

Knygų skaitymas gydo: apie projekto „Biblioterapijos taikymas bibliotekose“ įgyvendinimo veiklas Lietuvos viešosiose bibliotekose

Daiva Janavičienė

Lietuvos nacionalinės Martyno Mažvydo bibliotekos
Informacijos ir komunikacijos mokslų departamentas
Department of Information and Communication Sciences
at the Martynas Mažvydas National Library of Lithuania
daiva.janaviciene@lnb.lt
ORCID <https://orcid.org/0000-0002-0190-3573>

Santrauka. Apžvalgoje trumpai pristatomas pirmas Lietuvoje tokios didelės apimties biblioterapijos kompetencijų ugdymo projektas „Biblioterapijos taikymas bibliotekose“, kurio tikslas – ugdyti viešųjų bibliotekų specialistų gebėjimus sprendžiant socialinės atskirties problemas ir didinant kultūros prieinamumą visuomenei. Projekto vykdymo 2020–2021 m. laikotarpiu tinkliniu principu šalies apskričių viešosiose bibliotekose ne tik paskleistos biblioterapijos žinios, bet ir sudarytos sąlygos mokymų dalyviams dalyvauti biblioterapijos užsiėmimuose, jiems patiems sukurti ir įgyvendinti tokio pobūdžio renginį.

The Healing Power of Reading Books: About Implementation Activities of the Project ‘Application of Bibliotherapy at Libraries’ at Lithuania’s County Public Libraries

Abstract. The review briefly surveys the 2020–2021 project for the development of bibliotherapy competences ‘Application of Bibliotherapy at Libraries’, which was the first such project in Lithuania with regard to its scope and which had the purpose to develop skills of the staff of public libraries in solving problems of social exclusion and increasing accessibility of culture by the general public. The project not only disseminated knowledge of bibliotherapy by distributing it within networks of Lithuania’s county public libraries but also provided opportunities for participants of the trainings to take part at bibliotherapy workshops as well as prepare and realize such events by themselves.

Received: 28/10/2021. **Accepted:** 2/11/2021

Copyright © 2021 Daiva Janavičienė. Published by Martynas Mažvydas National Library of Lithuania

This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution Licence](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

Mokslinėje literatūroje apie biblioterapiją kaip terapinį metodą rašoma jau daugiau nei 100 metų. Terminą 1916 m. pasiūlė Samuelis McCordas Crotheris straipsnyje „A Literary Clinic“ (*Knygų gydymas*). Dar XIX a. amerikietis B. Rushas rekomendavo siekiant geros savijautos skaityti knygas. Skaitymas kaip terapinė priemonė buvo naudojamas prieglaudose¹. Carolins Shrodes 1949 m. apgynė pirmą disertaciją iš biblioterapijos „Bibliotherapy: A Theoretical and Clinical-Experimental Study“ (*Biblioterapija: teorinis ir klinikinis-eksperimentinis tyrimas*); ji išskyrė penkias psichologines reakcijas į skaitomą literatūrą². Beje, pati idėja, kad knygų skaitymas gydo ar žmogų veikia terapiškai, siejama su lentelės užrašu „Vaistas dvasiai“ prie įėjimo į senovės Egipto faraono Ramzio II knygų saugyklą³. Biblioterapija kaip poveikio menais metodas patyrė ilgą sociokultūrinės kaitos laikotarpį. Nuo bendrų skaitymo rekomendacijų pereita prie tikslingo taikymo medicinoje, ypač psichiatrijoje. Tad neatsitiktinai biblioterapija nišą pirmiausia rado ligoninių ir sanatorių bibliotekose. Ilgainiui biblioterapijos taikymo erdvė plėtėsi. Kaip teigia britų mokslininkė Liz Brewster, jau XX a. pradžioje visuomenėje sklandė nuostata, kad knygų skaitymas yra galinga jėga, galinti pakeisti žmogaus mąstymą arba pagydyti širdies traumas⁴. Ši sveikintina nuostata išliko gaji iki mūsų dienų, nors, deja, ji būdinga vis mažesniai ratui žmonių.

Užsienyje iki šiol tebekuriami biblioterapijos projektai. Beje, iš šių projektų daugiausia yra žinoma apie pačią biblioterapiją ne klinikiniu aspektu. Plačiausiai pasaulyje žinomi tęstiniai projektai „Receptu išrašomos knygos“ ir „Skaitymas gerai savijautai“ buvo įgyvendinti Jungtinėje Karalystėje XX–XXI a. sandūroje. Jais siekta destigmatizuoti psichikos ligas, o tam pasiekti buvo pasitelktas medikų ir bibliotekininkų bendradarbiavimas. Į projektą įsitraukusios viešosios bibliotekos bendradarbiavo su vietos gydytojais, kurie vietoj medikamentinio gydymo pacientams „išrašydavo“ paskaityti tam tikrą knygą. Knygas asmuo galėjo pasiimti iš viešosios bibliotekos, kur tam buvo parengtos atviros priegijos biblioterapinių knygų lentynos. Apie iš anksto parengtą biblioterapinių knygų sąrašą bibliotekos informavo savo komunikaciniais kanalais. Sudominusią knygą žmonės galėjo pasiskolinti iš bibliotekos ir nesilankę pas gydytoją. Prasadėjęs nuo medicinos ir psichologijos knygų rekomendacijų projektas išsiplėtė – pradėta skaityti grožinę literatūrą gerai savijautai pasiekti. Į projektą įsitraukusių viešųjų bibliotekų darbuotojai buvo apmokomi, jiems buvo suteikiamos ir projekto veikloms vykdyti reikalingos žinios⁵. Apibendrinant šį tęstinį ir kitus žinomus vykdytus biblioterapijos projektus pažymėtina, kad jie biblioterapiją traktuoja ir taiko labai įvairiai, tačiau juos vienija tas pats siekis – knygų (ar tiesiog teksto) skaitymu teikti pagalbą žmonėms.

Lietuvos (kaip ir Vakarų pasaulio) viešosios bibliotekos yra atviros visoms tikslinėms grupėms, ieško inovatyvių paslaugų galimybių, lanksčiai reaguoja į lankytojų poreikius. Biblioterapijos ar jos elementų integravimas į viešųjų bibliotekų jau teikiamas paslaugas daug prisidėtų prie kokybiškesnio šių lankytojų poreikių užtikrinimo. Pažymėtina, kad biblioterapijos kompetencijų kol kas neugdo nė vienas Lietuvos universitetas ar kolegija. Su metodu galima susipažinti tiesiogiai dalyvaujant kitų vedamuose užsiėmimuose arba įgyti teorinių žinių kviestinių lektorių paskaitose. Atsižvelgdama į šią situaciją ir visuomeninį poreikį bei remdamasi gerąja bibliotekų tarptautine patirtimi, Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka kartu su Apskričių viešųjų bibliotekų asociacija ir Lietuvos biblioterapijos asociacija 2019 m. parengė projektą „Biblioterapijos taikymas bibliotekose“. Projekto tikslas – ugdyti viešųjų bibliotekų specialistų kompetencijas sprendžiant socialinės atskirties problemas

¹ Shrodes, C. *Bibliotherapy: A Theoretical and Clinical-Experimental Study*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of California (Berkeley), 1949. Plačiau apie šią disertaciją žr. Brewster, L. *Bibliotherapy: A Critical History*. In: *Bibliotherapy* / Ed. by S. McNicol, L. Brewster. London: Facet Publishing, 2018, p. 3–4.

² *Ibidem*, p. 6.

³ Žr. Ščerbinina, J. *Knyga prieš Alzheimerį: biblioterapijos istorija*. Šiaurės Atėnai, 2019 m. kovo 22 d., Nr. 6 (1310), p. 5.

⁴ Žr. Brewster, L. *Bibliotherapy: A Critical History*, p. 4–5.

⁵ Plačiau žr. Brewster, L. *Books on Prescription: Bibliotherapy in the United Kingdom*. *Journal of Hospital Librarianship*, 2009. Vol. 9, No. 4, p. 399–407.

ir didinant kultūros prieinamumą visuomenei⁶. Projektas (vadovė – dr. Rasa Januševičienė) laimėjo Lietuvos kultūros tarybos dalinio finansavimo konkursą ir sėkmingai buvo įvykdytas 2020 m. kovo–2021 m. spalio mėn.

Įgyvendinant projektą buvo orientuojamasi į tam tikrus siekinius. Pirma, padedant Lietuvos biblioterapijos asociacijos nariams, perteikti biblioterapijos taikymo principus ir praktines žinias bibliotekininkams. Antra, kuo daugiau šalies bibliotekų (ypač labiau nutolusias nuo didžiųjų miestų) supažindinti su biblioterapijos metodo taikymo nauda jose. Taip buvo siekiama atverti didesnes galimybes įvairių socialinių grupių vartotojams atrasti skaitymo džiaugsmą, labiau įsitraukti į skaitymą, skaityti specialistų rekomenduojamą grožinę ar mokslo populiarinimo biblioterapinę literatūrą, vesti užsiėmimus, diskutuojant apie skaitomą tekstą. Tad vykdant projektą biblioterapijos užsiėmimai buvo kryptingai praversti senjorams, socialinių paslaugų centro gyventojams, regos sutrikimų turintiems asmenims, pataisos namų gyventojams, neįgaliesiems, socialinės rizikos šeimų nariams ir kitų tikslinių grupių atstovams.

Pats projektas buvo įgyvendinamas dviem etapais. Pirmame etape (2020 m. kovo–gruodžio mėn.) surengti 5 mokymai Lietuvos apskričių viešosiose bibliotekose. Juose iš viso dalyvavo 68 projekto dalyviai. Mokymų koordinatoriai buvo apskričių bibliotekų metodininkai, kurie padėjo sukviesti auditoriją, paruošė užsiėmimų erdvę, rūpinosi, kad būtų paisoma COVID-19 pandemijos meto higienos ir dezinfekcijos normų. Lektoriais pakviesti biblioterapijos metodą taikantys Lietuvos biblioterapijos asociacijos nariai. Juos atrenkant dėmesys buvo kreipiamas į metodo taikymo įvairovę. Kiekvienas lektorius mokymuose pristatė savo naudojamą metodą ir pravedė juo grįstą užsiėmimą. Klaipėdos universiteto doc. dr. Jūratė Sučylaitė vedė poezijos terapijos užsiėmimus. Klinikinė psichologė Donata Grakauskaitė-Šličienė atskleidė tautosakos taikymo biblioterapijoje galimybes. Tikybos ir filosofijos mokytojas Vidus Dusevičius užsiėmimuose panaudojo *Caritas* veikloje įgytą patirtį ir atskleidė, kaip prakalbinti įvairių tikslinių grupių atstovus, užmegzti su jais kontaktą. Nacionalinės bibliotekos darbuotoja Rasa Derenčienė vedė kūrybinio-terapinio rašymo užsiėmimus, o dr. Daiva Janavičienė (viena iš pagrindinių šio projekto rengėjų ir įgyvendintojų) pasidalino patirtimi kuriant skaitytojų klubus ir vedant pasakų terapijos užsiėmimus. Pirmame projekto įgyvendinimo etape išleista ir D. Janavičienės knyga „Biblioterapijos metodika“⁷. Jos parengimą ir išleidimą iš dalies finansavo Lietuvos kultūros taryba. Knyga prieinama ir nuotoliniu būdu⁸, tad jos išvalgomis ir rekomendacijomis galėjo pasiremti ir projekte dalyvaujantys bibliotekininkai, įgyvendinantys savo idėjas antrame projekto vykdymo etape.

Antras projekto etapas vyko 2021 m. sausio–spalio mėn. Mokymuose dalyvavusių bibliotekininkų buvo paprašyta pateikti idėjas dėl biblioterapijos renginių. 32 bibliotekos pateikė 38 idėjas. Pagal gautą finansavimą, vertinant regioniniu principu įgyvendinti atrinkta 20 idėjų iš tiek pat viešųjų bibliotekų. Renginių organizavimo ekspertais projekte dirbo dėstyto ir paskaitų rengimo patirtį turintys lektoriai. Kiekvienas jų kuravo 4 renginių įgyvendinimą viename iš regionų. Šia patirtimi jie ir pasidalino 2021 m. spalio 8 d. Nacionalinėje bibliotekoje vykusiame baigiamajame projekto renginyje⁹. Lektoriai džiaugėsi bibliotekininkų kruopštumu, gebėjimu įgyvendinti idėją, šiltu bendravimu su renginio audi-

⁶ Plačiau apie projekto tikslą, uždavinius ir numatomą poveikį, žr. *Biblioterapijos taikymas bibliotekose*. Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka. Prieiga per internetą: <https://lnb.lt/apie-biblioteka/veiklos-sritys/programos-ir-projektai/kvalifikacijos-kelimas-mokymai/biblioterapijos-taikymas-bibliotekose>. Žiūrėta 2021-10-15. Pažymėtina, kad šio teksto autorė kartu su dr. Rasa Januševičiene šio projekto reikalingumą, be kita ko, grindė nemažos dalies Lietuvos gyventojų socialinės atskirties (dėl sveikatos būklės, amžiaus, gyvenamosios vietos ir kitų priežasčių) mažinimu. Tuomet nė nesitikėta, kad atėjus laikui tam tikrą atskirtį dėl COVID-19 pandemijos teks patirti visiems. Nuotolinis darbas, izoliacija dėl artimo kontakto su sergančiuoju ir kitos su pandemija susijusios patirtys ne vienam padėjo geriau suprasti, ką reiškia tokiais socialinės atskirties sąlygomis gyventi nuolat ir kaip tuomet žmonėms trūksta bendravimo, pokalbių, pabuvimo kartu. Tuo ir paremta biblioterapijos metodu teikiama pagalba, kuri komunikacijai tarpininkauti ir sužadinti pasitelkia tekstą.

⁷ Janavičienė, D. *Biblioterapijos metodika*. Vilnius: Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka, 2020.

⁸ Prieiga per internetą: <https://drive.google.com/file/d/1WkJVvsq-fqrWdaNfb7s4kV-8jHdxYgLo/view>

⁹ Apie projekto baigiamąjį renginį, žr. taip pat: *Projekto „Biblioterapijos taikymas bibliotekose“ baigiamasis renginys*. Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka, 2021.10.08. Prieiga per internetą: <https://www.lnb.lt/naujienos/7671-projekto-biblioterapijos-taikymas-bibliotekose-baigiamasis-renginys>. Žiūrėta 2021-10-15.

torija. Vis dėlto pastebėtas ir didelis bibliotekininkų atsargumas, nepasitikėjimas savo jėgomis ir kūrybinėmis galiomis – jie vis klausė kuratorių: „Ar taip gerai?“ Projekto renginiuose dalyvavusios psychologės D. Grakauskaitės-Šličienės teigimu, tai rodo per didelius reikalavimus sau, dėl kurių gresia emocinis pervargimas ir profesinio perdegimo sindromas. Baigiamajame projekto renginyje kalbėję bibliotekininkai džiaugėsi sudaryta galimybe pažinti naują metodą, jį išbandyti su kuratoriumi. Tai, pasak jų, sudarė daugiau galimybių metodą toliau plėtoti savarankiškai. Kita vertus, jie pažymėjo, kad tarp kolegų gajanti mintis, jog bibliotekininkui užtenka renginio organizatoriaus vaidmens, o pačiam metodui taikyti ir toliau reikėtų kvieisti srities profesionalus. Baigiamajame renginyje projekto vadovė dr. R. Januševičienė įteikė kompetencijų ugdymo pažymėjimus 66 projekto dalyviams. 28 iš jų ne tik pagausino žinias, bet ir įgijo praktinės biblioterapinio renginio organizavimo patirties.

Apibendrinant projekto veiklų apžvalgą galima pažymėti, kad tokio plataus pobūdžio biblioterapijos kompetencijų ugdymo projektas Lietuvoje buvo pirmas. Tinkliniu principu regionuose ne tik paskleistos biblioterapijos žinios, bet ir sudarytos sąlygos mokymų dalyviams dalyvauti užsiėmimuose, galiausiai jiems patiems sukurti ir įgyvendinti biblioterapijos renginį. Kompetencijas projekte tobulino 68 bibliotekininkai iš visos Lietuvos. Vykdamas projektą biblioterapijos užsiėmimuose dalyvavo 226 atskirtą patiriantys asmenys. Projekto kūrėjai ir jo įgyvendintojai viliasi, jog biblioterapija ras savo vietą viešosiose bibliotekose, o daugiau žinių ir pasitikėjimo įgavę bibliotekininkai šią paslaugą teiks dažniau. Taigi vis daugiau žmonių atras tikrąjį skaitymo džiaugsmą, o per tai gaus ir psichologinę pagalbą.

Literatūra ir šaltiniai

- Biblioterapijos taikymas bibliotekose*. Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka. Prieiga per internetą: <https://lnb.lt/apie-biblioteka/veiklos-sritys/programos-ir-projektai/kvalifikacijos-kelimas-mokymai/biblioterapijos-taikymas-bibliotekose>. Žiūrėta 2021-10-15.
- Brewster, Liz. *Bibliotherapy: A Critical History*. In: *Bibliotherapy* / Ed. by S. McNicol, L. Brewster. London: Facet Publishing, 2018, p. 3–22.
- Brewster, Liz. Books on Prescription: Bibliotherapy in the United Kingdom. *Journal of Hospital Librarianship*, 2009. Vol. 9. No. 4, 2009, p. 399–407. DOI: <https://doi.org/10.1080/15323260903253456>
- Janavičienė, Daiva *Biblioterapijos metodika*. Vilnius: Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka, 2020. Taip pat prieiga per internetą: <https://drive.google.com/file/d/1WkJVvsq-fqrWdaNfb7s4kV-8jHdxYgLo/view>
- Projekto „Biblioterapijos taikymas bibliotekose“ baigiamasis renginys*. Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka, 2021.10.08. Prieiga per internetą: <https://www.lnb.lt/naujienos/7671-projekto-biblioterapijos-taikymas-bibliotekose-baigiamasis-renginys>. Žiūrėta 2021-10-15.
- Ščerbina, Julija. Knyga prieš Alzheimerį: biblioterapijos istorija. Šiaurės Atėnai, 2019 m. kovo 22 d., Nr. 6 (1310), p. 5. Taip pat prieiga per internetą: <http://www.satėnai.lt/wp-content/uploads/2019/01/Nr.6-1310-2019-03-22.pdf>. Žiūrėta 2021-10-15.