



24° ENANCIB
Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação
Perspectivas Contemporâneas na Ciência da Informação
• Vitória - ES • Ancib • PPGCI/UFES



XXIV ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM CIÊNCIA DA INFORMAÇÃO – XXIV ENANCIB

ISSN 2177-3688

GT 3 - Mediação, Circulação e Apropriação da Informação

**A BIBLIOTERAPIA COMO ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR SOCIOEMOCIONAL
NA UNIVERSIDADE**

***BIBLIOTHERAPY AS A STRATEGY FOR PROMOTING SOCIOEMOTIONAL WELL-BEING IN
UNIVERSITY***

Laiana Ferreira de Sousa – Universidade Federal do Ceará (UFC)

Lidia Eugenia Cavalcante – Universidade Federal do Ceará (UFC)

Modalidade: Trabalho Completo

Resumo: O artigo apresenta a prática da Biblioterapia como uma estratégia terapêutica e formativa no contexto da sala de aula. Essa prática, ensinada tanto no aspecto didático quanto teórico, é vivenciada pelos alunos durante a disciplina de Teorias e Práticas da Leitura, do curso de Biblioteconomia da Universidade Federal do Ceará (UFC). Do ponto de vista metodológico, foi realizada uma investigação empírica baseada na pesquisa-ação, bem como a utilização da pesquisa bibliográfica para fins de embasamento teórico. A metodologia empregada nos encontros e nas rodas biblioterapêuticas seguia uma perspectiva humanista, descentralizando a figura do mediador e focando nas demandas do grupo. Os resultados mostraram que essa dinâmica promove o bem-estar socioemocional dos alunos, oferecendo apoio mútuo e validação das experiências pessoais, ao mesmo tempo em que forma mediadores de leitura sensíveis e preparados para mediar a leitura com viés terapêutico. A prática da Biblioterapia no ambiente universitário, aliada à escuta ativa e empática, criou um ambiente propício para o autoconhecimento e a reconfiguração da vida dos participantes, sobretudo na fase estudantil. Conclui-se que a mediação de leitura desempenha um papel crucial na promoção da saúde mental e emocional, ajudando os jovens a enfrentarem os desafios acadêmicos e pessoais, bem como a desenvolverem ações de mediação de leitura com objetivos terapêuticos. Finalmente, este artigo espera fomentar reflexões sobre o papel da mediação de leitura na promoção do bem-estar integral no ambiente acadêmico.

Palavras-chave: Biblioterapia; mediação de leitura; saúde mental.

Abstract: The article presents Bibliotherapy as a therapeutic and formative strategy within the classroom context. This practice, taught both theoretically and practically, is experienced by students during the Theories and Practices of Reading course in the Library Science program at the Federal University of Ceará (UFC). Methodologically, an empirical investigation based on action research was conducted, supplemented by bibliographic research for theoretical grounding. The methodology employed in therapeutic reading sessions followed a humanistic perspective, decentralizing the mediator's role and focusing on group demands. Results demonstrated that this approach enhances students' socioemotional well-being, fostering mutual support and validation of personal experiences,

while also cultivating sensitive mediators capable of therapeutic reading facilitation. Bibliotherapy practice in the university setting, coupled with active listening and empathy, has fostered an environment conducive to self-awareness and life reconfiguration, particularly among students. It is concluded that reading mediation plays a crucial role in promoting mental and emotional health, aiding young individuals in navigating academic and personal challenges, and facilitating therapeutic reading mediation. This study aims to inspire reflections on the importance of reading mediation in fostering holistic well-being within academic environments.

Keywords: Bibliotherapy; reading mediation; mental health.

1 INTRODUÇÃO

A crise de saúde mental nas universidades é um fenômeno amplamente discutido, com um número crescente de estudantes enfrentando dificuldades socioemocionais, como depressão, ansiedade e outros transtornos psicológicos. De acordo com dados da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), o suicídio é a segunda principal causa de morte entre jovens de 15 a 28 anos, frequentemente relacionado a transtornos depressivos e ansiosos (OPAS, 2018). A Organização Mundial da Saúde (OMS) também destaca o aumento alarmante de transtornos mentais entre essa população, que se encontra entre os grupos de maior risco em diversos países (OMS, 2019).

Nesse contexto, este artigo explora a prática da Biblioterapia como uma estratégia terapêutica e formativa no contexto universitário, especificamente no curso de Biblioteconomia da Universidade Federal do Ceará (UFC). A pesquisa busca responder como a Biblioterapia pode contribuir para o bem-estar socioemocional dos estudantes universitários, tendo como objetivos explorar o potencial terapêutico da leitura mediada em grupo, discutir os efeitos das rodas biblioterapêuticas na promoção da saúde mental dos alunos e fundamentar essa prática nos alicerces da psicologia humanista, dentro da perspectiva dialógica da mediação de leitura.

É importante destacar que a Biblioterapia não se limita à prática da atenção plena; ela também se revela como uma jornada de descobertas, por vezes surpreendentes. Ela se manifesta quando a narrativa se torna poderosa na subjetividade do leitor, quando nos deparamos com palavras e passagens - não necessariamente escritas - que nos tocam profundamente, nos escolhem e, de certo modo, nos atravessam.

Conforme afirma Paul Ricoeur numa perspectiva hermenêutica “Não se trata de impor ao texto sua própria capacidade finita de compreender, mas de expor-se ao texto e receber

dele um si mais amplo [...]” (Ricoeur, 2010, p. 58). Na busca por traçar o caminho entre as narrativas e a vida real, Paul Ricoeur (2010, p. 265) assevera que "o processo de composição, de configuração, não se finaliza no texto, mas no leitor, e sob essa condição torna possível a reconfiguração da vida pela narrativa".

Considera-se, portanto, que durante a leitura terapêutica os participantes não apenas consomem passivamente as histórias, mas as ampliam e as incorporam em suas próprias experiências e reflexões. De tal modo, que ao se depararem com as complexidades das narrativas literárias, encontrarão novas perspectivas, roteiros e soluções para os desafios que enfrentam em suas próprias vidas. Contudo, embora essa prática possa ser fluida e subjetiva, às vezes inesperada, ela também pode ser sistemática e planejada quando vista sob a ótica da mediação literária.

Na Biblioterapia mediada em grupo, o processo de identificação é uma jornada emocional de conexão dos participantes com os personagens, narrativas e enredos diversos delineados pelo mediador e pelos próprios membros do grupo. Quando elevamos este potencial ao processo de mediação de leitura com jovens no âmbito acadêmico, a identificação a partir das obras literárias deverá corresponder aos anseios e devaneios presentes nessa fase da vida.

Os jovens que ingressam nas universidades públicas enfrentam uma série de obstáculos ao longo de sua jornada: a exigência acadêmica da instituição; os conflitos pessoais e interpessoais que surgem no ambiente universitário, incluindo questões de sociabilidade, convivência e laços afetivos; o distanciamento da família e o peso das responsabilidades pessoais são desafios significativos, muitas vezes contribuindo como fatores predisponentes para o sofrimento psíquico desses jovens.

Nessa perspectiva, a proposta do presente artigo é apresentar uma experiência prática realizada no âmbito do curso de Biblioteconomia da UFC, mais especificamente na disciplina Teoria e Prática da Leitura. O objetivo é apresentar e explorar o potencial terapêutico da leitura mediada em grupo, apresentando metodologias e suporte teórico, bem como destacando sua relevância e aplicabilidade no contexto universitário.

Parte-se do pressuposto de que esses jovens devem ter suas questões socioemocionais acolhidas, para somente então se apropriarem de estratégias e princípios norteadores da prática biblioterapêutica. Ao adentrar neste relato de experiência, esperamos que os leitores

se sintam inspirados a refletir sobre o papel da mediação de leitura na promoção da saúde mental e emocional, especialmente no contexto acadêmico.

2 O POTENCIAL TERAPÊUTICO DA LEITURA LITERÁRIA

O processo terapêutico, quando visto no âmbito da leitura, não ocorre apenas através da interpretação solitária do texto. Ele se desenvolve no outro texto que produzimos inconscientemente enquanto lemos e conscientemente quando ressignificamos ou refletimos. Portanto, o potencial terapêutico da leitura reside nos repertórios, nas narrativas e nos caminhos que o texto evoca durante e após o ato de ler.

A Biblioterapia, prática considerada uma subárea da Biblioteconomia, fundamenta-se na psicoterapia e utiliza a leitura como um recurso auxiliar no tratamento de sofrimentos psíquicos. Sua finalidade é utilizar a leitura como uma ferramenta terapêutica para promover a expressão de sentimentos, superar desafios e possibilitar a aceitação pessoal. Para Caldin (2001, p. 42), “a Biblioterapia constitui-se em uma atividade interdisciplinar, podendo ser desenvolvida em parceria com a Biblioteconomia, a Literatura, a Educação, a Medicina, a Psicologia e a Enfermagem”.

De acordo com Sousa (2022) a Biblioterapia pode ser entendida como uma forma de mediação dialógica da leitura, que faz emergir, por meio da prática leitora, a nomeação e organização de sentimentos; o alívio e pausa nos pensamentos compulsórios; a aceitação e compreensão de si mesmo; a superação de traumas, através do processo de identificação entre o leitor e as narrativas. Para a autora, a Biblioterapia é uma mediação de leitura com foco terapêutico que se desdobra através do diálogo entre texto, leitor, autor, ambiente, vivências e experiências compartilhadas. Esse processo viabiliza o desenvolvimento de habilidades de autoconhecimento, pois permite a identificação com a obra literária, enquanto reconfigura a vida real, evidenciando assim o seu valor terapêutico.

Michele Petit (2009), antropóloga que investigou ações de mediadores de leitura em locais com adversidades, relata em sua vivência que os livros lidos coletivamente eram como “moradias provisórias”, ou seja, uma maneira de recriar e reconstituir aquilo que foi perdido na sua materialidade, mas também imaterialidade. Para a autora, mitos, contos, lendas e demais produções literárias permitem, em certa medida, simbolizar intensas emoções ou acontecimentos inesperados, como as situações de crise, cenário das vivências traumáticas etc. (Petit, 2009, p. 92).

Falar sobre as próprias dores emocionais é um ato de coragem e, para muitos, um passo significativo rumo ao alívio e à cura. Não se trata apenas de falar por falar, mas de engajar em ações que permitam a circulação das emoções. Por exemplo, discutir uma obra literária em uma roda de leitura ou contar uma história para um grupo, momentos em que também compartilhamos aspectos de nós mesmos.

Essa mesma concepção é percebida nos estudos de Merleau-Ponty (1999). Para o autor, um pensamento que existe apenas em si, “sem projetar-se para fora dos incômodos da fala e da comunicação, inevitavelmente seria lançado na inconsciência, o que significa dizer que ele não existiria nem mesmo para si, porque é através da fala expressa que se pode pensar, repensar e interpretar o dito” (Merleau-Ponty, 1999, p. 241), o que enfatiza a importância da oralidade no processo terapêutico.

Clarice Caldin (2010), fundamentada nos princípios da Teoria da Linguagem de Merleau-Ponty aplicada à Biblioterapia, enfatizou a importância da linguagem como meio de expressão e comunicação. Ela defendeu a ideia de que a "fala falante", capaz de gerar significados, desempenha um papel importante na prática biblioterapêutica. A autora implementou um Programa de Leitura Terapêutica em uma escola municipal de Florianópolis, Santa Catarina, durante todo o ano de 2003. O programa incluía atividades como leitura, narração e dramatização de textos ficcionais, destacando o aspecto lúdico, poético e as potencialidades terapêuticas da literatura. A interação pós-história, a socialização e a revisitação do texto foram consideradas práticas terapêuticas, evidenciando como a Biblioterapia pode representar um tratamento alternativo e eficaz, no qual a fala, a leitura e a dramatização atuam como formas de terapia.

Vygotsky (2009) apresenta também uma similaridade com este pensamento. O autor surge como criador de vertente teórica largamente aceita e referenciada pela Psicologia, estabelecendo que as formas superiores de comunicação psicológica são estabelecidas pela junção do fenômeno da linguagem e do pensamento, o que torna possível a formação do discurso. Nesse sentido, Paul Ricoeur (2010), ressalta que a interpretação é sempre um ato de comunicação, enfatizando a importância do diálogo na construção de significados

Ao refletirmos sobre essa dinâmica de intercâmbio, percebemos que o potencial terapêutico da leitura reside na interação dialógica da mediação literária. Esse potencial se manifesta tanto no ato solitário e íntimo de decifrar um texto quanto na palavra compartilhada, trocada e ouvida, sempre mediada por um diálogo constante, já que

“interpretar é uma maneira de articular a experiência e o mundo, permitindo que a narrativa se torne um espaço de diálogo entre o eu e o outro” (Ricoeur, 2010, p. 195).

Quando elevamos este potencial ao processo de mediação de leitura com jovens, sobretudo durante o processo de aprendizagem, a identificação a partir das obras literárias deverá corresponder aos anseios e devaneios típicos dessa fase da vida. Especialmente nessa faixa etária há frustrações que limitam, sufocam e exigem a construção de resiliências e competências para lidar com complexidades da vida, e compreender sua característica cíclica.

A literatura se apresenta, nesse momento, como uma forma de dialogar mais profundamente com o jovem, oferecendo narrativas que espelham suas próprias experiências e mostrando maneiras de superar situações similares às que eles enfrentam. Com esse pensamento e movidos por essas questões, buscou-se integrar as práticas da Biblioterapia à sala de aula. A metodologia empregada nos encontros e nas rodas biblioterapêuticas seguia uma perspectiva humanista, descentralizando a figura do mediador e focando nas demandas do grupo, conforme será detalhado no tópico a seguir.

3 ESTRATÉGIAS E ABORDAGEM TEÓRICO-PRÁTICA

A abordagem metodológica adotada no âmbito da Biblioterapia discutida no presente texto é fruto de uma pesquisa desenvolvida a partir da tese de doutorado de uma das autoras. Com base nos resultados dessa pesquisa, a psicologia humanista ofereceu os alicerces necessários para inserir a Biblioterapia dentro da perspectiva dialógica da mediação da leitura, utilizando a narrativa e o diálogo como elementos centrais.

A escolha da psicologia humanista e, em especial da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) de Carl Rogers (1951), foi inevitável ao compreendermos o valor da leitura na esfera socioemocional e o papel essencial da mediação de leitura para fins terapêuticos. Diferentemente, de algumas pesquisas sobre Biblioterapia que se baseiam em abordagens psicanalíticas, optamos pela psicologia humanista por sua visão do ser humano como um ser criativo, dotado de capacidades de autorreflexão, decisão, escolha e valores.

Ao aliar a ACP à Biblioterapia, buscamos não apenas uma compreensão mais ampla e positiva do ser humano, mas também uma abordagem terapêutica que valorizasse o potencial de crescimento e transformação inerente a cada indivíduo, ao mesmo tempo em que tirava do centro o mediador/terapeuta/professor desse processo. (Rogers, 1951;1961).

Nesse sentido, Rogers (1951;1961) apresenta o comportamento humano como resultado da interação de vários fatores presentes na experiência do indivíduo, incluindo aspectos hereditários, influências orgânicas, familiares, socioculturais e as necessidades do organismo. Com isso, o autor determinava que o ser humano possui potencialidades para autodesenvolver-se através de um percurso processual que implica questões biopsicossociais. Nesse processo, o importante para ACP é o indivíduo e não o problema que é posto em foco, pois, para Rogers (2005, p. 28),

O objetivo não é resolver um problema particular, mas sim o de ajudar o indivíduo a desenvolver-se para poder enfrentar o problema presente e os futuros de uma maneira mais perfeitamente integrada [...] de uma forma mais independente, mais responsável, menos confusa e mais bem organizada.

No que concerne ao viés prático, este estudo caracteriza-se como uma pesquisa-ação, já que foi desenvolvido a partir de uma metodologia ativa/participativa. Tal estratégia de pesquisa tem como prerrogativa a participação dos grupos sociais no processo de compreensão e desenvolvimento de ações, às quais impactam a realidade estudada. É sucintamente definida por Tripp (2005, p. 443) “como toda tentativa continuada, sistemática e empiricamente fundamentada de aprimorar a prática”, isto é, desenvolve o conhecimento e a compreensão como parte da prática.

Nessa perspectiva, optou-se por embasar a prática da Biblioterapia em teorias que fundamentassem o diálogo como uma ação terapêutica, especialmente por meio dos denominados “Grupos de Encontro” de Carl Rogers. Segundo ele, o papel do mediador deve ser o de criar uma atmosfera favorável ao processo de ensino, o de tornar os objetivos tão explícitos quanto possível e o de ser sempre um recurso para os alunos e não a peça central do processo, pois “Não podemos inculcar diretamente em outrem um saber ou uma conduta; o que podemos é **facilitar sua aprendizagem**”. (Rogers, 2005, p. 95, grifo nosso).

Ao aplicar os princípios da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) à Biblioterapia, podemos criar um ambiente propício para o desenvolvimento pessoal e terapêutico por meio de informações presentes nas narrativas literárias. Como destacado por Rogers, um facilitador pode estabelecer um clima psicológico de segurança no grupo, onde a liberdade de expressão e a redução das defesas são possibilitadas. Esse ambiente permite que os participantes compartilhem suas respostas emocionais e intelectuais em relação às leituras, promovendo uma compreensão mais profunda de si mesmo e dos outros.

XXIV Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação – XXIV ENANCIB
Vitória-ES – 04 a 08 de novembro de 2024

Nesse sentido, considerando a ACP como fundamento metodológico para a prática da Biblioterapia, é possível observar como esta abordagem pode ser aplicada ao contexto dos círculos biblioterapêuticos a partir do quadro abaixo

Quadro 1 - Abordagem Centrada no Cliente aplicada à Biblioterapia

CATEGORIAS	ACP	DESCRIÇÃO	BIBLIOTERAPIA
ENFOQUE CENTRAL	TENDÊNCIA ATUALIZANTE	É uma tendência inata de todo organismo buscar crescimento, maturidade e a atualização de suas potencialidades. Rogers acreditava que, se fossem proporcionadas as condições necessárias para o desenvolvimento do indivíduo, este naturalmente avançaria em direção à maturidade e socialização.	No contexto da Biblioterapia mediada em grupo, é preciso reconhecer que a função do mediador de leitura não é buscar um diagnóstico dos sofrimentos psíquicos do grupo. Em vez disso, o mediador deve promover o processo identificatório através do diálogo com as narrativas literárias e da discussão em grupo. De maneira semelhante ao que Rogers considera um ambiente propício para o desenvolvimento emocional do indivíduo, a Biblioterapia mediada cria um ambiente seguro e acolhedor, ajudando os participantes a explorar e compreender suas emoções, promovendo seu crescimento e bem-estar emocional.
POSTURA DO MEDIADOR	NÃO DIRETIVA	Caracteriza a busca do psicoterapeuta por ensejar uma atmosfera acolhedora e permissiva para que o cliente possa expor suas emoções e sentimentos com liberdade. Dá maior ênfase aos aspectos de sentimento do que aos intelectuais, tem como maior foco de interesse o indivíduo e não o problema, e toma a própria relação terapêutica como uma experiência de crescimento, havendo um enfoque semântico do psicoterapeuta baseado nas respostas do cliente (ROGERS, 1940-1950)	O mediador deverá estar apto para acolher as emoções, questionamentos e apreensões do grupo, adotando uma postura mais de escuta do que interventiva. Todo o processo será norteado pelo texto selecionado, porém as discussões serão geradas a partir do debate com o grupo, de modo que cada encontro terá suas especificidades. Nesse processo, a escuta empática e a aceitação incondicional deverão ser cruciais para o bom desenvolvimento desta prática.
CONDIÇÕES NECESSÁRIAS	ATITUDES FACILITADORAS:	Rogers definiu algumas atitudes que facilitarão o desenvolvimento do processo terapêutico, diferente de uma postura diretiva: a) Aceitação positiva e incondicional: consiste no respeito incondicional, por parte do psicoterapeuta, à individualidade do cliente. b) Compreensão empática: Através da empatia, o psicoterapeuta busca perceber	Assim como é empregado na ACP, o cerne das ações em grupo é a construção da relação mediador/participantes, de modo que o primeiro esteja aberto a estabelecer uma relação psicológica com o segundo, tendo em vista que é de suma importância manter um relacionamento de confiança com os integrantes do grupo, e assim possibilitar a criação de vínculos. É necessário ainda estar pronto para o inesperado e aberto para toda e qualquer manifestação do humano. Embora o ser humano tenha atitudes

XXIV Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação – XXIV ENANCIB
Vitória-ES – 04 a 08 de novembro de 2024

		<p>e compreender o mundo do cliente na perspectiva dele.</p> <p>c) Congruência (autenticidade): refere-se ao grau de alinhamento entre o que o terapeuta sente e o que expressa ao cliente, demonstrando ser autêntico na relação terapêutica. Isso implica que o terapeuta age de maneira genuína e transparente, comunicando suas experiências internas de forma coerente com o que vivencia na interação com o cliente.</p>	<p>diversas de comportamento, de atitude, emoções e sentimentos é preciso trabalhar a mente para evitar os estranhamentos. Isto só ocorre a partir da autoaceitação e aceitação do outro, proposta pelo estado de congruência.</p>
METODOLOGIA	GRUPOS DE ENCONTRO	<p>Em sua obra intitulada "Grupo de Encontros", Rogers faz uma análise dos diferentes estilos de grupos de apoio psicológico e destaca os elementos que considera comuns à grande maioria desses grupos:</p> <p>“Em quase todos os casos, o grupo é pequeno (de oito a dezoito membros), relativamente não estruturado, escolhendo os próprios objetivos e direções pessoais. Ainda que nem sempre, a experiência inclui frequentemente alguma informação teórica - qualquer assunto concreto que é apresentado ao grupo. Em quase todos os casos a responsabilidade do líder é, em primeiro lugar, a facilitação da expressão dos sentimentos e pensamentos por parte dos membros do grupo. (ROGERS, 2009, p. 08, grifo nosso).</p>	<p>As discussões em grupo permitem o entrecruzamento de histórias, fictícias ou pessoais dos integrantes. De modo, que cada leitor ao entrar em contato com aspectos, paradoxos, facetas presentes nas narrativas, com os quais se identifica, mas não assume como seu, porque é o outro (o personagem) que vive aquilo. Além disso, o processo de troca entre os participantes enriquece bastante o grupo, cada sujeito expõe ao seu modo suas vivências, tornando aquele diálogo democrático e enriquecedor. Ademais, no que tange ao papel do biblioterapeuta, este atuará como um mediador de leitura. Sua função será facilitar o processo de comunicação e interlocução entre os participantes, permitindo que, através das palavras e da escuta atenta, emergam sentimentos e sensações que circulam subjetivamente no grupo.</p>

Fonte: Adaptado de Sousa (2022).

Na próxima seção, serão apresentadas as estratégias utilizadas, bem como a descrição dos encontros realizados dentre os anos de 2021 a 2023. O intuito não será apresentar dados quantitativos ou mapear os resultados das atividades, mas destacar uma proposta aplicada no meio acadêmico, durante as aulas do curso de Biblioteconomia.

4 A BIBLIOTERAPIA NA PRÁTICA

Nos anos de 2021 a 2023, a disciplina Teoria e Prática da Leitura, ofertada pelo curso de Biblioteconomia da UFC, incorporou a Biblioterapia como um conteúdo programado da

disciplina. O objetivo era não apenas ensinar a teoria e as técnicas da Biblioterapia, mas também proporcionar aos alunos uma vivência prática dessa abordagem. É válido ressaltar que os participantes dos círculos de Biblioterapia já eram conhecidos, pois faziam parte da disciplina; o que significa que as professoras/mediadoras já estavam familiarizadas com as demandas socioemocionais do grupo em questão. Como resultado, as obras literárias discutidas durante as sessões de leitura foram selecionadas de forma a dialogar diretamente com os anseios e as demandas socioemocionais percebidas nos alunos no decorrer da disciplina.

Vale destacar, que durante a preparação dos livros e textos narrativos para serem compartilhados nos círculos de Biblioterapia em grupo, era necessário considerar uma série de percepções que se refletiam na visão de mundo, especialmente nos indivíduos presentes. Tornava-se evidente que, ao buscar nas obras literárias conteúdos que atendessem às necessidades do grupo, o mediador transformava esse processo em uma experiência compartilhada e interativa. Assim, suas escolhas refletiam também as preferências dos participantes, resultando na escolha literária de ampla diversidade, que não eram exclusivas do mediador, mas sim destinadas ao público-alvo.

A prática era dividida em dois momentos distintos. No primeiro, eram explicados os pressupostos teóricos e metodológicos da Biblioterapia, proporcionando aos alunos uma base sólida de compreensão sobre a ação. No segundo momento, a Biblioterapia era aplicada diretamente com os alunos, utilizando livros de literatura infantil como ferramenta principal para explorar as memórias da infância de cada participante.

Conforme mencionado na metodologia, a abordagem que fundamentou a realização da mediação de leitura foi ACP aplicada à Biblioterapia. Destaca-se, nessa abordagem, a potencialidade de uma escuta sensível, empática, afetiva, ética e aprendente, a partir dos elementos centrais da abordagem de Rogers (2008). O autor elaborou as condições essenciais para o processo terapêutico¹, inicialmente reduzido ao campo clínico, e depois ampliou suas concepções para o campo da educação, a saber:

- a) abertura à experiência;
- b) compreensão empática (compreensão em relação à pessoa e não ao assunto);
- c) aceitação incondicional (sentimento de respeito incondicional ao outro);

¹ Carl Rogers expôs, em 1957, o essencial de suas ideias em matéria de psicoterapia em um artigo intitulado *The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change*.

- d) estado de congruência (ser verdadeiramente quem se é);
- e) postura não diretiva.

Portanto, foi com base nas atitudes facilitadoras de Rogers (2008) que os encontros foram embasados. Optou-se por uma postura que incentivasse a participação dos alunos, envolvendo cada um individualmente e valorizando suas colocações, dúvidas e opiniões. O princípio fundamental seria a legitimação dos sentimentos dos participantes, portanto, a escuta ativa foi imprescindível para o desenrolar das ações, considerando os momentos certos para falar e evitando ao máximo a interrupção.

Para isso, embora o círculo de Biblioterapia tenha ocorrido na sala de aula, foi criado um ambiente acolhedor. Os alunos sentaram-se no chão, vestidos com roupas leves e chinelos, com a intenção de tornar o momento o mais descontraído possível. Cada aluno trouxe uma toalha, canga ou coberta para se sentar, formando um círculo com as obras literárias dispostas ao centro.

Inicialmente, permitia-se que os participantes folheassem os livros livremente, criando um ambiente de familiaridade e curiosidade a partir das obras literárias. Em seguida, uma música temática era tocada para envolver os alunos no tema do dia, preparando-os emocionalmente para a atividade subsequente. O objetivo era trazer para o círculo as emoções vivenciadas na infância.

No segundo momento, o mediador apresentava a pergunta geradora: "Se a criança que você foi um dia viesse te visitar, o que você diria a ela?". Os alunos, por sua vez, eram convidados² a escrever uma carta respondendo a essa indagação, utilizando a escrita terapêutica para acessar e expressar sentimentos adormecidos que naturalmente poderiam emergir naquele momento.

De acordo com Berry e Pennebaker (1993), o processo da escrita terapêutica integra tanto aspectos cognitivos, como emocionais. Durante um longo tempo de estudo sobre a prática, esses autores consideraram que a expressão das emoções por meio da escrita oferece uma oportunidade para aumentar o *insight*, a capacidade de autorreflexão e a organização da

² A atividade era livre, pois com base nas concepções de Thompson (2010), a escrita e a terapia podem trabalhar harmoniosamente ou antagonicamente. As pessoas podem ter diferentes formas de lidar com eventos traumáticos, e a escrita pode contribuir para uma alternativa terapêutica eficaz para aqueles que são, usualmente, mais expressivos. No entanto, como destacado por Pennebaker (2010), quando as pessoas são "empurradas" para expressar sentimentos quando não estão dispostas a fazê-lo, pode aumentar o risco de Transtorno do Estresse Pós-traumático.

perspectiva própria sobre os eventos, contrastando com a simples revelação espontânea de sentimentos e emoções.

Após escreverem as cartas, os alunos que se sentiam à vontade compartilhavam suas reflexões com o grupo, lendo-as integralmente ou resumindo o conteúdo. Esse momento de exposição permitia uma catarse coletiva, onde as emoções represadas eram liberadas e as experiências compartilhadas geravam conexões profundas entre os participantes. A mediadora, ao final de cada relato, fazia a conexão com as obras literárias apresentadas, relacionando os temas emergentes às narrativas dos livros.

Os temas que surgiam durante essas sessões eram variados e complexos, incluindo abuso sexual, gravidez na adolescência, questões étnico-raciais, questões de gênero, luto, infâncias marcadas por punição, intolerância, brigas ou privações, e dificuldades em estabelecer limites pessoais. Para cada demanda, a mediadora selecionava uma obra relevante e comentava com o grupo, estabelecendo uma ligação entre a narrativa literária e as experiências compartilhadas pelos alunos – objetivo central da Biblioterapia. Após cada comentário, a mediadora perguntava: "Alguém quer dizer algo para o sujeito X ou Y?", incentivando a troca de apoio e reflexões entre os participantes.

Os resultados observados foram significativos. Os participantes relataram uma melhora na organização das emoções e sentimentos, bem como um desenvolvimento notável de habilidades de autoconhecimento e empatia. A identificação com os personagens e situações das histórias infantis ajudou muitos alunos a compreenderem e reconfigurarem suas próprias experiências de vida, destacando o valor terapêutico da mediação de leitura.

Considera-se que a implementação da Biblioterapia na disciplina Teoria e Prática da Leitura demonstrou ser uma estratégia poderosa para o cuidado interpessoal nos espaços acadêmicos. Utilizando a literatura infantil, os alunos puderam explorar e expressar suas emoções de maneira segura, promovendo um ambiente de cura coletiva e autocompreensão. Esses resultados sublinham a importância de integrar abordagens terapêuticas inovadoras no currículo acadêmico para apoiar o bem-estar emocional dos estudantes.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Embora a saúde mental seja uma preocupação crucial na sociedade contemporânea, ações voltadas para ouvir as demandas dos jovens durante seu desenvolvimento acadêmico ainda são incipientes. Nesse contexto, a Biblioterapia surge como uma abordagem empírica

que utiliza a leitura como uma estratégia para compreender e explorar as complexidades emocionais das pessoas, destacando sua relevância crescente na sociedade atual.

Cumpre esclarecer que a Biblioterapia, assim como outras práticas integrativas de natureza não psíquicas como a ludoterapia, arteterapia e dança terapia, não substitui a terapia com um psicólogo, mas complementa e auxilia na promoção da saúde mental. A Biblioterapia é fundamentalmente catártica, portanto, não realiza análises profundas ou diagnósticos psíquicos, mas facilita a exposição e o diálogo sobre feridas subjetivas, promovendo a organização e compreensão dos sentimentos.

Dessa forma, para além dos objetivos propostos neste artigo, a literatura mediada no contexto universitário demonstrou ser um recurso valioso para o desenvolvimento de habilidades socioemocionais como resiliência, autoconhecimento, autocompaixão, autocuidado, empatia, autoconfiança, tolerância ao estresse e persistência. Isso se evidencia quando exploramos as narrativas para compreender sentimentos difíceis e situações complexas da vida dos jovens universitários. Em um ambiente acadêmico muitas vezes desafiador e isolador, os estudantes anseiam por compartilhar suas experiências, discutir seus desafios e encontrar apoio mútuo.

Com base nas estratégias socioemocionais implementadas nesse contexto acadêmico, observou-se o impacto significativo da reciprocidade nas trocas interpessoais nos círculos de Biblioterapia realizados em sala de aula. Essa dinâmica tem assumido um papel significativo na promoção do bem-estar socioemocional dos alunos, bem como um espaço de trocas simbólicas, de apoio socioafetivo e de compreensão mútua.

Considera-se que através do compartilhamento de histórias de vida e da expressão de emoções em um espaço seguro e acolhedor, os indivíduos se sentem validados em suas experiências e encontram nas histórias partilhadas os elementos necessários para uma maior compreensão de si mesmos. Através da leitura literária, a prática da escuta ativa e a empatia dos membros do grupo, criam um ambiente propício para cuidado e apoio mútuo.

Destaca-se ainda que este estudo foi conduzido através de uma abordagem de pesquisa-ação, fundamentada em princípios metodológicos estabelecidos na literatura científica, mas enriquecida pela experiência teórico-prática das autoras deste artigo. Espera-se que este estudo promova a implementação de novas práticas e o desenvolvimento contínuo de estudos na área.

REFERÊNCIAS

- BERRY, Diane. S.; PENNEBAKER, James Whiting. Nonverbal and verbal emotional expression and health. **Psychotherapy and Psychosomatics**, Basel, v. 59, n. 1, p. 11-19, 1993. doi: 10.1159/000288640. PMID: 8441791.
- CALDIN, Clarice Fortkamp. A leitura como função terapêutica: Biblioterapia. Encontros de Bibliotecários. **Revista de Biblioteconomia e Ciência da Informação**, Florianópolis, n. 12, dez. 2001. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/eb/article/download/36/5200+&cd=2&hl=pt-PT&ct=clnk&gl=pt>. Acesso em: 14 jun.2024.
- CALDIN, Clarice Fortkamp. **Biblioterapia: um cuidado com o ser**. São Paulo: Porto das idéias, 2010.
- MERLEAU-PONTY, Maurice, 1908-1961. **Fenomenologia da percepção**. 2ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE - OMS. **Suicide in the World: global health estimates**. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2019. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/suicide-in-the-world>. Acesso em: 8 mar 2024.
- ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE - OPAS. **Folha informativa - Suicídio**. Washington, D.C: OPAS, 2018. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=-com_content&view=article&id=5671:-folha-informativa-suicidio&Itemid=839. Acesso em: 22 abr. 2024.
- PETIT, Michèle. **A arte de ler ou como resistir à adversidade**. São Paulo: Editora 34, 2009.
- RICOEUR, Paul. **Interpretação e Ideologias**. Rio de Janeiro: F. Alves, 2010.
- ROGERS, Carl Ransom. **Terapia centrada no cliente**. São Paulo: Martins Fontes, (Original publicado em 1951).
- ROGERS, Carl Ransom. **Tornar-se pessoa**. São Paulo: Martins Fontes, 1992. (Original publicado em 1961).
- ROGERS, Carl Ransom. **Psicoterapia e consulta psicológica**. São Paulo: Martins Fontes, 2005. (Original publicado em 1942).
- ROGERS, Carl Ransom. **Grupos de encontro**. São Paulo, SP: Martins Fontes, 2009. (Trabalho original publicado em 1970).
- ROGERS, Carl Ransom. As condições necessárias e suficientes para a mudança terapêutica na personalidade. In: John Keith Wood et al. (Org.). **Abordagem centrada na pessoa**. Vitória, ES: EDUFES, 2008. p. 143-162.

XXIV Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação – XXIV ENANCIB
Vitória-ES – 04 a 08 de novembro de 2024

SOUSA, Laiana Ferreira de. **Práticas informacionais terapêuticas e a resiliência informacional**. 2022. 211 f. Tese (Doutorado em Ciência da Informação) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2022. Biblioteca Depositária: BU/UFPB.

TRIPP, David. Pesquisa-ação: uma introdução metodológica. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 31, n. 3, p. 443-466, set./dez. 2005.

VYGOTSKY, Lev Semenovich. **A construção do pensamento e da linguagem**. 2.ed. Tradução: Paulo Bezerra, São Paulo: Martins Fontes, 2009.