

Biblioterapia w pracy nauczyciela

W dzisiejszym świecie, nie da się przecenić terapeutycznej wartości książki. W nowoczesnej szkole często mówimy o nowych technologiach a zapominamy o zasłużonej książce. Teksty, proponowane w listach lektur dla dzieci i młodzieży, często zniechęcają do czytania.

Tymczasem książka ma wartość terapeutyczną, lepiej wpływa na dziecko niż najlepszy komputer. Nauczyciel, który „zarazi” uczniów pasją czytania, osiągnie duże sukcesy wychowawcze i dydaktyczne. Jeśli wykorzysta w pracy pedagogicznej odpowiednio dobrane teksty literackie, pomoże uczniom uporać się z wieloma problemami. W biblioterapii można wykorzystać każdą książkę, zarówno lekturę szkolną, jak i inną, mniej lub bardziej lubianą przez uczniów. Aby skutecznie zastosować w terapii tekst literacki, wystarczy dostrzec w nim odpowiednie wartości, np.: przyjaźń, wzajemna pomoc, zrozumienie, akceptacja inności, itd. Z pewnością uczeń znajdzie podczas zajęć odzwierciedlenie własnych problemów.

Prowadzenie zajęć biblioterapeutycznych w szkole może mieć ogromne znaczenie dla uczniów. Zajęcia dają dużo więcej możliwości niż tradycyjna lekcja biblioteczna. W odniesieniu do uczniów wykorzystuje się tekst literacki jako narzędzie terapeutyczne i wychowawcze. Słuchanie i opowiadanie historii to doskonały sposób na nawiązywanie dialogu z uczniami. Opowiadania, bajki, baśnie dają wsparcie, kompensują braki, umożliwiają oraz rozwijają i przede wszystkim relaksują.

W biblioterapii wykorzystuje się terapeutyczne wartości literatury. Różni się ona od poradnictwa czytelniczego tym, że jest procesem dłuższym, wymagającym dużego zaangażowania ze strony bibliotekarza. Teksty literackie są punktem wyjścia do kształtowania postaw, wzbogacania wyobraźni, dostarczania bodźców do rozwoju emocjonalnego.

Zaplanowany proces postępowania biblioterapeutycznego składała się z kilku elementów, jest w miarę potrzeb modyfikowany i dostosowany do możliwości poznawczych uczniów:

- słuchania odpowiednio dobranych środków terapeutycznych,
- identyfikacji z bohaterem literackim i opisanie przeżyć doznanych podczas kontaktu z utworem,
- katharsis – odreagowania psychicznego napięcia,

- wglądu w siebie samego, pracy nad ważnymi problemami, wynikającymi z treści utworu,
- zmiany postaw lub zachowań uczestnika procesu biblioterapeutycznego.

Biblioterapia nie jest nastawiona na usuwanie objawów chorobowych, ale może pomóc w odnalezieniu się w nowej, trudnej sytuacji, jaką jest choroba lub niepełnosprawność. Może przyczynić się do zmiany samopoczucia, postaw i sposobu akceptacji u ucznia.

W Pedagogicznej Bibliotece Wojewódzkiej w Rybniku od kilku lat odbywają się zajęcia biblioterapeutyczne. Jest także realizowany program biblioterapeutyczny „Umiejętności społeczne uczniów”. Scenariusze tych zajęć oparte są na bazie tekstów literackich (bajek, wierszy, opowiadań) oraz aktywnych metodach nauczania i zabawach dydaktycznych. Uczestnicy zajęć poprzez indentyfikację z bohaterem literackim uświadamiają sobie, że nie są samotni w przeżywaniu złych emocji i trudności.

Zajęcia wzbudzają wśród uczniów zainteresowanie lekturą, wzbogacają zasób słownictwa ale również uświadamiają młodym czytelnikom, że książka pomaga rozwiązywać problemy.

Podczas zajęć biblioterapeutycznych stosowane są różne formy i techniki, np.: czytanie, słuchanie tekstów z płyt CD, krótkie filmy. Wykorzystywane metody aktywizujące, wpływają na rozwój samodzielnego myślenia i kształtowania postawy twórczej. Są to zabawy interakcyjne, integracyjne, zabawy przeciwko agresji oraz drama, która daje możliwości lepszego zintegrowania się grupy.

Ponadto wykorzystuje się pedagogikę zabawy, która proponuje działania dające uczniom możliwość rozwoju w atmosferze zaufania i wzajemnej akceptacji. Stosowane są też metody arteterapii, dające możliwość wyrazu trudnych przeżyć, doświadczeń i emocji.

Biblioteka pedagogiczna w pełni korzysta z terapeutycznej roli książki, która pomaga chronić przed negatywnymi emocjami, lękiem, gniewem, smutkiem. Dzięki biblioterapii dajemy uczniom wsparcie, budujemy zaufanie, stymulujemy rozwój oraz umożliwiamy poznanie własnych motywów działania. Zachęcamy wszystkich nauczycieli do wykorzystania terapeutycznej wartości książki.

Poniżej prezentuję przykładowy scenariusz zajęć biblioterapeutycznych:

Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych: **Odrzucenie przez grupę**

1. Cele zajęć :

- Budowanie więzi międzyludzkich
- Uwrażliwienie na drugiego człowieka
- Umiejętność dzielenia się z innymi
- Akceptacja przez grupę

2. Uczestnicy: uczniowie kl. I-III szkoły podstawowej

3. Czas : 45- 60 min.

4. Metody, formy pracy, techniki i środki:

- Metody: czytanie, dyskusja, plastyczne
- Formy: praca zbiorowa, grupowa, indywidualna
- Techniki: twórcze, pedagogika zabawy
- Środki : tekst literacki „Bajka o pajęczku”, buźki, , papier kolorowy, kleje, blok techniczny, muzyka relaksacyjna, karton z przedmiotami, mazaki, kredki, patyczki

Przebieg zajęć:

1. Powitanie: „Iskierka przyjaźni”: „Iskierkę przyjaźni puszczam w krąg niech wróci
do mych rąk”

2. Sprawdzenie nastroju : „Buźki”. Uczniowie wybierają smutną lub radosną buzię.

3. Zabawa integracyjna: „Pająk”.

Uczniowie ustawiają się gęsiego, jedno za drugim. Pierwsze dziecko jest pajakiem – mamą, która prowadzi grupę. Wszyscy naśladują sposób poruszania się mamy. Na sygnał prowadzącej zajęcia pierwsze dziecko idzie na koniec, a mamą zostaje kolejny uczestnik.

3. Przypomnienie kontraktu (zasad obowiązujących na zajęciach) .

4. Zabawa integracyjna: „Pajęczek”

Uczniowie siadają w kole, nauczyciel podaje kłębek do ucznia, ten mówi swoje imię i co lubi najbardziej, kłębek przechodzi do wszystkich uczniów, każdy uczeń trzyma

nitkę na palcu i w ten sposób powstaje pajęczyna - nić porozumienia. Uczniowie opowiadają kto jest ich przyjacielem i dlaczego?

5. Część zasadnicza: Nauczyciel odczytuje tekst „Bajka o pajęczku”, zadaje pytania do tekstu, wspólnie z uczniami omawia tekst:

- Jak zachowali się koledzy wobec pajęczka?
- Jak czuł się pajęczek?
- Kto wygrał konkurs w szkole?
- Kiedy nastąpiła zmiana w zachowaniu kolegów?

5. Zabawa relaksacyjna: Zabawa z tamburynem

- Przy jednym uderzeniu : tworzymy koło,
- Przy dwóch uderzeniach: dobieramy się w pary
- Przy trzech uderzeniach: dobieramy się trójkami
- Przy czterech siadamy na podłodze i odpoczywamy

6. Muzyka relaksacyjna: Dzieci zamykają oczy a prowadząca czyta tekst relaksacyjny. Uczniowie spokojnie oddychają, relaksują się.

7. Praca plastyczna: Uczniowie wykonują z papierowych kólek i patyczków pajęczka. Ozdabiają go i nadają mu imię.

8. Zabawa interakcyjna: „Zgaduj – zgadula”. Do dużego kartonu wkładamy różne przedmioty, np.: gumkę, pajak zabawkę, linijkę, zeszyt, itp. Karton jest zamknięty. Przez dziurę w kartonie dzieci wkładają rękę i odgadują co trzymają i do czego dany przedmiot służy i jak można wykorzystać dany przedmiot. Kto odgadnie może w nagrodę zabrać przedmiot do domu.

9. Podsumowanie zajęć: Nauczyciel sprawdza nastrój uczniów po zajęciach. Uczniowie wybierają buźki ze smutną lub radosną miną (ewaluacja zajęć)

10. Pożegnanie: „Iskierka przyjaźni”

mgr Justyna Miłkowska - nauczyciel bibliotekarz PBW w Rybniku

Artykuł ukazał się w „Dialogu Edukacyjnym” 2018 nr 3/ 4 s. 27 - 29