

Beata Jagieła, Państwowa Wyższa Szkoła Techniczno-Ekonomiczna w Jarosławiu.

DZIAŁANIA O CHARAKTERZE BIBLIOTERAPEUTYCZNYM REALIZOWANE W RAMACH ĆWICZEŃ ZE STUDENTAMI KIERUNKU PEDAGOGIKA W PAŃSTWOWEJ WYŻSZEJ SZKOLE TECHNICZNO-EKONOMICZNEJ W JAROSŁAWIU

ACTIVITIES OF BIBLIOTHERAPEUTIC NATURE EXECUTED AS PART OF CLASSES WITH STUDENTS OF THE PEDAGOGY COURSE AT THE STATE HIGHER SCHOOL OF TECHNOLOGY ECONOMICS IN JAROSLAW

Streszczenie

Tematem niniejszego artykułu jest wykorzystanie biblioterapii rozwojowej, jako narzędzie pracy z młodymi ludźmi. Poprzez pryzmat ich własnych spostrzeżeń (test), zostanie naświetlona osobotwórcza funkcja kontaktu z literaturą. Literatura piękna bowiem bez wątpienia wywiera wpływ na człowieka, zwłaszcza na początku jego podróży przez życie, nakreśla jego priorytety, wytycza azymut życiowych celów i poszukiwań. Dzięki niej człowiek zdobywa esencjonalną wiedzę o otaczającym świecie i ludziach wzbogaconą niejednokroć o gotową puentę. Udział literatury w rozwoju osobowości człowieka jest niepodważalny i nie do przecenienia. Czy jednak współcześni młodzi ludzie wystarczająco doceniają jego rolę? Czy obecna kultura oparta o nieskomplikowany, lapidarny przekaz obrazkowy nie odsunęła kontaktu z książką na plan dalszy? Jeśli tak, to czy istnieją narzędzia pozwalające ten proces odwrócić? Autorka artykułu postara się odpowiedzieć na te pytania w oparciu o praktykę działań o charakterze biblioterapeutycznym, realizowanych w ramach zajęć z przedmiotu *Arteterapia* ze studentami III roku kierunku Pedagogika Państwowej Wyższej Szkoły Techniczno - Ekonomicznej w Jarosławiu, których celem jest kształtowanie pozytywnych postaw w stosunku do literatury, jako do narzędzia samopoznania i pogłębiania wiedzy o świecie.

Słowa kluczowe: biblioterapia, książki, promowanie czytelnictwa, studenci

Abstract

The subject of this article is developmental bibliotherapy as a tool of work with young people. On the basis of their own experience (open test), it will shed light on the personality-forming function of contact with literature. Belles-lettres has undeniable impact on people, especially at the beginning of their journey through life. It indicates priorities, sets the azimuth for life goals and searches. Thanks to it people gain essential knowledge about the world and other people around them, not to mention a ready-made punchline. The role of literature in development of

human personality is unquestionable and cannot be overestimated. Is it, however, appreciated enough by young people today? Has the present civilization, based on complex, lapidary, image-based communication, moved contacts with books into the background? If so, are there any tools making it possible to reverse that process?

The author of the article will try to answer those questions basing the answers on the practical activities of bibliotherapeutic nature, executed as a part of classes with third-year students of Pedagogy at the State Higher School of Technology and Economics in Jarosław oriented at shaping positive attitude towards belles-lettres as a tool of self-realization and deepening one's knowledge about the world.

Key words: bibliotherapy, books, promotion of reading, students

Wstęp

Odpowiedzi na te pytania poprzedzone zostaną próbą definicji pojęcia *arteterapii* oraz szczególnego jej rodzaju – *biblioterapii*, który z wiadomych względów interesuje nas w sposób szczególny.

Współczesna nauka, poszukując wciąż nowych dróg, sięga do starych prawd zaprzęgać sztukę w służbie zdrowia człowieka. Jedną z metod terapii odwołującą się do twórczości jako narzędzia terapeutycznego, wyrosła na gruncie nieustannych poszukiwań nowych technik diagnozy, terapii, a wreszcie profilaktyki jest arteterapia. Arteterapia wykorzystuje szeroki wachlarz różnorodnych form twórczości: malarstwo, rzeźbiarstwo, fotografię, film itp. Dla przykładu: psychoterapia słowem (biblioterapia) to m.in. bajkoterapia, terapia poprzez poezję i mity. W ramach arteterapii funkcjonuje również terapia dźwiękiem: *muzykoterapia*, choreoterapia czy terapia wykorzystująca dźwięki natury. Technikami leczenia sztuką są również *psychodrama* i pantomima.

Ze względu na złożoność tej materii, a także fakt jej efemeryczności (wszak poruszamy się w wymykającym się definicjom świecie sztuki) - to, na czym polega arteterapia i czym dokładnie jest nie jest łatwe do określenia.

Według Wity Szulc, której stanowisko należy do najczęściej cytowanych: „arteterapia polega na wykorzystaniu różnych środków artystycznych, które ułatwiają pacjentowi ekspresję emocji” (Szulc 2001, 126). W świetle tej definicji zasadnicze znaczenie ma sam proces twórczy, fakt zaistnienia ekspresji uczuć oraz efekt finalny, którym są spodziewane, pozytywne zmiany zachodzące pod wpływem twórczej działalności tak w osobowości osoby poddawanej tej formie terapii, jak i w jej relacjach z otoczeniem. Podobnie ogląd rzeczy prezentuje Marian Kulczycki, twierdząc, że „arteterapią możemy nazwać układ poglądów i czynności, których celem jest utrzymanie bądź podnoszenie jakości życia jednostki, za pomocą szeroko rozumianego uprawiania sztuki” (Kulczycki 1990, 12). Następną z definicji podkreśla celowość i planowość działań terapeutycznych z wykorzystaniem medium jakim jest szeroko rozumiana sztuka. Wprowadza ona mechanizm wykluczający działania, które ze względu na ich chaotyczny charakter – arteterapią nie są, podkreśla także odpowiedzialny charakter tych działań, które muszą być prowadzone zgodnie z zasadami terapii oraz sztuki. (Konieczńska 1990, 118)

W rozumieniu Władysława Dykcika (2001, 36), arteterapia to niczym nie skrepowana twórczość człowieka, „powiązana z wykorzystaniem szeroko rozumianych dzieł sztuki i uprawiania sztuki.” W tym ujęciu arteterapia może służyć zarówno jako narzędzie edukacyjne jak i takie, które nastawione jest na korekcję różnego typu zaburzeń. Ten drugi cel stawia arteterapii Andrzej Janicki określając ją jako metodę leczenia wyrosłą z różnych koncepcji teoretycznych, łączącą się z socjoterapią, terapią zajęciową, wychowaniem przez sztukę, psychologią, a wreszcie – pedagogiką. (Janicki 1990, 14)

Kolejne stanowisko dotyczące definicji arteterapii, rozpatrujące kwestię ze zgoła odmiennej perspektywy, prezentuje Andrzej Wojciechowski, który kategorycznie wzbrania się przed łączeniem pojęcia arteterapii ze sztuką. Taki zabieg powoduje bowiem, według niego, zamienne odczytywanie nazw: „terapia przez twórczość” z „terapią przez sztukę”¹. (Wojciechowski 1992, 16)

Biblioterapia nie należy do nowych dziedzin arteterapii. Terminu tego po raz pierwszy użyto bowiem już w 1916. Po półwieczu od tego momentu Amerykańskie Stowarzyszenie Bibliotekarzy podało definicję tego pojęcia, według której biblioterapią nazywamy użycie wyselekcjonowanych materiałów czytelniczych jako pomocy terapeutycznej w medycynie i psychiatrii, a także pomoc w rozwiązywaniu problemów osobistych poprzez ukierunkowane czytanie.

Literatura przedmiotu jest obecnie bogata i ciekawa, a współczesne teorie poszerzają ogólny zagadnienia, podając co najmniej kilka definicji terminu biblioterapia oraz przypisując jej wielorakie funkcje. Dla przykładu: *Encyklopedia wiedzy o książce* serwuje następującą definicję tego pojęcia: biblioterapia – to według tej pozycji - stosowanie lektury książek i innych materiałów drukowanych jako środka terapeutycznego w leczeniu chorych. (Binkermajer 1971, 303) Podobny charakter ma bardziej współczesna definicja autorstwa Marii Molickiej (2002, 104-105), według której biblioterapia jest metodą psychoterapeutyczną, która ma za zadanie wzmocnić i wzbogacić zasoby pacjenta, by lepiej potrafił radzić sobie z trudnościami. Niezwykle istotne w biblioterapii są jej funkcje. Ewa Tomasik (1997, 83-85) wymienia funkcję kompensacyjną, polegającą m. in. na przywracaniu jednostce utraconego sensu życia, oraz profilaktyczną, spełniającą swoją rolę poprzez zagospodarowanie wolnego czasu, „wartościową treścią”. Jako taka biblioterapia może i powinna być adresowana do ludzi zdrowych jako katalizator pozytywnej zmiany osobowości.

Jak trafnie zauważa Wanda Krzemińska (1973, 11)

„(...) Człowiek pragnie ukojenia, zapomnienia o tym co go dręczy, ruchome obrazy i natarczywe dźwięki przeważnie wówczas drażnią, obecność innych ludzi męczy. Wielkim dobrodziejstwem jest wówczas możliwość słuchania muzyki i to raczej klasycznej niż nowoczesnej, a przede wszystkim możliwość czytania.”

W takim ujęciu biblioterapia adresowana jest do szerokiego grona odbiorców, spełnia bowiem funkcję stymulującą, ogólnorozwojową oraz poprawiającą jakość życia osób zdrowych.

¹ Zob. Jagieła, Beata. 2012. *Arteterapia z wykorzystaniem plastyki. Próba klasyfikacji form, metod i technik przez pryzmat działalności Specjalistycznego Psychiatrycznego Zespołu Opieki Zdrowotnej im. prof. Antoniego Kępińskiego w Jarosławiu*. Jarosław: Wydawnictwo PWSTE w Jarosławiu, s. 8-10.

Rozdział I

Przeprowadzony wśród studentów III roku kierunku Pedagogika Państwowej Wyższej Szkoły Techniczno – Ekonomicznej uczestniczących w zajęciach z *Arteterapii* test pokazał, że czytelnictwo wśród młodzieży pozostawia wiele do życzenia. Młodzi ludzie wolą spędzać czas zgoła inaczej, jak sami mówią – aktywniej. Tylko niespełna 25 % osób przedkłada czytelnictwo ponad inne formy wypoczynku, 67 % ankietowanych czyta średnio 1 książkę miesięcznie – przy czym jest to głównie literatura związana z przedmiotem studiów. Studenci pytani o przyczynę, nazwijmy to „ambivalentnego” stosunku do książek, wymieniają ich parę. Najczęściej pojawiającymi się odpowiedziami są: szybkość życia – brak czasu oraz preferowanie innego medium, które w sposób szybszy i bardziej esencjonalny przekazuje podobne treści (film). Pytani w dyskusji o wartość ekranizacji literatury w zderzeniu z nią samą - w większości przypadków stawiają znak równości, jakby nie dostrzegając faktu, że film jest wyobrażeniem swego twórcy na temat dzieła, które z góry narzucone pozbawia nas możliwości uczestnictwa w procesie imaginacji.

Studenci zostali także poproszeni o stworzenie listy książek, które stanowiły dla nich źródło inspiracji, wpłynęły na rozwój wrażliwości i świadomości. Miały być to pozycje najwartościowsze dla ankietowanych, a jedyne ograniczenie stanowił fakt, że lista winna składać się z 5 pozycji. Tu także nie było zaskoczenia – większość z wymienianych przez uczestników testu książek stanowiły lektury szkolne. Ponad 50 % ankietowanych (52 %) w oparciu o nie konstruowało swoje wykazy „książek najistotniejszych”.

Wyniki testu, które analizujemy pobieżnie ze względu na położenie akcentów niniejszego opracowania na działania mające zaradzić tej sytuacji, nie są w żaden sposób odkrywcze. Potwierdzają one ogólną tendencję – książek czyta się coraz mniej, a szybka, stężona, często wzmocniona przekazem obrazkowym informacja wypiera pogłębioną refleksję, rozbudowaną myśl i całe morze odcieni emocji, których doświadczamy za sprawą literatury.

Biblioterapia rozwojowa, która adresowana jest do osób zdrowych w celu wzmocnienia pozytywnych postaw, rozwoju wrażliwości i empatii, pobudzenia ciekawości oraz otwartości na to co przynosi życie – może i powinna być zorientowana na promowanie czytelnictwa jako takiej z form spędzania wolnego czasu, która z założenia spełnia rolę osobotwórczą. Czy poprzez książkę można zachęcić do kontaktu z książką? To z pozoru absurdalne pytanie ma głęboki sens - wszak najlepszą motywacją do pracy (wg teorii motywacji) jest zadowolenie z pracy już wykonanej, tak więc aby polubić czytanie trzeba po prostu... zacząć czytać.

Logikę tę potwierdza niedawno zainicjowana akcja „Książka na podryw”, organizowana przez stronę Audioteka.pl oraz Entropię Słowa, której ideą jest promowanie literatury wśród młodzieży. W inicjatywę zaangażowało się wiele znanych osobowości świata kultury i sztuki.² Twórcy nagrywają fragmenty swoich ukochanych książek, które wyznaczyły kierunek ich życiowych poszukiwań, porwały, udzieliły odpowiedzi

² Agata Passent, Monika Richardson, Zbigniew Zamachowski, Krzysztof Ziemięć, Michał Pi-róg, Olivier Janicki, Dorota Miśkiewicz, Wojciech Fibak, Maciej Orłoś oraz Łukasz Simlat.

na nurtujące pytania, wzruszyły.³ Dodatkowy magnes dla młodych stanowi możliwość przyłączenia się do inicjowanej przez cele brytów akcji - każdy może nagrać swojego audiobooka dla ukochanej osoby.⁴

Studenci kierunku Pedagogika Państwowej Wyższej Szkoły Techniczno – Ekonomicznej w Jarosławiu otrzymali podobne zadanie – mieli bowiem zachęcić swych rówieśników do czytania książek. Podjęcie tej inicjatywy zasadzało się na przekonaniu, że najłatwiej rozwiązać problem osobie, której on bezpośrednio dotyczy, wie ona bowiem jakie narzędzia będą w tym celu „kompatybilne”, a które zupełnie chybione. Zaprojektowanie warsztatów arteterapeutycznych, których celem miałyby być promowanie czytelnictwa wśród młodzieży, zmusiło także ich potencjalnych autorów do zadania sobie pytań: jak przekonałbym siebie samego? Czy jest to zadanie realne? Co zniechęca mnie w książkach? Jak temu zaradzić? Wartość tego typu rozwiązania polega na fakcie zaistnienia procesu arteterapeutycznego już w momencie projektowania przez studentów tego typu zajęć.

Efekty eksperymentu okazały się niezwykle ciekawe. Poniżej zamieszczono wybrane konspekty, które udowadniają, że w pracę z zakresu biblioterapii rozwojowej można zaprzęgnąć współczesne media (internet, techniki multimedialne) czyniąc warsztaty dostępniejszymi i ciekawszymi dla młodych ludzi. Należy zaznaczyć, że prezentowane konspekty zajęć mają charakter skrótowy, ze względu na specyfikę niniejszego opracowania.

³ Podczas spotkania osobowości zaproponowały tytuły książek, których fragmenty przygotują w formie audiobooków, pozostałą część przeczyta wybrany lektor. Limitowana edycja audiobooków, „Książki na podryw” zostanie wydana na dyskach przenośnych w formacie MP3 i będzie dostępna dla zainteresowanych do pobrania przez Internet oraz telefony komórkowe.

⁴ http://cjg.gazeta.pl/CJG_Warszawa/1,104436,13600923,_Ksiazka_na_podryw__Gwiazdy_nagrywaja_audiobooki.html, 25. 03.2013, godz. 17.15. Szczegółowe informacje na temat akcji „Książka na podryw” oraz „Ławeczka uczuć” znajdują się na stronie www.audioteka.pl i www.entropiaslowa.pl. Szczegółowy raport oraz wyniki badania zostaną przedstawione na spotkaniu dotyczącym Światowego Dnia Książki, który przypada na 23 kwietnia br. W raporcie znajdą się odpowiedzi na takie pytania jak m.in. czy osoba, która na randce wykazuje się brakiem znajomości literatury wydaje się mniej atrakcyjna, albo czy książki mogą pomóc w zainteresowaniu innych swoją osobą. Organizatorzy przedsięwzięcia na kanwie prowadzonych przez siebie badań pragną uzyskać odpowiedź na pytanie: czy dobra książka może być lepsza niż seks? Dotychczasowe wyniki ukazują istnienie zależności pomiędzy czytaniem, a udanym związkiem. Blisko 85% respondentów uważa, że wspólne czytanie i słuchanie książek może służyć wzmocnieniu więzi między dwojgiem ludzi, zbliża i ożywia wzajemne relacje. Dla 2/3 ankietyowanych wspólne czytanie sprawia, że partner wydaje się bardziej interesujący.

Rozdział II

Przykładowe scenariusze zajęć z biblioterapii rozwojowej pobudzające zainteresowanie czytelnictwem

Nr 1

„Cmentarz zapomnianych książek” – książki są lustrem, widzisz w nich tylko to, co już masz w sobie.

Grupa docelowa: młodzież licealna, studenci

Cel zajęć: uświadomienie uczestnikom, że dla każdego odbiorcy dzieło sztuki (w tym przypadku książka) może być czymś innym, a podmiotowość poznania i przeżywania czyni nas wyjątkowymi. Uświadamiając uczestnikom warsztatów powyższe – pokazujemy, że kontakt z książką jest sposobem poznania siebie, co może zachęcić w efekcie do czytania.

Zajęcia prowadzone na podstawie książki C.R. Zafóna - *Cień wiatru*

1. Warunkiem skutecznie przeprowadzonych zajęć jest wcześniejsze zapoznanie się uczestników warsztatów ze wskazaną lekturą.
2. Prezentacja antagonistycznych recenzji na temat książki znajdujących się na forum Lubimyczytac.pl, dyskusja. Posłużenie się medium, jakie stanowi i internet ma za zadanie uświadomienie młodzieży, że książki to bardzo dobry pretekst do dyskusji na forum. Formuła internetowego „czatu” umożliwi skuteczniejsze dotarcie do osób, dla których ten sposób komunikacji jest czymś oczywistym i codziennym.

Przykładowe recenzje:

„Pierwszy raz spotkałam się z książką, która wywołałaby we mnie TAKIE emocje. Na języku nadal czuję smak jej słów, w myślach cały czas mam historie i przygody bohaterów, którzy mnie wprost oczarowali. Klimat tej książki jest niesamowity, nie mogłam się od niej oderwać. Były momenty, gdy tzy nie chciały przestać płynąć, albo uśmiech sam pojawiał się na ustach. Przepiękna książka, którą mogłabym czytać jeszcze i jeszcze... Po stokroć warta polecenia! Tę książkę bez żadnych większych przemyśleń mogę dodać do ulubionych, bo z pewnością na to zasługuje. Czekalam na tę książkę rok i teraz wiem, że było warto. Były momenty, w których sama chciałabym przeczytać jakąkolwiek książkę Caraxa. Historia Juliana była tak niesamowita i realna, że czułam się, jakbym ja sama ją przeżywała. Niebanalna, zaskakująca fabuła i piękne, idealnie dopasowane (moim zdaniem) do książki zakończenie. Miłość Juliana i Penelope, która z góry została skazana na klęskę. Jestem pewna, że ta lektura pozostanie w mojej pamięci na bardzo, bardzo długo i z przyjemnością do niej kiedyś powrócę. Po raz pierwszy spotkałam się z książką, w której smutek tak dziwnie przeplata się z radością. Bardzo polecam!”⁵

⁵ <http://lubimyczytac.pl/ksiazka/47638/cien-wiatru>, 27.03.2013, godz. 20.20. Pisownia za oryginałem.

„Skończyłam „Cień wiatru” Zafóna, i muszę przyznać, że jestem rozczarowana. Zaczyna się rewelacyjnie. Poetyckie opisy, śmiałe porównania, nietuzinkowe metafory, piękny język, który przenosi człowieka w inny świat. Cmentarz zapomnianych księzek, mnóstwo starych woluminów, które otacza tajemnica - buduje to wszystko niesamowity, ezoteryczny wręcz nastrój. Tylko po to, by potem z hukiem sprowadzić czytelnika na ziemię. Dialogi płytkie, pisane przy tym prostacko, często pełne wulgaryzmów. Ogromny kontrast. Im bardziej zagłębiałam się w lekturę książki, tym mniej czytanie sprawiało mi przyjemność, a stawało się przykrym obowiązkiem. Dlatego opornie mi szło. Fabuła sama w sobie nieciekawa. Być może dlatego, że nie lubię kryminalów. A ta książka zdaje się do nich należeć. Strachliwy Daniel Sempere w roli nastoletniego Sherlocka Holmesa zupełnie nie znajduje mojej aprobaty. Karykatura detektywa, często przyprawiająca mnie o ironiczny uśmiech. Pomieszenie z poplątaniem, wszyscy uwikłani są w sprawę, wszystkich łączy dalsze lub bliższe więzy krwi. Taki trochę zlepek bzdur, sensacyjno-miłosny kicz. Nie rozumiem wobec tego tych wszystkich zachwyty, tego całego szumu wokół niej. Ja przekonałam się, że „Cień wiatru” to stek bzdur, które nie noszą ze sobą żadnego przesłania, nie unaoczniają żadnej idei. Co tu dużo mówić, nawet nie potrafią zaabsorbować czytelnika.”⁶

„Z daleka przyciągnęła mnie szarość okładki, a gdy zobaczyłam tytuł, już się nie mogłam oderwać. Zaczęłam czytać z tyłu opis książki. Gdy skończyłam, zapomniałam, że jestem w empik’u i rodzina na mnie czeka. Wzięłam książkę. Kupiłam i.....i utonęłam w niesamowitym świecie pastelowej i subtelnej atmosfery. Odnalazłam w tej książce siebie. Poczułam jak każda kartka oddycha, a każde zdanie szepce do mnie. To jest jedna z księzek, posiadająca żywą duszę. Opowiada o ludziach samotnych, pragnących szczęścia, kochających, poświęcających się i ukrywających się przed sobą.”⁷

3. Każdy uczestnik zajęć pisze autorską recenzję książki na wypranym przez siebie forum. Każdy z autorów śledzi opinie internautów dotyczące jego własnej recenzji, zbiera je i przynosi na zajęcia ich wydruki. Demokratycznie wybierana jest najlepsza recenzja, analizowane są opinie internautów na jej temat. Autor zostaje nagrodzony egzemplarzem ciekawej książki.⁸

Nr 2

„Nasza wspólna książka”

Grupa docelowa: młodzież licealna, studenci

Cel: Zachęcenie do przeczytania konkretnej książki spoza kanonu lektur. Uświadomienie jak wiele trudu kosztuje praca nad książką i jakie pokłady uczuć i myśli absorbuje. Rozwijanie wrażliwości i umiejętności myślenia przyczynowo – skutkowego, a także umiejętności pracy zespołowej oraz empatii.

⁶ Tamże, j.w.

⁷ Tamże; j.w.

⁸ Konspekt zajęć opracowany w ramach ćwiczeń z przedmiotu *Arteterapia* na kierunku Pedagogika w PWSTE w Jarosławiu.

Przebieg zadania: Grupa otrzymuje zeszyt formatu A4 oraz kserokopię 1 rozdziału wybranej powieści. Zeszyt trafia do każdej osoby na okres tygodnia czasu. Każdy z uczestników warsztatów dopisuje dalszą część książki po czym przekazuje zeszyt kole-dze. Zeszyt krąży pomiędzy uczestnikami ćwiczenia przez taki okres, jaki jest potrzebny do sfinalizowania dzieła – ukończenia książki. Uczestnicy posiadają jedynie zdawkowe informacje dotyczące fabuły. Warunkiem zadania jest oczywiście zachowanie ciągłości przyczynowo - skutkowej, każdy z autorów musi się wszak zapoznać z tekstami poprzedników. Naturalna chęć konkurowania sprawia, że uczestnicy starają się wypaść jak najlepiej, wkładając w proces pisania sporo wysiłku. Uczestnicy warsztatów w sposób naturalny zechcą zapoznać się z książką, która stała się pretekstem tej twórczej zabawy.⁹

Nr 3

„Sprzedawca książek”

Grupa docelowa: młodzież licealna

Cel: uświadomienie znaczenia książki

Metody: dyskusja, burza mózgu, prezentacja.

Przebieg zajęć:

1. Burza mózgów: Grupa zastanawia się nad zaletami czytania książek. Każdy podaje jedną z zalet czytania. Prowadzący zapisuje na tablicy podawane przez uczestników sugestie oraz uzupełnia wypowiedzi uczestników warsztatów.
2. Zabawa w „Targowisko książki”: Każdy z uczestników (kolejno) staje pośrodku sali wcielając się w sprzedawcę. Towarem do zaoferowania i polecenia jest jego ulubiona książka. Celem zabawy jest takie zaprezentowanie ulubionej lektury aby zachęcić potencjalnych klientów (reszta grupy) do jej kupienia i przeczytania. Każdy uczestnik przedstawia swoją ulubioną książkę w wybrany przez siebie sposób np. prezentując jej recenzję, odczytując wybrany fragment, pokazując prezentację multimedialną dotyczącą wybranej pozycji. Im większa kreatywność uczestników w tej materii, tym lepiej. Pod koniec prezentacji grupa demokratycznie wybiera najlepszego „sprzedawcę”.¹⁰

Nr 4

Książka jako narzędzie introspekcji

Grupa docelowa: studenci

Cel: uświadomienie sobie swoich odczuć i postaw w obliczu kontaktu z książką, odświeżenie pozytywnych emocji z tym związanych, kształcenie umiejętności werbalizowania swoich odczuć, asertywności i umiejętności argumentacji.

⁹ Konspekt zajęć opracowany w ramach ćwiczeń z przedmiotu *Arteterapia* na kierunku Pedagogika w PWSTE w Jarosławiu.

¹⁰ Konspekt przygotował J. Michajłow, studentka III roku kierunku Pedagogika PWSTE w Jarosławiu.

Metoda: recenzja na bazie introspekcji, prezentowanie recenzji na forum grupy, dyskusja.

Przebieg zadania: Studenci zostają poproszeni o to by zastanowili się nad książką, która przewartościowała ich sposób patrzenia na rzeczywistość. Ich zadaniem jest maksymalnie szczerze opisanie wartości wskazanej pozycji w ujęciu subiektywnym. Proszeni są o uzasadnienie swojego wyboru. Zadanie to jest realizowane indywidualnie. Recenzje prezentowane są na forum grupy. Zadanie zamyka dyskusja, podczas której studenci dzielą się uwagami, oraz ewentualnymi deklaracjami chęci sięgnięcia po wybrane pozycje, których recenzje zrobiły na nich największe wrażenie.

Fragmencie jednej z wielu recenzji stworzonej w ramach zajęć:

Anthony de Mello, „Przebudzenie”

„Spotkanie z tą książką było sprowokowane gnieźdzącymi się w mojej głowie, odwiecznymi pytaniami, które co rusz domagały się odpowiedzi. Punktem wyjścia tych poszukiwań była chęć odnalezienia prawdziwej wolności wynikającej z samowiedzy. Prawdą jest, że wielu ludzi nie potrafi bądź nie chce „oswoić” tej książki, albo po jej lekturze zwyczajnie nie wierzy w to, że można żyć w sposób tak oczywisty i nieskomplikowany. Dla mnie „Przebudzenie” stanowi esencję wiedzy o życiu, nie podaje co prawda gotowych recept, ale niesie zastanowienie, zmusza do myślenia... Może być tak, że na tym się skończy, codzienność dnia pochłania nas przecież czasem bez reszty, jednak niekiedy jest to początek drogi. Tak było w moim przypadku.”¹¹

Nr 5

Projektowanie okładki książki - wizualizacja wyobrażeń na temat ulubionej lektury

Grupa docelowa: studenci

Cel zasadniczy: kształcenie umiejętności wizualizacji własnych wyobrażeń, uruchomienie wyobraźni i pozytywnych wspomnień związanych z ulubioną lekturą.

Cel drugoplanowy: poznawanie programów graficznych.

Narzędzia: Adobe Photoshop, Gimp, Corel Draw.

Przebieg zadania: Studenci po uprzednim namyśle przystępują do tworzenia wizualizacji odczuć związanych z ulubioną lekturą. Esencjonalna forma wypowiedzi plastycznej, jaką jest graficzny projekt okładki, stanowi pretekst do skrótowego i syntetycznego „opowiedzenia” o fabule, treści oraz całym wachlarzu wyobrażeń i wzruszeń wynikających z obcowania z konkretną książką. Atrakcyjne narzędzie, jakim jest program graficzny sprawia, że studenci uczestniczą w zajęciach niezwykle chętnie. Wartością dodatkową ćwiczenia, które odwołuje się do dwóch form wypowiedzi artystycznej, jest uświadomienie uczestnikom specyfiki języka plastycznego i literackiego oraz możliwości wynikających z faktu sprowadzania ich do wspólnego mianownika. Twórczo wykonane ćwiczenie pozwala na odnalezienie nowych pokładów znaczeniowych w wybranej książce, umożliwia twórczą ekspresję, jest narzędziem pogłębionej introspekcji oraz daje powód do satysfakcji wynikającej z faktu uczestnictwa w procesie twórczym.¹²

¹¹ M. Kłosowska, studentka III roku kierunku Pedagogika PWSTE w Jarosławiu.

¹² Projekt realizowany w ramach zajęć z *Arteterapii* w PWSTE w Jarosławiu.

Zakończenie

Kontakt z literaturą jest jednym ze sposobów, dzięki którym można na moment odebrać się od codzienności, stanowi oddech nieodzowny w życiu pełnym pośpiechu i problemów, którym trzeba sprostać. Może też pomóc w ich rozwiązywaniu, przywrócić równowagę wewnętrzną, poprawić samopoczucie. Odpowiednio dobrana lektura może stanowić źródło inspiracji tym samym przyczyniając się do samorealizacji jednostki. Pogłębiona refleksja, której sprzyja czytanie, jest narzędziem samopoznania, może ułatwić zmianę przekonań, wyznacza często kierunek życiowych zmian. Kontakt z wartościową książką może także poprawić poczucie własnej wartości, zwiększyć akceptację siebie, wpłynąć na pogodzenie się z własnymi ograniczeniami oraz umożliwić dostrzeżenie własnych zdolności co w efekcie prowadzi do aktywniejszego i bardziej komfortowego życia. Z tych i z wielu innych względów warto promować czytelnictwo wśród młodzieży oraz uzmysławiać jej dobrodziejstwa płynące z obcowania z literaturą. Sam proces projektowania warsztatów temu służących może stanowić narzędzie biblioterapii rozwojowej.

Bibliografia

1. Binkermajer, Aleksander. 1971. *Encyklopedia wiedzy o książce*. Wrocław: Zakład Narodowy im. Ossolińskich.
2. Dykciak, Władysław. 2001. „Poszukiwanie nowatorskich i alternatywnych koncepcji indywidualnej rehabilitacji oraz społecznej integracji osób niepełnosprawnych aktualnym wyzwaniem praktyki edukacyjnej”: *Nowatorskie i alternatywne metody w praktyce pedagogiki specjalnej*, pod red. Władysława Dykciaka i Barbary Szymkowiak. Poznań: WNUAM.
3. Jagieła, Beata. 2012. *Arteterapia z wykorzystaniem plastyki. Próba klasyfikacji form, metod i technik przez pryzmat działalności Specjalistycznego Psychiatrycznego Zespołu Opieki Zdrowotnej im. prof. Antoniego Kępińskiego w Jarosławiu*. Jarosław: Wydawnictwo PWSTE w Jarosławiu.
4. Janicki, Andrzej. 1990. „Znaczenie sztuki dla zdrowia psychicznego”: *Arteterapia*, pod red. Hanek L., Pasella M. Zeszyt Naukowy nr 57. Wrocław: Wydawnictwo Akademii Muzycznej.
5. Koniecznyńska, Zuzanna. 1990. „Arteterapia i psychorysunek w terapii klinicznej”: *Arteterapia*, pod red. Hanek L., Pasella M. Zeszyt Naukowy nr 57. Wrocław: Wydawnictwo Akademii Muzycznej.
6. Krzemińska, Wanda. 1973. *Literatura piękna a zdrowie psychiczne*, Warszawa: Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich.
7. Kulczycki, Marian, 1990. „Arteterapia i psychologia kliniczna”: *Arteterapia*, pod red. Hanek L., Pasella M. Zeszyt Naukowy nr 57. Wrocław: Wydawnictwo Akademii Muzycznej.
8. Molicka, Maria. 2002. *Bajkoterapia. O lekach dzieci i nowej metodzie terapii*, Poznań: Media Rodzina.

9. Szulc, Wita. 2001. *Sztuka w służbie medycyny. Od antyku do postmodernizmu*, Poznań: Wydawnictwo AM.
10. Tomasiak, Ewa. 1997. „Biblioterapia jako metoda pedagogiki specjalnej”, *Wybrane zagadnienia z pedagogiki specjalnej*, pod. Red. Tomasiak Ewy. Warszawa: WSPS.
11. Wojciechowski, Andrzej. 1992. „Wspólny świat twórczości”, *Zeszyty Artystyczne PWSSP*, nr 6.