

Драгослава Родаљевић  
 Народна библиотека Ужице  
 dragoslavaue@gmail.com

## БИБЛИОТЕРАПИЈА И БИБЛИОТЕКАРИ

Приказ књиге: Татјана Шешум, *Исцелиће се... читањем: књиготерапија као лек за душу и тело*. Београд: Esotheria, 2018, 268 стр.

Прочитане књиге и други писани материјали, хтели ми то да признамо или не, остављају траг на људско биће и начин размишљања. Ако знамо да емоцијама и поступцима претходе одређене мисли, онда можемо наслутити колики значај за појединце има избор литературе, којој ће посветити део свог времена. Стари Грци су сматрали да су библиотеке „места за исцељивање душе”. Питамо се да ли је то случај и данас када смо преплављени књигама и писаним текстовима на интернету?

Неке од дилема које треба разрешити су: да ли је свако читање лековито? Када можемо знати да је одређено штиво извршило кључни утицај на читаоца и коју књигу или другу литературу можемо препоручити као важну ако се неко бори са конфликтном ситуацијом? Који су нивои библиотерапије могући и који стручњаци могу да их реализују: психолози, психијатри, психотерапеути, социолози, библиотекари, просветни радници? Може се рећи да је Татјана Шешум написала изванредан водич у овој области. Ауторка на почетку даје преглед основних појмова: шта је књиготерапија, да ли је свако читање књиготерапија. Друго поглавље говори о врстама књиготерапије а у трећем износи веома важне чињенице о механизмима деловања, који морају бити заступљени ако говоримо о књиготерапији (библиотерапији). У наредним поглављима упућује на то које услове треба да испуњава литература да би могла имати терапеутски ефекат, а које компетенције треба да има књиготерапеут да би могао помагати особама у превазилажењу и разрешењу конфликтних криза. Значајан део књиге бави се могућностима самопомоћи, наводећи како неко може бити сопствени библиотерапеут и имати више користи од литературе и читања препоручене

грађе. Да би читање било књиготерапија, поред наведеног, ауторка сматра да је потребно имати и читалачке планове. Последње поглавље даје препоруку за примену књиготерапије, уз попис књига које би могле помоћи у некој одређеној ситуацији, као и савет шта читати ако особа треба да се опусти, подигне ниво самопоуздања, мотивише се за додатне напоре, ако се бори са страховима, анксиозношћу, депресијом или опраштањем и сл.

Књиготерапија се прецизније одређује кроз оно шта она јесте, али и шта она није. Заправо није свако читање терапијско. „Књиготерапија је терапеутско коришћење књига у лечењу болести или личних проблема... коришћење књига у промовисању личног раста и развоја... Она је коришћење читања на креативан начин, да би се људи осећали боље у вези себе, око себе и у вези других”.<sup>1</sup> Да би читање било лековито читаоци морају да буду део „интелектуалног и емоционалног процеса” који се одвија у књизи и да разумеју идеје на дубљем нивоу. Динамички процеси утицаја омогућавају читаоцима да буду промењени, што није случај код сваког читања. У терапеутском смислу морају бити вођени од терапеута почев од избора литературе, њеног коришћења као почетне основе у дискусији, анализи и психотерапији. Шире значење књиготерапије односи се на социјалну књиготерапију, коју користе здрави људи када желе да реше неке личне проблеме, прошире своја знања, вештине и таленте у некој области или желе да развију своју креативност и духовност. По мишљењу ауторке књиготерапија није за све врсте људи. Не препоручује се особама које не воле да читају, које су уверене да су најпааметније, или имају веће тешкоће у психолошком смислу (ако су привремено изгубиле везу са стварношћу, имају проблем са самоповређивањем или имају проблем да нормално функционишу)<sup>2</sup>. Ауторка је концентрисана на помоћ особама које су довољно мотивисане да предузму нешто у смислу промене и решења своје ситуације. Констатација да ако неко не воли да чита не може извући користи из књиготерапије захтева дубљу анализу и прецизнији опис ситуација. Особа, без обзира колико воли да чита или не, може бити додатно мотивисана

1 Тађјана Шешум, *Исцелиће се... читањем: књиготерапија као лек за душу и тело* (Београд: Esotheria, 2018), 17.

2 Исто, 26–30

управо жељом да реши неки актуелни проблем и посвети одређено време писаној грађи, дубоко анализирајући приказане процесе и решења у литератури. Овде се мора констатовати да је подстицање читања дуготрајан процес који је свакако најбоље започети у раном детињству, али се може надокнади и касније у животу. Књиготерапија (бибиотерапија) се одвија помоћу више механизма, процеса, деловања: идентификације, пројекције, катарзе и увида. Поред тога неходно је да књиготерапеут поседује одређене особине и вештине како би могао помоћи у процесу мењања и личног развоја особе. Поседовање неопходних компетенција је предуслов да би неко покушао да се бави библиотерапијом, заправо најпре мора проћи кроз одређене процесе психотерапије да би могао бити адекватна помоћ у динамичким променама личности.

Ишчитавајући ово веома корисно штиво не можемо а да се не запитамо како и у којој мери библиотекарски могу бити библиотерапеути, односно дали се уопште може рећи за одговарајући ниво библиотечке услуге да је библиотерапија. Где се може налазити утицај библиотекара у процесу књиготерапије на скали од максималног до непостојећег утицаја препоручене литературе на развој личности читалаца? Библиотекари код нас тек почињу да промишљају своје могућности деловања у овом подручју. Недостаје нам најпре добра теоријска анализа која би осмислила до ког нивоа област књиготерапије може бити библиотечки посао. Књига Исцели се читањем омогућава да се донекле сагледају сложени процеси и механизми деловања када се књиготерапијом баве психотерапеути. Она наглашава чињеницу да је то помоћно средство, а не кључни део психотерапије. Без обзира на наведене чињенице, у делу који говори о самопомоћи охрабрени су лаици да се упусте у књиготерапију. Дати су неки путокази да се лакше може одабрати квалитетна литература из области самопомоћи, што може уштедети време које би било потрошено на читање мање вредних књига из ове области.

Ауторка има вишезначни приступ темама којима се бави, водећи читаоце путем мноштва питања и примера. Остаје утисак да се и лаици лако сналазе у овој грађи. На крају следе исцрпни спискови препорука које наслове треба читати при решавању одређених кризних ситуација. Препоруке садрже наслове из области самопомоћи, белетристике и на крају су наведене књиге

на енглеском, што довољно говори колико нам недостаје озбиљно теоријско разматрање у области књиготерапије. Стил је једноставан и јасан што знатно доприноси разумевању основне поруке и смерница у тако комплексној области као што је књиготерапија (библиотерапија).