

# Biblioterapia y bibliotecas como lugar de curación

Bibliotherapy and libraries as a place of care

Flora Foresta

*JLIS.It*, ISSN 2038-1026, Vol. 12, n. 2, 2021, p. 122-132

Ya desde la antigüedad, la lectura ha sido identificada como un método curativo, capaz de aliviar tribulaciones y ayudar a superar sucesos traumáticos (en algunas bibliotecas griegas antiguas aparece la inscripción “lugar de curación del alma”). Sin embargo, no será hasta el siglo XX cuando la biblioterapia empiece a conformarse como disciplina. En sus inicios, la lectura se comenzó a utilizar en hospitales psiquiátricos como instrumento de ocio y/o metodología de carácter curativo. Además de tratarse de una vía para que los pacientes tuviesen la mente ocupada, se beneficiaban del efecto catártico que produce la narrativa y la identificación con sus personajes, así como de la introspección derivada de reflexionar sobre las experiencias de los mismos. Las tipologías en las que se divide la biblioterapia son muy diversas, si bien la autora destaca dos corrientes principales: la clínica, enfocada a personas con graves problemas psicológicos que deben ser atendidas por profesionales, y la biblioterapia del desarrollo, para personas con problemas afectivos leves, la cual puede ser aplicada también por expertos o por bibliotecarios. Asimismo, establece tres protagonistas principales: el paciente, el libro, capaz de ofrecer nuevos términos que ayuden a definir los problemas del lector, y un bibliotecario con amplios conocimientos literarios. Esto último es importante, ya que una mala recomendación podría agravar la situación de una persona que ya está sufriendo dificultades. De igual modo, debe estar dispuesto a escuchar y ofrecer apoyo al usuario que requiera su ayuda, no olvidando,

sin embargo, que no es un psicólogo profesional, por lo que, si detecta señales de problemas más graves, debe aconsejar al usuario que busque ayuda psicológica especializada. Como ejemplos de aplicación de esta disciplina, la autora recoge algunos casos prácticos aplicados en bibliotecas escolares de Israel y Costa Rica, en bibliotecas de hospitales italianos y en dos bibliotecas públicas estadounidenses (Seattle y Nueva York). Finalmente, se incluye un apartado dedicado a la situación actual de la pandemia de COVID-19. El confinamiento ha provocado un descenso de la salud mental y un aislamiento que ha afectado a muchas personas, algunas de las cuales se han visto privadas de las bibliotecas como lugar seguro donde refugiarse. En cualquier caso, la autora cree que se trata de un momento histórico en el cual se podrá comprobar el valor terapéutico de la lectura y de los libros como instrumentos de apoyo. A través de la biblioterapia, podrá demostrarse cómo el poder curativo de la literatura puede ayudar a paliar los momentos de dificultad actuales.

<https://www.jlis.it/article/view/12704/11442>

Resumen elaborado por Elena Esteban Jiménez