

Το εργαλείο της βιβλιοθεραπείας στο Γυμνάσιο

Ευαγγελία Λιάπη

MSc Φιλολόγος, 17ο Γυμνάσιο Περιστερίου
evliapis@gmail.com

Περίληψη

Το σχολείο αποτελεί το βασικό πλαίσιο μέσα στο οποίο το παιδί εκπαιδεύεται για να αποκτήσει τα κατάλληλα εφόδια ώστε να γνωρίσει τον εαυτό του και τους άλλους, να αλληλοεπιδράσει σε μια κοινωνία που συχνά εξελίσσεται, να μάθει να επιτυγχάνει τους στόχους του αλλά και να ανταπεξέρχεται στις δυσκολίες που θα κληθεί πολλές φορές να αντιμετωπίσει. Οι αλλαγές που προέκυψαν πρόσφατα κι ανεπάντεχα στη ζωή των παιδιών λόγω του Covid-19 προκάλεσαν τεράστια ανασφάλεια την οποία το σχολείο καλείται να εξισορροπήσει δημιουργώντας ένα σταθερό πλαίσιο καθημερινής προβλεψιμότητας και οριοθέτησης. Ένα ισχυρό καινοτόμο εργαλείο που μπορεί να εξυπηρετήσει τις ανάγκες των παιδιών είναι η βιβλιοθεραπεία. Ένα εκπαιδευτικό εργαλείο που χρησιμοποιεί ένα συνδυασμό δραστηριοτήτων καθοδηγούμενης ανάγνωσης, δημιουργικής γραφής και πληροφορικής καταφέρνει να αντιμετωπίσει και τα πιο δύσκολα προβλήματα

Λέξεις κλειδιά: σχολείο, προβλήματα, εργαλεία, βιβλιοθεραπεία

1.Εισαγωγή

Οι μαθητές του 21ου αιώνα μεγαλώνουν και εξελίσσονται σε μια εποχή με κύρια χαρακτηριστικά την ψυχολογική πίεση. Στην πίεση που ασκούν οι σημερινές πρωτόγνωρες συνθήκες διαβίωσης οι μαθητές αντιδρούν παρουσιάζοντας άγχος, φόβο, ανατροπές, μοναξιά, κατάθλιψη και κυρίως χαμηλά κίνητρα. Για την ενίσχυση του μαθητικού δυναμικού της χώρας η Πολιτεία καλείται να εντάξει καινοτόμα προγράμματα με σκοπό να υποστηρίξει από τη μία τους μαθητές και από την άλλη να τους εμπνεύσει ότι παρά τις δυσκολίες που θα κληθούμε πολλές φορές να αντιμετωπίσουμε, οφείλουμε να αγωνιστούμε για να τα καταφέρουμε. Λαμβάνοντας υπόψη ότι στην εφηβεία, την ηλικία ορόσημο του ατόμου, αρχίζουν να εκδηλώνονται κι οι πρώτες ψυχικές διαταραχές, οι οποίες έγκαιρα θα πρέπει να αντιμετωπιστούν και να διαχειριστούν με προσοχή (Patel et al, 2007).

Στην εποχή μας, οι μαθητές επωμίζονται το βάρος πολλών δυσκολιών όπως της οικονομικής ανέχειας της αποσύνθεσης της οικογένειας (Pardeck, 1994a) αλλά κυρίως

του φόβου και της ανασφάλειας που δημιούργησε η πανδημία. Μια από τις μεθόδους που χρησιμοποιήθηκαν στο παρελθόν, σε ιδιαίτερα δύσκολες και περίπλοκες περιόδους για να ενισχύσουν τους ψυχικά αδυνάτους ήταν η βιβλιοθεραπεία, δηλαδή η χρήση αναγνωστικού υλικού ως θεραπευτικό κι εκπαιδευτικό μέσο με τη μορφή της καθοδηγούμενης ανάγνωσης. Η βιβλιοθεραπεία αποτελεί μια μορφή παρέμβασης η οποία χρησιμοποιείται προκειμένου να ενισχύσει ψυχολογικά το άτομο αλλά και να το κατευθύνει.

Συνοπτικά, πρόκειται για ένα σημαντικό εργαλείο προκειμένου να βοηθηθεί το άτομο στην κατανόηση και στην αντιμετώπιση των προσωπικών προκλήσεων (Forgan, 2002) ενώ έχει αποδειχθεί ιδιαίτερα αποτελεσματική στην αντιμετώπιση των συναισθηματικών και συμπεριφοριστικών προβλημάτων, της κατάθλιψης (Rapee et al, 2006) και ιδιαίτερα της επιθετικότητας (Shechtman, 2006).

Ο όρος Βιβλιοθεραπεία πρωτοεμφανίστηκε τον Αύγουστο του 1916 από τον Samuel McCord Crothers σε άρθρο του στο περιοδικό Atlantic Monthly σχετικά με τη θεραπευτική χρήση των βιβλίων. Ο Samuel Crothers στο άρθρο του περιέγραφε την επίδραση που έχει η ανάγνωση βιβλίων στη βελτίωση της ανθρώπινης συμπεριφοράς. Σύμφωνα με τον Berry (Nur Fathiyah, 2006) η βιβλιοθεραπεία χωρίζεται σε δύο κατηγορίες: α) την κλινική και β) την εκπαιδευτική.

Η κλινική βιβλιοθεραπεία, είναι μια μορφή ψυχοθεραπείας η οποία πραγματοποιείται από ένα επαγγελματία υγείας όπως ένα ψυχίατρο, ψυχολόγο, κοινωνικό λειτουργό κ.λπ. Ο διαμεσολαβητής είναι ο θεραπευτής και ο συμμετέχων είναι ο ασθενής. Ο στόχος είναι να βοηθηθεί ο ασθενής και να οδηγηθεί στην αυτοίαση. Η εκπαιδευτική βιβλιοθεραπεία πραγματοποιείται από τον εκπαιδευτικό στο σχολείο. Ο διαμεσολαβητής είναι ο εκπαιδευτικός και οι συμμετέχοντες είναι οι μαθητές. Ο στόχος της εκπαιδευτικής βιβλιοθεραπείας είναι να βοηθήσει τους μαθητές, να τους κινητοποιήσει, να τους κάνει να ενδιαφερθούν να συνεχίσουν την εκπαίδευσή τους με περισσότερο ενδιαφέρον και να αυτοβελτιωθούν.

Η εκπαιδευτική βιβλιοθεραπεία χρησιμοποιεί τη λογοτεχνία ως εκπαιδευτικό εργαλείο σε υγιή άτομα, επιδιώκοντας τη συναισθηματική και ψυχική ευεξία ή την αυτοπραγματοποίηση. (McCulliss, 2012). Η συνειδητή χρήση του βιβλίου στοχεύει στην ψυχική και πνευματική βελτίωση του ατόμου μέσω της δυναμικής αλληλεπίδρασης που υπάρχει ανάμεσα στον αναγνώστη και στο κείμενο υπό την καθοδήγηση πάντα του εκπαιδευτικού, ο οποίος λειτουργεί ως διαμεσολαβητής. Ο εκπαιδευτικός της τάξης είναι αυτός, ο οποίος καλύτερα από οποιοδήποτε άλλο γνωρίζει τις ιδιαιτερότητες, τα ενδιαφέροντα αλλά και τις αδυναμίες του μαθητή του και μπορεί εύστοχα να τον καθοδηγήσει.

2. Η Βιβλιοθεραπεία

2.1 Η ιστορική πορεία της Βιβλιοθεραπείας

Η βιβλιοθεραπεία ως θεραπευτική μέθοδος χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά στη Φιλαδέλφεια της Αμερικής, το 1753, στο Νοσοκομείο που ίδρυσαν ο Benjamin Franklin και ο Thomas Bond για τους ψυχικά ασθενείς που περιφέρονταν τότε άστεγοι στη πόλη της Φιλαδέλφειας.

Ο Benjamin Franklin όταν ήταν νέος διάβασε το έργο του Daniel Defoe, Δοκίμιο πάνω στο Σχεδιασμό και υιοθέτησε την άποψη του Defoe σχετικά με την επιρροή που ασκεί το περιβάλλον στην προσωπικότητα του ατόμου. Ο Βενιαμίν Φραγκλίνος πίστευε πως οι μαθητές έπρεπε να μελετούν οπωσδήποτε την αρχαία ελληνική γραμματεία και για το λόγο αυτό έγραψε το έργο του «A Grammar of the greek language». Αποφάσισε να ασχοληθεί ενεργά με την εκπαίδευση ώστε να την κάνει ευχάριστη στα παιδιά και να εξαλείψει τον φόβο που προκαλεί το σχολείο στους μαθητές. Το 1749 συνόψισε τις εκπαιδευτικές του απόψεις σε ένα πρωτοποριακό για την εποχή του φυλλάδιο, το «Προτάσεις για την Εκπαίδευση των Νέων στην Πενσυλβάνια». Ο Benjamin Franklin στο έργο του αυτό ασκεί σφοδρή κριτική, διαχρονική και πάντα επίκαιρη, στο εκπαιδευτικό σύστημα της εποχής του, αναφέροντας χαρακτηριστικά ότι ακόμα και στην ανάγνωση «Τα παιδιά μας διαβάζουν συχνά ως παπαγάλοι χωρίς να μπορούν να κατανοήσουν το τι διαβάζουν». Αργότερα θα δοκιμάσει τη δυναμική της βιβλιοθεραπείας στο Νοσοκομείο της Φιλαδέλφειας. Σε ένα περιβάλλον ειδυλλιακό άρχισε να λειτουργεί ενεργά για πρώτη φορά ένα πρόγραμμα θεραπείας στηριγμένο στη Βιβλιο-Ποίηση. Ο διευθυντής του νοσοκομείου της Φιλαδέλφειας, ο πρωτοπόρος ψυχίατρος Benjamin Rush προέτρεπε τους ασθενείς του να διαβάζουν, να γράφουν και να δημοσιεύουν τα έργα τους στην εφημερίδα του Νοσοκομείου «The Illumination». Η καινοτομία του Rush ήταν ότι συνδυάζει την ανάγνωση με την παραγωγή ποίησης.

Στην Αμερική, η Βιβλιοθεραπεία εδραιώθηκε σιγά σιγά και εξελίχτηκε καθώς η Αμερικανική Ένωση Βιβλιοθηκών υποστήριξε με σθένος τη δημιουργία βιβλιοθηκών στα νοσοκομεία (Pardeck, 2005). Σύντομα, το εργαλείο της βιβλιοθεραπείας χρησιμοποιήθηκε και στην Ευρώπη. Εκατομμύρια άνθρωποι κατά τη διάρκεια του Α Παγκοσμίου Πόλεμου ήρθαν αντιμέτωποι με την οικονομική, κοινωνική και πολιτική κρίση που τους οδήγησε στην κατάθλιψη. Στην αναζήτηση της θεραπείας του ψυχικού τραύματος λοιπόν επιστρατεύτηκε η μέθοδος της βιβλιοθεραπείας. Η Βιβλιοθεραπεία εισάγεται στα στρατιωτικά νοσοκομεία για τη θεραπεία των ασθενών που παρουσίαζαν ψυχικές διαταραχές. Διαπιστώθηκε γρήγορα λοιπόν ότι οι ασθενείς παρουσίαζαν αυτοβελτίωση όταν συστηματικά διάβαζαν ιστορίες με αισιόδοξο τέλος ή ενδιαφέρουσες βιογραφίες. Λίγο καιρό αργότερα ο Christofer Morley (1919) στο βιβλίο του *The Haunted Bookshop* παρουσιάζει τον ορισμό της Βιβλιοθεραπείας. Πρόκειται για ένα είδος υποστηρικτικής ψυχοθεραπείας. Τον Ιανουάριο του 1924, η Αφροαμερικάνα βιβλιοθηκονόμος Sadie Paterson Delaney ανέλαβε προσωρινά και για

διάστημα μόλις έξι μηνών τη διοίκηση της βιβλιοθήκης του Νοσοκομείου για Βετεράνους, στο Tuskegee της Αλαμπάμα. Αρχικά παρέλαβε ένα δωμάτιο με 200 βιβλία κι ένα τραπέζι. Σε σύντομο χρονικό διάστημα η Delaney το μετέτρεψε σε ένα χώρο ιδιαίτερα φροντισμένο και καλαίσθητο στον οποίο οι ασθενείς με ψυχικές διαταραχές έβρισκαν καταφύγιο για να διαβάσουν τα βιβλία που εκείνη τους πρότεινε. Ο Edwin Starbuck(1928) στο βιβλίο του *Guide to Children's Literature for Character Training* δημοσιεύει τα συμπεράσματα από την εφαρμογή της βιβλιοθεραπείας στον ανθρώπινο χαρακτήρα. Το 1931 ο William J. Bishop συνέταξε έναν κατάλογο με βιβλία κατάλληλα για βιβλιοθήκες νοσοκομείων ενώ η Perrie Jones(1937) στο άρθρο της, *Οι ψυχικά ασθενείς μπορούν να διαβάσουν*, σημειώνει τη δυναμική του βιβλίου στην αυτοβελτίωση των ψυχικά ασθενών. Οι ψυχίατροι Karl & William Menninger εισήγαγαν ενεργά τη Βιβλιοθεραπεία στο Νοσοκομείο Menninger Clinic ως θεραπευτικό εργαλείο σε ασθενείς με ψυχικές διαταραχές, με προβλήματα αλκοολισμού αλλά και ως στήριξη στους φροντιστές τους.

Στη δεκαετία του 1960 θεωρείται πλέον ξεκάθαρο σύμφωνα με την Carolyn Shrodes(1955) ότι:

Η Λογοτεχνία αποτελεί άμεση και συγκεκριμένη αναπαράσταση της ζωής καθώς εμπλέκει συναισθήματα κι επιτρέπει στον αναγνώστη να τα αναβιώσει. Ίσως πάλι απλώς να τα παρατηρεί από μια άλλη οπτική γωνιά, αυτή του παρατηρητή. Σύμφωνα με το μοντέλο λειτουργούν τρία στάδια: α. ταυτοποίηση (ο αναγνώστης ταυτίζεται με την ιστορία), β. κάθαρση (απελευθέρωση του συναισθήματος) και γ. διορατικότητα (το άτομο βιώνει την ολοκλήρωση των σκέψεων και των συναισθημάτων του. Σύμφωνα με αυτή τη λειτουργία ο αναγνώστης διαβάζοντας το βιβλίο ταυτίζεται με τον χαρακτήρα, εμπλέκεται συναισθηματικά, αναπτύσσει δεσμούς μαζί του και βιώνει τα συναισθήματα του χαρακτήρα. (Gregory & Vessey, 2004; Sridhar & Vaughn, 2000; Sullivan & Strang, 2003)

2. 2 Η Βιβλιοθεραπεία στην Εκπαίδευση

Το 1946 αποτελεί έτος ορόσημο για την εισαγωγή της βιβλιοθεραπείας στην Εκπαίδευση καθώς η Agnes S. M.(1946) προτείνει τη βιβλιοθεραπεία ως το κατάλληλο εργαλείο για τα παιδιά που παρουσιάζουν παραβατικότητα και προβλήματα συμπεριφοράς. Σταδιακά εισάγεται η βιβλιοθεραπεία στην Εκπαίδευση ως υποστηρικτικό εργαλείο στηριζόμενη στα οφέλη που προκύπτουν από τη συζήτηση, το συντονισμένο διάλογο με θέμα ένα λογοτεχνικό βιβλίο, μια αφήγηση. Η βιβλιοθεραπεία δοκιμάστηκε στους εφήβους με σημαντικά και ενθαρρυντικά αποτελέσματα καθώς με ένα ιδιαίτερο τρόπο τους προτρέπει να συμμετάσχουν στη λύση του προβλήματος (Eliasa, 2007). Στους έφηβους αρέσει να συζητούν και να σχολιάζουν τις συμπεριφορές των πρωταγωνιστών των βιβλίων που διαβάζουν. Στις δημιουργικές δραστηριότητες που ακολουθούν την καθοδηγούμενη ανάγνωση περιλαμβάνονται η τήρηση ημερολογίου, η δημιουργική γραφή, η ζωγραφική αλλά και

το παιχνίδι. Σύμφωνα με το Shechtman (2009) η βιβλιοθεραπεία συνεπάγεται με τη χρήση της λογοτεχνίας για θεραπευτικό σκοπό και περιλαμβάνει την ακρόαση ιστοριών και ποιημάτων, την παρακολούθηση ταινιών και την εξέταση εικόνων.

Στην εκπαίδευση η βιβλιοθεραπεία είναι μια τεχνική που χρησιμοποιεί τη λογοτεχνία για να βοηθήσει τους μαθητές να αναπτύξουν την ευαισθητοποίησή τους και να αντιληφθούν καλύτερα τα προβλήματα τους. (Coombs, 1998) Ο Davis (1992) αναφέρει ότι επειδή οι εκπαιδευτικοί γνωρίζουν καλά την ψυχοσύνθεση των μαθητών τους μπορούν, να επιλέξουν το κατάλληλο είδος λογοτεχνίας που θα τους ταίριαζε καθώς η βιβλιοθεραπεία ενισχύει την αυτοπεποίθηση, μειώνει το άγχος και βοηθάει στην ανάπτυξη δεξιοτήτων για την επίλυση των προβλημάτων. Οι Gladding και Gladding (1991) όμως ανησυχούν καθώς όπως παρατηρούν πολλοί σχολικοί σύμβουλοι δεν γνωρίζουν πώς πρέπει να διοχετεύουν τη βιβλιοθεραπεία στους μαθητές. Σύμφωνα με τη Nina Johnson (1941) το απαιτούμενο και ολοκληρωμένο χρονικό διάστημα που πρέπει να διεξαχθεί η βιβλιοθεραπεία είναι τουλάχιστον 4 μήνες ενώ τα στάδια της βιβλιοθεραπευτικής διαδικασίας σύμφωνα με την Carolyn Shrodes (1950) είναι: 1. εμπλοκή, 2. αναγνώριση - ταύτιση, 3. κάθαρση, 4. κατανόηση – ενόραση- ολοκλήρωση, 5. παγκοσμιότητα-καθολικότητα σύμφωνα με Forgan (2002).

Η βιβλιοθεραπεία στην εκπαίδευση είναι μια διαδικασία που προσπαθεί να εμπλέξει τους εκπαιδευόμενους σε ουσιαστικές συζητήσεις σχετικά με συναρπαστικά και περίπλοκα ζητήματα που αντιμετωπίζουν στη ζωή τους. Αρχίζει με την ανάγνωση ιστοριών που μπορούν να προσελκύσουν τους συμμετέχοντες σε μια διαδικασία προβληματισμού, με τρόπο φιλικό κι εγκάρδιο χωρίς να αισθανθούν απειλή. Παρά το γεγονός ότι υπάρχουν εκατοντάδες άρθρα σχετικά με τη βιβλιοθεραπεία ελάχιστα είναι εκείνα δυστυχώς που προετοιμάζουν τον ειδικό για την πρακτική εφαρμογή της. (Pehrsson & McMillen, 2005).

Κατά την παρεμβατική ανάγνωση ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να επιλέγει βιβλία τα οποία ο ίδιος γνωρίζει καλά και εμπιστεύεται, που δημιουργούν μια αίσθηση δεσμού ανάμεσα στο μαθητή και τους συγγραφείς, τους χαρακτήρες ή τις ιδέες του βιβλίου. Όταν υπάρχει αυτός ο δεσμός τότε μεγιστοποιείται η χρησιμότητα της διαδικασίας ανάγνωσης. (Bruneau, Bubbenzer, & McGlothlin, 2010)

Η Nola Kortner Aiech (1993) αναφέρει ότι η εκπαιδευτική διαδικασία της βιβλιοθεραπείας περιλαμβάνει 5 στάδια: (α) να παρακινήσει και να ενεργοποιήσει το άτομο με εισαγωγικές δραστηριότητες, (β) ο χρόνος ανάγνωσης, (γ) ο χρόνος επώασης, (δ) παρακολούθηση χρόνου συζήτησης (ε) αυτοαξιολόγηση και η αξιολόγηση. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν οι μαθητές για τις βιογραφίες προσωπικότητας που ξεχώρισαν μολονότι είχαν μια πολυτάραχη ζωή με αρκετές δυσκολίες καθώς ενισχύονται αντιλαμβανόμενοι τη δυναμικής της ανθρώπινης ανθεκτικότητας. Η χρήση αυτοβιογραφικών αποσπασμάτων ενισχύει τις κοινωνικές δεξιότητες καθώς επιχειρεί με μη επεμβατικό τρόπο να βοηθήσει τους μαθητές να σκεφτούν και να κατανοήσουν τις ανθρώπινες συμπεριφορές. (Jaquinta & Hipsky, 2006a). Ιδιαίτερα τα

κλασικά λογοτεχνικά έργα που δοκιμάστηκαν κι άντεξαν στο χρόνο, διαχρονικά και πάντα επίκαιρα καθώς περιγράφουν πανανθρώπινες συμπεριφορές και χαρακτηριστικά παρουσιάζουν μια ξεχωριστή δυναμική στην επαφή τους με το μαθητή. Η εκπαιδευτική βιβλιοθεραπεία επικεντρώνεται σε συγκεκριμένα θέματα. Χρησιμοποιεί τη μυθοπλασία αλλά και τη μη μυθοπλασία ή συνδυασμό και των δύο για να παρουσιάσει καταστάσεις και να επιλύσει προβλήματα. Γενικότερα πρόκειται για μια παιχνιδιάρικη, συναρπαστική και διασκεδαστική διαδικασία που προκαλεί το ενδιαφέρον των μαθητών ακόμα και των πιο δύσκολων.

2.3. Βιβλιοπροτάσεις

Η βιβλιοθεραπεία χρησιμοποιεί διηγήματα, μυθιστορήματα, βιογραφίες και ποιήματα. Η μυθιστοριογραφία για νέους άρχισε αρκετά καθυστερημένα μόλις το 1850 να καταγράφει τις δυσκολίες της εφηβείας. Η επανάσταση στο εφηβικό μυθιστόρημα πραγματοποιήθηκε όμως το 1951 με το «The Catcher in the Rye», Ο Φύλακας της σίκαλης του J.D. Salinger. Σε αυτό το έργο, ο Salinger καταγράφει με ένα ευρηματικό κι αξεπέραστο τρόπο, τη δυσαρέσκεια της εφηβικής ψυχής απέναντι στους «Κάλπηδες». Το βιβλίο αυτό αποτελεί ένα μοναδικό εκπαιδευτικό εργαλείο για να ξεκλειδώσει τις εφηβικές ψυχές. Η καθοδηγούμενη ανάγνωση του έργου απελευθερώνει με ένα μοναδικό τρόπο τον έφηβο. Αντίθετα η ατομική ανάγνωση του συγκεκριμένου έργου από εφήβους πολλές φορές στιγματίσει ταλαιπωρημένες ψυχές τις οποίες οδήγησε σε αδιέξοδα ακόμα και σε παραβατικότητα. Η λογοτεχνία συχνά καλείται να στηρίξει τους εφήβους. Δυστυχώς όμως τα γεγονότα έχουν καταγραφεί από έναν ενήλικο που απέχει πολύ συνήθως όσο καλή ενσυναίσθηση κι αν διαθέτει από τις εφηβικές ανησυχίες. Θεματικές που ενδιαφέρουν τους νέους είναι η εγκυμοσύνη, τα ναρκωτικά, οι σχέσεις, ο αλκοολισμός, η άμβλωση, το διαζύγιο των γονέων, η αυτοκτονία, το πένθος, η ομοφυλοφιλία, η κακοποίηση, οι ορμονικές αλλαγές, ο ρατσισμός, η σεξουαλική επαφή κι η διαφορετικότητα.

Ένα εξαιρετικό έργο το οποίο αναφέρεται στις ιδιαιτερότητες της εφηβείας και στα συναισθήματα του εφήβου με ένα σύγχρονο λόγο είναι το έργο του Jeffrey Eugenides, το «Middlesex». Ο Έλληνο-Αμερικάνος J.Eugenides πραγματεύεται ένα πολύ δύσκολο θέμα με ένα πρωτοποριακό τρόπο αγγίζοντας τρυφερά κι ευαίσθητα τις ψυχές των αναγνωστών του. Μέσο της καθοδηγούμενης ανάγνωσης του έργου τα παιδιά ενισχύονται και εκφράζουν ανοιχτά τις σκέψεις τους καθώς το κείμενο είναι ιδιαίτερα σημερινό και σύγχρονο ακόμα κι όταν με εμβόλιμες ιστορίες (Εγκιβωτισμό) αφηγείται την καταστροφή της Σμύρνης και την προσφυγιά. Γιατί όπως αναφέρει ο Ντοστογιέφσκι στο «Υπόγειο» του: Στις αναμνήσεις κάθε ανθρώπου υπάρχουν πράγματα που δεν τα εμπιστεύεται σ' όλο τον κόσμο, αλλά μόνο στους φίλους του. Υπάρχουν άλλα που δεν τα εμπιστεύεται στους φίλους του, τα λέει μονάχα στον εαυτό του, κι αυτό στα κρυφά. Και τέλος, υπάρχουν κι εκείνα που ο άνθρωπος φοβάται να τα ομολογήσει και στον ίδιο του τον εαυτό.

Η βιβλιοθεραπεία λοιπόν, η καθοδηγούμενη ανάγνωση βοηθά το μαθητή να ομολογήσει στον εαυτό του πιο εύκολα εκείνα που φοβάται και έτσι καθοδηγείται ευκολότερα στην κάθαρση.

Ένα παλιό, διαχρονικό, κλασσικό διήγημα του Guy de Maupassant, Ο μπαμπάς του Σιμόν βοηθάει το μαθητή να αντιληφθεί και να διαχειριστεί πολύ ευαίσθητες οικογενειακές σχέσεις καθώς και την ουσία στην έλλειψη της πατρικής φιγούρας. Μα και λιγότερο γνωστά έργα μπορούν να χρησιμοποιηθούν σύμφωνα πάντα με το κριτήριο του εκπαιδευτικού. Το βιβλίο του Σωτήρη Κόλλια, Περιπέτεια στην Πελοπόννησο αναφέρεται στις περιπέτειες του συγγραφέα για αναζήτηση εργασίας και τις δυσκολίες διαβίωσης. Το βιβλίο διδάσκει στο μαθητή την ανθρώπινη ανθεκτικότητα.

2.3 Βιογραφίες-Αυτοβιογραφίες

Σύμφωνα με την έκθεση του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου (2009) οι μαθητές στο συντριπτικό ποσοστό του 88% εκφράζουν έντονη επιθυμία για ανθολόγηση περισσότερων κειμένων εφηβικής και νεανικής Λογοτεχνίας, με την ελπίδα ότι το περιεχόμενό τους θα συνδέεται άρρηκτα με τον κόσμο και τα ενδιαφέροντά τους. Η χρήση της βιογραφίας στην εκπαίδευση είναι μια διαδικασία που προσπαθεί να εμπλέξει τους εκπαιδευόμενους σε ουσιαστικές συζητήσεις σχετικά με συναρπαστικά και περίπλοκα ζητήματα που αντιμετωπίζουν οι μαθητές στη ζωή τους. Η βιογραφία σημαντικών προσωπικοτήτων με πολυτάραχες και ιδιαίτερες πολλές φορές καθημερινότητες θα εμπνεύσει τους μαθητές και θα τους βοηθήσει να ξεπεράσουν τα προβλήματα τους, διδάσκοντας τους ότι μπορούν κι αυτοί να τα καταφέρουν. Παραδείγματα βιογραφικών και αυτοβιογραφικών έργων: Νικόλα Τέσλα, Μαρία-Κιουρί, Άλμπερτ Αϊνστάιν, Λεονάρντο Ντα Βίντσι κ.α.

2.4 Η Πληροφορική στην υπηρεσία της Βιβλιοθεραπείας

Ένα εκπληκτικό εργαλείο το οποίο μπορεί να υποστηρίξει το πρόγραμμα της βιβλιοθεραπείας τόσο στη Γενική όσο και στην Ειδική εκπαίδευση ιδιαίτερα στα ΕΝ.Ε.Ε.ΓΥ.Α. αλλά και τμήματα ένταξης είναι το <https://www.storyboardthat.com> Οι μαθητές αφού διαβάσουν και σχολιάσουν μέσα στην ολομέλεια της τάξης το αυτοβιογραφικό ή βιογραφικό απόσπασμα καλούνται με τη χρήση του εργαλείου να περιγράψουν τον ήρωα.

Ενδεικτικό παράδειγμα: Μια ξεχωριστή προσωπικότητα, η οποία προκαλεί συχνά το θαυμασμό των παιδιών είναι ο Νικόλα Τέσλα. Ο Σερβο-Αμερικανός Νικόλα Τέσλα, μηχανικός, φυσικός, εφευρέτης και διανοούμενος υπήρξε ένας ιδιόρρυθμος κι εκκεντρικός άνθρωπος με πολλές φοβίες, μοναχικός, με δυσκολίες στον ύπνο, ιδιοτροπίες στη διατροφή αλλά και μια παράξενη αγάπη για τα περιστέρια. Το 1919, σε ηλικία 62 ετών, ο Τέσλα έγραψε την αυτοβιογραφία του που φέρει τον τίτλο *My Inventions* και δημοσιεύτηκε στο *Electrical Experimenter magazine*.

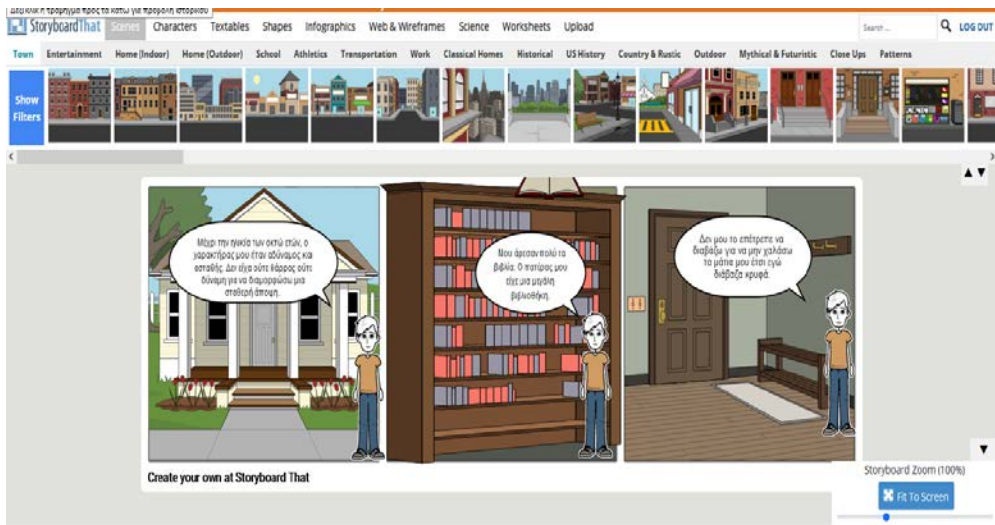
Η αυτοβιογραφία ή αποσπάσματα της αυτοβιογραφίας του Τέσλα μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε συναντήσεις βιβλιοθεραπείας με μαθητές ΕΝ.Ε.Ε.ΓΥ.Λ. καθώς οι ιδιαιτερότητες του Tesla γίνονται εύκολα κατανοητές και αποδεκτές από μαθητές που μπορεί να παρουσιάζουν παρόμοιες συμπεριφορές με τον Tesla.

Σύμφωνα με την αυτοβιογραφία του, ο Τέσλα γεννήθηκε στις 10 Ιουλίου του 1856, στο Σμίλιαν της Κροατίας. Ο μεγαλύτερος κατά επτά έτη αδελφός του Ντάντε Τέσλα υπήρξε μια ιδιοφυΐα στη σκιά του οποίου μεγάλωσε ο Νικόλα. Όταν ο Νικόλα ήταν επτά ετών ο Ντάντε σκοτώθηκε πέφτοντας από το άλογο ενώ έκανε ιπασία. Η οικογένεια πληγώθηκε πολύ από την απώλεια του Ντάντε. Ο μικρός Τέσλα απομονώθηκε κι εύρισκε παρηγοριά κυρίως στα βιβλία. Ενδεικτικά παραθέτουμε ορισμένα αποσπάσματα σε δική μας μετάφραση από την αυτοβιογραφία του Τέσλα, τα οποία θα δώσουν το έναυσμα για πολύ ωραίες δραστηριότητες.

Απόσπασμα 1

«Μέχρι την ηλικία των οκτώ ετών, ο χαρακτήρας μου ήταν αδύναμος και ασταθής. Δεν είχα ούτε θάρρος ούτε δύναμη για να διαμορφώσω μια σταθερή άποψη. Τα συναισθήματά μου διακυμαίνονταν συνεχώς στα άκρα. Οι επιθυμίες μου ήταν σαν τα κεφάλια της Λερναίας Ύδρας. Ήμουν αντιμέτωπος με διάφορες σκέψεις σχετικά με τη ζωή, το θάνατο και τον θρησκευτικό φόβο. Πίστευα και ζούσα με το συνεχή φόβο του κακού, των φαντασμάτων και άλλων άγριων τεράτων του σκοταδιού. Τότε, όμως συνέβη μια τεράστια αλλαγή που άλλαξε την πορεία ολόκληρης της ύπαρξής μου. Μου άρεσαν πολύ τα βιβλία. Ο πατέρας μου είχε μια μεγάλη βιβλιοθήκη και όποτε μπορούσα ικανοποιούσα το πάθος μου για ανάγνωση. Δεν μου το επέτρεπε όμως και οργιζόταν όταν με έπιασε να διαβάζω. Εξαφάνιζε τα κεριά όταν διαπίστωνε ότι διάβασα κρυφά. Δεν ήθελε να χαλάσω τα μάτια μου. Ωστόσο, κατάφερα και ξεκλείδωνα τη βιβλιοθήκη και διάβαζα κρυφά μέχρι την Αυγή. Μια μέρα βρήκα ένα μυθιστόρημα με τίτλο «*Abafi*», μια σερβική μετάφραση του γνωστού Ούγγρου συγγραφέα Josica. Αυτό το έργο κατά κάποιον τρόπο ξύπνησε τις αδρανείς δυνάμεις της θελήσεως μου και άρχισα να ασκώ τον αυτοέλεγχο».

Το απόσπασμα δίνει την ευκαιρία στο μαθητή να μιλήσει, να γράψει, να εικονογραφήσει και να εκφραστεί ελεύθερα σχετικά με τα δικά του ενδιαφέροντα ή τη σχέση του με τα βιβλία. Χρησιμοποιώντας το εργαλείο <https://www.storyboardthat.com> με την καθοδήγηση του εκπαιδευτικού ο μαθητής μπορεί να προβεί σε μια σειρά από δραστηριότητες όπως να δημιουργήσει σε εικονογράφηση το απόσπασμα της αυτοβιογραφίας. Η δραστηριότητα αυτή εξυπηρετεί ιδιαίτερα στην κατανόηση του κειμένου.



Εικόνα 1. Σε εικονογράφηση το απόσπασμα της αυτοβιογραφίας

Μια δραστηριότητα που αρέσει στους μαθητές του Γυμνασίου είναι να περιγράψουν πως φαντάζονται τους πρωταγωνιστές των βιβλίων που διαβάζουν. Το storyboard τους βοηθάει ιδιαίτερα καθώς σχεδιάζουν τον ήρωα έτσι όπως οι ίδιοι τον φαντάζονται και τον εντάσσουν στο χώρο και στον χρόνο καθοδηγούμενοι από ερωτήσεις που θέτει ο εκπαιδευτικός.

Γνωριμία με τους πρωταγωνιστές των βιβλίων

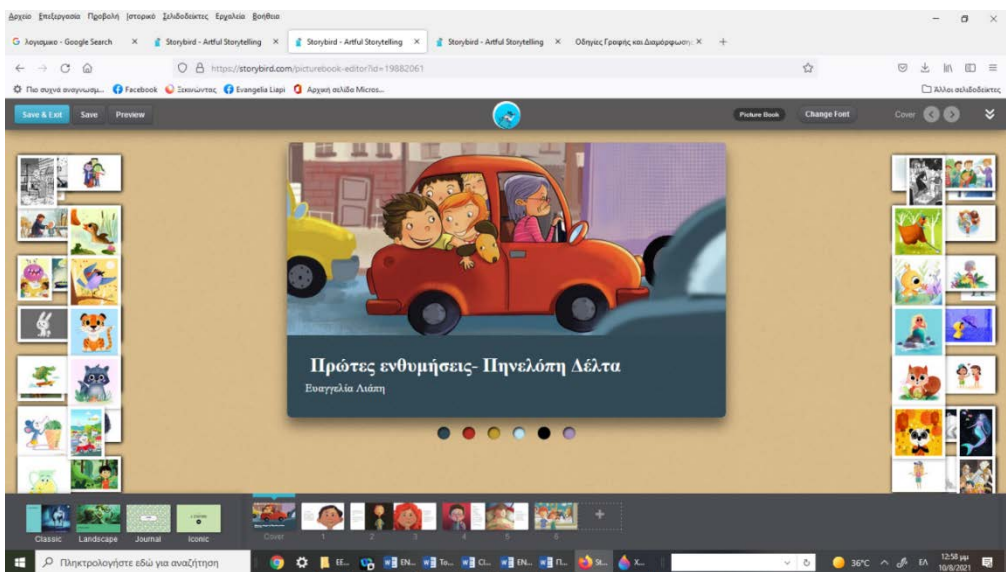
- Ποιο είναι το όνομα και η ηλικία του;
- Ποια είναι τα βασικά στοιχεία της εμφάνισής του (μαλλιά, μάτια, ύψος, βάρος, σημάδια εκ γενετής, ρούχα);
- Που δραστηριοποιούνται;
- Ποια είναι η κατάσταση της υγείας του;
- Ποιες είναι οι αγαπημένες του συνήθειες;
- Φοβούνται κι αν ναι, τι είναι αυτό που φοβούνται;
- Έχουν φίλους κι αν ναι, θα ήθελαν να κάνουν παρέα αν τους συναντούσαν;
- Καπνίζουν, πίνουν καφέ ή αλκοόλ;
- Διαβάζουν βιβλία ή παίζουν ex-Box όλη μέρα;
- Ποιο είναι το ισχυρότερο και ποιο το πλέον αδύνατο στοιχείο του χαρακτήρα του;

Η επιτυχία του προγράμματος της βιβλιοθεραπείας εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την ικανότητα του εκπαιδευτικού ως διαμεσολαβητή. Οι Sridhar & Vaughn (2002)

παρέχουν χρήσιμες ιδέες για το πώς οι εκπαιδευτικοί μπορούν να προετοιμαστούν για τη διαδικασία και τι μπορούν να κάνουν τόσο πριν, κατά τη διάρκεια όσο και μετά την ανάγνωση. Οι μαθητές επίσης θα μπορούσαν να χρησιμοποιήσουν το εργαλείο της ζωγραφικής των office ώστε να ιχνογραφήσουν τον ήρωα τους.

Ένα άλλο εξαιρετικό εργαλείο είναι το <https://storybird.com> το οποίο μπορεί να χρησιμοποιηθεί στη βιβλιοθεραπεία προκαλώντας το ιδιαίτερο ενδιαφέρον των μαθητών.

Παράδειγμα: η αυτοβιογραφία της Πηνελόπης Δέλτα, «Πρώτες Ενθυμήσεις». Η Δέλτα θυμάται και σχολιάζει τα παιδικά της χρόνια καθώς και τη σκληρή ανατροφή της. Ενώ η Δέλτα αποκαλύπτει τα τραύματα της παιδικής της ηλικίας οδηγεί το μαθητή στην κάθαρση με την αμεσότητα της αυθόρμητης και ανεπεξέργαστης γραφής της. Ο κύκλος θα κλείσει με το αφιέρωμα της Ε3, «Λησμονημένες μορφές», Πηνελόπη Δέλτα (2018). Ο μαθητής στη συνέχεια θα κληθεί να καταγράψει με τη δυναμική του εργαλείου storybird πως ο ίδιος φαντάζεται την Πηνελόπη Δέλτα και την οικογένεια της.



Εικόνα 2. Τα παιδιά επιλέγουν τις φιγούρες των ηρώων


Οι μαθητές αφού μελετήσουν αποσπάσματα μιας προσωπικότητας η οποία τους γοητεύει ιδιαίτερα μπορούν να την υποδυθούν και να την βιντεοσκοπήσουν (με τη σύμφωνη γνώμη και κατάθεση της άδειας του γονέα). Παράδειγμα: Η βιογραφία της Αμέλια Μαίρη Έρχαρτ, της Αμερικανίδας πρωτοπόρου της αεροπορίας, συγγραφέα και υπέρμαχο των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Οι μαθητές μπορούν να δημιουργήσουν θεατρικούς μονολόγους βασισμένους σε στοιχεία της προσωπικότητας που μελετούν.

Με το εργαλείο <https://storiumedu.com> οι μαθητές έχουν τη δυνατότητα να σχηματίσουν το προφίλ του ατόμου που μελέτησαν.

[Create a copy](#)

This storyworld is not yet ready to publish [Publish version 1](#)

Your storyworld must meet [these remaining requirements](#) in order to be playable or shareable.



Αμέλια Μαίρη Έρχαρτ.Υπέρμαχος των ανθρωπίνων δικαιωμάτων.

[Edit storyworld name](#)
[Edit Image](#)
[Delete storyworld](#)

Εικόνα 3. Ο μαθητής με την καθοδήγηση του εκπαιδευτικού εμβαθύνει στην προσωπικότητα που μελετά.

2.5 Οδηγίες για πρακτική εφαρμογή

A. Προετοιμασία: Η διαδικασία ξεκινά με την προετοιμασία, η οποία περιλαμβάνει: α. ενεργή ανάγνωση, β. έρευνα, γ. παιχνίδι, δ. προβληματισμό. Η ενεργή ανάγνωση ή ηχογραφημένη ανάγνωση δεν θα πρέπει να ξεπερνά τα δέκα λεπτά όσο ενδιαφέρουσα κι αν είναι η ιστορία. Μετά την πάροδο των δέκα λεπτών ο μαθητής σε οποιαδήποτε βαθμίδα κι αν ανήκει, Πρωτοβάθμια ή Δευτεροβάθμια, χάνει το αρχικό του ενδιαφέρον ενώ συχνά μετά τα 10 λεπτά του προκαλείται σύγχυση.

B. Είσοδος. Η πρώτη ερώτηση την οποία αμέσως μετά την ανάγνωση θέτει ο εκπαιδευτικός στους μαθητές του αφορά αν τους άρεσε ή όχι το κείμενο. Με την απάντηση που θα δώσει ο μαθητής ανοίγει για πρώτη φορά την κλειδωμένη θύρα και εισχωρεί στο χώρο του κειμένου. Σε οποιαδήποτε απάντηση θετική ή αρνητική, ο εκπαιδευτικός δεν δίνει ιδιαίτερη έμφαση καθώς στη συνέχεια θα ζητήσει την επιχειρηματολογία και τεκμηρίωση της άποψης του μαθητή (3 επιχειρήματα).

Ακολουθούν οι ερωτήσεις των 4Π. Οι ερωτήσεις είναι οι εξής: α. Ποιος, β. Πού, γ. Πότε, δ. Πώς /Τι. Με αυτές τις τέσσερις λέξεις θα αρχίζει πάντα η συζήτηση – σχολιασμός. Οι ερωτήσεις αυτές όσο απλοϊκές κι αν φαίνονται θα πρέπει να προηγηθούν καθώς η

Ελλάδα σύμφωνα με την έκθεση της Pisa για το 2018 στην Κατανόηση Κειμένου κατετάγη στην 42η θέση σε 77 χώρες με 457 μονάδες έναντι των 487 μονάδων του μέσου όρου. Οι δραστηριότητες που θα θέσει ο εκπαιδευτικός στη συνέχεια ποικίλουν την τάξη (αν πρόκειται για γενική ή ειδική) τα προβλήματα και την επιθυμητή λύση τους καθώς και τα ενδιαφέροντα της ολομέλειας.

Συμπεράσματα

Η παρούσα πρόταση φιλοδοξεί να ανανεώσει τον επιστημονικό διάλογο στην κατανόηση της Βιβλιοθεραπείας ως ένα ισχυρό εκπαιδευτικό ενισχυτικό εργαλείο στη δύσκολη σχολική χρονιά 2020-2021 και στη συνεργασία της με εργαλεία τα οποία της παρέχει η Πληροφορική. Η βιβλιοθεραπεία συνδράμει στη συνειδητοποίηση του μαθητή ότι υπάρχουν κι άλλοι άνθρωποι που αντιμετωπίζουν παρόμοια προβλήματα με τα δικά του. Διαθέτει τη δυναμική να προβάλλει ρεαλιστικές λύσεις στα προβλήματα, συντελεί στην κατάκτηση της ψυχικής ευεξίας των μαθητών ενώ ταυτόχρονα αποτελεί ένα εκπαιδευτικό εργαλείο το οποίο με διαμεσολαβητή τον εκπαιδευτικό συνδέει τους μαθητές με τη γλώσσα, τη λογοτεχνία, την πληροφορική που τόσο αγαπά αλλά και την ίδια τη ζωή.

Δομή	Βιβλιο-Θεραπεία
Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση Γυμνάσιο Ειδική Εκπαίδευση ΕΝ.Ε.Ε.Γ.Α. Τμήματα ένταξης Κέρδη μαθητών Γενικά Εργαλεία	Ρεαλιστική Λύση Προβλημάτων Αυτοεκτίμηση, Μείωση άγχους, Ανάπτυξη Δεξιοτήτων Επικοινωνιακή ικανότητα https://www.storyboardthat.com https://storybird.com https://storiumedu.com

Αναφορές

- Agnes, S. M. (1946). *Bibliotherapy for Socially Maladjusted Children*. Catholic Education Review, 44, 8-16
- Αργυροπούλου, Χ., *Πανελλαδική έρευνα για το μάθημα της νεοελληνικής λογοτεχνίας στο Γυμνάσιο*, Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, Αθήνα: 2009
- Aiex, N. K. (1993). *Bibliotherapy* (Report No. 82). Bloomington, IN: ERIC Clearing house on Reading, English, and Communication. (ERIC Document Reproduction Service No. ED 357 3
- Bruneau, L., Bubbenzer, D. L., & McGlothlin, J. M. (2010). *Revisioning the self: A phenomenological investigation into self-help reading*. The Journal of Humanistic Counseling, Education and Development, 49, 217-230.
- Coombs, W.T. (1998) *An Analytic Framework for Crisis Situations: Better Responses From a Better Understanding of the Situation*. Journal of Public Relations Research, 10, 177-191.
- Davis, K. (1992). *Bibliotherapy and children's award-winning books*. Arkansas: University of Central Arkansas.
- Eliasa, Eva Imania dkk.(2007).*Bibliotherapy Bertema Karir Untuk Meningkatkan Motivasi Karir Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. Laporan Hasil Penelitian*.Yogyakarta:FIP UNY
- Forgan, J. W. (2002). *Using bibliotherapy to teach problem solving*. Intervention in School and Clinic, 38(2), 75-82.
- Gladding, S.T., & Gladding, C. (1991). *The ABC's of bibliotherapy for school counsellors*. School Counselor, 39(1), 7_13.
- Gregory, K. E., & Vessey, J. A. (2004). Bibliotherapy: A strategy to help students with bullying. The Journal of School Nursing, 20(3), 127-133.
- Iaquinta, A., Hipsky, S. (2006). *Bibliotherapy in the inclusive classroom*. New Horizons for Learning, 12(3).
- Johnson, Nina B., (1943) *Group Therapy in a Hospital Library*, Medical Bulletin of the Veterans Administration, 20:207-209
- McCulliss, D. (2012). *Bibliotherapy: Historical and research perspectives*. *Journal of Poetry Therapy: The Interdisciplinary Journal of Practice, Theory, Research and Education*, 25(1), 23_38.
- Nur Fathiyah, Kartika.(2006). *Identifikasi Kecenderungan Penggunaan Terapi Pustaka Untuk Penyelesaian Masalah Pada Remaja*. Hasil Penelitian. Yogyakarta: FIP UNY

- Pardeck, J. T. (1994a). *Bibliotherapy: An innovative approach for helping children*. Contemporary Education, 65(4), 191-193.
- Pardeck, J. T. (2005). *An Analysis of the Americans With Disabilities Act (ADA) in the Twenty-First Century*. Binghamton, NY: Haworth Social Work Practice Press.
- Patel, V., Flisher, A.J., Hetrick, S. and McGorry, P. (2007) *Mental health of young people A global public-health challenge*. Lancet , 369, 1302-1313.
- Pehrsson, D., & McMillen, P. (2005). *A bibliotherapy evaluation tool: Grounding counselors in the therapeutic use of literature*. Articles, Paper 31. Faculty Publications (Libraries).
- Rapee, R. M., Abbott, M. J., & Lyneham, H. J. (2006). *Bibliotherapy for children with anxiety disorders using written materials for parents: A randomized controlled trial*. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74(3), 436-444. Στο άρθρο γράφεται Radee
- Shechtman, Z. (2006). *The contribution of bibliotherapy to the counseling of aggressive boys*. Psychotherapy Research, 16(5), 631-636.
- Shechtman, Z. (2009) *Treating Child and Adolescent Aggression Through Bibliotherapy*. The Springer Series on Human Exceptionality. DOI 10.1007/978-0-387-09745-99, Springer Science & Business Media
- Shrodes, C. (1955). *Bibliotherapy*. *The Reading Teacher*, 9, σ.25
- Sridhar, D., & Vaughn, S. (2002). *Bibliotherapy: Practices for improving self-concept and reading comprehension*. In B. Y. L. Wong & M. L. Donahue (Eds.), *The social dimensions of learning disabilities: Essays in honor of Tanis Bryan* (p. 161–187). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Sullivan, A. K., & Strang, H. R. (2003). *Bibliotherapy in the classroom: Using literature to promote the development of emotional intelligence*. Childhood Education, 79(2), 74-80
- OECDiLibrary, *Pisa 2018, Results (Volume V)*, η στο σύνδεσμο:
https://www.oecd-ilibrary.org/education/pisa-2018-results-volume-v_ca768d40-en
[Επίσκεψη 9/9/2021](#)

Abstract

School is the basic framework in which the child is trained to acquire the appropriate means in order to explore himself and the others, interact in a society that often evolves, learn to achieve his goals and cope with everyday difficulties. In the school the student should find support and understanding and be taught how to "know", "to do", "to coexist" but also how to "be indifferent". Recent and unexpected changes in children's lives due to Covid-19 have caused enormous insecurity which the school has to balance and create a stable framework of daily predictability and demarcation, offering the security that children seek. A powerful and innovative tool in the hands of a teacher that could serve the needs of children is Bibliotherapy. Bibliotherapy is an educational tool but also a type of therapy that uses a combination of activities of guided reading and creative writing that can deal even with the most difficult issues with the support of computer science.

Keywords: school, problems, bibliotherapy