

Čitateljski klub „Preobražaj“ za osobe sa psihosocijalnim poteškoćama / Preobražaj reading club for persons with psychosocial difficulties

Iva Turina, knjižničarka

Gradska knjižnica i čitaonica Pula

iva.turina@gkc-pula.hr

Oriana Španić, medicinska sestra

Opća bolnica Pula, Odjel za psihijatriju

orianaspanic@gmail.com

Stručni rad / Professional paper

Sažetak

Uloga narodnih knjižnica u 21. stoljeću se promijenila. Osim što bi knjižnice trebale osigurati svim građanima jednak pristup znanju, informacijama i knjižničnim uslugama, one su i prostor susreta, druženja i inspiracija. U knjižnicama su se pojavili čitateljski klubovi kao idealni književni kružoci na kojima se mogu izmjenjivati osobni doživljaji knjiga. Uz pojavu čitateljskih klubova veže se i biblioterapija, tj. liječenje književnošću. U ovom će radu biti predstavljen rad Čitateljskog kluba za osobe sa psihosocijalnim poteškoćama „Preobražaj“.

Ključne riječi: biblioterapija, čitanje, duševne smetnje, inkluzija, psihosocijalne teškoće

Abstract

The role of public libraries has changed in the 21st century. Apart from the fact that libraries should provide all citizens with equal access to knowledge, information, and library services, they are also a place for meeting, socializing, and inspiration. In library circles, reading clubs appeared as ideal literary circles where personal experiences of books can be exchanged. Bibliotherapy, i.e. treatment with literature, is also associated with the emergence of reading clubs. In this paper, the activities of the Preobražaj (Engl. *Transformation*) reading club for persons with psychosocial difficulties will be presented.

Keywords: bibliotherapy, inclusion, mental disorders, psychosocial difficulties, reading

1. Uvod

Društvo i inkluzija osoba s poteškoćama važan su aspekt pristupa ljudskim pravima i društvenim jednakostima. Inkluzija, kao proces prihvatanja i uvažavanja različitosti, teži ravnopravnosti svih članova zajednice. S ciljem uključivanja ciljane skupine u društvo u

Gradskoj knjižnici i čitaonici Pula osnovan je Čitateljski klub „Preobražaj“ za osobe sa psihosocijalnim poteškoćama. Čitateljski klub „Preobražaj“ mjesto je u kojem čitanje i razgovor o knjigama postaju alati za promjenu, socijalizaciju i jačanje osjećaja pripadnosti zajednici. Članovi kluba razmjenjuju misli, izražavaju emocije i pronalaze snagu u književnosti, a ljepota pisane riječi može pridonijeti procesu psihosocijalne podrške.

1. 1. Čitateljski klub

Čitateljski klubovi pokazali su se kao efikasan način za razvijanje čitateljskih zajednica koje smanjuju izolaciju, potiču na druženje i razmjenu, osnažuju ljubav prema čitanju, jačaju čitateljske i komunikacijske vještine (Bašić, 2014: 7). Namijenjeni su svima onima koji su zainteresirani za druženje, razmjenu čitateljskih iskustava, promišljanje o pročitanoj, kao i promišljanja o važnosti književnosti u našem društvu. Ova aktivnost, osim što promiče čitanje i ljubav prema knjigama, pomaže u stvaranju zajednice, potiče socijalizaciju i jača međusobne odnose među članovima. Za osobe sa psihosocijalnim poteškoćama čitateljski klubovi posebno su značajni. Sudjelovanjem u aktivnostima čitateljskog kluba razvijaju se osjećaj pripadnosti i sigurnosti te komunikacijske vještine. Čitanjem i analizom književnih djela članovi istražuju svoje emocije i iskustva.

1. 2. Što je biblioterapija?

Biblioterapija je oblik terapije koji koristi književna djela kao sredstvo za poticanje emocionalnog i mentalnog zdravlja. Termin biblioterapija proizlazi iz grčke riječi *biblion* (knjiga) i *therapeia* (liječenje) (Bašić, 2011: 15). Podrazumijeva knjižnicu kao mjesto rada i suradnju tima knjižničara i terapeuta. Poetska biblioterapija može se provoditi u svim institucijama koje odražavaju fizičko i psihičko zdravlje čovjeka (Bašić, 2011: 15). Može uključivati različite pristupe, od čitanja i analize književnih tekstova i misli do razgovora. Knjige se koriste kao alati za izražavanje i razumijevanje osobnih iskustava, a to može biti od velike pomoći osobama sa psihosocijalnim poteškoćama. Biblioterapija omogućuje identifikaciju s likovima i situacijama u knjigama, što može izazvati osjećaj razumijevanja i prihvatanja. Čitajući o likovima koji prolaze kroz slične izazove, članovi čitateljskog kluba mogu se prepoznati u tim situacijama. Vođenim čitanjem dovodi se do rješavanja osobnih problema (Bašić, 2011: 15). Knjige pomažu čitatelju objasniti sebe, prepoznati svoje vrijednosti, sklonosti, naći rješenja za neke situacije ili probleme (Sabljak, 2022: 3). Biblioterapija potiče razvoj empatije i razumijevanje prema drugima, što može doprinijeti i razvoju socijalnih vještina. Razvoj jezika bitno utječe na razvoj brojnih drugih čovjekovih sposobnosti (Peti-Stantić i Velički, 2009: 5).

2. Čitateljski klub „Preobražaj“

Prema Konvenciji o pravima osoba s invaliditetom (Konvencija o pravima osoba s invaliditetom, 2018: 9) osobe s invaliditetom su one osobe koje imaju dugotrajna tjelesna, mentalna, intelektualna ili osjetilna oštećenja koja u interakciji s različitim preprekama mogu sprječavati njihovo puno i učinkovito sudjelovanje u društvu ravnopravno s drugima.

Mentalna oštećenja su prema Zakonu o zaštiti osoba s duševnim smetnjama (NN 76/2014) definirana kao duševne smetnje, a izražavaju se promjenama u ponašanju i u reakcijama, za koje je, na temelju medicinske, psihologijske, socijalno-pedagoške i socijalne ekspertize utvrđeno da su nastali kao posljedica organskih čimbenika ili psihoze raznih etiologija (Dadić et al., 2018: 66).

Shizofrenija najčešće počinje postupno, tako da često ni okolina ni bolesnik nisu svjesni postupnog mijenjanja ponašanja bolesnika (Karlovi, Peitl i Silić, 2019: 41). Još se sasvim pouzdano ne zna što je shizofrenija. Lakše je govoriti o simptomima koji se javljaju, premda ne postoji suglasnost ni oko toga. U medicinskoj psihijatriji prevladava stav da je shizofrenija teška duševna bolest koja je posljedica poremećenog funkcioniranja mozga i koja dovodi do poremećaja važnih psihičkih funkcija i ponašanja s izraženim oštećenjem socijalnog, radnog i obiteljskog funkcioniranja. Nadalje, smatra se da je shizofrenija u medicinskom smislu primarno neurokognitivni ili neurobiološki poremećaj, no ona je mnogo više od toga jer pogađa sve dimenzije čovjekova bitka i postojanja. Osim što dovodi do značajnih promjena i oštećenja kognitivnih funkcija (gubitak koncentracije, brzina procesiranja informacija, uz siromaštvo govora), shizofrenija značajno mijenja volju, vrijednosni sustav, emocionalnu ekspresiju i ponašanje oboljelih osoba (Jakovljević, 2011).

Poznato je da čitanje utječe na razvoj jezičnih sposobnosti, kao što su pisanje, slušanje i govor, jer u cijelosti razvija komunikacijske sposobnosti. Čitanje je kognitivna, društvena i kulturna aktivnost. Treba ga nesumnjivo smatrati jednom od osnovnih kompetencija koja svakom pojedincu omogućuje kvalitetan život.

Čitateljski klub „Preobražaj“ pokrenut je 25. listopada 2022. godine u svrhu inkluzije ciljanih skupina i osiguravanja pristupačnosti knjižničnih usluga svima. Provodi ga Udruga Žuta minuta u suradnji s Gradskom knjižnicom i čitaonicom Pula i Općom bolnicom Pula uz financijsku potporu Ministarstva kulture i medija Republike Hrvatske. Polaznici su osobe s dijagnozom shizofrenije. Održava se posljednjeg utorka u mjesecu u Gradskoj knjižnici i čitaonici Pula. Čitateljski klub vode Oriana Španić, medicinska sestra s Odjela za psihijatriju pulske Opće bolnice, koja provodi socijalnu terapiju, i knjižničarka Iva Turina. Provodeći socijalnu terapiju, medicinska sestra s korisnicima izlazi izvan institucije, s njima odlazi u grad, sudjeluje u različitim aktivnostima, kao što su odlazak u kino, knjižnicu, kazalište i na izložbe.

Program Čitateljskog kluba podijeljen je u dva dijela. U prvom se čita kratak tekst da bi se poboljšala tehnika čitanja. Svi članovi imaju isto djelo i čitaju ga naizmjenično, uvijek prateći dio teksta koji u tom trenutku čita netko drugi. Nakon pročitaneog razgovara se o tekstu ne bi li se potaknulo na promišljanje o pročitanoj i izražavanje. Na ovaj se način olakšava

usmjeravanje i održavanje pažnje te obogaćuje vokabular. Drugi dio odnosi se na pisanje. Odabrani motivi povezuju se s onim što se prethodno čitalo.

Biblioterapija zahtijeva strogu kontrolu i suradnju sa zdravstvenim djelatnicima koji brinu o zdravlju korisnika. Medicinska sestra Španić suvoditeljica je Čitateljskog kluba, ima vrijedno umjetničko i pripovjedačko iskustvo: bila je članica forum-kazališta koje spada u skupinu tehnika koja se naziva „kazalište potlačenih“, polaznica je Dramskog studija i Plesnog studija za odrasle u Istarskom narodnom kazalištu, vodila je radijske i televizijske emisije za osobe oboljele od cerebralne paralize, pisala je crtice za „Glas Istre“, polazi Prvi hrvatski studij pripovijedanja, dobitnica je nagrade struke, županije, autorica je jedinstvenog socioterapijskog programa za osobe sa psihosocijalnim teškoćama prepoznatog i priznatog od strane pravobraniteljice za osobe s invaliditetom. Na temelju svog iskustva bira priče za koje misli da mogu imati terapijski učinak. Kada ona odobri tekstove i zadatke za sastanak Čitateljskog kluba, kreće realizacija.

Pri izboru teksta biraju se jezično lagana štiva što olakšava njihovo čitanje i razumijevanje (poezija, kratke priče, basne, putopisi, odlomci romana, zagonetke), a nakon čitanja slijedi razgovor o pročitanoj. Sudionici se potiče na čitanje u slobodno vrijeme, unaprjeđuju se tehnike čitanja, vođenim čitanjem osnažuje se kritičko mišljenje, što podiže razinu samopouzdanja i samopoštovanja. Uz čitanje, razgovor je izuzetno važan jer potiče i pomaže članovima Čitateljskog kluba da lakše izraze ono što osjećaju i misle. Čitanje utječe na razvoj jezičnih sposobnosti, kao što su pisanje, slušanje i govor, jer u potpunosti razvija komunikacijske sposobnosti. Važan dio druženja čini i pisanje kratkog teksta koji je povezan s temom pročitanoj. Na taj se način razvija i grafomotorika.

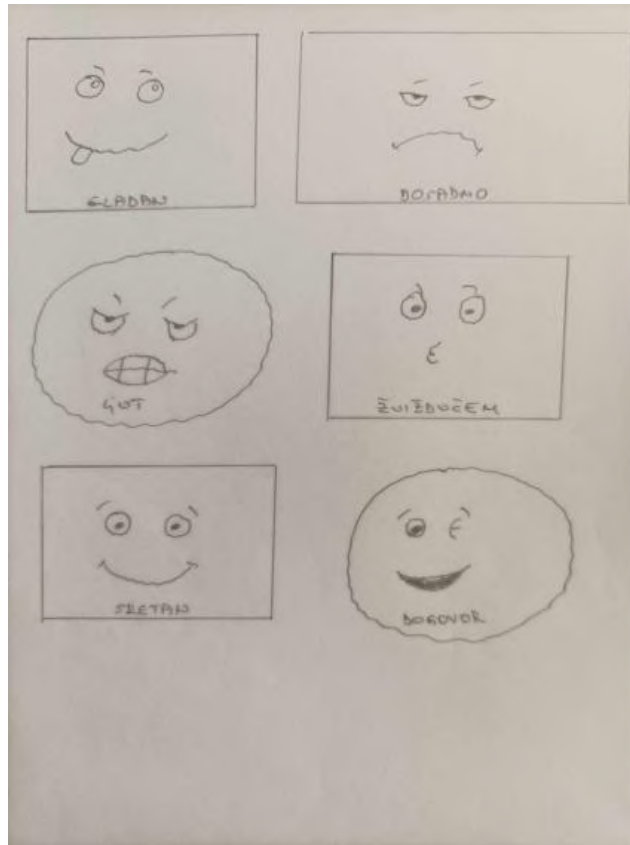
Projekt se bazira na potrebama korisnika i usmjeren je na poboljšanje njihove kvalitete života. Glavni je cilj ovog programa pojačavanje kognitivnih sposobnosti kroz aktivnosti povezane s čitanjem. U prvom planu je terapijska funkcija književnosti kroz čitanje i pisanje. Usvajanje vještina pisanja i čitanja jača komunikacijske vještine, osobito vještine slušanja i govorenja. Uz čitanje, važan je i razgovor jer potiče i pomaže ljudima da lakše izraze ono što osjećaju i misle.

2. 1. Primjeri aktivnosti održanih u okviru sastanaka Čitateljskog kluba „Preobražaj“

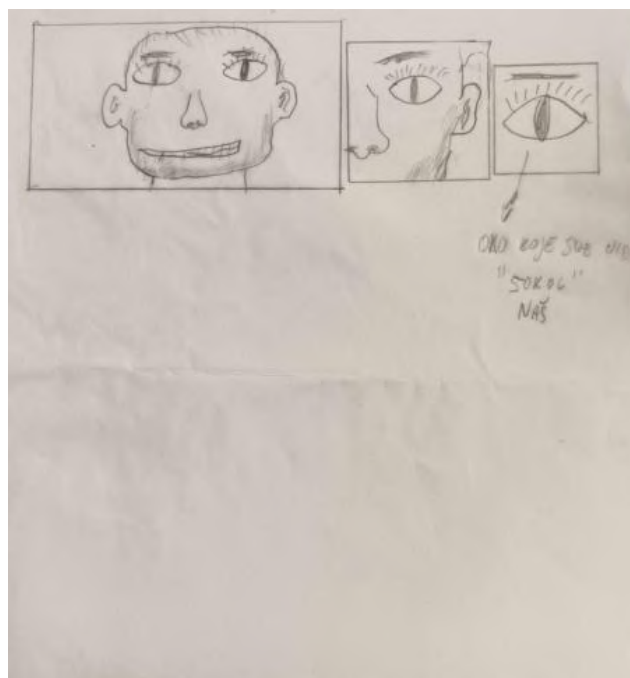
Radionica stripa

Tijekom druge godine održavanja Čitateljskog kluba (2023./2024.), uz čitanje i pisanje, održana je i kratka radionica stripa. Radionica je bila koncipirana tako da su se polaznici u uvodnom dijelu upoznali s kratkom poviješću stripa i klasicima („Zagor“, „Tex“, „Alan Ford“, „Ken Parker“, „Dylan Dog“ i dr.), a zatim su sami morali nacrtati okvire u koje su crtali likove koji su izražavali određene emocije i okvire u koje su crtali radnju u tri okvira (otvaranje oka, izlazak Sunca, otvaranje cvijeta, skok mačke na stolicu...).

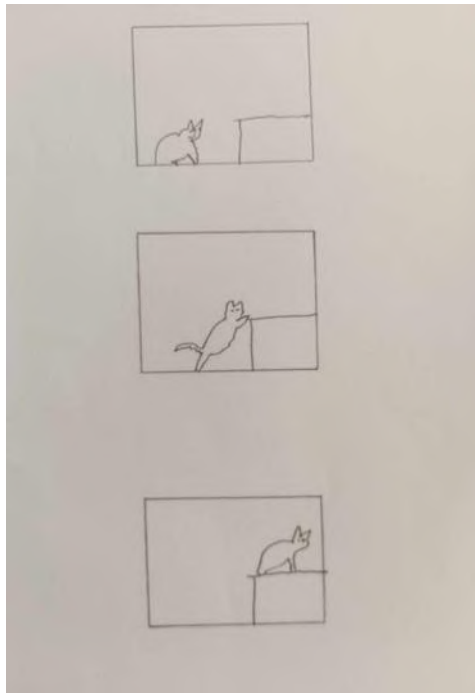
Aktivnim sudjelovanjem u crtanju stripa razvija se grafomotorika.



Slika 1. Crtanje likova koji izražavaju određene emocije



Slika 2. Crtanje radnje u tri okvira



Slika 3. Crtanje radnje u tri okvira

Kocke pričalice

Set se sastoji od 10 kocaka koje imaju ilustracije na svakoj strani. Kocke pričalice imaju slike junaka, biljaka, životinja, raznih predmeta, vremenskih prilika, prijevoznih sredstava, likova iz priča i svakodnevnog života, što omogućuje stvaranje neobičnih priča. Svatko je bacao kockice i na temelju dobivenih slika morao napisati kratku priču i nacrtati strip.

Kockama pričalicama razvijaju se mašta, kreativnost, bogati rječnik, povezuju uzročno-posljedične veze te razvija grafomotorika.



Slika 4. Pisanje kratkog teksta i crtanje stripa

Helen Keller: „Optimizam“

Odabran je ulomak nadahnjujuće knjige poznate američke književnice i aktivistice Helen Keller, žene snažne volje koja je probila granice svoga unutrašnjeg svijeta i postigla veliki uspjeh neovisno o tome što je bila slijepa, gluha i nijema. Odabrana je upravo ova knjiga jer

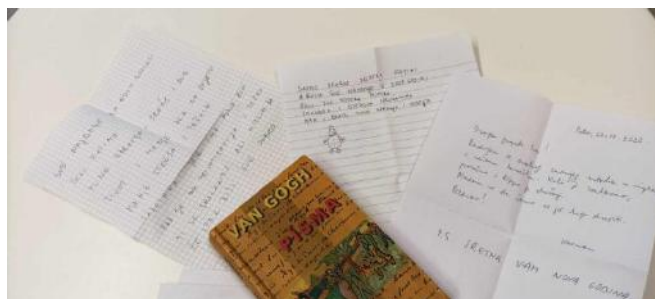
potiče pozitivan stav prema životu. Nakon pročitane ulomka razgovaralo se o životu, pozitivnom stavu, što nas motivira da idemo iz dana u dan, na čemu smo zahvalni i kako prepreke ne trebaju biti mjesto zaustavljanja.

Ovom aktivnošću potiču se aktivno slušanje i govorenje, čitanje s razumijevanjem te ovladavanje značenjem riječi.

Vincent van Gogh: „Pisma“

Susret je bio posvećen pismu. Polaznici su pročitali dva ulomka iz knjige Vincenta van Gogha „Pisma“ i nakon pročitane razgovaralo se o ulomcima. Drugi dio druženja bio je predviđen za pisanje pisma sebi ili nekome drugome.

Čitanjem ulomaka, razgovaranjem o pročitane i pisanjem teksta poticalo se govorenje i razvijanje perceptivne sposobnosti.



Slika 5. Pisanje pisma

Davor Rostuhar: „U zemlji zmaja“

Za jedno od druženja odabran je putopis o Butanu Davora Rostuhara. Putopis je napisan kao poezija u prozi. Polaznici su pročitali dvije priče „Zemlja sreće“ i „Recept za sreću“ i usporedili ih s našim običajima vezanima uz sreću. Nakon razgovora polaznici su dobili zadatak napisati kratak putopis o svom putu od kuće do knjižnice, o putu na neko lijepo mjesto, o odlasku na more.

Ovom aktivnošću potiče se pisanje priče, opisivanje, razvija perceptivna sposobnost, kao i sposobnost zamišljanja i prezentiranja.



Slika 6. Pisanje putopisa

Pip William: „Rječnik izgubljenih riječi“

Na susretu se čitao ulomak o sastavljanju prvog izdanja „Oksfordskog rječnika engleskog jezika“. Nakon pročitane ulomka razgovaralo se o njegovoj važnosti. Podijeljena su slova i svatko je morao napisati riječi koje počinju tim slovom.

Zadatak razvija koncentraciju i pamćenje.



Slika 7. Pisanje riječi koje počinju izvučenim slovom

Arnold Schwarzenegger: „Budi koristan“

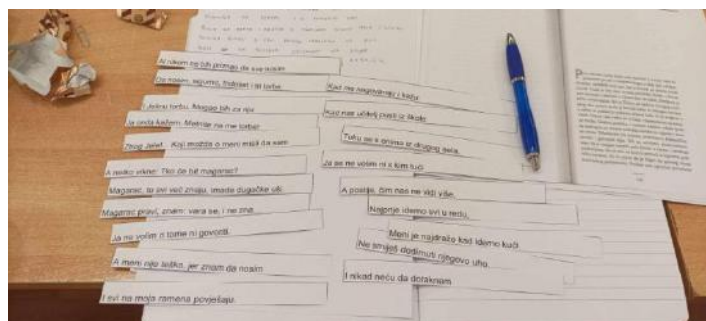
Na susretu se čitao ulomak iz autobiografije legendarnog bodibildera i filmske zvijezde Arnolda Schwarzeneggera. Njegova autobiografija je nadahnjujuća jer govori o putu do uspjeha i ispunjenju snova. Put nije bio lak, no nakon padova dolazili su uspjesi jer je učio na greškama.

Nakon razgovora o njegovom životu svatko je morao napisati kratku autobiografiju ili biografiju.

Sastavi pjesmu na pravi način

Članovi kluba dobili su pomiješane stihove pjesme Dragutina Tadijanovića „Nosim sve torbe a nisam magarac“ i morali su sastaviti stihove kako misle da je pjesma napisana.

Ovom aktivnošću potiču se pisanje priče, opisivanje, sposobnost zamišljanja i prezentiranja.



Slika 8. Sastavljanje rastavljenih stihova

Igre riječima

Članovi kluba iz kupa su izvlačili po osam ceduljica na kojima su bile napisane emocije. Za svaku emociju morali su napisati trenutak u kojem su ih osjećali. Neke od zadanih emocija bile su: sretno, živo, pozitivno, smireno, snažno, opušteno, slobodno, skladno, empatično, tolerantno, ugodno, komotno, pristupačno, otvoreno, pažljivo, strastveno, obzirno, nježno...



Slika 9. Povezivanje emocije s trenutkom kad se ona pojavila

Pričovsivjet

Pričovsivjet je serija karata namijenjenih vježbanju pripovjedačkih sposobnosti i buđenju mašte. Svatko je izvukao kartu i morao reći što ona za njega znači.

Ovom aktivnošću potiče se pisanje priče, opisivanje, razvija perceptivna sposobnost, sposobnost zamišljanja i prezentiranja.

3. Zaključak

Aktivnosti Čitateljskog kluba „Preobražaj“ osobama sa psihosocijalnim poteškoćama omogućuju bolju integraciju u društvo. Upoznavanjem nove okoline smanjuje se njihova društvena izoliranost. Knjižnica tako izlazi iz svojih okvira i ulazi u zajednicu na konkretan način programom koji je prije svega vrlo koristan zajednici u cjelini. Druženjem s polaznicima kluba upoznaju se tople i iskrene osobe kojima lijepa riječ, pažnja i razgovor mnogo znače. Samoprocjena (verbalna skala kvalitete života oboljelih od shizofrenije) pokazala je promjene, od prvog susreta do zadnjeg, u pažnji, socijalnim i komunikacijskim vještinama, radnom pamćenju, a samim time i samopouzdanju članova Čitateljskog kluba.

Voditeljice programa Čitateljskog kluba „Preobražaj“ 2024. godine dobile su nagradu Ponos Hrvatske koja se svake godine dodjeljuje osobama ili grupama koje su svojim djelima pokazale hrabrost, požrtvovnost, humanost ili nesebičnost (Foriš, 2024).

Literatura

1. Bašić, I. (2011) Biblioterapija i poetska terapija: priručnik za početnike. Zagreb: Balans centar.
2. Bašić, I. (2014) O čitateljskim grupama: metodički priručnik s primjerima dobre prakse. Zagreb: Balans centar za logopediju i biblioterapiju.
3. Bušljeta Kardum, R. i Piskač, D. (2018) Literarna biblioterapija u nastavi književnosti: sveučilišni priručnik za nastavnike. Zagreb: Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu.
4. Dadić, M., et al. (2018). Definiranje pojmova invaliditet i osoba s invaliditetom. *Hrana u zdravlju i bolesti*, Specijalno izdanje(10. Štamparovi dani), str. 64–66. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/218629> [25.11.2024.]
5. Foriš, I. (2024) „Puležanke Iva i Oriana ponos su Hrvatske! Donosimo intervju s nesebičnim i inovativnim ženama iz Istre“, *Istraln*, 25. 11. Dostupno na: <https://www.istrain.hr/index.php/ostalo-arhiva/115-life-style/51898-pulezanke-iva-i-oriana-ponos-su-hrvatske-donosimo-intervju-s-nesebicnim-i-inovativnim-zenama-iz-istre> [26.11.2024.]
6. Jakovljević, M. (2011) Shizofrenija: u teoriji i praksi. Zagreb: Pro Mente. Dostupno na: <https://www.croris.hr/crosbi/publikacija/knjiga/12607> [26.11.2024.]
7. Karlović, D., Peitl, V. i Silić, A. (2019) Shizofrenije. Zagreb: Klinički bolnički centar "Sestre milosrdnice"; Jastrebarsko: Naklada Slap.
8. Konvencija o pravima osoba s invaliditetom: članak 12: Jednakost pred zakonom (2018). Zagreb: Udruga za samozastupanje. Dostupno na: https://www.soih.hr/pdf/soih_editio ns/kun_o_pravima_osi.pdf [21.11.2024.]
9. Peti-Stantić, A. i Velički V. (2009) Jezične igre za velike i male. 2. izd. Zagreb: Alfa.
10. Sabljak, Lj. (2022) Knjiga i kako je čitati: priručnik za vođeno čitanje (biblioterapiju). Zagreb: Medicinska naklada.
11. Zakon o zaštiti osoba s duševnim smetnjama (2014) Narodne novine 76, 1414. Dostupno na: https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2014_06_76_1414.html [25.11.2024.]