


Małgorzata Gromniak*

Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach
e-mail: malgorzatagromniak@gmail.com

Rola biblioterapeuty w pracy z osobami współuzależnionymi – analiza treści kwartalnika „Biblioterapeuta” w latach 1998–2008

STRESZCZENIE: Biblioterapia może być pomocna w leczeniu osób z różnego rodzaju dysfunkcjami, w tym współuzależnionych. W artykule ukazano rolę biblioterapeuty w pracy z osobami współuzależnionymi na łamach czasopisma „Biblioterapeuta” w okresie 1998–2008, wykorzystując analizę treści jako metodę badawczą. Zanalizowano w ten sposób zawartość treściową artykułów zamieszczonych na łamach kwartalnika „Biblioterapeuta” pod kątem ujętym w tytule pracy. „Biblioterapeuta” to czasopismo, które jako jedyne do 2010 r. kształtowało myśl współczesnej biblioterapii polskiej i rozpowszechniało terapię przez czytanie. W ciągu dziesięciu lat na łamach czasopisma pojawiło się 207 artykułów, wśród których zaledwie 8 (4% wszystkich artykułów) dotyczyło zastosowania biblioterapii w leczeniu osób współuzależnionych. Teksty na temat omawianego zagadnienia ukazały się w roku 1998 – 1, w 1999 – 1, w 2000 – 4 oraz w 2002 – 2. Największa liczba artykułów na ten temat pojawiła się w 2000 r., co ma związek z ukazaniem się wówczas na łamach pisma cyklu artykułów Bronisławy Woźniczki-Paruzel, dotyczących zastosowania biblioterapii w leczeniu osób współuzależnionych z Grup Rodzinnych Al-Anon. Przeprowadzona analiza wykazała, że tematyka współuzależnienia w powiązaniu z biblioterapią budziła słabe zainteresowanie redaktorów pisma w porównaniu do innych artykułów.

* Uczestniczka studiów doktoranckich z zakresu historii, prowadzonych na Wydziale Humanistycznym Uniwersytetu Jana Kochanowskiego w Kielcach.



SŁOWA KLUCZOWE: analiza i krytyka piśmiennictwa, „Biblioterapeuta”, biblioterapia współzależnionych

Wprowadzenie

W ciągu ostatnich lat wzrosło zainteresowanie biblioterapią oraz możliwością jej zastosowania wśród osób z różnego rodzaju dysfunkcjami. Coraz więcej miejsca poświęca się tej dziedzinie w literaturze medycznej, psychologicznej i bibliologicznej. Ukierunkowane czytanie jako forma psychicznego wsparcia już od wielu lat ma zastosowanie w psychoterapii. Zadaniem biblioterapii jest oddziaływanie zarówno na ludzi chorych, niepełnosprawnych, jak i zdrowych, ale posiadających osobiste problemy. Dzięki zastosowaniu odpowiednich środków biblioterapeutycznych człowiekowi potrzebującemu psychicznego wsparcia wskazuje się różne sposoby radzenia sobie w życiu. W trakcie kolejnych etapów procesu biblioterapeutycznego – identyfikacji i *katharsis* – biblioterapia stymuluje do zrozumienia samego siebie oraz odnalezienia się w nowej dla siebie sytuacji zdrowotnej, społecznej, ekonomicznej czy socjalnej¹. Z historii biblioterapii wynika, że przez dziesięciolecia rozwijała się zarówno za granicą, jak i w Polsce, głównie na styku medycyny, szczególnie psychiatrii, oraz bibliotekoznawstwa i pedagogiki, korzystając także z dorobku psychologii. Każda z tych dyscyplin wniosła własne wartości zarówno w jej modele teoretyczne, jak i dokonania praktyczne, formułując również własne jej definicje. W 1916 r., jeszcze podczas wojny, po raz pierwszy użyto terminu *biblioterapia*, pochodzącego od dwóch wyrazów greckich: *biblion* – książka i *therapeo* – leczyć. Pojawił się we wrześniowym numerze amerykańskiego czasopisma „Atlantic Monthly”, w językowej formie angielskiej *bibliotherapy*, za sprawą Samuela McChord Crothersa. Termin *biblioterapia* jako hasło zamieszczono w 1920 r. w *Oxford English Dictionary* – oznaczał wykorzystanie książek w leczeniu. W 1961 r. trafił do *Międzynarodowego Słownika Webstera*, a został zdefiniowany jako: „stosowanie wyselekcjonowanych materiałów czytelniczych, jako środka wspierającego proces terapeutyczny w medycynie i psychiatrii albo pomoc w rozwią-

¹ I. Borecka, *Biblioterapia wobec kryzysów wieku dorastania*, „Biblioterapeuta” 2002, nr 1 (17), s. 1.

zywaniu osobistych problemów poprzez ukierunkowane czytanie”². Natomiast pięć lat później, w 1966 r., American Library Association (dalej: ALA), czyli Amerykańskie Stowarzyszenie Bibliotekarzy, przyjęło definicję biblioterapii niemal w identycznej formie. W ujęciu ALA biblioterapia „to użycie wyselekcjonowanych materiałów czytelniczych, jako pomocy terapeutycznej w medycynie i psychiatrii, a także poradnictwo w rozwiązywaniu problemów osobistych poprzez ukierunkowane czytanie”³. To właśnie do wyżej wspomnianego, najbardziej ogólnego rozumienia odwołują się wszystkie definicje *biblioterapii*. Pod koniec lat 90. XX w. coraz częściej mówiono o wykorzystaniu w terapii oprócz literatury innych rodzajów sztuki. Biblioterapia często posługuje się nimi pomocniczo, stąd silne jej związki z arteterapią⁴.

W niniejszej pracy skupiono się tylko na jednej grupie osób – współzależnych – wśród których może być również zastosowany ten rodzaj terapii. W literaturze przedmiotu nadal mało miejsca poświęca się wykorzystaniu działań biblioterapeutycznych wśród tej społeczności, tworzonej przez ludzi pozostających w bliskich kontaktach, zwykle rodzinnych, z osobami uzależnionymi. Do chwili obecnej tylko Bronisława Woźniczka-Paruzel podjęła próbę stworzenia modelu działań biblioterapeutycznych wśród współzależnych z Grup Rodzinnych Al-Anon. Podkreślała, że współzależnienie nie doczekało się odrębnych, zsyntetyzowanych opracowań polskich, natomiast nieliczne prace psychologiczne, publikowane w czasopismach fachowych, są skoncentrowane raczej wokół terapii klinicznej. Stąd jej publikacja okazała się najcenniejsza dla potrzeb niniejszej pracy, ponieważ jako jedyna ukazywała możliwość zastosowania działań biblioterapeutycznych w leczeniu tej grupy osób⁵.

W poszukiwaniu odpowiedzi na pytanie, jaka jest rola biblioterapeuty w pracy z osobami współzależnymi, analizie zawartości, ilościowej oraz jakościowej, poddano czasopismo „Biblioterapeuta”, wydawane we Wrocławiu przez Polskie Towarzystwo Biblioterapeutyczne od 1998 r. Jest to jedyny periodyk, w którym przedstawiciele różnych

² Taż, *Biblioterapia nową szansą książki*, Olsztyn 1992, s. 15.

³ Cyt. za: L. Ippoldt, I. Borecka, *Co czytać, aby łatwiej radzić sobie w życiu, czyli wprowadzenie do biblioterapii*, Wrocław 1998, s. 11.

⁴ W. Szulc, *Kulturoterapia. Skrypt dla studentów Wydziału Pielęgniarskiego*, Poznań 1988.

⁵ B. Woźniczka-Paruzel, *Biblioterapia w środowisku osób współzależnych z Grup Rodzinnych Al-Anon (od teorii do działań praktycznych)*, Toruń 2002.

dyscyplin, wprowadzającą w życie biblioterapię, dokonują wymiany doświadczeń praktycznych. Na jego łamach kształtuje się współczesny model biblioterapii polskiej, stąd uznano go za najtrafniejszy materiał badawczy.

Metodologia badań

Materiał badawczy stanowiła zawartość kwartalnika „Biblioterapeuta” z lat 1998–2008. Analizie poddano wszystkie artykuły wydrukowane w kwartalniku w badanym okresie. Jako populację przyjęto 45 numerów czasopisma, wybranych w sposób celowy i rozumowy, ze względu na częstotliwość ukazywania się „Biblioterapeuty”, która jednocześnie stanowi korpus badawczy⁶; przyjęto, że jest on tożsamy z populacją. Jednostką w doborze populacji do badań uczyniono pojedynczy numer czasopisma, a jednostką analizy stanowił pojedynczy artykuł. Do badań zastosowano wypowiedź słowną. Jednostkę pomiaru również stanowił artykuł, przy czym traktowany był jako dłuższa wypowiedź. Materiał uzupełniający tworzyły wiersze, bajki terapeutyczne, spisy i zestawienia bibliograficzne, sprawozdania z działalności Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego i jego kół oraz debiuty-opowiadania. Jednak tych tekstów nie traktowano jako jednostek pomiaru, ponieważ uznano, że nie są istotne w uzyskaniu odpowiedzi na postawiony w tytule analizy problem badawczy.

Narzędziem niezbędnym do zobiektywizowania badanego materiału był klucz kategoryzacyjny⁷. W jego konstruowaniu posłużono się głównie kryterium tematycznym w celu ukazania w badanych tekstach, co jest przedmiotem analizy, kto jest nadawcą, a kto odbiorcą, a także związków między przekazem a nadawcą oraz odbiorcą. W pracy korzystano z definicji analizy zawartości prasy sformułowanej przez Walerego Pisarka⁸.

⁶ M. Lisowska-Magdziarz, *Analiza zawartości mediów. Przewodnik dla studentów*, Kraków 2004, s. 59–61.

⁷ Tamże, s. 55.

⁸ W. Pisarek, *Analiza zawartości prasy*, Kraków 1983, s. 45.

Analiza ilościowa zawartości kwartalnika „Biblioterapeuta” w latach 1998–2008

W niniejszej części artykułu zaprezentowano wyniki badań własnych zawartości kwartalnika „Biblioterapeuta”. Tabela 1 przedstawia sumaryczne wyniki analizy ilościowej populacji 45 numerów kwartalnika „Biblioterapeuta”, ukazujących się w latach 1998–2008, pod kątem liczby opublikowanych w tym czasie artykułów w czasopiśmie.

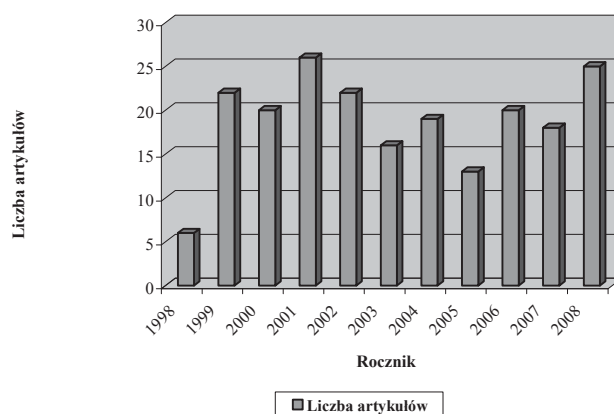
Tabela 1. Liczba artykułów na łamach „Biblioterapeuty w latach 1998–2008

Rocznik	Liczba artykułów	Zawartość procentowa
1998	6	2,9%
1999	22	10,6%
2000	20	9,7%
2001	26	12,5%
2002	22	10,6%
2003	16	7,7%
2004	19	9,2%
2005	13	6,3%
2006	20	9,7%
2007	18	8,7%
2008	25	12,1%
Razem	207	100%

Źródło: opracowanie własne.

Każdego roku wychodziły 4 numery czasopisma, z wyjątkiem 2005 r., w którym wydano 5 numerów. Druga kolumna zawiera wyniki badań własnych dotyczących liczby wszystkich artykułów, które ukazały się w kolejnych latach wydawania czasopisma „Biblioterapeuta”. Wyniki kolumny drugiej procentowo ilustruje kolumna 3 powyższej tabeli.

W ciągu jedenastu lat na łamach „Biblioterapeuty” ukazało się 207 artykułów. Najmniej pojawiło się w 1998 r., tylko 6, a najwięcej w 2001 r. – 26. Dwukrotnie pojawiła się taka sama liczba artykułów: 22 w 1999 i 2002 r. oraz 20 w 2000 i w 2006 r. Na łamach czasopisma w ciągu roku ukazywało się średnio 18,8 artykułów. Pierwszy rok wydawania pisma charakteryzował się najmniejszą liczbą artykułów. Dwa początkowe numery „Biblioterapeuty” miały niewielką objętość w porównaniu do późniejszych, zawartość pisma zwiększyła się do 16 stron dopiero od numeru 3. W momencie powiększenia pojemności pisma (nawet do 32 stron w późniejszych latach) uzyskano możliwość drukowania artykułów większej liczby autorów. Liczbowy rozkład artykułów ilustruje wykres 1, natomiast ich procentowy rozkład wykres 2.



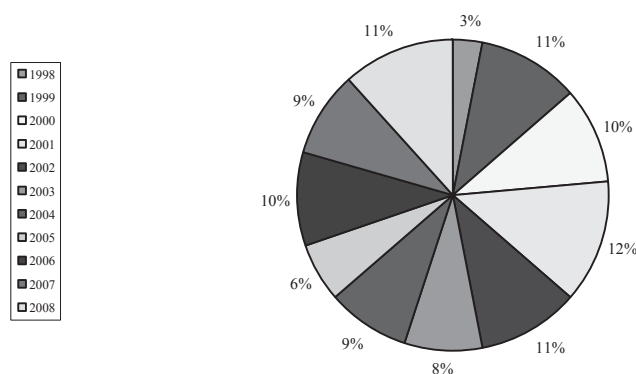
Wykres 1. Liczba artykułów na łamach kwartalnika „Biblioterapeuta” w latach 1998–2008

Źródło: opracowanie własne.

Chociaż w 2005 r. ukazało się wyjątkowo 5 numerów kwartalnika, liczba artykułów wynosi tylko 13. Jest to znacząco mniej w porównaniu do 2001 r., w którym ukazało się ich 26. Liczba artykułów nie zwiększyła się znacząco w 2005 r., pomimo wydania dodatkowego numeru „Biblioterapeuty”⁹. Wypełnia go w całości adnotowana bibliografia zawartości

⁹ „Biblioterapeuta” 2005, nr 3.

kwartalnika od początku jego istnienia do końca 2004 r.¹⁰ Oprócz bibliografii nie pojawił się w tym numerze żaden artykuł. W 2001 r. ukazało się najwięcej artykułów. Na wzrost liczby artykułów w tym roku wpłynęło zamieszczenie większej liczby scenariuszy działań biblioterapeutycznych, będących plonem kursu biblioterapeutycznego¹¹. Procentowy wykres zawartości artykułów na łamach kwartalnika „Biblioterapeuta” (por. wykres 2) obrazuje również, w jaki sposób kształtowała się liczba artykułów w ciągu poszczególnych lat. Potwierdza, że najwięcej artykułów zamieszczono w 2001 r., stanowiły one 12%, natomiast najmniej w 1998 r. – tylko 3%. Średnia procentowa zawartość artykułów wynosiła 9,27% na rok.



Wykres 2. Procentowa zawartość artykułów na łamach kwartalnika „Biblioterapeuta” w latach 1998–2008

Źródło: opracowanie własne.

Najistotniejszym celem analizy było zbadanie artykułów dotyczących roli biblioterapeuty w leczeniu współzależnienia. W tabeli 2 zamieszczono wyniki dotyczące liczby artykułów na temat współzależnienia w porównaniu do liczby wszystkich artykułów, które pojawiły się w danym roczniku. Stosunek artykułów o współzależnieniu do pozostałych tekstów obrazuje procentowa wartość umieszczona w ostatniej kolumnie tabeli (tabela 2).

¹⁰ M. Grzeszyk, *Bibliografia zawartości kwartalnika „Biblioterapeuta” za lata 1998–2004*, „Biblioterapeuta” 2005, nr 3, s. 1–24.

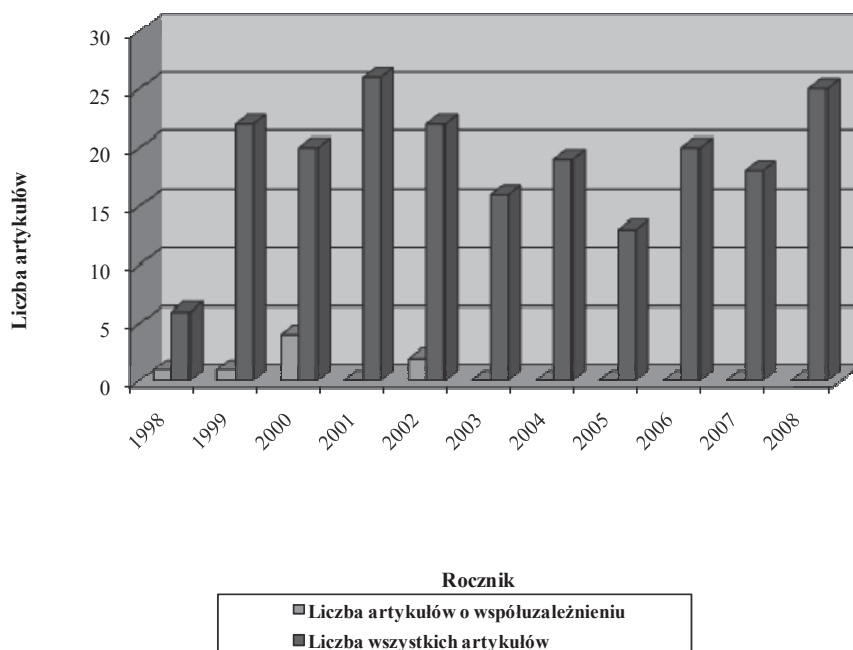
¹¹ K. Bieńkowska, *Biblioterapia w Gorzowie Wielkopolskim*, „Biblioterapeuta” 2001, nr 4, s. 6–16.

Tabela 2. Artykuły o współzależnieniu w stosunku do wszystkich artykułów ukazujących się na łamach czasopisma w latach 1998–2008

Rocznik	Liczba artykułów dot. współzależnienia	Liczba artykułów ogółem	Współzależnienie w stosunku do pozostałych artykułów w %
1998	1	6	17%
1999	1	22	5%
2000	4	20	20%
2001	–	26	–
2002	2	22	9%
2003	–	16	–
2004	–	19	–
2005	–	13	–
2006	–	20	–
2007	–	18	–
2008	–	25	–
Razem	8	207	4%

Źródło: opracowanie własne.

Z przeprowadzonej analizy wynika, że ukazało się bardzo mało artykułów na temat współzależnienia w stosunku do wszystkich artykułów (tabela 2). Z badań wynika, że zawartość procentowa problemu współzależnienia na łamach „Biblioterapeuty” od 1998 do 2008 r. to zaledwie 4% w stosunku do pozostałych artykułów. Stąd wniosek, że redakcja kwartalnika w małym stopniu interesowała się specyfiką pracy z osobami współzależnionymi. Zarówno tabela 2, jak i wykres 3 obrazują, że artykuły na temat współzależnienia ukazały się w latach 1998–2000 oraz w 2002 r.



Wykres 3. Zależność między artykułami dotyczącymi współzależnienia a wszystkimi artykułami ukazującymi się na łamach kwartalnika „Biblioterapeuta” w latach 1998–2008

Źródło: opracowanie własne.

W pozostałych latach nie zamieszczono żadnego artykułu na temat omawianego problemu. Najwięcej tekstów dotyczących biblioterapii w procesie leczenia współzależnienia pojawiło się w 2000 r. Otóż w tym roku wydrukowano cykl artykułów Bronisławy Woźniczki-Paruzel o biblioterapii osób współzależnionych, których celem miała być inspiracja młodych biblioterapeutów do zastosowania biblioterapii wśród prawie nieznannej grupy potencjalnych uczestników „ukierunkowanego czytelnictwa”, potrzebującej wsparcia psychologicznego oraz pomocy w rozwiązywaniu bolesnych problemów osobistych, u podstaw których tkwi współzależnienie¹². Autorka charakteryzowała w nich współzależnienie, omawiała genezę badań nad tym szczególnym problemem oraz moż-

¹² Artykuły B. Woźniczki-Paruzel ukazywały się od numeru 1 do 3 „Biblioterapeuty” w 2000 r.

liwości prowadzenia biblioterapii w tym środowisku¹³. Przedstawiła również zarys działania Grup Rodzinnych Al-Anon, opisała przebieg typowego spotkania oraz próbowała odpowiedzieć na pytania, czy lider prowadzący grupę, który nie miał do czynienia z biblioterapią, może wprowadzić jej elementy do pracy, czy może podejmować takie próby oraz w jaki sposób¹⁴. Na zwiększenie się zainteresowania zastosowaniem biblioterapii w leczeniu współzależnienia na przełomie 1999 i 2000 r. miała również wpływ ogólnopolska kampania profilaktyczna, zainicjowana w październiku 1999 r. przez Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (dalej: PARPA) pt. „Alkohol kradnie wolność”¹⁵. W akcję zaangażowani byli wolontariusze, którzy jednocześnie w całej Polsce rozpoczęli działania informacyjne o charakterze profilaktycznym wśród młodzieży i dorosłych na temat szkodliwości picia alkoholu¹⁶. Analiza zawartości czasopisma „Biblioterapeuta” w latach 1998–2008 określiła również problematykę artykułów, jakie pojawiały się na jego łamach. W tabeli 3 wyróżniono kategorie z klucza kategoryzacyjnego oraz lata, w których ukazywały się poszczególne artykuły.

Tabela 3. Tematyka artykułów czasopisma „Biblioterapeuta” ze względu na odbiorców działań biblioterapeutycznych w latach 1998–2008

Kategoria z klucza	Rocznik											
	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	
Współzależnieni	1	1	4	-	2	-	-	-	-	-	-	
Niepełnosprawni fizycznie	-	-	5	1	1	-	-	-	-	-	-	

¹³ B. Woźniczka-Paruzel, *Biblioterapia w środowisku osób współzależnionych*, „Biblioterapeuta” 2000, nr 1 (9), s. 2–5.

¹⁴ Taż, *Biblioterapia w środowisku osób współzależnionych. Aspekty biblioterapeutyczne w aktywności Grup Rodzinnych Al-Anon na tle ogólnych zasad ruchu*, „Biblioterapeuta” 2000, nr 2 (10), s. 1–4.

¹⁵ Zob. E. Wilkowska, *Alkoholizm*, [w:] *Miłość, przyjaźń, agresja, alkoholizm. Poradnik bibliograficzny*, pod red. E. B. Zybert, Warszawa 1999, s. 135–137; *Alkohol i młodzi Polacy. Kampanie Profilaktyczno-Edukacyjne* [on-line]. Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych [dostęp 15 kwietnia 2012]. Dostępny w World Wide Web: http://www.parpa.pl/index.php?option=com_content&task=view&id=100&Itemid=12.

¹⁶ M. Kulewska, „Alkohol kradnie wolność”, „Biblioterapeuta” 1999, nr 4 (8), s. 11–12.

Tabela 3. Tematyka artykułów czasopisma „Biblioterapeuta” ze względu na odbiorców działań biblioterapeutycznych w latach 1998–2008 (ciąg dalszy)

Kategoria z klucza	Rocznik										
	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008
Niepełnosprawni intelektualnie	1	1	-	5	1	2	2	-	1	1	-
Niedosłyszający, osoby głuche	-	-	-	-	-	3	-	-	-	-	-
Niewidomi, niedowidzący	-	-	-	1	1	1	-	-	-	-	1
Przewlekle chorzy, nieuleczalnie chorzy	-	-	-	1	-	-	1	-	1	1	-
Ludzie starsi	-	1	1	-	-	-	-	-	-	-	-
Osoby z problemami psychicznymi	4	18	7	16	16	9	16	11	17	15	23
Niepełnosprawni ogólnie	-	1	3	2	1	1	-	2	1	1	1

Źródło: opracowanie własne.

Można zauważyć, że dominowały artykuły poświęcone osobom z problemami psychicznymi. W omawianym okresie łącznie ukazały się 152 artykuły, co stanowiło 73,4% wszystkich artykułów (por. tabela 4 oraz wykres 4). Do tej grupy zaliczono następujące problemy: sytuacje trudne, nerwice, nieśmiałość, lęki, niedostosowanie społeczne oraz dysfunkcje „na dys” – dysleksja¹⁷, dysgrafia, dysortografia¹⁸, dyslalia¹⁹. Na drugim miejscu uplasowały się artykuły poruszające problem niepełno-

¹⁷ Zob. J. Dyrda, *Dysleksja*, [w:] *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku*, pod red. T. Pilcha, Warszawa 2003, s. 849–856.

¹⁸ Tamże, s. 854.

¹⁹ Zob. Z. Janiszewska-Nieścioruk, *Dyslalia*, [w:] *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku...*, s. 845–849.

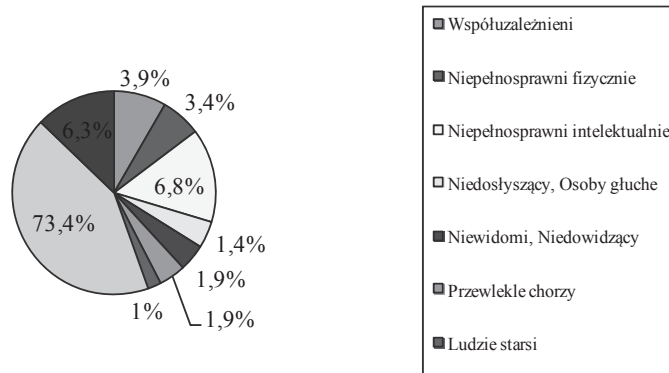
sprawnych intelektualnie, stanowiły one 6,8% wszystkich artykułów. Zaraz za nimi znalazła się problematyka traktująca o niepełnosprawnych ogólnie – 6,3%. W tej grupie umiejscowiono artykuły, w których poruszano jednocześnie zagadnienie wszystkich rodzajów niepełnosprawności. Czwarte miejsce zajęły treści dotyczące osób współzależnionych – 3,9%. Najmniej miejsca poświęcono problemom ludzi starszych – zaledwie 1%.

Tabela 4. Struktura zawartości kwartalnika „Biblioterapeuta” w latach 1998–2008.

Kategorie odbiorców działań biblioterapeutycznych	Liczba artykułów ogółem w latach 1998–2008	Zawartość procentowa w latach 1998–2008
Współzależnieni	8	3,9%
Niepełnosprawni fizycznie	7	3,4%
Niepełnosprawni intelektualnie	14	6,8%
Niedosłyszący, osoby głuche	3	1,4%
Niewidomi, niedowidzący	4	1,9%
Przewlekłe i nieuleczalnie chorzy	4	1,9%
Ludzie starsi	2	1%
Osoby z problemami psychicznymi	152	73,4%
Niepełnosprawni ogólnie	13	6,3%

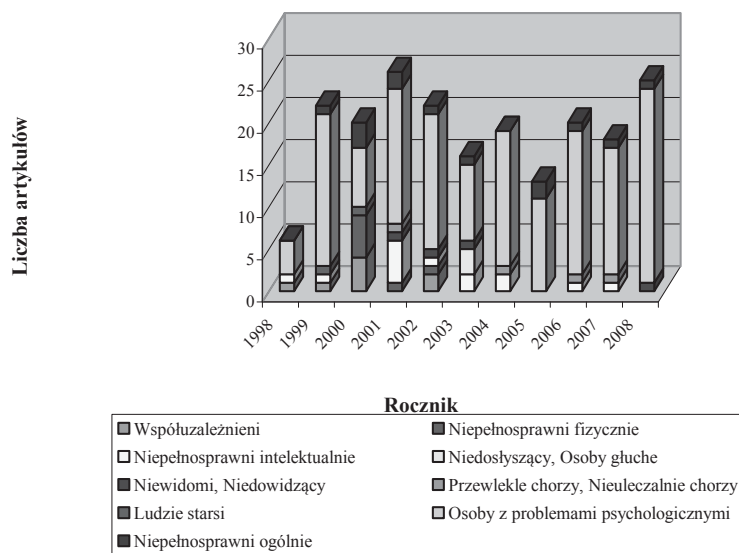
Źródło: opracowanie własne.

Szczegółową, ilościową analizę zawartości czasopisma pod kątem problematyki odbiorców działań biblioterapeutycznych przedstawia wykres 5, który obrazuje, że najwięcej artykułów poświęconych treściom określonym w kluczu kategoryzacyjnym pojawiło się w 2001 r. – 26, natomiast najmniej w 1998 r. – 3.



Wykres 4. Procentowa liczba artykułów skierowanych do poszczególnych kategorii odbiorców działań biblioterapeutycznych w stosunku do wszystkich artykułów ukazujących się na łamach „Biblioterapeuty” w latach 1998–2008

Źródło: opracowanie własne.



Wykres 5. Struktura zawartości kwartalnika „Biblioterapeuta” w latach 1998–2008

Źródło: opracowanie własne.

Rok 2003 ustanowiony Europejskim Rokiem Osób Niepełnosprawnych obfitował w konferencje poświęcone zagadnieniom opieki i wspierania osób nie w pełni sprawnych. Wśród wielu tematów poruszanych w czasie ich trwania coraz więcej miejsca poświęcano biblioterapii²⁰. Na wykresie 5 widać wzrost liczby artykułów w tym roku na temat różnych rodzajów niepełnosprawności, m.in. niepełnosprawności narządu słuchu, niepełnosprawności intelektualnej czy niepełnosprawności narządu wzroku – łącznie z niepełnosprawnością ogólną to 7 artykułów; nie jest to jednak najwyższa liczba dotycząca tej społeczności, w 2001 r. ukazało się bowiem 9 artykułów.

Analizując treść czasopisma, zbadano ją także pod kątem autorów artykułów. Szczegółową, ilościową analizę tej problematyki ilustruje tabela 5, w której wyróżniono kategorie z klucza, liczbę artykułów, których autorami były osoby z kategorii klucza, oraz zawartość procentową tych artykułów. Celem podjętych badań było sprawdzenie, która kategoria nadawców dominowała, a która pojawiała się najrzadziej.

Autorzy artykułów to przede wszystkim osoby zajmujące się zawodowo omawianymi przez nie problemami. Wśród nadawców dominowali nauczyciele bibliotekarze – 46 osób, co stanowiło 22,2% w stosunku do wszystkich artykułów, oraz nauczyciele przedmiotów szkolnych – 44 osoby, czyli 21,2%. Równie liczną grupę tworzyli arteterapeuci i biblioterapeuci – 37 osób, co stanowiło 17,9%, oraz pracownicy nauki – 22, co stanowiło 10,6% wszystkich artykułów. Pozostałe kategorie z klucza kategoryzacyjnego nie osiągnęły wartości dwucyfrowych. W grupie „pozostali” umieszczono osoby, niezwiązane z żadną kategorią z tabeli 5, debiutujące na łamach pisma lub nadsyłające swoje teksty, które redakcja wydrukowała ze względu na istotne walory terapeutyczne bądź treści merytorycznie przydatne. Ta grupa to 16 osób, co stanowiło 7,7%. Mniej liczne grupy to psychologowie i psychiatry, bibliotekoznawcy oraz pedagodzy. Natomiast sporadycznie występowały studenci, dziennikarze, tłumacze oraz pracownicy banku, te grupy to od 1–2% liczby artykułów.

Przeprowadzono ponadto analizę pod kątem autorów najczęściej publikujących na łamach pisma. Ustalono, że średnio każda z osób umieszczała 1,6 artykułu. Na tej podstawie wybrano osoby, które opublikowały więcej niż 2 artykuły w omawianym okresie. Najczęściej zamieszczano

²⁰ I. Borecka, *Biblioterapia w programach konferencji w roku 2003*, „Biblioterapeuta” 2003, nr 4 (24), s. 23–24.

teksty Ireny Boreckiej – 15, Lidii Ippoldt – 8, Leona Krzemienieckiego – 7 oraz po 6 artykułów B. Woźniczki-Paruzel i Jadwigi Matys.

Tabela 5. Tematyka „Biblioterapeuty” ze względu na nadawców artykułów w latach 1998–2008

Kategoria z klucza	Liczba osób	Zawartość procentowa
Psycholodzy, psychiatrzy	13	6,2%
Pracownicy naukowci	22	10,6%
Nauczyciele bibliotekarze	46	22,2%
Pedagodzy	8	4%
Nauczyciele	44	21,2%
Arteterapeuci/biblioterapeuci	37	17,9%
Bibliotekoznawcy	13	6,2%
Dziennikarze	2	1%
Pracownik banku	1	0,5%
Tłumacze	2	1%
Studenci	3	1,5%
Pozostali	16	7,7%

Źródło: opracowanie własne.

W związku z głównym celem niniejszej analizy ważne było również określenie, który autor najczęściej publikował artykuły dotyczące zastosowania biblioterapii w leczeniu współzależnienia. Liczba tekstów na ten temat nie była liczna, jednak wśród nadawców na czoło wysunął się jeden autor – wyżej już wspomniana Woźniczka-Paruzel, która opublikowała 4 artykuły traktujące o terapii książką we współzależnieniu.

Niniejsza analiza ilościowa pozwoliła określić liczbę artykułów ogółem ukazujących się na łamach „Biblioterapeuty” w latach 1998–2008, tematykę pod względem odbiorców działań biblioterapeutycznych oraz nadawców artykułów z wyszczególnieniem, które treści dominowały, a które pojawiały się najrzadziej. Najistotniejszą część przedstawiają wy-

niki dotyczące roli biblioterapeuty w leczeniu współuzależnienia. Rozwinięcie tych wyników stanowi analiza jakościowa artykułów dotyczących zastosowania materiałów czytelnicych w grupie współuzależnionych, zawarta w kolejnym podrozdziale.

Analiza jakościowa zawartości czasopisma „Biblioterapeuta”

Na podstawie przeprowadzonej analizy ilościowej, zamieszczonej w poprzedniej części, można wysunąć stwierdzenie, że problematyka współuzależnienia była poruszana stosunkowo rzadko na łamach pisma w stosunku do pozostałych artykułów. Za jej pomocą wykazano, że artykuły o współuzależnieniu stanowiły zaledwie 4% ogólnej liczby artykułów na łamach czasopisma – było ich 8. Pierwszy tekst, w którym poruszono tematykę współuzależnienia, pojawił się w „Biblioterapeucie” już w 1998 r.²¹ W zamieszczonym artykule zaprezentowano bardzo ciekawy aspekt współuzależnienia, jako konsekwencji trwania w toksycznym związku. Artykuł to fragment książki autorstwa L. Ippoldt i I. Boreckiej pt. *Co czytać, aby łatwiej radzić sobie w życiu, czyli wprowadzenie do biblioterapii* (Wrocław 1998). Otóż autorki ukazują pomocną rolę książki przy podjęciu decyzji o rozstaniu, wyzwoleniu się z toksycznego, niszczącego związku: „decyzje o rozstaniu podejmuje się z różnych powodów [...] bywa i tak, że miłość tli się jeszcze w nas, ale już nie mamy sił ciągle walczyć o własne szczęście. Doświadczają tego osoby poniżane przez swoich partnerów, uzależnionych od alkoholu lub o skłonnościach psychopatycznych. Podobne problemy mogą też mieć osoby o niskiej samoocenie, które w swoim życiowym partnerze nie znalazły oparcia”²². Niejednokrotnie w takiej sytuacji osoby czują się bezradne, reagują agresją i nie wiedzą, dokąd udać się po radę. Ponadto bardzo często nie mają ochoty z nikim rozmawiać o swoich problemach. Stąd w trudnych chwilach pomocne okazują się książki proponowane przez autorki, stosowane w ukierunkowanym czytaniu. Jedną z nich jest książka Melody Beatie *Koniec współuzależnienia* (Poznań 1994), z podtytułem: *Jak przestać kontrolować życie innych i zacząć troszczyć się o siebie*, która przedstawia, czym jest współuzależnienie, jaki jest jego mechanizm oraz kogo dotyka. Proponuje sposoby troszczenia się o siebie, aby uniknąć bólu

²¹ Książka pomaga przy rozstaniach, „Biblioterapeuta” 1998, nr 4, s. 6–8.

²² Tamże, s. 6.

i uzyskać kontrolę nad własnym życiem. Podobne przesłanie mają dwie książki Veronici Ray. Pierwsza z nich to: *Jak być wolnym w związkach – medytacje nad współzależnością* (Warszawa 1994), natomiast druga: *Jak się wzmocnić – przewodnik autoterapii* (Warszawa 1994), w której Jacek Santorski napisał we wstępie: „książki tej autorki zawierają esencję psychologicznych pierwiastków mądrości życiowej płynącej z buddyzmu, taoizmu, sufizmu i różnych szkół medytacji, które sprawdziły się na gruncie psychoterapii i leczenia uzależnienia”²³. Inna książka, również proponowana przez Borecką i Ippoldt, przydatna w terapii współzależności, autorstwa Marie Cardinal *To trzeba wyrazić... powieść o psychoanalizie* (Warszawa 1995), opisuje autentyczną historię życia autorki uwikłanej w toksyczny związek z matką. Jest swoistym przewodnikiem, a także wsparciem dla osób, które próbują zrozumieć i uporządkować własne życie, a boją się kontaktu z psychoterapeutą²⁴. Ponadto w artykule zaznaczono, że wszystkie rozstania są bolesne i jak wielki negatywny wpływ mają na dzieci tych osób. Niejednokrotnie konsekwencją rozstania rodziców w konflikcie jest złe zachowanie ich dzieci²⁵. Odreagowując swój stres, stają się apatyczne, milczące, lub wręcz przeciwnie – są agresywne. Trafiają czasem do młodocianych grup przestępczych, których członkowie to najczęściej dzieci odrzucone, nieprzystosowane społecznie, i popadają w różnego rodzaju uzależnienia. Chcąc uniknąć krzywdy, jaką może wyrządzić rozstanie rodziców, a także zanim podejmą oni decyzję o zmianie własnego życia, można zastosować biblioterapię oraz zasięgnąć porady specjalisty z tej dziedziny, który wskaże książki, będące wsparciem w trudnych chwilach²⁶.

O tym, w jaki sposób biblioterapeuta, wykorzystując ukierunkowane czytanie, może pomóc osobom z problemem współzależności, traktuje cykl artykułów B. Woźniczki-Paruzel, ukazujących się na łamach „Biblioterapeuty” od numeru 4 z 1999 do numeru 3 z 2000 r. Na cykl składają się 4 artykuły poświęcone tej tematyce. Głównym ich celem jest opisanie działań biblioterapeutycznych wśród współzależnych. Uwzględniono również zjawisko współzależności, a zwłaszcza koalkoholizmu²⁷ i jego

²³ Tamże, s. 7.

²⁴ Tamże.

²⁵ Tamże, s. 8.

²⁶ Tamże.

²⁷ Pierwszym terminem, jakim posługiwano się przy opisie osoby współzależnej, był *co-alkoholik*. Dopiero kiedy uświadomiono sobie, że objawy uzależnienia są właściwie te same co w przypadku wszystkich środków psychoaktywnych i podobne są ob-

konsekwencji dla osób, które są nim dotknięte. Zaprezentowano informacje na temat Al-Anon i zasad działania tego ruchu ze szczególnym wskazaniem aspektów biblioterapeutycznych w spotkaniach rodzinnych grup wsparcia i przedstawiono program biblioterapii, możliwy do zrealizowania w ramach aktywności grup. Woźniczka-Paruzel prowadziła badania dotyczące współzależnienia, które później opublikowała na łamach pisma z podwójnej perspektywy: członka współzależnionych oraz badacza problematyki biblioterapeutycznej. Otóż przez kilka lat uczestniczyła w spotkaniach wspólnoty Al-Anon, najpierw jako członek tej wspólnoty, potem jako lider grupy, a wreszcie jako uczestnik-obszawator. Zauważyła, że „elementy biblioterapii towarzyszą uczestnikom grup Al-Anon już w pierwszych kontaktach ze wspólnotą, kiedy otrzymują broszury i książki poświęcone «pułapkom współzależnienia», które komentowane są później i omawiane na zebraniach tzw. grup edukacyjnych. Aspekty biblioterapeutyczne odnaleźć można także w formach pracy grup rodzinnych istniejących po to, aby członkowie mogli «rozwiązywać wspólne problemy poprzez dzielenie się swoimi doświadczeniami, siłą i nadzieją». Również na roboczych spotkaniach organizacyjnych uczestnicy wymieniają się informacjami na temat książek pomocnych w terapii współzależnienia, przydatnych przy rozwiązywaniu problemów osobistych, pocieszających czy relaksujących itp.”²⁸ Stąd wniosek, że literatura wyselekcjonowana we właściwy sposób odgrywa bardzo istotną rolę, stanowiąc wypadkową do szerzej zakrojonych działań biblioterapeutycznych. Dobór materiałów następuje według określonego schematu, którego celem jest wyszczególnienie odpowiedniej literatury stosownie do potrzeb i problemów konkretnego uczestnika terapii lub uczestników grupy. Pierwszy etap wszelkich działań biblioterapeutycznych stanowi diagnoza, ustalona – jak określa Stanisław Zawistowski – na podstawie przyczyn i objawów rozpatrywanego zaburzenia²⁹. W środowisku otwartym biblioterapeuta dokonuje diagnozowania za pomocą obserwacji potencjalnych uczestników terapii, wywiadów z nimi i ich bliskimi itp. Z uzyskanych in-

jawy współzależnienia, zaczęto używać terminu *współzależnienie*, który jest bardziej uniwersalny, zob. I. Pospiszyl, *Patologie społeczne*, Warszawa 2008, s. 154.

²⁸ Cyt. za: B. Woźniczka-Paruzel, *Biblioterapia w środowisku współzależnionych z Grup Rodzinnych Al-Anon...*, s. 11.

²⁹ Taż, *Biblioterapia w środowisku współzależnionych. Projektowanie działań biblioterapeutycznych w Grupach Rodzinnych Al-Anon*, „Biblioterapeuta” 2000, nr 3 (11), s. 6; zob. również taż, *Biblioterapia w środowisku współzależnionych z Grup Rodzinnych Al-Anon...*, s. 74–75.

formacji wyprowadza wnioski niezbędne do zaprojektowania pracy ze zdiagnozowaną osobą lub grupą: rozpoczynając od nakreślenia zadań i celów terapii czytelniczej, poprzez dobór materiałów i metod pracy, warunkujących osiągnięcie zakładanych celów, na zaplanowaniu przebiegu zajęć w określonych warunkach kończąc³⁰. Materiały czytelnicze muszą być selekcionowane bardzo starannie, ponieważ z jednej strony mogą spełniać funkcję leczniczą, a niewłaściwie dobrane powodować uraz psychiczny. Na łamach kwartalnika publikowane były właśnie krótkie recenzje książek, których nie poleca się jako materiałów terapeutycznych³¹. Teksty terapeutyczne, odpowiednio wybrane, są niezwykle istotne, umożliwiają bowiem przeżycie kolejnych faz procesu terapeutycznego. George Spache zinterpretował te fazy następująco. Czytelnik zaczyna od zdania: On jest taki jak ja lub ja jestem jak on (identyfikacja). Następnie przechodzi do stwierdzenia: Ja czuję to samo co on (projekcja). Potem z ulgą odkrywa: Ja mogę to zrobić właśnie tak, jak on to zrobił albo Ja mogę to także zrobić (*katharsis*). Na końcu woła: Zobacz, jak ja to zrobiłem (wgląd)³². W trakcie doboru materiałów wykorzystywanych w działaniach biblioterapeutycznych bardzo pomocne okazują się adnotowane zestawienia bibliograficzne, które stanowią swoiste przewodniki po literaturze.

W badanych artykułach dotyczących współzależnienia publikowanych na łamach „Biblioterapeuty” zaprezentowano teksty o wartościach terapeutycznych mające zastosowanie w leczeniu omawianego zaburzenia. Woźniczka-Paruzel próbuje zaprojektować specyficzny model postępowania biblioterapeutycznego, który byłby skorelowany zarówno formalnie, jak i merytorycznie z etapami procesu terapeutycznego, przyjętego w tym wypadku w grupach samopomocowych wspólnoty osób współzależnych³³. „Bazę źródłową” takiego modelu działań stanowią teksty biblioterapeutyczne, które przygotowuje lider grupy, spełniający rolę biblioterapeuty³⁴. W przedstawionym przeglądzie wydawnictw zalecanych osobom współzależnym, opracowanym przez Woźniczkę-Paruzel, brakuje tekstów literackich, jednak należy dodać, że w tym zestawie lektur wielokrotnie wykorzystywane były mniejsze lub większe

³⁰ E. Tomasik, *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*, Warszawa 1994, s. 17–25.

³¹ *Książki, których nie należy polecać chorym*, „Biblioterapeuta” 1999, nr 4 (8), s. 16.

³² Zob. interpretacje George’a Spache’a oraz własne przemyślenia Ewy Tomasik na temat faz procesu biblioterapeutycznego: E. Tomasik, dz. cyt., s. 18.

³³ B. Woźniczka-Paruzel, *Biblioterapia...*, „Biblioterapeuta” 2000, nr 3 (11), s. 5–8.

³⁴ *Taż*, *Biblioterapia...*, „Biblioterapeuta” 2000, nr 2 (10), s. 1–4.

fragmenty innych książek, w tym różnych dzieł literackich i filozoficznych, jak również – bardzo często – *Biblii*³⁵. Lider może z nich korzystać bezpośrednio na zajęciach, co więcej – może również sięgać do innych fragmentów dzieł, które były cytowane w lekturach, a także po konsultacjach ze „starszą grupą” wolno mu poszerzyć ten repertuar o propozycje własne, spoza kanonu, pod warunkiem, że przylegają do filozofii ruchu Al-Anon. Nowo wprowadzone teksty lub ich fragmenty powinny charakteryzować się uniwersalnością, co pozwoli im osiągnąć neutralność światopoglądową i nie będą ranić niczyich uczuć. Teksty, które mają do dyspozycji liderzy grup, prowadzący spotkania, aby mogły być wykorzystane, muszą mieć akceptację Światowej Konferencji Służb Grup Rodzinnych Al-Anon. Po zaaprobowaniu otrzymują odpowiednie logo (trójkąt z kołem wpisanym w środku).

Z analizy badanego materiału wynikało, że oprócz wyżej wspomnianej literatury, pomocne w terapii członków rodzin z problemem alkoholowym były bajki terapeutyczne³⁶. Otóż można je wykorzystać w redukcji lęku u dzieci z takich rodzin, jak twierdzi Maria Molicka³⁷. Dzieci z rodzin patologicznych doświadczają permanentnie lęku i mają poczucie mniejszej wartości, stąd celem terapii jest obniżenie tego lęku oraz umożliwienie przeżywania sukcesu. Bajki dla terapii „odkrył” Bruno Bettelheim, który pierwszy zauważył, że dzieci wybierają niektóre bajki i do nich stale wracają, są one im potrzebne, bo dzięki nim zdobywają siłę do radzenia sobie z trudną dla nich emocjonalnie sytuacją³⁸. Bajka terapeutyczna jest utworem adresowanym do dzieci, głównie w wieku od 4 do 9 lat, w którym świat jest widziany z dziecięcej perspektywy. Przede wszystkim jest opowiadaniem fantastycznym, którego fabuła dotyczy różnych sytuacji wzbudzających lęk; występują tam czarodziejskie postacie, ale inaczej niż w baśni – magia rzadko pomaga rozwiązywać trudne sytuacje. Wyodrębnia się trzy rodzaje bajek: relaksacyjne, psychoedukacyjne oraz

³⁵ Zob. także *Analiza materiałów czytelniczych przydatnych w terapii współzależnienia*, [w:] B. Woźniczka-Paruzel, *Biblioterapia w środowisku współzależniących z Grup Rodzinnych Al-Anon...*, s. 80.

³⁶ M. Molicka, *Bajkoterapia. O lękach dzieci i nowej metodzie terapii*, Poznań 2002, s. 153. Zob. także artykuły autorstwa Ireny Boreckiej zamieszczone w „Biblioterapeucie” w numerze 4 z 1999 r.: *Baśń, bajka, bajeczka w terapii pedagogicznej*, s. 3–4, oraz *Zabawy bajką jako element biblioterapii i terapii pedagogicznej*, s. 4–6.

³⁷ M. Molicka, *Rola bajek terapeutycznych w redukcji lęku u dzieci z rodzin z problemem alkoholowym*, „Biblioterapeuta” 2000, nr 3 (11), s. 8–10.

³⁸ *Taż*, *Bajkoterapia...*, s. 125–126.

psychoterapeutyczne³⁹. Cechą charakterystyczną wszystkich bajek terapeutycznych jest to, że bohater bajkowy znajduje się w trudnej sytuacji i przeżywa lęk, a wprowadzone postacie i rozwój zdarzeń umożliwiają redukcję tego lęku. Bohater uczy się różnych sposobów jego przezwyciężania, natomiast nabycie nowych kompetencji zmienia sytuację psychiczną i zachowanie bohatera. Dzięki temu dziecko może „przenieść” doświadczenia bohatera i je przyswoić⁴⁰. Bohater bajkowy wyposażony jest w cechy upodabniające go do małego czytelnika (zbliżony wiek, podobna sytuacja lękotwórcza). Wszystkie bajki terapeutyczne mają stałe części dotyczące: głównego tematu, głównego bohatera, innych postaci bajkowych oraz tła opowiadania. Z zastosowaniem tego stałego schematu osiągnane są w bajkach założone cele – konkretyzowanie i racjonalizowanie lęku, zastępcze wzmacnianie poczucia własnej wartości, uczenie pozytywnego myślenia, kształtowanie pozytywnego nastroju emocjonalnego oraz odwrażliwianie⁴¹.

Baśnie redukują lęk, dlatego mogą być skuteczną metodą terapii w pracy z dzieckiem z rodziny z problemem alkoholowym. Dzieci wychowujące się w rodzinach współzależnych od alkoholu czy innych dysfunkcyjnych mogą budować swe doświadczenie osobiste nie tylko przez życie we własnej rodzinie, ale także przez czytanie o innej, książkowej. Molicka w zamieszczonym artykule prezentuje przykładową baśń terapeutyczną pt. *Księżycowy domek*⁴². Głównym tematem baśni są lęki wywołane nadużywaniem alkoholu przez jednego z rodziców, przemocą w rodzinie oraz towarzyszącymi jej kłótniami oraz lęki związane z poczuciem bycia gorszym. Problemy są w niej przedstawione w taki sposób, że dzieci, które nie mają podobnych doświadczeń, odbierają ją jako baśń o pogodzie, nie są więc obarczane niepotrzebnymi, negatywnymi emocjami. Służą temu zastosowane metafory, ponieważ w baśni występują takie postacie, jak Burza, Wicher, Tęcza, Chmurek i Mgiełka, które jednoznacznie kojarzą się z aurą. Akcja baśni rozwija się w dobrze dziecku znanych miejscach, w mieszkaniu, natomiast zachowanie rodzica-alkoholika, jak również jego rodziny jest typowe. Przedstawia lęki głównych bohaterów:

³⁹ Niektórzy, łącząc elementy charakterystyczne dla poszczególnych bajek, wyodrębniają także bajkę relaksacyjno-terapeutyczną. Zob. M. Molicka, *Bajkoterapia...*, s. 153–217.

⁴⁰ Tamże, *Bajki terapeutyczne dla dzieci*, Poznań 1999, s. 22–28.

⁴¹ Tamże, s. 26–28.

⁴² Tamże, *Rola bajek terapeutycznych...*, s. 10. Zob. także tamże, *Bajki terapeutyczne...*, s. 35, s. 135–148.

Tęczy, Chmurka i Mgiełki, które opisane są na tle sytuacji i ujęte w aspekcie przyczynowym. Redukcja lęków może nastąpić przez uświadomienie objawów lęku i ich przyczyn wraz z towarzyszącymi im zachowaniami oraz przez budowanie pozytywnego obrazu samego siebie. Dzięki wprowadzonym postaciom: Księżycowi i psu-Kluczu, możliwe staje się osiągnięcie wsparcia poprzez zrozumienie oraz sukcesu, ponieważ wskazują one sposoby racjonalnego rozwiązywania sytuacji trudnej. Przebywanie w rodzinie zakreślonej ręką pisarza pozwala doświadczać dzieciom innych emocji, wzbogaca ich wiedzę, kompensuje niedostatki. Budując zasoby osobiste, daje dziecku siłę do radzenia sobie z sytuacjami lękotwórczymi. Spełnia też funkcję profilaktyczną. Głównym mechanizmem psychologicznym, decydującym o oddziaływaniu literatury na czytelnika, jest mechanizm identyfikacji. W momencie, gdy dziecko identyfikuje się z bohaterem, zastępczo wzmacnia poczucie własnej wartości. Ponadto jakaś jego częśćka pozostaje w nim na zawsze i ma wpływ na dalsze wybory. Lecnicze oddziaływanie książki polega też na tym, że może ona odwrażliwiać i powodować, że niektóre lęki ulegną wygaszeniu. Dziecko znajduje w literaturze opisy zagrażających sytuacji, a w rzeczywistości nic mu nie zagraża. Takie bodźce tracą z wolna swoje lękotwórcze działanie. Gdy wiele razy powtórzymy konkretną baśń, nastąpi efekt przewarunkowania i generalizacja⁴³. Baśń terapeutyczna według Molickiej to właściwa metoda w pracy z dzieckiem wychowującym się w rodzinie współzależnionej, jednak jest to tylko jedna z metod, bo terapia takiego dziecka jest długotrwała i wymaga wielu różnych oddziaływań.

Wsparciem dla dzieci mogą być również warsztaty biblioterapeutyczne, wykorzystujące różne teksty literackie, w tym poezję. Barbara Rzeźnikiewicz, prezentując przykładowe zajęcia warsztatowe w artykule na łamach „Biblioterapeuty”, podkreśla, że warunkiem prawidłowego rozwoju i niezaburzonego funkcjonowania dzieci jest stworzenie im korzystnych warunków wychowawczych. Najważniejszą rolę w tym względzie odgrywa rodzina, która utrzymuje ciągłość biologiczną i przekazuje młodemu pokoleniu dziedzictwo kulturowe⁴⁴. Niestety, w rodzinie zdemoralizowanej, współzależnionej, dziecko nie ma prawidłowych warunków rozwoju, dlatego staje się niejednokrotnie agresywne, aroganckie, brutalne, zbuntowane, nadpobudliwe, lub wręcz przeciwnie – wydaje się obojętne

⁴³ Tamże, s. 132.

⁴⁴ B. Rzeźnikiewicz, *Książka pomaga w życiu dzieciom w rodzinach patologicznych (zajęcia warsztatowe)*, „Biblioterapeuta” 2002, nr 3 (19), s. 16–17.

na wszystko to, co się wokół niego dzieje, jest załęcznione, nieśmiałe, wystraszone. Zdaniem B. Rzeźnikiewicz warsztaty z biblioterapii mogą pomóc dzieciom z rodzin patologicznych, ponieważ koncentrują się na sferze ich emocji: „poprzez literaturę wskazuje się dziecku odpowiednią drogę życia, podaje się rękę tak, jak niewidomemu białą laskę, która pomaga być człowiekiem wolnym”⁴⁵. Autorka prezentuje scenariusz zajęć biblioterapeutycznych na podstawie wiersza *Wysokie drzewa* Leopolda Staffa, którego celem jest wzmocnienie wrażliwości uczestników zajęć na otaczający świat, uświadomienie sobie, jak ważna jest dla człowieka natura, przyroda, która ma właściwości lecznicze, uzdrawiające. Jest to przykład wykorzystania poezjoterapii, czyli terapii za pomocą recytowania, czytania lub pisania poezji⁴⁶. Na tok takich zajęć składają się zajęcia integrujące grupę, których element stanowi m.in. czytanie wiersza, jego analiza i interpretacja oraz terapia właściwa, która opiera się również na arteterapii, wykorzystującej nie tylko literaturę, ale także muzykę, sztuki plastyczne, zabawy ruchowe. W nawiązaniu do utworu uczestnicy mają napisać pracę refleksyjną „Jestem liściem” – co widzę, co czuję, co przeżyłem, czym chciałbym się podzielić jako liść. Zajęcia mają pomóc uczestnikom, aby nie uciekali przed problemem, kłopotem, nie chowali się za zakładanymi maskami pozoru – można o nim porozmawiać, doradzić, nauczyć się czegoś nowego, wsłuchania się w siebie, zrozumienia swojej tożsamości.

Na podstawie podobnych przesłanek, aby nie bać się rozmawiać o problemie, wyrósł profilaktyczny program biblioterapeutyczny Jadwigi Matys „Nie!!! – narkomanii w moim życiu i życiu moich kolegów”, oparty na wartościach terapeutycznych literatury, a skierowany do młodzieży gimnazjalnej i szkół średnich⁴⁷. Program przewidywał przeprowadzenie z uczestnikami zajęć dwóch spotkań. Pierwsze oparte było głównie na fragmencie książki *Mały Książę* Antoine’a de Saint-Exupéry’ego⁴⁸. Natomiast drugie spotkanie poświęcone było ściśle tematyce związanej z narkomanią – ukazaniu konsekwencji zażywania środków odurzających oraz szukaniu sposobów przeciwstawiania się presji rówieśniczej⁴⁹. Najważniejszą jego część stanowiła analiza wybranych fragmentów książki Bar-

⁴⁵ Tamże, s. 16.

⁴⁶ I. Borecka, *Biblioterapia a inne rodzaje terapii*, „Biblioterapeuta” 1998, nr 3, s. 3–5.

⁴⁷ J. Matys, *Uzależnieniom – Nie!!!*, „Biblioterapeuta” 2002, nr 2 (18), s. 12–13.

⁴⁸ Tamże, s. 12.

⁴⁹ Istotny jest fakt, że tylko 70% uczestników zajęć przyznało, że nikotyna i alkohol to też narkotyki. Zob. J. Matys, dz. cyt., s. 12.

bary Rosiek *Pamiętnik narkomanki*⁵⁰. Zdecydowana większość osób, które brały udział w tych zajęciach biblioterapeutycznych, była wdzięczna za ich zorganizowanie oraz podkreślała ich potrzebę i aktualność. Autorka udowodniła, jak wielkie znaczenie ma biblioterapia jako metoda psychicznego wsparcia, wykorzystująca różne gatunki literackie, tj. arcydzieło literatury ponadgatunkowej, odczytywanej na wielu płaszczyznach, tak zwanej baśni literackiej, czyli *Mały Książę*⁵¹, oraz literaturę faktu – *Pamiętnik narkomanki*, opartą na prawdziwej historii (coraz częściej osoby uzależnione lub już wyleczone służą sobie wzajemnie „świadectwami” wychodzenia z nałogu)⁵².

Podsumowanie

Biblioterapia, jako metoda terapeutyczna wykorzystująca ukierunkowane czytanie, może być pomocna w leczeniu osób z różnego rodzaju dysfunkcjami, w tym współzależnionych. Potwierdzenie tej teorii stanowi przeprowadzona w niniejszej pracy analiza zawartości kwartalnika „Biblioterapeuta” w latach 1998–2008 w aspekcie wykorzystania biblioterapii w leczeniu osób współzależnionych. We właściwy sposób wyselekcjonowana literatura, stosowana w ukierunkowanym czytaniu, stanowi nieocenioną pomoc dla osób, które znalazły się w trudnej sytuacji życiowej i potrzebują psychicznego wsparcia. Biblioterapia jest bowiem prawdziwie interaktywnym procesem wykraczającym poza zwykłe czytanie, przynosi ukojenie, relaksuje, sprzyja odbudowaniu równowagi psychicznej, może również stanowić indywidualny środek samopomocy. Wybór tekstów do pracy z uczestnikiem terapii zarówno indywidualnej, jak i grupowej (np. podczas spotkań Grup Rodzinnych Al-Anon) powinien następować według określonego schematu, a musi go poprzedzić diagnoza postawiona przez biblioterapeutę, aby mogły dokonać się kolejne fazy procesu biblioterapeutycznego, prowadzące do ostatecznego uzdrowienia i wglądu w samego siebie.

⁵⁰ Tamże, s. 13.

⁵¹ D. Szewczyk, *O terapeutycznej roli literatury*, „Biblioterapeuta” 2001, nr 3 (15), s. 1–3.

⁵² E. B. Zybert, *Miłość, przyjaźń, agresja, alkoholizm. Poradnik bibliograficzny*, Warszawa 1999, s. 142–156.

The role of bibliotherapist in working with the co-addicted – analysis of the content of the “Biblioterapeuta” quarterly in 1998–2008

ABSTRACT: Bibliotherapy can be helpful in treating people with various disabilities, including the co-addicted. The article shows the bibliotherapist's role in working with people who are co-addicted in the “Biblioterapeuta” journal in the period 1998–2008, using analysis of the content as a research method. The “Biblioterapeuta” is a periodical which, until 2010, was the only one to shape the contemporary Polish bibliotherapy and disseminate the idea of therapy through reading. In ten-year period 207 articles were published on the journal's pages, among which only 8 (4% of all articles) dealt with the use of bibliotherapy in treatment of co-addicted people. These texts appeared in the years: 1998 – 1, 1999 – 1, 2000 – 4 and 2002 – 2. The largest number of articles on this topic is associated with the appearance of a series of articles by Bronisława Woźniczka-Paruzel on the use of bibliotherapy in treating the co-addicted from Al-Anon Family Groups. The analysis shows that the topic of codependency in conjunction with bibliotherapy aroused weak interest of the journal editors in comparison to other articles.

KEYWORDS: analysis and review of literature, “Biblioterapeuta”, bibliotherapy of co-addicted people

