

TRABAJOS DE CURSO

BIBLIOTERAPIA

MARÍA LUISA ARIAS
LILIANA BEATRIZ MIGUEZ
ÉLIDA MOLFINO
LILIANA LAURA REGA

Resumen: El presente artículo estudia las diferentes orientaciones actuales de la biblioterapia.

Palabras clave: Bibliotecología; Biblioterapia

Abstract: This paper examines the different trends of bibliotherapy in the present.

Keywords: Librarianship; Bibliotherapy

Prólogo

La función de guía o asesoramiento de los servicios de referencia, que tuvo un impulso en la década del '20, ha ido declinando desde mediados de siglo. Hoy se hace mayor hincapié en las otras dos funciones que tradicionalmente han llevado a cabo dichos servicios: información e instrucción. Sin embargo, a pesar de este “desinterés” de los servicios bibliotecarios en esta función, se desarrolla en la actualidad cierta literatura sobre “biblioterapia”.

Se observa, además, que la producción bibliográfica sobre este tema se genera en un ámbito interdisciplinario: la salud, tanto médica como psicológica; la educación centrada en el niño y el adolescente; y en un pequeño porcentaje, la bibliotecología.

Este trabajo intenta tan sólo realizar una síntesis del material bibliográfico localizado y ubicar el alcance actual de la biblioterapia dentro de la bibliotecología.

Universidad de Buenos Aires. Facultad de Filosofía y Letras. Departamento de Bibliotecología y Documentación.

INFORMACIÓN, CULTURA Y SOCIEDAD. No. 2 (2000) p. 85-93

©Universidad de Buenos Aires. Facultad de Filosofía y Letras. Instituto de Investigaciones Bibliotecológicas (INIBI), ISSN: 1514-8327.

Los objetivos son: 1) conocer el fundamento psicológico sobre lo terapéutico de la lectura, 2) describir qué lugar tiene el bibliotecario en la práctica de la biblioterapia según la literatura bibliotecológica desarrollada hasta la actualidad, y 3) elaborar una conclusión propositiva desde la perspectiva de los servicios de referencia.

La búsqueda bibliográfica se realizó a través de la consulta de Library Information Science Abstracts (LISA), Library Literature (LL) y Online Computer Library Center (OCLC), encontrando en total cerca de ciento cuarenta registros correspondientes al tema.

Para la localización de los documentos se acudió al Sistema de Bibliotecas y de Información (SISBI) y al Instituto de Investigaciones Bibliotecológicas (INIBI), pero no fue posible acceder a una amplia cantidad de fuentes primarias, las cuales en su mayoría eran artículos de revistas especializadas en medicina, en psicología, o tesis e informes de alumnos de universidades de Estados Unidos (EEUU). En el Centro Interdisciplinario de Investigaciones en Psicología Matemática y Experimental (CIIPME) fue consultado el Psychological Abstracts. A pesar de las dificultades mencionadas, se han podido elaborar algunas conclusiones a partir de los materiales de primera mano encontrados y de los mismos resúmenes.

Introducción

“La biblioterapia es el arte de curar las enfermedades por medio de la lectura.” (Buonocore, 1976: 91).

Esta práctica queda inscrita dentro de una de las funciones básicas del servicio de referencia: la de guía en la elección de libros.

“La biblioterapia es una forma de guía más especializada (...) Originalmente involucraba el uso de la lectura dirigida a ayudar en un proceso de curación físico o emocional (...). Los médicos han distinguido dos tipos básicos de biblioterapia: clínica y evolutiva. La biblioterapia clínica es usada por facultativos y bibliotecarios de hospitales con personas con problemas emocionales o de conducta, tales como enfermos mentales, para alentar la propia comprensión o un cambio de comportamiento. La biblioterapia evolutiva se emplea con una amplia variedad de individuos en bibliotecas escolares o públicas para promover el autoconocimiento, el desarrollo personal y la lograda conclusión de la “tarea evolutiva” asociada con varias etapas de la vida” (Bopp y Smith, 1995: 14).

Si la biblioterapia aparece involucrada en un proceso de cura emocional, es necesario definir el presupuesto del que se parte para el análisis de los aspectos psicológicos de la misma.

Se ha optado por utilizar el enfoque de la Logoterapia o Tercera Escuela Vienesa de Psicoterapia (las dos primeras son el Psicoanálisis de Sigmund Freud y la Psicología Individual de Adolph Adler), identificando a Viktor E. Frankl (1905-1997) como su creador. Su discurso cambió las bases sobre las que se fundamentan las distintas escuelas psicológicas, dado que intenta superar el reduccionismo del psicoanálisis para el que toda neurosis procede de la represión de la libido.

Sintéticamente, la Logoterapia sostiene que el hombre es un ser libre, cuya motivación primaria no es el instinto de placer identificado por Freud, ni el afán de poder que enunció Adler, sino la voluntad de sentido. Es decir, la persona no se mueve por impulsos, empujada “desde atrás”, su motor está “adelante”, en la meta intelectualmente conocida y libremente aceptada (Frankl, 1978: 21-27)

Este método psicoterapéutico intenta despertar en los pacientes la responsabilidad de vivir, por adversas que sean las circunstancias. Esto es así porque para esta corriente ser hombre significa ir más allá de los condicionamientos, siendo lo más valioso de la existencia humana la autotrascendencia.

La falta de sentido de la vida conduce al “vacío existencial”, y es allí donde Frankl descubrió la raíz de muchas neurosis noógenas (en la mente), típicas del hombre occidental contemporáneo. Propone entonces, una psicoterapia orientada por lo espiritual. La misma intenta brindar al enfermo un apoyo en el mundo del espíritu, “anclarlo espiritualmente” (Frankl, 1978: 35).

1. ¿Por qué la lectura es terapéutica? Una respuesta desde la logoterapia

La logoterapia parte de la concepción de que el hombre es un ser “incompleto”, que lucha por completarse; muy especialmente a partir de vínculos que va constituyendo. Dentro de esta trama de relaciones, la relación terapéutica adquiere una tonalidad especial. Se inserta en el grupo de aquellas relaciones de ayuda, pero asumiendo sus propias características. Terapia es una palabra de origen latino *therapeuticaorum* (tratado de medicina), que a su vez proviene del adjetivo griego *therapeutikós* que significa servicial, que cuida de algo o de alguien; se deduce que el rol del terapeuta es estar al servicio de la tarea personal del paciente. Este rol se cumple facilitando, proporcionando situaciones y recursos que puedan servir a la finalidad de crecimiento personal. Esto se une a otra concepción de este enfoque: se asume que quien más conoce al paciente y a su circunstancia es el propio paciente. El terapeuta lo acompaña en el camino de descubrimiento de sí mismo, pero no diciéndole *quién* es, sino por *dónde* puede llegar a saberlo. En virtud de esto se diferencian dos aspectos: “curar” y “sanar”. “Curar”, del latín *cura*, significa brindar asistencia al enfermo y proveerle los recursos y medios apropiados para que logre su estado de salud. Pero “sanar” del latín *sanus*, significa recuperar el juicio o criterio, la sensatez. A partir de aquí se distingue que, respecto del individuo enfermo, el *curar* es un procedimiento que se origina y se dirige de afuera hacia adentro. Es ordenado y conducido por

un tercero (médico o terapeuta), quien asume el rol de agente y se sostiene respecto del individuo que asume el rol de paciente. Este acto de curar se completa *necesariamente* con el de “sanar” que, como proceso, se concreta de adentro hacia afuera. En este caso es ordenado y conducido por el propio individuo quien termina siendo el agente y paciente del mismo proceso. Ambos, curar y sanar, se complementan en el acto perfecto del restablecimiento de la salud física o psíquica. De esto se deriva que la principal responsabilidad del profesional es ordenar los recursos y medios terapéuticos, no sólo pensando en el cuadro clínico, sino también estimulando y promoviendo la voluntad de sanarse del individuo (García Pintos, 1996: 17).

La biblioterapia

En esta línea de pensamiento se comprende que son muchos los medios a los que se les puede asignar temáticas terapéuticas. Dentro de éstos se plantea al libro como uno de esos recursos válidos. Se trata de la utilización terapéutica del libro, o sea de la biblioterapia, pero tomando por tal (libro) a “toda letra escrita”. El valor de la palabra queda planteado debido a la relación de intimidad que se establece entre el lector y la lectura permitiendo un efecto catalizador. De esta manera, el mensaje llega casi con sorpresa movilizándolo en el individuo su poder de resistencia, su remanente sano, su posibilidad de superación. En esta circunstancia se posibilita en la persona “el darse cuenta”, como encarnación de un valor. Esta es la repuesta del por qué de la biblioterapia.

Pueden señalarse como beneficios de la biblioterapia los siguientes:

- 1) No constituye un riesgo: los relatos son aceptados habitualmente como una intervención no invasora, como otras formas de señalamiento o de interpretación.
- 2) Se reduce el nivel de resistencia y se agiliza el proceso de cambio.
- 3) Se identifica la dirección del cambio con una imagen que permanece en el individuo y que se rememora con el valor terapéutico.
- 4) Ofrece nuevos modelos de flexibilidad señalando otros esquemas de respuestas posibles ante situaciones similares.
- 5) Fomenta la independencia del paciente y su rol activo, se asegura además su valiosísima participación en el proceso terapéutico (“yo me sano”) al tener que recibir, inferir y descubrir el mensaje del texto. En este sentido es importante que el terapeuta lo fortalezca para que pueda pasar del mensaje descubierto a la acción.

En síntesis, la biblioterapia sienta sus bases sobre la logoterapia, que la plantea como una técnica ordenada en torno a un recurso potencialmente terapéutico que es el libro y, por extensión, toda letra escrita que encierre un

contenido convocante para la persona que lo recibe. El paciente se apropia de este sentido y lo recrea (García Pintos, 1996: 19).

Históricamente, la logoterapia es el resultado de la mixtura del existencialismo, movimiento gestado en Europa, y del humanismo americano. La misma cuaja en la corriente humanista-existencial. Pensadores importantes de esta corriente son Allport, Maslow (pioneros del movimiento en EE.UU en los años '50), Viktor Frankl. Un ejemplo de la actualidad es Elizabeth Lukas. Se enfatiza este hecho porque gran parte de la información encontrada sobre el tema proviene de EEUU y abreva en esta corriente. Se refiere a artículos (entre muchos otros) como por ejemplo: “*Bibliotherapy: Battling depression*” (Johnson, 1998), “*Bibliotherapy and DCT: Co-constructing the therapeutic metaphor*” (Mayers, 1998), “*Poetry Therapy*” (NAPT, 1998)

En cuanto a la Argentina, quien ha trabajado este tema es el profesor doctor Pedro D' Alfonso (1979). Parte del valor de la biblioterapia en dos sentidos. Primero, el libro como espejo, metaforizado por medio de la expresión “el libro aconteció en mí”, que se refiere al descubrimiento por medio del libro de diferentes formas de resolver problemas. Segundo, la palabra como certeza, función de la biblioterapia de permitir el acceso a mensajes personales. Define el concepto de *logotipo* como aquellas verbalizaciones negativas o positivas que refuerzan o debilitan las decisiones o las tomas de decisión del sujeto. Estas verbalizaciones constituyen consignas íntimas que condicionan el comportamiento. Estos logotipos habitualmente vienen inscriptos en la persona desde la infancia constituyendo un lenguaje interior o *endofasia* y sistematizando las imágenes del propio Yo. Como la mayoría de las veces son de contenido negativo terminan constituyéndose en un obstáculo para la expresión libre de la personalidad. El sujeto, antes de actuar o cuando se decide a la acción, se habla a sí mismo y se estimula o refrena con estas fórmulas ya estereotipadas. Estos logotipos se “escriben” en el individuo de una manera tan imperceptible, generalmente desde la infancia, que no se es consciente de este verdadero lenguaje interior. Pero una vez descubiertos, corresponde desarticularlos para culminar con su efecto perturbador. Es precisamente la biblioterapia uno de los recursos más interesantes para lograrlo, en tanto que se puede localizar en una frase un contenido asertivo, energético o incentivo.

Finalmente, parece importante ejemplificar señalando la existencia en EE.UU de The National Association for Poetry Therapy (NAPT). Esta Asociación funciona desde 1981 con profesionales con conocimientos en la literatura, psicología y dinámica de grupos. Producen una revista interdisciplinaria sobre la práctica, investigación y educación, *Journal for Poetry Therapy* (NAPT, 1998: 1). Este grupo tiene como objetivo evocar mediante la lectura sentimientos que sirvan como catarsis; asumen que su método es un proceso interactivo en el que se encuentran involucrados: la literatura, el mediador de los recursos y el paciente (ancianos, prisioneros, víctimas de la violencia y del incesto). Esta práctica se

desarrolla en una atmósfera que fomenta la seguridad del individuo y consta de cuatro etapas: el reconocimiento del conflicto, el examen del mismo junto al terapeuta, la yuxtaposición de los puntos de vista del paciente a otros posibles, y la aplicación a la propia vida de los conocimientos adquiridos a través de la lectura (NAPT, 1998: 2-3).

2. La relación bibliotecario-biblioterapia en la literatura bibliotecológica

García Fuentes (1995) cita la única tesis existente sobre Biblioterapia en el ámbito bibliotecológico escrita en el año 1972. En su tesis Burt señalaba que no hay acuerdos sobre quiénes son los profesionales calificados para llevar a cabo dicha práctica. Se diferencian también los conceptos de “terapia explícita”, que implica la búsqueda deliberada del psicoterapeuta, de la “terapia implícita”, término que designa de manera ambigua al recurso terapéutico que se presenta circunstancialmente y que en las bibliotecas se une al desarrollo de asesoría al lector. Se afirmaba, además, que cualquiera que está en relación con los libros y los usa como medio de comunicación es un biblioterapeuta, por lo tanto, todos los maestros deben estar conscientes de los efectos de la lectura en los niños, de modo que puedan ayudarlos a resolver problemas de ajuste en el desarrollo. Para esa fecha predominaba el concepto de “literatura de higiene mental” y su uso seguía la práctica médico-directiva de “prescribir” literatura moralizante. Esta orientación era seguida por las escuelas y otras instituciones: prisión, hospitales de tuberculosos, veteranos, etc. Para este autor (Burt, 1972, cit. por García Fuentes, 1995) la biblioterapia es una práctica intedisciplinaria en la que la determinación de los antecedentes profesionales depende de la modalidad que adquiera la biblioterapia. Si es clínica participa el psicoterapeuta, si es evolutiva el bibliotecario. Esto es así porque la biblioteca la usan individuos con un grado de funcionamiento mental sano, por lo tanto, no se necesita una supervisión; además, esta persona se puede unir con otros pares para explorar sus problemas e interpretarlos por medio de la lectura. Se trata de la biblioterapia practicada por el bibliotecario sin un contrato terapéutico implícito.

Conclusiones

La lectura de la literatura a la que fue posible acceder permite afirmar que en la práctica de la biblioterapia aparecen involucrados los terapeutas, los médicos, los educadores y los bibliotecarios. Sin embargo, el rol de este último no aparece claramente delimitado en ninguna de las áreas que estudian el tema.

Además, en la actualidad, las referencias a dicho rol se desdibujan cobrando mayor importancia temas como la literatura en el tratamiento de conflictos sociales o la lectura aplicada a la evolución de procesos psicológicos.

En la mayoría de los artículos, por otro lado, no aparece la explicación de por qué la literatura es terapéutica.

En cuanto al ámbito específicamente bibliotecológico se observa una escasa profundización en cuanto a la especificación del papel del bibliotecario en la práctica de la biblioterapia. Esta escasez posiblemente se origine en dos cuestiones.

En primer término, las características actuales de la disciplina. La bibliotecología aparece hoy como ciencia en conformación, inmersa en profundos debates teóricos que le permitan validarse como ciencia.

Desde la perspectiva de los servicios de referencia, su paradigma gira en torno al concepto de información: acceso, diversidad de servicios, desarrollo de las competencias tecnológicas de los profesionales. Se toma como ejemplo el paper de E. M. Gericke (1997), presentado en la 63ª Conferencia General de la IFLA, donde el autor manifiesta un insistente interés acerca de cómo deben interpretarse los servicios de las bibliotecas públicas del año 2000, a la luz de las necesidades de acceso a la información y del uso que de la misma realizan las personas, la realidad de “clientes multiculturales”, las habilidades de información de los usuarios, la relevancia de las colecciones y los recursos compartidos, los estudios de usuarios (diferencias actitudinales, de lenguaje, usuarios con necesidades especiales), etc. Esta ponencia vuelve a confirmar el paradigma de los servicios de referencia basado sobre las funciones de provisión de información, educación e instrucción del usuario en el uso de las bibliotecas y la información, consejo en la elección de lecturas y otros medios como la biblioterapia. En principio, sólo enuncia este último concepto y luego se refiere a él afirmando someramente la importancia de la literatura para la ayuda a las personas con enfermedades mentales.

En segundo lugar, las características intrínsecas de la biblioterapia. La biblioterapia como práctica terapéutica involucra, *sine qua non*, al psicólogo siendo el bibliotecario asistente del mismo.

Esta propuesta se aparta de quienes proponen a la biblioterapia como una práctica que puede ser ejercida por cualquier persona “que se relacione con libros” y también de aquellos que la conciben presentándola de manera implícita bajo diversas modalidades circunstanciales.

El desarrollo dedicado en este trabajo al fundamento psicológico de esta práctica se justifica debido a la importancia crucial que, se cree, tiene el papel del psicoterapeuta en la práctica de la biblioterapia.

En este sentido es posible ubicar el rol del bibliotecario como asistente del psicólogo, no ejerciendo de manera directa –en ninguna de las modalidades- la biblioterapia. El servicio que brinda el bibliotecario se refiere a las fuentes necesarias para que el *psicoterapeuta* pueda ejercer la terapia a través de los libros. El bibliotecario buscaría, rastrearía recursos según pautas y necesidades establecidas por el terapeuta. Desde esta perspectiva, el papel del bibliotecario

en cuanto a la biblioterapia no se aparta del ejercido en función de otras especialidades.

De esta manera, se ubica el rol del bibliotecario cumpliendo con una verdadera función de asesoría al psicoterapeuta. Dicha asesoría se basa en la provisión de las fuentes de información idóneas para la práctica de la psicoterapia a través de libros u otros recursos. Para esto, quizás será necesario que se establezca un trabajo de diseminación selectiva de la información, un trabajo en conjunto con el psicólogo, un servicio de alerta dentro del marco de la biblioteca especializada.

Bibliografía

- Bopp, Richard E. y Linda C. Smith. 1995. Reference and information services: an introduction. Englewood, Col.: Libraries Unlimited. xxiv, 626 p. (Library Science Text Series).
- Buonocore, Domingo. 1976. Diccionario de biblioteconomía: términos relativos a la bibliología, bibliografía, bibliofilia, biblioteconomía, archivología, documentología, tipografía y materias afines. 2ª ed. aum. Buenos Aires: Marymar. 452 p.
- Burt, Lesta Norris. 1972. Bibliotherrapy: effect of group reading annd discussion on attitudes of ault inmates in two correctional institutions. Wisconsin: University of Wisconsin. p 21-29. Ph. D.
- D' Alfonso, Pedro. 1979. La personalidad humana. Estructura, formación y asesoramiento. Buenos Aires: Plus Ultra.
- Frankl, Viktor E. 1978. Psicoanálisis y existencialismo : de la psicoterapia a la logoterapia. México: Fondo de Cultura Económica. 359 p.
- Fundación Argentina de Logoterapia "Viktor E. Frankl". 1998. <<http://www.ssdnet.com.ar/vfrankl/>> [Consulta: 25 octubre 1998].
- García Fuentes, Carlos C. 1995. La biblioterapia como provincia de la biblioteconomía. En *Investigación bibliotecológica: Archivonomía, Biblioteconomía e información*. Vol. 9, no 18, 45-46.
- García Pintos, Claudio. 1996. La logoterapia en cuentos: el libro como recurso terapéutico. Buenos Aires: San Pablo. 118p.
- Gericke, Elizabeth M. 1997. Serving de unserved in the year 2000. En IFLA General Conference (63th: 1997: Copenhagen). Conference Programme and Proceedings. Copenhagen: IFLA. 15 p.

Johnson, Roberta. 1998. Bibliotherapy: battling depression. En *Library Journal*. Vol. 123, no. 10, 73-76.

Lawrence, Jeanne Z. 1997. American children's literature: a bibliotherapeutic approach. <<http://www.yale.edu/ynnn/curriculum/units/1997/2/9/0212.x.html>> [Consulta: 19 septiembre 1998].

Mayers, Jane. 1998. Bibliotherapy and DCT: Co-constructing the therapeutic metaphor. En *Journal of Counseling & Development*. Vol. 76, no. 3, 243-250.

National Association for Poetry Therapy. Poetry Therapy. <<http://www.ncata.com/poetry.html>> [Consulta: 26 octubre 1998].

Universidad de Piura. 1997. Muere el psiquiatra Viktor Frankl creador de la logoterapia. <<http://www.udep.edu.pe/ser-gen/capinf41.htm>> [Consulta: 25 octubre 1998].