

Bibliyoterapi

Tanım;

- Bibliyoterapi, psikolojik danışma ve rehberlikte bireyin sorunları ile ilgili konularda okuyarak kendisine psikolojik yardım sağlama tekniğidir.

Neden Bibliyoterapi;

- Bibliyoterapi başlı başına bir yardım tekniği olarak ele alındığı gibi, devam etmekte olan psikolojik danışma oturumlarında danışanın problemleri hakkında okuyarak daha çok bilinçlenmesini sağlamak amacı ile de ele alınabilir. Birinci durumda sürekli bir psikolojik danışma yardımı olmaksızın, birey ilgili kaynakları okuyarak problemleri hakkında daha çok bilgi edinip kendine bir yardım sağlamış olur. İkinci durumda ise, bireyin problemleri hakkında bazı kaynakları okuması, sürdürülmekte olan psikolojik danışma oturumlarını zenginleştirmek ve bireyin problemleri hakkında yapacağı konuşmaları daha da arttırmak amacına hizmet edebilir.

Öneriler;

- Okunacak kaynak bulunduğu takdirde, birey için sorun ya da problem olan her konuda bibliyoterapi uygulamasına başvurulabilir. Ancak bibliyoterapi amacı ile hangi durumlarda hangi kaynakların okunması gerektiği danışmanlarca önerilmelidir. Böyle bir önerinin yapılabilmesi ise, kuşkusuz, danışmanların veya öğretmenlerin ilgili literatürü iyi tanımlarına bağlıdır.
- Bibliyoterapi amacı ile başvurulacak kaynaklar psikolojik sağlıkla ilgili konularda doğrudan doğruya bilgi veren kitaplar olabileceği gibi, çeşitli konularda yazılmış roman, masal, hikaye türünden kitaplar da olabilir.

Değerlendirme;

- Bibliyoterapi tekniğinden yararlanmakta olan bireylerin izlenmesi bunun için de zaman zaman bir araya gelerek okuma sonuçlarının paylaşılması ve gelişmelerin neler olduğunun ortaya konulması yerinde olur.