

PRIKAZ KNJIGE IVANE BAŠIĆ „BIBLIOTERAPIJA I POETSKA TERAPIJA. PRIRUČNIK ZA POČETNIKE“, ŠKOLSKA KNJIGA, ZAGREB, 2021.

Kafka je nekoć napisao da *knjiga mora biti sjekira za zamrzlo more u nama*. Ljekoviti su učinci čitanja knjiga odavno znani. Čitanje utječe na kakvoću čovjekova života, približava ga drugima i samome sebi. Čitajući saznajemo o tome tko smo, kamo i kojim putem idemo, što nam je činiti, kako se ponašati... Svaka knjiga o biblioterapiji na hrvatskome jeziku i te kako je dobro došla jer otvara vrata područjima ne tako poznatima u Hrvatskoj koliko u zapadnome svijetu.

Knjiga Ivane Bašić *Biblioterapija i poetska terapija. Priručnik za početnike* (Školska knjiga, Zagreb, 2021.) obuhvaća *Uvod*, poglavlja: 1) *Biblioterapija i poetska terapija*, 2) *Mjesto poetske terapije u psihologiji*, 3) *Osnovni model grupne poetske terapije*, 4) *Metafora i značenje*, 5) *Poetska terapija u radu s adolescentima*, 6) *Dodaci i Bibliografija*.

U *Uvodu* autorica panoramski prikazuje svoja iskustva na kojima je nastala ova knjiga. Tumači pojam biblioterapije, ističe dobrobit te metode i mjesta na kojima se može primjenjivati. Objavljuje svoje shvaćanje književnosti kao *medija za uspostavljanje komunikacije sa sobom i sa svijetom*. Tumači svoj terapijski pristup nastavi književnosti kao i zapreke tomu pristupu. Autoričino je polazište u pristupu književnosti usmjereno na *razvojne potrebe mladih ljudi i njihovu sve veću potrebu za komunikacijom*. Uranjajući u odnos medicine/ psihijatrije i poetske terapije, u svojem pristupu I. Bašić oslanja na autore: Nicholasa Mazzea, Kathleen Adams, Arthura Lerneru, Jacka Leedyja, Jamesa

Pennebakera i druge, te na *Nacionalnu udruhu poetske terapije* (NAPT; *National Association of Poetry Therapy*) – jedinu organizaciju koja izdaje certifikat za terapiju poezijom (i njezin *Časopis za poetsku terapiju* (*Journal of Poetry Therapy*)).

Ivana Bašić svoje je bogato biblioterapijsko iskustvo, pretvorila u priručnik. Detaljno prikazuje svoje shvaćanje književnosti, pristup nastavi književnosti i rezultate toga pristupa i rada. Autorica objašnjava kompozicijske elemente svojega priručnika (zainteresirani će se čitatelji lako u njemu snaći); nabraja značajke i vrijednosti poetske terapije. Tumači značenjske nijanse pojmova *biblioterapije i poetske terapije*, spominje područja u kojima se ti pojmovi pojavljuju te naglašava korisnost poetske terapije u radu s adolescentima.

U uvodnome dijelu priručnika autorica ističe u čemu vidi najveću vrijednost svojega života, koji je put kojim dolazimo jedni do drugih, kako se čovjek povezuje s cjelinom, te izriče želju da metoda rada koju afirmira (poetska terapija) dopre do širokoga kruga ljudi (nastavnika, informatičara, knjižničara, socijalnih i zdravstvenih radnika), na opću dobrobit. Autorica također želi obnoviti kulturu dijaloga u suvremenom društvu.

U prvom poglavlju *Biblioterapija i poetska terapija* autorica nam otkriva namjeru svoje knjige – široki spektar znanja i iskustva podijeliti s drugima, poučiti druge o biblioterapiji i poetskoj terapiji, protumačiti, rasvijetliti, obja-

sniti, uputiti, savjetovati o svemu vezanom uz spomenute metode.

Autorica jasno i suptilno razgraničava pojmove *biblioterapije* i *poetske terapije*, ističući mjesta i područja njihove primjene te profil stručnjaka koji ih primjenjuju u praksi.

Objašnjava etimologiju pojma *biblioterapije* te citira definiciju toga pojma kako ga shvaća veliki autoritet na tome području – Crothers (*Biblioterapija je upotreba biranih materijala za čitanje u terapeutske svrhe, u medicini i psihijatriji. To je vođeno čitanje do rješavanja osobnih problema*). Ivana Bašić na temelju citirane definicije objašnjava koncept biblioterapijske aktivnosti, kao i njezin cilj: biblioterapija je *institucionalna i društvena aktivnost koja se koristi knjigama za samopomoć ili književnim tekstovima u programu koji vodi jedan profesionalac ili više njih. Njezin je cilj omogućiti pojedincu pogled u sebe u trenucima mira te razumijevanje i prihvaćanje promjena u trenucima nemira i uzbuđenosti duha*. (Bašić, 2021: 12.).

Autorica panoramski prikazuje povijest shvaćanja pojma biblioterapija (naglašavajući da biblioterapija upućuje na interdisciplinarni suodnos medicine i bibliotekarstva, tj. na interaktivni dijalog spomenutih znanosti). Nabraja definicije biblioterapije respektabilnih autora (Riordana i Wilsona, C. Shrodes) koje omogućuju precizan uvid u taj pojam te suptilno razgraničuju pojmove biblioterapija i poetska terapija, koristeći se tumačenjem J. Rubina.

Autorica, nadalje, navodi oblike biblioterapije (*institucionalni, klinički i razvojni* ili, pak, *razvojna interaktivna biblioterapija, klinička interaktivna biblioterapija i kreativno pisanje* (prema sl. kriterijima) te ih tumači i objašnjava njihove ciljeve.

Upućuje na mogućnost široke primjene biblioterapije i poetske terapije Prikazuje povijesni temelj poetske terapije (od prvoga poetskog terapeuta, rimskoga fizičara Soranusa iz 1. st. pr. Kr.) i njezin razvoj do današnjih dana. Razmišlja o ulozi i značenju poetskoga terapeuta tijekom povijesti (od početaka spomenute terapije do suvremenog doba), o autorima i djelima koja su pridonijela poetskoj terapiji kao i o učincima

te terapije. Nabraja autore koji su pridonijeli razvoju poetske terapije: osim Soranusa autorica spominje Aristotela, Rusha, A. Hynes, K. Golicka, R. Grovesa, Morrisona, R. M. Schaufera i dr. Ističe iznimnu ulogu spomenute **Nacionalne udruge za poetsku terapiju**, panoramski prikazuje profil njezinoga članstva (psiholozi, socijalni radnici, obiteljski savjetnici, medicinske sestre, djelatnici u obrazovanju, pisci itd.) te veliku važnost njezina također već spomenutog akademskog *Časopisa za poetsku terapiju*.

U drugom poglavlju **Mjesto poetske terapije u psihologiji** autorica objašnjava osnove teorije poetske terapije. Pokušava protumačiti moć poezije (snagu stilskih figura, slikovitosti, prijenos značenja), tj. njezinu posebnost. Ističe snagu ekspresivnog pisanja kao metode poetske terapije, tj. njezin učinak: jačanje čovjekova imuniteta i duha, uranjanje u sebe i preispitivanje sebe, oslobađanje od osjećaja straha, suočavanje s tjelesnom i duševnom boli. Autorica naglašava ulogu poetske terapije kao mosta prema drugom čovjeku – čovjeku koji se suočava s problemima sličnima našim, koji se osjeća usamljenim i napuštenim. Nabraja značajke i moći poezije (komunikacijsko sredstvo, objektiviziranje osjećaja, djelovanje na dišni i živčani sustav, povezivanje pjesme s ritmom čovjekova srca, put prema uvidu i katarzi, pomoć čovjeku da se suoči s vlastitim „ja“, sa svojim unutar-njim sukobima, pomoć porukama da iz nesvjesnog područja prijeđu u svjesno i sl.). Autorica tumači i snagu stilskih figura, slikovitosti, prijenos značenja i sl.

Piše o prvom sustavnom predstavljanju poezije u terapijske svrhe (1969.) i njezinoj primjeni od te godine naovamo. Dotičući odnos psihoanalize i poetske terapije, autorica nam otkriva zanimljivost da je Freud priznao da su pjesnici (nazvao ih je *profesionalnim sanjarima*) a ne on, otkrili nesvjesno te da se terapija poezijom primjenjuje od šezdesetih godina 20. st. naovamo (u obrazovanju, knjižničarstvu, rehabilitaciji i sl.). Uspoređuje različita shvaćanja i poimanja umjetnosti (Freudovo, Jungovo, Whitmontovo i Kaufmannovo). Panoramski prikazuje povijesni razvoj poetske terapije (psihopoezija, Gestalt terapija, psihodrama i sl.) kao i autoritete i djela

zaslužna za suvremena istraživanja te terapije (npr. Morena – kojega mnogi smatraju ocem grupne psihoterapije, Blantona – koji ističe ljevakovitu snagu poezije, Griefera – koji je osnovao grupu za poetsku terapiju, Leedyja – koji poeziju uspoređuje s liječnikom). Dotičući suodnos poezije i psihologije, ističe da je u poetskoj terapiji važna struja svijesti.

U trećem poglavlju **Osnovni model grupne terapije** autorica ističe dobrobit poetske terapije (tj. terapije poezijom, interaktivnog procesa koji obuhvaća tekst, voditelja i klijenta/ klijente) na emotivnoj, spoznajnoj i socijalnoj razini. Detaljno, pomno, razumljivo i jasno opisuje tipičnu seansu poetske terapije, od uvoda – stvaranja ugođaja za provođenje terapije, zagrijavanja, čitanja uvodnih pjesama, razgovora o pročitanim pjesmama, preko glavnoga dijela (prijedlog teme za pisanje) do završetka (zaključcima o smislu razgovora) i pisanja zajedničke pjesme. Objašnjava korake u radu na zajedničkoj pjesmi, trajanje toga rada, ulogu voditelja i članova skupine u tome radu. Naglašava važnost povezanosti svih članova skupine, razmjenu iskustava, dijeljenje radosti stvaranja te kreiranje osjećaja pripadanja, sigurnosti i samopoštovanja, kao i konačni ishod – postizanje katarze i stvaranje nade. Opisuje pristup radu, način rada te ponašanje u skupini (otvorenost, neosuđivanje, pomno slušanje, uranjanje u slike, ugođaj, likove i fabulu, metaforičko otvaranje prostora privatnosti).

Autorica tumači tekst kao medij komuniciranja između voditelja i sudionika u skupini (pitanje – odgovori); budući da pojedinac u tekst upisuje svoje želje, potrebe, stajališta, dvojbe i strahove, tekst postaje prostor upoznavanja, susreta i dijaloga. Ivana Bašić ističe važnost oslobađanja osjećaja u poetskoj terapiji tijekom čitanja i pisanja (jer se tako uspostavlja psihološka ravnoteža). Kad se osjećaji ne iskazuju, upozorava autorica, mogu se u čovjeku pojaviti simptomi bolesti. Objašnjava svaki korak u terapijskome procesu. Ističe prednost/ osobitu značajku poetske terapije: može se provoditi i s populacijom koja nema prethodno obrazovanje ili čitateljske sposobnosti. Također naglašava učinke čitanja poezije naglas: ono čvršće povezuje skupinu,

osnažuje identitet, omogućuje sudioniku da odgovara na ritam pjesme. Autorica nadalje opisuje proces identifikacije s tekstem, proces čitanja i pisanja u poetskoj terapiji, formu poezije koja se koristi u poetskoj terapiji, objašnjava smisao pisanja osobnoga dnevnika poetskoga terapeuta (razumijevanje onoga što se dogodilo i donošenje odluka o daljnjim postupcima) te nabraja pitanja koja si postavlja psihoterapeut nakon seanse. Ivana Bašić otkriva nam da poetski terapeuti oblikuju zapise o procesu grupne dinamike i uspješnosti primijenjenih metodičkih postupaka u grupnome radu. Spominje najpoznatije metode terapeutskoga rada (ekspresivno pisanje i dnevničko pisanje) kao i dobrobit tih metoda (poboljšanje tjelesnoga i psihičkoga zdravlja).

U četvrtom poglavlju – **Metafora i značenje** – autorica opisuje moć riječi (tješjenje, ali i izazivanje patnje i neugode). Tumači pojam *metafore* (jezična figura koja prenosi značenja iz jednoga konteksta ili objekta u drugi). Ističe prednosti (dobre strane) metaforičkoga izražavanja u poetskoj terapiji (prenošenje pacijentovih osjećaja na terapeuta) te daje primjere uporabe metafore u kliničkoj praksi.

U petom poglavlju **Poetska terapija u radu s adolescentima** autorica piše o moći i značenju poezije u čovjekovu životu te o uporabi poezije u poetskoj terapiji. Ulazi u problematiku psihologije adolescenata (potreba za samostalnošću s jedne i tuga zbog oproštaja s djetinjstvom s druge strane). Opisuje utjecaj poezije na adolescente (prevencija nepoželjnog ponašanja, osnaživanje u procesu donošenja odluka, ublažavanje/ smanjenje agresivnog ponašanja pa i smanjenje pokušaja samoubojstava). Prikazuje model poetske terapije u radu s adolescentima. Navodi promjene kojima se mogu nadahnjivati nastavnici koji primjenjuju poetsku terapiju u svojem radu. Autorica piše o korisnosti oblikovanja već spomenute zajedničke pjesme. Nabraja pravila ponašanja u stvaranju kulture razgovora (razgovor o tekstu, pažljivo slušanje i poštivanje sugovornika, čekanje svojega reda na govor itd.). Ivana Bašić opisuje primjenu, tj. vlastito iskustvo poetske terapije u nastavi književnosti (na primjeru analize i interpretacije

Baudelaireovih pjesama). Donosi ulomke iz vlastitoga dnevnika, obnavljajući sjećanja na stanja duha i tijela kada je i sama bila adolescentica, sjećanja na djetinjstvo i odrastanje, suočavanje sa sobom. Ističe misao da poetski terapeut mora raditi na sebi, pisati, slikati, svirati i sl. (jer tako odgovara na probleme, reagira na situacije, osobe, oslobađajući svoje osjećaje). Na kraju petoga poglavlja autorica donosi **Pismo jedne učenice – osvrt na poetsku terapiju u nastavi** (autoričina učenica Jelena Pugelnik analizira Goetheov roman *Patnje mladog Werthera*, te se osvrće na autoričine sate književnosti i pristup književnome tekstu). Jelena Pugelnik retrospektivno sažima svoj život, piše o svojim osjećajima, razgovara sa svojim ja, spominje autore koji ju nadahnjuju (Cesarić, Bucay), a pismo poetira mišlju o čitanju kao načinu borbe protiv svakodnevnih problema (*Neki odlaze u kupovinu, a ja čitam.*).

Šesti dio, tj. šesto poglavlje priručnika Ivane Bašić su **Dodaci – Vježbe za pisanje** te obrasci i upitnici za rad primjereni poetskoj terapiji, vježbe za pripremu te izbor pjesama za poetsku terapiju (tj. didaktički materijali; npr. pjesme R. Frosta, D. Cesarića, A. G. Matoša, V. Parun, T. Ujevića itd.). Na kraju je knjige **Bibliografija** (koja obuhvaća 78 jedinica).

Autorica svako poglavlje svoje knjige počinje točnom i preciznom definicijom ključnoga pojma kojega obrađuje (npr. pojma biblioterapije) ili pak slikovitim i poticajnim citatom (npr. mislima o ljudskim glasovima i mjestima njihova utjelovljenja, o čežnji za komunikacijom, o nadi upletenoj u riječi, o ozdravljujućoj i obnoviteljskoj moći riječi, o nastojanju pronalaženja riječi kojima se dopire do ljudskoga srca, o moći promjene uslijed djelovanja riječi na veoma dubokim razinama ljudskoga bića).

Poetski su poticaji prepuni nježnosti, suptilnosti, čežnje, čistoće i ljepote. Riječi se uspoređuju s notama, s kapljicama kiše ili pak s olujom koja može pomoći čovjeku u oblikovanju vlastita unutrašnjeg svijeta.

U poglavlju **Dodaci** Kristijan Komorčec (autoričin učenik) analizira odabrane pjesme za poetsku terapiju, tj. didaktički ih oblikuje.

Knjigu je dizajnirala Tea Pavić, pored ostaloga, i izvrsno odabranim fotografijama (koje su korištene pod licencom *Getty Images*). Na unutarnjim su koricama knjige autoričina fotografija i podaci o autorici, a na vanjskima ulomci iz recenzija o knjizi. Fotografije (knjiga, cvijeća, biblioteka, čitateljica, prirode i sl.) odišu nostalgijom, poetičnošću, nježnošću, idiličnošću, profinjenošću i ljepotom, ali upućuju i na to da je knjiga preživjela od davnina do danas, tj. (usprkos pojavi novih medija) sve do digitalnog doba.

Knjiga Ivane Bašić *Biblioterapija i poetska terapija*. Priručnik za početnike nevelika je opsegom (144 stranice), ali je duboka sadržajem. Pisana je sustavno, precizno, razumljivo i jasno. Autoričine će nadahnjujuće riječi razoružati i najveće skeptike te će ih suptilno uvući u tekst i motivirati na upijanje sadržaja knjige. Autorica pažljivo uvodi čitatelja u svijet poetske terapije. Otvara mu nove zanimljive svjetove. Vodi ga putovima u kojima istražuje sebe i svijet oko sebe, na kojima postavlja pitanja, nalazi odgovore, ulazi u dijalog s drugima, ali i u svoju nutrinu – u dubine vlastitoga bića. Knjiga daje čitatelju detaljne upute za rad, tj. za praktičnu primjenu poetske terapije. Knjigu preporučujemo svima koji vjeruju u ljekovitu moć riječi, koji vole poeziju, koji poeziju drže komunikacijskim sredstvom, koji žele ne samo duboko uroniti u sebe same, nego i kvalitetno komunicirati s drugima.

Autoričino široko znanje i bogato iskustvo rezultirali su jezgrovitim tekstom kojim će se inspirirati brojni znatiželjnici i zaljubljenici u riječ. Sigurni smo da će knjiga otvoriti prostor za produbljivanje postojećih i blagotvorno djelovanje novih ideja na komunikacijsku kompetenciju svih koji sudjeluju u procesima biblioterapije ili pak poetske terapije.

Jasna Šego