

Recientemente conocí y me informé acerca de una modalidad de intervención educativo-terapéutica que justamente articula mi interés por la lectura y por la Psicología. Se trata de la biblioterapia o literapia, la cual parte de la idea de que el contacto habitual con la lectura promueve el bienestar, en especial cuando se hace de manera acompañada o guiada.

Partiendo de esta idea mi propuesta es incentivar el acercamiento a los libros de una manera diferente, más activa, que propicie el intercambio grupal y de lugar a la reflexión individual.

Me gustaría mediante mi formación en Psicología poder contribuir en este espacio desarrollando talleres. Estos se realizarían una vez a la semana, con una duración de dos horas aprox., donde la primera se destinaría a la lectura de un libro seleccionado entre todos y la segunda parte a el intercambio y realización de diferentes dinámicas. Estos talleres pueden apuntar por ej. al desarrollo de la empatía, a identificar las propias emociones, a reconocerlas y respetarlas en otras personas, fortaleciendo así los vínculos y mejorando la convivencia. A través de la lectura podemos poner en palabras las emociones (alegría, tristeza, miedo, enojo, frustración, etc.), las vivencias, las fantasías, etc.

La lectura posibilita que a través de los personajes podamos pensarnos a nosotros mismos, identificarnos con ellos, no solo con el protagonista, sino también con personajes de otro género, otra edad y con situaciones de vida distintas a la nuestra. Permite generar un cambio en cuanto a cómo nos vemos a nosotros mismos (mejora la autoestima) y en cómo percibimos nuestro entorno, favoreciendo entre otras cosas la toma de decisiones, las habilidades sociales, la resolución de conflictos, ayudando a transitar situaciones difíciles, a resignificar experiencias, a poner en evidencia que muchas de las situaciones que vivimos como problemáticas otros también las han transitado, aunque de forma distinta. Al realizarse de forma acompañada se favorece el desarrollo del pensamiento crítico, la reflexión, el respeto por las diferentes miradas, la escucha, la comunicación, se generan vínculos, etc.

En cuanto al espacio donde se realizaría tengo pensado acercarme al Centro de Barrio de mi localidad para compartirles mi propuesta. Ya que allí actualmente funciona una biblioteca que abre los días jueves de 16 a 18 hs. me gustaría preguntarles si estarían dispuestos a ceder el local al menos 2 hs. a la semana para habilitar este espacio.

Como parte del proyecto quisiera en caso de contar con el apoyo económico contribuir con más libros para esta biblioteca y así ampliar la oferta. También se debería colaborar con la difusión de este espacio ya que por las entrevistas que hice muy pocos conocen que existe esta biblioteca y muy pocos se acercan a ella. Sería bueno poder ampliar el horario de funcionamiento ya que actualmente es muy acotado.

En caso de contar con la ayuda económica me gustaría destinar la mayor parte a la compra de libros, esa sería la prioridad y otra parte para los insumos necesarios para el desarrollo de los talleres que en principio no son tantos ni muy costosos: papelógrafos, marcadores, fotocopias, hojas, etc. Algo podría destinarse también a la difusión del espacio que sería mayormente a través de las redes sociales y acercándonos con algún afiche a los centros educativos. Quizás haga falta también alguna biblioteca para ubicar los libros. Igualmente también se pueden solicitar donaciones ya sea de libros, mobiliario, etc.

Mi idea es incentivar e invitar a otros profesionales: Docentes, Bibliotecólogos, Educadores, Psicólogos (como en mi caso) y estudiantes que quieran de forma voluntaria participar proponiendo alguna actividad que pueda interesarle a los jóvenes.

El objetivo es que los jóvenes puedan de alguna manera apropiarse de este espacio, sentirlo como un lugar de pertenencia, de participación, donde puedan compartir y que tengan un lugar donde estar en su tiempo libre o incluso que puedan ir a la biblioteca a estudiar o realizar alguna tarea.

Me gustaría que sean los propios jóvenes quienes traigan nuevas propuestas e ideas, se me ocurre por ej. que podrían acercarse a las escuelas para compartir lecturas con los niños/as o generar tutorías entre pares para ayudarse en alguna materia.

Finalmente espero que este espacio habilite una instancia de encuentros, de intercambio de experiencias, de miradas, que se generen vínculos y surjan nuevas ideas. Que la lectura no sea impuesta como una obligación sino que pueda ser incentivada a través de sus múltiples beneficios y vista como un entretenimiento.