

Biblioterapia: estado da questão

ANA CRISTINA ABREU
MARIA ÁNGELES ZULUETA
ANABELA HENRIQUES

RESUMO

A partir de uma revisão da literatura apresenta-se uma panorâmica conceitual da biblioterapia para um melhor conhecimento da área, para compreender as suas raízes e perspetivar o seu devir. Após uma contextualização histórica, problematizam-se questões relativas à leitura e ao método como chave do sucesso biblioterapêutico, aos três tipos de biblioterapia, bem como os seus benefícios. São temas merecedores de debate a relação da biblioterapia no campo da biblioteconomia, da formação dos bibliotecários enquanto biblioterapeutas e quais os limites da sua intervenção. Aborda-se ainda a questão da eficácia da biblioterapia sobre a qual os estudos apontam para resultados bastante positivos.

ABSTRACT

From the standpoint of a literature review, a conceptual outlook on bibliotherapy is presented for a better knowledge of the field, to understand its roots and put in perspective what is forthcoming. After an historical contextualization, issues are discussed concerning reading and the method as key to bibliotherapeutic success, the three types of bibliotherapy, as well as its benefits. The connection of bibliotherapy to the field of librarianship, training of librarians as bibliotherapists and which are the limits of their intervention are topics worthy of debate. It is also covered the matter of the effectiveness of bibliotherapy, on which studies point to very positive results.

PALAVRAS-CHAVE

BIBLIOTERAPIA LEITURA BIBLIOTERAPEUTA EFICÁCIA

Biblioterapia é uma palavra composta, formada pela junção de dois elementos de origem grega: *biblíon* (livro) e *therapeía*, (terapia). Resulta, deste modo, a aceção literal de «terapia por meio de livros». Naturalmente, é uma leitura muito redutora do conceito, por isso avançamos com a seguinte definição: a biblioterapia é uma atividade com vertentes preventiva e terapêutica que, através da leitura de livros de ficção ou de auto ajuda, individualmente ou em grupo, tem o propósito de facultar uma experiência recobrador da saúde, ou permitir um contínuo desenvolvimento, em qualquer idade do ciclo vital.

A leitura é uma prática comum à maioria dos humanos e, fazendo parte de nós quase desde o nascimento, servirá de apaziguadora nas mais diversas ocasiões. A rir ou a chorar, absorvemos emoções de personagens tão verosímeis quanto nós próprios, acabamos por nos rever nelas, nas ações, nos pensamentos, nas sensações e emoções.

A biblioterapia está ao serviço da mudança. Serve para refletir, fruir, cuidar, curar.

É na Literatura, no género narrativo, que parece mais viável o leitor encontrar uma projeção íntima de si próprio nas personagens que vivem neste tipo de texto. Não obstante, é preciso ter sempre em conta a importância da adequada seleção do texto que servirá de base à leitura terapêutica e às particularidades de cada pessoa, para potenciar os resultados que se poderão obter.

O bem-estar do ser humano insere-se numa perspetiva holística, em que a saúde global não é apenas a ausência de doença, mas antes uma situação que inclui bem-estar físico, social e mental. Para alcançar este bem-estar global cooperam várias áreas do conhecimento: entre estas a biblioterapia afirma-se com potencialidades para colaborar no desenvolvimento e no equilíbrio do ser humano.

PERSPETIVA HISTÓRICA

Embora a biblioterapia se trate de uma prática já muito antiga, é um vocábulo que ainda não faz parte do dicionário da língua portuguesa. De acordo com Ouaknin (1996, p.12) «no mundo anglo-saxão esta palavra “biblioterapia” não é uma novidade, encontra-se no Webster International com a seguinte definição: “*The use of selected reading materials as therapeutic adjuvants in medicine and psychiatry. Also: guidance in the solution of personal problems through directed reading*”. Esta definição, para Ouaknin, é restrita devido a preconceitos acerca do sentido da palavra «terapia». Este autor procurou esclarecer e abrir essa definição a partir de horizontes linguísticos e culturais diferentes. No texto bíblico o termo «terapia» assume uma amplitude que significa também prevenir. «No texto bíblico, Deus apresenta-se a si mesmo como médico: “Depois ele disse: ‘Se ouvires a voz de teu Deus, e fizeres o que é reto aos seus olhos, se deres ouvido aos seus mandamentos e observares as suas leis, todas as doenças que pus no Egito, não as colocarei sobre ti, pois eu sou teu médico’”. Os comentários da Bíblia se perguntam sobre a formulação enigmática deste texto. De facto, que necessidade tem Deus de especificar que é médico, se decidiu não enviar nenhuma

doença? Daí provém a seguinte interpretação: o médico não tem a função de curar, mas deve agir de tal modo que a doença não possa se instalar no homem. Medicina preventiva, na qual o médico tem sobretudo o papel de educador e de professor que ensina os outros como *cuidar* de si mesmos, como *cuidar do ser*.» (Ouaknin, 1996, p.13).

A utilização dos efeitos terapêuticos da leitura remonta às civilizações egípcia, grega e romana. «O Alcorão era utilizado na Grécia, principalmente em hospitais, trechos eram lidos para os pacientes fazendo parte do tratamento médico, percebendo melhoras no quadro clínico desses pacientes», relata Ferreira (2003, citado por Bahiana, 2009, p. 67).

No frontispício da grande biblioteca de Tebas (ano 1000 a.C.) era legível a seguinte frase: «A leitura, medicina para o espírito.» Contudo, é na Idade Média que se desenvolve a utilização da leitura como terapia: em 1272 eram proporcionadas leituras do Corão no Hospital Al Mansur no Cairo como mais um método terapêutico. Também as leituras da Bíblia acompanhavam o processo de cura nos hospitais na Idade Média. Em 1850, John M. Galt recomenda leitura no Hospital Eastern Lunatic Asylum of Virginia, que dirige. John M. Galt escreve, em 1858, o primeiro artigo sobre Biblioterapia, intitulado: «*On Reading, Recreation and amusement for the insane*» (D. Blas, 1998, citado por Carrasco, 2008, p. 59). Neste artigo destacam-se cinco razões porque a leitura é benéfica: primeiro porque ocupa a mente, afastando os pensamentos não saudáveis, segundo cria divertimento e ajuda a passar o tempo, terceiro informa e instrui permitindo melhorar a atitude perante a terapia, em quarto lugar demonstra o interesse do hospital com o doente e, em quinto, ao manter os doentes ocupados permite orientá-los melhor.

O termo biblioterapia foi usado em «1916 quando Samuel Crothers, num artigo do *Atlantic Monthly* intitulado a *Literacy Clinic*, refere-se a biblio-terapêutica com uma nova ciência: “*bibliotherapy is such a new science that it is no wonder that there are many erroneous opinions as to the atual effect which any particular book may have*” (MYRACLE, 1995, citado por Mendes, 2008, p. 56).

«Caroline Shrodes, desde 1943 já desenvolvia estudos sobre a aplicação da literatura com fins terapêuticos. Em 1949, defendeu tese obtendo título de Doutora em Filosofia e Educação na Universidade de Berkeley, na Califórnia, com o trabalho *Bibliotherapy: a theoretical and clinical-experimental study*.» (Caldin, 2001, p. 34). Esta tese sobre o efeito da palavra e da escrita é considerada a fundamentação teórica da biblioterapia. Tal como Mendes refere (2008, p.56) «embora seja um tema pouco conhecido em Portugal é já muito estudado em Espanha, Brasil e, sobretudo, nos Estados Unidos e Inglaterra.»

CONCEITO E MÉTODO BIBLIOTERAPÊUTICO

Conceito

Na literatura surgem muitas designações de biblioterapia.

Das mais simplistas resulta, e citando Aiex (1993, como citado em Schreur, 2006, p. 108), a ideia do uso de livros para ajudar as pessoas a lidar com os problemas e resolvê-los.

Em 1988, a *American Library Association* conceitualizava a biblioterapia como a utilização de livros e outros materiais em programas de leitura dirigida, prescrita como terapia auxiliar, no tratamento de distúrbios mentais, emocionais e comportamentais.

Num dos seus textos, Pardeck (1998, p.2) refere-se à definição de biblioterapia adotada pelo *Barker's Dictionary of Social Work* (1995): «*The use of literature and poetry in a treatment with emotional problems and mental illness. Bibliotherapy is often used in social group work and group therapy and is reported to be effective with people of all ages, with people in institutions and as well with patients, and with people who wish to share literature as a means of personal growth and development.*»

Nos anos 70, Rhea Rubin publica a obra *Using bibliotherapy: a guide to theory and practice* na qual sistematiza e clarifica conceitos e práticas da biblioterapia.

Na introdução, afirma que a força da literatura está na compreensão, no discernimento e no autocrescimento.

Segundo Ouaknin (1996, p.106) na biblioterapia «as histórias lidas são variações propostas à imaginação do leitor para operar uma mudança de direção da trajetória inicial de sua história.» A mudança é o objetivo primordial da biblioterapia.

A leitura permite-nos viajar para a mudança. Em 2010, Caldin (p. 64) sustenta que «a leitura de um livro pode ser terapêutica, pois a dimensão do cuidado se volta para o leitor ou o ouvinte do texto literário, que, singulares em sua existência, podem abrir-se para o mundo.» O abrir-se para o mundo revela a possibilidade de compreensão e aceitação do outro o que levará à mudança, já anteriormente descrita. A leitura é uma experiência terapêutica de cuidado com o ser. O momento da leitura é o momento crucial da biblioterapia; é aquele instante imprescindível para atingir a catarse, isto é, a libertação das emoções.

O conceito de biblioterapia centra-se na leitura dirigida e discussão grupal.

O diálogo é uma parte muito importante do processo, na medida em que o indivíduo sujeito à biblioterapia encontra na troca de impressões com os elementos do grupo uma similitude de emoções, desejos e experiências e conclui que não está só nessa situação. A sensação de comunhão com o *outro*, provoca um alívio da dor, se não total, pelo menos parcial.

Para Burns (2009, pp. 30-31), a terapia e a leitura envolvem um compromisso com a linguagem tanto escrita como oral através de um diálogo – «*transformation is the aim*».

Burns assinala também o «*engagement with the other*» a partir da leitura literária. Ao engajar-se, o ser humano apodera-se do outro, toma para si as suas dores, alegrias e sentidos e apresenta-se à mudança. Tanto a literatura como a terapia conciliam no âmago um processo de interação social e de *meaning-making* mediado pela dualidade texto/diálogo transformador da experiência individual e da experiência comum.

A literatura ajuda-nos a descobrir o sentimento, expressando sentimento por nós (Gold, 2001).

Método biblioterapêutico

No método biblioterapêutico o poder da palavra é realçado como fundamental, pois o diálogo é a essência da biblioterapia. Este diálogo tem como ponto de partida um livro e é estabelecido entre um grupo de pessoas, duas pessoas ou uma pessoa com o livro que está a ler. Embora, através da literatura revista, se possa afirmar que alguns autores entendem a leitura solitária como curativa, é indiscutível que a biblioterapia realizada em grupo agrega mais teorias a seu favor. Como Caldin (2010, p. 14) refere, «considera-se, entretanto, a terapia por meio de livros mais eficaz quando se processa em grupo, ou, então, entre duas pessoas – uma prática solidária que mescla intersubjetividade, intercorporeidade, descentramento e é complementada pela imaginação, pelas expectativas e pelas lembranças de todos os que tomam parte nas atividades biblioterapêuticas.»

De acordo com Caldin (2001, p. 37) «o método biblioterapêutico consiste em uma dinamização e ativação existencial por meio da dinamização e ativação da linguagem. As palavras não são neutras. A linguagem metafórica conduz o homem para além de si mesmo; ele se torna outro, livre no pensamento e na ação. A linguagem em movimento, o diálogo, é o fundamento da biblioterapia. O pluralismo interpretativo dos comentários aos textos deixa claro que cada um pode manifestar sua verdade e ter sua visão do mundo.»

Sobre o método aplicado na biblioterapia, Lucas *et al.* (2006, como citado em Mendes, 2008, p. 66) expressam que «o método biblioterapêutico fundamenta-se em três parâmetros: Leitura (individual ou em grupo), Interpretação e Diálogo.»

A escolha da narrativa deve ter em conta os gostos do público-alvo. Posteriormente realiza-se a leitura da história, que pode ser complementada com atividades lúdicas. Nesta fase, o aplicador da biblioterapia deve ter atenção às expressões faciais, aos gestos e movimentos do corpo e às verbalizações do paciente, que poderão confirmar a assimilação do teor da narrativa.

Tal como Mendes (2008, p. 67) explicita, «o texto deve ser apresentado cuidadosamente e estrategicamente para que o participante seja capaz de ver semelhanças entre si e os personagens do texto.» Posteriormente, o diálogo biblioterapêutico, que

é o fundamento da biblioterapia, faculta a possibilidade de comentários e interpretações que sugerem uma escolha de pensamentos e de comportamentos.

Daqui se pode concluir que o método biblioterapêutico se encontra extremamente ligado à interação entre o público-alvo, ao diálogo posterior à narração do texto literário, no fundo ao estreitar de laços entre o grupo unido pelo texto.

COMPONENTES DA BIBLIOTERAPIA

A biblioterapia parte do pressuposto que os textos literários envolvem emocionalmente o ser humano. A leitura permite a libertação de emoções e da imaginação que podem atuar como um alívio nas pressões do dia a dia.

Para Clarice F. Caldin (2010, p. 123) «os três componentes básicos da biblioterapia são: a catarse, a identificação e a introspeção.»

A catarse, palavra que provém do grego, é utilizada em diversos contextos, como na medicina, na filosofia, na religião e na literatura. Aristóteles estendeu este termo ao domínio da arte. O efeito catártico de certas formas de música é realçado na *Política*, a purificação das paixões (catarse) é definida na *Poética* como uma das funções sociais da tragédia. Considera-se que o facto de Aristóteles ter sido médico terá contribuído para o entendimento da encenação dramática como um remédio para a alma que auxiliaria a libertação de emoções, a purificação das almas por meio de uma descarga emocional provocada por um drama. Durante a catarse processa-se uma libertação de emoções: nesta fase poderá surgir o choro ou o riso como expressão dessa «purificação emocional».

Intimamente ligada à catarse está a identificação com personagens do texto literário. Nesta fase surge a afetividade que poderá ser demonstrada com os personagens considerados virtuosos ou com os de má índole. Caldin (2010, p. 143) explicita que «como, na biblioterapia, não se processa um julgamento de valor dos caracteres das personagens nem da simpatia por elas, é possível realizar a síntese de significação que dê prazer ao leitor, ouvinte ou espetador, independente do tipo ou comportamento da personagem. Basta, para que se efetue a fruição, que o recetor da obra literária se identifique com a personagem que proporcionou o desabrochar da afetividade.»

Esta identificação com as personagens permite ao ser humano compreender os seus próprios conflitos, através dos conflitos vividos pelas personagens literárias, de um modo seguro e indolor. A leitura terapêutica favorece o processo dinâmico de construção da identidade.

Ouaknin (1996, p. 97) aborda a identidade pessoal de modo dialético: «para a biblioterapia, o ser humano é uma criação contínua, em incessante movimento de tornar-se. Esse tornar-se passa por uma transfiguração, a cada vez nova, de si e do mundo. A tese central da biblioterapia é que essa transfiguração – que é, ao mesmo tempo, uma temporalização – encontra as suas forças no processo

narrativo — interpretativo da atividade da leitura. O homem em movimento é ontologicamente um *homo legens*. A leitura criadora abre para novos pensamentos e novos atos, inventa novos mundos, cuja novidade é também renovação do sujeito leitor-criador.»

O envolvimento com a literatura facilitado pela identificação, favorece a análise e a reflexão interior, ou seja a identificação proporciona uma introspeção.

Para Caldin (2010, p. 171) «na biblioterapia, a introspeção dá-se fora da esfera da psicologia e do misticismo das teorias centradas no eu. Configura-se como um exame corriqueiro que fazemos de nossos pensamentos e atitudes, com o intuito de mudança de comportamento ou, então de aceitação de si. Essa investigação de si por si mesmo efetua-se não nos padrões da psicanálise, mas sim como um recuo que o ser humano realiza para dentro de si mesmo após a leitura, narração ou dramatização do objeto literário.»

Lisa Stamps, que analisou a forma como a biblioterapia pode ser utilizada para ensinar as crianças e os jovens a lidar com os problemas do dia a dia e com a vida, descreve o processo biblioterapêutico proposto por Halsted's. Segundo este autor (Halsted's, 2002, citado por Stamps, 2003, p. 26) o processo biblioterapêutico inclui as seguintes fases:

«etapa 1: Identificação – as pessoas de todas as idades estabelecem ligações com as personagens,
etapa 2: Catarse – o leitor acompanha o personagem num desafio ou situação complexa que posteriormente se resolve. Esta fase é conhecida para os adultos como a etapa em que se chora ou ri,
etapa 3: Discernimento – nesta fase é aplicada a experiência da personagem à experiência de cada pessoa,
etapa 4: Universalização – frequentemente as crianças e os jovens experimentam uma quarta fase a universalização, em que se estabelece uma ligação entre o que aconteceu no livro e a vida de cada criança ou jovem. As crianças e os jovens conseguem colocar-se no lugar dos outros através da fase da universalização e compreender que as pessoas por todo o mundo experimentam desafios semelhantes.»
Através do texto literário poderá processar-se um libertar de emoções, pela identificação com as personagens ficcionais, que nos mostram como num espelho virtudes e defeitos semelhantes aos nossos. Este processo favorece a reflexão e a introspeção que poderá ocasionar a mudança de conduta, ou simplesmente um maior autoconhecimento.

OS TIPOS DE BIBLIOTERAPIA

Rubin (1978) estabeleceu três tipos de biblioterapia: institucional, clínica e desenvolvimental. A biblioterapia institucional, que usa a literatura didática, ocorre individualmente ou em grupo, objetiva-se pela informação e conhecimento e é aplicada por uma equipa

formada pelo médico, conjuntamente com o bibliotecário que ajudará na seleção da literatura mais adequada.

A biblioterapia clínica é exercida por médicos psiquiatras e psicólogos, (existindo ou não, a colaboração de um bibliotecário), através de sistemas de saúde. Tem por objetivo a compreensão dos sentimentos do leitor e a análise das suas mudanças de comportamento. As sessões decorrem em grupo, através de leitura de textos narrativos, em voz alta e com posterior diálogo sobre o texto. Os pacientes demonstram problemas emocionais ou comportamentais. No final do programa biblioterápico, avalia-se a evolução médica dos pacientes.

A biblioterapia do desenvolvimento e apoio ao crescimento tem como objetivo o desenvolvimento de crianças, jovens, adultos e idosos. Pretende-se que o indivíduo desenvolva as suas potencialidades emocionais, sociais e intelectuais e avalie a sua situação na perspetiva do outro através do autodistanciamento. Os técnicos que podem praticar a biblioterapia neste âmbito são os bibliotecários, os assistentes sociais, os professores e os educadores.

Na biblioterapia do desenvolvimento considera-se que o livro faz o próprio tratamento terapêutico, é algo de exterior ao leitor.

Para Sturm (2003, p.173) existem dois tipos de biblioterapia: *«hygienic, or that meant to retain health, and therapeutic, or that meant to regain health.»*

Com o mesmo sentido Morandi Balcunas (2008) assume dois tipos de biblioterapia: a clínica e a de prevenção. A primeira destinada a doentes graves, usada pela equipa psiquiatra/psicólogo /paciente, e a segunda *«aplicada a grupos de gente sana, se trabaja com la parte sana de la persona y se utiliza como técnica en grupos de reflexión para prevenir»* (Balcunas, 2008, p.5).

A abordagem da biblioterapia do ponto de vista desenvolvimental está fortemente marcada nos estudos elaborados por Clarice Caldin. Segundo esta autora, entende-se por terapia a arte de cuidar do ser. O indivíduo é uma entidade totalizadora, corpo e mente, e é o equilíbrio entre estas duas vertentes que permite o bem estar.

A cura não tem, neste contexto, o sentido de finalização de uma doença ou ferimento, mas sim a aceção de um estado de harmonia global e unificado do ser humano (Caldin, 2010).

LIVROS DE AUTOAJUDA

Denominam-se livros de autoajuda que, como o próprio nome indica, são textos escritos, compilados sob a forma de guia de aprendizagem, auto didáticos através dos quais o leitor poderá usufruir benefícios com colaboração ou não do terapeuta.

Pardeck (1998, p. 23) define *«self-help books are typically nonfictional works that offer strategies for cognitive, emotional, and behavioral change.»*

A nível de conteúdo apresentam atividades para desenvolver ao longo do tratamento e podem funcionar como trabalho de casa entre as sessões terapêuticas.

Bernstein (1989, como citado em Pardeck, 1998, p. 24) expõe as estratégias de aplicação deste modelo de biblioterapia:

- o momento da aplicação deste material deverá ser muito acautelado, planeado pelo técnico; o paciente deverá estar predisposto a ler para ter sucesso;
- a discussão de ideias / diálogo deverá existir depois da leitura; o técnico deverá conhecer razoavelmente o conteúdo; demonstrar empatia é crucial para o sucesso, o leitor ao expressar as emoções cria laços de confiança com o terapeuta;
- a preparação da intervenção é muito importante; questionar sobre a qualidade do livro: se preenche os objetivos, exatidão das temáticas, o impacto emocional do cliente, características físicas do livro, necessidades especiais do leitor (cegueira, sudez, etc.).

Pardeck (1998) considera questões problemáticas na não eficácia dos livros de autoajuda para as quais o terapeuta deverá ter atenção, como por exemplo, a autoadministração do livro poder trazer efeitos negativos ao leitor; a escolha do livro poder não ser adequada porque o leitor não tem conhecimento informado para tomar uma decisão apropriada.

BENEFÍCIOS E LIMITES DA BIBLIOTERAPIA

A biblioterapia, como tudo, tem as suas potencialidades, benefícios de aplicação e limites que importa conhecer para uma aplicação correta desta prática.

O aplicador da biblioterapia deverá estar consciente dos benefícios e limites associados a este procedimento. A identificação com um personagem pode libertar pensamentos e sentimentos e a conduzir à descoberta de novas formas de agir. A biblioterapia pode favorecer a redução da sensação de isolamento que a pessoa pode sentir devido aos seus problemas. Se as narrativas forem aceites como aproximação e não intrusão, a leitura terapêutica não constituirá risco algum, podendo agilizar o processo de mudança, apontando outras possíveis respostas face a situações similares vividas por cada pessoa.

Carrasco Lluch (2008, p. 60) assinala os «seguintes benefícios da biblioterapia:

- Os relatos são aceites como uma intervenção não invasora;
- Reduz-se o nível de resistência e agilizam-se os movimentos de mudança;
- Identifica-se a orientação da mudança com uma imagem que permanece no indivíduo;
- Assinala novos modelos de respostas, face a situações semelhantes;
- Fomenta a independência do paciente e o seu papel ativo no processo terapêutico ao ter que: receber, inferir e descobrir a mensagem do texto.»

Apesar dos benefícios da biblioterapia, é necessário ter em conta alguns aspetos sobre esta técnica, ou seja a sua indicação como recurso psicoterapêutico não serve para qualquer paciente. A leitura de um determinado texto pode não ser adequada para todos os pacientes, pois cada pessoa tem circunstâncias de vida e necessidades

diferentes. Deste modo, é de grande importância a escolha do texto que servirá de base à leitura terapêutica. Como Rosa (2006, p.39) refere, «o condutor da leitura deve estar familiarizado com a literatura que deseja usar e ter consciência da extensão e complexidade do texto. O texto deve ser aplicado ao problema que o paciente está enfrentando. Em poucas palavras, a habilidade de leitura do paciente deve ser conhecida pelo condutor da leitura, assim como sua idade emocional e cronológica.» A biblioterapia na vertente clínica não deve ser utilizada isoladamente, mas em conjunto com outras técnicas, para potenciar os eventuais resultados.

Segundo Pardeck e Pardeck (1984, como citado em Pardeck, 1998, p. 14) «a biblioterapia como arte tem algumas restrições», ou seja as pessoas que não são leitores habituais podem ter dificuldades em beneficiar da biblioterapia, embora as sessões de biblioterapia possam ter sucesso com os não leitores através de audiolivros bem como com outras estratégias inovadoras. «A biblioterapia demonstra melhores resultados com crianças e adultos habituados a ler.» Os aplicadores da biblioterapia devem também perceber o nível de coincidência entre a leitura dos pacientes e os interesses. Outra limitação da biblioterapia é que «o cliente pode não se identificar com as personagens de um livro, resultando numa forma de projeção que pode aliviar o cliente da responsabilidade de resolução do problema.»

Contudo, se houver o devido cuidado com as limitações da biblioterapia, esta poderá ser uma ferramenta criativa com capacidade para apoiar o processo terapêutico.

LITERATURA, LEITURA E LEITOR

O texto narrativo, seja romance, novela ou conto, caracteriza-se pelo relato de acontecimentos das realizações humanas, em que é descrito o ambiente e as personagens que tomam parte na ação (Carmo & Dias, 1989). O mundo social e/ou do mundo do «eu» configuram esse universo literário. O romance é a espécie narrativa que apresenta uma pluralidade e simultaneidade dramática, número ilimitado de personagens, liberdade total de tempo e de espaço, diálogo e descrição de ambientes, constitui por assim dizer, o universo humano.

«Texto quer dizer Tecido (...) acentuamos agora, no tecido, a ideia generativa de que o texto se faz, se trabalha através de um entrelaçamento perpétuo; perdido neste tecido -nessa textura – o sujeito desfaz-se.»

A leitura é o ato de ler. Ato de apreender o conteúdo de uma mensagem escrita. Para Reis (1981), o ato de leitura, sobretudo da ficção narrativa, consiste verdadeiramente em (re)constituir um universo imaginário cujas coordenadas muitas vezes estão apenas esboçadas no texto que se aborda.

«Qualquer pessoa pode provar que o prazer do texto não é certo: não há nada que diga que este mesmo texto nos agrada segunda vez; é um prazer friável, cortado pelo humor, pelo hábito, pela circunstância, é um prazer precário» (Barthes, 2009, p. 170).

O prazer da leitura é o desejo, é a expectativa, é o que se espera vir a alcançar.

O prazer do texto é sugerido por Milly (1992, p.3): «*La lecture, c'est d'abord – ou ce devrait être – la recherche d'un plaisir. Lecture-évasion, hors des limites et des contraintes du quotidien.*»

Burns (2009, p.29), ao referir-se a um dos «*reader response theorists*», afirma que «*Iser proposes that meaning is generated by an interaction between reader and text that ultimately transcends both and belongs exclusively to neither*», ie, o significado da leitura está numa espécie de «terra de ninguém» entre o texto e o leitor e a nenhum deles pertence.

Além da experiência da realidade do dia a dia, o leitor traz o seu reportório emocional para gerar, no preciso momento da leitura, uma coprodução.

Assim sendo, a leitura é uma criação do texto e do leitor, no tempo e lugar desse encontro (Barthes, 2009).

Na mesma perspectiva, Gold (2001, p. 9) define a leitura como uma atividade sistémica «*made up of the book (word-story) in process with the reader in a particular setting at a particular time.*»

Do ponto de vista literário, as interações entre o romance e o leitor baseiam-se nesta frase «Eu fruo com o texto» (Barthes, 2009, p. 155).

Segundo Cheu (2001, como citado em Bachert & Oliveira, 2007, p. 113) o verdadeiro autor do texto é o leitor que se identifica com a situação apresentada e vai utilizá-la para repensar, (re)sentir e refletir as suas próprias vivências.

O leitor tem o papel fundamental de se entregar ao texto e vivenciá-lo.

O mundo dos humanos, representado na escrita, faz o leitor projetar-se, evadir-se, reconhecer-se, aproximar-se ou afastar-se das personagens. Ao ler, entra na dimensão ficcional levando consigo a sua própria dimensão real. Na junção destas duas dimensões ocorre a leitura, o precioso momento único, irrepitível, atópico, como defende Barthes (2009).

Zunshine (2006, p.19) explica o prazer «*of being tested by a fictional text – the pleasure of being aware, that is, that we are actively engaging our apparently well-functioning theory of mind.*» O leitor, durante a leitura de textos narrativos elaborados como o romance, ele próprio se lê e relê.

BIBLIOTERAPIA E BIBLIOTECONOMIA

De acordo com a literatura revista, a biblioterapia é referida como parte dos serviços prestados pelas bibliotecas. Trindade (2009, p.34) refere que «a biblioteconomia como ciência responsável pelo uso e disseminação da informação através de serviços e produtos informacionais está diretamente vinculada à biblioterapêutica. Discute-se, então, quando do surgimento da biblioterapia na biblioteconomia. Acredita-se que

em 1877, quando Justin Winson, empregado da Universidade de Harvard, ao permitir que os estudantes da mesma universidade tivessem acesso às estantes e, também, ao liberar a circulação dos livros, tenha dado início ao serviço de referência em bibliotecas. Assim sendo, teria sido o marco inicial da biblioterapia na biblioteconomia, pois, o serviço de referência surgia com a intenção de ajudar e dar assistência aos leitores.»

São vários os autores que consideram que a biblioterapia se insere no serviço de referência prestado pelas bibliotecas ao leitor. Historicamente, o serviço de referência é um serviço individualizado que procura ir de encontro às necessidades do utilizador, relacionando o utilizador que tem uma necessidade de informação com os recursos ou fontes que vão satisfazer as suas necessidades. As funções do serviço de referência prendem-se com o acolher, informar, formar e orientar. É precisamente nesta última função do serviço de referência que a biblioterapia se insere. A orientação poderá ser entendida de duas formas: como orientação dentro do espaço físico da biblioteca e como orientação bibliográfica. Coadjuvar os utilizadores na localização dentro da biblioteca das publicações ou dirigi-los para as instituições que possam responder às suas necessidades. Outro nível da orientação ao leitor prende-se com o aconselhamento na seleção de uma obra, fonte ou recurso de informação. A este respeito, é de citar a conceção intemporal de Rubin (1979, p. 241) «referência, orientação da leitura e biblioterapia têm funções que se relacionam com muita proximidade. As três servem necessidades de informação, instrução e/ou orientação.» Neste aspeto, a autora refere-se a Hannigan (1962, como citado por Rubin, 1979, p. 241): «esta arte [biblioterapia] é uma aplicação apurada da função normal do bibliotecário como orientador da leitura.»

Sobre a relação da biblioterapia com o serviço de referência, Pardini (2002, como citado por Trindade, 2009, p.34) acrescenta «a partir de 1904, a biblioterapia passa a ser considerada como um ramo da biblioteconomia. Há informações de que a biblioterapia floresceu durante o período da Primeira Guerra Mundial, quando bibliotecários leigos ajudaram a construir rapidamente bibliotecas nos hospitais do Exército. A partir da década de 20, vários artigos e relatórios foram publicados, inclusive um que merece destaque com o título *Biblioterapia para Bibliotecários*.»

Desta forma a biblioterapia surge como mais uma área de intervenção da biblioteconomia, que poderá vir a ser mais explorada trazendo benefícios (se bem aplicada) a utilizadores e novas vias de atuação aos bibliotecários.

OS BIBLIOTECÁRIOS ENQUANTO BIBLIOTERAPEUTAS

O bibliotecário é biblioterapeuta?

Esta é uma questão premente que provoca algumas confusões entre a designação e a função.

A definição de bibliotecário que se torna biblioterapeuta é, nos anos 60, uma preocupação crescente. Kinney (1962, p.131) define-o desta maneira: «*The bibliotherapist is primarily*

a librarian who goes further in the field of reader guidance and becomes a professional specialist.»

O bibliotecário assume, além de várias nomenclaturas, por exemplo, «*facilitators*», «*helpers*» (Harvey, 2010; Schreur, 2006) «*practioners*» (Pehrsson [et al.] 2005), «*aplicadores*» (Caldin, 2010), «*caregiver*» (Gold, 2001), funções bastante diferentes das que habitualmente lhe estão atribuídas.

Há que destrinçar a denominação do bibliotecário das suas funções e competências. De fato, a biblioterapia pode ser administrada por bibliotecários e não precisam de mudar de designação profissional só porque aplicam uma terapia a um grupo de pessoas. Não são biblioterapeutas, são bibliotecários que, dentro da sua atividade, praticam a biblioterapia como um serviço mais (Rubin, 1978).

Muitos estudiosos, na sua maioria clínicos, terapeutas, médicos, etc., questionam a capacidade dos bibliotecários em administrar a biblioterapia.

Smith (1989) argumenta a fronteira ténue entre ajudar e arriscar em problemas emocionais profundos. Para Hynes (1987) deve haver treino profissional por parte dos praticantes. Por outro lado, Hendrickson (1988) aconselha cuidado relativamente à má interpretação dos sinais emocionais das crianças que podem provocar resultados desastrosos. Chatton (1998) contesta, apelando às diferentes reações que cada criança desenvolve no processo terapêutico.

Na biblioterapia «servir o utilizador» continua a ser o lema de atuação.

A função do bibliotecário, pela natureza da sua profissão, é prestar ajuda informacional, orientar, guiar na leitura.

Deixando de parte toda a faceta técnica que envolve as suas tarefas, destacamos as funções do bibliotecário: supervisionar e instruir a equipa de trabalho (Kinney, 1962; Moody, 1971), encorajar, reforçar as expectativas e dirigir a discussão (Schreur, 2006).

Uma das funções do bibliotecário passa pelo serviço de referência. As competências dos bibliotecários para a biblioterapia advêm do fato de a atividade profissional estar relacionada com informação.

As especificidades técnicas da profissão colocam-no numa vantagem em relação a outras profissões: o bibliotecário lida com todo o tipo de assuntos, principalmente quando se trata de uma biblioteca pública.

Sturm (2003) remete para a entrevista de referência como mais valia para a biblioterapia na medida em que há comunicação entre leitor e bibliotecário. O objetivo centra-se em o primeiro obter do segundo uma orientação, um *advise*.

Sturm informa o seguinte: «*The librarians' word for therapy is "referral"*» (2003, p. 177), sendo assim, numa tradução livre, o bibliotecário na atividade biblioterapêutica é um referenciador.

A FORMAÇÃO EM BIBLIOTERAPIA

Relativamente à formação e à acreditação, Kinney (1962) propõe o uso de programas curriculares que colmatem as falhas formativas e aponta para a criação de uma agência de acreditação que supervisione todo o processo de formação.

Considera que, embora os bibliotecários estejam preparados para a orientação da leitura, devem ter mais informação sobre o nível de leitura, um conhecimento profundo da questão da leitura, e também adquirir conhecimentos dos princípios da psicologia clínica. É fundamental saber avaliar o significado das respostas do leitor, adquirir competências do psicólogo para saber o estado clínico, capacidade e interesses do leitor.

A interdisciplinaridade é necessária na biblioterapia.

Autores como Kinney (1962) ou Morandi Balcunas (2008) defendem a importância da formação do bibliotecário na área da psiquiatria, psicologia, serviço social, educação e outras, para responder especificamente aos problemas que têm mãos. Catalano (2008) admite a interação disciplinar entre professores, bibliotecários e conselheiros escolares.

Rubin (1978) afirma que não há certificação da biblioterapia. Questiona sobre o que é que se deve ensinar, a quem e por quem.

Defende, ainda, que as bibliotecas e as universidades devam tomar o pulso a estas decisões e adianta « *since there are librarians and other professionals currently calling themselves bibliotherapists, or providing a service they call bibliotherapy, it is necessary to examine their job descriptions* » (Rubin, 1978, p.109-110), i.e., deverá proceder-se a uma classificação das funções de cada profissional nesta área.

Além disso, a autora opina sobre a interdisciplinaridade inerente à biblioterapia: por isso seria necessário a formação em programas especializados em biblioteconomia, psicologia, literatura e aconselhamento.

Em 2005, Pehrsson [*et al.*], em recomendações futuras para a biblioterapia, salienta a necessidade de implementação de um instrumento de avaliação da biblioterapia, linhas de orientação da biblioterapia e protocolos de intervenção em biblioterapia. Na conclusão das suas investigações, indica que a falta de preparação e formação dos praticantes de biblioterapia continua latente.

A EFICÁCIA DA BIBLIOTERAPIA: O QUE DIZEM OS ESTUDOS

Da vária bibliografia analisada para este artigo, um boa parte dela diz respeito a estudos de biblioterapia clínica. No entanto, programas de biblioterapia do desenvolvimento apresentam resultados muito positivos.

A população intervencionada engloba adultos, adolescentes e crianças (Ackerson

[*et al.*] 1998), (Lowe, 2009), (Mendes, 2008) incluindo o mais alargado leque de problemáticas desde a depressão, a autoestima, a hospitalização, os problemas sexuais, a fobia social, o bem-estar com a vida, etc., passíveis de serem tratadas ou minoradas com programas de biblioterapia como confirmam autores como Wilson [*et al.*] (2008), Carrasco Lluch (2008), Harvey (2010) ou Songprakun (2010).

Relativamente a um estudo de Chung [*et al.*] (2008) e de Hodgins [*et al.*] (2007) que não demonstram eficácia, podemos recorrer à meta-análise de Marrs (1995) para confirmar que há evidências de que a biblioterapia é efetiva na resolução de determinados problemas como a disfunção sexual ou a ansiedade, mas que poderá não ser eficaz noutros tipos de casos.

Na metodologia, os estudos utilizam uma abordagem quantitativa que inclui escalas, entrevistas, questionários, inquéritos e inventários, enquanto a abordagem qualitativa se socorre da observação e da análise de conteúdo.

De forma conclusiva podemos referir que a biblioterapia apresenta resultados bastante significativos no largo espectro das problemáticas da saúde e numa larga faixa etária. O cuidado com o Ser, em que a biblioterapia se configura, tem, de facto, muitas potencialidades para o ser humano e, quanto mais se aprofunda o conhecimento sobre esta área, maior compreensão se tem das possibilidades deste vasto campo ainda pouco explorado. Será de grande utilidade em situações em que as pessoas se sintam distantes do seu ambiente familiar, como em creches, orfanatos, escolas, prisões, hospitais, casas de repouso. Todos estes espaços são cenários possíveis para a biblioterapia colaborar no desenvolvimento do Ser.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ACKERSON, Joseph [*et al.*] – “Cognitive bibliotherapy for mild and moderate adolescent depressive symptomology”. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. ISSN 0022-006X. 66:4 (1998) 685-690.
- APODACA, Timothy; MILLER, William – “A meta-analysis of the effectiveness of bibliotherapy for alcohol problems”. *Journal of Clinical Psychology*. ISSN 0021-9762. 59:3 (2003) 289-304.
- BACHERT, Cristina; OLIVEIRA, Maria – “A orientação de conduta por meio da leitura e discussão de textos”. *Ciências & Cognição*. ISSN 1806-5821. 11 (2007) 110-119.
- BAHIANA, Neiva – “A utilização da biblioterapia no ensino superior como apoio para a autoajuda: implementação de projeto junto aos educandos em fase de processo monográfico”. *Revista Digital de Biblioteconomia e Ciência da Informação* [Em linha]. 7:1 (2009), 65-79. [Consultado em 25 fev. 2011]. Disponível em: http://www.sbu.unicamp.br/seet/ojs/index.php/sbu_rci/article/view/419. ISSN 1678-765X.
- BARTHES, Roland – *O Prazer do Texto precedido de Variações sobre a escrita*. Lisboa: Edições 70, 2009. ISBN 9789724413754.
- BETZALEL, Nurit; SCHETMAN, Zipora – “Bibliotherapy treatment for children with adjustment difficulties: a comparison of affective and cognitive bibliotherapy”. *Journal of Creativity in Mental Health*. ISSN 1540-1383. (2010) 426-439.

- BURNS, Liz – *Literature and therapy: a systemic view*. London: Karnac Books, 2009. ISBN 978-1-85575-594-9.
- BUWALDA, Femke; BOUMAN, Theo – “Cognitive-Behavioural Bibliotherapy for Hypochondriasis: a pilot study”. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*. ISSN 1352-4658. 37 (2009) 335-340.
- CALDIN, Clarice – “A leitura como função terapêutica: biblioterapia”. *Encontros Bibli: revista eletrônica de biblioteconomia e ciência da informação* [Em linha]. 6:1 (2001), 32-44. [Consult. 27 abr. 2011]. Disponível em <http://www.encontros-bibli.ufsc.br> ISSN 1518-2924.
- CALDIN, Clarice – *Biblioterapia: um cuidado com o Ser*. São Paulo: Porto das ideias, 2010. ISBN 978-85-60434-65-7.
- CARMO, Mário; DIAS, M. Carlos – *Introdução ao texto literário: noções de linguística e literariedade*. 12.ª ed. Lisboa: Didática Editora, 1989.
- CARRASCO LLUCH, Pilar – *Estudio del valor terapéutico de la literatura infantil en niños hospitalizados*. Murcia: Universidad de Murcia, 2008. [Tese de Doutorado]
- CATALANO, Amy – “Making a place for bibliotherapy on the shelves of a curriculum materials center: the case for helping preservice teachers to use developmental bibliotherapy in the classroom”. *Education Libraries: Children Resources*. ISSN 0957-9575. 31:1 (primavera 2008) 17-22.
- CERIBELLI, Carina [et al.] – “La mediación de la lectura como recurso de comunicación com niños hospitalizados”. *Revista Latino-americana de Enfermagem*. ISSN 0104-1169. 17:1 (jan./fev. 2009) 78-84.
- CHATTON, Barbara – “Apply with Caution: Bibliotherapy in the Library”. *Journal of Youth Services in Libraries*. ISSN 1541-4302. (primavera 1998) 334-338.
- CHUNG, Yu Sun ; KNOW, Jung-Hye – “The efficacy of bibliotherapy for social phobia”. *Brief Treatment and Crisis Intervention*. ISSN 1474-3329. 4:4 (novembro 2008) 390-401.
- CUIJPERS, Pieter – “Bibliotherapy in unipolar depression: a meta-analysis”. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*. ISSN 0005-7916. 28:2 (1997) 139-147.
- FEBBRARO, Greg – “An investigation into the effectiveness of bibliotherapy and minimal contact interventions in the treatment of panic attacks”. *Journal of Clinical Psychology*. ISSN 0021-9762. 61:6 (2005) 763-779.
- FLOYD, Mark – “Bibliotherapy as an adjunct to psychotherapy for depression in older adults”. *JCLP/In Session: Psychotherapy in Practice*. ISSN 1077-2413. 59:2 (2003) 187-95.
- GOLD, Joseph – *Read for your life: literature as a life support system*. 2nd ed. Markham: Fitzhenry & Whiteside, 2001. ISBN 9781550416251.
- GREGORY, Robert [et al.] – “Cognitive bibliotherapy for depression: a meta-analysis”. *Professional Psychology: Research and Practice*. ISSN 0735-7028. 35:3 (2004) 275-80.
- HARVEY, Pam – “Bibliotherapy use by teams in secondary colleges”. *Australian Journal of Teacher Education*. ISSN 0313-5373. 35:5 (2010) 29-39.
- HENDRICKSON, Linda – “The ‘Right’ Book for the Child in Distress”. *School Library Journal*. ISSN 0000-0035. (abril 1988) 40-41.
- HODGINS, David [et al.] – “Does providing extended relapse prevention bibliotherapy to problem gamblers improve outcome?”. *Journal of Gambling Studies*. ISSN 1573602. 23 (2007) 41-45.
- HYNES, Arleen [et al.] – “Bibliotherapy – the interactive process”. *Catholic Library World*. ISSN 0008-820X. 9 (janeiro/fevereiro 1987) 167-170.
- JONES, Jami – “A closer look at bibliotherapy”. *Young Adult Library Services*. ISSN 1541-4302. (outono 2006) 24-27.
- KARACAN, Nurten; GÜNERI, Oya – “The effect of self-esteem enrichment bibliocounseling program on the self-esteem of sixth grade students”. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. ISSN 1877-0428. 5 (2010) 318-322.
- KEMPENEERS, Philippe [et al.] – «Les outils bibliothérapeutiques: un adjuvant pour promouvoir la santé sexuelle de nos patients?». *Revue des Hôpitaux de Jour Psychiatriques et des Thérapies Institutionnelles*. ISSN 2112-6798. 12 (2010) 101-109.
- KINNEY, Margaret – “The bibliotherapy program: requirements for training”. *Library Trends*. ISSN 0024-2594. 11:2 (1962) 127-135.
- LIDREN, Donna [et al.] – “A comparison of bibliotherapy and group therapy in the treatment of panic disorder”. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. ISSN 0022-006X. 62:4 (1994) 865-869.
- LOWE, Danielle – “Helping children cope through literature”. *Forum on Public Policy*. ISSN 1938-9809. 1 (2009) 1-17.
- MALOUFF, John [et al.] – “The effectiveness of bibliotherapy in alleviating tinnitus-related distress”. *Journal of Psychosomatic Research*. ISSN 0022-3999. 68 (2010) 245-251.
- MARRS, Rick – “A meta-analysis of bibliotherapy studies”. *American Journal of Community Psychology*. ISSN 0091-0562. 23:6 (1995) 843-864.
- MENDES, Rosa - *A literatura e a biblioterapia para crianças com problemas de aprendizagem*. Porto: Universidade Portucalense, 2008. [Dissertação de Mestrado]
- MILLY, Jean – *Poétique des textes*. 2.ª ed. Paris: Éditions Nathan, 1992. ISBN 2091900508.
- MOODY, Mildred – “The library as a motivating factor”. *Library Trends*. ISSN 0024-2594. (1971) 127-135.
- MONTELLS MENDOZA, Zaida – *Bibliothérapie: expériences du secteur jeunesse de la bibliothèque provinciale “Julio Antonio Mella”*. [Em linha] World Library and Information Congress, 73, Durban, 2007. [Consult. 12 maio 2011]. Disponível em: <http://www.ifa.org/iv/ifa73/index.htm>
- MORANDI BALSUNAS, Valentina – *La logoterapia y la biblioterapia: descubriendo el sentido de la vida através de la lectura*. Montevideo: Instituto de Logoterapia del Uruguay “Viktor E. Frankl”, 2008. [Tese (Não especificada)].
- OUAKNIN, Marc-Alain – *Biblioterapia*. São Paulo: Edições Loyola, 1996. ISBN 85-15-01249-9.
- PARDECK, Jean – *Using Books in Clinical Social Work Practice: a guide to bibliotherapy*. New York: The Haworth Press, 1998. ISBN 0-7890-0430-5
- PEHRSSON, Dale – “A bibliotherapy evaluation tool: grounding counselors in the therapeutic use of literature”. *The Arts in Psychotherapy*. ISSN 0197-4556. 32 (2005) 47-59.
- REIS, Carlos – *Técnicas de análise textual: introdução à leitura crítica do texto literário*. 3.ª ed. rev. Coimbra: Livraria Almedina, 1981.
- ROSA, Aparecida – *As cartas de Ana Cristina César: uma contribuição para a Biblioterapia*. Três Corações: Universidade Vale do Rio Verde de Três Corações, 2006. [Tese de Mestrado]
- RUBIN, Rhea Joyce – *Using Bibliotherapy: a guide to theory and practice*. Phoenix: Oryx Press, 1978. ISBN 0-912700-07-6.
- RUBIN, Rhea Joyce – “Uses of bibliotherapy in response to the 1970s”. *Library Trends*. ISSN 0024-2594. (outono 1979) 239-252.
- SCHREUR, Greg – “Using bibliotherapy with suspended students”. *Reclaiming Children and Youth*. ISSN 1089-5701. 15:2 (verão 2006) 106-111.
- SMITH, Alice – “Will the real bibliotherapist please stand up?” *Journal of Youth Services in Libraries*. ISSN 1541-4302. (primavera 1989) 241-249.
- SONGPRAKUN, Wallapa - *Evaluation of a cognitive behavioural bibliotherapy self-help intervention program on the promotion of resilience in individuals with depression*. Melbourne: Victoria University, 2010. [Tese de Doutorado]
- STAMPS, Lisa – “Bibliotherapy: how books can help students cope with concerns and conflicts”. *The Delta Kappa Gamma Bulletin*. ISSN 0011-8044. (outono 2003) 25-29.
- STURM, Brian – “Reader’s advisory and bibliotherapy: helping or healing?” *Journal of Educational Media & Library Sciences*. ISSN 1013-090X. 41: 2 (dezembro 2003) 171-179.
- TRINDADE, Leandro – *Biblioterapia e as bibliotecas de estabelecimentos prisionais: conceitos, objetivos e atribuições*. Brasília: Universidade de Brasília, 2009. [Dissertação de Bacharelato]
- WILSON, Sue ; THORNTON, Steve – “The factor that makes us more effective teachers: two preservice primaryteachers’ experience of bibliotherapy”. *Mathematics Teacher Education and Development*. ISSN 1442-3901. 9 (2008) 21-35.
- WORLD LIBRARY AND INFORMATION CONGRESS: IFLA General Conference and Council, 73, Durban, 2007. [Em linha]. [Consult. 12 maio. 2011]. Disponível em: <http://www.ifa.org/iv/ifa73/index.htm>
- ZUNSHINE, Lisa – *Why we read fiction: theory of mind and the novel*. Columbus: Ohio State University Press, 2006. ISBN 0-8142-1028-7.