

Dr. sc. Emina Berbić Kolar
Edita Alar, MA

BIBLIOTERAPIJA U RADU S DJECOM RANE PREDŠKOLSKJE DOBI

Sažetak

Radom se propituje učinak biblioterapijskoga rada s djecom rane predškolske dobi. Prati se proces biblioterapije kao metoda praćenja doživljaja djece na temelju pročitana djela, rad s djecom te proces čitanja kao i vođenoga čitanja uz autorsku problemsku slikovnicu „Perolagana noć” koja je namijenjena djeci predškolske dobi. S obzirom na to da su djeca u današnje vrijeme svjedoci brojnih događaja koji imaju negativan utjecaj na njih i zbog kojih se osjećaju i ponašaju neprikladno, knjiga je jedan od „lijekova za dušu” koja ima snažan, „magičan”, terapijski utjecaj. Uz biblioterapiju djeca imaju priliku poistovjetiti se s likom i događajem, identificirati sebe, svoje, ali i osjećaje drugih ljudi. „Biblioterapija uključuje čitanje knjiga koje pomažu djeci da se nose s problemima i shvate da nisu sama te da je njihova emocionalna reakcija normalna.” Russel, 2009.

Ključne riječi: biblioterapija, biblioterapijski proces, djeca rane predškolske dobi

Uvod

U 4. stoljeću prije Krista Aristotel je proučavao načine na koje književnost može terapijski djelovati na pojedinu osobu. S obzirom na to da je knjiga snažan medij te da je čitanje važno od najranije životne dobi, pojavljuje se sve veća potreba za čitanjem pomoću kojega će djeca, slušajući pročitane riječi razviti podlogu za govorenje te savladavanje preostalih jezičnih djelatnosti poput čitanja i pisanja. Ujedno se razvija i potreba za čitanjem kroz koje će djeca, kako to kaže Russel 2009., shvatiti „da nisu sama te da je njihova emocionalna reakcija normalna.”

Živimo u doba kada se mnogo stvari i životnih situacija prelama preko djetetovih leđa te je potrebno pravilno odgovoriti na djetetove potrebe, zacijeliti njegove rane i potaknuti ga da izrazi svoje emocije, zadrži dječju nevinost, upotrijebi svoju maštu i ono najvažnije - da shvati da nije samo. Tema ovoga rada odnosi se na primjenu terapijskih učinaka čitanja na djecu od rođenja pa sve do predškolske dobi. Radom se obrađuje pregled biblioterapije kroz povijest, od njezinih začetaka pa sve do suvremenih teorija i načina primjene u radu s djecom. Pritom će naglasak biti na terapijskim pričama i njihovim utjecajima na djecu. Zahvaljujući čitanju, biblioterapiji i poetskoj terapiji, priče mogu pružiti nadu, utjehu i ohrabrenje u suočavanju sa životom i teškoćama koje on stavlja pred nas te nam pomoći u pronalaženju izlaza iz njih.

Čitanje nam od najranije dobi pomaže razviti govor i govorne sposobnosti, obogatiti rječnik te nas na specifičan način uvodi u svijet mašte i kreativnosti. Da bi knjiga djelovala terapijski, važno je da njezin tekst promatramo kao komunikacijsko sredstvo, a ne kao književno-povijesni pojam ili teorijsku činjenicu. Biblioterapijom se želi utjecati na čovjeka, ozdraviti njegov um, tijelo i dušu te ga na taj način obogatiti i ohrabriti pomoću pisane riječi. Knjiga je čovjekov veliki prijatelj, a mi kao odrasle osobe imamo veliku moć u vidu pružanja kvalitetnih sadržaja našim najmlađima. Na taj će način dobro odabrana knjiga djetetu biti prijatelj, učitelj i podrška. Knjiga tada dobiva svoje potpuno poslanje, dakle, kada „dospije u ruke” onoga kome je najpotrebnija, onda djeluje kao moćna, dobra i lijepa magija i tada postaje „lijek za dušu.” Riječi

imaju moć. One prolaze čovjekovim tijelom kao vibracija. Načini na koje ćemo upotrijebiti riječi ili metafore mogu imati ozbiljne posljedice za zdravlje. Ako upotrebljavamo niz neprikladnih riječi, metafora ili izraza, oni mogu nepovoljno utjecati na osobu te mogu značajno povrijediti njegov ego. Obratno, upotrebom prikladnih, afirmativnih riječi, metafora i izraza pridonosimo kvalitetnom i pozitivnom shvaćanju pojedinca i njegova identiteta. A to je ono što je važno kod djece, da imaju kvalitetnu i pozitivnu sliku o sebi. Djeca se svakodnevno susreću s raznim, njima neprikladnim situacijama i upravo u tim situacijama, neoprezan odabir riječi može znatno naškoditi djetetovu pogledu na sebe, druge i svijet koji ga okružuje. Važno je poznavati alternativne pravce koji su nam dostupni, a ti se pravci upravo tiču biblioterapije. Mnogo je vrsta i načina na koje se pristupa biblioterapiji jer je i mnoštvo situacija u kojima se ona primjenjuje.

Biblioterapija i njezin povijesni razvoj

Danas postoje mnoge definicije biblioterapije, izdvojit ćemo samo neke od njih: „*Biblioterapija je dobivanje prave knjige, u pravo vrijeme, za pravi problem*” (Lundsteen, 1979., prema Škrbina, 2013.) „*Biblioterapija uključuje čitanje knjiga koje pomažu djeci da se nose s problemima i shvate da nisu sama te da je njihova emocionalna reakcija normalna.*” – (Russel, 2009., prema Škrbina, 2013.)

Riječ „*biblioterapija*” dolazi od grčke riječi „*biblion*” što znači „*knjiga*” i od riječi „*therapeia*” što znači „*liječenje*”. Praksa biblioterapije seže još u doba Antike. Jedna od čitaonica u Thebesu, u Grčkoj imala je naziv „*Mjesto zacjeljivanja duše*”. S obzirom na davne zapise o počecima biblioterapije, možemo reći kako nam ti zapisi govore o davnim vjerovanjima u terapijske učinke književnosti i literature.

Aristotel i Platon raspravljali su o važnosti čitanja i korištenja knjige, a smatrali su da je književnost način spoznavanja, sredstvo odgoja i predmet estetskog uživanja. Promatranjem utjecaja književnosti na pojedinca, Aristotel je uveo pojam „*katarze*” jer je smatrao kako književnost ima i svojevršno terapijsko svojstvo. Katarza je tumačena kao „oslobađanje od osjećaja sažaljenja, nemoći i straha...”, a „doživljavanjem katarze, pojedinac osjeća olakšanje, osjeća se „pročišćeno” od tjeskobnih emocija koje je imao u sebi, a koje je radnja tragedija izvukla na površinu.” (Radenović, 2014., 5.) Kroz daljni povijesni pregled, možemo vidjeti kako se biblioterapija razvijala iz knjižničarske tradicije koja je preporučivala knjige za pojedine probleme i brige. Samuel Crothers je 1916. godine izmislio riječ koja se odnosila na pojam biblioterapije, a koja je donijela pomutnju oko već uspostavljenih termina.

„Webster's Third New International Dictionary objavio je 1961. definiciju koja je 1966. službeno prihvaćena: „Biblioterapija je upotreba biranih materijala za čitanje u terapijske svrhe, u medicini i psihijatriji također. To je vođenje do rješavanja osobnih problema kroz direktno čitanje.” (Bašić, 2011., 15.)

Jedna od najutjecajnijih podržavateljica biblioterapije, Caroline Shrodes izjavila je da je biblioterapija važna zato što će omogućiti pojedincu da se poistovjeti s likom i karakterom te da na taj način svhati da on/ona nisu jedini koji imaju određeni problem. Kako tijek radnje unutar određene knjige odmiče, čitatelj se poistovjećuje s radnjom i likom te je na taj način emotivno uključen u borbu s problemom i tako dobiva uvid u svoj problem. U bibliotekarstvu, biblioterapija je priznata tek u 20. stoljeću. Vezano za točno definiranje datuma, autori se uglavnom razilaze.

Biblioterapija danas

Suvremena biblioterapija razvija se u drugoj polovici 19. stoljeća u Americi, a mnogo je načina za definiranje. Biblioterapija je postala interdisciplinarni pojam koji se koristi u raznolikim kontekstima. Autori navode kako je suvremena biblioterapija danas primjenjiva kako u psihijatrijskom liječenju, tako i u radu s pacijentima s određenim psihičkim poremećajima, ali jednako tako i kao kvalitetna terapija kreativnosti i mašte zdravih pojedinaca. Bilo kako bilo, svaki oblik biblioterapije trebao bi u pojedincu izazvati određene pozitivne reakcije zbog kojih bi se pojedinac trebao osjećati emocionalno stabilno, prihvaćeno i pozitivno. (prema Škrbina, 2013., 230-231.)

Vrste biblioterapije

S obzirom na raznolikost i širokost primjenu biblioterapije, u literaturi se javlja mnoštvo podjela, a najčešća je sljedeća: podjela na **kliničku** (terapijsku) i **razvojnu** (edukacijsku) biblioterapiju, dok neki autori poput *Bašić, 2011.* navode i treću vrstu, a to je **institucionalna** biblioterapija. Biblioterapija se može podijeliti na eksplicitnu i implicitnu, pri čemu eksplicitna djeluje u krugu stručno osposobljenog terapeuta, a implicitna djeluje u ulozi savjetovanja čitatelja koje mogu provoditi odgojitelji, edukatori i roditelji. Biblioterapija se može primjenjivati u različitim medicinskim, rehabilitacijskim te odgojno – obrazovnim ustanovama te u sklopu rehabilitacije u zajednici.

Terapijska/klinička biblioterapija

Terapijska, odnosno klinička biblioterapija je svaka planirana i unaprijed pripremljena upotreba literature ili nekih drugih informacijskih medija koja je namijenjena tretmanu različitih kliničkih, psihosocijalnih stanja. Ovu vrstu biblioterapije mogu provoditi psihijatri, socijalni radnici ili knjižničari. Klinička biblioterapija pokazala se kvalitetnom i uspješnom kod osoba svih dobi, u tretmanima kod osoba sa emocionalnim problemima, problemima u ponašanju, mentalnim bolestima i drugim poteškoćama. Ova vrsta biblioterapije primjenjiva je i kod djece s poremećajem prehrane, poremećajima u ponašanju, rizičnim ponašanjima, poremećajem agresivnosti te opsesivno-kompulzivnim poremećajem. Mnoga su djeca tijekom odrastanja suočena s raznim stresovima poput: razvoda braka, smrti bliske osobe, raznim oblicima zlostavljanja, hospitalizacijom, kroz biblioterapijski proces ne može se u potpunosti eliminirati doživljeni stres, ali se može smanjiti njegova razina.

Razvojna biblioterapija

Druga vrsta biblioterapije koristi maštovite, didaktičke i razne druge informacijske medije sa skupinama u nekoj zajednici, dječjem vrtiću, školi, knjižnici, domu. *Havighurst (1972.)* kao glavni začetnik razvojne biblioterapije navodi kako se razvojna biblioterapija može provoditi u različitim ustanovama s ciljem preodgoja. Tako razvojnu biblioterapiju možemo provoditi u ustanovama poput popravnih ili odgojnih domova. Razvojna biblioterapija pomoći će pojedincima da prevladaju osobne probleme u odgojno-obrazovnim ustanovama u skladu s odgojno-obrazovnim ciljevima. Razvojnou biblioterapijom postiže se razumijevanje u doživljavanju sebe i drugih, razvijanje kreativnosti, jačanje komunikacijskih vještina i dr. Za razliku od kliničke biblioterapije, razvojna biblioterapija je dobrovoljni proces koji se uglavnom odvija u skupini unutar koje se vodi rasprava o odabranome pročitanoj materijalu

s naglaskom na uvide i reakcije svakoga pojedinca. Cilj ovakvih aktivnosti je poticanje normalnog i kvalitetnog razvoja te samoostvarenja.

Institucionalna biblioterapija

Treća vrsta biblioterapije jest institucionalna biblioterapija koja se primjenjuje u grupi ili pojedinačno na medicinskom, psihičkom pacijentu ili pak zatvoreniku. Institucionalnom biblioterapijom bavi se tim stručnjaka (psihijatar i knjižničara) unutar institucije. Cilj ove vrste biblioterapije je da se dobije uvid u stanje pacijenta kako bi se pronašao način da se njegova bolest tretira. Institucionalna biblioterapija provodi se u knjižnicama bolničkih institucija, a njihovi knjižničari tada obavljaju pomoć pri organizaciji te davanju literature prema lječničkoj preporuci. Knjižničari koji sudjeluju u procesima provedbe institucionalne biblioterapije posebno su educirani za ovakve vrste zadataka koji se primjenjuju u institucionalnim okolnostima.

Svrha i cilj biblioterapije

Ciljevi biblioterapije mogu biti glavni i specifični. Kako navodi *Bašić (2011: 18)* „Glavni cilj biblioterapije i poetske terapije je izazivanje promjene, što se ostvaruje u narastajućoj vještini prilagodbe da se radi kroz potisnute konflikte.” Specifični ciljevi odnose se na težnju da se poveća samorazumijevanje i samoopažanje te se poveća osjetljivost za odnose s drugim ljudima. Nadalje, prema *Bašić (2011.)* specifični ciljevi biblioterapije odnose se na razvoj kreativnosti i samoizražavanja, osvješćivanje životne orijentacije te ohrabivanje pozitivnog mišljenja i kreativnog rješavanja problema kod djece i odraslih. Kroz procese biblioterapije, osoba će ojačati komunikacijske vještine, osloboditi emocije te se na taj način osloboditi napetosti. Biblioterapija ima široku primjenu u radu s ljudima svih dobi i uzrasta. Vještine i učinci biblioterapije koriste se za jačanje osoba koje su se susrele sa različitim zdravstvenim, obiteljskim, psihičkim problemima, maltretiranjem, beskućništvom itd. Kroz godine rada i proučavanja biblioterapije, studije slučaja pokazale su da je literatura snažno oruđe u borbi s raznim problemima. Prema *Cilliers (1980.)* osnovni cilj biblioterapije je dobiti uvid u mogućnost razlučivanja problema kako bi osoba uspjela promijeniti svoje stavove i ponašanja. *Cilliers (1980.)* nadalje navodi tri dugoročna cilja biblioterapije, a to su terapijski, obrazovni i relaksacijski te oni mogu biti razmatrani na tri razine: intelektualnoj, socijalnoj i emocionalnoj.

Vrste medija i literature koji se koriste u procesu biblioterapije

Najvažniji korak u procesu biblioterapije je odabir primjerenog informacijskog medija, odabir primjerene i kvalitetne literature koja će biti u skladu s kronološkom i razvojnom dobi pojedinca. Razvojna biblioterapija koristi knjige bez fikcije koje imaju temelj u kognitivno-bihevioralnim terapijskim tehnikama. Na taj način će se pojedincu pomoći da prihvati i razumije svoje probleme te na taj način dobije moć mijenjanja vlastitog ponašanja. Unutar procesa biblioterapije, terapeut odabire literaturu koja je u skladu s prethodno dogovorenim listama koje su temeljene na kognitivno-bihevioralnim sadržajima. Pojedinci koji su uključeni u proces, uključuju se u rasprave o svojim mislima i osjećajima kroz pažljivo odabrane tekstove.

Pitanja koja se nalaze u nastavku formirali su Carlson (2001.), Cartledge i Kiarie (2001.); prema Škrbina (2013., 226.) mogu se koristiti pri odabiru relevantne literature:

- Je li priča jednostavna, kratka, uvjerljiva?

- Je li razina čitanja odgovarajuća razvojnoj razini?
- Je li priča prikladna trenutnim/relevantnim osjećajima, potrebama, interesima i ciljevima?
- Pokazuje li priča kulturne raznolikosti, razlike spola i osjetljivost na agresiju?
- Pokazuju li znakovi strategije suočavanja sa stresom i ne pokazuju rješenje problema situacije?

Kada govorimo o medijima koji su kvalitetni za rad, oni uključuju književne tekstove poput proze, bajki, basni, anegdota, priča za djecu te mitova i legendi. Također uključuju književna izražajna sredstva poput metafora, usporedbi, alegorija, rime i ritma. Uz književna izražajna sredstva tu su i različiti audio-vizualni materijali te razni maštoviti predmeti.

Literatura kojom će se terapeut/odgojitelj/roditelj koristiti treba realno, osjetljivo i iskreno prikazivati određenu temu. Sljedeći važan čimbenik u odabiru literature je taj da ona pojedincu mora omogućiti sigurnu udaljenost od sebe. Tako će pojedinac lakše razgovarati o nekom izmišljenom liku nego o samome sebi ili vlastitim problemima. Prilikom odabira literature u radu s djecom, potrebno je odabrati literaturu koja će privući njihovu pažnju. Veličina knjige, boje koje se pojavljuju u knjizi, položaj likova na papiru, izgled i oblik ilustracija samo su neki od elemenata. Tekst, težina teksta pa čak i veličina i vrsta fonta imaju ulogu u djetetovom komuniciranju s tekstem. Ukoliko dobro odaberemo literaturu u biblioterapijskom radu s djecom, kvalitetno im prilagodimo literarni predložak na osnovu njihova uzrasta, interesa i problema, djeca će spontano razgovarati o svojim osjećajima i doživljajima. Čak i introvertirana djeca će, u ovome slučaju, biti u mogućnosti otvoriti se i uključiti u razgovor o svojim osjećajima te se tako osloboditi emocionalnih napetosti. Zanimljivo je da se, uz literaturu, u procesu biblioterapije mogu koristiti pomno odabrani crtani filmovi te stripovi.

Književni oblici za korištenje u procesu biblioterapije

a) Slikovnica

Slikovnica kao prva knjiga djetetova života iznimno je važna za kognitivni i socio-emocionalni razvoj pojedinca. S obzirom na to da su slikovnice prve knjige u životu, važno je da su primjereno didaktički osmišljene i u skladu s razvojem djetetove dobi. Različite su vrste slikovnica. Djeci od šest do osamnaest mjeseci namijenjene su pojmovne slikovnice, one su bez teksta, a označuju i prikazuju neki predmet. Djeci od dvije godine namijenjene su slikovnice koje sadrže kratki tekst ili stihove sa slikama. Za djecu u dobi od četiri godine koriste se složenije slikovnice tematski prilagođene zanimanju za životinje, život ljudi itd. Njihovi su zapleti jednostavni i prepoznatljivi djetetu. Za djecu predškolske dobi primjerene su slikovnice gdje tekst postaje istaknutiji i važniji, a ilustracije imaju estetsku ulogu.

b) Poezija

Poezija može biti za djecu, ali i za odrasle. Razlika između poezije za djecu i poezije za odrasle je u tome što je jednostavnija, pisana razumljivije i prilagođenije djeci, otvorena je i govori o stvarima koje djecu okružuju. Poezija koja se koristi u biblioterapijskom radu najčešće je kratka i funkcionalna te vezana za svakodnevni djetetov život. Osnovne karakteristike dječje poezije su didaktičnost, narativnost i čvrsta forma. Dječja poezija može biti u različitim oblicima poput uspavanke, brojalice, bajalice nabrajalice, zagonetke te brzalice.

c) Bajka

Bajke su priče bogate personificiranim karakterima i motivima, pune čarolije, princeza, zmajeva, heroja, vila i patuljaka. Naviknuti smo na to da bajke uglavnom imaju sretan završetak. Znamo da djeca predškolske i rane školske dobi imaju bujnu maštu te su upravo zbog toga snažno zainteresirana za ovu književnu vrstu. Prednost bajke leži u tome da razvija maštu i osjećaje, uči nas kako razlikovati dobro od zla i zadovoljavaju našu potrebu za avanturom. Jedina zamjerka bajkama je ta što ima iskrivljeno prikazivanje stvarnosti, a kako bi se to izbjeglo važno je djetetu odabrati pravilnu i umjetnički vrijednu bajku.

d) Basna

Basna je mala, sažeta epska forma koja pripada pripovijednoj prozi koja u sebi nosi obilježja epske strukture, a to su događaj, likovi i fabula. Basna je smatrana najstarijom formom dramske umjetnosti jer je načinizražavanja unutar basne dijaloški. Basne su karakteristične po tome da na satiričan način prikazuju ljudsko ponašanje te ismijavaju ljudske nedostatke i pojave u društvu. U basnama životinje imaju ljudske osobine i mogu govoriti. Bitan element basne je pouka na kraju priče. Svaka pouka u sebi ima odgojni potencijal te se njome želi ukazati na to kako su neke ljudske osobine poželjne i dobre, dok su neke nepoželjne i loše.

e) Pustolovni roman

Avanturistika je važna za razvoj dječje mašte i psihe. Kroz avanturistička, odnosno pustolovna djela, djeca maštaju o neobičnim zgodama, uzbudljivim događajima i dalekim putovanjima. Pustolovna djela vrlo su popularna među djecom jer im je potreban bijeg od dosadne i nezanimljive svakodnevice, a upravo to im ova književna vrsta omogućuje.

f) Realistična priča

Pred kraj predškolskoga razdoblja, dijete se često susreće s pričama i događajima koji su iz dječjega ili pak životinjskoga svijeta. Spoznavanje realističke priče usmjereno je književnom i jezičnom odgoju. Doživljavanje realističke priče treba biti metodički i terapijski osmišljeno te vođeno kako bi se dijete što bolje osposobilo za samostalnu komunikaciju s tekstem.

Proces biblioterapije

U trenucima kada se procijeni da bi za pojedinca s određenim problemom biblioterapija bila najprihvatljiviji i najučinkovitiji oblik intervencije, terapeut u suradnji sa suradnicima i timom definira odgovarajući biblioterapijski proces (ciljevi, tijek i dr.) koji bi bio najpogodniji za pojedinca s problemom. Nakon toga, pojedinac razmatra ono što je čuo, vidio, pročitao tijekom procesa te o tome diskutira s terapeutom/ostalim članovima skupine. Terapeut koji vodi i provodi biblioterapijski proces, prije svega, treba imati dobre i kvalitetno razvijene komunikacijske vještine, odnosno verbalne i neverbalne komponente komunikacije, treba biti empatičan, pravedan, humorističan i emocionalno stabilan. Nadalje, terapeut bi trebao biti sposoban za promjenu, objektivan te imati zdrave poglede na svijet kao i visoko samopouzdanje. U suradnji s pojedincem koji se nalazi u problemu, terapeut treba razumjeti pojedinca i biti osjetljiv za ljudske potrebe.

S procesom biblioterapije treba se početi već na prve znake nekoga problema i jedino će tako ona biti posve učinkovita. Proces biblioterapije provodi se prema sljedećim koracima:

- a. Terapeut/odgojitelj/ grupa se sastaju kako bi se definirao problem koji se procesom biblioterapije želi otkloniti. Već u prvom koraku razmatraju se informacijski mediji koji će se koristiti u radu.

- b. Literatura koja se odabere, čita se naglas, a zatim se o njemu raspravlja.
- c. Pojedinaac odabranu literaturu čita i u slobodno vrijeme (u slučaju djeteta rane predškolske dobi, odgovornost za čitanje literature preuzima roditelj) te se na taj način priprema za sljedeću terapiju.
- d. Za vrijeme čitanja u pozadini se može koristiti glazba.
- e. Kombinacija terapijskog čitanja i pisanja
- f. Mogućnost gledanja i slušanja audio-vizualnih sadržaja.
- g. Rasprava.

Prije početka korištenja procesa biblioterapije, važno je da terapeut/odgojitelj ostvari i izgradi odnos s pojedincem i da na taj način pridobije njegovo povjerenje.

Četiri faze procesa biblioterapije

Svaki pojedinac tijekom biblioterapijskog procesa prolazi kroz četiri faze, a one se nazivaju: identifikacija, projekcija, katarza i uvid. U nastavku ćemo pojedinačno objasniti svaku od njih.

1. Identifikacija

U prvoj fazi pojedinac sebe, ali i sebi bliske osobe poistovjećuje s likovima iz literature. Tom prilikom pojedinac unutar literature, unutar odabranoga teksta, prepoznaje sebe, neku blisku osobu ili vlastito intimno iskustvo. Priča, pjesma ili tekst postaju dio pojedinca i njegove ličnosti te na taj način pobuđuju maštu, izazivaju emocionalne reakcije te mu pružaju informacije o njemu samome, odnosima koje ima s drugima te o okolini koja ga okružuje. Djeca će se najlakše poistovijetiti s likovima unutar djela, brzo će se uključiti u priču, radnja će ih odmah privući te će na taj način doživjeti čitav niz emocionalnih reakcija i stvoriti mehanizam za suočavanje sa stresom i opasnošću. Identifikacija je najvažnija faza biblioterapijskog procesa jer, ako do nje ne dođe, ne mogu se izazvati niti ostale faze.

2. Projekcija i introjeksija

Problem pojedinca se kroz drugu fazu procesa, fazu projekcije, prenosi izvan njegove ličnosti te se na taj način sigurno preispituju vlastiti stavovi i tuđe reakcije. Pojedinac u susretu s literaturom sebe i svoje osjećaje projicira u lik s kojim se poistovjećuje te na taj način svoj problem gleda „očima” toga lika. Na taj način, „gledanjem očima lika” pojedinac ispituje vlastite stavove i reakcije drugih ljudi. To je za svakoga pojedinca u problemu siguran način ispitivanja alternativnih načina rješavanja nekog problema bez opasnosti od kritike drugih ljudi.

3. Katarza

Pojedinac koji prolazi biblioterapijski proces često je izložen velikom stresu pa emocionalno uzbuđenje koje uzrokuje neka pjesma ili tekst oslobađa tu napetost. Katarzom pojedinac ublažava stres koji je uzrokovan životnim problemima. Kada se pojedinac identificirao s likom i podijelio svoje emocije s njim, on doživljava emocionalno rasterećenje i osjeća olakšanje. Čitajući/slušajući tekst literature, osoba proživljava sve što i junaci iz djela, ali je ipak zaštićen od realne patnje i boli te svjestan da se to ne događa samo njemu, nego i drugima. To međusobno djelovanje između teksta i pojedinca pobuđuje emocionalne reakcije koje vode katarzičnom iskustvu.

4. Uvid

Promatranjem, proučavanjem i uočavanjem vlastitih reakcija na određena zbivanja koja se događaju u tekstu, osoba postaje svjesna svojega problema zbog kojega lakše rješava probleme i postaje spremnija na sve životne izazove. Kroz različite konflikte unutar literature, pojedinac

dolazi do uvida u vlastiti problem što može biti ključ za njegovo rješenje. Uvid je početak koji potiče promjene osobnosti pojedinca.

Navedene faze procesa biblioterapije, kako tvrdi *Cronje (1993., prema Škrbina 2013.)* blisko su vezane za potrebe pojedinca. Sve osobne potrebe pojedinaca vezane su za materijalne, duhovne i socijalne potrebe, potrebe za samoaktualizacijom, opuštanjem te estetske potrebe. Sve potrebe pojedinca trebaju biti identificirane kako bi proces biblioterapije bio uspješan.

Terapijska obrada teksta

Osnovni koraci terapijske obrade teksta su:

1. Čitanje teksta.
2. Prepričavanje događaja iz teksta.
3. Pronalaženje emocionalnih reakcija likova i razgovor o njima.
4. Pronalaženje relevantnih tema iz osobnog života, navođenje vlastitih primjera.
5. Pronalaženje zaključaka, pouka, pravila.

Osim razgovora, na osnovi literarnog teksta može se od djece se može tražiti igra uloga, crtanje likovnih radova ili pak da uz pomoć odgojitelja pišu kratke pouke ili poruke.

Primjena biblioterapijskog procesa u radu s djecom rane predškolske dobi

Autorska problemska slikovnica „*Perolagana noć*” čitana je u tri predškolske skupine unutar tri dječja vrtića u Slavonskome Brodu. Cilj posjeta dječjim vrtićima i čitanja slikovnice bio je približiti djeci knjigu kao sredstvo otklanjanja boli i nerazumijevanja stvarnoga svijeta za njihove unutarnje potrebe, misli i osjećaje, ali i uvidjeti na koji način djeca razmišljaju kada je riječ o tuđim osjećajima. Zadatak je bio posjetiti tri različite predškolske skupine koje borave u različitim okruženjima, pročitati im „*Perolaganu noć*” i nakon čitanja proći kroz sve korake terapijske obrade teksta. Pretpostavke su bile su da će djeca prije čitanja davati kratke odgovore na pitanja koja im budu postavljena, ali da će nakon čitanja priče biti komunikativnija i spremnija dati puniji odgovor na pitanje te da će se djeca poistovijetiti s likovima i događajima iz slikovnice. Nakon biblioterapijskog procesa, ukoliko je to bilo moguće s obzirom na redovan rad skupine, zajedno s odgojiteljicama i djecom provela sam kratku likovno-kreativnu radionicu naziva „*Anđeli stvarno postoje*”. Slikovnica je pročitana u tri slavonskobrodska dječja vrtića i to u: DV „Maslačak”, DV „Kosjenka” i DV „Radost”. Dob djece koja su sudjelovala je u rasponu od 3 godine i 6 mjeseci pa sve do 7 godina. U procesu je ukupno sudjelovalo 95 djece, od kojih je 47 djevojčica i 45 dječaka.

Provedba biblioterapijskog procesa u dječjim vrtićima

„Maslačak”, „Kosjenka” i „Radost” u Slavonskom Brodu

Svaki od dječjih vrtića posjećen je u dogovoru s odgojiteljicama. Po dolasku u skupinu djeca su dobila osnovne informacije o aktivnosti koja će biti provedena te je započet proces biblioterapije prema elementima terapijske obrade teksta. Slikovnica je čitana na način da su djeci bile vidljive ilustracije, što je pomoglo boljoj koncentraciji i pozornosti prilikom slušanja. Nakon procesa čitanja zajedno s djecom prepričana je radnja cijele slikovnice s osvrtom na važnije dijelove radnje. U slučaju kada bi djeca preskočila neki dio radnje koji je važan, razgovor je vraćan u pravi smjer. Nakon prepričavanja priče, sljedeći element terapijske obrade

teksta prati pronalaženje emocionalnih reakcija likova i razgovor o njima. Prema poticajnim pitanjima koja su pratila radnju djeca su imala zanimljive odgovore.

Poticajna pitanja za razgovor o djelu bila su sljedeća:

PRIJE ČITANJA:

1. Vjerujete li da anđeli postoje?
2. Jeste li imali priliku vidjeti anđele ili se susresti s njima?

NAKON ČITANJA:

1. Zašto je Rubin posjetio Zaru?
2. Zašto je Zara tužna?
3. Kako biste vi pomogli Zari da ozdravi?
4. Kako biste vi oraspoložili Zaru?
5. Je li Rubin primjer pravoga prijatelja?
6. Kakvi trebaju biti pravi prijatelji?
7. Vjerujete li, nakon što ste čuli priču, da anđeli zaista postoje?

Nakon procesa čitanja i razgovora, za djecu je osmišljena kratka radionica u kojoj su izrađivali anđele od papira, crtali svoje anđele čuvare te pisali poruke svome anđelu čuvaru.

Odgovori i mišljenja djece na postavljena pitanja

Djeci su prije i nakon čitanja postavljena pitanja vezana za likove i radnju slikovnice, a u nastavku su navedeni najzanimljiviji odgovori ili odgovori koji su bili najčešći.

PRIJE ČITANJA:

1. *Vjerujete li da anđeli postoje?*
- „Anđeli postoje.”
2. *Gdje ste imali priliku vidjeti anđele ili se susresti s njima?*
- „Ja sam se susreo s anđelima u snu.”
- „Anđeli se mogu vidjeti na kipovima u crkvi.”
- „Mi smo bili anđeli u povorci kada su bile maskare.”
- „U knjigama i crtićima.”
- „Od mame i tate.”

NAKON ČITANJA:

1. *Zašto je Rubin posjetio Zaru?*
- „Zato što je bila bolesna.”
- „Zato jer je bila tužna.”
- „Da je čuva.”
- „Anđeo ju je htio odvesti u Dolinu da vidi da može biti sretna.”
2. *Zašto je Zara tužna?*
- „Zato što nije mogla trčati i skakati kao ostala djeca i nije mogla pletiti pletenice.”
- „Zato što se nije mogla igrati s ostalom djecom.”
- „Jer nije imala kosu.”
3. *Kako biste vi pomogli Zari da ozdravi?*
- „Dala bih joj sirup.”
- „Dao bih joj poklon.”

- „Ja bih ju odvela doktoru.”
- „Da joj mama i tata daju novce za doktora.”
- „Tako da bih joj dao da jede voće i povrće.”
- „Dao bih joj novce za operaciju.”
- 4. *Kako biste vi oraspoložili Zaru?*
- „Igranjem.”
- „Oraspoložil bih ju svojim igračkama.”
- „Da se igram stalno s njom.”
- „Dala bih joj svoju kosu da si plete pletenice.”
- „Dala bih joj novce, novci mogu kupiti periku.”
- 5. *Je li Rubin primjer pravoga prijatelja?*
- „Da.”
- „Anđeli su nam prijatelji.”
- 6. *Kakvi trebaju biti pravi prijatelji?*
- „Dobri, jako odlični, moraju slušati tetu da budu dobri.”
- „Ne smiju se tući, čupati, gurati i gristi se.”
- „Moraju se igrati zajedno i dijeliti igračke.”
- „Trebaju biti pristojni i ne govoriti ružne riječi.”
- „Trebaju dijeliti igračke i biti dobri jedni prema drugima.”
- 7. *Vjerujete li, nakon što ste čuli priču, da anđeli zaista postoje?*
- „Da!” (najviše ponuđenih odgovora)

Rezultati biblioterapijskog procesa na osnovu poticajnih pitanja nakon čitanja slikovnice

Po dolasku u skupine, djeca su čitanju nove slikovnice pristupila kao i uobičajeno. Prije čitanja postavljena su im pitanja o tome vjeruju li oni da anđeli zaista postoje i gdje su se s njima mogli susresti. Većina djece nije se baš htjela izjasniti vjeruju li u anđele, ali prevladavali su odgovori da anđeli postoje i da su ih vidjeli u crkvi, snovima, crtanim filmovima ili su pak za njih čuli od roditelja. Nakon pročitane priče, gotovo sva djeca su sudjelovala u prepričavanju događaja. Nakon pročitana djela, uslijedila su pitanja o likovima i događajima te pronalaženje emocionalnih reakcija likova i razgovor o njima. U prethodnom poglavlju mogu se vidjeti odgovori djece prije i nakon pročitana djela. U ovome radu biblioterapijski proces nije proveden na ciljanoj grupi, koja ima određeni problem, nego u skupinama djece predškolske dobi kako bi se uvidjela njihova razina empatije u odnosu na druge te njihov doživljaj nakon pročitana djela. Ovaj događaj mi je dao do znanja da je biblioterapija kvalitetan proces i da je važno provoditi je s djecom bez obzira nalaze li se u teškoj situaciji ili ne. Sva djeca koja su sudjelovala u biblioterapijskom procesu nakon pročitane priče sudjelovala su u likovno-kreativnoj radionici „Anđeli stvarno postoje” na kojoj su imala priliku izraditi štapnu lutku svoga anđela čuvara, nacrtati ga ili mu pak uz pomoć odgojiteljica napisati poruku.

Zaključak

Biblioterapija i biblioterapijski proces je važan terapijski proces koji se može i treba provoditi u sustavu odgoja i obrazovanja u Republici Hrvatskoj u većoj mjeri, i to pogotovo s djecom mlađe predškolske i rane školske dobi budući da je njegov učinak vrlo pozitivan i

poželjan u radu s djecom koja su potencijalno rizična u smislu traumatskih iskustava ili imaju nekakve druge emocionalne poteškoće. Biblioterapiju bi trebalo popularizirati, dati joj širi prostor u medijima kako bi što veći broj ljudi bio upoznat s njezinim djelovanjem i mogućnostima. Nadalje, trebalo bi educirati odgojitelje i učitelje, ali i nastavnike Hrvatskoga jezika o pozitivnim učincima biblioterapije na djecu i učenike, a samim time i na odrasle. Ovim radom dan je uvid u sva najvažnija gledišta i posebnosti biblioterapije i biblioterapijskog procesa u radu s djecom rane predškolske dobi. Ono što je važno naglasiti i istaknuti jest da roditelji i odgojitelji čine veliku podršku, ali su i model djetetu kada je riječ o čitanju i razumijevanju djetetovih osjećaja i potreba. Knjige i literatura mogu oblikovati djetetovu osobnost i uvelike utjecati na djetetovo ponašanje, ali mu mogu pomoći i u rješavanju malih ili velikih problema s kojima se djeca suočavaju. Knjige „djeluju magijski” i imaju terapijski učinak, stoga nam one otvaraju prostor za razumijevanje te nas potiču na promišljanje i pronalaženje mogućih rješenja te upravo u tome leži moć biblioterapije. Biblioterapija i njezin proces danas još uvijek nisu dobro poznati široj obrazovnoj javnosti te nije formalno uvrštena u odgojno-obrazovni proces. Ovaj rad dao je opći pregled biblioterapije, njezinih ciljeva, vrsta, ali je ponudio i literaturu koju je poželjno koristiti u radu s djecom kako bismo im olakšali prilagodbu i razvoj u suvremenom dobu. Naglasak je stavljen na razvojnu biblioterapiju čiji je učinak ispitan u izravnom radu s djecom. Kroz proces biblioterapije shvaćamo da je ona dokazano siguran put za djecu koja se suočavaju s brojnim izazovima na koje nailaze tijekom odrastanja i da je ona učinkovita upravo zbog toga što svojim procesom i odabirom literature djeci, ali i odraslima, daje do znanja da nisu jedini koji se nose s određenom teškoćom.

Literatura

1. Afolayan, J. A. *Documentary perspective of bibliotherapy in education.* // Reading Horizons. Vol. 33, no. 1, 1992., str. 137-148.
2. Ayalon O., *Spasimo djecu: priručnik grupnih aktivnostiza pomoć djeci u stresu.* Zagreb : Školska knjiga, 1995.
3. *Balans centar za logopedagogiju i biblioterapiju,* URL: <http://www.balanscentar.blogspot.com/> (2. 4. 2019.).
4. Barath, A. *Korak po korak do oporavka, Priručnik za kreativne susrete s djecom u ratnim i poslijeratnim vremenima.* Zagreb: TIPEX d.o.o., 1996.
5. Baronian, J.-B. *Zauvijek.* Zagreb : Golden marketing, 2001.
6. Bolitho, J. *Reading into wellbeing: bibliotherapy, libraries, health and social connection.* // Australian Public Libraries and Information Services. Vol. 24, no. 2, 2011., str. 89-90
7. Baruchson-Arbib, S. *Bibliotherapy in school libraries: an Israeli experiment.* // School Libraries Worldwide. Vol. 6, no. 2, 2000., str. 102-110.
8. Bašić, I. *Biblioterapija i poetska terapija: priručnik za početnike.* Zagreb : Balans centar, 2011.
9. Brewster, L. *Medicine for the soul: bibliotherapy.* // Australian Public Libraries and Information Services. Vol. 21, no. 3, 2008., str. 115-119.
10. Brewster, L. *Reader development and mental wellbeing: The accidental bibliotherapist.* // Australian Public Libraries and Information Services. Vol. 22, no. 1, 2008., str. 13-16.

11. Brewster, L. *The reading remedy: bibliotherapy in practice.* // Australian Public Libraries and Information Services. Vol. 21, no. 4, 2008., str. 172-177.
12. Cilliers, J. *Bibliotherapy for alcoholics and drug addicts.* Doctoral dissertation. University of Stellenbosh, 1980.
13. *Čitaj mi! Čitajte naglas djeci od rođenja*, URL: <http://www.citajmi.info/kampanja/> (8. 4. 2019.)
14. Fontana, D. *Čarobne svjetiljke.* Zagreb : Planetopija, 2006-2007.
15. Fraiser, M. M.; McCannon, C. *Using bibliotherapy with gifted children.* // Gifted Child Quarterly. Vol. 25, no. 2, 1981., str. 81.
16. Galoić, B. *Terapijske priče i još ponešto.* Zagreb : AGM, 2013.
17. Havighurst, R. J. *Developmental tasks and education.* New York: 1972
18. Kleven, S. *Ispravni dodir: priča koju treba čitati naglas da bi pomogla u prevenciji seksualnog zlostavljanja djece.* Zagreb : Slovo, 2004.
19. Lacovich, M., Kapović Vidmar, P. *7 putovanja.* Rijeka : Naklada Uliks, 2017.
20. Moroney, T. *Kada sam sretan.* Zagreb : Golden Marketing, 2006.
21. Moroney, T. *Kada sam tužan.* Zagreb : Golden Marketing, 2006.
22. Ortner, G. *Bajke koje pomažu djeci: priče protiv straha i agresivnog ponašanja te sve što trebate znati kada ih čitate djeci: za djecu od 3 do 7 godina.* Zagreb : Mozaik knjiga, 1998.
23. Ortner, G. *Nove bajke koje pomažu djeci: priče o svađi, strahu i nesigurnosti te ono što bi roditelji trebali znati o tome: za djecu od 6 do 10 godina.* Zagreb : Mozaik knjiga, 1999.
24. Perrow, S. *Bajke i priče za laku noć.* Velika Mlaka : Ostvarenje, 2010.
25. Perrow, S. *Iscjeljujuće priče II: 101 terapijska priča za djecu.* Velika Mlaka : Ostvarenje, 2013.
26. Ponešto o biblioterapiji ili vođenome čitanju, URL: <https://www.hkdrustvo.hr/hkdnovosti/clanak/678> (10. 4. 2019.).
27. Škrbina, D. *Art terapija i kreativnost: multidimenzionalni pristup u odgoju, obrazovanju, dijagnostici i terapiji.* Zagreb : Veble commerce, 2013.
28. Forgan, J. *Using Bibliotherapy to Teach Problem Solving.* // Intervention in School and Clinic, 2002.
29. Welcome to the National association for poetry therapy, URL: <http://www.poetrytherapy.org/index.html> (10. 4. 2019.).

Prilog

Prilog br. 1: naslovna stranica autorske problemske slikovnice naziva *Perolagana noć*.



BIBLIOTHERAPY IN WORKING WITH CHILDREN OF EARLY PRE-SCHOOL AGE

Abstract

In this paper, we will review the topic of bibliotherapy with children of early pre-school age. In the paper, we will use the process of bibliotherapy and the method of observing children's experiences based on read work, working with children and the reading process as well as guided reading the author's story for children called „Perolagana noć” for children of preschool age. Given that children are witness to numerous events that have a negative impact on them and why they feel and behave inappropriately, the book is one of the „medicines for the soul” that has a powerful, „magical”, therapeutic influence on them. In addition to bibliotherapy, children have the opportunity to identify themselves with the character and the event, identify themselves, their own, but also the feelings of other people. „Bibliotherapy includes reading books that help children deal with problems and realize that they are not alone and that their emotional reaction is normal.” - Russell, 2009.

Keywords: *bibliotherapy, bibliotherapy process, children of early preschool*