

## Razlika između biblioterapije i literarne biblioterapije

Davor Piskač<sup>1</sup>

Već i prije pojave svijesti o biblioterapiji kao metodi interpretacije književnosti, literarna psihoanaliza ukazuje na činjenicu da se književnost može rabiti u svrhu postizanja psihičke i duhovne stabilnosti. Sada znamo kako je puno dobrih razloga koji upućuju na uporabu biblioterapije kao metode u kontekstu razumijevanja književnosti zbog toga što je tijekom tisućljeća književne povijesti pisana riječ postala ključna u ljudskoj komunikaciji pa bilježi barem ponešto o svakom zamislivom aspektu ljudskoga postojanja, a posebno o ljudskoj psihi i emocijama. Možemo kazati kako književnost, upravo zahvaljujući emocijama, ostvaruje ljudske težnje estetskomu užitku, informiranju, pouci, inspiraciji, razumijevanju, zabavi itd. U književnosti gotovo svatko može pronaći primjer kako su ljudi pristupili i što su rekli o osjećajima, znanjima, idejama, željama i gotovo svim vrstama ljudskih psihičkih i fizičkih aktivnosti i životnih problema. Klasična biblioterapija i literarna biblioterapija metode su interpretacije književnosti koje daju konkretne odgovore na to što književnost nudi u smislu samospoznaje i samoostvarivanja. Ovaj će se članak baviti nekim njihovim međusobnim razlikama.

**Ključne riječi:** biblioterapija, literarna biblioterapija, emocionalni paralelizam, komunikacijska komplementarnost, estetske funkcije.

### 1. Biblioterapijske funkcije književnosti

*Estetske je funkcije* u književnosti definirao Jan Mukařovský (1891. – 1975.). On smatra kako estetske funkcije imaju snažan utjecaj na

---

<sup>1</sup> Izv. prof. dr. sc. Davor Piskač, Sveučilište u Zagrebu, Fakultet hrvatskih studija, Odsjek za kroatologiju, Borongajska cesta 83D, 10000 Zagreb. E-pošta: [dpiskac@hrstud.hr](mailto:dpiskac@hrstud.hr)

pronalaženje biti književnoga djela (Mukařovský, 1986). Estetiku shvaća kao znanost koja u sebi združuje sve pojave uhvaćene u kontekstu književnosti i povezane pojmom funkcije, odnosno *estetskom funkcijom*. Funkcija je izražavanje pojedinoga elementa uz pomoć elemenata nižega stupnja. Tako npr. operaciju množenja možemo objasniti kao višestruko zbrajanje, a operaciju potenciranja kao višestruko množenje. Elementi iz kojih se pojedina relacija izvodi uvijek pripadaju nižemu stupnju. Npr. na razini lingvistike, temeljna se distinkcija nalazi na razini fonema iz kojih se potom izvode neke morfološke ili sintaktičke relacije. Ili u slikarstvu primjerice imamo liniju, boju i plohu iz koje se izvodi sve što se o slici može kazati.

No, estetske funkcije ne mogu postojati same za sebe zbog toga što one zapravo oblikuju nekakav kulturni inventar, odnosno kulturne funkcije. U odnosu na estetske, kulturne su funkcije književnoga teksta elementi nižega stupnja pa zbog toga trebaju estetske funkcije kako bi se mogle organizirati u umjetnički tekst i postati kreativne u stvaranju novoga značenja. U suprotnom, ako se kulturalne funkcije ne organiziraju prema estetskom načelu, tekst ostaje na razini reprodukcije i performansa (što je opet jedna druga funkcija), kao što je to npr. slučaj s usmenom književnošću (Piskač, 2007, 93). Dakle, da bi estetske funkcije mogle djelovati, nužno su im potrebne i izvanestetske. Jedna od mogućnosti kroz koje estetske funkcije mogu djelovati su i *biblioterapijske funkcije* koje ne razvijaju književnost, nego uvide u čitatelja pa se na određeni način mogu smatrati izvanknjiževnima (psihičkim) funkcijama. Dakle, one su usmjerene prema čitatelju, a ne prema tekstu.

Claudija i Charles Cornett, kao sustavni istraživači i zagovornici primjene biblioterapije kao nastavne metode, kažu kako se *potrebe čitatelja* moraju identificirati, a knjiga koja ih prezentira treba biti točno izabrana kako bi se stekao uvid u točno određenu potrebu. Isto tako knjiga treba biti odabrana za upravo onu osobu koja treba steći uvid u potrebu te u obzir treba uzeti dob osobe kao i njezine mentalne sposobnosti. Pri tom, oni ne afirmiraju književnost kao jedini izbor, nego knjigu koja daje odgovore s obzirom na određene potrebe. Što se biblioterapijskoga procesa tiče, prezentacija knjige, njezina interpretacija i praćenje rada trebaju poštovati biblioterapijska načela (Cornett i Cornett, 1980, 10). U smislu prvoga koraka, definirali su kulturalne i psihološke potrebe koje se mogu obuhvatiti biblioterapijom (Cornett i Cornett, 1980, 12–14):

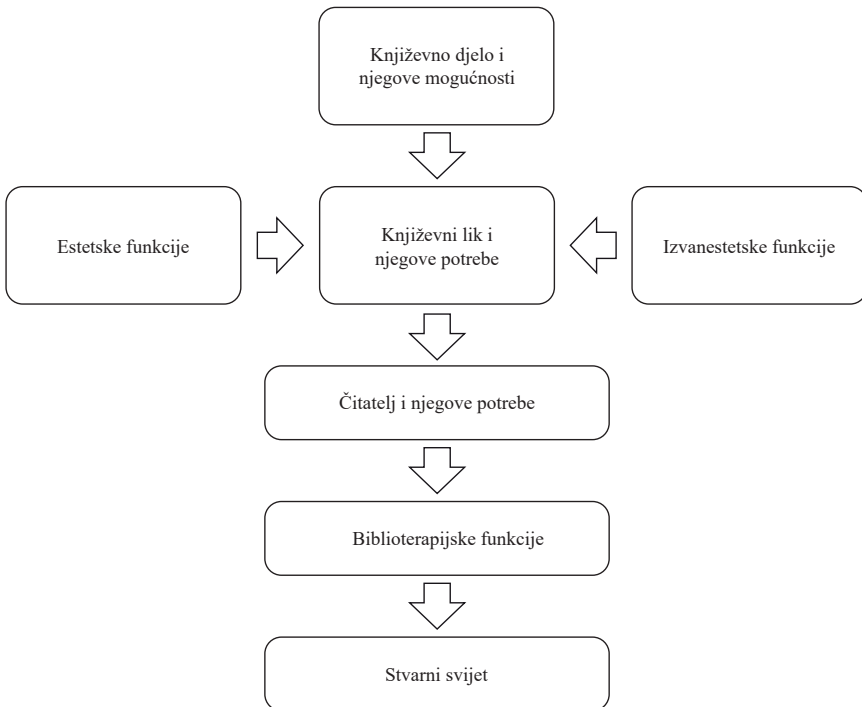
- a) psihološka potreba,
- b) potreba za sigurnošću,
- c) potreba za voljenjem i pripadanjem,
- d) potreba za samopoštovanjem,

- e) potreba za samoostvarenjem,
- f) potreba za znanjem i razumijevanjem te
- g) potreba za estetskim doživljajem.

Psihološke su potrebe među najvažnijima jer ako ih ne zadovoljimo, ne možemo pronaći zadovoljstvo i motivaciju u životu za sve ostalo. One su usko povezane s potrebama za sigurnošću zbog toga što se svatko želi osjećati fizički, emocionalno, duhovno ili intelektualno sigurnim. Ako se osoba ne osjeća sigurnom, najvjerojatnije će se zatvoriti u svojem svijetu i neće htjeti istraživati, učiti i uvoditi neke promjene koje bi joj mogle pomoći u življenju ispunjenijega života (Cornett i Cornett, 1980, 12–14).

Biblioterapijske funkcije idu za time da skrenu pozornost čitatelja na njegove duhovne i psihičke potrebe te nošene estetskim funkcijama književnosti ukažu na moguće načine zadovoljavanja tih potreba. Estetske funkcije pri tome čine čitanje zanimljivim, ugodnim i poticajnim. Biblioterapijske funkcije osim što pružaju različite primjere zadovoljavanja potrebe, jednako tako daju i primjere kamo zadovoljavanje potrebe na određeni način može dovesti.

U smislu objašnjenja procesa nastanka biblioterapijskih funkcija predlaže se sljedeći dijagram:



U središtu promatranja književni je lik i njegove potrebe koje se promatraju s aspekta biblioterapijskih funkcija pa se iskustva lika pretvaraju u

stvarno životno iskustvo, odnosno, promatra se što bi lik mogao predstavljati u “stvarnome” životu i koje su njegove potrebe kao živoga čovjeka. Biblioterapijske funkcije dakle transformiraju književni lik u stvarnu osobu.

Literarnobiblioterapijske funkcije unekoliko se razlikuju od biblioterapijskih zbog toga što se usmjeravaju prema stjecanju uvida tako što čitatelj uviđa što je lik mislio, osjećao i činio po tom pitanju. Zahvaljujući MED ciklusu omogućavaju da se iskustvo lika lakše, brže i istoznačnije stopi sa životnim iskustvom čitatelja. Dakle, literarna biblioterapija će u interpretaciji istaknuti misli glavnoga junaka, emocije koje su povezane s tim mislima te na kraju događaj koji je rezultat njihove interakcije.

Izvanestetske funkcije, pa tako i biblioterapijske i literarnobiblioterapijske, prema svojim potrebama i sklonostima, izdvaja čitatelj. Svaki čitatelj može izdvojiti neku drugu i drugačiju funkciju, ovisno o tome kojim je potrebama motiviran, no jednako se tako naglasak može staviti i na one “skupne” izvanestetske funkcije – kulturne i psihološke funkcije – koje su kulturna nužnost, a koje su istovremeno nužne i za razvoj zdrave i psihički zrele osobe (Afolayan, 1992).

## 2. Razumijevanje uloge književnosti u emocionalnom životu pojedinca

Proučavanje emocija u književnom djelu pripada interdisciplinarnomu području znanosti o književnosti i psihologiji, a dotiče se i nekih socioloških i etičkih, odnosno filozofskih aspekata književnosti. Najveću vrijednost ima ona književnost koja dotiče i tematizira sve emocije i sve oblike pojavljivanja emocija, no emocije se u književnosti ne mogu uvijek promatrati unificirano zbog toga što se emocije u književnosti izražavaju različito u različitim kulturama i u različitim povijesnim razdobljima (Hogan, 2011).

Emocionalni je potencijal književnosti neporeciv pa proučavanje ljudskih emocija u književnosti izravno obogaćuje naše spoznaje o emocijama, govori o procesima njihova nastanka te o posljedicama njihova trajanja. Naravno, književnost proučava i poučava emocijama na svoj način. Tematizira različite emocije u različitim žanrovima književnosti pa se stoga žanrovi mogu razumjeti kao prototipovi određenoga govora o emocijama. Na primjer, u kontekstu ljubavnoga žanra, ljubavna liriska pjesma tematizira ljubav, jednako kao i ljubavni roman ili drama. No, s druge strane, pjesnici i romanopisci uglavnom nisu znanstvenici pa stoga njihovi osobni uvidi u emocije ovise o njihovom karakteru, raspoloženju te o kulturnim okolnostima nastanka književnoga djela. Kako zbog toga ne možemo potpuno „vjerovati“ piscima, ne možemo samo tako preuzeti njihove stavove, nego moramo izgraditi vlastite. Stoga književnost trebamo

interpretirati na sustavan i jednoznačan način te na temelju toga stvoriti svoje uvide (Piskač, 2018, 133).

Iz aspekta emocionalnoga bogatstva, književnost može biti iznimno važna za učenje emocijama, no čitanje i proučavanje priča ponekad može biti puno zahtjevnije i složenije od proučavanja stvarnoga života. Da bismo razumjeli emocije u književnosti, moramo analizirati književnost određenom vrstom znanja koje nije isključivo dio „spontanoga razumijevanja“, niti isključivo dio sustava poput gramatike ili psihoanalize. Sigurno je da književnost osigurava međusobno dijeljenje emocionalnih iskustava pa tako već i Aristotel u svojoj *Poetici* (Aristoteles, 2005) navodi kako se poetski tekst temelji na *mimesisu*, odnosno oponašanju koje ističe produktivno-prikazivačke aspekte. U tom se smislu aristotelovski *mimesis* može shvatiti kao oponašanje života, odnosno kao temeljni pojam prikaza umjetnosti općenito gdje Aristotel *mimesis* shvaća kao *poesis*, a ne kao *têknê*, odnosno doslovni prijenos stvarnosti. To znači da oponašanje ne shvaća kao mehanički prijenos zbilje, nego kao oblikovanu zbilju. Tako razlikuje *oblikovanje zbilje u umjetnosti* koje se razlikuje od *doslovnoga oblikovanja* (Biti, 1987, 14).

Distinkciju između doslovnoga oblikovanja i estetskoga doživljaja napravio je socijalni psiholog Bernard Rimé (1944) u svojoj knjizi *Le partage social des émotions /Društvena podjela emocija*, u kojoj uvodi dvojako oblikovanje emocija u procesu književne komunikacije (Hoogan, 2011, 44). Raspravlja o stvarnim emocionalnim iskustvima ljudi koji izravno razgovaraju jedni s drugima te smatra kako književnost nastoji oponašati takve razgovore kako bi stvorila uvjete izražavanja emocija što sličnije onima u stvarnim razgovorima. No, kako je u književnosti naglašena i estetska komponenta, to nije uvijek moguće zbog toga što će umjetnički izraz koji put ići nauštrb vjerodostojnosti i točnosti prikaza emocije (Hogan, 2011, 44). Stoga Rimé uočava dva načina dijeljenja emocija. Jedan od načina uključuje komuniciranje o emocijama kao što to čini književnost (*komunikacijsko dijeljenje emocija*), a drugi prenošenje izvornoga iskustva koje je dovelo do emocije (*iskustveno dijeljenje emocija*).

Rimé smatra, što je iznimno važno, kako je komunikacija o emocijama u književnim djelima puno iskrenija od komunikacije u stvarnom životu zbog toga što komuniciranje o književnim likovima stavlja čitatelja u poziciju vjerodostojnoga sugovornika. Isto tako kaže kako je jedan od razloga odabira čitanja književnosti vrlo sličan našoj potrebi dijeljenja emocija s drugima. Svoje emocije odabiremo dijeliti s onima u koje smo na određeni način sigurni: poznanike, prijatelje ili suradnike, zbog toga što dijeljenje emocija zadire u naša suptilna emocionalna područja koja ne želimo iznijeti u javnost (Piskač 2018, 140). Ako neku svoju emociju želimo oživjeti

putem književnosti, a ipak želimo sačuvati svoju zonu intimne sigurnosti, odabiremo određeni tip književnosti s kojim možemo najlakše komunicirati, odnosno onaj tip književnosti s kojom osjećamo emocionalni paralelizam te koji je kompatibilan našem načinu izražavanja emocija. Kada pronađemo takvu književnost, odmah smo na velikom dobitku zbog toga što književna djela nikada ne lažu, ne osuđuju čitatelje, a istovremeno nam mogu puno toga reći o tome kakvi smo, odnosno ponašaju se kao pravi prijatelji.

### 3. Kako jezik utječe na razvoj emocija

Književnost nudi upravo idealnu mogućnost konvergiranja znanja o emocijama zbog toga što ne podrazumijeva trenutačni utjecaj na svakodnevni život, no s druge pak strane, te utjecaje može izvršiti u idealnom trenutku za njihovu spoznaju. U biti se sve svodi na razumijevanje svijeta književnosti koji se temelji na transformaciji podsvjesnih želja i strahova u sliku svijeta koja je potaknuta književnim djelom. U konačnici, slika svijeta postaje znakoviti odraz samopromatranja čitatelja u tome istome svijetu o čemu pogotovo dobro govori Lacan.

Jacques Lacan (1901. – 1981.) francuski je psihijatar i psihoanalitičar koji se bavio pitanjima identifikacije i jezika. Snažno je utjecao na teoriju književnosti i filozofiju te na druge znanosti koje su u doticaju s psihologijom (Wright, 2003, 107–132). Polazeći od kritike Freuda, razvija teoriju koja se temelji na fenomenu fasciniranosti dojenčeta promatranjem svojega odraza u zrcalu. Time je formirao ideju i utemeljio pojam formiranja jastva u tzv. *fazi zrcala*. U toj fazi, dijete kada promatra svoj odraz u zrcalu, „postaje“ prikazom u zrcalu te se s njime nastoji poistovjetiti. Dakle, dijete, promatrajući objekt, svoj odraz, kreira subjekt kao simbolički prikaz objekta, podrazumijeva da je ono objekt. Drugim riječima, ego podrazumijeva da je *ja = drugi*, što je paradoksalno jer *ja* ne može biti *drugi* pa je stoga ego kao subjekt uvijek u rascjepu. Unatoč tomu što je to stresan proces koji traje između šestoga i osamnaestoga mjeseca života djeteta, nužan je kako bi se ego mogao uopće razviti (Wright, 2003, 108). Dijete dolazi u stanje šoka zbog toga što u jednome trenutku shvati da odraz u zrcalu ne predstavlja njega nego nekoga drugoga. No, koliko god taj šok neugodan bio, on je nužan zbog toga što potiče daljnju izgradnju djetetove svijesti o sebi. Naposljetku, ego (subjekt) biva poistovjećen s drugim (objekt), a kako subjekt ne može postati objektom zbog toga što objekt ne može biti izvornim dijelom subjekta, subjekt će uvijek žudjeti biti drugi, a to nikada ne će moći ostvariti. Prema Lacanu, to zaista tako funkcionira te to biva temeljem svakoga unutrašnjega sukoba (Wright, 2003, 110). Lacan još kaže kako je jezik glavni uzrok unutrašnjega sukoba, no ne jezik sam po

sebi, nego djelovanje jezika u odnosu s kulturom. Posebna vrsta uporabe jezika, koja jednako tako sudjeluje u kreiranju ega, naziva se *poetski jezik književnosti* te ga treba promotriti kao zaseban fenomen.<sup>2</sup>

Kada dijete uoči nekonzistentnost svoga ega, rabeći simboličku djelatnost jezika, nadomješta taj osjećaj svoje ne cjelovitosti. Proces usvajanja jezika postaje sve složeniji, uvodi se sve više simbola i razlika, no dijete je vrlo motivirano za takvim usvajanjem jer ga to umiruje dajući mu osjećaj cjelovitosti. Tako nastaje povratna povezanost između ega i jezika gdje ego motivira uporabu jezika, a jezik opet motivira izgradnju ega. Motivirana uporaba jezika konačno proširuje svoj interes i na poetski jezik pa se u Lacanovu teoriju sada s lakoćom uklapa i književnost kao vrlo potentan producent simboličkoga unutar jezika (Wright, 2003, 122).

#### 4. Kako književnost u čitatelja izgrađuje svijest o sebi

Kao što jezik djeluje na djetetovu izgradnju ega, na sličan su način, djelujući putem povratne sprege, pisac i čitatelj uhvaćeni u izgradnju književnosti gdje čitanje postaje pisanje, odnosno gdje čitatelj piše samim činom čitanja, a književnik čita činom pisanja pa postaju jedan drugomu i *analitičar* i *analizirani* (Wright, 2003, 17, 130). To se događa zato što poetski jezik književnosti može preuzeti i ulogu analitičara i ulogu analiziranoga, što znači da čitajući književnost, čitamo o sebi.

Primjera radi, za razumijevanje likovnoga djela potrebno je vođeno promatranje, odnosno ono promatranje koje vidi umjetničko djelo kao estetski (komunikacijski) objekt koji ima mogućnost izgrađivanja nečega novoga. Takvo je promatranje strpljivo, svjesno i analitično nakon kojega slijedi logično promišljanje i izvođenje zaključaka. Tek takva, često vođena interpretacija likovnoga djela, budi prirodni interes promatrača i ostvaruje relevantnost sadržaja učenja za pojedinca. Što vrijedi za promatrača likovnoga djela, vrijedi i za čitatelja koji čitajući ne ulazi samo u proces analize književnoga djela, nego u proces samoanalize (Csikszentmihalyi i Robinson, 1990).

Proizlazi da književno djelo o kojem se nije popričalo i kojega se nije objasnilo, zapravo neće imati nekakav značajniji utjecaj na život čitatelja. Isto kao što ako se djetetu ne dopusti mogućnost da dodirne zrcalo, uvidi njegovu hladnoću i dvodimenzionalnost naspram osjećaja topline i

---

2 Poetski je jezik započeo put svoje emancipacije u počecima romantizma kada se književnost počela shvaćati neovisnom od prirode, kao izraz unutrašnjega genija pisca. On je taj koji uvodi inovaciju i naglašava ekspresivnost, specifičan je po tome što naglašava estetske funkcije. To je ujedno i jezik koji je fikcionalan, što znači da nije ni istinit niti lažan, nego jednostavno takav kakav jest pa je za njegovo razumijevanje potrebno razviti određene vještine.

trodimenzionalnosti vlastitoga tijela te pri tome doživi nevjericu, šok i frustraciju, ono neće biti motivirano objasniti sebi zašto je to tako i pogledati s drugu stranu zrcala u potrazi za sobom samim. Djetetu tada ostaje jedino objasniti sebi samome što je to vidjelo i pomalo odvajati sliku u zrcalu od sebe sama, gledajući pri tome više svijet oko sebe, odnosno novo drugačije i puno veće zrcalo koje nas odražava.

Štoviše, književnost je zapravo nešto poput zrcala u zrcalu pa u našoj stvarnosti odražava vječnu i uvijek dvodimenzionalnu sliku, ali istovremeno i uvijek malo drugačiju. Ona je zapravo vječiti odraz nas samih u našim životima, no takav odraz koji izaziva šok te podrazumijeva vječito tumačenje. Pa kako onda iz „dvodimenzionalnoga odraza“ izgraditi „trodimenzionalnu sliku“ o sebi.

Prije svega treba reći da nema svaka književnost jednak utjecaj na unutarnji svijet čitatelja o čemu se govori u tekstu Miroslava Šicela: *Antun Barac – Ivo Frangeš, ili: od Filologije do Estetike* (Šicel, 1990, 55), gdje Šicel govori o dvama mogućim pristupima razumijevanja uloge i društvene funkcije književnosti. Kaže kako Frangeš polazi od estetskoga načela kao primarnoga, a Barac od filološkoga: „Isticanje estetske kategorije u književnom djelu kao primarnog ‘Segmenta literarne umjetnosti’, dakle kao najvažnije odrednice njezine, s temeljnom tezom kako svako pravo umjetničko djelo nosi u sebi samom ključ za vlastito razumijevanje, Frangeš od samog početka u polarizacijskom odnosu *estetsko – historijsko* ovom prvom daje apsolutno prvenstvo. I tu je taj vidljivi i značajni pomak od Barčeve do Frangešove književne metodologije.“

Odgovor se na postavljeno pitanje o efikasnosti književnosti na izgradnju svijesti o sebi nalazi upravo na tragu onoga što zastupa Frangeš: „estetska interpretacija u najširem značenju te riječi“. Prije svega, treba definirati koju funkciju estetsko ima u književnosti kako bismo mogli odrediti njegov utjecaj, a s druge strane treba promotriti na koji način se ono percipira i razumije iz aspekta čitatelja.

U smislu definiranja estetskoga u književnosti možda je najveći zaseban prinos dao Jan Mukařovský (1891. – 1975.) svojim konceptom *estetskih funkcija*. Iz perspektive ovoga rada, može se reći da je Mukařovský shvatio kako estetske funkcije imaju mogućnost u svijesti čitatelja konstruirati više od onoga što je rečeno tekstom, odnosno metaforički rečeno, mogu dvodimenzionalni književni prikaz pretvoriti u trodimenzionalni živi doživljaj. Pri tome daje izvrstan primjer koji dolazi iz filmske umjetnosti, ali je kao koncept primjenjiv na gotovo svu umjetnost. U tekstu *Pokušaj strukturalne analize pojave glumca Charlieja Chaplina u Svjetlima velegrada* (Prag, 1931) još uvijek ne govori o estetskim funkcijama, nego kaže kako se



estetski aktualizirane sastavnice *nižega reda* udružuju u složenu hijerarhiju *višega reda* (prema Mukařovský, 1986, 382). Tako na primjeru Chaplinove glume kaže, da unatoč tome što je Chaplinov film *Svjetla velegrada* snimljen bez zvuka, zahvaljujući Chaplinovoj glumačkoj virtuoznosti, gledatelji vrlo lako mogu zvuk zamisliti pa čak i doživjeti kao stvaran. Dakle, vizualnost Chaplinove glume pridodaje još i auditivnost koje u stvarnosti nema, no gledatelji je u svojoj svijesti i emocijama mogu doživjeti kao Chaplinovo pjevanje. Jednako tako i u književnome djelu estetske funkcije pružaju mogućnost višega i širega zahvaćanja u život nego li je samim tekstom predstavljeno. To bi ujedno bila i temeljna razlika između visokoga i niskoga u književnosti, kako to naziva Solar (Solar, 2005, 71–72).

Književnost koja nema izražene estetske funkcije jednostavno ne će dopustiti razvoj šire svijesti o određenoj problematici zbog toga što, figurativno rečeno, uporno „gubi vrijeme“ na ponavljanja nekoga trivijalnoga obrasca. Ako nas neki put ne dovede do rješenja ili ako smo već riješili neku životnu nedoumicu, trivijalno će ponavljanje stvoriti naviku te će u oba smisla biti izrazito kontraproduktivno zbog toga što će čitatelja dovesti do stanja neprihvatanja raznolikosti i širine bogatstva koje književnost može ponuditi.

Zadnjih se godina pojavilo nekoliko studija iz područja neuroznanosti koje govore o tome kako ponavljanje jednoga obrasca zbog tzv. *zrcalnih neurona* (Pankseep, 2008, 47–67) stvara sve više neuralnih veza u mozgu pa na taj način neko ponavljanje može postati tvrdokornom navikom, poput ovisnosti koja proizvodi samo jedan tip neuralnih veza. I način je razmišljanja ništa više nego navika, pa književnost potiče i razmišljanje i vjerovanje. Stoga čitanje neadekvatne književnosti na nedobar način može stvoriti neadekvatne navike razmišljanja, koje opet dovode do neugodnih emocija, a one mogu navesti na neadekvatno ponašanje i kao takve biti ugrađene u identitetsku matricu (prema: Pankseep, 2008, 47–67). Don Qijote i Emma Bovary dva su izvrsna primjera takvoga utjecaja književnosti. Rješenje je čitati dobru književnosti i interpretirati je na adekvatan način.

Takav (odgovoran) pristup književnosti zastupaju „klasična“ biblioterapijska interpretacija, kao i njena osuvremenjena inačica, literarnobiblioterapijska interpretacija. Klasična „biblioterapija“ ide putem katarze do stjecanja uvida o svom emocionalnom životu te se usmjerava prema emocijama koje mogu u čitatelja potaknuti određen način ponašanja. Za literarnobiblioterapijsku je interpretaciju nužno da djela budu na višoj estetskoj razini zbog toga što jedino estetske funkcije mogu proizvesti nova značenja i nove emocije u čitatelja.

## 5. „Klasična“ biblioterapija

Prva je znanstvena definicija biblioterapije nastala 1950-ih kada je Catherine Shrodes definirala biblioterapiju kao proces dinamičke interakcije između osobnosti čitatelja i teksta pod vodstvom educiranoga pomagača (Shrodes, 1950). Njezina se definicija odnosi na biblioterapiju i biblioterapijsku tradiciju koja datira još od kraja XIX. stoljeća te se podudara s vremenom u kojem je Sigmund Freud (1856. – 1939.) počeo rabiti primjere iz književnosti u svojim psihoanalitičkim sesijama poznatim kao *Studies of Hysteria* (Frankland, 2000, 124). Kao ni Freudova psihoanaliza u to vrijeme, ni biblioterapija se nije smatrala znanstvenom pa su je u početku rabili književnici, svećenici, bibliotekari, nastavnici i osobe sličnih zanimanja. Kako se biblioterapija, baš kao i psihoanaliza, s vremenom sve više razvijala, pronašla je svoje znanstveno utemeljenje pa je danas osim navedenih struka rabe još i psihoterapeuti, psihoanalitičari i psihijatri, štoviše, svoju je prvu sustavnu i znanstvenu primjenu pronašla upravo u psihijatriji gdje se čitanjem i razgovorom o odabranim tekstovima nastoji pomoći osobama s neurozama i psihozama (Marrs, 1995, 843–870).

Vratimo li se na njezin predznanstveni početak, možemo reći da je svoju osviještenu i praktičnu primjenu biblioterapija prvi puta ostvarila u protestantskim crkvama početkom Prvoga svjetskoga rata gdje su pastori pokušali pomoći povratnicima s ratišta pri razrješavanju njihove duševne patnje (tada je u medicini još bio nepoznat pojam PTSP-a). Pokušali su pomoći tako što su bivšim vojnicima smanjivali osjećaj krivnje i ublažavali traume uz pomoć primjera iz *Svetoga pisma*. Ubrzo se pokazalo da i književna djela mogu imati isti, ako ne i jači, pozitivni učinak na razrješavanje krivnje i drugih dubokih emocionalnih trauma. Shvatilo se kako terapija ne ovisi samo o tekstu, nego i o metodi koja će omogućiti hoće li se pozitivni utjecaj teksta moći prenijeti na povratnike s bojišta. Išlo se za tim da se sudionicima biblioterapijske seanse omogući da steknu uvide u obrasce ponašanja likova kako bi te obrasce mogli uočiti i u svojem životu te naučiti kako se nositi s njima. U isto se vrijeme poticao razvoj empatije za drugoga, ali i za sebe, što je temelj uspješne biblioterapije.

Pri tome se osnovne faze biblioterapije mogu definirati kao davanje informacije o književnom djelu, poticanje razvoja osobnoga uvida u polaznika, potaknuti raspravu o problemima, komunicirati nove vrijednosti i stavove, stvoriti svijest da i drugi ljudi imaju slične probleme te na kraju, pružiti realno objašnjenje problema i dati (eventualno) rješenje. Sam biblioterapijski proces stjecanja uvida prolazi kroz četiri osnovne faze: identifikaciju, odabir, prezentaciju i praćenje.

Tijekom prve dvije faze, identificiraju se potrebe polaznika i odabiru odgovarajuće knjige koje odgovaraju njihovim problemima. Postupak odabira zahtijeva iskustvo, vještinu i trening jer knjige moraju pružiti točne informacije o problemu, a ne davati lažni osjećaj nade. Knjige se tada moraju pažljivo i strateški predstaviti kako bi polaznici mogli vidjeti sličnosti između sebe i likova knjige. Kad se polaznici mogu identificirati s nekim likom, ulaze u fazu praćenja tijekom koje komuniciraju svoje uvide bilo s biblioterapeutom, bilo s biblioterapijskom grupom. Zapravo opisuju svoje stanje katarze (proces oslobađanja emocija čime se oslobađaju snažni ili potisnuti osjećaji) u raspravi no mogu to činiti i pisanjem ili čak i neverbalnim sredstvima izražavanja poput umjetnosti, igranja uloga, kreativnoga rješavanja problema ili nekih drugih mogućnosti. Jednom kada se dogodi katarza, polaznici se mogu voditi prema stjecanju uvida u problem. Naravno, uspjeh biblioterapije uvelike ovisi o iskustvu i vještini biblioterapeuta.

## 6. Literarna biblioterapija

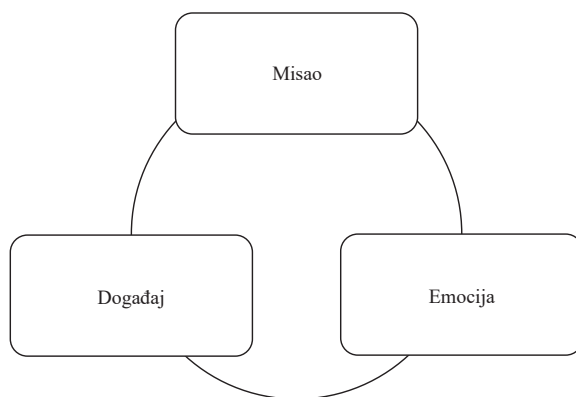
Literarna je biblioterapija izraz novijega datuma te je znatno distinktivniji od općenitoga naziva biblioterapija zbog toga što stavlja naglasak na isključivo uporabu *estetski vrijednih književnih (literarnih)* tekstova. Isto tako *literarna biblioterapija* rabi svoju metodu u kojoj je primarno zastupljen tzv. *MED ciklus* te *kognitivna i afektivna interpretacija* književnoga teksta, što je razlikuje od metoda ostalih oblika primjene biblioterapije. Što se dijela njezinoga naziva tiče (terapija), on se rabi isključivo u kontekstu *njegovanja zdravoga uma* kako bismo kao ljudska bića bili emocionalno izgrađeniji i zreliji, bez ikakve druge „terapijske konotacije“ (Piskač, 2018, 9). Još preciznije definirano, literarna se biblioterapija bavi uočavanjem promjena u psihičkom životu, ponašanju i djelovanju likova u književnom djelu, a usredotočuje se na uočavanje, razumijevanje i iskustveno doživljavanje emocija putem procesa međusobne motivacije misli, emocija i događaja u psihi književnoga lika, a sve kako bi čitatelj stekao uvid u proces izgradnje emocija i njihova motivacijskoga učinka na sebe sama (Piskač, 2018).

U tom smislu biblioterapija posredno izgrađuje i identitet zbog toga što usvajanje sve složenijih emocija kao novih identitetskih identifikatora proširuje ljudsku svijest o sebi samoj. S obzirom da literarna biblioterapija djeluje posredno, putem književnosti, vrlo je važno razumjeti njezinu temeljnu metodologiju koja je zastupljena u nazivima *MED ciklus*, emocionalni paralelizam i komunikacijska komplementarnost (Piskač, 2018).

Važno je shvatiti da emocije uglavnom nastaju pod utjecajem misli, odnosno unutrašnji narativ potiče nastanak emocije, baš kao i fiziološka

promjena u tijelu, bol na primjer. Izvana emocije mogu potaknuti još neki podražaji poput buke, jakoga svjetla ili bilo koje druge snažnije fizičke manifestacije (Lewis, 2008, 304–320). Sve se promjene proizvedene poveznicom *misao (narativ) – emocija*, manifestiraju kao komunikacijski događaji. Jednom kada emocija nastane, a nastaje pod utjecajem unutrašnjega narativa, nepromjenjiva je i ne možemo je maknuti. Na primjer, ne možemo željeti i prisiliti se da ne želimo sve dok osjećanje ne prestane „samo od sebe“ i jednu emociju ne zamijeni druga, npr. žudnju zamijeni radost zbog nečega drugoga (Lewis, 2008, 304–320).

Kako u književnosti nema stvarnoga događanja, nego samo zamišljeni narativ, smjena događaja se odvija sve dok svijest rabeći kognitivne alate ne nauči što može naučiti, odnosno dok ne stekne uvid i iskustvo života. Naime, misaoni proces potaknut čitanjem nekoga književnoga djela ujedno potiče i određenu *emociju* koja dovodi do nekoga događaja *u psihi čitatelja*. Što je emocija snažnija, i događaj će snažnije odjeknuti psihom. Taj proces realizacije komunikacijskoga događaja unutar psihe može se nazvati *komunikacijski ciklus*. Zaista se radi o ciklusu koji traje određeno vrijeme i ima tri međuovisne faze: *misaonu (M)*, *emocionalnu (E)* i *događajnu (D)*. Komunikacijski se ciklus može skraćeno nazvati *MED ciklus* kako bi se specificirala njegova primjena u kontekstu literarne biblioterapije.



Literarna se biblioterapija bavi uočavanjem promjena u psihičkom životu te ponašanju i djelovanju likova u književnom djelu, a usredotočuje se na uočavanje, razumijevanje i iskustveno doživljavanje emocija putem MED ciklusa, odnosno procesa međusobne motivacije misli, emocija i događaja u književnom djelu, a sve kako bi se stekao uvid. Stečeni uvid potom stvara vjerovanja koje se mogu ugraditi u identitetsku matricu. U komunikacijskom smislu potiče izmjenu životnih iskustava, osobnih i neosobnih, kako bi se predmetni književni tekst što više približio stvarnomu životu. Pri tom se oslanja na emocionalni paralelizam i komunikacijsku komplementarnost.

Emocionalni paralelizam koji nastaje kada sugovornici emocionalno razumiju jedan drugoga, a komunikacijska komplementarnost kada sugovornici emocije izražavaju na više-manje sličan ili čak posve identičan način. Ako pronađemo takva sugovornika, prijatelja zapravo, možemo jednostavno razgovarati o svojim emocijama, no ako nađemo nekoga tko nas ne razumije, pokušat ćemo ga zamijeniti nekim tko nas razumije. To bi moglo objasniti zašto i kako biramo određena književna djela. Naime, ako neku svoju emociju želimo oživjeti putem književnosti, a ipak želimo sačuvati svoju zonu intimne sigurnosti, odabiremo određeni tip književnosti s kojim možemo najlakše komunicirati, odnosno onaj tip književnosti s kojom osjećamo emocionalni paralelizam te koji je kompatibilan našem načinu komuniciranja emocija (Piskač, 2018, 142).

## 7. Zaključak

„Klasična“ biblioterapija i literarna biblioterapija imaju isti zajednički cilj: kako uz primjenu primjera iz književnosti popraviti kvalitetu psihičkoga i fizičkoga života pojedinca. Obje imaju kumulativni učinak pa će uvidi stečeni na temelju biblioterapijske interpretacije književnosti integrirati u identitetsku matricu nakon određenoga broja ponavljanja. Biblioterapija traži posebno oblikovan tekst koji treba biti prilagođen potrebama čitatelja te pri tome ne stavlja naglasak na estetske funkcije teksta. Za razliku od nje, literarna je biblioterapija neprestano u potrazi za novim, estetski vrijednim književnim djelima te u svojoj interpretaciji rabi obrazac otkrivanja emocija kroz misli i djelovanje. Vodi se načelom da ne moramo proživjeti neko životno iskustvo, kao što to čini „klasična“ biblioterapija, da bismo na temelju njega izgradili određenu emocionalnu mudrost, nego potiče i kognitivan i emocionalan pristup koji sučeljava čitatelja s vrlo konkretnim životnim iskustvom književnoga lika na relativno jednostavan, funkcionalan i vrlo zanimljiv način.

## Literatura

- Aristoteles (2005). O pjesničkom umijeću. Zagreb: Školska knjiga.
- Afolayan, Johnson A. (1992). Documentary Perspective of Bibliotherapy in Education. "Reading Horizons", 33(1992)2. str. 138–148.
- Biti, Vladimir (2000). Pojmovnik suvremena književne i kulturne teorije. Zagreb, MH.
- Csikszentmihalyi, Mihaly, Robinson, Rick. E. (1990). The Art of Seeing: An Interpretation of Aesthetic Encounter. Los Angeles: Paul Getty Trust.

- Cornett, Claudia E.; Cornett, Charles F. (1980). *Bibliotherapy. The Right Book at the Right Time*. Bloomington: Phi Delta Kappa Educational Foundation.
- Frankland, Graham (2000). *Freud's Literary Culture*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Hogan, Patrick Colm (2011). *What Literature Teaches Us about Emotion*. New York: Cambridge University Press.
- Lewis, Michael (2008). *The Emergence of Human Emotions*. U: Lewis, Michael; Haviland-Jones, Jeannette; Barrett, Lisa Feldman (ur.), *The Handbook of Emotions*. London, New York: Guilford Press.
- Marrs, Rick W. (1995). *A Metaanalysis of Bibliotherapy Studies*. "American Journal for Community Psychology", 23(1995)6, str. 843–870.
- Mukařovský, Jan (1986). *Struktura, funkcija, znak vrednost*. Beograd: Nolit.
- Panksepp, Jaak (2008). *The Affective Brain and Core Consciousness. How does Neural Activity Generate Emotional Feelings?* U: Lewis, Michael; Haviland-Jones, Jeannette M.; Barrett, Lisa Feldman (ur.): *Handbook of Emotions* Lewis. New York: Guilford Press.
- Piskač, Davor (2018). *O književnosti i životu*. Zagreb: Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu.
- Solar, Milivoj (2005). *Laka i teška književnost: Predavanja o postmodernizmu i trivijalnoj književnosti*. Zagreb : Matica hrvatska.
- Šicel, Miroslav (1990). *Antun Barac – Ivo Frangeš ili: od filologije do estetike*. „Croatica“, 21(1991)33.
- Wright, Elizabeth (2003). *Psychoanalytic Criticism, Theory in Practice*. New York: Routledge.

## **The difference between the bibliotherapy and the literature bibliotherapy**

### Summary

Before the emergence of the bibliotherapy as the method for the literature analysis, literary psychoanalysis points out the fact that literature can be used for the purpose of achieving the psychological and the spiritual stability. We now know that there are many good reasons to use bibliotherapy as a method in the context of understanding literature, because over the millennia of literary history, the written word has become crucial in human communication and records something about every conceivable aspect of human existence, especially the human psyche and emotions.

We can say that the literature, thanks to the emotions, realizes human aspirations for the aesthetic pleasure, information, teaching, inspiration, understanding, entertainment, etc. In the literature, almost everyone can find an example of how people approached and what they said about the feelings, knowledge, ideas, desires and almost everything about human mental and physical activities and life problems. Classical bibliotherapy and literary bibliotherapy are tools for literary analysis that offer the very concrete answers to what the literature offers in terms of the self-knowledge and the self-realization. This article will be about some similarities and differences between them.

**Key words:** bibliotherapy, literary bibliotherapy, emotional parallelism, communicative complementarity, aesthetic functions.