

UDK 028.8:615.85

Stručni rad

Primljeno: 1. prosinca 2022.

Prihvaćeno: 20. prosinca 2022.

Biblioterapijske radionice u knjižnicama Primorsko-goranske županije

Bibliotherapy workshops in the libraries of the Primorje-Gorski Kotar County

Anja Kučan Buterin¹

anja.kucan.buterin@gmail.com

Sažetak

Svrha je ovog rada pokazati vrijednost i primjenjivost biblioterapije, posebice razvojne biblioterapije u prostoru knjižnice. Biblioterapija, s naglaskom na razvojnu biblioterapiju, pridonosi adekvatnom razvoju socioemocionalnih kompetencija djece i mladih, ali i pozitivno utječe na korisnike starije životne dobi. Upravo je knjižničari unutar programa svoje knjižnice i/ili ustanove mogu provoditi. Rad je proizašao analizom i usporedbom tekstova nastalih na temu biblioterapije te prikazom provedbe i vrednovanja biblioterapijskog ciklusa radionica. Nakon provedenih biblioterapijskih radionica uočeno je da je za uspješnost radionice potrebna dobra komunikacija s korisnicima, razvijanje grupne povezanosti i atmosfere podržavanja i međusobnog uvažavanja te izbor adekvatne literature i tehnika rada koje će se koristiti u biblioterapijske svrhe. Rezultati pokazuju provođenje biblioterapijskih radionica u knjižnicama Primorsko-goranske županije, s posebnim osvrtom na provedbu programa „Pričam ti priču“ u suradnji Gradske knjižnice Rijeka i Udruge za promicanje dobrobiti djece „Portić“. Iz rezultata provedbi radi-

1 Anja Kučan Buterin, dipl. knjižničar i mag. educ. philol. croat., Osnovna škola „Gornja Vežica“.

onica vidljivo je zadovoljstvo kako neposrednih korisnika (djece u dobi do 4 do 6 godina), tako i posrednih korisnika (roditelja, skrbnika). Nedostatak takvog tipa radionica u knjižnicama Primorsko-goranske županije te želja korisnika provedenih radionica za njihovim nastavkom, pokazuje da biblioterapijske radionice i dalje trebaju biti dio knjižničnih usluga, koje bi se trebale nastaviti razvijati u tom smjeru. Pritom su se ovdje istakli upravo knjižničari različitih ustanova koji bi za provedbu takvog tipa radionica trebali, uz stručne knjižničarske kompetencije, imati i pedagoške kompetencije, razvijen senzibilitet u radu s ljudima te biti otvoreni za dodatne edukacije i interdisciplinarni pristup čitanju. U radu se govori o ulozi knjižničara u primjeni razvojne biblioterapije u radu s djecom, na primjeru ciklusa biblioterapijskih radionica u sklopu programa „Pričam ti priču“ Gradske knjižnice Rijeka. Na praktičnoj razini opisane biblioterapijske radionice mogu poslužiti kao smjernice za izradu sličnih programa u praksi narodnih i školskih knjižnica, kao i za unaprjeđivanju prakse u drugim knjižnicama sa sličnim iskustvom.

Ključne riječi: biblioterapijske radionice, knjižnice Primorsko-goranske županije, razvojna biblioterapija.

Summary

The purpose of this work is to show the value and applicability of bibliotherapy, especially developmental bibliotherapy in the library space. Bibliotherapy, with an emphasis on developmental bibliotherapy, contributes to adequate development of socio-emotional competences of children and young people, but also has a positive effect on elderly users. Librarians within the program of their library and/or institution can implement it. The work resulted from the analysis and comparison of texts created on the topic of bibliotherapy and the presentation of the implementation and evaluation of the bibliotherapy cycle of workshops. After the bibliotherapy workshops, it was noticed that good communication with users, development of group connection and supportive and respectful atmosphere are essential for the workshop to be successful. Furthermore, the selection of adequate literature and work techniques that will be used for bibliotherapy purposes are very important. The results show the implementation of bibliotherapy workshops in the libraries of the Primorje-Gorski Kotar County, with a special focus on the implementation of the “I’ll tell you a story” program in collaboration with the Rijeka City Library and the Association for the Promotion of Children’s Welfare “Portić”. The results of the workshops show the satisfaction of both direct users (children aged from 4 to 6) and indirect users (parents, guardians). The lack of this type of workshop

in the libraries of the Primorje-Gorski Kotar County and the wish of the users to continue the workshops shows that bibliotherapy workshops should still be the part of library services, which should continue to develop in the same direction. In this kind of work the librarians from different institutions stood out by showing their rich competences. Such professionals should, in addition to their professional librarian competence, have pedagogical competence, a developed sensibility in working with people, and be open to additional education and an interdisciplinary approach to reading. The paper is about the role of librarians in the application of developmental bibliotherapy in working with children, based on the cycle of bibliotherapy workshops as part of the Rijeka City Library's "I'll tell you a story" program. On a practical level, the described bibliotherapy workshops can serve as guidelines for creating similar programs in the practice of public and school libraries, as well as for improving practice in other libraries with similar experience.

Keywords: bibliotherapy workshops, libraries of the Primorje-Gorski Kotar County, developmental bibliotherapy.

1. Uvod

Potražimo li u Hrvatskoj enciklopediji Leksikografskog zavoda Miroslava Krleže pojam *biblioterapija*, naići ćemo na spoj dvaju termina – *biblio* i *terapija* koji nam kao svoj rezultat nude liječenje knjigom (književnošću) mentalnih, emotivnih i socijalnih problema. Iako na prvi pogled oprečni, biblioterapija uvodi književno djelo u doživljajno-spoznajni svijet čitatelja s ciljem percipiranja djela, afektivnog reagiranja na djelo i racionalnog obuhvaćanja djela, a sve radi prevencije mentalnih oboljenja i pobuđivanja zdravih emocija. Unatoč institucionaliziranim programima i opsežnoj literaturi o biblioterapiji, praktičari se danas uglavnom slažu da se o terapeutskom učinku teksta na čitatelja još premalo zna da bi se biblioterapija mogla smatrati egzaktnim područjem znanstvenoga rada i prakse.²

Upravo zbog navedenog smatra se vrijednim pridonijeti promišljanjem o biblioterapiji, prvenstveno kroz ulogu knjižničara. Poznavanje knjiga i korisnika omogućuje knjižničarima da, ako postoji dobra organizacija i poznavanje postupka biblioterapije, postanu jedna od vodećih struka u tom području, neovisno o vrsti knjižnice u kojoj pritom djeluju individualno, u skupinama potpore, kao i putem moguće suradnje s drugim stručnjacima psihijatrima, psiholozima, socijalnim radnicima i drugima.³

2 Hrvatska enciklopedija. Dostupno na: <https://enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=7466> [citirano: 2022-12-06].

3 Antulov, Z. Uloga knjižnice u biblioterapiji (s osvrtom na sveučilišne knjižnice). // *Vjesnik bibliotekara Hrvatske* 62, 1(2019), 151-165.

Premda postoje brojni radovi o biblioterapiji u Republici Hrvatskoj i svijetu, ponajviše iz područja filologije i književnosti, pedagogije, psihologije i edukacijsko-rehabilitacijskih znanosti, zabilježen je manji broj radova o primjeni razvojne biblioterapije i kreiranju biblioterapijskih radionica namijenjenih djeci u knjižnicama. Pritom je riječ ponajviše o diplomskim radovima te je upravo to bio i razlog za pisanje ovoga rada. Naime, u radu se nastojala skrenuti pozornost na važnost provođenja biblioterapijskih radionica u prostorima različitih vrsta knjižnica, istražiti praksu provođenja takvih radionica u Primorsko-goranskoj županiji, posebice Rijeci te prikazati praktičnu primjenu biblioterapijske radionice opisom njezine provedbe u Gradskoj knjižnici Rijeka.

2. Biblioterapija – povijesni okvir čitanja u terapeutske svrhe

Biblioterapija je sustavna metoda za „praktičnu primjenu književnosti“, odnosno za razumijevanje emocija unutar književnog djela.⁴

Iako su moćni učinci čitanja poznati od davnih vremena, kada u antičkoj Grčkoj nad vratima knjižnice u Tebi pronalazimo natpis „Mjesto liječenja duše“, tek je početkom 20. stoljeća taj specifični fenomen povezan s idejom o promjeni ponašanja u mišljenju ili ponašanju pojedinca. Osam godina nakon što je Sigmund Freud (1856. – 1939.) počeo rabiti primjere iz književnosti tijekom svojih psihoanalitičkih sesija, nastaje termin *biblioterapija*, 1916. godine, iz grčke riječi *biblion* (knjiga) i *therapeia* (liječenje), kada Samuel McChord Crothers objavljuje članak naslova *A Literary Clinic*. Crothers je bolesnicima ispočetka čitao dijelove Biblije, a potom i ostala književna djela, s vremenom nudeći biblioterapiju kao metodu olakšavanja duševnih patnji bolesnim ljudima.⁵ Unatoč višestoljetnoj uporabi, biblioterapija je svoje šire teorijsko obrazloženje unutar znanosti o književnosti pronašla tek 1949. godine kada je Caroline Shrodes ukazala na to da je biblioterapija efikasna zato što dopušta pojedincu da se poistovjeti s karakterom i shvati da ona ili on nisu jedini s tim problemom. Kako likovi odrađuju problem, čitatelj je emotivno uključen u borbu s problemom i tako dobiva uvid i u svoju situaciju. Shrodes je definirala biblioterapiju kao „proces dinamične interakcije između osobnosti čitatelja i literature kao psihološkog područja koje može biti korišteno za osobni razvoj i rast“. Tijekom paralelnog procesa klijentove uključenosti u psihoterapiju i literaturu, omogućava se identifikacija, katarza i uvid.⁶ Nakon toga je utemeljena i definicija objavljena 1961. godine, a službeno prihvaćena tek 1966. godine koja glasi: *Biblioterapija je upotreba biranih materijala za čitanje u terapeutske svrhe (u medicini i psihijatriji također). To je*

4 Piskač, D. Biblioterapija i psihoanalitička kritika u kontekstu teorije sustava. // Kroatologija, 7, 2(2016), 60-81.

5 Ibid.

6 Bašić, I. Biblioterapija i poetska terapija: priručnik za početnike. Zagreb: Balans centar, 2011., 15-16.

vođenje do rješavanja osobnih problema kroz direktno čitanje. Crothers je definirao biblioterapiju kao „program aktivnosti utemeljen na interaktivnom procesu između medija i ljudi koji ga doživljavaju i o tome se raspravlja pod stručnim vodstvom“. Takav koncept uključuje shvaćanje biblioterapije kao institucijske i društvene aktivnosti, kroz korištenje didaktične ili imaginativne literature u programu koji vodi jedan ili više profesionalaca, s ciljem omogućavanja pojedincu da pogleda u sebe u trenucima mira, kao i da razumije i prihvati promjene u trenucima nemira i uzbuđenosti duha.⁷

3. Svrha i ciljevi biblioterapije

Glavni je cilj biblioterapije, navodi Bašić (2011.), izazivanje promjene što se ostvaruje u narastajućoj vještini prilagodbe da se radi kroz potisnute konflikte.

Specifični ciljevi pritom jesu:

- povećati samorazumijevanje i ispravno samoopažanje
- povećati osjetljivost za interpersonalne odnose
- osvijestiti životnu orijentaciju
- razviti kreativnost i samoizražavanje
- ohrabriti pozitivno mišljenje i kreativno rješavanje problema
- ojačati komunikacijske vještine, osobito vještine slušanja i govorenja
- ujediniti različite aspekte osobnosti zbog psihičke cjelovitosti
- osloboditi presnažne emocije i osloboditi od napetosti
- pronaći novo mišljenje kroz nove ideje, uvide i informacije
- pomoći sudionicima da osjete oslobađajuće i ljekovite kvalitete ljepote.

Biblioterapija ima široku primjenu u radu s ljudima svih dobi i uzrasta jer se koristi za održavanje i jačanje zdravlja kod različitih zdravstvenih problema (primjerice, ovisnosti o drogama i alkoholu, poremećajima hranjenja, obiteljskih problema, psihičke labilnosti kod odraslih, posljedica pretrpljenog nasilja, maltretiranja, incesta, beskućništva, teškoćama u učenju i školovanju, posljedicama proživljenih ratova i drugih stresnih situacija i drugo). Istraživanja pokazuju kako je literatura snažno oruđe za najrazličitije probleme pojedinca ili grupe korisnika.⁸

Biblioterapija na emocionalnoj razini pojedincu pomaže da razumije svoje psihološke i fizičke reakcije na frustraciju i konflikte te mu pomaže u boljem razumijevanju osobnih motiva i potreba. To se može postići upravo korištenjem različitih vrsta informacijskih medija kroz koje pojedinac na lakši način može osvijestiti da takve probleme

7 Ibid.

8 Ibid.

mogu imati i drugi ljudi, da nisu „sami“ u svojem problemu te dobiti uvid u različite načine rješavanja tih problema. Na taj se način pojedincu omogućava određeno iskustvo bez osobnog izlaganja stvarnom iskustvu, što ga može ohrabriti na slobodniju komunikaciju o problemu s kojim se susreće.⁹

Biblioterapija na socijalnoj razini uključuje procjenu osobne vrijednosti kroz određeni informacijski medij. Kroz stalni kontakt s likovima iz literarnog teksta pojedinac razvija socijalnu osjetljivost te ih kroz promatranje potreba i težnji lika primjenjuje i u svom životu.

Škrbina navodi da biblioterapija na intelektualnoj razini potiče stimulaciju novih kreativnih interesa, razvoj ideja, osvješćivanje mogućnosti više rješenja za jedan problem, promatranje kroz različite perspektive te poticanje pozitivnog i konstruktivnog mišljenja. Kroz medij, odnosno određenu literaturu, pojedinac se suočava s problemom te objektivno razmatra i pronalazi moguća rješenja svog problema.¹⁰

4. Primjena i tipovi biblioterapije

Biblioterapija se počela i nastavila primjenjivati u bolnicama, crkvama, čitaonicama/knjižnicama, školama i sveučilištima, dakle u različitim medicinskim, odgojnim, obrazovnim, rehabilitacijskim ustanovama. S obzirom na to možemo govoriti o različitim tipovima/vrstama biblioterapije.

Otkad je uspostavljena definicija područja i primjena literature u biblioterapijske svrhe, vremenom su se stvorila tri tipa biblioterapije – institucijska, klinička i razvojna; zadržat ćemo se na razvojnoj biblioterapiji, usporedivši je pritom s kliničkom biblioterapijom.

Naime, Piskač (2018.) spominje kako klinička biblioterapija služi psihijatrima da uz pomoć posebno kreiranih tekstova pomognu svojim pacijentima kod značajnih emocionalnih ili ponašajnih teškoća, dok literarna (razvojna) biblioterapija koristi nastavnicima i stručnjacima bliskih profesija da uz pomoć interpretacije književnog djela pomognu zdravim čitateljima da, razumijevajući emocionalni život likova, uspješnije razumiju i svoj emocionalni život.¹¹

S druge strane, razvojna biblioterapija provodi se u školama, na fakultetima, u knjižnicama i drugim odgojno-obrazovnim institucijama. Razvojna biblioterapija je pritom idealna forma uz pomoć koje se čitatelji mogu susresti sa specifičnim životnim situacijama kroz situaciju lika iz literarnog teksta, a u sigurnim okolnostima za njih. Drugim riječima, literarna se biblioterapija bavi uočavanjem promjena u psihičkom životu, pona-

9 Škrbina, D. Art terapija i kreativnost. Zagreb: Veble commerce, 2013., 221-222.

10 Ibid.

11 Piskač, D. O književnosti i životu: Primjena načela literarne biblioterapije u čitateljskoj praksi. Zagreb: Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu, 2018., 18-24.

šanju i djelovanju likova književnog djela, a usredotočena je na uočavanje, razumijevanje i iskustveno doživljavanje emocija putem MED ciklusa koji pokazuje proces međusobne motivacije misli, emocija i događaja u književnom djelu, kako bi se stekao osobni uvid. Potiče se izmjena životnih iskustava kako bi se što više predmetni književni tekst približio stvarnom životu. Naime, biblioterapija omogućava čitateljima da prorade sve emocije likova, kako ugodne tako i neugodne, a sve iz perspektive književnosti kao sigurnog mjesta za čitatelja. Sigurna upravo zbog toga što čitatelj može posredstvom književnog teksta neizravno empatizirati, suosjećati s likom i osjetiti ono što on osjeća.¹²

Biblioterapija kao planirana i unaprijed pripremljena uporaba literature namijenjena je tretmanu različitih psihosocijalnih stanja. Pokazala se djelotvornom kod osoba svih uzrasta.

Biblioterapija djeci na vrlo nježan način pomaže da se osnaže i da shvate da su u stanju pronaći rješenje za svoj problem te da je moguće pronaći više od jednog rješenja. Djeca uče i različite pozitivne oblike ponašanja i vrijednosti od likova u knjigama koje čitaju.

Razvojna biblioterapija bavi se životnim prijelazima i različitim pitanjima uobičajenog života pojedinca te je namijenjena zdravim pojedincima koji trebaju pomoć u suočavanju s nekim životnim situacijama ili problemima, njihovoj prilagodbi ili njihovom razumijevanju.

Razvojna se biblioterapija koristi za poboljšanje razumijevanja, razvoj samopoštovanja i samopouzdanja te kao prilagodba na razvojne krize s kojima se susrećemo kroz život.¹³

Mnoga su djeca tijekom odrastanja izložena traumatskim iskustvima, poput suočavanja sa smrću, strahovima, razvodima te stresovima oko negativnih ocjena, socijalnim stresorima, maltretiranjima i vršnjačkim nasiljem, zlostavljanjima. Kroz biblioterapijski proces ne može se u potpunosti eliminirati stres, ali se djeca mogu osnažiti za lakše suočavanje i nošenje s problemima te eventualnim načinima rješavanja problema.

Dobro odabrana dječja literatura može koristiti za edukaciju djeteta o bolesti, operacijskim zahvatima te bolničkom liječenju. Biblioterapija se koristi i kod problema poremećaja prehrane, poteškoća emocionalnog izražavanja, rizičnog ponašanja, psihičkih poteškoća, opsesivno-kompulzivnog poremećaja, agresivnih ponašanja.

Korištenje biblioterapije pokazalo se učinkovito i kod osoba s intelektualnim poteškoćama te kod osoba sa senzornim ili različitim motoričkim poteškoćama jer upravo mnogi pojedinci imaju problema s jasnim izražavanjem ili verbalizacijom svojih misli, osjećaja ili problema. Raspravljajući o liku i događajima iz knjige iz sigurne perspektive treće osobe, oni mogu lakše razumjeti i verbalizirati svoje osjećaje te pogledati u svoje probleme. Biblioterapija je korisna i kod starije populacije prilikom suočavanja s poremećajima vezanima uz proces starenja te kao sredstvo za izražavanje misli i osjećaja.¹⁴

12 Piskač, D. O književnosti i životu: Primjena načela literarne biblioterapije u čitateljskoj praksi. Zagreb: Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu, 2018., 18-24.

13 Škrbina, D. Ibid., 222-224.

14 Ibid.

5. Primjena razvojne biblioterapije u knjižnicama

„Knjige su ogledala: u njima vidite samo ono što već imate u sebi.“

Carlos Ruiz Zafon

Čitajući knjigu često se nađemo u situaciji da tijekom ili nakon čitanja knjige imamo potrebu razgovarati o njoj, kao i o osjećajima koje je u nama izazvala. Prepoznavši tu osobitost knjige, psihijatri i psiholozi počinju je koristiti kao pomoćno sredstvo prilikom terapija, ali i druge struke počinju prepoznavati mogućnosti u tom području. Jedna od takvih struka jest i knjižnična znanost jer upravo knjižničari s knjigom ostvaruju jedinstven odnos. Poznavanje istovremeno i knjiga i svojih korisnika, omogućuje knjižničarima da postanu jedna od vodećih struka u tom području.¹⁵

Biblioterapiju je knjižničarska struka prihvatila 1904. godine, pa se već u prvoj polovici 20. stoljeća biblioterapijskom timu uz liječnike pridružuju i dodatno educirani knjižničari, ciljano odabirući literatura. Biblioterapija je službeno potvrđena u knjižničarskim krugovima 1939. godine, kada se u sklopu Američkog knjižničarskog društva osniva prvo stručno povjerenstvo za biblioterapiju.¹⁶

1940-ih se biblioterapija pojavom žanra dječje književnosti počinje primjenjivati u školama u radu s djecom.¹⁷

Kao što je već naglašeno – knjižničar kao stručna osoba poznaje literaturu te upravo zbog toga knjižničari mogu ponuditi mnogo preporučene literature koja se može koristiti ovisno o dobi i temi, problemu. Primjer za to danas jesu *Liste dobrih knjiga* koje nudi Hrvatsko knjižničarsko društvo, Komisija za knjižnične usluge za djecu i mladež.¹⁸

Iako zbog svoje uloge poticanja na čitanje, čitateljskih navika, čitateljskih klubova i drugih programa narodne i školske knjižnice prednjače u mogućnostima provođenja biblioterapije, ne treba zanemariti ni druge vrste knjižnica, poput visokoškolskih ili sveučilišnih.¹⁹

Stupanj udjela knjižničara u provođenju biblioterapije ponajprije će ovisiti o vrsti biblioterapije koja se provodi. Knjižničari, kao poznavatelji literature, imaju prednost u njenu odabiranju za biblioterapijsku svrhu te im to omogućuje povlašten položaj za sudjelovanje, kao i za suradnju s psiholozima ili psihijatrima, ali i za samostalno provođenje biblioterapije, ako su dobro upoznati s postupkom provođenja.

15 Antulov, Z. Ibid.

16 Sabljak, Lj. Knjiga i kako je čitati: Priručnik za vođeno čitanje (biblioterapiju). Zagreb: Medicinska naklada, 2022., 58-59.

17 Bušljeta, R.; Piskač, D. Literarna biblioterapija u nastavi književnosti: Sveučilišni priručnik za nastavnike. Zagreb: Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu, 2018., 21-22.

18 Hrvatsko knjižničarsko društvo. Dostupno na: https://www.hkdrustvo.hr/hr/strucna_tijela/17/publikacije/ [citirano: 2022-12-06].

19 Antulov, Z. Ibid.

Prema T. Reščić-Rihar, navodi Antulov (2019.), u provođenju institucijske biblioterapije knjižničar je mogao biti tek suradnik, dok se kod provođenja kliničke biblioterapije uvelike povećava stupanj udjela knjižničara. Za razliku od tih dviju vrsta biblioterapije, razvojna je biblioterapija namijenjena zdravim pojedincima u svrhu očuvanja duševnog zdravlja te osobnog i tjelesnog razvoja, pa je može u potpunosti samostalno izvoditi knjižničar. Upravo u razvojnoj biblioterapiji knjižničar može dati svoj najveći doprinos.

U knjižnicama se biblioterapija najčešće provodi u grupi te zbog toga valja voditi računa o dobi, spolu, podrijetlu, obrazovanju te specifičnim temama na kojima će se raditi, primjerice rastavi roditelja, ovisnostima o drogi i alkoholu, problemima prehrane i slično.²⁰

Dječji je knjižničar pritom, bivajući u stalnom kontaktu s djecom i njihovim roditeljima, u mogućnosti svojim aktivnim stavom izvršiti znatan odgojni i obrazovni utjecaj na njih. Mora poznavati i razumjeti teoriju razvoja čitanja i njegova promicanja, umjetničke i kulturne sadržaje u knjigama, ali i drugim medijima namijenjenima djeci. Suvremeni knjižničari jesu istovremeno učitelji, savjetnici i vodiči kroz intelektualnu baštinu te kao takvi prepoznaju potrebe korisnika i preporučuju im odgovarajuću literaturu. Drugim riječima, suvremeni knjižničar koji radi s djecom i mladima, osim svojih knjižničarskih kompetencija, posjeduje i pedagoške, što podrazumijeva educiranost potrebnu za rad s djecom. On osmišljava i provodi različite odgojno-obrazovne programe. Pritom su biblioterapijske radionice u knjižnicama odličan izbor jer pridonose razvoju socioemocionalnih kompetencija kod djece i mladih. Spomenute biblioterapijske radionice jesu izrazito kreativnog karaktera. Koristi se, primjerice, umjetnost u vidu likovno-vizualnog sadržaja, glazbe, plesa, drame, lutkarstva, priče, kao i drugi kreativni procesi poput igara ili vježbi opuštanja.²¹

Svrha je kreativnih radionica vođenog čitanja ta što se sudionicima pomaže iskazati, doživjeti i proživjeti vlastite emocije čitanjem književnih djela. To su, pritom, preventivni programi za oslobađanje nakupljenog stresa radi poticanja procesa poistovjećivanja i njegova vođenja do završne katarze i uvida te razumijevanja vlastitih, a pritom i tuđih osjećaja i reakcija. Uz prevenciju i sprječavanje daljeg razvoja problema, cilj je biblioterapijskih programa jačanje organizma za suočavanje sa stresom, odnosno jačanje mehanizma samopomoći.²²

Vođeno čitanje, kao proces razvojne biblioterapije, podrazumijeva planiranu i unaprijed pripremljenu uporabu književnih djela za poticanje suočavanja s vlastitim osjećajima, smanjenje emocionalne napetosti i razvijanje kreativnosti, kao i za suočavanje sa stresom. Čitateljska aktivnost pritom prolazi kroz četiri temeljna procesa: identifikaciju, projekciju, katarzu i uvid, koji će u nastavku rada biti prikazani kroz praktičnu primjenu.

20 Ibid.

21 Krpan, K.; Klak Mršić, I.; Cej, V. Primjena razvojne biblioterapije u radu s djecom i mladima. // *Vjesnik bibliotekara Hrvatske* 61, 1 (2018), 345-361.

22 Sabljak, Lj. *Knjiga i kako je čitati: Priručnik za vođeno čitanje (biblioterapiju)*. Zagreb: Medicinska naklada, 2022., 61.

Književno djelo se pritom uvodi u čitateljev doživljajno-spoznajni svijet u tri faze: percipiranje djela, afektivno reagiranje te racionalno obuhvaćanje djela. Zaključno možemo istaknuti kako vođeno čitanje podrazumijeva osmišljeno, emocionalno obojeno i ciljano čitanje teksta koji primatelju prenosi emocionalni i misaoni sloj teksta s funkcijom buđenja zdravih emocija i estetskog doživljaja.²³

Upravo će o mogućnostima, znanjima i afinitetima knjižničara u školama i knjižnicama ovisiti primjena i razvoj vođenog čitanja kao procesa razvojne biblioterapije. Važan je senzibilitet u radu s ljudima, otvorenost prema edukaciji i interdisciplinarni pristup čitanju. S obzirom na to da književno djelo postaje poticaj za razgovor, a podudarnosti književnih karaktera i čitatelja korisnika pomažu u samoidentifikaciji i analizi, upravo se knjižničar nameće kao stručna osoba za izbor literature i vođenje ciljanog čitanja. U komunikacijskom krugu: djelo – voditelj vođenog čitanja (knjižničar) – čitatelj, knjižničar intervenira u sam proces usmjeravajući čitateljev duhovni napor i osiguravajući na taj način vjerodostojnu spoznaju djela, ali i samoga sebe. Upravo zbog toga, poznavajući grupu svojih korisnika, knjižničar voditelj mora istražiti tipove intervencije i način njihova uključivanja u proces komunikacije s književnim djelom. Ključan je, dakle adekvatan izbor literature, jer da bi prava knjiga došla do čitatelja i utjecala na njegovo emocionalno stanje, mentalno zdravlje ili rješenje njegova problema, ona mora biti popraćena odgovarajućim knjižničarskim stavom prema knjizi i problematici koju ona donosi, kao i odgovarajućim odnosom između knjižničara voditelja vođenog čitanja i čitatelja, koji bi treba biti pozitivnog predznaka.²⁴

6. Primjeri biblioterapijskih radionica u Primorsko-goranskoj županiji

Pretražujući publikacije hrvatskih autora o biblioterapiji u Hrvatskoj znanstvenoj bibliografiji CROSBI pronalazimo 47 radova. Neki od njih korišteni su i u ovome radu kao izvor informacija. O biblioterapiji se sporadično piše i na internetskim stranicama gradskih knjižnica u Hrvatskoj, raznim centrima za promicanje zdravlja i drugih udruga.²⁵

U praktičnom se smislu biblioterapija u Hrvatskoj počela provoditi projektom „Korak po korak do oporavka“ unutar nekolicine knjižnica KGZ-a. Projekt se provodio s grupom djece pogođenom ratnim traumama, a biblioterapijske radionice provodile su knjižničarke za djecu i mladež koristeći se *Priručnikom za kreativne susrete s djecom u ratnim i poslijeratnim vremenima*. Nakon Domovinskog rata elementi biblioterapijskih

23 Ibid., 63.

24 Ibid., 78-81.

25 CROSBI. Dostupno na: <https://www.bib.irb.hr/pretraga/?operators=and|biblioterapija|text|meta> [citirano: 2022-12-06].

radionica iz projekta prilagođeni su novom vremenu i ugrađeni u mnoge knjižnične i čitateljske projekte.²⁶

Danas se biblioterapijske radionice u provode diljem Republike Hrvatske s brojnim dobnim skupinama i u različitim ustanovama koje se bave skrbi, njegom, odgojem i obrazovanjem ljudi. Drugim riječima, biblioterapijske radionice možete pronaći u bolnicama, školama, domovima za starije i nemoćne, domovima za djecu s teškoćama u razvoju, knjižnicama, udrugama, knjižarama i drugim ustanovama.

Prema potrebi i zahtjevima, u okviru Centra za stalno stručno usavršavanje knjižničara organiziraju se predavanja i radionice za vođeno čitanje, a predavanja bliske tematike zastupljena su i na drugim stručnim usavršavanjima učitelja, knjižničara, psihologa i srodnih zanimanja.²⁷

Ovaj rad usmjeren je na pretraživanje provođenja biblioterapijskih radionica u različitim vrstama knjižnica Primorsko-goranske županije knjižničara kao provoditelja programa.

Osim dugogodišnjih čitateljskih klubova u kojima je zastupljeno vođeno čitanje, biblioterapijske radionice unutar knjižnica i škola potvrđuju se od 2022. godine. Gradska knjižnica Rijeka provela je biblioterapijsku radionicu „Miš lavljeg srca“ u Tjednu dobre dječje knjige 2022. godine, kao i ciklus biblioterapijskih radionica od rujna do prosinca 2022. godine.²⁸

Jedan od primjera biblioterapijskih radionica provodi se i u nekoliko škola Primorsko-goranske županije pod nazivom „Čitanjem do sebe“ koje su osmišljene u suradnji knjižničara, psihologa i pedagoga Osnovne škole „Gornja Vežica“, Osnovne škole „Drago Gervais“ Brešca te Osnovne škole „Ivana Rabljanina“ Rab, a projektu su se priključile i Osnovna škola „Nikola Tesla“, Osnovna škola „Brajda“, Osnovna škola „Dr. Andrija Mohorovičić“ Matulji, Osnovna škola Ivana Mažuranića Novi Vinodolski.²⁹

7. Provedba ciklusa biblioterapijskih radionica u Gradskoj knjižnici Rijeka

U Gradskoj knjižnici Rijeka, u suradnji s Udrugom za promicanje dobrobiti djece „Portić“, u 2022. godini proveden je ciklus biblioterapijskih radionica pod nazivom „Pričam ti priču“. Voditeljica radionica magistra je edukacije hrvatskog jezika i književnosti, diplomirana knjižničarka te edukatorica završne godine geštalt-psihoterapije. Radionice su se

26 Baráth, A.; Sabljak, Lj.; Matul, D. Korak po korak do prava djeteta: Priručnik za kreativne susrete s djecom u radionicama dječjeg odjela narodne knjižnice. Zagreb: Knjižnice Grada Zagreba, Gradska knjižnica Zagreb, 1999., 4-7.

27 Balanscentar. Dostupno na: <https://www.balanscentar.hr/> [citirano: 2022-12-06].

28 Magazin. Dostupno na: <https://gkr.hr/Magazin/Najave/POPUNJENO-Biblioterapijska-radionica-za-hrabre-misevelavljeg-srca> [citirano: 2022-12-06]. Magazin. Dostupno na: <https://gkr.hr/Magazin/Najave/Pricam-ti-pricu-biblioterapijske-pricaonice-u-Djecjoj-kuci> [citirano: 2022-12-06].

29 School education. Dostupno na: <https://school-education.ec.europa.eu/mt/networking/projects/129354> [citirano: 2022-12-06].

provodile od rujna do prosinca, u ciklusu od 6 susreta u dvije grupe do 10 stalnih sudionika – djece u dobi od 4 do 6 godina. U ciklusu radionica obrađeno je šest različitih tema vezanih uz socioemocionalni razvoj djeteta.

1. tema: tolerancija (uvažavanje) i prijateljstvo (zajedništvo)
Što je to tolerancija i međusobno uvažavanje, kakav sam ja kao prijatelj i kako drugoga uvažavam?
2. tema: strah i sigurnost
Kako se suočavam s osobnim strahovima i pronalazim način kako ih pobijediti?
3. tema: ljutnja i smirenost
Što me najviše ljuti i kako se ponašam kada se osjećam ljuto? Kako kontrolirati svoju ljutnju i pretvoriti je u smirenost, mir?
4. tema: sukob, nedužnost i krivnja
Kako konstruktivno rješavati sukobe, kako dijeliti s drugima i drugoga podržati?
5. tema: odustajanje i upornost
Kako se ponašam kada mi ne ide kako sam zamislio, odustajem li ili nastavljam biti uporan?
6. tema: smisao i besmisao – tko sam ja
Sagledavanje sebe u cjelini. Što me čini sretnim, mirnim, tužnim, ljutim, prestrašenim, zaljubljenim? Kako se ponašaju moje misli kada sam preplavljen emocijama?

Aktivnosti u procesu radionica razvojne biblioterapije bile su ustaljene procedure, kako ih navode i Lj. Sabljak (2022.) i Z. Antulov (2019.).³⁰

1. identifikacija problema
Poznavanjem razvojne dobi korisnika radionica pretpostavljaju se potencijalni problemi i teme adekvatne za rad. Također se tijekom rada s neposrednim korisnicima i razgovora s posrednim korisnicima one potencijalno mijenjaju ili nadopunjuju.
2. kvalitetan odabir teksta
Ovisno o temi radionice, prethodno se izabire adekvatna literatura. S obzirom na dob djece birane su problemske i preporučene slikovnice.
3. uvod u čitanje strukturiranim razgovorom o zadanoj temi (problemu) i uvodne igre opuštanja
Radionica sa sudionicima započela je opuštajućim razgovorom o određenoj temi. Time se ostvarila opuštajuća i povezujuća atmosfera, a sudionici su iskreno mogli govoriti o osobnim iskustvima određene emocije.

30 Antulov, Z. Ibid. / Sabljak, Lj. Ibid.

4. početak čitanja

Ovisno o temi radionice, prethodno izabrana adekvatna literatura izražajno se čita s ponekim ulaženjem u tekst, pojašnjavanjem i kratkim pitanjima/razgovorom kako bi se slušatelj usmjerilo k cilju.

5. završetak čitanja uz intervenciju u tekst (korištenje kreativnih tehnika)

Nakon čitanja sa sudionicima se razgovaralo o pročitanom tekstu te o dojmu koji je tekst na njih ostavio. Uslijedile su različite kreativne tehnike, poput izrade zmaja ljutnje, likovno izražavanje strahova i njihovo ubacivanje u kutiju briga, stvaranje staklenke misli i osjećaja i drugo. Radionice su završavale vođenim vježbama disanja.

6. osvrt na provedene i retrospektivne metode

S roditeljima kao posrednim sudionicima nakon svake se radionice razgovaralo te su se izmjenjivale potrebne informacije. Roditelji su nakon održanog ciklusa radionica ispunjavali i sastavljenu evaluaciju.

7. voditelj prepoznaje ciljeve i potrebe svojih članova čitateljske skupine / ispravlja ili nadopunjuje popis literature koju je moguće koristiti za određeni problem

Po potrebi su se tijekom razgovora s roditeljima korisnika ispitivale njihove potrebe (eventualni problemi i teme s kojima se susreću). Upoznavanjem specifičnosti razvojne dobi članova skupine izabirale su se adekvatne slikovnice i korištene su kreativne tehnike.

Na osnovi dobro odabranog literarnog predloška prilagođenog dječjem uzrastu, interesima i problemima djeca su spontano i bez poteškoća razgovarala ne samo o doživljajima i osjećajima likova iz teksta, nego i o onome što sama osjećaju. Čak i ona djeca koja su introvertirana ili pokazuju otpor prema izravnom razgovoru o svojim doživljajima i osjećajima na ovaj su način mogla izraziti ono što osjećaju i tako se osloboditi emocionalnih napetosti.³¹

O zadovoljstvu korisnika, djece, napisali su u evaluacijskom predlošku i posredni korisnici, njihovi roditelji koji su nakon provedenog ciklusa naveli:

Na radionicama su nam se sviđjele teme i odnos voditeljice prema djeci. Također i izbor slikovnica. Smatram da su ovakve radionice korisne jer pristupaju temama o kojima je ponekad teško razgovarati, a na radionici se o tome priča na njima zanimljiv način – kroz slikovnice, igre i slično. Nakon radionice o strahu naše je dijete našlo način da se nosi sa strahom. Svakom roditelju bih preporučio da odvede svoje dijete na „Pričam ti priču“.

31 Škrbina, D. Ibid.

Moje dijete nakon radionica više sudjeluje prilikom čitanja priče i kod kuće. Posebno mi se sviđela povezanost priče sa stvarnim životom na poučan i zabavan način. Smatram da su radionice korisne jer djeca uče o poznatim stvarima na drugačiji način – upoznaje ih se s problemima i načinima kako ih riješiti.

Naše se dijete jako veseli dolasku. Kutijica za strahove koju smo izrađivali – pomaže, kao i puhanje zmaja za kontrolu ljutnje. Radionice su jako korisne i zanimljive. Dijete kontrolira ljutnju, rješava se strahova i kreativno se izražava.

Dijete se nakon provedenih radionica bolje i preciznije izražava, riječju i crtežom. Posebno nam se sviđelo isticanje različitosti i njihovo uvažavanje. Smatram da su ovakve radionice korisne, ugodne, zabavne, a djeca se uče pripadnosti grupi i izražavanju sebe.

Posebno nam se sviđelo (i djetetu i meni) što se nakon pričaonice odvija i kreativni dio kroz koji se djeca izražavaju. Smatram da su radionice jako korisne jer se prolaze raznorazne teme u manjoj grupi gdje mogu svi razgovarati i sudjelovati i riješiti „probleme“.

Roditelji također ističu želju da se navedene radionice nastave provoditi jer ih smatraju jako korisnima za svoju djecu zbog više razloga.³²

Zaključno, dječjom biblioterapijom potiče se i razvija čitateljska pismenost najmlađih, istovremeno pozitivno oblikujući djetetov način razmišljanja i utječući na njegovo ponašanje, a često se njome utječe i na rješavanje problema s kojima se djeca suočavaju. Književni tekst, posredstvom stručne osobe, omogućuje razumijevanje i analiziranje raznih životnih situacija te potiče na promišljanje, razgovaranje i vrednovanje mogućih rješenja. Djeca moguća rješenja najbezbolnije pritom propitkuju putem igre. Pritom možemo govoriti o mogućnosti ispunjenja glavnog cilja biblioterapije – razvoju socioemocionalnih inteligentnih pojedinaca, kasnije aktivnih pojedinaca u društvu, kao i aktivnih korisnika knjižničnih programa i usluga.³³

8. Zaključak

Ustanove poput bolnica, škola, fakulteta, čitaonica, udruga, a posebice knjižnica, ustanove su koje mogu i koje bi trebale nuditi biblioterapijske radionice za svoje korisnike različitih potreba i dobi. S obzirom na važnost pravodobnog stjecanja socioemocionalnih vještina biblioterapijske radionice nude se kao izvrsna tehnika u radu s djecom na njihovu razvoj. Pritom se knjižničari, s obzirom na važnost i vrijednost odabira relevantne lite-

32 Magazin. Dostupno na: <https://gkr.hr/Magazin/Najave/Pricam-ti-pricu-biblioterapijske-pricaonice-u-Djecjoj-kuci> [citirano: 2022-12-06].

33 Krpan, K.; Klak Mršić, I.; Cej, V. Ibid..

rature, na korištenje kreativnih tehnika, poznavanju svojih korisnika i zbog pedagoških kompetencija i poznavanja specifičnosti određene razvojne dobi, ističu kao potencijalni provoditelji razvojne biblioterapije u obliku pričaonica, radionica, čitateljskih klubova ili kao suvoditelji projekata u suradnji s psiholozima i psihijatrima. Knjižničari bi kao potencijalni provoditelji radionica razvojne biblioterapije također trebali biti otvoreni za dodatne edukacije na području biblioterapije kao i prema interdisciplinarnom pristupu čitanja književnih djela, drugačijem od onoga na kakav su moguće navikli.

Nakon provedenih biblioterapijskih radionica rezultati pokazuju provođenje biblioterapijskih radionica u knjižnicama Primorsko-goranske županije, s posebnim osvrtom na provedbu programa „Pričam ti priču“ u suradnji Gradske knjižnice Rijeka i Udruge za promicanje dobrobiti djece „Portić“. Uočeno je da je za uspješnost radionice potrebna dobra komunikacija s korisnicima, razvijanje grupne povezanosti i atmosfere podržavanja i međusobnog uvažavanja te izbor adekvatne literature i tehnika rada koje će se koristiti u biblioterapijske svrhe. Iz rezultata provedbi radionica vidljivo je zadovoljstvo kako neposrednih korisnika (djece u dobi do 4 do 6 godina), tako i posrednih korisnika (roditelja, skrbnika). Nedostatak takvog tipa radionica te želja korisnika provedenih radionica za njihovim nastavkom, pokazuje da biblioterapijske radionice i dalje trebaju biti dio knjižničnih usluga, koje bi se trebale nastaviti razvijati u tom smjeru

Od najranije dobi kroz život se susrećemo s raznim izazovima, teškoćama, problemima o kojima često nije lako ili moguće razgovarati. Upravo književni tekstovi, posredstvom stručne osobe, otvaraju mogućnost razumijevanja i analiziranja životnih situacija, potiču na diskusiju, promišljanje, vrednovanje i izražavanje te nude moguća rješenja na najbezbolniji način – čitanjem, slušanjem i zamišljanjem. Biblioterapija, kao tehnika liječenja duša, prvotno je prepoznata upravo u knjižnici u Tebi, stoga svakako kao knjižničari možemo i moramo težiti da se liječenje duša – i najmlađih i najstarijih – u njihovim matičnim (školskim, narodnim, sveučilišnim) knjižnicama može i nastaviti.

Literatura

Antulov, Z. Uloga knjižnice u biblioterapiji (s osvrtom na sveučilišne knjižnice). *Vjesnik bibliotekara Hrvatske* 62, 1(2019), 151-165.

Bašić, I. *Biblioterapija i poetska terapija: priručnik za početnike*. Zagreb: Balans centar, 2011.

Balanscentar. Dostupno na: <https://www.balanscentar.hr/> [citirano: 2022-12-06]

Baráth, A.; Sabljak, Lj.; Matul, D. *Korak po korak do prava djeteta: Priručnik za kreativne susrete s djecom u radionicama dječjeg odjela narodne knjižnice*. Zagreb: Knjižnice Grada Zagreba, Gradska knjižnica Zagreb, 1999.

-
- Bušljeta, R.; Piskač, D. Literarna biblioterapija u nastavi književnosti: Sveučilišni priručnik za nastavnike. Zagreb: Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu, 2018.
- CROSBİ. Dostupno na: <https://www.bib.irb.hr/pretraga/?operators=and|biblioterapija|text|meta> [citirano: 2022-12-06]
- Hrvatska enciklopedija. Dostupno na: <https://enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=7466> [citirano: 2022-12-06]
- Hrvatsko knjižničarsko društvo. Dostupno na: https://www.hkdruštvo.hr/hr/strucna_tijela/17/publikacije/ [citirano: 2022-12-06]
- Krpan, K.; Klak Mršić, I.; Cej, V. Primjena razvojne biblioterapije u radu s djecom i mladima. // Vjesnik bibliotekara Hrvatske 61, 1 (2018), 345-361.
- Magazin. Dostupno na: <https://gkr.hr/Magazin/Najave/POPUNJENO-Biblioterapijska-radionica-za-hrabre-miseve-lavljeg-srca> [citirano: 2022-12-06].
- Magazin. Dostupno na: <https://gkr.hr/Magazin/Najave/Pricam-ti-pricu-biblioterapijske-pricaonice-u-Djecjoj-kuci> [citirano: 2022-12-06]
- Piskač, D. O književnosti i životu: Primjena načela literarne biblioterapije u čitateljskoj praksi. Zagreb: Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu, 2018.
- Piskač, D. Biblioterapija i psihoanalitička kritika u kontekstu teorije sustava. // Kroatologija 7 (2016) 2: 60-81.
- Sabljak, Lj. Knjiga i kako je čitati: Priručnik za vođeno čitanje (biblioterapiju). Zagreb: Medicinska naklada, 2022.
- Škrbina, D. Art terapija i kreativnost. Zagreb: Veble commerce, 2013.
- School education. Dostupno na: <https://school-education.ec.europa.eu/mt/networking/projects/129354> [citirano: 2022-12-06]