

# Biblioterapija onkologiniams ligoniams ir jų artimiesiems

Daiva Janavičienė

Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka

**Santrauka.** Onkologinėmis ligomis sergantys asmenys patiria sunkių sveikatos sutrikimų ir dėl to kylančių emocinių bei psichologinių problemų. Jiems reikalingas ne tik medicininis gydymas, bet ir emocinė / psichologinė parama. Vienas iš galimų paramos būdų – biblioterapija.

Suformuota samprata remiasi slaugos, socialinio darbo ir bibliotekinių teorijomis. Biblioterapijos paslauga onkologiniams ligoniams gali būti teikiama pirminės sveikatos priežiūros institucijose arba viešosiose bibliotekose. Paslaugos organizavimas bibliotekose turi remtis bendradarbiavimu su medikais. Identifikuotos biblioterapijos paslaugos formos: didaktinė / informavimo biblioterapija (rekomenduojamos literatūros sąrašai), asmenybės vystymo biblioterapija (skaitymo organizavimo paslaugos viešosiose bibliotekose); skaitymo grupės (klubai) – organizuojami viešosiose bibliotekose arba emocinę / psichologinę paramą organizuojančiose institucijose. Lietuvos bibliotekose organizuojama nemažai skaitytojų klubų su biblioterapijos elementais, nustatyta ir tikslinei (onkologinių ligonių) grupei skirta analogiška paslauga. Tikslinės klubo auditorijos įvardijimas gali traumuoti ligonius – potencialius paslaugos gavėjus. Kita vertus, tikslinės paslaugos grupės įvardijimas įgalina geresnę informacijos sklaidą ir geresnes galimybes ją pasinaudoti būtent ligoniams. Būtinai bendradarbiavimas tarp institucijų, sudarantis sąlygas pacientams sužinoti apie biblioterapiją ir geriau pasitikėti teikiama paslauga.

**Tyrimo tikslas** – suformuoti biblioterapijos onkologiniams ligoniams sampratą, išskiriant, kokias paramos formas gali teikti viešosios bibliotekos, bendradarbiaudamos su slaugos ir/arba socialinio darbo specialistais. Siekiama identifikuoti šiuo metu taikomas biblioterapijos formas ir pateikti rekomendacijas ketinantiems biblioterapijos taikymu prisidėti prie emocinės paramos ir pagalbos onkologiniams ligoniams organizavimo.

**Tyrimo metodas.** Tikslinė organizuojamų biblioterapijos paslaugų bibliotekose informacijos paieška internete ir mokslinėse duomenų bazėse EBSCO Publishing, Emerald Management eJournals Collection (naudojant Lietuvos nacionalinės Martyno Mažvydo bibliotekos prieigą); anketinės apklausos metodas.

**Reikšminiai žodžiai:** pagalba skaitant; asmenybės vystymo biblioterapija, skaitymo rekomendacijos, bibliotekų paslaugos, skaitymo klubai, biblioterapija sveikatos priežiūros institucijose.

## Bibliotherapy for Cancer Patients and Their Families

**Abstract.** Cancer patients experience severe health issues and the resulting emotional and psychological complications; therefore, in addition to medical treatment, they also need emotional/psychological support. Bibliotherapy is one of the possible ways of support. The study is aimed at developing a concept of bibliotherapy for cancer patients and providing practical recommendations for service organizers. It uses a targeted information search on bibliotherapy services in Lithuanian public libraries and a questionnaire survey. The concept of bibliotherapy is based on the theories of nursing, social work and library of science. Bibliotherapy services for cancer patients can be provided in primary health care settings or public libraries. The bibliotherapy service in libraries must be conducted in cooperation with medical professionals. The bibliotherapy service, which can be didactic/informative bibliotherapy (recommended reading lists), personal development bibliotherapy (reading services in public libraries), and reading groups (clubs), can be organized in public libraries or in institutions that provide emotional/psychological support. A number of reading clubs with elements of bibliotherapy have been introduced in Lithuanian libraries. A similar service has been identified for a target group, i.e., cancer patients. On the one hand, naming the target audience of the club may traumatize the potential beneficiaries of the service, and on the other hand, it allows for better dissemination of information and better access for patients. Cooperation between institutions is needed to enable patients to learn about bibliotherapy and to have more confidence in the service.

**Keywords:** Reading therapy, Rehabilitation and personal development bibliotherapy, Book recommendations, Library services, Reading clubs, Bibliotherapy in healthcare institutions.

## Įvadas

Visuomenės sveikatos specialistų teigimu, „pagrindinės mirčių priežastys [Lietuvoje] yra lėtinės neinfekcinės kraujotakos sistemos bei onkologinės ligos [1]. Mūsų šalyje yra socialinių institucijų, susikūrusių ir tikslingai siekiančių teikti emocinę paramą ir pagalbą onkologiniams ligoniams. Daugeliui žinoma pagalba onkologiniams ligoniams asociacija (POLA)<sup>1</sup> turi būstines Vilniuje ir Kaune. Klaipėdoje ir visame Vakarų

<sup>1</sup> <https://pola.lt/>

Lietuvos regione paramą onkologiniams ligoniams ir jų artimiesiems teikia šv. Pranciškaus onkologijos centras<sup>2</sup>. Jis organizuoja ir biblioterapijos paslaugas<sup>3</sup>. Tačiau moksle nėra plačiai diskutuojama apie emocinės paramos / psichologinės pagalbos teikimą onkologiniams ligoniams problemą ir galimus jos sprendimo būdus, šis tyrimas šiek tiek užpildo esamą spragą. Tai pagrindžia tyrimo aktualumą ir naujumą.

## Biblioterapijos onkologiniams ligoniams samprata

Emocinės paramos reikšmę globaliai patyrėme COVID-19 pandemijos metu. Emocinė parama ir psichosocialinė pagalba ypač aktuali ilgalaikę psichologinę įtampą išgyvenantiems asmenims. Atlikus paiešką lietuviškoje mokslo duomenų bazėje „Lituanistika“, aptikta keletas mokslo darbų emocinės paramos problematikos klausimu (svarbiausi iš jų – susiję su emocine parama savižudžių artimiesiems [2] ir emocine parama studentams, diegiant į studentą orientuotas studijas [3]). V. Kondratavičienės ir L. Vendzelienės atliktas tyrimas skirtas onkologinių ligonių psichosocialinei pagalbai, kurią teikia socialinis darbuotojas. Anot autorių, „Socialinis darbuotojas yra tarsi atspirties taškas, norint susivokti bei prisitaikyti prie gyvenimo pokyčių; [jis] teikia specialiąsias socialines paslaugas, kurių pagrindą sudaro psichosocialinė pagalba, intensyvių krizių įveikimo pagalba“ [4, p. 100].

Anot mokslininkų W. Czernianin, H. Czernianin, K. Chatzipentidis, biblioterapija yra metodas, skirtas padėti įveikti psichinės sveikatos sutrikimus, tame tarpe ir atsiradusius dėl lėtinių ligų [5, p. 92]. Jungtinės Karalystės tyrėja M. Wideman biblioterapiją vadina universaliu metodu teikiant pagalbą psichinės sveikatos problemoms spręsti, kuomet pasitelkiamas tekstas ir gilinamasi į jį [6]. Anot tyrėjos, XXI amžiuje biblioterapija pasitelkiama siekiant socialinės ir emocinės gerovės.

Tarptautinėje bibliotekų asociacijų ir institucijų federacijoje (*International Federation of Library Associations*, toliau IFLA) viena pirmųjų įkurtų veiklos grupių (1931 m.) buvo Neįgaliųjų aptarnavimo bibliotekose sekcija.<sup>4</sup> Joje sukurtos dvi pagrindinės veiklos kryptys: 1) inicijuoti bibliotekinių paslaugų teikimą ligoninių stacionaruose ilgą laiką esantiems ligoniams; 2) vystyti biblioterapiją, tai yra knygų ir skaitymo naudojimą siekiant geresnių medicininio gydymo rezultatų [7]. XX amžiuje minėtos IFLA sekcijos vienas pagrindinių tikslų buvo siekis medicinos bibliotekose inicijuoti ir viešųjų bibliotekų paslaugas, teikiamas ilgalaikiams ligoniams ir medicinos darbuotojams (grožinės literatūros kaupimas ir skolinimas, kultūrinių renginių organizavimas ir pan.). XXI amžiuje viešosios bibliotekos stengiasi aptarnauti kuo platesnį skaitytojų ratą, siekiant integruoti skirtingas bendruomenes, tame tarpe ir sergančiuosius lėtinėmis ligomis, turinčius įvairių psichikos sveikatos sutrikimų ar susidūrusius su emocinėmis krizėmis. L. Brewster viešąsias bibliotekas įvardija „terapije aplinka“, čia gali ateiti visi norintieji, turintys skirtingą žinių lygį, ir kartu dalyvauti neformaliajame ugdyme – tai ir sudaro sąlygas čia vyksti biblioterapijai [8, p. 15].

Anot M. Wideman, bibliotekos gali pasiūlyti įvairių biblioterapijai priskiriamų paslaugų – nuo individualus asmeninio konsultavimo, pasirenkant literatūrą, iki skaitymo grupių (klubo) sukūrimo. Siekdamas aptarnauti kuo platesnį skaitytojų ratą, organizuodamos biblioterapijos užsiėmimus viešosios bibliotekos turi bendradarbiauti su slaugos specialistais. Kurdami paslaugas, pirmiausia turi atsižvelgti į vartotojų poreikius [6, p. 3 (ii)]. Kita vertus, minėta autorė nurodo, kad biblioterapija bibliotekose gali būti: 1) tikslingai įvardijama ir organizuojama (kaip parama kenčiantiems dėl psichikos sveikatos sutrikimų) arba 2) atsitiktinė – netiesioginė, kai vengiama ženklinti / įvardyti tokią pagalbą galinčias suteikti knygas, praktikas ir žmones [6, p. 60].

<sup>2</sup> <https://www.onkocentras.lt/>

<sup>3</sup> <https://www.onkocentras.lt/category/biblioterapija/>

<sup>4</sup> Ji paskui pervadinta į „Bibliotekų paslaugų turintiems specialiujų poreikių asmenims“ sekciją. Jos veikla įgavo kitą kryptį, apimant ne tik ligonius, bet ir neįgaliuosius, kalėjimuose esančius ir kitus asmenis, patiriančius sunkumų naudotis įprastomis bibliotekose teikiamomis paslaugomis.

Anot biblioterapijos tyrėjų W. Czernianin, H. Czernianin, K. Chatzipentidis, biblioterapija nėra tolygu psichoterapijai. Bet abiem atvejais dalyvaujantiems organizuojamose veiklose yra teikiama psichologinė parama ir pagalba. Tradicinė medicina pagal išreikštus ligos požymius ligoms gydyti pasitelkia farmaciją, tuo tarpu biblioterapija literatūrą (žodį) pasitelkia tam, kad sustiprintų asmens organizmo pasipriešinimą ligai ir greitesnį gijimą [5, p. 91].

Biblioterapiją gali taikyti ir slaugos specialistai, kai tokią reabilitacinės biblioterapijos schemą pritaiko sveikatos priežiūros įstaigos. T. Reeves ir M. J. Stace tyrime pristatoma biblioterapijos teikimo schema, kai paslaugą skiria gydytojas, o ją teikia slaugos specialistas. Paslaugos esmė – ligonis skaito gydytojo paskirtą informacinę-didaktinę literatūrą savarankiškai (knygas ar kitokio pobūdžio tekstus gauna pačioje sveikatos priežiūros įstaigoje) ir perskaitytą informaciją nustatytu laiko tarpu per 7 susitikimus aptaria su slaugytoju. Anot tyrėjų, kalbant su ligoniu apie tekstą, informacija geriau įsisąmoninama, ligonis geriau įsimena informaciją ir dėl to lengviau priima sprendimus dėl gydymo metodų pasirinkimo, be to, ligonis daugiau sužino ir taiko reikalingas adaptacijas, skirtas toliau gyventi su liga, priemonės. Metodas yra priimtinas daugumai ligonių, jo naudojimas didžiąjai daliai ligonių sumažino patiriamo streso lygį [9, p. 345].

Tyrėjai G. McKenna, D. Hevey, E. Martin analizavo įsitraukimo į biblioterapijos schemą projekte „Receptu išrašomos knygos“ įtaką pacientams ir pastebi, kad teikiant biblioterapijos paslaugą labai svarbi yra šalia esančių sveikatos specialistų nuomonė, nuo kurios priklauso ligonių įsitraukimas į paslaugą [10, 497]. Tai galima kryptis bendradarbiavimui tarp paslaugą teikiančių bibliotekininkų ir sveikatos priežiūros institucijų. Kita vertus, tyrimo respondentai pažymėjo, kad neapibrėžta biblioterapijos taikymo schema jiems padėjo įveikti terapijos stigmą, o jų problemą analizuojanti savipagalbos literatūra pagelbėjo spręsti psichikos sveikatos problemas ir sutaupė laiko [10, p. 497].

### **Didaktinė / informacinė biblioterapija ir skaitymo rekomendacijų sklaida**

L. Brewster šią biblioterapijos sritį apibrėžia kaip bibliotekų siekį surinkti ir pateikti skaitytojui reikiamą informaciją apie konkrečią ligą, galimas prevencijos priemones [6, p. 29]. Šia biblioterapine veikla siekiama, kad mediko rekomenduojama (pacientui receptu išrašyta) skaityti literatūra būtų lengviau prieinama asmeniui (šiuo atveju – ligoniui). Literatūros skaitymas leidžia asmeniui geriau suprasti savo situacijos plusius ir minusus. Tekstai padeda geriau suprasti ligą, kartais pagelbėja realiai planuoti ateities situaciją, suvokti galimas perspektyvas, padeda apsispręsti, renkantis gydymo metodus (pavyzdžiui, renkantis chirurginį ar farmacinį gydymą).

Vienas plačiausiai šios rūšies biblioterapijos taikymo projektų XXI amžiaus pradžioje vyko Jungtinėje Karalystėje. Jame bendradarbiavo sveikatos priežiūros institucijos ir viešosios bibliotekos. Projekto „Receptu išrašomos knygos“ (*Books on prescription*) metu psichinės sveikatos specialistai (medikai), bendradarbiaudami su bibliotekininkais, atrinko teminę psichikos sveikatos srities literatūrą. Bibliotekininkai iš šių duomenų suformavo atviros prieigos lentynas ir / arba sklaidai skirtus rekomenduojamus literatūros sąrašus. Daugiausia tai savipagalbos knygos, populiariai perteikta informacija apie psichinės sveikatos sutrikimus ir bendros rekomendacijos gerai savijautai palaikyti. Skaityti knygas, tarsi receptą, išrašydavo gydytojas, o knygas asmuo galėjo pasiimti vietos viešojoje bibliotekoje, įprasto bibliotekinio aptarnavimo būdu. Anot projekto rezultatus analizavusių tyrėjų G. McKenna, D. Hevey, E. Martin, pirminėje sveikatos priežiūroje biblioterapija gali būti naudinga ankstyvai intervencijai žmonėms, patiriantiems lengvų ar vidutinio sunkumo psichologinių problemų [10, p. 497]. Analogiška schema gali būti taikoma ir onkologiniams ligoniams, teikiant prieigą prie onkologinių ligų didaktinės / informacinės literatūros ir kartu – prie informacijos apie emocinę paramą ir pagalbą.

## Asmenybės vystymo biblioterapija ir skaitymo rekomendacijos

Įprastai aptarnaujant skaitytojus viešosiose bibliotekose pasireiškia asmenybės vystymo, arba edukacinė, biblioterapija [11, p. 34–36]. Jos taikymas remiasi skaitymo malonumo [12] ar estetinio pasigėrėjimo sukeliamu terapiniu efektu [5, p. 80]. Kita vertus, grožinė literatūra ne tik pažadina estetinio pasigėrėjimo jausmą, skaitomas turinys dažnai praplečia asmens suvokimą apie gyvenimą. Tai leidžia atsitraukti nuo sunkių minčių ir parodyti / patirti kitą esamos situacijos išgyvenimo kelią (kad ir patiriant ne tik kančią ar kitas neigiamas emocijas, bet ir grožį, estetinį pasigėrėjimą, kitus pozityvius jausmus) [5, p. 80]. Visa tai padeda žmogui pasijusti geriau. Biblioterapijos specialistai, rekomenduodami skaityti romanus, autobiografijas, biografijas ir kitus literatūros žanrus, siekia, kad asmuo pajustų estetinį pasigėrėjimą, emocinį apsisvalymą – katarsį, kitaip pamatytų savo gyvenimą. Jie sukaupia literatūros pavyzdžių, pagal kuriuos skaitytojai mokosi lankstaus elgesio, santūrumo, išminties, atleidimo ir susitaikymo, užuot siekę atkeršyti už jiems padarytas skriaudas [5, p. 83].

Skirtumas tarp įprasto knygų skaitymo laisvalaikiu ir terapinio skaitymo pasireiškia tuo, kad gilindamasis į tekstą skaitytojas tarsi „užmezga glaudų ryšį su turiniu“, skaitymo metu vyksta ne tik malonumo išgyvenimas, bet ir skatinamas gilesnis suvokimas apie vidinius išgyvenimus, gretinant tai su savo gyvenimo patirties apmąstymais [5, p. 86]. Šis skaitytojų aptarnavimo būdas gali tapti emocine parama onkologinėmis ligomis sergantiesiems ir jų artimiesiems.

## Skaitytojų klubai ir biblioterapija

Biblioterapijos specialistai teigia, kad aptariant perskaitytą tekstą savipagalbos tikslais pasiekiami geresnių psichologinių problemų sprendimo rezultatų nei skaitant individualiai. Taikant sąveikos biblioterapiją atsiranda daugiau nuomonių, daugiau kūrybos, daugiau tikslų ir veiklų – išsakyti savo mintis, išgirsti kitus, apmąstyti savo ir kitų išsakytas mintis, reaguoti į jas [5, p. 39] – visa tai padeda atsirasti geresnei savijautai. Visuomenės sveikatos specialistai, analizavę projektą „Receptu išrašomos knygos“, vienoje iš rekomendacijų ateičiai siūlo kurti skaitytojų (savipagalbos) grupes. Tikimasi, kad diskusijose biblioterapijos dalyviai plačiau suvokia informaciją, išgirsta kitas nuomones, be to, taip kuriami socialiniai ryšiai [10, p. 497]. Anot tyrėjų, biblioterapijos grupės gali būti vadinamos įvairiai – nebūtina jas įvardyti psichologinės paramos grupėmis. Tai gali būti Skaitymo grupė ar Skaitytojų klubas – tai labiau įprasta ir neformuoja stigmos [6, p. 59].

Bibliotekose nuo seno yra tradicija diskutuoti apie perskaitytas knygas, viena iš viešųjų bibliotekų veiklos formų yra skaitytojų (arba knygų) klubai. „Plačiąja prasme knygų klubas – tai grupė žmonių, vienijamų pomėgio skaityti knygas, ir reguliariai susitinkanti aptarti tam tikros knygos, kurią išsirenka ir perskaito visi grupės nariai [13, p. 17]. Remiantis L. Rosenblatt suformuluota skaitytojo atsako ir poveikio teorija (*reader-responce theory*), tekstas pats savaime nekuria prasmės, prasmė kuriama skaitytojo, tai vyksta sąveikos tarp skaitančiojo ir teksto skaitymo metu, o procesą veikia socialinis, kultūrinis, politinis ir kiti aplinkoje esantys kontekstai, suteikiantys rašytojo sukurtam tekstui papildomų komunikacinių prasmų [13, p. 20]. Bibliotekininkystės teorijoje teigiama, kad „skaitant įvairią literatūrą ir diskutuojant apie ją, mokomasi gerbti pašnekovą, priimti jo išsakomas mintis, – formuojasi tolerancija, geriau suvokiamos socialinės-psichologinės problemos. [...] Dėl psichologinio poveikio [skaitytojų klubai] yra naudingi įstaigose, kur reikalinga gydomoji ir konsoliduojanti literatūros, gyvo pokalbio apie ją galia“ [13, p. 31]. Skaitytojų klubai yra viena skaitymo skatinimo formų, kuria bibliotekos gali prisidėti prie įvairių tikslinių grupių, tame tarpe ir onkologinių ligonių, emocinės sveikatos ir gerovės.

## Literatūra biblioterapijoje

Tyrėjai pažymi, kad svarbi biblioterapijos proceso dalis yra skaitomas tekstas. Įprastai tekstus parenka biblioterapijos užsiėmimų vedėjas arba teminių biblioterapijos sąrašų sudarytojas. Taikant savipagalbos biblioterapiją, literatūros sąrašai parengiami bendradarbiaujant su medicinos specialistais. Bibliotekos ir sveikatos

institucijos turi bendradarbiauti rengiant sąrašus ir kartu viešinant teikiamas paslaugas, kad potencialūs paslaugos gavėjai jomis pasitikėtų [6, p. 55].

Jeigu biblioterapija vyksta sveikatos institucijose ir ją veda slaugos specialistai, didesnis dėmesys kreipiamas pačios schemos organizavimui. Pavyzdžiui, aprašydami biblioterapijos taikymo schemą autoriai tiesiog konstatuoja, kad „parinktas 6 brošiūrų rinkinys apie ligą“, vienas iš svarbių atrankos kriterijų – informacijos žinomumas (kad slaugytojai yra skaitę, žino šią informaciją) [9, p. 342].

Detaliau analizuodami biblioterapijos praktiką, tyrėjai daugiausia pasirenkamą literatūrą skirsto pagal žanrus [8, p. 41–58] ir pabrėžia, kad tas pats tekstas skirtingus klientus veikia nevienodai [14, p. 178]. Svarbiausia rekomenduojamuose grožinės literatūros kūriniuose – turinys, išsakytos mintys ir istorijos. L. Brewster žodžiais, geriausia yra išskili, atspindinti realias problemas, lengvai skaitoma literatūra, tai yra kūriniai, kuriuose autentiškai išreiškiama ir analizuojama gyvenimiška patirtis [8, p. 23]. Geštalto praktikoje biblioterapiją taikančios tyrėjos pažymi: „Tinkamai parinktam kūriniui būdingas *temos universalumas* (tai leidžia skaitytojui identifikuotis su kūrinio herojaus emociniais išgyvenimais), *temos galia* (kūrinyje turi būti išreikšta tai, ką biblioterapijos dalyvis jaučia, bet ko nepajėgus įvardyti žodžiais), *suprantamumas* (konkretaus biblioterapijos dalyvio atžvilgiu), *pozityvumas* (tekstas turi suteikti vilties, teigti gyvenimo prasmę)“ [14, p. 172].

Apibendrinant biblioterapijos onkologiniams ligoniams sampratą, galima teigti, kad biblioterapija gali būti sveikatos institucijose praktikuojama arba viešosiose bibliotekose teikiama paslauga. Svarbus yra tarpinstitucinis bendradarbiavimas šioje srityje. Sveikatos priežiūros įstaigose teikiamas biblioterapijos paslaugas teikia slaugos specialistai pagal iš anksto patvirtintas schemas. Lankydamiesi bibliotekose onkologinės ligos remisijos metu asmenys gali gauti tikslingai organizuojamą arba atsitiktinę biblioterapinę pagalbą.

Bibliotekose gali būti organizuojama didaktinė / informacinė biblioterapija, kai sudaromi teminiai literatūros sąrašai (biblioterapijos tikslui) ir organizuojama jų sklaida, analizuojamu atveju – literatūros sąrašai apie onkologines ligas ir informacija apie galimą pagalbą ligoniams bei jų artimiesiems. Tokios biblioterapinės literatūros pavyzdys mūsų šalyje – Lietuvos medicinos bibliotekos specialistų parengta bibliografinės informacijos knyga (2018) [15]. Knygoje surinkta specialistų rekomenduojama literatūra apie onkologines ligas (vaikų ir suaugusiųjų), onkologinį skausmą, mitybos ir gyvenimo būdo pakitimus, pagalbą sergančiojo artimiesiems ir patiems ligoniams. Literatūros rodyklė papildyta grožine literatūra ir biografijomis.

Psichologinę paramą onkologiniai ligoniai gali patirti išgyvendami estetinį pasigėrėjimą ateidami ir skaitydami grožinės literatūros knygas bibliotekose. Tam tikslui bibliotekininkai gali sudaryti rekomendacinius grožinės literatūros sąrašus, kuriuose akcentuojamas siekis atsitraukti nuo sunkių minčių, patirti estetinių išgyvenimų, pajusti emocinį apsisvalymą – katarsį ar atrasti viltį, – ir tuo pagrindu teikti biblioterapijos paslaugas onkologiniams ligoniams. Jeigu atsiranda norinčiųjų kurti ir kuruoti tikslinei onkologinių ligonių auditorijai skirtą skaitytojų klubą, bibliotekininkai organizuoja papildomą paramą šiai skaitytojų grupei.<sup>5</sup> Kita vertus, onkologinės ligos remisijos metu onkologiniai ligoniai gali tapti bibliotekoje veikiančio skaitytojų klubo nariu. Platesniame klubo dalyvių rate, turėdami galimybę kartu dalyvauti diskusijose, visi kviečiami išsakyti savo mintis apie perskaitytą knygą. Čia kiekvienas klubo narys gali patirti atsitiktinės biblioterapinės pagalbos ir emocinės paramos efektą.

Mokslininkai – slaugos specialistai siūlo biblioterapijos paslaugas papildyti skaitymo grupių (klubų ar tarpusavio paramos grupių) veikla. Skaitydami ir aptardami tai, ką perskaitė, pacientai ne tik geriau įsimena perskaitytą informaciją, bet ir gauna socialinę-emocinę paramą, kurios daugeliui sergančiųjų trūksta.

**Empirinis tyrimas ir jo rezultatai.** Siekiant išsiaiškinti šalyje teikiamas biblioterapijos paslaugas ir veikiančius skaitytojų klubus su biblioterapijos elementais, atliktas empirinis anketavimo tyrimas. Pirmuoju etapu

<sup>5</sup> Tokia paslauga organizuojama Lietuvos nacionalinėje Martyno Mažvydo bibliotekoje, plačiau apie tai: <https://www.lnb.lt/naujienos/8400-nacionalinis-vezio-institutas-naujas-nacionalines-bibliotekos-partneris>

vyko paieška internete, naudojant raktažodžius *Biblioterapija*, *Biblioterapijos paslauga*, *Emocinė parama onkologiniams ligoniams*. Paieškos rezultatuose atvestos pozicijos, skirtos biblioterapijos mokymams ir psichologų taikomoms komercinėms biblioterapijos praktikoms. Nustatytos trys biblioterapiją taikančios bibliotekos: Birštono savivaldybės viešoji biblioteka, Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka ir Naujosios Vilnios biblioteka (Vilniaus miesto savivaldybės centrinės bibliotekos filialas). Nustatyta, kad biblioterapijos paslaugas teikia ir šv. Pranciškaus onkologijos centras Klaipėdoje.

Antruoju empirinio tyrimo etapu Lietuvos viešosioms bibliotekoms išplatinta apklausa, naudojantis sistema „manoapklausa.lt“. Apklausoje pateikti 9 klausimai, 4 skirti demografinėi ir kontaktinei respondentų informacijai, 5 – pusiau atviro tipo klausimai skirti išsiaiškinti, kokius biblioterapijos elementus savo veikloje taiko bibliotekininkai, tame tarpe ir organizuodami skaitytojų klubus. Anketa išplatinta visoms viešosioms bibliotekoms (iš viso 65 savivaldybių ir apskričių viešosioms bibliotekoms). Gautos 63 anketos, iš jų 48 (76,2 %) respondentai atsakė, kad jų atstovaujamoje viešojoje bibliotekoje veikia skaitytojų klubai, o 6 (9,5 %) teigė, kad ketina klubus steigti netolimoje ateityje. 36 respondentai (66,7 %) norėtų esamuose ar ketinamuose steigti klubuose taikyti biblioterapijos elementus.

Pusiau atviras klausimas skirtas išsiaiškinti, kokiai tikslinei grupei organizuojami skaitymo klubai, vienas atsakymas patvirtino anksčiau konstatuotą informaciją, kad Lietuvos nacionalinėje Martyno Mažvydo bibliotekoje veikia skaitytojų klubas onkologiniams ligoniams. Dauguma respondentų pažymėjo, kad skaitymo klubai atviri visiems norintiems arba vietos bendruomenės vaikams ir / arba suaugusiems.

25 % respondentų pažymėjo, kad skaitytojų klubų veikloje taiko biblioterapijos elementus, o 47,5 % – kad nėra tuo tikri, nes biblioterapijos elementai yra skirtingai suprantami ir traktuojami.

Atviro tipo klausime paprašyta įvardyti, kokius biblioterapinius elementus bibliotekininkai taiko skaitytojų klubuose. Sužinota, kad daugeliu atvejų taikoma „neįvardinta, atsitiktinė biblioterapija“, kas atitinka teoriją [6, p. 35]. Citatos iš respondentų atsakymų: „*giluminis skaitymas, kalbėjimas apie emocinį teksto poveikį, kartais – ekspresyvaus rašymo elementai ir užduotys*“ (12 respondentė), „*kalbame apie patirtas emocijas perskaičius knygą*“ (9 respondentė), „*aptariant bendrai perskaitytą knygą remiamasi ir asmeninėmis patirtimis*“ (7 respondentė).

Biblioterapinį poveikį taikliai apibūdina 19 respondentė: „*Nežinau, ar esu teisi, bet manau, jog pačia plačiausia prasme biblioterapija apima patį veiksmą, kai į skaitytojų klubą susirenka žmonės, mylintys knygas. Juk jau vien tai, kad žmogus, atėjęs į klubą, gali čia maloniai praleisti laiką, nebijoti išsakyti savo nuomonės, būti išgirstas, turi raminantį ir netgi tam tikra prasme gydantį poveikį.*“ Abejones dėl biblioterapijos taikymo respondentės sieja su profesionalių mokymų trūkumu, nepasitikėjimu „terapija“ šios veiklos puse. Išsakytas tyrimo respondenčių mintis atitinka tyrėjos M. Wideman įžvalga, kad, iš anksto įvardijus paslaugą biblioterapija, kuriamas tam tikras terapinis lūkestis, kuris gali būti nepasiektas, jį sunku pamatuoti. O patiriamas „neįvardytos biblioterapijos“ poveikis yra tarsi netikėtas atradimas, kurio lankytojai nesitiki ir gali tiesiog juo pasidžiaugti. [6, p. 61].

Atsakydami į pusiau atvirą anketos klausimą, respondentai įvardijo savo motyvus, dėl ko jie ryžtasi organizuoti skaitytojų klubus. Apibendrinant galima teigti, kad didžiausia paskata – siekis būti naudingiems savo skaitytojams. Anot 12 respondentės [vadovauja klubui], „*...man patinka tai daryti. Smagu matyti, kai klubo lankytojai taip pat džiaugiasi savo pomėgiu, sutinka bendraminčių, gali kalbėti apie tai, kas jiems svarbu, įdomu ir prasminga. Atrasti save per literatūrą. Pamišti trumpam savo rūpesčius ir pasidžiaugti procesu.*“ Viena iš respondenčių (15) kviečia į klubą pagyvenusius kaimo bendruomenės narius, ji pažymi „*Žmonės nuolat renkasi bibliotekoje, dalyvauja bibliotekos veiklose, o svarbiausia jaučiasi reikalingi visuomenei, nesijaučia vieniši.*“ Tai įgalina teigti, kad skaitytojų klubai ir kitos tikslingai organizuojamos biblioterapinės veiklos bibliotekose atliepia skaitytojų poreikius ir teikia emocinę paramą jiems.

## Išvados

1. Biblioterapijos onkologiniams ligoniams samprata apima emocinės paramos ir psichologinės pagalbos identifikaciją remiantis slaugos, socialinio darbo, visuomenės sveikatos ir bibliotekininkystės teorijomis. Biblioterapijos paslauga gali būti teikiama naudojant: 1) didaktinę / informacinę biblioterapijos priegą per skaitymo rekomendacijas; 2) teikiant asmenybės vystymo biblioterapiją bibliotekose ir / arba kuriant skaitymo grupes (skaitytojų klubus).
2. Biblioterapijos paslaugos gali būti organizuojamos sveikatos priežiūros institucijose (teikia slaugos specialistai) arba bibliotekose (bibliotekininkai bendradarbiauja su sveikatos priežiūros specialistais). Sveikatos priežiūros institucijose teikiama biblioterapija apibrėžiama konkrečiomis schemomis, skirta ligonių didaktiniams / informavimo tikslams, šiam tikslui įprastai naudojama slaugos personalui žinomi tekstai, kuriuos ligoniai skaito savarankiškai ir juos aptaria tęstinių susitikimų metu su slaugos specialistu.
3. Biblioterapijos paslaugos, kaip skaitymo klubai, onkologinės ligos remisijos metu gali būti teikiamos viešosiose bibliotekose. Identifikuojamos dvi asmenybės vystymo biblioterapijos formos: 1) organizuojama paslauga apibrėžtai tikslinei grupei arba 2) onkologiniai ligoniai kviečiami naudotis bendrai bibliotekose veikiančiuose skaitymo klubuose (kuriuose gali būti taikomi biblioterapijos elementai). Empirinio tyrimo metu nustatyta, kad viešosiose bibliotekose vyrauja antroji skaitymo klubų organizavimo nuostata. Tai gali būti pozityvu ta prasme, kad, įsiliedami į bendrą paslaugų srautą, onkologiniai ligoniai nepatiria „priskyrimo sunkiems ligoniams stigmos“, tačiau ši tendencija gali indikuoti ir tai, kad neišskirta tikslinė grupė (onkologiniai ligoniai) lieka nuošalyje.
4. Atliktas empirinis tyrimas parodė, kad šalies viešosiose bibliotekose veikiančios skaitytojų klubai orientuoti taikyti biblioterapijos elementus savo veikloje (66,7 % respondentų). Veikiančiuose klubuose gali dalyvauti ir onkologiniai ligoniai.

## Literatūra

1. Petronytė G., Kanapeckienė, V., Eigirdaitė, A., Jurkuvėnas, V. Gyventojų informuotumą, dalyvavimą ir požiūrį į onkologinių ir širdies kraujagyslių ligų prevencines programas sąlygojantys veiksniai. Visuomenės sveikata 2013, 2 (61): 31–37.
2. Geleželytė O. Dėl savižudybės artimojo netekusių asmenų profesionalios pagalbos siekimo veiksniai: disertacija. Vilnius, VUL, 2019; 106 p. Prieiga internetu: <https://www.lituanistika.lt/content/91909>
3. Tamulienė R. Paramos studentams identifikavimo modelis koleginiuose studijose: disertacija. Kaunas: Vytauto Didžiojo universiteto leidykla, 2014.
4. Kondratavičienė V., Vendzelienė L. Socialinio darbuotojo psichosocialinė pagalba krūties vėžiu sergančioms moterims. Sveikatos mokslai / Health Sciences in Eastern Europe 2021, 31, (7): 96–101. doi.org/10.35988/sm-hs.2021.230
5. Czernianin W., Czernianin H., Chatzipentidis K. (2019) Bibliotherapy: A review and perspective from Poland. Journal of Poetry Therapy 32(2): 78–94.
6. Wideman M. Bibliotherapy in the public library: an analysis of the concept and recommendations for practice: dissertation, University of Strathclyde, Glasgow. 2019.
7. Panella N. The Library Services to People with Special Needs Section of IFLA: an historical overview. IFLA Journal 2009. 35(3): 258–271.
8. Brewster L. Bibliotherapy: a critical history. Iš: Bibliotherapy, London, 2018; 1–73.
9. Reeves T., Stace J. M. Improving patient access and choice: Assisted Bibliotherapy for mild to moderate stress/anxiety in primary care. Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing. 2005, 12 (3): 341–346.
10. McKenna G., Hevey D., Martin E. Patients' and Providers' Perspectives on Bibliotherapy in Primary Care. Clinical Psychology and Psychotherapy. 2010, 17: 497–509. doi.org/10.1002/cpp.679

11. Janavičienė D. Biblioterapija: teorija ir praktika. Vilnius: Lietuvos nacionalinės Martyno Mažvydo bibliotekos leidykla, 2020.
12. Starr G. G., Belfi A. M. Pleasure. Iš: Further Reading: Oxford Twenty-First Century Approaches to Literature. Oxford, 2020; 282–293.
13. Mitunevičiūtė I., Baliutavičiūtė E. Vaikų ir jaunimo knygų klubai. Vilnius, 2016.
14. Girčienė J., Žukauskienė D. Biblioterapijos taikymas Geštalo terapijoje: grožinės knygos kaip asmenybės transformacijos stimulatorės. Knygotyra. 2022, 79: 161–189. DOI: <https://doi.org/10.15388/Knygotyra.2022.79.124>.
15. Užovėja sergantiems onkologinėmis ligomis: rekomenduojamos literatūros rodyklė / Sudarė D. Širkaitė, R. Vaišvilienė. Vilnius: Lietuvos medicinos biblioteka, 2018; 39. Prieiga internetu: [https://issuu.com/lmbtau/docs/knyga-uzuoveja\\_sergantiems\\_onkologi](https://issuu.com/lmbtau/docs/knyga-uzuoveja_sergantiems_onkologi)