AGNIESZKA MIERNIK¹

Biblioterapia integralna

Jeśli więc ktoś pragnie otrzymać odpowiedź na stawianą przez obecną epokę kwestię złą, potrzebuje przede wszystkim odrębnego samopoznania, to znaczy jak najlepszego poznania swej Całkowitości (C.G. Jung, 1997, s. 286)

ABSTRACT

The main objective of my dissertation is to introduce the assumptions of the Jungian depth psychology to the bibliotherapeutic process. Bibliotherapy as an interdisciplinary method using psychology and literary studies enriched with the theory of integral psychology formulates a new theoretical perspective and constitutes a proposal of a holistic view of bibliotherapy. The extension of the theoretical basis of bibliotherapy will help to augment the therapeutic effect, activate unawareness (the sphere neglected in school education), and strengthen psyche. Integral bibliotherapy will create conditions to expand the dialogue between the rational side and unaware one, and it will contribute to a positive stimulation of the integration processes. Providing archetypal patterns reflecting the rules of life in culture, and drawing attention to the regulatory role of literary works, will enrich both the intellectual and spiritual side of the development of the participant of the bibliotherapeutic process. Archetypal content present in literary texts studied by the participant according to the bibliotherapeutic

¹ Agnieszka Miernik, Instytut Edukacji Szkolnej, Wydział Pedagogiczny i Artystyczny, Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach, Polska, agnieszka.miernik@ujk.edu.pl.

procedure will achieve an integral orientation focused on the humanistic dimension of existence.

Key words:

bibliotherapy, depth psychology, unawareness, archetypes, identification, identification, catharsis, insight, symbol, individuation

Określenie biblioterapia integralna odnosi się do propozycji realizacji w procesie biblioterapeutycznym aspektów psychologii głębi C.G. Junga i wskazuje na holistyczny kierunek biblioterapii, prowadzącej ku indywiduacji jednostki. Zakładamy, że proces biblioterapeutyczny będzie koncentrował się na zasadniczych paradygmatach teorii psychologicznej Junga: nieświadomości i świadomości, archetypach, koncepcji dzieła wizjonerskiego². Włącznie treści archetypowych do procesu biblioterapeutycznego wzbogaca teoretyczną strukturę biblioterapii, wprowadza nową perspektywę do podstaw naukowych tej rozwijającej się dynamicznie dyscypliny (por. Czernianin, 2012, s. 5).

1. BIBLIOTERAPIA

Biblioterapia posługuje się dziełem literackim w celu uzyskania konstruktywnych zmian w psychice, osiągnięcia efektu terapeutycznego, zbudowania zasobów osobistych (por. Molicka, 2011; Borecka, 2001). Działania biblioterapeutyczne obejmują: postawienie diagnozy, opracowanie modelu postępowania i określanie celów działania, wybór metod odbioru tekstu literackiego (identyfikacja z bohaterem, katharsis, wgląd), wybór odpowiednich środków i technik oraz ewaluację (por. Tomasiak, 1994; Czernianin, 2008; Borecka, 2002). Powyższe zamierzenia opracowuje się w trzech etapach postępowania biblioterapeutycznego: 1. postawienie diagnozy, 2. opracowanie modelu, celów, wybór metody odbioru tekstu, konstruowanie scenariusza, 3. sposób organizacji zajęć. Metodyka zajęć z biblioterapii integralnej wpisuje się w teoretyczne podstawy biblioterapii i wzbogaca je o zasadnicze założenia psychologii C.G. Junga.

² Wykorzystanie teorii C.G. Junga w takich dziedzinach, jak: psychologia dziecka, seksuologia, psychoterapia, inspirowane do zastosowania aspektów psychologii głębi w biblioterapii (Dudek, 2007, s. 251).

2. PSYCHOLOGIA GŁĘBI

Biblioterapia jako metoda interdyscyplinarna, skupiona na poprawie jakości życia człowieka, wykorzystuje przede wszystkim doświadczenia nauk psychologicznych, a w szczególności odwołuje się do psychologii sztuki, psychologii rozwoju człowieka, psychologii klinicznej, psychologii literatury (por. Czernian, 2008, s. 93; Wellek, Warren, 1970, s. 99). W powyższe modele myślenia psychologicznego wpisuje się psychologia głębi, wprowadzająca integralną perspektywę w interpretowaniu psychiki i holistyczne metody terapii.

Psychologia głębi uznaje psychikę za obiekt wielowymiarowy, dynamiczny, dysponujący energią, dążący do zintegrowania różnorodnych jej aspektów, do pogodzenia przeciwstawnych tendencji: nieświadomości zbiorowej i świadomości. Nieświadomość zbiorowa to odziedziczone po przodkach, ponadindywidualne instynkty, prawzory (archetypy), to rzeczywistość psychiczna, mająca status bytu. Archetypy tkwiące w istocie nieświadomości zbiorowej stanowią model, wzorzec, który zostaje wypełniony treścią. Archetypy są niezbędne na drodze uzyskania przez podmiot pełni osobowej, a proces adaptacji przez psychikę kolejnych archetypów (Matki, Cienia, Animy i Animusa, Mędrca, Jaźni) określa C.G. Jung indywiduacją. Indywiduacja (na którą składają wszystkie doznania psyche, zarówno pozytywne, jak i negatywne) stanowi wieloetapowy proces doświadczania treści archetypicznych w celu osiągnięcia pełni wyrażającej się w obrazie Jaźni.

W istocie archetypów tkwi ich niepoznawalność i autonomiczność, uczestniczą one w życiu psyche niezależnie od stanowiska intelektu. Świadomość, mając trudności z wyrażeniem duchowych doświadczeń, ze zbudowaniem intelektualnych modeli, które dałyby obrazowe przedstawienie psychicznej rzeczywistości, tworzy symbole. Symbol jako wyraz sprzeczności natury ludzkiej jest jednocześnie racjonalny i nieracjonalny, zawiera „aspekt wychodzący naprzeciw rozumowi, ale ma też aspekt rozumowi niedostępny” (Jung, 2013, s. 529), jako najpełniejsze świadectwo życia wewnętrznego zawiera treści duchowe i intelektualne, moc archetypów i wiedzę pochodzącą od ego, odnosi się do rozwoju osobowego człowieka, emocji, uczuć, przeczuć, doznań i procesu myślowego.

Zdaniem C.G. Junga źródłem symboli archetypowych jest tekst literacki o charakterze wizjonerskim, odnoszący się do duchowej rzeczywistości kultury światowej, utwór dysponujący archetypowym materiałem obrazowym (Dudek, 2007, s. 273), cechujący się „wyrazem jakiejś nieznannej istoty” (Jung, 1981, 406). Niezwykłość i moc przeżycia płynąca z lektury utworu wizjonerskiego, jak ujmuje to Z.W. Dudek, „zakorzenienia treści w mitycznym myśleniu przedpojęciowym, które wykracza poza fizyczny czas i fizyczną przestrzeń” (Dudek, 2012, s. 132).

Autor dzieła wizjonerskiego chłonie obrazy z głębi nieświadomości, a utwory przez niego stworzone uaktywniają nieświadomość czytelników, przemawiają w sposób szczególny do nich, chociaż nie znają źródła głębokiego wzruszenia (Jung, 1981, s. 152). Biblioterapia stanowi konstruktywną płaszczyznę umożliwiającą kontakt podmiotu z dziełem literackim i wpisanymi w jego strukturę wzorcami kulturowymi pochodzącymi z nieświadomych zasobów, przekazywanych przez pokolenia w całym procesie rozwoju ludzkości.

3. BIBLIOTERAPIA INTEGRALNA A EDUKACJA

We współczesnej pedagogice pojawiła się refleksja mówiąca o roli nieświadomości w edukacji, wskazująca na konieczność uwzględniania w działaniach edukacyjnych procesów intuicyjnych. B. Neville, powołując się na doświadczenia Z. Freuda, C.G. Junga, J. Hillmana, E. Eriksona, zwraca uwagę na wielokierunkowe podejście do edukacji dzieci i młodzieży, wskazuje na potrzebę holistycznej edukacji. Zajęcia z biblioterapii integralnej realizują postulowane przez B. Nevilla propozycje posługiwania się nieświadomością w procesie edukacyjnym (por. Neville, 2009). W warunkach szkolnych niezwykle trudno jest realizować formy pracy wymagające urzeczywistnienia nieświadomości. Wynika to z jednostronnego nastawienia systemu nauczania, opierającego się głównie na racjonalistycznym podejściu, a ćwiczenia kształtujące wyobraźnię, myślenie intuicyjne, swobodę wypowiedzi zarówno w treści, jak i formie napotykać na opór nauczycieli nastawionych na realizację programu i wyniki testowe. Biblioterapia może zatem stać się wartościową formą zdobywania wiedzy o nieświadomości, dziedziną pozwalającą spojrzeć na świat z perspektywy duszy. Indywidualistyczne podejście do jednostki wynikające ze specyfiki biblioterapii pozwoli rozwijać indywidualną osobowość, kształtować oryginalność, niepowtarzalność.

4. DIAGNOZA ARCHETYPOWA

Biblioterapia integralna może być prowadzona zarówno na podstawie diagnozy archetypowej (Dudek, 2007, s. 272), postawionej w odniesieniu do opinii lekarzy, nauczycieli, wychowawców (np. bolesne doświadczenia, urazy, niska samoocena, agresja wynikająca z zakłóceniem relacji ze sferą Cienia), jak i może przebiegać z wyłączeniem powyższych konsultacji, co wynika z faktu, iż indywiduacja jest procesem długofalowym, realizowanym etapowo, wymagającym stałego kontaktu

z nieświadomością. Dostarczanie uczestnikowi procesu biblioterapeutycznego treści o charakterze archetypicznym może odbywać się w każdym czasie, wzmacnianie struktury „ja” wymaga systematycznego posiłkowania się symbolami. Diagnoza archetypowa postawiona w biblioterapii integralnej zakłada, że w ludziach tkwi potrzeba osobistego mitu, konieczność dążenia do asymilacji, znoszenia dualizmu podmiotu i przedmiotu, pragnienie osiągnięcia równowagi, zdobywania archetypowego wzorca.

J. Hillman proponował współczesnemu człowiekowi lekturę mitów, uznając je za skuteczny środek naprowadzający na rzeczywistość psychiczną. Zdaniem J. Hillmana „dusza może się ponownie stać rzeczywistością tylko wówczas, kiedy każdy z nas ma odwagę przyjąć ją jako najważniejszą rzeczywistość własnego życia i zdecydowanie opowiadać się za nią”, a „warunkiem powstania ontologii jest to, by każda poddawana analizie osoba broniła swoich doświadczeń – swoich symptomów, cierpienia, nerwicy i niewidocznych pozytywnych osiągnięć – wobec świata, który ma je za nic” (Hillman, 1996, s. 114).

Biblioterapia integralna ukierunkowana na przemianę psychiczną ma na celu zbudowanie w uczestniku procesu postawy symbolicznej, charakteryzującej się otwarciem na rzeczywistość psychiczną, uznającej doświadczenia duchowe za pełnoprawne elementy ontologiczne. Kształtowanie postawy wewnętrznej stanowi zasadniczy cel postępowania biblioterapeutycznego. Włączenie w strukturę „ja” kategorii symbolicznych, ulokowanie ich w przestrzeni świadomej ma prowadzić do rozwoju osobowego jednostki. Regulacyjne znaczenie nieświadomości pozwala na pozytywne przejście przez okres dorastania, kryzysy rozwojowe i sytuacje graniczne i w tym względzie biblioterapia integralna pomoże w odnalezieniu archetypicznych wzorców mierzenia się z egzystencjalnymi doświadczeniami.

Uczestniczenie w zajęciach biblioterapeutycznych konstruowanych wokół modelu wyznaczonego przez archetypy pozwoli zaspokoić zapotrzebowanie psyche na metafizyczne przeżywanie istnienia, poznawanie siebie i świata, co dokonuje się poprzez zrozumienie i włączenie w świadomy obszar inteligencji sfery archetypalnej oczekującej na uwolnienie i rozpoznanie.

Nieświadomość, jak pisze Z.W. Dudek, ma charakter samoregulacyjny, a „podstawowa zdolność samoregulacji nieświadomej daje o sobie znać w niespodziewanych sytuacjach, wobec nagłego zagrożenia [...], kiedy kontrola świadoma wystawiona jest na próbę” (Dudek, 2007, s. 261). Prawidłowa transmisja obydwu energii psychicznych kształtuje osobowość harmonijną o trwałej relacji między nieświadomością a ego i Jaźnią. W rozwoju osobowym powinno następować stabilizowanie się samoregulacji nieświadomej i jej powiązanie z samoregulacją świadomą.

5. MODEL POSTĘPOWANIA BIBLIOTERAPEUTYCZNEGO

Model postępowania w biblioterapii integralnej wyznaczają archetypy uaktywniające się w strukturze psyche w procesie indywiduacji. Celem indywiduacji jest budowanie integralnej osoby, co odbywa się w toku realizowania archetypów Wielkiej Matki, Cienia, Animy i Animusa, Starego Mędrca, Jaźni. Wskazane archetypy wyznaczają model postępowania biblioterapeutycznego, zmierzający do uaktywnienia w przestrzeni psyche treści nieświadomości zbiorowej, odnoszącej się do wybranego archetypu. Każde przeżycie uczuciowe inspirowane tekstem symbolicznym jest zarazem doznaniem archetypowym: w psychice dokonuje się zaszczepienie archetypu, zniwelowanie sprzeczności i wzrost harmonii. Powyższa prawidłowość ma miejsce w odniesieniu do każdego archetypu.

Model prowadzący do uaktywnienia archetypu Wielkiej Matki może być realizowany na zajęciach omawiających wieloaspektowość wskazanego archetypu: dualizm matki (dobra i zła matka), kompleks matki, różnorodność typów i przedstawień obrazowych (boginie; zwykłe kobiety, postaci magiczne: wróżki, czarownice; przedmioty związane z płodnością, krągłością, pojemnością; natura i jej przejawy; pojęcia i „rzeczy”, np. ojczyzna, Królestwo Niebieskie, miasto, Kościół). Powyższe przedstawienia złożą się na programy biblioterapeutyczne i wyznaczą tematykę zajęć zgodnie z założeniem, że „modele postępowania biblioterapeutycznego mogą opierać się na więcej niż jednym programie” (Czernianin, 2008, s. 132).

Model zmierzający do wprowadzenia treści związanych z archetypem Animy i Animusa odnosi się do kluczowych pragnień zdobycia uczucia mistycznego rozwiązującego wewnętrzne konflikty. W ujęciu Junga psyche ludzka stanowi androgyne, składającą się z kontaminacji nieświadomości (animy) i świadomości (animus). Anima wiązana z zasadą erosa jest upostaciowieniem kobiecości (matki, córki, kochanki) i kształtuje stanowisko mężczyzny wobec pierwiastka żeńskiego. Animus to psychiczny aspekt męczyzny w kobiecie utożsamiany z logosem, to czynnik odpowiedzialny za projekcję jakości męskich, wszelkich wyobrażeń związanych z męskością. Animus kobiety występuje w jej rozwoju osobowym w czterech fazach, jako: 1. „wcielenie” siły fizycznej, 2. pragnienie do niezależności, samodzielnej inicjatywy, działania, 3. uosobienie „słowa” (profesor, mistrz), 4. pierwiastek duchowy kształtujący oś między świadomością a nieświadomością.

Literackie przedstawienia Animy i Animusa: księżniczki i księcia, idealnej kochanki i kochanka, kobiety fatalnej i don Juana, uobecniają się w rozlicznych realizacjach. Konieczność asymilacji powyższych archetypów wpisuje się w problematykę narracji mitycznych, baśniowych, powieściowych, dramatycznych,

poetyckich. Problemy wynikające z relacji anima – animus wiążą się z mechanizmem projekcji, procesem rzutowania na mężczyznę lub kobietę nierealistycznych oczekiwań, z animozjami i rozgoryczeniem we wzajemnych relacjach.

Omawiany model może wyznaczać tematykę programów: baśniowy obraz animy i animusa (księżniczka i książę jako: „źródło identyfikacji dla dziewcząt i projekcji dla chłopców” (Dudek, 1995, s. 167)); piękno zewnętrzne a piękno duchowe; projekcje źródłem nieporozumień i konfliktów; podejmowanie partnerskich relacji z płcią przeciwną; skutki odrzucenia symbolu Animy; utrwalony w kulturze obraz kobiety – kusicielski; męski typ kobiety; nieprawidłowa asymilacja archetypu Animusa.

Archetyp Cienia odnosi się do mrocznej, negatywnej strony ludzkiej psyche, odpowiedzialnej za zło, pejoratywne uczucia, niskie impulsy, destrukcję, nerwicę, agresję. Jung wyróżnił Cień indywidualny (obszar stłumionych przeżyć, kompleksów, lęków, niepokojów, urazów) oraz Cień zbiorowy (manifestowany w obrazach diabła, Tartaru, Hadesu, Szeolu, piekła). Wypracowanie zdolności panowania nad Cieniem poprzez zrozumienie go i asymilację umożliwi wykształcenie postawy tolerancji, równowagi, radzenia sobie z emocjami. Pozytywna konfrontacja z Cieniem pozwala dostrzec w cierpieniach mądrość wiodącą do rozwoju duchowego, „urazy i przykre doświadczenia bołą, ale także uczą” (Dudek, 1995, s. 150). W przypadku dzieci doświadczających traumatycznych przeżyć dochodzi do przedwczesnego zetknięcia się z Cieniem archetypowym (inicjacji negatywnej), a nieukształtowane ego nie potrafi stawić czoła urazom, które doznane w dzieciństwie kształtują postawę psychopatyczną, neurotyczną, ze skłonnościami do depresji czy schizofrenii (Dudek, 1995, s. 148). Biblioterapia ukierunkowana na sferę Cienia umożliwi jednostce spotkanie z „ciemnym bratem”, z niechcianą, niepożądaną i odrzucaną sferą, pozwoli dotrzeć do bolesnych doświadczeń i przepracować je. Programy biblioterapeutyczne odnoszące się do archetypu Cienia powinny uwzględniać problemy związane z zagadnieniem śmierci, cierpienia, kultu przemocy oraz siły fizycznej i ciała, uzależnień, depresji, lęków, manipulowania, kompleksów, projektowania osobistego Cienia na innych³.

Archetyp Mędrca wyznacza model zajęć odnoszących się do: mistrza, nauczyciela, proroka, duchowego przewodnika, pustelnika, jasnowidza, tego, który prowadzi, wskazuje drogę i bezpieczne miejsce, wspiera, dodaje sił, pomaga w odnalezieniu najdoskonalszych przejawów bytu. W literaturze znajdziemy rozliczne

³ Zdaniem Jolande Jacobi Cień jako postać archetypowa jest zasadniczym motywem utworów: *Peter Schlemchil* Alberta Chamisso; *Wilk stepowy* Hermanna Hesse; *Kobieta bez cienia* Hofmannsthal-Strausa; *Szara eminencja* Aldousa Huxleya; *Rybak i jego dusza* Oskara Wilde’a; *Faust* Goethego. Por. J. Jacobi (1996, s. 152).

realizację powyższych symboli, a odnoszą się one głównie do zdarzenia fabularnego, w którym bohaterowie literaccy będący w sytuacji granicznej spotykają na swojej drodze postać odznaczającą się duchową inteligencją. Mistrz przekazuje kluczowe dla biografii bohatera nauki, wskazówki, dzięki jego wiedzy bohater wnika w siebie, otrzymuje głębsze poznanie, nową wiedzę, dokonuje się jego przemiana. Spotkanie z Wielkim Mędrce jest konieczne na drodze indywiduacji, umożliwia i wzbogaca proces rozwoju osi ego – Jaźń (Jung, 1981, s. 438).

Archetyp Jaźni jest wyrazem Całkowitości, zjednoczenia przeciwieństw, kontaminacji wymiaru duchowego i materialnego, stanowi ślad Boga w ludzkiej psychice, spełnia rolę funkcji transcendentnej i jest przedstawiany w symbolu mandali. Jaźń uobecnia się „w mitach i bajkach w formie »osobowości nadrzędnej«, na przykład w postaci króla, herosa, proroka, zbawiciela i tak dalej [...], czy też jako koło, czworokąt, quadratura circuli, krzyż [...] przejawia się w formie gry yang i yin, jako para braci, heros i jego przeciwnik (smok, wrogi brat, śmiertelny wróg, Faust i Mefistofeles)” (Jung, 2013, s. 522). Literackie przedstawienia symbolu Jaźni uzupełniają artystyczne, wielokulturowe obrazowanie struktury mandali, a jej interpretowanie i wykonanie stanowi istotny element terapeutyczny umożliwiający głębsze zrozumienie siebie (Jung, 1997, s. 170).

Wybór tekstu literackiego jest istotnym elementem scenariusza biblioterapeutycznego, a zgodnie z założeniami metodologicznymi biblioterapii integralnej podstawę zajęć będzie stanowił utwór zawierający obrazy archetypowe.

W archetypowych obrazach literackich tkwi dobroczynny, terapeutyczny potencjał, nawiązanie z nimi współpracy daje poczucie bycia sobą, spokoju, równowagi, a przede wszystkim otrzymuje się pewność, że podąża się w dobrym kierunku (Jung, 1997, s. 154). Zdaniem Junga odczytywanie symbolicznego sensu obrazów dynamizuje rzeczywistość psychiczną, służy zrozumieniu uniwersalnego charakteru człowieka, prowadzi do zbudowania wiedzy o świecie wewnętrznym, a także do uchwycenia sił regulujących życie społeczne, religijne (Jung, 2011, s. 175). Ewokatywna siła literatury archetypowej uaktywnia energię psychiczną konieczną do twórczej egzystencji.

Uczestnicy procesu biblioterapeutycznego, w trakcie którego dokonuje się interpretacji i analizy symbolu uobecniającego się w tekście literackim, odkrywają duchowy wymiar bytu. Symboliczne obrazy literackie wydobyte w procesie odbioru utworu mają regulacyjny wpływ na psychę, „pomagają zrozumieć sens niewidzialnego świata” (Wais, 2006, s. 59), dynamizują rzeczywistość psychiczną. Ukierunkowany wybór tekstów literackich pozwala na penetrację subiektywnych, niesprecyzowanych obszarów energii psychicznej.

6. IDENTYFIKACJA Z BOHATEREM LITERACKIM

Identyfikacja z bohaterem literackim umożliwia dialog z postaciami symbolicznymi, co pomaga dotrzeć do własnego wnętrza, pozwala wydobyć z pokładów świadomości i nieświadomości indywidualnej ukrywaną i wypartą wiedzę. Uczestnik procesu biblioterapeutycznego rozpoznaje najpierw uczucia u bohatera, a następnie odnosi je do osobistych przeżyć i nazywa je (narracja wewnętrzna). W dyskursie z bohaterem otrzymuje komunikaty pozwalające nawiązać współpracę z problemami oczekującymi na rozwiązanie, zalegającymi w pokładach psyche (Neville, 2009, s. 128; Tomasik, 1994, s. 17). Bohater literacki uosabiający uniwersalne dylematy (archetypowe wzorce) okazuje się kluczem do zrozumienia niewidzialnych procesów, do odkrycia nowych, istotnych treści dotyczących siebie. W procesie identyfikacji tworzy się wewnętrzne napięcie, jak twierdzi Z.W. Dudek, „jeden biegun stanowi ego (podmiot, wykonawca), a drugi cel symbolizowany przez obraz archetypowy. Identyfikacja z celem, rozpoznawanie go jako własnego, wprowadza zmianę w strukturze samego podmiotu – zwykłe podstawowe »ja« poszerza się o aspekt zbiorowy, archetypowy: ego staje się bohaterem na drodze indywiduacji, czyli uświadamia sobie, a raczej doświadcza siebie jako jednostkę, ale też jako bohatera zbiorowego. Wzorzec archetypowy realizuje się w indywidualnej przestrzeni psychologicznej jednostki” (Dudek, 2007, s. 270).

7. KATHARSIS

Identyfikacja z bohaterem literackim inspirowa katharsis, głębokie przeżycie emocjonalne, wynikające ze zderzenia emocji powstałych w procesie wewnętrznej interpretacji ze świadomością i prowadzące do zrozumienia problemu (Molicka, 2011, s. 120). Archetypy docierają do świadomości, spotykają się z nią, następuje przyswojenie obrazu archetypowego, co wyzwala impuls do przemiany psychicznej. Poszerzenie „ja” o aspekt zbiorowy daje poczucie ulgi, przynosi spadek napięcia utrzymującego się w efekcie ścierania przeciwieństw. Nawarstwione i zalegające w psychice negatywne uczucia (żale, urazy, cierpienia, krzywdy, smutek) ulegają niwelacji, a w ich miejsce może pojawić się nadzieja. Doznanie katharsis ma dobroczynny wpływ na psychikę, która doznaje stanu odnowienia, wzmocnienia i inspiracji do podejmowania wysiłków zmierzających do indywiduacji.

8. WGLĄD W SIEBIE

Etap wglądu (samopoznanie, zrozumienie siebie i innych, włączenie wartości i celów, integracja (Tomasik, 1994, s. 18)) może odpowiadać czwartej fazie terapii wskazanej przez Z.W. Dudka, kiedy to następuje odwrót od kierunku aktywności „ja” z perspektywy zbiorowej, archetypowej, na perspektywę indywidualną. Istotną okazuje się osobista integralność, obejmująca całość doświadczenia symbolizowanego przez archetyp Jaźni. W trakcie powyższego procesu o charakterze regulacyjnym następuje: „1) integracja tego, co psychiczne i subiektywne, z tym, co pozapsychiczne i obiektywne (fizyczne, społeczne, kulturowe), 2) integracja aktywności świadomej i nieświadomej (relacja ego – kompleksy i ego – archetypy), 3) integracja aspektu indywidualnego i zbiorowego psyche (relacja ego – Jaźń, ego – persona)” (Dudek, 2007, s. 270). Wgląd w przeżycie archetypowe pomaga w zmianie aspektów poznawczych jednostki, prowadzi do rozpoznania sytuacji archetypowej, wskazuje na błędy (przeszłość), na obecne cele i zdania (teraźniejszość) oraz gotowość do zmian (przyszłość)⁴.

Biblioterapia ujmowana w kontekście psychologii C.G. Junga wpisuje się w orientację integralną, służącą scaleniu wiedzy racjonalnej i nieświadomej. Symboliczne treści przejawiające się w utworze literackim i docierające do struktur psyche pozwolą na prawidłowe pokonywanie kolejnych etapów rozwoju osobowego. Stopniowe poznawanie w trakcie procesu biblioterapeutycznego (identyfikacji, katharsis, wglądu) fundamentalnych dla rozwoju jednostki aspektów psychologicznych (macierzyństwo, ojcostwo, męskość, kobiecość, cierpienie, śmierć, transcendencja) zapewni zdrowie psychiczne i uczyni własne życie i byt innych pełniejszym. Proponowana metoda stymulująca do rozwoju osobowego stanowi alternatywę dla pragmatycznej i jednostronnej edukacji i wpisuje się w podejmowane we współczesnej pedagogice propozycje integrowania wszystkich struktur osobowych. Archetypowa metoda biblioterapii oparta na wiedzy psychologicznej i podstawach teoretycznych biblioterapii otwiera perspektywę humanistycznego wspierania człowieka w wewnętrznej podróży, a od poznania siebie już tylko krok do odczytania świata i drugiego człowieka.

⁴ Powyższy model można zestawić z propozycją podsumowania procesu biblioterapeutycznego przez G.D. Spache’a, na który powołuje się E. Tomasik, „»On jest jak ja« lub »ja jestem jak on« przez: »Ja to czuję tak samo jak on« do »Ja mogę to zrobić właśnie tak, jak on to zrobił« albo »Ja mogę to także zrobić«. Ostatnim krokiem jest: »Zobacz, ja to zrobiłem«. Ten krok jest warunkiem powodzenia biblioterapeutycznego. (por. Tomasik, 1994, s. 18).

Literatura:

- Borecka, I. (2001). Biblioterapia – teoria i praktyka. Poradnik. Warszawa: SBP.
- Borecka, I. (2002). Biblioterapia w szkole podstawowej i gimnazjum. Wałbrzych: UNUS.
- Czernianin, W. (2008). Teoretyczne podstawy biblioterapii. Wrocław: ATUT.
- Czernianin, W., Czernianin, H. (2012). Psychologia literatury w świetle biblioterapii. *Przegląd Biblioterapeutyczny*, 2, s. 5–42.
- Dudek, Z.W. (2007). Paradygmat nieświadomości a poszukiwanie psychoterapii integralnej. W: K. Węglowska-Rzepa, D. Fredericksen (red.), *Między świadomością a nieświadomością. Współczesność w perspektywie psychologii głębi* (s. 251–276). Warszawa: Eneteia.
- Dudek, Z.W. (2012). Archetypowa interpretacja literatury. W: E. Fiała, I. Piekarski (red.), *Psychoanalityczne interpretacje literatury. Freud – Jung – Fromm – Lacan* (s. 115–154). Lublin: KUL.
- Hillman, J. (1996). Samobójstwo a przemiana psychiczna. Warszawa: KR.
- Jacobi, J. (1996). Psychologia C.G. Junga. Warszawa: Ewa Korczewska.
- Jung, C.G. (1981). Archetypy i symbole. Warszawa: Czytelnik.
- Jung, C.G. (1997). *Wspomnienia, sny, myśli*. Warszawa: WROTA.
- Jung, C.G. (2011). *Dynamika nieświadomości*. Warszawa: KR.
- Jung, C.G. (2013). *Typy psychologiczne*. Warszawa: KR.
- Molicka, M. (2011). Biblioterapia i bajkoterapia. Rola literatury w procesie zmiany zrozumienia świata społecznego i siebie, Poznań: Media Rodzina.
- Neville, B. (2009). *Psyche i edukacja. Emocje, wyobrażenia i nieświadomość w uczeniu się i nauczaniu*. Kraków: WAM.
- Tomasik, E. (1994). *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*. Warszawa: WSPS.
- Wais, J. (2006). *Ścieżki baśni*. Warszawa: Eneteia.
- Wellek, R., Warren, A. (1970). *Teoria literatury*. Warszawa: PWN.