bibliotherapy: Helping Children Cope with Life's Challenges*. Dostopno na ERIC - Education Resources Information Center: <https://eric.ed.gov/?id=EJ921647>
- Zabukovec V., Resman M. in Furlan M. (2007): *Bibliosvetovanje (biblioterapija) v šoli*. Pedagoška obzorja, 3-4, 63-69.