

BİBLİYOTERAPİ

Dr. Uğur ÖNER*

Tarih boyunca insanların tutumları ve davranışları yazından etkilenmiştir. Okuma malzemesi en ilkelinden en gelişmişine kadar hep eğitimciler tarafından kişisel uyum sorunlarının üstesinden gelebilmek amacı ile kullanılmaya çalışılmıştır. Genellikle okul kitapları için seçilen okuma parçaları yalnızca okumayı geliştirmeyi amaçlamakla kalmayıp genç insanların kişiliklerini geliştirebilmelerini, daha olumlu değerler kazanabilmelerini ve uyum sağlayabilmelerini geliştirebilmelerini de amaçlar. Eğitimciler ve danışmanlar kitapların yalnızca bireylerin uyum sağlamalarında etkili olmakla kalmayıp aynı zamanda onların davranışsal ve duygusal sorunlarının üstesinden gelebilmede bir araç olarak kullanılabilceği noktasına gelmişlerdir. İşte bu amaçla kitap kullanmaya "bibliyoterapi" denmiştir.

Yazında bibliyoterapiye değgin bir kaç tanımla karşılaşırız. Bu tanımların tümünde bibliyoterapinin, kitaplar aracılığı ile bireyin sorunlarını çözebilmesine bir yardım yaklaşımı olduğu vurgulanmıştır. Örneğin Russell ve Shrodes (1950), bibliyoterapiyi edebiyatla okuyucunun kişiliği arasındaki dinamik bir ilişki süreci olarak betimlemişlerdir. Bu ilişki bir danışmanın ya da beceri kazanmış bir rehberin denetiminde kurulabildiği zaman, okuyucu duygusal sorunlarıyla yüz yüze gelir ve olumlu değişimler kazanabilir.

Bibliyoterapiyle ilgili diğer tanımlamalarda ise bibliyoterapinin yalnızca duygusal sorunların çözümlenebilmesinde kullanımı belirtilmekle kalmayıp, aynı zamanda günlük yaşamda karşılaşılan daha az karmaşık sorunların çözümlenebilmesinde de kullanılabilceği vurgulanmıştır. Lindeman ve Kling (1969) ileri sürdükleri tanımlamalarda bu ayrımı belirtmişlerdir. Aynı yazarlar üç tür bibliyoterapi kullanımından söz etmişlerdir: 1. Duygusal sorunlar için, 2. Daha basit

* A.Ü. Eğitim Bilimleri Fakültesi, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümü Araştırma Görevlisi.

uyum sorunları için, 3. Gençlerin ve çocukların gelişim gereksinimleri için bibliyoterapiyi kullanma.

Bibliyoterapinin her bir düzeyde farklı amaçlarla kullanıldığına bakarak, bireylerin çok farklı sorunlarla başa çıkabilmelerinde onlara yardım olmak üzere kullanılabilmesi söylenebilir.

Bibliyoterapi Süreci

Danışmanın beceri ve içgörü sahibi olmasını gerektirmesine rağmen bibliyoterapi bir tür okuyucu ile kitabı buluşturmaktır. Okuyucu kendi sorununa benzer bir sorunu yaşayan kitap kahramanı ile özdeşleşebilmelidir. Okuyucu aynı zamanda kendi sorunlarıyla kitaptaki karakterin sorunları arasındaki benzerlikleri görebilmelidir. Danışmanın rolü, okuyucuya hikayedeki karakterin güdülerini yorumlayabilmede ve hikayedeki kişiler arasındaki ilişkileri anlayabilmede yardımcıdır.

Bibliyoterapik sürecin bu noktasında, okuyucunun hikayeden çıkarılan anlamın kendi sorununa uygulanabilirliğiyle ilgili bir görüş kazanabilmesine yardım edilmelidir.

Bibliyoterapinin bu evresi bir özdeşleşme ve yansıtma evresi olarak görülmektedir (Pardeck ve Pardeck, 1984).

Okuyucu hikayenin kahramanı ile özdeşleştiği ve yansıtma gerçekleştirilebildiği zaman, danışman okuyucuyu duygularını ortaya koyabilme ve arınma evresine yöneltmeye çalışır (Pardeck ve Pardeck, 1984).

Arınmanın sağlanabilmesi için, okuyucu sözel ya da sözel olmayan duygusal bir rahatlama yaşayabilmelidir. İşte danışmanın bu noktada devreye girmesi bibliyoterapiyi normal okuma sürecinden ayırdeden en önemli unsurdur. Duyguların ortaya çıkarılması ve arınma evresinde, danışman, okuyucunun hikaye ile ilgili tepkilerini, hikaye kahramanı ile özdeşleşme kurarkenki duygusal yaşantılarını ve ele alınan sorunla okuyucunun sorunlarının benzerlik derecesini, hem kendisi anlamalı hem de okuyucunun anlayabilmesine ve gerekli bağları kurabilmesine yardımcı olmalıdır.

Bibliyoterapinin en son adımı ise içgörünün kazanılması ve bütünleşme evresidir (Pardeck ve Pardeck, 1984). Bu evrede danışmanın yardımıyla okuyucu içgörü kazanır; okunan hikaye yoluyla kendi

sorununa bulunan çözümleri tanıyabilmeye başlar. Burada okuyucuya yapılan rehberlik, onun sorunlarıyla başa çıkmada kullanabileceği yeni yollar bulabilmesine olanak sağlar.

BİBLİYOTERAPİNİN UYGULANMASI

Kitap Seçimi İçin Genel Ölçütler

Danışmanlar, öğrencilerin sorunlarını çözmede yardım ederlerken eğer bibliyoterpiyi kullanmak isterlerse, kitap seçiminde gözünde bulundurmaları gereken bazı ölçütler vardır.

Kitap seçiminde en önemli etmen genç insanın yüzyüze olduğu sorundur. Ancak çocuğun ilgisi ve okuma düzeyi de hesaba katılmalıdır. Danışman çeşitli sorunlara ışık tutabilecek kitapları araştırmalı ve bulmalıdır. Yani genç insanın sorunu, ilgisi ve okuma düzeyi denkleştirilebilmelidir.

Genç insanın ilgi düzeyini daha çok onun takvim yaşı ve olgunluk düzeyi saptar. Bireyin okuma düzeyi açısından, anlaşılması çok güç olan bir kitap bibliyoterapi sürecini engeller. Öte yandan kişinin okuma düzeyinin çok altında bir kitabın seçilmesi de onun kendisini aşağılanmış hissetmesine yol açabilir. Bu nedenle kitap seçiminde tüm kaynaklar incelenerek bir seçime gidilmelidir. Seçilen kitabın kapak düzeninden puntosuna kadar her türlü ayrıntılı özelliği de genç insanlar için önemli olmaktadır.

Son olarak da, seçilecek kitabın edebi değeri olup olmadığına karar verilmelidir. Bazı danışmanlar bibliyoterapi için edebi olmayan bilgi verici kitapları da kullanabilmektedir. Ancak yukarıda belirttiğimiz bibliyoterapi evrelerinin üçünün de ortaya çıkabilmesi için genç insan okuduğu kitaptaki karakterle özdeşleşebilmelidir. Böylece edebi kitaplar ya da edebi olmayan biyografik özellikler taşıyan kitaplar okuyuculara ulaşabilmekte ve bibliyoterapik sürecin evrelerinin yaşanabilmesini sağlayabilmektedir.

Bibliyoterapinin Ana-Babaları Ayrılmış Olan Çocuklarla Yürütülmesi

Okul çağındaki birçok çocuk ana-babasının ayrılmasıyla ilgili olarak basit bazı uyum sorunlarıyla karşı karşıya geldiği için bibliyoterapinin bu tür sorunlar için özel olarak kullanımının üzerinde du-

rumalıdır. Danışmanlar, ana-babaların ayrılmasını konu alan, hayali olmaktan uzak gerçekçi olarak umut verebilecek kitaplar seçmelidirler. Kitap seçiminde, mutlu sonla biten, ana-babanın yeniden birleşmesiyle sonuçlanan kitaplardan kaçınılmalıdır. Ayrıca, ayrılık olayında özellikle suçlanan bir karakterin vurgulandığı bir kitabı seçmekten de kaçınılmalıdır.

Seçim yaparken en yararlı olabilecek kitaplar, ana-baba ayrıldığı zaman yaşanan şaşkınlıklar, mutsuzluklar ve belki de evin gergin havasının değişmesi sonucunda yaşanan rahatlatma duyguları gibi hem olumlu hem de olumsuz duyguları yaşayan karakterlerin yer aldıkları hikayeleri seçmek yerinde olabilir. Ayrılma olayı ile ilgili olarak seçilen kitaplar, ayrılıktan sonra ailenin ekonomik durumunda ortaya çıkabilecek değişiklikler, yer değiştirme olasılığı ve çocukların sorumluluklarına yüklenebilecek bazı yeni sorumluluklar gibi, günlük yaşamla başa çıkabilmede ortaya çıkan sorunlar üzerinde odaklaşmalıdır.

Ayrılan ana-babaları konu alan kitaplardaki karakterlerin yeni aile ortamına nasıl uyum yapmaya çalıştıkları anlatılırsa bu tür kitaplar gençlere daha fazla yardımcı olabilir. Örneğin bu kitaplardaki karakterlerden birisi kendi sorunlarını kendisi gibi yine ana-babası ayrılmış olan yaşlılarıyla paylaşıyor olabilir, bir öğretmene yaklaşabilir ya da profesyonel bir yardım alabilir.

Danışman ana-babası ayrılmış olan bir grup öğrenciyle birlikte seçtiği bir kitabı okuma etkinliğini yürütebilir. Seçilen kitabın kahramanı, babası evi terkedince şaşırıp üzüntü duyabilir. Ayrılık olayından sonra birçok değişiklikte yüzyüze kalınabilir. Örneğin yaşanan evin satılması, annenin iş araması, yeni bir eve taşınma gibi. Danışman gruptaki öğrencilerden ana-babalarının ayrılmasından sonra kendi karşılaştıkları değişiklikleri sıralamalarını isteyerek onların yansıtma sürecini yaşamalarına yardımcı olabilir. Daha sonra da tüm grup üyeleri kendi karşılaştıkları değişikliklerden oluşan listelerini birbirlerininle karşılaştırabilirler. Burada başkalarının da kendilerininine benzer sorunlar yaşamakta olduklarını görmek, bu sorunu grupla paylaşmak onları rahatlatacak, yaşamla başa çıkabilmede yalnız olmadıklarını hissettirecektir.

Çocukların yaşı ilerledikçe birlikte yaşamlarını sürdürebilecekleri ebeveyni ya da bir yakını seçebilmede onlara yardımcı olabilecek konuları içeren kitaplar ele alınmalıdır. Bu seçimi yaparken kişilerin

geçirdikleri aşamalar izlenebilir. Böyle bir durumla yüzyüze kalan kahramanların karar verme sürecini nasıl yürüttüklerini ve neler yaşadıklarını izlemek ve bu kişilerle özdeşleşme kurabilmek gençlerin sorunlarına olumlu çözümler bulabilmelerine yardımcı olur.

Ayrıca ana-babanın ayrılmasından sonra davranış bozuklukları geliştiren daha küçük yaştaki çocuklara da uygun kitaplar seçilerek yardımcı olunabilir. Anne ya da babanın yeni seçeceği eşi kabul edebilmede onlarla birlikte yaşayabilmenin yollarını aramada yine bu durumlara benzer konuları işleyen kitaplar yardımcı olabilir.

Ayrılmanın farklı yönlerini farklı düzeylerdeki öğrencilere sunan kitapların danışman tarafından seçilmesi ve bibliyoterapi süreci içerisinde kullanılması, öğrencilerin yeni aile yaşamlarına daha iyi uyum sağlayabilmelerinde yardımcı olur.

Bibliyoterapinin Çocuk İstismarı Konusunda Kullanılması

Çocuk istismarı ile ilgili olarak yürütülen bibliyoterapinin amacı, çocuklara kendileri için zarar verici türden davranışları tanıyabilmelerinde yardımcı olmaktadır. Bu nedenle danışmanlar edebiyatta çocuk istismarı konusunu ele alan kitapları incelemeli ve çocuklara sunmalıdırlar. Çocukları bu konuda bilgilendirmek iki açıdan önemlidir. Birincisi, çocuklarını hırpalayan, zedeleyen anababaların çoğu, kendileri de çocukluk yıllarında benzer davranışlarla karşılaşmış olan kişilerdir. Bugün istismar edilen çocuk, yarın kendisi de çocuklarını istismar eden bir yetişkin olmaktadır. Bu kısır döngünün anlaşılması belkide bu çemberi kırabilmek için atılan ilk adım olacaktır. İkincisi ise, istismara uğramış çocukların olumlu bir benlik imgesi kazanabilmesine yardımcı olmaktadır.

Çocuklar, okudukları kitaplar aracılığıyla, büyükler tarafından kendilerine yöneltilebilecek istismar edici davranışları tanırlar. Böylece, bu tür saldırıların tek nedeninin kendi "kötü" davranışlarının olmadığını görebilirler. Bu da onları yoğun suçluluk duyguları altında ezilmekten korur. Çocuk ceza ile karşılaştığında bunu hep yaptığı yanlış birşeylerden dolayı hak etmiş olduğunu sanır. Bu duygu giderek çocuğun kendini hırpalanmayan diğer çocuklardan farklı hissetmesine yol açar. İşte, istismara uğramış çocukların bu duygularla başa çıkabilmeleri için onları benzer sorunları konu alan edebi eserlerle buluşturmak gerekir. Bu eserlerde kahramanların "kötü" olmadan, böylesi

cezaları hiç hak etmeden de istismar edilebildiklerini görürler. İnsanların ne kadar kötü olabileceklerini anlarlar. Böylece, çocuklar yoğun suçluluk duyguları yaşamaktan kurtulmaya çalışırlar.

Farklı dönemlerde yazılmış olan hikayelerin kahramanları bir dönemden diğerine oldukça önemli farklılıklar gösterirler. Çoğunlukla yazdıkları dönemin kültür özelliklerini yansıtır. Hikayelerdeki ortamlar ve karakterler çağlar boyu değişse de, çocuk istismarı konusu içerisindeki hırpalayıcı, zedeleyici ve tehdit edici hava hiç değişmeden sürüp gider. Hikaye bazen mutlu bir sona bağlansabile, istismar edilmiş olma duygusu hep temelde kalmaktadır. Bu nedenle hangi dönemde yazılmış olursa olsun konusu çocuk istismarı olan tüm kitaplar kullanılabilirler. Çocuklar bu hikayeleri okuyarak, yaşamla yüz yüze gelerek gerçekleri anlayabilir, kendilerini zedeleyici davranışlardan korunmaya çalışırlar.

BİBLİYOTERAPİNİN SINIRLILIKLARI

Danışmanlar, bibliyoterapiyi kullanmayı düşündüklerinde, ilkin yardıma gereksinmesi olan kişinin buna hazır ve istekli olup olmadığına dikkat etmelidirler. Danışman, daha ilişkinin çok yeni olduğu bir dönemde bibliyoterapiyi teklif etmemelidir. Eğer danışmaya başvuran kişi hızla sorunlarının çözümüne ulaşabilmekteyse, bibliyoterapiyi devreye sokmanın bir anlamı olmayabilir. Ayrıca, bu, ilişkinin yavaşlamasına da neden olabilir. Şunu da unutmamak gerekir ki bibliyoterapi tek yardım edebilme yolu değildir. Ancak diğer yaklaşımları destekleyebilir.

Bibliyoterapinin etkili bir biçimde kullanılabilmesi için en önemli nokta yardım alma durumunda olan kişinin okuma alışkanlığını kazanabilmiş olmasıdır. Bibliyoterapi ancak okuma yeteneği orta ve ortanın üzerinde olanlar için önerilebilir. Danışman, seçilen kitaplardan yararlanacak olan kişilerin okuma ve ilgi düzeylerini çok iyi bilmelidir. Bunlar bilinmezse, okuma işlemi bireyler için engelleyici olabilir.

Bibliyoterapinin diğer bir sınırlılığı da, bibliyoterapik süreci yürüten bir kişinin, okumayı sürdürürken kendi sorununu düşümselleştirmesidir. Yani kişi düşünce boyutundan öteye geçemez ve romandaki kişiyle özdeşleşemez. Bunun sonucu olarak da yalnızca sorununu yansıtmakla kalır. Bu da onun bir sorunu çözme sorumluluğunu yük-

lenmekten kaçınmasına yol açar. Buna daha çok zihinsel gelişimleri sınırlı olan küçük yaştaki öğrencilerde rastlanır.

Danışman bibliyoterapiyi danışanda diğer yaklaşımlardan daha etkili bir değişme sağlayacağından emin olduğunda uygulamalıdır. Bu süreç yürütülürken bibliyoterapinin tüm aşamalarının ortaya çıkabilmesine yardımcı olmaya özen gösterilir.

KAYNAKÇA

- Baver, Carolyn J.**, Books Can Break Attitudinal Barriers Toward the Handicapped, *The School Counselor*, 1985, Cilt 33, Sayı 3, s. 302-305.
- Belcher, Vivian B.**, History Need Not Repeat Itself: Make Children Aware of Child Abuse Through Literature, *The School Counselor*, 1983, Cilt 31, Sayı 1, s. 44-51.
- Hipple, Theodore W. ve Yarbrough Jane H. ve Kaplan Jeffrey S.**, Twenty Adolescent Novels (and More) that Counselors Should Know about, *The School Counselor*, 1984, Cilt 32, Sayı 1, s. 142-147.
- Pardeck, Jean A. ve Pardeck John, T.**, Bibliotherapy Using a Neo-Freudian Approach for Children of Divorced Parents, *The School Counselor*, 1984, Cilt 33, Sayı 3, s. 313-317.
- Sheridan, John, T., Baker, Stanley B. Baker ve Lissovoy, Vladimir D.**, Structured Group Counseling and Explicit Bibliotherapy as In-School Strategies for Preventing Problems in Youth of Changing Families, *The School Counselor*, 1984, Cilt 32, Sayı 2, s. 134-141.