

BIBLIOTERAPIA COM OS GESTORES DE UMA ESCOLA DE EDUCAÇÃO BÁSICA DE CHAPECÓ (SC): RELATO DE EXPERIÊNCIA

Cristiane Aparecida Ramos do Padro¹
Críchyne Madalena²

Resumo: A vivência biblioterapêutica na escola e principalmente com os estudantes é importante, no entanto, também é preciso estender essa ação para os profissionais que atuam nesse ambiente. A biblioterapia com os gestores de uma instituição escolar tem a intenção de amenizar as aflições no ambiente de trabalho. Diante disso, o presente relato de experiência descreve uma sessão biblioterapêutica aplicada na gestão de uma escola de educação básica de Chapecó (SC). Para a execução de tal atividade foram usadas técnicas de relaxamento, sons da natureza, leitura de poesia, leitura de história, diálogo e finalizou-se com entrega de lembrancinha. O objetivo geral constituiu na aplicação de atividade biblioterapêutica com o grupo de gestores da escola, e assim aliviar um pouco as tensões ocasionadas pelo cotidiano no trabalho. Dessa maneira, usou-se a metodologia incutida na ‘pesquisa-ação’, a qual consiste na participação ativa do pesquisador/aplicador de Biblioterapia, na qual, analisou-se as narrativas da direção sobre desafios enfrentados diariamente no ambiente escolar. Os resultados foram atingidos, pois as lágrimas derramadas demonstraram que principalmente a catarse durante o diálogo, que se efetivou. Considera-se que o resultado foi positivo, e os três elementos principais da biblioterapia: identificação, catarse e introspecção foram plenamente absorvidos durante toda a sessão.

Palavras-chaves: Biblioterapia. Gestores escolares. Biblioterapia-Identificação. Biblioterapia-Catarse. Biblioterapia-Introspecção.

1 INTRODUÇÃO

De acordo com as referências literárias, autores como: Quaknin (1996), Caldin (2000) e Pereira (1996) a qual optou-se por enfatizar o ponto de vista dessa última autora, pode-se considerar a Biblioterapia como uma prática que utiliza livros ou materiais específicos que auxiliam as crianças, adolescentes ou adultos a enfrentarem seus problemas. Desse modo, a concepção de Biblioterapia é introduzida, transformando-se em alternativas que levam o leitor a beneficiar-se da evolução pessoal por meio da manifestação de sentimentos, ou seja, o leitor se identifica com o personagem e acaba enfrentando o seu próprio dilema.

¹ Universidade Comunitária da Região de Chapecó, e-mail: cristianeungida@gmail.com

² Universidade Comunitária da Região de Chapecó, e-mail: crichyna.sm@gmail.com



Percebe-se que a vivência biblioterapêutica na escola e principalmente com os estudantes é importante, no entanto, também é preciso estender essa ação para os profissionais que atuam nesse ambiente. Por essa razão, a experiência com os gestores da instituição escolar tem a intenção de aproximar os colaboradores mediante a comunicação, assim como amenizar as aflições no ambiente de trabalho. A Biblioterapia com essas pessoas pode promover o desenvolvimento de habilidades pessoais e sociais que auxiliam na resolução de conflitos e enfrentamentos de problemas de cunho emocional, social e mental.

Desta maneira, esta pesquisa teve como problema verificar se haveria realmente efeitos positivos durante e após a aplicação da prática de Biblioterapia com os gestores de uma escola de educação básica no município de Chapecó (SC). Nesse sentido, teve-se como objetivo geral aplicar uma vivência da atividade biblioterapêutica com o grupo de gestores da escola e assim aliviar um pouco as tensões ocasionadas pelo cotidiano no trabalho. Com isso, o presente estudo se justifica na tentativa de conhecer a importância da leitura para a terapia de colaboradores de uma instituição escolar e a exploração dessa prática baseada em experiências empíricas; por acreditar que a Biblioterapia pode contribuir para um bom relacionamento entre os profissionais, por meio da aproximação com a leitura.

2 REVISÃO DE LITERATURA OU FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O estresse devido à rotina diária, traumas, depressão, tristezas entre outras patologias, podem produzir um desequilíbrio emocional nos indivíduos. Conforme Benedetti (2008) a biblioterapia pode ser indicada como facilitadora no desenvolvimento e na recuperação da saúde mental, pois permite que o leitor faça comparações de suas próprias emoções com as dos outros indivíduos.

A biblioterapia consiste na possibilidade de terapia por meio da leitura de textos literários, contempla a leitura de histórias e propõe práticas de leitura que proporcionem a interpretação do texto. Baseado no fundamento filosófico ‘identidade dinâmica’, a biblioterapia se constitui no processo de identificação do leitor/ouvinte que se dispõe da introjeção e da projeção, apoiado na experiência poética e baseado na catarse quanto a liberação da emoção com valor terapêutico (CALDIN, 2001).

Nesse sentido, a biblioterapia se propõe a utilizar da literatura como um caminho para questionar e responder angústias, assim como pode ser um meio possível e efetivo para a mudança de comportamento, por exemplo. Nessa perspectiva, Caldin (2001, p. 37) afirma que o método biblioterapêutico fundamenta-se na “dinamização e ativação existencial por meio da dinamização e ativação da linguagem”, isso significa que a comunicação entre ouvinte e texto permite interpretações “que propõem uma escolha de pensamento e de comportamento”.

De acordo com Lucas, Caldin e Silva (2006, p. 402), os objetivos da leitura com fins terapêuticos devem: “favorecer a identificação com as personagens”; “aliviar as tensões diárias; diminuir o estresse; facilitar a socialização”; “auxiliar a lidar com sentimentos como a raiva ou a frustração; mostrar que os problemas são universais e é preciso aprender a lidar com eles; facilitar a comunicação”; verbalizar e exteriorizar os problemas, entre outros.

Em suma, a biblioterapia pode ser entendida como atividade que permite ao indivíduo entender uma situação conflitante por intermédio da leitura, obter respostas para seus problemas e identificar meios para seu crescimento, haja vista que durante o processo biblioterapêutico busca-se propor uma condição favorável para superar a incapacidade de lidar com determinadas situações.

3 METODOLOGIA OU MATERIAIS E MÉTODOS

O método usado considera-se como integrante da pesquisa-ação, que consiste na participação efetiva da aplicadora de biblioterapia durante todo o processo biblioterapêutico. “[...] Na pesquisa-ação ocorre um constante vaivém entre as fases, que é determinado pela dinâmica do relacionamento entre os pesquisadores e a situação pesquisada” (GIL, 2010, p.151). Além disso, também se enquadra como pesquisa descritiva. Segundo Gil (2010, p. 27): “as pesquisas descritivas têm como objetivo a descrição das características de determinada população. Podem ser elaboradas também com a finalidade de identificar possíveis relações entre variáveis”.

No quesito instrumentos de coletas de dados, optou-se por primeiramente analisar as narrativas da direção sobre desafios enfrentados diariamente no ambiente escolar. Então a pesquisadora exemplificou os benefícios que a biblioterapia poderia gerar. Com tal informação a direção aceitou a sugestão e assim permitiu que a sessão de biblioterapia acontecesse. No dia

29 de abril de 2019, a sessão aconteceu dentro da sala de convivência, local específico para realização de atividades diferenciadas. A sala foi preparada para o conforto de todas as mulheres participantes, realizou-se no período matutino, com duração cerca de 1 hora e 30 minutos.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em 29 de abril de 2019 houve a primeira aplicação de biblioterapia em uma Escola de Educação Básica, localizada em Chapecó (SC), direcionada à gestão (diretora e apoio pedagógico), com total de seis pessoas. Na execução da atividade utilizou-se a sala de convivência e foram dispostos os pufes em círculo para que todas pudessem ficar sentadas de forma confortável.

Em um primeiro momento foram efetuadas técnicas de respiração e alongamento para tentar relaxar a todas as participantes. Na sequência, houve a leitura da poesia: Menino Passarinho, autoria de Lourdes Maria, do livro ‘Vicejantes’, com fundo musical de sons da natureza, autoria desconhecida. Enquanto era lida a poesia todas permaneciam com os olhos fechados para tentar se concentrar naquele momento.

Ao término da leitura, orientou-se a possibilidade em abrir os olhos e percebeu-se o relaxamento e concentração de todas para iniciar a leitura da história: ‘A garrafa e a Rolha’, de autoria de Margarete Amaral, com ilustrações de Zeca Dâmaso. Observou-se que todas estavam atentas, mas pareciam não entender do motivo em contar uma história infantil. Apesar disso, todas ficaram com os olhos fixos nas imagens e ouvindo com atenção. A história relata sobre uma garrafa que se sente pressionada pela rolha e deseja que esta rolha saia de cima dela.

Quando a história acabou a aplicadora de biblioterapia pegou uma garrafa plástica na mão com uma rolha acoplada e simplesmente a jogou no chão de propósito. Então questionou: Quem é sua rolha? Ou ainda, o que é a sua rolha? As participantes ficaram espantadas, enquanto a garrafa caía. O propósito de jogá-la ao chão subitamente era exatamente em ter uma atitude repentina em um ambiente que deveria ser de tranquilidade.

Decorridos alguns minutos, já com a garrafa em mãos, houve a orientação a respeito da prática e da abertura para o diálogo com intuito de compartilhar pensamentos individuais, entretanto, não haveria obrigatoriedade em expor suas ideias, era simplesmente espontâneo, participando quem sentisse o desejo e a vontade em socializar. A primeira voluntária a iniciar a roda de conversa manifestou-se e assim recebeu a garrafa para que sua fala pudesse ser ouvida

por todas. Após concluir, a participante, repassou a garrafa para outra participante e assim sucessivamente, todas tiveram oportunidade em se expressar, ninguém se opôs.

Durante o diálogo, a emoção tornou-se exacerbada, muitas começaram a descrever e a batizar as rolhas presentes em suas vidas. Enquanto descreviam, muitas não suportaram e começaram a chorar e colocar para fora os sentimentos envoltos em dor que estavam presenciando em suas vidas particulares. Em sua maioria, os relatos se referiram às dificuldades familiares, com ênfase para problemas de saúde com algum ente querido. Com a finalidade em reajustar os ânimos, a aplicadora permitiu que houvesse liberdade nos diálogos para que todas as mulheres participantes compreendessem que a biblioterapia pode sim ajudá-las a resolver os próprios problemas. A duração da sessão se prolongou em consequência da emoção.

A aplicadora da sessão então finalizou ao entregar um pacote de papel que precisava ser rasgado, contendo uma lembrança que representava a solução (presente contido no pacote). A experiência foi extraordinária, a tal ponto que alguns dias após, a aplicadora, já ouviu o seguinte testemunho da diretora: “Um pai de um aluno chegou à escola chorando, então me lembrei da sessão de biblioterapia. Num primeiro momento não sabia como agir diante do desespero daquele pai. Então respirei fundo, contei até 10 e consegui orientá-lo da melhor forma que encontrei naquele momento. Senti-me aliviada”, concluiu. A vivência de Biblioterapia continuou reverberando, conforme a descrição deste episódio do choro do pai.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pode-se afirmar que os objetivos do trabalho foram alcançados, sendo que a proposta era aplicar uma vivência da atividade biblioterapêutica com o grupo de gestores de uma escola de educação básica situada no município de Chapecó (SC). A receptividade por parte da escola foi boa, o que implicou de imediato na aceitação da prática biblioterapêutica, juntamente com a diretora e os profissionais do apoio pedagógico.

Considera-se que o resultado foi positivo, e os três elementos principais da biblioterapia: identificação, catarse e introspecção foram plenamente absorvidos durante toda a sessão. Desta forma, as participantes compreenderam na prática que o alívio do estresse pode sim vir por meio da biblioterapia. Enfim, a biblioterapia é uma semente num campo vasto de terra fértil, constituído de pessoas, com acúmulo de atividades que estão adoecendo e

precisando de alento. Com isso, percebe-se a necessidade eminente de incentivo da aplicação de biblioterapia em vários locais da sociedade sem distinção de idade, gênero ou classe social.

REFERÊNCIAS

AMARAL, Margarete. **A garrafa e a rolha**. [Rio de Janeiro]: Lacre, 2015. [28]p.

BENEDETTI, Luciane Berto. **Biblioterapia para pacientes adultos internados em uma unidade hospitalar: uma proposta de humanização**. 2008. 33f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização) – Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde. Porto Alegre, 2008.

CALDIN, Clarice Fortkamp. A leitura como função terapêutica: Biblioterapia. **Revista Eletrônica de Biblioteconomia e Ciência da Informação**, Florianópolis, n.12, p. 32- 44, 2001.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010. 184 p.

LUCAS, Eliane R. de Oliveira; CALDIN, Clarice Fortkamp; SILVA, Patrícia V. Pinheiro da. Biblioterapia para crianças em idade pré-escolar: estudo de caso. **Perspectivas em Ciência da Informação**, Belo Horizonte, v. 11, n.3, p. 398-415, set./dez. 2006.

PEREIRA, Marília Mesquita Guedes. **Biblioterapia: proposta de um programa de leitura para portadores de deficiência visual em bibliotecas públicas**. João Pessoa: Ed. UFPB, 1996. cap. ii-vi, 30-55 p.

OUAKNIN, Marc-Alain. **Biblioterapia**. Tradução de Nicolás Niymi Campanário. São Paulo: Loyola, 1996.

SEIXAS, Cristiana (org). **Vicejantes**. Série Coleção Biblioterapia. Niterói: Editora Cândido, 2018. v.4, 144 p.