

BIBLIOTERAPIA NA MELHOR IDADE

Viviane Jerônimo
Adriana Pereira Rossetto
Paulo Roberto Freitas da Silva
Eliete Gonçalves
Juliane Trein

Resumo: Relato das atividades de biblioterapia aplicada em moradores idosos de um edifício residencial em São José (SC). Por meio das atividades biblioterapêuticas busca-se proporcionar momentos catárticos, liberando emoções, e também de descontração e socialização entre os participantes, intensificando assim, os laços de amizade entre os presentes. As atividades desenvolvidas foram a contação de história e a realização de uma dinâmica que proporcionou aos presentes tornarem-se mais próximos. No término, distribuiu-se uma lembrança personalizada como forma de carinho e agradecimento. Percebeu-se que os objetivos foram alcançados pelas expressões e depoimentos dos participantes. Ressalta-se a relevância da biblioterapia para a sociedade, especificamente para os idosos.

Palavras chave: Biblioterapia. Catarse. Idosos. Socialização.

1 INTRODUÇÃO

As atividades biblioterapêuticas, executadas como requisito da disciplina Biblioterapia, optativa do Curso de Graduação em Biblioteconomia da Universidade Federal de Santa Catarina no semestre de 2010.1 e ministrada pela professora Clarice Fortkamp Caldin, foram realizadas em um edifício residencial, localizado em Campinas, São Jose/SC. Neste condomínio residem os pais de um dos integrantes da equipe, que ficou encarregado de convidar os moradores idosos para participarem da atividade.

Quando surgiu a oportunidade de realização da atividade biblioterapêutica, a turma 02324 formou pequenos grupos e cada um

escolheu um público específico para realizar a atividade. Alguns demonstraram aptidão para trabalhar com crianças, outros com dependentes químicos ou enfermos. Essa equipe optou por trabalhar com idosos de um condomínio, a opção deve-se ao fato do isolamento em que normalmente esse grupo vive em edifícios, sendo um público alvo para aplicar-se a biblioterapia.

O ser humano está sempre apressado e preocupado apenas com seus problemas e com isso, tem-se cada vez menos tempo para cultivar pequenas atitudes com pessoas próximas. Por vezes, não se oferece aos que estão ao redor nem mesmo um simples cumprimento no elevador ou no corredor de um prédio. Essas atitudes introspectivas conduzem ao distanciamento até mesmo de pessoas que estão geograficamente próximas, como é o caso.

A atividade de Biblioterapia pretende trazer à tona essa realidade da vida moderna, estimulando o convívio e a socialização entre as pessoas e, neste caso específico, entre os idosos moradores de um edifício. Por meio de socialização, o convívio entre os moradores torna-se mais agradável. A contação de histórias e a realização de dinâmica busca resgatar o convívio entre vizinhos, especialmente os idosos que, com a chegada da velhice e até mesmo da aposentadoria, sentem-se mais solitários e afastados da sociedade, possibilitando assim, novas amizades e desmistificando o estigma dos tempos atuais de que em condomínios, as pessoas, apesar de serem vizinhas, não criam nenhum vínculo.

Este projeto teve como objetivo geral proporcionar aos moradores do referido condomínio momentos catárticos e, como objetivos específicos resgatar a autoestima e possibilitar descontração e socialização do grupo, criando vínculos de amizade.

2 BIBLIOTERAPIA

A biblioterapia é uma das várias vertentes da Biblioteconomia e um instigante campo de trabalho para o profissional bibliotecário

que busca atuar em uma área menos técnica e mais humana, do ponto de vista emocional e psicológico. As demais áreas da Biblioteconomia possuem uma faceta e preocupação humana e social, entretanto apresentam características bem mais tecnicistas; já a biblioterapia atua e influencia diretamente nas emoções dos indivíduos, tendo como objetivo primordial proporcionar a catarse através do uso e aplicação de técnicas especiais de leitura.

As definições para o termo biblioterapia são inúmeras, conforme verificam Caldin (2001) e Seitz (2006). Entretanto, a análise etimológica da palavra derivada do grego, deixa claro sua função essencial: **tratamento através do livro**. Segundo Caldin (2001), a literatura proporciona a pacificação das emoções, possibilidade admitida como resultado da função terapêutica da leitura. E acrescenta: “A leitura do texto literário, portanto, opera no leitor e no ouvinte o efeito de placidez, e a literatura possui a virtude de ser sedativa e curativa.” (2001, p. 32).

A prática da leitura, portanto, é de suma importância para o pleno desenvolvimento das atividades de biblioterapia. “O ato de ler proporciona a possibilidade de diálogo para além do tempo e do espaço; é o alojamento do mundo para além dos limites [...]; é a exploração de experiências mais variadas, quando não podemos viver realmente.” (SEITZ, 2006, p. 32).

Sabe-se que a leitura como auxiliar no tratamento das mazelas do corpo e do espírito não é recente. Ouaknin (1996, p. 27) demonstra isso ao afirmar: “A biblioterapia, uma novidade? Nem um pouco!”

Na biblioterapia, são utilizados textos literários ficcionais sem fundo moral, pois sua principal finalidade é mexer com o imaginário humano. Segundo Caldin (2009, p. 149), os textos devem expressar:

[...] conteúdos da ficção gostosos de ler, textos com lacunas a serem preenchidas pela imaginação e emoções dos leitores, ouvintes ou espectadores, ou, em

outras palavras, aqueles textos de fruição que proporcionem a passagem da fala falada à fala falante, provocadores, catárticos.

Normalmente são utilizados textos curtos, como contos, crônicas, poesias e poemas para que a plateia não perca o interesse pela história.

A biblioterapia oferece, através da leitura, a identificação, valendo-se das personagens que acabam por ativar no público sentimentos catárticos. Mas afinal, o que é catarse? A definição encontrada no minidicionário Aurélio (2008, p. 219) diz que catarse é “purgação” e na psicanálise é a “liberação de pensamentos e emoções que estavam reprimidos no inconsciente, seguindo-se alívio emocional.” No dicionário digital de termos médicos, catarse significa “limpeza”, além de “Elemento de técnica psicanalítica e psicoterápica que visa à remissão dos sintomas através de exteriorização verbal e emocional dos traumatismos afetivos reprimidos; purgação; evacuação; limpeza”.

Para Caldin (2002, p. 39), catarse é a pacificação das emoções, e afirma que o filósofo Aristóteles já explorava esse conceito “ao analisar a tragédia e verificar que o prazer sentido pelo espectador frente a uma representação teatral dessa espécie literária proporcionava-lhe alívio das pressões da vida diária”.

A biblioterapia, então, se torna um importante instrumento de tratamento e até mesmo de cura para os males da vida, sejam eles de ordem emocional ou física. Seitz (2006, p. 19) resume de forma eclética:

a Biblioterapia é um programa de atividades selecionadas envolvendo materiais e leituras planejados, conduzidas e controladas como um tratamento, sob a orientação médica para problemas emocionais e de comportamento, devendo ser

administrada por um bibliotecário treinado de acordo com as propostas e finalidades prescritas.

Portanto, biblioterapia pode ser vista como uma arte: a arte de levar bem-estar para as pessoas.

2.1 Biblioterapia com idosos

A intensa transformação da sociedade com o avanço das tecnologias resulta em muitos benefícios, porém esse aceleração intenso fez também diminuir a comunicação direta entre as pessoas, principalmente quanto à falta de atenção que os jovens dedicam aos mais idosos. De acordo com Rossi, Rossi e Souza (2007, p. 326), “[...] grande parte dos idosos sofre com as alterações de valores culturais e com a quebra do tradicionalismo, ocasionando conflitos com a geração mais jovem.”

As causas disso são atribuídas à falta de tempo, à questão da pressa, urgência e exigências na sociedade. Com isso tem aumentado cada vez mais os problemas psicológicos e de depressão nas pessoas de modo geral e principalmente nos idosos, conforme ressaltam Rossi, Rossi e Souza (2007, p. 327): “Quando os idosos se aposentam, desenvolvem ansiedade e reações depressivas devido à ociosidade, além da sensação de abandono e crises existenciais.”

A biblioterapia, além de importante auxiliar em tratamentos diversos e no lazer, é também multidisciplinar, pois pode e deve ser aplicada em variados campos e situações. Seitz (2006) menciona alguns destes campos: **correcional** (na recuperação de jovens delinquentes e adultos criminosos), **educacional** (na leitura dirigida para crianças e adolescentes em idade escolar ou em hospitais), **medicinal** (na recreação, na informação sobre tratamentos e doenças e no lazer para os internados por longos períodos), **psiquiátrico** (na cura de distúrbios psíquicos e no tratamento de dependentes químicos) e para **idosos**, onde nosso foco na atividade desenvolvida

foi o de socialização e entretenimento, tendo em vista as necessidades apresentadas anteriormente.

Os idosos, ao chegar à velhice ou se aposentarem, enfrentam um período de adaptação à nova realidade, muitas vezes difícil e que pode trazer sentimentos diversos, sendo de fundamental importância o apoio de familiares e amigos, de modo que possam mostrar-lhes que suas vidas têm sentido sempre e que agora, apenas estão tendo um descanso merecido por todo o esforço e dedicação ao longo de suas vidas, com a oportunidade de aproveitá-la e fazendo perceber que os valores de caráter do ser humano são justamente mais aprimorados na fase em que estão: na melhor idade.

É preocupando-se com as emoções particulares desta fase da vida, um processo natural e inevitável para todos – homens e animais – que a biblioterapia tem como objetivos principais com os idosos “o reajustamento ocupacional da velhice, atualização educacional, socialização e remotivação.” (SEITZ, 2006, p. 29). Com base nestes dois últimos objetivos (socializar e re-motivar) que se idealizou e executaram-se as atividades biblioterapêuticas com idosos.

3 APLICAÇÃO PRÁTICA DA BIBLIOTERAPIA NA MELHOR IDADE

Em maio de 2010, depois de verificada a disponibilidade de um local apropriado, agendado e confirmado o encontro, além da escolha do texto e demais tarefas, deu-se início a aplicação da biblioterapia. Estavam presentes 11 (onze) participantes do sexo feminino, apesar de o convite ter se estendido a todos os moradores idosos do edifício, independente do sexo.

A atividade começou com a distribuição de crachás e breve apresentação da biblioterapia e dos aplicadores, pela professora Clarice Fortkamp Caldin. Logo em seguida, foi inicializada a dramatização da crônica: a velhinha contrabandista de Stanislaw Ponte (ver texto completo no Anexo A). O público acompanhou toda

a encenação com atenção e expectativa e ao final, manifestou sua alegria com aplausos, muitos risos e comentários positivos e até mesmo emocionados em alguns casos.

Na sequência, ao som de clássicos da música antiga, cada um dos participantes apresentou-se aos demais, para que a dinâmica de troca de crachás pudesse ser iniciada. A atividade consistia em cada um pegar um crachá com o nome de outro participante e descrever características (físicas ou psicológicas) sobre o outro, de forma que os demais pudessem adivinhar de quem se tratava. O objetivo desta dinâmica foi estimular a socialização dos moradores do condomínio e acabou tornando-se o ponto alto do encontro, pois proporcionou momentos emocionantes. No final, houve um lanche para encerramento da atividade e então foi realizada a entrega de uma pequena lembrança à plateia.

A atividade de biblioterapia foi bem-sucedida, visto que todas as atividades tiveram ótima aceitação por parte dos participantes, tendo inclusive quebrado as barreiras iniciais de inibição e emocionado muitos, superando assim as expectativas do grupo. Na despedida, todos os participantes agradeceram muito pelos agradáveis momentos proporcionados.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A biblioterapia tem como maior missão cuidar do ser e é muito importante no desenvolvimento da sociedade, visto que o ser humano é emocional e precisa de atenção. É fundamental olhar para o livro não somente como uma necessidade para o avanço da tecnologia, mas como um instrumento capaz de acalmar mentes e corações proporcionando ao indivíduo momentos de reflexão, relaxamento e encantamento.

A biblioterapia trata do ser humano, estabelece uma relação mais próxima e pode, com muito amor, carinho e respeito, transformar as pessoas, fazendo com que se tornem mais tolerantes.

Este é o conhecimento voltado para o lado emocional, “humano” das pessoas, visto que o amor e compaixão são mais importantes que a tecnologia no desenvolvimento de uma sociedade.

As atividades apresentadas foram muito gratificantes e foi possível perceber a satisfação daquelas pessoas com a contação da crônica e com a dinâmica aplicada, constatando-se que o trabalho desenvolvido levou-as à catarse. Assim, podemos perceber que sem envolvimento, comprometimento e amor sinceros, não se consegue alcançar os objetivos.

É necessário olhar para o livro e enxergá-lo como um amigo especial capaz de transformar a sociedade, não por seu valor comercial, mas sim pelo valor espiritual e emocional que proporciona ao seu leitor. Somente dessa maneira, pode-se afirmar que existe uma terapia por meio da leitura – a biblioterapia.

REFERÊNCIAS

CALDIN, Clarice Fortkamp. A leitura como função terapêutica: biblioterapia. *Encontros Bibli: Revista Eletrônica de Biblioteconomia e Ciência da Informação*, Florianópolis, v. 6, n. 12, p.32-44, 2001.

Disponível em:

<<http://www.periodicos.ufsc.br/index.php/eb/article/view/36/5200>>.

Acesso em: 13 jun. 2010.

_____. Biblioterapia para crianças internadas no hospital universitário da UFSC: uma experiência. *Encontros Bibli: Revista Eletrônica de Biblioteconomia e Ciência da Informação*, Florianópolis, v. 7, n. 14, p.38-54, 2001. Disponível em:

<<http://www.periodicos.ufsc.br/index.php/eb/article/view/258/5225>>.

Acesso em: 13 jun. 2010.

_____. *Leitura e terapia*. 2009. 216 f. Tese (Doutorado em literatura) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2009. Disponível

em: <<http://www.tede.ufsc.br/teses/PLIT0342-T.pdf>>. Acesso em: 11 jun. 2010.

DICIONÁRIO digital de termos médicos. [Organizado por Érida Maria Diniz Leite]. Disponível em <http://www.pdamed.com.br/diciomed/pdamed_0001_aa.php>. Acesso em: 13 jun. 2010.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. *Miniaurélio: o minidicionário da língua portuguesa* [Revisado conforme acordo ortográfico]. Coordenação de edição Marina Baird Ferreira. 7 ed. Curitiba: Positivo, 2008.

OUAKNIN, Marc-Alain. *Biblioterapia*. São Paulo: Loyola, 1996.

PIRES, Cristiane de Castro; SILVA, Dienner Mory Rodrigues da. UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA. Departamento de Ciência da Informação e Documentação. *A biblioteca e a biblioterapia no tratamento dos pacientes da Associação Brasileira de Assistência as Pessoas com Câncer – ABRAPEC*. 2009. 112 f. Monografia (Graduação) - Curso de Biblioteconomia, Departamento de Ciência da Informação e Documentação, Universidade de Brasília, Brasília, 2009.

ROSSI, Tatiana; ROSSI, Luciene; SOUZA, Maria Raquel. Aplicação da biblioterapia em idosos da Sociedade Espírita Obreiros da Vida Eterna (SEOVE). *Revista ACB: Biblioteconomia em Santa Catarina*, Florianópolis, v. 12, n. 2, p. 322-340, jul./dez., 2007. Disponível em: <<http://revista.acbsc.org.br/index.php/racb/article/view/505/650>>. Acesso em: 13 jun. 2010.

SEITZ, Eva Maria. *Biblioterapia: uma experiência com pacientes internados em clínica médica*. Florianópolis: ACB: Habitus, 2006.

BIBLIOTHERAPY IN THE BEST AGE

Abstract: Report on the activities of bibliotherapy applied to the elderly residents of the building Dona Leonilde. By library-therapist/patient/nursing activity aimed to provide moments of relaxation and also cathartic and socialization among the participants, thus enhancing the ties of friendship among those present. The activities conducted were the storytelling and the realization of a dynamic that gave the gifts to become closer. In the end, distributes a custom CD with old songs as a form of affection and gratitude. It was felt that objectives were achieved by the expressions and gestures of affection shown by the participants. What makes clear the relevance of bibliotherapy for society, specifically for the elderly.

Keywords: Bibliotherapy; Catharsis; Elderly; Socialization.

Viviane Jerônimo

Acadêmica do curso de graduação em Biblioteconomia pela Universidade Federal de Santa Catarina.

Adriana Pereira Rossetto

Acadêmica do curso de graduação em Biblioteconomia pela Universidade Federal de Santa Catarina.

Paulo Roberto Freitas da Silva

Acadêmico do curso de graduação em Biblioteconomia pela Universidade Federal de Santa Catarina.

Eliete Gonçalves

Acadêmica do curso de graduação em Biblioteconomia pela Universidade Federal de Santa Catarina.

Juliane Trein

Acadêmica do curso de graduação em Biblioteconomia pela Universidade Federal de Santa Catarina.

ANEXO A

Crônica a velha contrabandista

Narradora - Diz que era uma velhinha que sabia andar de lambretas. Todo dia ela passava pela fronteira montada na lambreta, com um bruto saco atrás da lambreta. O pessoal da alfândega — tudo malandro velho — começou a desconfiar da velhinha.

Um dia, quando ela vinha na lambreta com o saco atrás, o fiscal da alfândega mandou parar. A velhinha parou e então o fiscal perguntou assim pra ela:

Fiscal — Escuta aqui, vovozinha, a senhora passa por aqui todo dia, com esse saco aí atrás. Que diabo a senhora leva nesse saco?

Narradora - A velhinha sorriu com os poucos dentes que lhe restavam e mais os outros, que ela adquirira no odontólogo, e respondeu:

Velhinha — É areia!

Narradora - Aí quem sorriu foi o fiscal. Achou que não era areia nenhuma e mandou a velhinha saltar da lambreta para examinar o saco. A velhinha saltou, o fiscal esvaziou o saco e dentro só tinha areia. Muito encabulado, ordenou à velhinha que fosse em frente. Ela montou na lambreta e foi embora, com o saco de areia atrás.

Mas o fiscal ficou desconfiado ainda. Talvez a velhinha passasse um dia com areia e no outro com muamba, dentro daquele maldito saco. No dia seguinte, quando ela passou na lambreta com o saco atrás, o fiscal mandou parar outra vez. Perguntou o que é que ela levava no saco e ela respondeu que era areia, uai! O fiscal examinou e era

mesmo. Durante um mês seguido o fiscal interceptou a velhinha e, todas às vezes, o que ela levava no saco era areia.

Diz que foi aí que o fiscal se chateou:

Fiscal — Olha, vovozinha, eu sou fiscal de alfândega com quarenta anos de serviço. Manjo essa coisa de contrabando pra burro. Ninguém me tira da cabeça que a senhora é contrabandista.

Velhinha - Mas no saco só tem areia! — insistiu a velhinha.

Narradora - E já ia tocar a lambreta, quando o fiscal propôs:

Fiscal - Eu prometo à senhora que deixo a senhora passar. Não dou parte, não apreendo, não conto nada a ninguém, mas a senhora vai me dizer: qual é o contrabando que a senhora está passando por aqui todos os dias?

Velhinha - O senhor promete que não “espáia”? — quis saber a velhinha.

Fiscal - Juro — respondeu o fiscal.

Velhinha - É lambreta.

RECEBIDO: 23-03-2011
ACEITO: 10-09-2012