

Biblioterapia de desenvolvimento,
gestão das emoções e
pensamento crítico: uma
estratégia de intervenção para as
bibliotecas escolares

Manuela Barreto Nunes
Madalena Van Zeler

Marisa Pedrosa
João Gouveia

11.º Congresso Nacional de Bibliotecários, Arquivistas e
Documentalistas
Lisboa, 18–20 Out. 2012



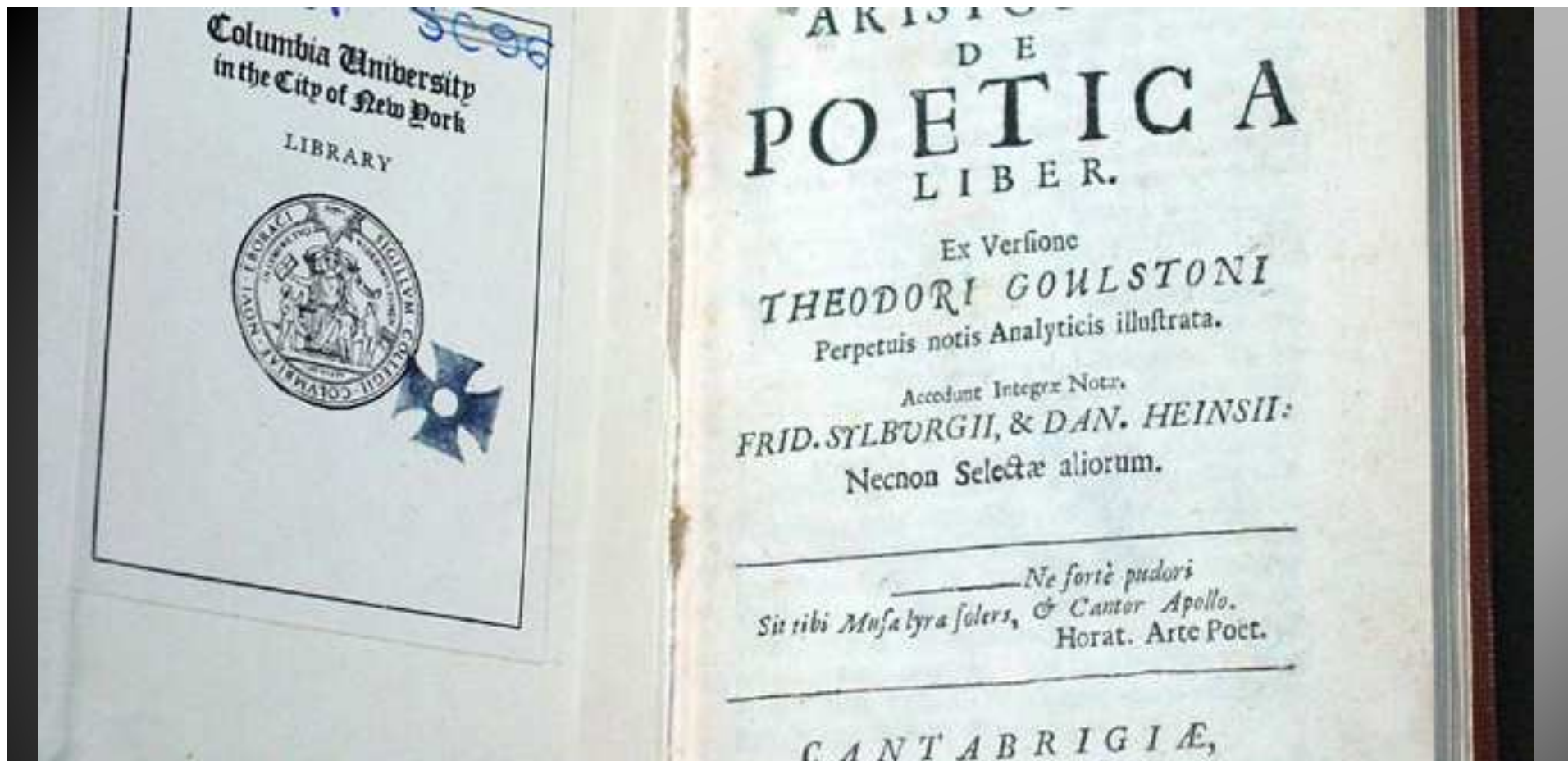
RAMSÉS II

Livros >>>

“Remédios para a alma”

Biblioteca:

“lugar para a cura da alma”



Aristóteles (Poética) e o efeito catártico da leitura:

«Com efeito, alguns [indivíduos] são particularmente predispostos a este movimento [da alma]; mas, [por efeito] dos cânticos sagrados, quando se servem daqueles que são aptos a produzir na alma a exaltação religiosa, vemo-los pacificados, como se tivessem sido sanados e purificados.» – para Aristóteles, a leitura da poesia destrói o medo, a dor e até o sofrimento.





O valor terapêutico da leitura >>

Aulus Cornelius Celsus, médico romano, séc. I a.c.: recomendava a leitura e a discussão de obras de grandes filósofos como terapia, útil tanto no tratamento das doenças do coração, como para desenvolver as capacidades críticas dos pacientes.

Séc. XIX: John M. Galt defende a leitura nos hospitais, pois:

- ▶ afasta os pensamentos menos saudáveis;
- ▶ Informa;
- ▶ Diverte;
- ▶ melhora a reacção dos doentes ao internamento e aos tratamentos;
- ▶ Demonstra interesse pela qualidade de vida do paciente.



Sec. XX

- ▶ **1918**: o termo biblioterapia é cunhado pela primeira vez, referindo-se a uma técnica de ajudar pessoas com problemas mentais através dos livros.
- ▶ **Anos 30**: diversos psiquiatras defendem e descrevem a função da leitura enquanto terapia, aplicada sobretudo no âmbito hospitalar e psiquiátrico; neste contexto, o papel dos bibliotecários é apenas auxiliar, pois os livros são selecionados pelos médicos;
- ▶ **1966**: a Association of Hospital and Institution Libraries, uma secção da American Library Association apresenta uma definição de biblioterapia: “the use of selected reading materials as therapeutic adjuvants in medicine and psychiatry; also guidance in the solution of personal problems through directed reading.”





Biblos – miolo do papiro, livro + querapeia – cuidado



“medicina da alma”... “velar pelo próprio ser”

Clinical	Rehabilitation	Educational (personality development)
----------	----------------	---------------------------------------

Objectives

Treatment, mostly mental illnesses	<p>Distract the mind from the disease.</p> <p>To provide information about the disease.</p> <p>Provide information on how to adapt to the changed situation.</p> <p>Provide emotional support.</p> <p>Give hope by providing examples of how others have managed to overcome a similar situation</p>	<p>Give details about diseases, the prevention of problems.</p> <p>Provide emotional communication access, support, recognition, naming and experiencing an emotion or feeling.</p> <p>Give impetus to a balanced personality, creative development.</p>
------------------------------------	--	--

Experts using the process

Physicians, assistants in the process might be other treatment team members	<p>Medical staff.</p> <p>People providing social services (librarians, social workers, nurses, etc.)</p>	<p>People providing social services (teachers, social workers, librarians, etc.)</p>
---	--	--

Place of service

Hospitals, clinics, medical libraries	<p>Health care facilities, rehabilitation facilities, nursing homes, libraries of these institutions</p>	<p>Day care centers, public and school libraries in various social institutions, [classroom], client's home</p>
---------------------------------------	--	---



Objectivos da Biblioterapia, segundo Caldin (1996):

- ▶ *“a) provocar a catarse; b) favorecer a identificação com as personagens; c) possibilitar a introjecção e a projecção; d) conduzir ao riso; (...) f) diminuir o stress; g) facilitar a socialização h) estimular a criatividade; i) diminuir a timidez; (...) j) experimentar sentimentos e emoções em segurança; m) auxiliar a lidar com sentimentos como a raiva ou a frustração; (...) o) facilitar a comunicação; p) auxiliar na adaptação à vida hospitalar, escolar, prisional, entre outros; q) desenvolver a maturidade; r) manter a saúde mental; s) conhecer melhor a si mesmo; t) entender (e tolerar) as reacções dos outros; u) verbalizar e exteriorizar os problemas; v) afastar a sensação de isolamento; w) estimular novos interesses; x) provocar a libertação dos processos inconscientes; y) clarificar as dificuldades individuais; z) aumentar a auto-estima.”*

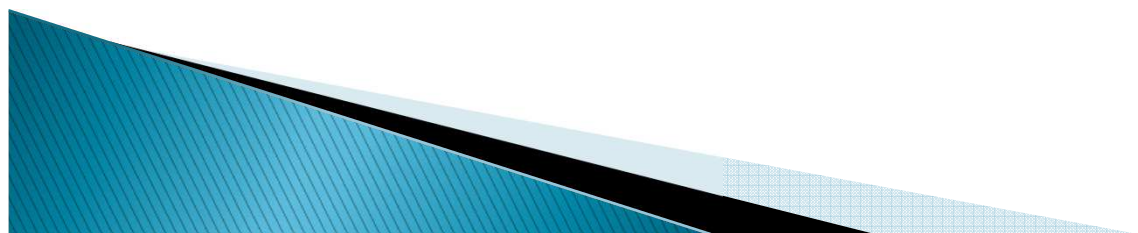
Elementos da Biblioterapia, segundo Caldin (1996):

- ▶ **Identificação** – capacidade de assimilação de um aspecto ou atributo de outro, ocasionando a transformação total ou parcial segundo o modelo desse outro;
- ▶ **Introjeção** – capacidade de passar para dentro de si, de modo fantástico, qualidades do outro;
- ▶ **Projeção** – capacidade de transferência para o outro de ideias, sentimentos, expectativas e desejos;
- ▶ **Catarse** – capacidade de pacificação das emoções. Este conceito é especialmente importante para a biblioterapia.
- ▶ **Humor** – manifestação de rebelião do ego contra as circunstâncias adversas, transformando o objecto de dor em objecto de prazer.



Biblioterapia de desenvolvimento

- ▶ “Apoio literário personalizado para possibilitar um desenvolvimento normal e progressivo da pessoa que procura ajuda.”
- ▶ “Uso da literatura de modo imaginativo e pedagógico (...) relaciona-se com tarefas desenvolvimentais para a superação de distúrbios de adaptação.”



Biblioterapia de desenvolvimento

- ▶ “Estratégia que usa a literatura para ajudar o leitor a desenvolver empatia e compreensão da diversidade”.
- ▶ “Ferramenta que apoia o professor na criação de turmas inclusivas”.
- ▶ “Método de trabalho da biblioteca, no sentido de apoiar o leitor numa apropriação da leitura literária, ajudando-o a superar certas dificuldades: dúvidas, frustrações, conflitos interiores, ansiedade, frustração...”



Biblioterapia de desenvolvimento (ou educativa)

- ▶ “Interacção com o carácter pessoal e literário do leitor, durante a qual é possível ajudá-lo a libertar e melhor compreender as suas emoções e a aprender como usar adequadamente estas emoções (gerir emoções)”.
 - A Biblioterapia de desenvolvimento convoca emoções e sentimentos, apelando ao simbolismo, à identificação, ao confronto e à reflexão – funciona como um apoio ao desenvolvimento da personalidade.



Método biblioterapêutico

- ▶ Leitura individual ou em grupo
- ▶ Interpretação
- ▶ Diálogo

Todo o acto de biblioterapia pressupõe uma exploração posterior, podendo ser diálogo ou uma actividade lúdica. É importante que, depois da leitura, possa existir um espaço de comunicação onde o leitor se reencontra nas suas emoções, promovendo mudanças conceptuais e comportamentais.



Estudo de Marisa Pedrosa: “Biblioterapia na Educação Pré-escolar: a gestão do medo e da agressividade”

- ▶ 10 sessões de leitura de grupo com crianças dos 4 aos 6 anos, partindo de livros cujas temáticas abordavam os medos característicos da infância, bem como situações que conduzem à agressividade (muitas vezes relacionadas com o medo);
- ▶ As sessões foram precedidas da criação de uma grelha de identificação das variáveis que intervêm nas emoções a trabalhar;
- ▶ E de entrevistas e questionários de diagnóstico aos pais, educadores e crianças.



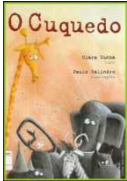
Estudo de Marisa Pedrosa: “Biblioterapia na Educação Pré-escolar: a gestão do medo e da agressividade”

Objectivos:

- ✓ Compreender até que ponto a biblioterapia de desenvolvimento promove efectivamente a inteligência emocional das crianças, ajudando-as a lidar com emoções e perturbações de diversos tipos;
- ✓ Avaliar o contributo que a biblioterapia traz para a gestão do medo e da agressividade;
- ✓ Identificar factores críticos de sucesso na aplicação do método biblioterapêutico;
- ✓ Avaliar os efeitos da biblioterapia nos vários agentes educativos fruto da própria aplicação da metodologia.



Exemplo do método biblioterapêutico:

<p>1ª Sessão</p>		<p>Leitura da obra e diálogo posterior exploratório; Dramatização da história; Registo de momentos identificativos pelas crianças de situações em que se sentiram marginalizadas; Exploração através da criatividade como catarse à agressividade.</p>
<p>2ª Sessão</p>		<p>Leitura da obra e diálogo posterior exploratório; Visualização de uma sequência de imagens ilustrativas de medos característicos na infância; Diálogo / Debate sobre os medos; Jogo lúdico sobre o medo</p>
<p>3ª Sessão</p>		<p>Leitura da obra e diálogo posterior exploratório; É exibido perante o grupo de crianças, um boneco das preocupações com uma explicação de quais são as minhas maiores preocupações; É solicitado ao grupo que verbalize quais as suas maiores preocupações; Em grupo construímos os bonecos das preocupações que serão usados sempre que uma preocupação angustia uma criança / adulto</p>
<p>4ª Sessão</p>		<p>Leitura da obra e diálogo posterior exploratório; Descrição de uma série de situações de tensão, com um final feliz em que o grupo experimenta fortes momentos de catarse e humor; Diálogo / Debate sobre o Medo e Reações psicológicas e físicas face ao medo; Dramatização da história</p>
<p>5ª Sessão</p>		<p>Leitura da obra e diálogo posterior exploratório; Diálogo/ Debate sobre o Amor e a agressividade; Visualização de uma sequência de imagens de vários comportamentos agressivos; Representação através do desenho de situações comportamentais agressivas</p>

Estudo de Marisa Pedrosa: “Biblioterapia na Educação Pré-escolar: a gestão do medo e da agressividade”

Resultados:

- ▶ consciencialização das emoções, não apenas nas crianças, mas também nos pais e educadores;
- ▶ Construção, por cada criança, de zonas de conforto emocionais;
- ▶ Aumento da auto-estima;
- ▶ Melhoria sensível da gestão das emoções;
- ▶ Melhores resultados na gestão de emoções relacionadas com o medo do que com a agressividade.



Estudo de Marisa Pedrosa: “Biblioterapia na Educação Pré-escolar: a gestão do medo e da agressividade”

Conclusões:

- ▶ Método biblioterapêutico, pela sua linguagem, adequa-se ao universo da Infância;
- ▶ Fator crítico de sucesso da aplicação do método biblioterapêutico: tempo;
- ▶ Diferentes reações dos agentes educativos face à aplicação do método biblioterapêutico;
- ▶ Papel colaborativo da biblioterapia na promoção da inteligência emocional, conjuntamente com o ambiente familiar e outras vivências educativas em contexto de Jardim de Infância.




Estudo de Madalena Van Zeller sobre “A Biblioterapia como pedagogia actuante da leitura”

- ▶ Intervenção num grupo de alunos do 8.º ano, inscritos no Clube de Leitura da escola, em 10 sessões divididas em duas unidades (na primeira, leitura de uma obra completa e, na segunda, leitura de quatro poemas).
- ▶ Objectivos: verificar em que aspectos a biblioterapia pode contribuir para melhorar as relações interpessoais e o desempenho escolar em contextos sociais menos favorecidos.



Estudo de Madalena Van Zeller sobre “A Biblioterapia como pedagogia actuante da leitura”

- ▶ Resultados:
 - ▶ Os alunos desenvolveram novas capacidades de pensar criticamente, bem como novas competências no recurso criativo a novas técnicas de aprendizagem;
 - ▶ Competências adquiridas mais relevantes:
 - Reconhecer os problemas e encontrar os meios adequados para lidar com eles;
 - Reunir informação pertinente e interpretar informações;
 - Reconhecer valores não explícitos e mudar crenças;
 - Desenvolvimento do espírito crítico fundamentado
 - (...)
- 

Estudo de Madalena Van Zeller sobre “A Biblioterapia como pedagogia actuante da leitura”

▶ E...

- Entusiasmo pela leitura, agora descoberta, quer pelo prazer do simbólico e da narrativa, quer pelas novas capacidades da sua eficácia enquanto leitores críticos – é um resultado importante, pois os alunos, apesar de se terem inscrito no Clube de Leitura, não gostavam especialmente de ler.



Conclusões

- ▶ Promovida por bibliotecários e professores a biblioterapia de desenvolvimento:
- ▶ É promotora da leitura, pois as sensações de bem-estar, de melhoria de relacionamento consigo próprio e com os outros, de auto-conhecimento e de prazer e entusiasmo levam a prolongar os momentos de leitura fora das sessões de biblioterapia;
- ▶ É promotora do sucesso educativo, pois pacifica o sujeito consigo próprio e com os outros, desenvolve as capacidades críticas, a cidadania e a autonomia na aprendizagem.



▶ Conclusões:

- ❖ É possível obter resultados em intervenções biblioterapêuticas desenvolvidas por bibliotecários, em aspetos como a gestão das emoções, a promoção da auto-estima e a criação de novos leitores, sendo evidente o contributo para o sucesso educativo;
- ❖ As intervenções podem ser feitas com crianças e jovens de qualquer idade, mas exigem planificação, conhecimento profundo das características específicas (sociais, familiares...) dos destinatários, colaboração e capacidade de identificação das obras adequadas para cada grupo em cada momento.

A biblioterapia é, sim,

Um método criativo, comprometido e rigoroso de promover a leitura e é, também, um poderoso instrumento de integração social, de promoção da auto-estima, da cidadania e da aprendizagem autónoma.



Obrigada pela vossa atenção.