

Universidade Federal de São Carlos – UFSCar

Departamento de Ciência da Informação – DCI

Maria Caroline Alves Calado França

A Biblioterapia e sua influência na Pandemia da COVID-19:

Relatos de experiências praticadas em ambiente virtual

São Carlos

2022

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por guiar meus caminhos até o dia de hoje.

Agradeço a meus pais, Aline e Vanderlei, por todo apoio até aqui, por estarem sempre ao meu lado e principalmente a minha mãe por todas as ligações cheias de conselhos para manter a calma.

Agradeço também a minha avó Rosa que, junto com meus pais, me amparou desde pequena.

Agradeço à minha professora orientadora Luciana que me instruiu e me auxiliou desde o início dessa pesquisa, compartilhando também seus conhecimentos.

RESUMO

O contexto da pandemia COVID-19 demandou um isolamento social em todo o mundo, como forma mais eficaz de mitigação de contágio do vírus. No entanto, foram muitos os impactos psicológicos ocasionados por essa mudança radical na vida cotidiana. Nesse contexto, essa pesquisa busca responder a questão: Como se deram as práticas de Biblioterapia durante a pandemia da COVID-19? Seu objetivo geral foi identificar e apresentar iniciativas de práticas biblioterapêuticas no contexto da pandemia, que foram desenvolvidas remotamente, categorizando os temas desenvolvidos, dentro de categorias que representassem os principais, ou mais recorrentes problemas psíquicos emergentes no período pandêmico. Os objetivos específicos foram: introduzir a Biblioterapia nos estudos informacionais, apresentar o contexto pandêmico e seus desdobramentos psicológicos na sociedade, localizar e analisar experiência de prática Biblioterapêuticas desenvolvidas na pandemia. Especificamente, serão identificadas e analisadas as atividades desenvolvidas pelo projeto desenvolvido por Galeno Amorim, intitulado “Sessão de Biblioterapia” promovido semanalmente em seu canal do Youtube. Para a construção do referencial teórico foi utilizada pesquisa bibliográfica e documental. Para a sistematização e análise das iniciativas de práticas biblioterapêuticas foram consultadas fontes documentais remotas exclusivamente e análise descritiva de seu conteúdo.

Palavras-chave: Biblioterapia, Pandemia, COVID-19.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	6
2. REVISÃO DE LITERATURA.....	7
2.1. O que é a Biblioterapia?.....	7
2.2. Quem pode aplicar a Biblioterapia?.....	8
2.3. Biblioterapia e saúde pública.....	9
2.4. A pandemia da COVID-19.....	11
2.5. Como ocorreu a pandemia no Brasil?.....	11
2.6. Os aspectos psicológicos durante a pandemia.....	13
2.7. Quais são e como ocorrem as questões psicológicas que podem se agravar no contexto pandêmico?.....	14
3. RESULTADOS: identificação e análise da “Sessão de Biblioterapia”.....	16
3.1. Galeno Amorim e a Biblioterapia: conhecendo o projeto “Sessões de Biblioterapia”.....	16
3.2. Sobre as lives assistidas.....	17
3.3. Ações de Biblioterapia no projeto “Sessão de Biblioterapia”: resultados quantitativos.....	17
3.4. Ações de Biblioterapia no projeto “Sessão de Biblioterapia”: resultados qualitativos.....	21
3.5. Discussão dos resultados.....	56
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	57
5. REFERÊNCIAS.....	59

1. INTRODUÇÃO

A pandemia da COVID-19 mudou e tem mudado o modo de convivência do mundo todo. Foi decretada a pandemia pela OMS no dia 11 de março de 2020 e, desde então, nossas vidas e relações mudaram drasticamente. Passamos a nos isolar, não podendo sair para trabalhar, estudar, ver parentes e amigos. O número de pessoas afetadas psicologicamente durante as epidemias é maior do que as afetadas pela doença em questão. Nesse contexto, esse trabalho tem como interesse inicial, refletir sobre ações que poderiam ser desenvolvidas pela área de Biblioteconomia, para amenizar ou mitigar alguns dos efeitos colaterais psicológicos do isolamento social, e a Biblioterapia se confirma como uma dessas ações.

A Biblioterapia ainda é um campo pouco explorado no Brasil, cursos de Biblioteconomia ainda não possuem uma especialização específica no país. A importância desse projeto é auxiliar no reconhecimento da área e entender como a Biblioterapia se inseriu no contexto pandêmico. Temos como hipótese que foram desenvolvidas muitas atividades biblioterapêuticas durante a pandemia, mas as mesmas formas ofertadas por diferentes profissionais, em diferentes canais, com diferentes propósitos.

Nesse contexto, essa pesquisa busca responder a questão: Como foram promovidas as práticas da Biblioterapia durante a pandemia da COVID-19? O objetivo geral do trabalho, foi então, identificar e apresentar iniciativas de atividades de Biblioterapia no contexto da pandemia, que tenham sido desenvolvidas remotamente. Os objetivos específicos visaram introduzir a Biblioterapia nos estudos informacionais, apresentar o contexto pandêmico e seus desdobramentos psicológicos na sociedade, localizar e analisar experiência de prática Biblioterapêuticas desenvolvidas na pandemia, especificamente as atividades desenvolvidas pelo projeto desenvolvido por Galeno Amorim, intitulado “Sessão de Biblioterapia”, promovido semanalmente em seu canal do Youtube. **Para atender os objetivos propostos, foram elencados os seguintes métodos de pesquisa:** para introduzir a Biblioterapia nos estudos informacionais, é desenvolvida pesquisa bibliográfica geral sobre o assunto; para apresentar o contexto pandêmico e seus desdobramentos psicológicos na sociedade, é desenvolvida pesquisa bibliográfica em áreas relacionadas à saúde e levantamentos de dados em fontes documentais variadas sobre o tema; para localizar e analisar atividades de Biblioterapia desenvolvidas na modalidade remota na pandemia é feito

levantamento geral sobre as iniciativas disponíveis na Web, sendo possível identificar e selecionar as atividades desenvolvidas pelo projeto desenvolvido por Galeno Amorim, intitulado “Sessão de Biblioterapia”; para analisar essas atividades, é usado o método de transcrição parcial de conteúdos apresentados e posterior análise qualitativa à luz dos temas relacionados aos impactos psicológicos ocasionados pela pandemia.

De modo geral espera-se que a pesquisa possa contribuir para consolidar a Biblioterapia como um recurso importante de apoio psicológico, que pode ajudar a sociedade em diferentes momentos, inclusive, durante uma pandemia.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1. O que é a Biblioterapia?

A terapia existente por meio dos livros se chama Biblioterapia (do grego *biblion* – livro e *therapeia* – tratamento). A primeira definição de Biblioterapia, dada pelo dicionário especializado norte-americano *Dorland's Illustrated Medical Dictionary*, a apresenta como “o emprego de livros e a leitura deles no tratamento de doença nervosa”. Essa definição ocorreu em 1941, mas desde 1904 a Biblioterapia já era considerada uma das vertentes da Biblioteconomia e em 1930 foi consolidada como um campo de pesquisa.

A relação entre a psique humana e a literatura já é antiga, Freud já fazia observações psicanalíticas sobre a escrita como arte poética, também foi analisada por Jung, Vygotsky na psicologia infantil e Sartre com sua atividade entre a literatura e a psicologia. Aristóteles (1986) já dizia que as representações das tragédias gregas auxiliavam na transformação do terror em uma alegria estética, produzindo a purificação da alma atingindo a catarse (limpeza dos sentimentos e das emoções ruins a partir da representação artística). O termo “catarse” também é adotado por muitos dos autores ao explicar o que se pode atingir através da terapia literária.

A partir da Primeira Guerra Mundial, psiquiatras começaram a perceber que os pacientes que tinham acesso à literatura tinham uma recuperação mais rápida. A partir disso, a American Library Association (ALA) recomendou programas de apoio à reabilitação dos soldados em hospitais, o que deu origem ao que se tornariam as bibliotecas hospitalares nos primeiros anos do século XX.

A prática significa, basicamente, a terapia feita por meio de livros e vem ganhando cada vez mais um maior significado na área da saúde, sendo usada em bibliotecas públicas e hospitalares, onde o bibliotecário é considerado o maior contribuidor para o desenvolvimento da área.

2.2. Quem pode aplicar a Biblioterapia?

Existem duas vertentes na Biblioterapia: a primeira, ministrada por bibliotecários, é a Biblioterapia de Desenvolvimento. Com o caráter preventivo e de cura, essa vertente trabalha o desenvolvimento do paciente, de forma individual ou em grupo, utilizando-se da literatura. Caldin (2001) apresenta o bibliotecário como mediador socioeducativo da leitura dessa vertente. A biblioterapeuta Carla Sousa, em seus cursos, lives e postagens, afirma que essa vertente da Biblioterapia pode ser ministrada não só por bibliotecários, mas também por pedagogos, linguistas etc que tenham amor pela literatura.

A segunda vertente é a Biblioterapia Clínica, que só pode ser ministrada por psicólogos. Ela tem um caráter corretivo e patológico, destinada a pessoas com problemas de comportamento. Essa vertente é trabalhada individualmente e geralmente em hospitais ou centros de saúde.

É importante que o biblioterapeuta não apenas receite o livro para o paciente, ele precisa entender o que o paciente sentiu ao ler o livro, entender em que ponto a leitura o tocou e como o ajudou ou despertou algum sentimento. Os pacientes precisam não só entender o que o autor quis dizer, mas também o que provocou nele mesmo.

Clarice Cladin, que norteia as pesquisas sobre Biblioterapia no Brasil, traz um novo significado para a prática, antes considerada apenas no âmbito hospitalar, trazendo a prática para funções sociais e educativas a partir da década de 2000.

A Biblioterapia admite a possibilidade de terapia por meio da leitura de textos literários. Contempla, não apenas a leitura de histórias, mas também os comentários adicionais a ela e propõe práticas de leitura que proporcionem a interpretação do texto. Assim, o sujeito, ao exercer sua liberdade de interpretar, cria novos sentidos ao lido. Também se pode dizer que as palavras não são neutras e, portanto, a linguagem metafórica tem a capacidade de conduzir o sujeito para além de si mesmo; é transcendental. (Caldin, 2005, p.14.)

2.3. Biblioterapia e saúde pública

Existem muitos estudos em hospitais e centros de saúde sobre o papel da literatura no processo de cura, o que nos ajuda a entender como a Biblioterapia pode ser inserida na saúde pública e como pode auxiliar no contexto pandêmico.

É sabido que os hospitais são lugares de sofrimento para muitos pacientes que precisam ficar internados, fazer algum tratamento constante, para seus familiares e também para os funcionários, por suas rotinas cansativas e por terem resultados nem sempre positivos nos tratamentos.

O processo de hospitalização é agressivo e doloroso, além de inevitável e inadiável. Os pacientes, de um modo geral, são surpreendidos pela doença e pela hospitalização, tendo que deixar seus compromissos para serem resolvidos, sua família sem assistência e, além disso, tem de 'mudar-se' para um ambiente estranho e impessoal, levando como bagagem a dor, o medo e a incerteza. (Seitz 2006)

Bortolin e Silva (2016. p. 52-74) afirmam sobre a Biblioterapia ligada a tratamentos psicológicos que: “desde que seja bem orientada por profissionais que conheçam o histórico dos pacientes, a leitura pode ajudar no tratamento de pacientes com depressão e síndromes psicológicas, levando-os para uma área de conforto e assim ajudá-los a se posicionar diante dessas doenças”. As autoras também afirmam que a Biblioterapia também está ligada ao tratamento físico dos pacientes, dizendo que, se uma área não estiver boa, a outra também não estará.

Também é importante ressaltar, assim como as autoras citadas acima, que a Biblioterapia não acontece apenas com livros de autoajuda. A literatura por completo pode ser receitada, de acordo com a necessidade e anseio do paciente, a fim de lhe trazer conforto e amenizar seus problemas. As autoras ainda apontam que: “a partir do instante em que os indivíduos obtêm isso [conhecimento], tendem a fazer questionamentos que podem levá-los à compreensão das doenças vividas por eles, seja ela física ou mental”

Rodrigues, Santos e Damasceno (2017) realizaram um projeto de extensão no Hospital Universitário da Universidade Federal do Vale do São Francisco (HU-UNIVASF), primeiramente ministrando o curso de Biblioterapia para funcionários do hospital e também para alunos da Universidade e depois esses voluntários aplicaram as sessões para os pacientes e seus acompanhantes, os quais ficaram muito satisfeitos e salientaram a importância da prática para melhorar o estado de saúde dos pacientes.

As autoras também perceberam a necessidade de um espaço de escuta e fala também para os funcionários do hospital, que ficam sempre sobrecarregados com a rotina.

Seitz (2006), após uma pesquisa feita no Hospital Universitário da Universidade Federal de Santa Catarina, afirma que a Biblioterapia se mostra útil nesses ambientes, tornando-os menos dolorosos e agressivos, além de auxiliar, através da interação do paciente com o biblioterapeuta e enfermeiros, a verbalizar seus problemas quando eles têm mais vergonha de fazê-lo.

A pesquisadora ainda afirma que: “É indubitável a contribuição da Biblioterapia para pessoas com características variadas da nossa sociedade, em especial, para pacientes internados em Clínicas Médicas”. A Biblioterapia pode lidar com questões que surgem durante uma pandemia, como: o luto, o medo, e o isolamento social.

Existe também um projeto de lei do Deputado Giovani Cherini que visa o uso de Biblioterapia em hospitais do SUS. O Projeto de Lei nº 4.186/12 apresenta a forma como a Biblioterapia vem auxiliando no tratamento de pacientes e como ela é importante para o processo de cura.

Afirmando a eficácia desta terapia no ambiente hospitalar, alcançando cura ou minimização dos sintomas de até 80%, vemos como uma necessidade premente a adoção desta terapia no Sistema Único de Saúde, fornecendo ao cidadão brasileiro práticas modernas para tratamento da depressão e humanização do ambiente hospitalar. (PL n° 4.186/12)

Por enquanto a PL está arquivada e teve bastante movimentação até 2019. A criação dela nos evidencia ainda mais o quanto a Biblioterapia vem tomando espaço no Brasil e sendo vista como uma forma de auxiliar em tratamentos médicos.

Pereira (2014) afirma que “a Biblioterapia é uma das muitas opções de caminho que o bibliotecário pode seguir atualmente, e que esse profissional ganha cada vez mais espaço dentro da sociedade, não só dentro das bibliotecas, mas em hospitais, lar de idosos, escolas, e outras instituições.”

2.4. A pandemia da COVID-19

Segundo a OMS, uma pandemia é quando uma epidemia se espalha em vários continentes, com transmissão de pessoa para pessoa, é a disseminação mundial de uma nova doença.

O Coronavírus é uma família muito grande que afeta diferentes animais, como homens, morcegos, camelos, gado e gatos. A Covid-19 é causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, é uma infecção respiratória aguda, potencialmente grave e com grande transmissão.

A pandemia da COVID-19 mudou e tem mudado o modo de convivência do mundo todo. Foi decretada a pandemia pela OMS no dia 11 de março de 2020 e, desde então, nossas vidas e relações mudaram drasticamente. Passamos a nos isolar, não podendo sair para trabalhar, estudar, ver parentes e amigos.

2.5. Como ocorreu a pandemia no Brasil?

O coronavírus foi identificado pela primeira vez em Wuhan, China, em dezembro de 2019. Especialistas acreditam que tenha sido transmitido de um animal para o ser humano, já que nunca tinha sido detectado em uma pessoa antes.

Em 11 de março de 2020 foi declarada a pandemia pela OMS e pediu uma resposta urgente dos países para conterem as infecções, visto a facilidade de transmissão do vírus. Muitos países começaram a identificar a doença e o Japão e a Coreia do Sul adotaram o isolamento social para conter as transmissões. Nessa mesma época, a Itália foi considerada o epicentro da doença fora da Ásia, em abril o epicentro passou a ser os Estados Unidos, em maio, o Brasil e em outubro, novamente a Europa.

Focando apenas no Brasil, no dia 26 de fevereiro de 2020 foi detectado o primeiro caso de coronavírus no país e nesse mesmo mês foi declarado no país Emergência em Saúde Pública de Importância Nacional pelo Ministério da Saúde. Desde o dia 15 de abril de 2020 os governos estaduais adotaram medidas de isolamento para conter o vírus.

Em maio de 2020 o país já era considerado o quarto mais afetado pela pandemia, com mais de 100.000 casos identificados com 7.000 óbitos registrados. Esse número foi crescendo rapidamente, com mais de 1 milhão de infectados e quase 60.000 óbitos em junho, passando para mais de 2 milhões de infectados e mais de 90.000 óbitos já em julho.

Em dezembro de 2020 o sistema de saúde de Manaus foi sobrecarregado pelo grande número de infectados pela Covid-19 e os hospitais ficaram sem oxigênio. Em 2021 o Brasil chegou ao colapso em seu sistema de saúde, com mais de 90% das UTIs ocupadas em março do mesmo ano e em Mato Grosso, Rondônia e Mato Grosso do Sul, essa ocupação era de mais de 100%, as pessoas precisavam aguardar por um leito.

Em 7 de abril de 2021 o país passou de 4.000 mortos por dia e passou a ser o terceiro país em número de infectados e o segundo em número de mortes. A Politize apontou alguns fatores que podem ter contribuído para barrar uma resposta mais eficaz à pandemia: a defesa do tratamento precoce, o compartilhamento de fake news sobre a doença e manifestações contra o isolamento social.

Desde o início da disseminação do vírus, cientistas e profissionais da saúde se juntaram para entendê-lo e conseguiram encontrar soluções para diminuir a disseminação e também para encontrar uma vacina que contivesse o vírus. Foram

surgindo novas variantes que precisaram ser estudadas e o desenvolvimento da vacina foi bem rápido, o que também causou desconfiança e protesto de algumas pessoas.

A vacinação no Brasil iniciou no dia 17 de janeiro de 2021 e até o presente momento mais de 62% da população foi vacinada, o que é mais de 132 milhões de pessoas. Desde então, o número de pessoas contaminadas e de mortes no país vem caindo cada vez mais. Parte da população já tomou a terceira dose da vacina e conseguimos finalmente ter dias em que não ocorreram mortes no estado de São Paulo, o que foi um grande avanço desde o início da pandemia no país.

2.6. Os aspectos psicológicos durante a pandemia

O isolamento pela pandemia pode se tornar não apenas físico, mas mental. Segundo a Biblioteca Virtual em Saúde, muitos fatores podem gerar ou desenvolver doenças mentais nas pessoas, como a influência do vírus no sistema nervoso central, a perda de pessoas próximas, a mudança na rotina, nas relações e na economia, o tratamento e a interrupção do tratamento por falta de acesso.

Durante uma pandemia, doenças psicológicas podem afetar um maior número de pessoas do que a própria doença que causou a epidemia e podem perdurar por ainda mais tempo do que a pandemia em si, dado tragédias que já aconteceram.

O Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef) apontou que a pandemia de COVID-19 teve grande impacto na saúde mental de crianças e adolescentes. “A pesquisa, que englobou 21 países, descobriu, por exemplo, que um entre cinco jovens de 15 a 24 anos sofre de depressão ou tem pouco interesse em ter uma vida ativa” (CNN Brasil).

Segundo Mário Volpi, chefe do programa de cidadania dos adolescentes do Unicef no Brasil, três fatores ajudaram na potencialização desses problemas: a interação, que é um fator importante nessa fase, foi interrompida; a prática de atividades físicas diminuiu; a tristeza pelo luto e a impossibilidade de falar com pessoas diferentes também se torna um problema agravado nessa idade. Para Volpi, a solução é a criação de políticas públicas focadas em saúde mental para crianças e

adolescentes, com serviços e atividades que os coloquem em espaço de segurança para poder falar sobre o que estão passando.

As emoções que acometem as pessoas durante a pandemia devem ser consideradas, como o medo, a solidão, a ansiedade, o tédio, raiva ou insônia. Essas emoções podem evoluir para ataques de pânico, depressão, ansiedade, surtos psicóticos, paranoias, estresse pós-traumático e podem chegar ao suicídio. Podem acometer pessoas que tinham a saúde mental boa ou pessoas que já tinham uma pré-disposição para tais doenças.

Alguns grupos podem ser ainda mais afetados, como: idosos, pessoas que estão em isolamento porque se infectaram, pessoas que estão de luto porque perderam alguém que foi infectado, pessoas que estão em regiões que têm um número de contágio maior.

2.7. Quais são e como ocorrem as questões psicológicas que podem se agravar no contexto pandêmico?

Um dos sentimentos que pode acometer as pessoas durante uma pandemia é o medo, que vem do latim *metus* e significa uma angústia quando se depara com um risco ou uma ameaça real ou fantasiosa. O medo é um sentimento normal e um instinto de sobrevivência, mas, em grande escala, pode se tornar uma ansiedade extrema ou crise de pânico.

A ansiedade também pode surgir ou ser agravada nesse contexto. Ela deriva do latim *anxiētase* é um estado de angústia, preocupação. Para a medicina, essa angústia costuma acompanhar diversas doenças e não permite que a pessoa tenha sossego. A ansiedade também é um sentimento comum do ser humano, mas pode se tornar patológica e causar outras doenças, precisando ser tratada com medicamentos.

Com o isolamento social, as pessoas podem ser acometidas pela solidão e podem ou não lidar bem com ela. Segundo o dicionário, solidão é o “estado de quem se acha ou se sente desacompanhado ou só; isolamento”. Se sentir sozinho causa medo em muitas pessoas, algumas nem ao menos conseguem se imaginar nessa situação.

Uma das consequências de se passar por uma pandemia, principalmente para pessoas que acabaram pegando a doença, ficaram ainda mais isoladas em casa ou ficaram internadas, é o estresse pós-traumático. Ele se dá quando a pessoa passou por uma situação de violência ou traumática. É um distúrbio de ansiedade causado por sintomas físicos, psicológicos e emocionais após essas situações. Quando a pessoa lembra do que aconteceu, revive o momento com os mesmos sentimentos, o que é chamado de revivescência.

Outro sentimento que pode acometer uma pessoa durante a pandemia é a depressão. Esse distúrbio é caracterizado pela presença de tristeza, baixa autoestima, pessimismo que podem aparecer com frequência, isolados ou juntos. Com o isolamento social, a depressão pode se agravar bastante, levando até ao suicídio.

A raiva também pode ser agravada nesse contexto. Ela é um sentimento de protesto, timidez, insegurança com algo ou alguém que se revela quando o ego é ferido ou ameaçado. O isolamento, a proibição de sair de casa, a negligência de alguns governos pode agravar esse sentimento durante uma pandemia.

Outra questão muito importante é o luto. As pessoas que perderam alguém próximo para a doença não puderam se despedir como queriam, não puderam acompanhar a pessoa no hospital e nem dar um enterro normal. O luto é ainda mais difícil por essas questões e pode agravar as doenças psicológicas de quem está sofrendo.

É importante que tenham, além de ações para ajudar os pacientes em quarentena, ações direcionadas para a população, para que sejam tratadas essas questões psicológicas, incluindo profissionais da saúde. Xiang et al sugerem, neste contexto pandêmico, três fatores a serem considerados: 1) equipes com especialistas de várias áreas da saúde mental; 2) comunicação clara sobre atualizações em relação à pandemia; 3) estabelecimento de serviços onde as pessoas possam encontrar aconselhamento psicológico (como aplicativos).

A biblioterapia poderia ser uma forma de auxílio para essas questões patológicas que surgem ou se agravam durante a pandemia e é intenção de trabalho nesta pesquisa entender como ela foi inserida nesse contexto.

3. RESULTADOS: identificação e análise da “Sessão de Biblioterapia”

3.1. Galeno Amorim e a Biblioterapia: conhecendo o Projeto “Sessão de Biblioterapia”

Galeno Amorim Junior é graduado em Comunicação Social, habilitado em Jornalismo, pela Universidade de Ribeirão Preto. Autor, coautor e organizador de 18 livros, foi presidente da Fundação Biblioteca Nacional e do Centro Regional de Fomento ao Livro na América Latina e no Caribe (Cerlalc/Unesco). Galeno criou e dirigiu muitas instituições e programas, dentre os quais estão: o Plano Nacional do Livro e Leitura, do Ministério da Cultura e Ministério da Educação; a Fundação Instituto do Livro, a Fundação do Livro e da Leitura e a Fundação Palavra Mágica.

Seus estudos são voltados para a área do livro e da leitura, com projetos sociais de leitura no sistema prisional e também com idosos e adolescentes em vulnerabilidade. Preside a Fundação Observatório do Livro e da Leitura e tem experiência com a Educação, com ênfase em Práticas Sociais de Leitura. Ministrou disciplinas na Fundação Getúlio Vargas (FGV), Fundação Editora UNESP e na PUC-Paraná.

As lives do projeto Sessões de Biblioterapia acontecem toda segunda-feira às 19hrs no canal do Galeno no YouTube e também pelo Facebook na página do projeto Clube de Leitura 6.0. Cada semana ele traz algum convidado para falar sobre seus projetos, conhecimentos e atuação na área da Biblioterapia, podendo ser em escolas, hospitais, comunidades, bibliotecas, sistemas prisionais etc. O projeto faz parte da Fundação Observatório do Livro e da Leitura e está disponível no link https://observatoriodolivro.org.br/sessao-biblioterapia?utm_source=email_mkt&utm_medium=referral&utm_campaign=sessao_biblioterapia, por onde as pessoas podem se inscrever para receber os avisos toda semana quando a live for começar.

3.2. Sobre as lives assistidas

As lives assistidas foram selecionadas na ordem em que apareciam na playlist organizada no próprio canal do Galeno no YouTube. Ela já tem uma playlist organizada intitulada “Sessão de Biblioterapia” com 23 lives postadas. Os vídeos não estão organizados em uma sequência cronológica, foram assistidos de baixo para cima conforme estão organizados no canal.

Das 23 lives postadas nessa playlist, foram assistidas 14 por uma questão de tempo, além da live “Biblioterapia: autoajuda ou poesia” ter sido gravada duas vezes porque a internet do convidado estava instável na primeira vez, sendo assistida assim a live com o maior tempo.

A transcrição do assunto de cada uma foi feita enquanto eram assistidas. Sempre pausava para descrever alguma fala importante, deixando o mais detalhada possível a descrição e focando sempre nos pontos que considerava mais importantes e interessantes para a pesquisa. O processo de transcrição foi lento e cuidadoso, sempre com muita atenção em cada fala dos convidados, em cada pergunta feita e respondida e em como poderia ser descrito tudo o que estava sendo passado.

A análise mais detalhada das lives para a descrição dos resultados e considerações finais foi feita posterior a transcrição de todas as que foram assistidas.

3.3. Ações de Biblioterapia no Projeto “Sessão de Biblioterapia”: resultados quantitativos

Para responder ao objetivo específico de localizar e analisar experiência de ações de Biblioterapia remotas desenvolvidas na pandemia foi desenvolvido o quadro a seguir, contendo informações sobre cada live apresentada na “Sessão de Biblioterapia”. Nesse quadro 01, é apresentada a descrição de todas as atividades promovidas e disponibilizadas no canal, mas que não foram, necessariamente, assistidas, a fim de observar os resultados quantitativos.

Quadro 01: Ações de Biblioterapia no Projeto “Sessão de Biblioterapia”

Título	Data	Visualizações	Curtidas	Palavras-chave	Assistida

Biblioterapia: autoajuda ou poesia?	07/02/2022	365	89	Transitório Livros Terapia	Sim
Biblioterapia e saúde mental: a leitura como resiliência	17/01/2022	430	118	Saúde Crianças Pacientes	Sim
Biblioterapia: autoajuda ou poesia?	24/01/2022	384	82	Transitório Livros Terapia	Não
Como a leitura pode ajudar na saúde emocional entre pais e filhos	31/01/2022	437	106	Crianças Livros Literatura	Sim
“Era uma vez” para adultos e crianças: contos de fada, fábulas e fantasia	15/11/2021	448	97	Mito Fábulas Contos	Sim
A prática da Biblioterapia para a saúde emocional das crianças no ambiente escolar	22/11/2021	344	66	Criança Preconceito Racismo	Sim
A Biblioterapia como atividade lúdica no trabalho com pessoas em situação de risco	08/11/2021	458	78	Inclusão Idosos Envelhecimento	Sim
A leitura é nossa melhor amiga, nossa grande aliada	01/11/2021	504	91	Literatura Livros Presídios	Sim

Outubro Rosa: a contribuição da biblioterapia para a saúde emocional da mulher?	25/10/2021	425	93	Mulheres Silêncio Necessidades	Sim
O vício por livro é benéfico? Uma visão da psicanálise, com Maria Luiza Salomão	18/10/2021	499	106	Vício Livros Leitura	Sim
Como a Biblioterapia pode ajudar na prevenção do suicídio, vamos falar sobre isso?	06/09/2021	568	118	Suicídio Idosos Adolescentes	Sim
Odisseias literárias: a contribuição da Biblioterapia para a qualidade de vida	28/06/2021	610	99	Literatura Bem estar Trabalho	Sim
Literatura e psicanálise: como os livros nos ajudam com os transtornos emocionais	11/10/2021	729	133	Literatura Pandemia Livros	Sim
Biblioterapia direto da fonte, com Eduardo Krause	12/07/2021	672	139	Biblioterapia Leitura Literatura	Não
Práticas de Biblioterapia:	26/07/2021	737	121	Literatura Afeto	Não

literatura como resgate afetivo, com Caroline Costa				Biblioterapia	
Depressão não é só tristeza (e nunca é frescura!)	13/09/2021	783	139	Saúde mental Depressão Suicídio	Não
A leitura é um remédio sem contraindicação	19/07/2021	838	144	Saúde mental Idosos Alzheimer	Sim
Biblioterapia online para jovens e adultos	14/06/2021	833	138	Biblioterapia Livros Leitura	Sim
Biblioterapia pelo mundo, com Maria Luísa Malato Borralho	21/06/2021	872	150	Biblioterapia Livros Abordagens	Não
Como a Biblioterapia tem ajudado professores e alunos durante o isolamento social, com Oscar Garcia	05/07/2021	986	160	Isolamento social Alunos Professores	Não
Efeitos práticos da Biblioterapia no cérebro	06/07/2021	939	151	Cérebro Leitura Efeitos	Não
Promoção da vida no setembro amarelo: o que falar e o que fazer? Com Leonardo Abrahão	20/09/2021	1.058	148	Suicídio Prevenção Leitura	Não

Biblioterapia: o poder transformador da leitura	27/09/2021	1.434	215	Leitura Presídios Transformação	Não
---	------------	-------	-----	---------------------------------	-----

Fonte: a autora

Como identificada no quadro, as lives da playlist “Sessões de Biblioterapia” têm seu início em Junho de 2021 e podemos ver que no início o número de visualizações era muito grande, chegando no mês de Julho com mais de mil visualizações. A queda desses números pode ser devido a volta da maioria das atividades de forma presencial, o que acarreta em uma nova mudança de rotina e em um cansaço maior nas pessoas que precisam sair de casa para trabalhar, estudar etc e não têm muito tempo para si.

Além disso, temos muitas lives falando sobre suicídio e depressão, temas que são facilmente lembrados quando pensamos em saúde mental e em terapia. Crianças e idosos também são citados algumas vezes nas lives, já que a maioria dos trabalhos apresentados nas lives são feitos com esses grupos específicos.

O número de likes muitas vezes é bem menor que o número de visualizações, principalmente no início, o que pode ser um sinal de que as pessoas não estavam acostumadas com esse ambiente ou ficavam tão focadas no assunto que acabavam esquecendo de deixar o like, o que é importante na plataforma do YouTube para que os vídeos sejam recomendados mais vezes para a pessoa ou até para outras pessoas.

3.4 Ações de Biblioterapia no Projeto “Sessão de Biblioterapia”: resultados qualitativos

Para atender ao objetivo de analisar as atividades desenvolvidas pelo projeto desenvolvido por Galeno Amorim, intitulado “Sessão de Biblioterapia”, foram transcritos a seguir, dados descritivos das lives localizadas e assistidas, assim como uma descrição parcial do conteúdo das mesmas, construído após as lives serem assistidas e parcialmente transcritas.

Título: Biblioterapia on-line para jovens e adultos

Data de transmissão: 14/06/2021

Visualizações: 833

Número de likes: 138

Tempo de duração: 56min04s

Convidada: Educadora e Biblioterapeuta Telma dos Santos

Link:

https://www.youtube.com/watch?v=vcKm9FZbEsY&list=PLOlqTgxoQ5DvWK7D_6x-z1T3kIpU6TX6B&index=7

Data de acesso: 25/02/2022

Discussão:

A educadora e biblioterapeuta Telma dos Santos trabalha na biblioteca da Fábrica de Cultura, localizada na cidade de São Paulo. Ela diz que conheceu a Biblioterapia um ano e meio antes da live com uma visita presencial do Clube de Leitura 6.0 (outra iniciativa da qual Galeno faz parte), mas acredita que desde 2012, quando começou a atuar em bibliotecas e fazer mediação de leitura, já a praticava. Ela começou a realizar encontros de leitura na biblioteca em que trabalha atualmente com duas colegas de trabalho, Cíntia e Claudia Felisberto, não para atender uma demanda de trabalho, mas visto a necessidade dos alunos de ter um clube de leitura.

Elas receberam a visita da pesquisadora Claudia Adão que contou para os alunos sobre sua pesquisa que tinha sido publicada em livro e os alunos ficaram interessados na trajetória dela como leitora, no que ela gostava de ler e despertou na Telma e nas colegas de projeto essa vontade de criar um clube de leitura onde as leituras seriam feitas em conjunto no momento do encontro e foi iniciado em setembro de 2019. O primeiro livro foi “O quarto do despejo”, de Carolina Maria de Jesus, indicação da pesquisadora Claudia. Inicialmente não tinham o critério de ter um livro que conseguissem ler inteiro na primeira hora do encontro, que era dedicada à leitura, então levaram alguns meses para encerrar a leitura, visto que tiveram um período de recesso também.

Quando iriam iniciar o segundo livro, veio a pandemia e os encontros pararam em março de 2020. Em maio do mesmo ano, por sugestão de uma das colegas do projeto, retomaram as atividades com encontros toda sexta-feira, que é dividido em 1 hora de leitura e 1 hora de discussão, como era no formato presencial também. Telma afirma, referente a uma pergunta de uma pessoa que estava assistindo a live, que presencialmente elas tinham um público pequeno de jovens e adultos, no máximo 6

peessoas, que às vezes iam, às vezes faltavam e o foco delas era que eles levassem o projeto para frente depois, que as leituras fossem feitas apenas por eles durante os encontros. Ela e o Galeno trazem a ideia de que não precisa ter um grupo grande para começar, o que a maioria das pessoas acredita ser uma necessidade, e que é bom ter um limite para que todos consigam falar. Ela diz que até preferia menos gente para saber como ia funcionar o projeto e que, no formato online, conseguem atingir mais pessoas, com um público de 16 pessoas nos primeiros encontros.

Telma também afirma que o perfil de pessoas nos encontros online mudou um pouco, foram alcançadas pessoas mais velhas, acima de 35 anos, amigos e amigos de amigos, pessoas de outros estados e que já tinham uma bagagem de leitura.

O primeiro livro lido online foi preferencialmente mais curto para não afugentar o público. Ela recomendou o livro “Ninguém escreve ao coronel”, de Gabriel Garcia Marques, que foi indicado a ela por um professor e foi uma leitura rápida, que levou 4 ou 5 semanas para ser finalizada nos encontros. Depois focaram em contos que fossem terminados no mesmo dia, mas também fizeram mais leituras de romances curtos. Os contos, segundo a educadora, são mais fáceis de se trabalhar por conta das pessoas que não podem acompanhar toda semana. Ela também afirma que a leitura é feita de forma compartilhada, elas projetam o livro na tela e cada pessoa presente lê um pouco, se se sentir confortável. Telma diz que no início era mais difícil, mas todos se acostumaram.

Ela acredita que o objetivo dos participantes, quando começaram os encontros online, era fazer alguma atividade em grupo e ter esse acolhimento, principalmente no início da pandemia.

Telma diz, referente a pergunta de Galeno sobre ela acreditar que a Biblioterapia se encaixa nesses encontros, que o momento onde conversam sobre a leitura é sempre libertador, sempre é despertado um sentimento ou uma lembrança, geram discussões que levam para algo interno dos participantes e são nesses momentos em que a biblioterapia entra. Às vezes o texto desperta algo em um que em primeiro momento não despertou no outro, mas que a partir de um depoimento acaba despertando, o que é bom nessa leitura em grupo, afirma a educadora.

O comprometimento online é maior, segundo Telma, provavelmente porque as pessoas já estão trabalhando online e não precisarem sair de casa. A Fábrica de Cultura fica localizada em um bairro periférico e as pessoas podiam às vezes não conseguir chegar até lá a tempo dos encontros. Porém, o público que tinham

presencialmente acabou se perdendo, provavelmente por conta da internet não chegar de forma efetiva nos bairros periféricos e o público acabou se espalhando por São Paulo e com algumas pessoas de outras cidades e estados.

Ela diz que o foco de leitura dos encontros são livros de autores da América Latina e dá dicas para quem quer começar que tenha esse recorte de leitura definido, pensar na plataforma que será utilizada, fazer uma boa divulgação e, se possível, ter mais de um mediador. Também responde uma pergunta dizendo que acredita que pessoas que trabalham em escolas consigam realizar os encontros online, focando principalmente na divulgação.

Ao final, Telma compartilha uma lembrança que a marcou muito quando trabalhava na biblioteca de São Paulo e eles tinham o projeto Leitura ao pé do ouvido, onde se aproximavam das pessoas e liam histórias curtas para elas. Ela se lembra de um dia que, junto com um colega, abordou um senhor que estava olhando para o lado de fora e leram para ela. Ao final ele acabou compartilhando que estava aguardando para usar o computador e entrar em contato com a família porque estava quase em situação de rua, mas que a história lida o fez lembrar de seu pai e do motivo de estar ali e fez com que ele quisesse tentar novamente.

Título: A leitura é um remédio sem contraindicação

Data de transmissão: 19/07/2021

Visualizações: 838

Número de likes: 144

Tempo de duração: 59min09s

Convidado: Médico psiquiatra e Pesquisador Marcos Vasconcelos Pais

Link: https://www.youtube.com/watch?v=hztHcO0u-o8&list=PLOlqTgxoQ5DvWK7D_6x-z1T3klpU6TX6B&index=7

Data de acesso: 25/02/2022

Discussão:

Galeno começa o encontro trazendo a informação de que uma pesquisa realizada pela Global World Index apontou que 40% das pessoas ouvidas por eles têm utilizado a leitura para ajudar na saúde mental nesse período da pandemia, trazendo a informação de que a leitura pode ajudar nessa área da saúde desde a infância até a terceira idade, onde pode estimular o cérebro e prevenir doenças como o Alzheimer, de formas diferentes.

O convidado Dr. Marcos Vasconcelos Pais faz doutorado no Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP e realiza sua pesquisa no Laboratório de Neurociências, dedicado aos estudos sobre Alzheimer, tratamento de demências e transtornos de humor em idosos e seus cuidadores. Também lançou o livro “Práticas para a saúde mental de cuidadores” pela Editora Manole.

Marcos inicia confirmando, perante a pergunta de Galeno, que a leitura pode sim ajudar na memória em idosos e não apenas auxiliar no tratamento, como também na prevenção do Alzheimer. Ele afirma que a baixa escolaridade também é um fator de risco para o desenvolvimento de demências e o resgate do vínculo com a leitura auxilia nesses quadros. Marcos ainda afirma que ler tem significados diferentes ao longo da vida, onde pode-se conectar o hábito de leitura à sua passagem pela escola, à uma adolescência difícil, à sua vida adulta etc. O psiquiatra traz a informação de que a janela ótima para construir ou retomar o hábito de leitura é entre os 40 e os 60 anos.

Galeno pergunta ao doutor Marcos o motivo pelo qual, no quesito cognitivo, quando lemos um livro em diferentes fases da vida, ele parece outro. Marcos afirma que temos um “mosaico atencional”, onde nossa atenção é muito sensível a acontecimentos da nossa vida e ela está sempre focada em aspectos específicos do momento pelo qual estamos passando, então, quando lemos o mesmo livro em diferentes momentos, nossa atenção capta diferentes aspectos relacionados aos nossos sentimentos no momento, ao acontecimento em que ela está focada e isso não acontece apenas com livros, mas também com filmes, com lugares que visitamos etc.

O convidado afirma, referente a outra pergunta do Galeno, que existem aspectos cognitivos que vão se deteriorando por efeito da idade, mas a cognição são vários processos mentais, onde alguns vão declinar, mesmo sem quadros de doenças, e outros podem melhorar ao longo do tempo. Algumas funções mentais como percepções e compreensões de situações ao longo da vida, muitas vezes relacionadas mais ao aspecto afetivo, podem melhorar ao longo do tempo, o que traz a ideia de que ficamos mais sábios quando envelhecemos. Ele afirma que quando estamos conectados com o mundo e com a leitura de uma forma mais completa, em qualquer fase da vida, podemos perceber que temos uma compreensão melhor do mundo. Ainda relacionado ao mesmo assunto da pergunta, Marcos afirma que os estímulos feitos ao longo da vida em determinadas áreas do cérebro (“subdivisões”

da cognição) podem trazer o desenvolvimento de novas habilidades e é sempre importante na área da saúde estimular os pacientes a desenvolver novas habilidades, mesmo que estejam sofrendo algum declínio cognitivo.

Ele diz que existem 2 tipos de Alzheimer, o que ocorre mais precocemente e pode ser por motivo de genética, mas é mais raro; e o que ocorre mais tardiamente, após os 65 anos, que pode ter o componente genético, mas o risco está presente na população em geral.

Uma das telespectadoras perguntou ao convidado se a leitura poderia auxiliar também na doença de Parkinson e o Dr. Marcos explicou que a demência nesse quadro é mais tardia, mas que, como já citado por ele, é sempre importante ter novos hábitos que auxiliem o paciente e a leitura é um deles. Além disso, os pacientes com diagnóstico de Parkinson frequentemente podem desenvolver depressão e nesses casos a leitura também tem um papel importante.

O Dr. Marcos traz um exemplo de algumas sessões de leitura que fez com pacientes que eram tabagistas, onde as leituras e mediações traziam provocações, mas sobre outros assuntos como humor e outras questões dos pacientes, além de assuntos que estavam relacionados aos estímulos dos pacientes para fumar.

Ele afirma que a escrita também pode ajudar o paciente, trazendo a abordagem que ele usa a escrita como uma forma de reconstruir a história do paciente, onde o próprio paciente escreve sua história, o que previne transtorno de humor e levar a condição do paciente de uma forma mais aceitável e palatável para os parentes. Marcos diz que eles estimulam a escrita criativa, de diário, recontar sua própria história também podem auxiliar em um envelhecimento mais saudável.

O convidado diz que não existe um tipo de literatura que tenha mais impacto, o ato de ler já causa impacto e o ideal é uma leitura com a qual o paciente se identifique. Ele também traz o fato de ler o livro e depois ver o filme, caso ele tenha uma adaptação cinematográfica, como algo interessante de se fazer.

O Dr. Marcos finaliza dando uma “receita” para o envelhecimento mais saudável, onde ele traz um aproveitamento mais saudável da janela mencionada entre os 40 e os 60 anos, com hábitos saudáveis e não desistir deles com o tempo, mas continuar sempre praticando.

Título: Biblioterapia: autoajuda ou poesia?

Data de transmissão: 07/02/2022

Visualizações: 365

Número de likes: 89

Tempo de duração: 1hr05min22s

Convidado: Biblioterapeuta e mediador de leitura Daniel Garcia Rodrigues

Link: https://www.youtube.com/watch?v=7X8PL-W2JQw&list=PLOlqTgxoQ5DvWK7D_6x-z1T3klpU6TX6B&index=24

Data de acesso: 25/02/2022

Discussão:

Logo em sua apresentação Daniel explica que nasceu em um corpo de uma mulher que agora tem 58 anos, mas ele se identifica como um menino de 15 anos, por ser transitório, conforme definido por ele. O convidado é Doutor e Mestre em Teoria da Literatura e diz que foi salvo pelos livros porque nasceu no corpo errado.

Galeno então pergunta se os livros o ajudaram nesse processo de descoberta e Daniel afirma que sim, que os livros o salvaram desde quando descobriu, com 3 anos, que era um menino que gostava de meninos, mas estava preso em um corpo de uma menina de 3 anos, em uma cidade preconceituosa em 1967, com uma família de camponeses. Ele ainda não sabia ler nem escrever nessa época, mas seus irmãos já iam à escola e ele já se interessava em tentar escrever desde cedo, contava histórias e sua primeira personagem era a menina de dentes de agulha que quando ia comer sangrava. Ele diz que se não tivesse descoberto a contação de histórias antes de ser alfabetizado, por conta dos seus irmãos, talvez tivesse enlouquecido ou nem estaria mais vivo.

Daniel diz que lia muito os livros de Monteiro Lobato, gostava de livros sobre espaço sideral e também sobre mitologia. Ele cita também o livro "Morte em Veneza", de Thomas Mann, e usa a expressão "é um livro que me acaba" para definir como se sente com essa leitura. Outro livro citado, seguindo a linha de auto-ajuda, é "O fogo liberador", de Pierre Levy, e Daniel define o autor como a maior autoridade sobre cultura virtual digital e o livro como o melhor livro de autoajuda, um livro "que nos ajuda a parar de sofrer" e que o ajudou a superar a morte do pai nos anos 2000.

O terceiro livro citado é "O espaço literário", de Maurice Blanchot, que o convidado define como talvez o ápice de toda literatura, sendo um livro de crítica literária e que também é literatura, falando do espaço literário, o espaço da obra, quase que material do livro e não o espaço onde as personagens estão e Daniel define o livro como um livro lindo, afirmando que ao fim de seu doutorado não conseguia

escrever sobre esse livro e sua amiga deu a ideia de que ela escrevesse uma carta ao autor, mesmo sem enviar, para que conseguisse escrever sobre.

Outro livro citado por Daniel é “A coragem da desesperança”, de Slavoj Zizek, um livro extremamente político e poético, segundo o convidado, que nos faz repensar o que é ser de esquerda, o que é ser de direita, o que é estar no centro.

Daniel explica, a pedido do Galeno, o que é ser transitário (como ele se definiu no início) e, para isso, ele utiliza como outra indicação o livro “Little Purple Rains: A historinha da mulher-menino”, escrito por ele, mas assinado com seu nome de nascimento Dinamara Garcia, e, lendo a contracapa, ele explica que ele é o menino da capa, ele não acha que é o menino, ele se sente ele. O convidado explica que ser transitário é transitar entre as idades, como ser transsexual. Ainda não tem muitos estudos sobre isso e Daniel diz conversar muito com seu terapeuta. Ele explica que não é emocionalmente imaturo, que lida com tudo da vida adulta, mas não é um homem adulto.

Daniel também explica que quando lançou o livro, em 2015, ainda não conseguia colocar em uma capa de livro o seu nome, mas que hoje conseguiria graças a uma palestra que foi ministrar em 2016 na Universidade Dom Bosco, na região de Rio Preto, onde nas mesas dos palestrantes tinham os nomes de cada um e na dele estava seu nome Daniel Garcia Rodrigues.

Daniel também tem outro livro, lançado em 2014, que se intitula “Tudo o que sei sobre o amor”, onde ele diz que o livro conta exatamente o que está no título, seguindo um roteiro sobre todos os amores da vida dele, desde criança. Esse livro tem apenas um capítulo e o autor explica que, quando terminou esse capítulo, já não quis mais escrever o livro e, após uma conversa com um colega, percebeu que precisava escrever o outro livro citado acima. Embora tenha só um capítulo, Daniel explica que ele é bem completo, contando sua paixão por um primo, trazendo também a lista de seus amores, como ele foi se transformando em Daniel, a história da sua família etc.

Daniel dá algumas dicas, a pedido das pessoas que estão assistindo, de como começar a estudar Biblioterapia. Ela indica as próprias lives das Sessões de Biblioterapia, as indicações de livros que surgem nas lives, o curso ofertado pelo Galeno etc.

O biblioterapeuta explica, ao final, que hoje em dia ele não tem nenhum paciente mais velho, apenas jovens e não se sente preparado para atender crianças.

Ele atende de forma individual e disse que prefere deixar para atender em grupo quando puder ser de forma presencial. O que ele faz em grupo é apenas uma vez a cada 2 meses é o Chá de camomila e livros na mochila, que é em grupo e de forma online.

Título: Biblioterapia e saúde mental: a leitura como resiliência

Data de transmissão: 17/01/2022

Visualizações: 430

Número de likes: 118

Tempo de duração: 58min

Convidado: Prof^a. Dr^a. Maria Cristiane Barbosa Galvão

Link:

https://www.youtube.com/watch?v=NK4S1Ra4y04&list=PLOlGtgxoQ5DvWK7D_6x-z1T3klpU6TX6B&index=23

Data de acesso: 25/02/2022

Discussão:

Cristiane começa se apresentando, dizendo que é uma “pessoa do povo” que sempre estudou em escola pública e atualmente é professora na Universidade de São Paulo, onde o objetivo é servir a população da melhor forma possível.

A convidada, respondendo uma pergunta de Galeno sobre como ela integra a Ciência da Informação e o campo da saúde, afirma que a saúde é dependente da informação e tem integrado profissionais da informação como técnicos pesquisadores e, no caso dela, como docente e pesquisadora. Essa integração é uma necessidade da área da saúde e Cristiane afirma que a saúde é parte das ciências humanas porque lidam com a população e as informações precisam ser corretas e confiáveis. Ela conta que sua integração é bem complexa pela quantidade de disciplinas que ela ministra na faculdade.

Cristiane afirma que os recursos disponíveis no campo da saúde mental não são suficientes para atender toda a população que necessita. Por isso, os grupos de apoio são fundamentais nesse cenário. Agora, por conta da pandemia, a solidão dos pacientes que estão em hospitais aumentou e a contação de histórias pode ajudar essas pessoas. Ela conta que muitos pacientes que ela atendia mandaram mensagens pedindo que gravasse algumas histórias e ela e sua equipe fizeram as gravações. A professora afirma que a demanda nessa área é muito grande e, por

conta do isolamento social, está bem afetada. Galeno traz também algumas iniciativas das quais participa com o Observatório do Livro, como o Clube de Leitura 6.0, onde atendem pessoas idosas, e também o atendimento e acolhimento a pessoas com câncer.

Cristiane começa a falar um pouco sobre o canal da Biblioteca Viva da USP, que foi criado durante a pandemia, e como faziam a contação de histórias antes da pandemia e de criarem o canal, porque trabalhavam em ambiente hospitalar onde não podiam entrar com livros por uma questão de infecção hospitalar. Por isso, os alunos tinham as histórias em seus celulares que eram higienizados antes de entrarem no lugar dos leitos. Um aluno entrava no leito e contava a história que era curta porque o paciente muitas vezes estava em tratamento então poderia receber uma medicação ou alimentação e não tinha muito tempo. As histórias eram sempre sobre perspectiva de vida, já que atendiam crianças carentes e o objetivo do projeto era dar uma nova perspectiva para o futuro da criança. Ao final, as crianças podiam avaliar a história e dizer qual queriam ouvir na próxima vez. O projeto funcionava no HC Criança e em 2019 atenderam em torno de 1700 crianças no leito.

Com a pandemia, o projeto foi pausado por 2 meses. Eles criaram o canal no YouTube e fizeram cursos com contadores de histórias, decidiram um roteiro de histórias, o cenário, as roupas. Nenhuma das histórias falam de violência e também não citam comidas para que as crianças não sintam vontade de comer tais alimentos. As histórias abordam resiliência, como fazer amigos, como vencer obstáculos etc. O público deles é infantil e juvenil que depende dos pais para ouvir as histórias, o que é uma dificuldade para eles. O desejo é voltar a contar as histórias à beira do leito, mas ainda não foi possível. Para fazer parte do projeto a equipe oferece um treinamento para explicar sobre essas restrições.

Cristiane traz um exemplo sobre o que não se pode ter nas histórias quando no Natal os alunos pediram para levar histórias natalinas para as crianças e a professora disse que nessas histórias não poderia ter entrega de presentes porque as crianças são carentes e poderiam querer ganhar algo também e os pais não poderem dar.

Ela informou que o projeto já tem mais de 20 anos e podem ser encontrados muitos textos sobre o projeto. No início eram levados os livros até os leitos, mas perceberam que levar um livro de um leito a outro pode acabar levando também alguma infecção a outro paciente. Por isso, por volta de 2017, 2018 pediram à Cristiane uma solução para esse problema e ela trouxe a tecnologia como auxiliadora

nessas contações de histórias. Eles também atendem crianças que estão aguardando uma consulta no ambulatório e, por isso, tem histórias de 3 a 4 minutos para caso a criança seja chamada na sala eles conseguem terminar a história antes. No HC Criança têm pacientes de 0 até mais de 18 anos, caso o paciente precise continuar o tratamento após os 18 anos e o projeto atende todas as idades.

Ao final, a pedido do Galeno, Cristiane deixa uma mensagem dizendo que podemos ajudar as pessoas simplesmente ouvindo. A discussão sobre os livros lidos nos encontros de Biblioterapia são muito importantes para os pacientes.

Título: Como a leitura pode ajudar na saúde emocional entre pais e filhos

Data de transmissão: 31/01/2022

Visualizações: 437

Número de likes: 106

Tempo de duração: 1hr12min34s

Convidado: Escritor Ilan Brenman

Link:

https://www.youtube.com/watch?v=Vnhd5wtX62w&list=PLOlqTgxoQ5DvWK7D_6x-z1T3klpU6TX6B&index=21&t=4s

Data de acesso: 28/02/2022

Discussão:

Ilán começa dizendo que ama escrever e tem uma paixão tremenda pelos livros, considerando-os um objeto de arte. Ele tomou paixão pela literatura enquanto cursava Psicologia, porque começou a trabalhar, aos 18 anos, em um projeto de educação com crianças, para aprender e ganhar dinheiro. No primeiro dia ele ficou olhando as crianças sozinho na hora do recreio, com muito medo, então 3 meninas se aproximaram e uma delas pediu para que ele contasse uma história. Ele disse que não sabia contar histórias e a menina disse algo que mudou a vida dele, segundo o convidado, que foi: “se você não sabe, inventa”.

Ele começou a inventar a história e as outras crianças foram se aproximando aos poucos, ao final ele se perguntou muitas coisas que foi respondendo ao longo dos anos. Ainda levou mais alguns anos para fazer de fato a transição para escritor, depois de rodar o país contando histórias. Ilán percebeu então que as pessoas queriam suas histórias e começou a juntar as anotações que tinha e começou a publicar seus livros. Já que ele não podia estar em todos os lugares, seus livros estariam.

A primeira história que ele contou para as crianças foi publicada, se chama “O pó do crescimento”, pela editora Moderna, com a qual ele publica todos os seus livros.

Ele disse que teve um grande desafio com a pandemia porque gostava de publicar os livros e depois viajar para fazer palestras sobre eles, mas não conseguiu mais por conta da pandemia, então migrou também para o ambiente online. Foi chamado para dar um curso em uma plataforma espanhola sobre como escrever para crianças, algo que ele não estava acostumado, onde tem muitos alunos de vários países diferentes. Além do curso ele continuou escrevendo durante a pandemia.

O autor defende que nossa vida seria um grande deserto sem a arte. As pessoas resistem a situações ruins, a guerra, com a arte, tudo o que vemos e ouvimos é arte, nós precisamos de arte e, segundo o autor, a mais importante é a literatura. As palavras presentes na literatura são o que nos diferenciam do mundo bárbaro em que vivemos, defende Ilan, onde podemos nos reencontrar com nós mesmos. Porém, ele diz que a literatura e arte não são garantia de que o outro vai se tornar uma pessoa melhor, porque, pelo exemplo que ele deu, os soldados nos campos de concentração liam assim como os prisioneiros. “A garantia da literatura é que o outro pode ser melhor”, segundo o convidado, e ainda defende que a pessoa que tem contato com as artes e escolhe a barbárie, mais responsável ainda pelos seus atos ele é. A função da literatura, então, é abrir estradas.

Ele diz que devemos começar desde cedo a encher as crianças de coisas boas, como o autor diz, “dar banhos” de literatura, de palavras, de bons filmes para que elas possam conhecer esses caminhos que a literatura proporciona e para que elas possam se encher e escolher coisas boas.

Ilan diz que não escreve histórias para transformar, ele pensa apenas na história e não no leitor, na psicologia, na transformação, mas elas acabam acontecendo. Ele tem muitos retornos de leitores, de mães que nomeiam os filhos com seu nome etc. Uma mãe contou que seu filho perdeu um pedaço do dedo e não queria mais ir para a escola e ela soube do livro dele que se chama “A cicatriz”, que traz como cada cicatriz conta uma história, então ela leu para o filho e ele quis ir para a escola no outro dia e contar sua história.

Eles trazem mais um convidado para a live, o Carlos Andrade, para contar sobre o livro “Hermes o motoboy”, escrito por Ilan, que mudou sua vida. Carlos passou um tempo no presídio e dizia que não gostava de ler, então lá se encontrou com a literatura e com os bons caminhos que ela pode abrir, citando o que Ilan. Ele conta

que ao fim de sua pena estava bem preocupado com o que iria fazer depois e foram os livros que o ajudaram, em especial o citado anteriormente escrito por Ilan, que abriu seus olhos para essa opção de trabalho para quando saísse, vendo as dificuldades que o personagem do livro teve e como ele conseguiu superar. Carlos conta que financiou a moto sem ter dinheiro para pagar, mas sabendo que conseguiria trabalhar e pagar as parcelas. Ele diz que esse trabalho mudou sua vida, ajudando a conseguir uma fonte de renda e a trilhar esse novo caminho em liberdade.

Ilán disse que comercialmente esse livro foi um fiasco porque as pessoas tinham preconceito com motoboys, o que era o contrário do que o autor queria. Mas ele diz que o livro foi feito especificamente para o Carlos, para ajudá-lo nessa mudança. Carlos hoje é formado em Direito e também é doutor, hoje em dia ele advoga e ajuda a tirar crianças e adolescentes do mundo do crime.

Título: A prática da Biblioterapia para a saúde emocional das crianças no ambiente escolar

Data de transmissão: 22/11/2021

Visualizações: 344

Número de likes: 66

Tempo de duração: 1hr02min45s

Convidado: Bibliotecária e mediadora de leitura Silvia Fortes

Link:

https://www.youtube.com/watch?v=XewDOQLFb8Q&list=PLOlqTqxoQ5DvWK7D_6x-z1T3kIpU6TX6B&index=18

Data de acesso: 28/02/2022

Discussão:

Silvia é bibliotecária em Niterói - RJ e sempre teve o foco de trabalhar com crianças por achar mais difícil introduzir a leitura já na vida adulta e preferir começar com as crianças desde cedo. Ela atua na rede privada com crianças desde a educação infantil até o Fundamental 1 e tem um trabalho voluntário na rede pública com o Fundamental 2 e Ensino Médio, onde percebe que muitos jovens são carentes de alguém que leia para eles. Ela diz que nesses dois grupos as crianças recebem bem, com os adolescentes é mais difícil no começo, mas depois também recebem bem.

Ela trabalha a parte da Biblioterapia, a parte lúdica dos livros, e algumas crianças acabam não querendo no começo por pensar que vai ser o que estão

acostumadas: ter a leitura, depois são feitas perguntas que valem nota, mas depois elas entendem que a Biblioterapia não funciona assim. A convidada tem encontros semanais com cada turma e, juntamente com os professores e psicólogos da escola, verifica se tem alguma questão específica a ser tratada na turma para trazer a literatura dentro daquele tema ou apresenta algum que ela acha interessante. Às vezes também ela lê algum livro que a criança leva de casa. Os livros são lidos na hora e pode acontecer de alguma criança se sentir tocada e pedir para levar e ler novamente em casa, então ela empresta o livro.

Ela trabalha literatura infantil, poesias, livros com mais de uma história, livros com figuras. Com os adolescentes também são usados esses livros, tratando assuntos específicos como preconceitos, racismo etc. Caso a criança ou o jovem tenha alguma reação com o livro, como chorar por exemplo, ela sempre procura acolhê-la. Os livros também falam de bullying, de questões de gênero, como ajudar o outro. Ela dá algumas dicas de livros infantis sobre esses temas que podem ser trabalhados.

Quando termina a leitura, ela sempre pergunta se alguém quer comentar a história e, caso ninguém comente, ela começa a provocar, a comentar sobre os personagens, perguntar o que fariam se fossem um deles etc, para que as crianças e adolescentes comecem a conversar sobre. Galeno pergunta especificamente do racismo e Silvia diz que nesse caso ela começa a contar situações em que sofreu racismo e observa a reação de cada um, alguns dizem que ajudariam e ela pergunta então o motivo de não ajudarem às vezes um colega que passa por situação parecida, outros trazem falas preconceituosas que ouviram em casa de algum familiar, onde ela diz à criança que ela pode também expor sua opinião nesses casos.

A biblioterapeuta diz que é muito importante trazer o protagonismo negro nas histórias, mesmo que elas não tratem especificamente sobre racismo. Ela também traz um tema importante sobre os meninos não poderem chorar e conta que um menino contou uma vez que brincava de boneca e outro disse que o pai não deixava, o que a fez pensar que talvez ele quisesse brincar também, mas tinha esse impedimento, o que trouxe a ela a questão do machismo. Ela reforça mais uma vez sobre achar mais difícil trabalhar com adultos por serem mais complicados.

Uma pessoa que estava assistindo a live pediu uma dica do que fazer com uma criança que não gosta de ler, Silvia indicou os livros e vídeos “Os fantásticos livros voadores do Sr. Morris Lessmore”, de William Joyce, que mostram como os livros

ganham vida quando são abertos e lidos e que, caso isso não aconteça, ficarão ali parados. Ela reforça a ideia de que o professor também precisa gostar do livro para trabalhar com ele, não pode ser uma leitura mecânica, é preciso passar uma verdade no que estão trabalhando.

Silvia também faz um trabalho com pessoas adultas. Antes da pandemia ela alugava um lugar e chamava alguns amigos e amigos de amigos. Ela recomenda um livro da Brinque-Book, "Diário de Blumka", que fala sobre o respeito às crianças, o direito das crianças e gosta de trabalhar esse livro com adultos, mas também com as crianças.

A biblioterapeuta fez apenas uma roda com idosos, por convite de uma instituição, o tema era lembranças, onde trabalhou o livro "Caixinha de guardar o tempo", da Alessandra Roscoe, e ela lembra que ficou muito emocionada, principalmente pelo contexto da pandemia. Silvia conta que nesse encontro uma senhora trouxe uma caixinha de madeira onde ela guardava suas lembranças.

Título: "Era uma vez" para adultos e crianças: contos de fada, fábulas e fantasia

Data de transmissão: 15/11/2021

Visualizações: 448

Número de likes: 97

Tempo de duração: 1hr10min55s

Convidado: Sandra Trabucco Valenzuela

Link:

https://www.youtube.com/watch?v=j_hAX5Uahis&list=PLOlqTgxoQ5DvWK7D_6x-z1T3kIpU6TX6B&index=19

Data de acesso: 04/03/2022

Discussão:

Sandra se define como apaixonada pela literatura, pelo cinema e pelas artes. Ela também é professora de cursos de comunicação, produção audiovisual, produção de áudio, publicidade e propaganda e disse que sempre leva a magia dos livros e das obras de arte.

Ao ser questionada pelo Galeno se a vida imita a arte e a arte imita a vida, a convidada diz que é um diálogo permanente, acontecem as duas situações, a arte está sempre presente. Ela diz que a literatura fantástica, fantasias, fábulas estão sempre presentes em nosso imaginário e os contos são ilustrados desde quando

começamos a falar, a arte da narrativa está presente desde quando temos consciência de nós mesmos, tudo o que contamos é uma narrativa.

Sandra afirma que quando começamos a falar sobre narrativas, falamos muito sobre “A jornada do herói”, de Joseph Campbell, um mitólogo que estudava os mitos de todas as culturas e percebeu que todos esses mitos tinham algo em comum, com um ser que resiste à jornada de herói, então encontra um mentor que o ajuda e o acompanha até que chega ao grande desafio, onde o herói consegue vencer e depois volta para o mundo comum, mas transformado como um elixir. Campbell avalia que essa história sempre se repete nos mitos e no cinema.

A convidada começa então a explicar sobre “A jornada da heroína”, de Maureen Murdock, também mitóloga e é psicóloga. Ela começa a atender em seu consultório mulheres bem sucedidas, mas que quando chegam à vitória, ela é fictícia e não ficam satisfeitas. Murdock começa a pensar se a mulher quer alcançar também essa vitória que os homens conquistam, então cria uma nova “jornada da heroína”, uma forma da mulher refletir sobre si mesma e alcançar seus objetivos, de uma forma diferente do homem.

Essas jornadas não foram pensadas para uma adaptação para cinema, mas Christopher Vogler, que era um dos diretores dos estúdios Disney, lança um livro onde faz uma espécie de receita da jornada do herói para que os filmes tenham sucesso.

Sandra fala um pouco sobre seu novo livro “A Bela e a Fera, um conto” e diz que sempre dá para recontar as fábulas, porque muitas das narrativas que vemos hoje vieram de mitologias onde o homem criava para entender sobre o mundo. Os contos e as fábulas não são diferentes, segundo ela. As fábulas contam histórias sempre para ensinar algo, com animais que se comportam como humanos e não são estáticas, elas vão passando de geração para geração.

Ela conta sobre La Fontaine, que pegava as histórias que circulavam em sua época e as escrevia, falando do nosso cotidiano porque é sobre isso que as fábulas falam, sempre com uma lição no final e com uma auto reflexão e autoconhecimento.

Sandra conta sobre o Preciosismo, que é um movimento literário que tem as mulheres como escritoras. Ela conta sobre os séculos XVI até quase o século XX, que tinham mulheres que ofereciam espaços de reunião com discussões intelectualizadas, onde muitas delas eram escritoras e parte delas eram escritoras de contos de fadas. Sandra conta um pouco sobre alguns mitos e contos de fadas para mostrar as semelhanças entre eles e também como mudaram ao longo do tempo.

A convidada conta que em seu reconto da Bela e a Fera, ela tem todo o cuidado de reescrever a história, mas trazendo para o nosso dia a dia. Ao final do livro ela traz também sobre o que ela contou na live, o Preciosismo etc. Dentro do seu trabalho ela diz que fala da fantasia com mundos imaginários, mas que não são como os contos tradicionais.

Sandra afirma que é mesmo mais difícil aceitar as adaptações, os personagens nunca vão ser como imaginamos ao ler os livros, mas eles trazem o mais próximo possível.

Ao final, ela explica também sobre o contexto de alguns contos, as lições tiradas deles, suas versões relacionadas com a época em que foram escritas etc. Também diz que os contos preparam para o medo, o que é diferente de algumas versões que trazem uma violência gratuita e que ela não recomenda para crianças. Sandra encerra a live lendo um pouco de seu livro já citado.

Título: A Biblioterapia como atividade lúdica no trabalho com pessoas em situação de risco

Data de transmissão: 08/11/2021

Visualizações: 458

Número de likes: 78

Tempo de duração: 1hr08min25s

Convidado: Doutora em Ciência da Informação, Biblioterapeuta e professora Edna Gomes Pinheiro

Link:

https://www.youtube.com/watch?v=A_3BeqvH6_g&list=PLOlqTgxoQ5DvWK7D_6x-z1T3klpU6TX6B&index=18

Data de acesso: 04/03/2022

Discussão:

Galeno começa perguntando à convidada se a Biblioterapia pode promover a inclusão social. Edna afirma que com certeza, ao utilizar a leitura para a saúde, ela tem o viés de trabalhar também a inclusão.

A convidada diz que estamos acostumados a trabalhar a Biblioterapia com livros, textos... mas as pessoas que ela atende muitas vezes não sabem ler, não têm condições de ler um livro inteiro, então ela trabalha com livros até sem texto para que eles criem as próprias histórias. Edna trabalha com idosos que não têm o convívio

com suas famílias e não pode passar mais do que 3 horas com eles, 2 horas geralmente para a Biblioterapia e depois fazem um piquenique com todos.

Ela traz também a questão de ser ignorado o uso da Bíblia na Biblioterapia, mas essas pessoas idosas precisam desse apego à fé delas, em qualquer que seja o seu deus. Então eles sempre iniciam a ação com uma canção religiosa. Ela também diz que isso acontece com as crianças hospitalizadas e as crianças de rua e de periferias com quem também trabalha.

Edna traz à live outra convidada, Dayane Bezerra, que se define, segundo Edna, como “encantadora de histórias”. Dayane fez uma contação de história interativa na live, com alguns recursos visuais também, para representar como são feitas as contações com as pessoas com quem elas fazem a Biblioterapia. A história contava sobre alguns animais na floresta que tentavam alcançar a lua para saber qual o sabor dela e, quando finalmente alcançaram, ela tinha para cada um o sabor do que mais gostavam. Edna conta então que em seus trabalhos cada pessoa que atende traz esse “sabor” para seu contexto e esse sabor é muitas vezes de algo que lhes falta, para as crianças, a escola, para os idosos, a família, os filhos que não os visitam.

A convidada reforça a importância desses trabalhos para cada uma das pessoas que ela atende. O quanto reacende o amor, o quanto pode rejuvenescer. Ela conta até que os idosos onde ela atende ficam separados homens de mulheres e se juntam nesses encontros, então tiveram casos de idosos que se apaixonaram já nessa idade, namoravam, ficavam de mãos dadas nesses encontros. E ela traz a reflexão de que, se a Biblioterapia pode até rejuvenescer uma pessoa, o quanto não pode contribuir para a inclusão social.

A biblioterapeuta diz que seu primeiro contato com a Biblioterapia foi através da professora Virgínia Bentes, de Fortaleza. Essa professora pesquisava o impacto da leitura em crianças com câncer do Hospital Albert Sabin, mas teve que se ausentar para fazer um pós-doc na França e Edna então teve a coragem de continuar sua pesquisa para não deixar esse projeto morrer. Depois, como atividade em uma disciplina que ministrava, começou a fazer o trabalho em asilos, onde levava bandas, festas, leituras etc.

Em João Pessoa, onde mora agora, levou esse projeto com os idosos. Agora também vai levar o projeto para o Instituto Paraibano de Envelhecimento, onde é trabalhado para que essas pessoas tenham o envelhecimento ativo, então as leituras levadas poderão ser diferentes das que ela já trabalha.

Galeno pergunta à convidada qual a reação das pessoas com as sessões. Edna diz que elas se transformam, querem contar suas histórias, ficam com um brilho no olhar, e eles abrem espaço para que elas contem suas histórias. Os idosos se transformam em crianças, adoram desenhar, criaram um mascote e uma boneca, gostam de cuidar, principalmente os que não tiveram filhos ou os que foram abandonados por eles. Ela conta também sobre uma criança, que estava internada no hospital de câncer onde ela também realizava os trabalhos, que só deixava o médico mexer nela para fazer o que precisava depois que eles chegavam para contar histórias. Com os meninos que ela realiza o trabalho nas ruas, o que mais a impressionava eram suas histórias. Ela conta de um menino que só sabia ler porque o pai era Gari e trazia livros do lixo para ele.

A convidada reforça que a biblioterapia é uma questão de afeto singular, mas que constrói ações plurais. Ela destaca a importância das lives feitas por Galeno, trazendo a afirmação de que essas ações onde o centro é o ser humano devem crescer cada vez mais, porque só nos tornamos completos quando vemos a completude do outro.

Edna conta sobre um menino que era o mais arteiro de todos, não parava para ouvir as histórias, mas estava sempre prestando atenção e respondia todas as perguntas. Também conta sobre a vontade de fazer um livro de receitas com os idosos, de como eles se emocionavam ao lembrar da infância, lembrar de seus pais apenas com histórias sobre comidas. Ela traz uma frase que um deles disse e que ela não se esqueceu: “Eu tenho mais tempo de passado do que de futuro e choro por conta disso”.

A live é finalizada com mais uma contação de história da convidada Dayane, novamente com recursos que tornam a história muito mais divertida e nos faz pensar como os pacientes atendidos por esse projeto se divertem e ainda se curam com esses momentos.

Título: A leitura é nossa melhor amiga, nossa grande aliada.

Data de transmissão: 01/11/2021

Visualizações: 504

Número de likes: 91

Tempo de duração: 1hr07min12s

Convidado: Premiado escritor Menalton Braff

Link:

https://www.youtube.com/watch?v=UCTazSIEKTI&list=PLOlqTqxoQ5DvWK7D_6x-z1T3klpU6TX6B&index=17

Data de acesso: 04/03/2022

Discussão:

Galeno começa perguntando ao convidado como está sendo a pandemia para ele. Menalton diz que já vivia praticamente recluso em casa, mora em uma pequena cidade perto de Ribeirão Preto -SP e quase não sai de casa, não tem relação com as pessoas da cidade e se precisa fazer algo vai para Ribeirão, ele diz que gosta de ficar dentro de casa e o que mudou para ele foi não poder receber pessoas. Ele disse que trabalhava muito, o dia todo, e quando se aposentou teve essa necessidade de ficar em casa, só sai se precisar mesmo.

Ele se define como um cidadão comum com uma formação moral muito forte por ter um pai rigoroso, gosta muito de ler (lê todos os dias), geralmente lê romances. Todas as tardes também senta com sua esposa para lerem juntos algum livro de teoria.

Galeno pergunta então por que e para que as pessoas leem livros de literatura. O convidado afirma que raramente elas leem, trazendo um dado de Marcelo Aquino que em uma feira em Ribeirão disse que no Brasil são apenas 3.500 leitores de literatura e Marcelino disse a ele que são menos ainda. O convidado afirma que ler literatura é uma experiência estética, o gosto pela palavra e as pessoas preferem muitas vezes assistir ao filme, leem ficadas na história e não na combinação das palavras, na inovação daquele texto etc.

Ele diz que precisamos avaliar dois aspectos de uma história, o que é dito e como é dito. Uma boa história bem contada tem uma linguagem bem adequada ao tema, mas uma pobre história também pode ser uma literatura, dependendo de como a linguagem é usada. Cada história também tem o próprio "como é dito", não é um padrão para todo texto literário.

Galeno cita o livro premiado de Menalton, "À sombra do Cipreste", e como os idosos que participam dos encontros promovidos por ele começaram a conversar sobre o livro. Ele cita um depoimento de Pedro Bial que leu o livro para uma entrevista que faria com o autor e disse que ganhou uma noite porque começou a ler o livro tarde e não conseguiu parar. Voltando então aos idosos, Galeno diz que eles trouxeram reflexões da infância, brincadeiras, conversas que eles agora avós tinham com seus

avós na infância, colocando a necessidade da reflexão sobre a natureza humana, sobre como os adolescentes enxergam as pessoas idosas, as percepções sobre o fim de um legado. Galeno pergunta então se o autor acha que mergulhar em suas personagens pode funcionar como um processo terapêutico.

Menalton diz que o escritor não escreve para algum resultado, seu único objetivo é causar alguma emoção. Ele diz que a literatura não traz uma solução, não aponta um caminho, ela abre muitos caminhos e o leitor escolhe qual tomar. O escritor, segundo ele, escreve porque não está satisfeito com o mundo, todo escritor quer mudar o mundo propondo problemas, reflexões e, principalmente, causando emoções. Então ele diz que as pessoas fazem reflexões diferentes, podem levar a algo terapêutico ou não, dependendo da visão de mundo de cada leitor.

O autor cita o livro de Johann Wolfgang von Goethe, “Os sofrimentos do jovem Werther”, e como causou uma onda de suicídios em determinada época, o que com certeza não era a intenção do autor, mas hoje em dia já não tem o mesmo efeito porque as pessoas têm um contexto diferente e isso traz interpretações diferentes. Galeno traz a reflexão de suicidólogos sobre esse livro. Ele afirma que a literatura angustia, provoca, traz liberações de emoções, mas que, nesse caso, estudos trouxeram que pode não ter sido o livro em si, mas a glamurização do suicídio que passou a existir na jovem intelectualidade,

Galeno pede para o convidado contar sobre como foi impactado ao fazer um trabalho em alguns presídios. Ele começa contando uma história sobre o marido de uma amiga ter dito que o governo deveria colocar todos os presos em um navio e afundar, porque geram gastos. O autor disse que não tinha esse preconceito, mas nunca tinha tido contato com ele, com esse pensamento das pessoas de que os presos são todos iguais, se estão lá é porque cometeram um crime.

Menalton então afirma que não são todos iguais, ele teve uma grande surpresa com essas diferenças, com como eles abordavam os livros, com como lá dentro é um mundo igual ao nosso. Após pagar pelo que fizeram, volta a ser um cidadão comum. O convidado defende que todo ser humano pode mudar em algum momento e pode ser para melhor. Sofremos influências de outras pessoas, de contextos em que vivemos etc. Ele conta sobre um rapaz que estava escrevendo um livro sobre técnicas de RH, um livro completo e que ele queria lançar quando saísse da prisão. Outro rapaz que era pintor e presenteou o autor com duas telas.

O convidado afirma que a literatura mostra o lado humano das coisas, uma pessoa pode ser impactada por alguma personagem e mudar de vida. O autor não cria o livro para mudar a vida do leitor, é o leitor quem decide se ele vai mudar e como.

Menalton encerra a live lendo o último capítulo de seu romance “Noite Adentro”, um romance que encerra uma trilogia.

Título: Outubro Rosa: a contribuição da biblioterapia para a saúde emocional da mulher?

Data de transmissão: 25/10/2021

Visualizações: 425

Número de likes: 93

Tempo de duração: 1hr02min55s

Convidado: Luciana Zoccoli, Biblioterapeuta, especialista em Arte, Educação e Terapia

Link:

https://www.youtube.com/watch?v=uPFtbeX4h1w&list=PLOlqTgxoQ5DvWK7D_6x-z1T3klpU6TX6B&index=16

Data de acesso: 05/03/2022

Discussão:

Galeno começa perguntando à convidada como ela enxerga os desafios que as mulheres têm hoje em dia para manter o equilíbrio emocional. Luciana diz que a Biblioterapia nos abre um tempo e espaço para cuidar do nosso equilíbrio emocional, o que é importante, principalmente para as mulheres que cuidam da casa, dos filhos etc. Ela lê uma poesia para ilustrar essa “fuga”, o olhar para conosco que a literatura nos proporciona.

Galeno pergunta se Luciana enxerga um paralelo da vida da mulher com a situação em um avião quando somos orientados em casos de despressurização a colocar a máscara em nós mesmos antes de ajudar outras pessoas. A convidada afirma que essa relação é válida, uma vez que a mulher precisa ser uma boa filha, esposa, mãe, dar conta de tudo do dia a dia, o que traz essa turbulência. Ela traz então o chamado por ela de estado de silêncio, onde as mulheres precisam silenciar essas vozes externas e acordar a voz de dentro, o que pode ser proporcionado através da Biblioterapia.

Luciana diz que esse silêncio pode trazer uma oxigenação, arejar, respirar as palavras, mostrar imagens com calma, fazer leituras com calma e o silêncio na roda de Biblioterapia também é importante.

Ela realiza rodas de Biblioterapia online, escolhe os livros e leva imagens de apoio para as sessões. Cada roda é diferente, tem um tom diferente e ela diz que não tem preconceito de leitura. A convidada afirma que os textos nos trazem sentimentos, vivências esquecidas, coisas que estavam escondidas, coisas que teremos que trabalhar depois da roda. Ela forma os grupos através de divulgações online, através de seus livros publicados as pessoas também podem conhecer seu trabalho como biblioterapeuta etc. Ela leva outros textos para relacionar com a leitura principal, imagens, músicas. O trabalho de Biblioterapia, para ela, é intuitivo. Cada pessoa vai trabalhar de uma forma e cada pessoa atendida se identifica mais com uma ou com outra.

Luciana traz a ideia de que na roda de Biblioterapia descobrimos que temos necessidades. As pessoas muitas vezes entram em desequilíbrio porque suas necessidades não estão sendo atendidas e elas podem descobrir isso através dos textos e buscar maneiras de se auxiliar, olhar para si, agarrar ou soltar algo, soltar um ciclo. Suas rodas também têm homens às vezes, mas são mais voltadas para mulheres e suas necessidades. Muitas vezes as mulheres estão resolvendo as coisas do dia a dia e se desconectam de si. Quando se conecta, pode trazer sentimentos novos, fazer ressurgir alguns escondidos, trazer novas necessidades, algumas esquecidas. A convidada traz a importância da pausa, do parar para arejar, respirar. Ela diz que hoje em dia suas rodas não são especificamente para mulheres, os textos são para seres humanos. Alguns textos são muito mais voltados para mulheres e ela acaba fazendo uma roda específica, mas gosta do olhar que os homens também podem trazer em determinadas conversas, traz um equilíbrio nas reflexões.

Galeno pergunta se a convidada sente diferença em questão de idades. Luciana diz que seu público nas rodas online são adultos, geralmente da sua idade mesmo e não sente diferença, sempre prepara um material para adultos, mas traz a história do primeiro homem que participou de sua roda que foi um menino de 12 anos, filho de uma amiga. Essa roda estava sendo presencial e ele pediu para participar, fez muitas perguntas e ficou surpreso por ela ter os livros e materiais que pudessem respondê-las, o que a encantou pela forma como ele participou da roda, ela diz que foi uma das rodas mais lindas que já teve.

Luciana diz que só teve apenas duas rodas presenciais e começou a realizar o trabalho online por conta da pandemia, o que é bom para ter pessoas de vários outros lugares do Brasil, até de fora do país, mas também gosta do contato presencial. Ela mostra seu livro “A dança do ar”, ilustrado por Fabiana Bonora, e diz que quando escreve também tem o lado terapêutico da literatura. Ela também afirma que pode alcançar as pessoas fisicamente através de seus livros, mesmo agora na pandemia, com a entrega personalizada pensando na experiência de quem vai receber.

Galeno pergunta como a convidada relaciona a biblioterapia com suas aulas de danças circulares. Ela diz que vai intercalando, levando textos para abrir ou fechar a aula, sempre sobre dança. Ela também faz coreografias e algumas são baseadas em textos que leu.

A convidada encerra a live com uma poesia para as mulheres.

Título: O vício por livros é benéfico? Uma visão da psicanálise, com Maria Luiza Salomão

Data de transmissão: 18/10/2021

Visualizações: 499

Número de likes: 106

Tempo de duração: 1hr06min19s

Convidado: psicóloga e psicanalista Maria Luiza Salomão

Link:

https://www.youtube.com/watch?v=hAHIGK2w3CA&list=PLOlqTgxoQ5DvWK7D_6x-z1T3kIpU6TX6B&index=15

Data de acesso: 12/03/2022

Discussão:

A convidada, respondendo uma pergunta de Galeno, inicia a live falando que também é viciada em livros. Lê o tempo todo e tem livros por toda a casa. Galeno cita um estudo da Unesco que diz que, para você ser um leitor, precisa ter uma família leitora ou ter acesso a boas bibliotecas, boas livrarias, escolas boas ou ter projetos em sua cidade voltados à leitura.

Galeno pergunta à psicanalista se o vício nos livros pode ser considerado um vício do bem e ela reflete um pouco sobre o assunto, dizendo que nunca pensou nos livros como um malefício, tendo sua marca importante de transmissão de conhecimento. Ela diz que a palavra vício carrega um significado pesado e pensou

que não conseguia encontrar algo de maléfico nos livros, afirmando que eles são descobertos pela paixão das pessoas.

Ela conta também sobre o livro “História da Leitura”, de Alberto Manguel, pelo qual ela se apaixonou. Manguel acumulou durante a vida 38 mil livros e Galeno conta que teve a oportunidade de perguntar ao autor se ele lidava bem com tantos livros. O autor respondeu que não tinha dificuldade e ainda carregava todos juntos para cada lugar em que fosse morar. Anos depois ele doou seus livros.

Maria Luiza pergunta então, como poderíamos chamar alguém como Manguel de acumulador? A psicanalista cita uma frase dele onde o autor diz não sentir culpa pelos livros que não leu e que eles o esperariam até o fim de seus dias. Então, ela não consegue encontrar nada de maléfico nesse vício pelos livros, diz que eles são como nossos amigos. Ela ainda diz que, se não os usamos, alguém irá usar.

Galeno conta que criou o hábito de doar sempre os livros que ia acumulando e guardar em um cantinho apenas alguns que gostava mais. Sempre terminava um e já pegava outro para ler. Também conta sobre o costume que muitos leitores têm de carregar muitos livros consigo e que ele resolveu esse “problema” com os recursos digitais. Maria Luiza conta que começou a usar o recurso digital também para viagens, já que sempre levava muitos livros porque não sabia o que iria querer ler, mas acabava comprometendo a bagagem. Porém, ela diz não gostar muito do formato digital, principalmente porque gosta de escrever nos livros.

A convidada conta, respondendo uma pergunta de Galeno, que tem muitos livros de cabeceira. Ela diz que sempre tem um livro de poesia que lê em fragmentos, sempre um romance também. A psicanalista diz que separa uns 40min a noite para ler, de manhã também lê, durante o café da manhã... segundo ela, 10min lhe rende muita leitura e ela aproveita todos os momentos que puder.

Maria Luiza conta sobre seus projetos onde pratica a Biblioterapia. Ela conta sobre projetos que abriram geladeiras em várias unidades de saúde, onde as pessoas podiam pegar o livro, levar para casa, devolver depois ou até trocar por outro. Ela acredita que o livro ajuda na construção ética do indivíduo e gosta de fomentar essa paixão pela leitura. A convidada também conta sobre a degustação literária, onde a biblioteca vira um restaurante. A entrada e a sobremesa são peças instrumentais feitas por instrumentistas de onde ela atua, em Franca, e o prato principal é ela, que dramatiza livros sempre de autores da língua portuguesa (não necessariamente do Brasil). O público é sempre heterogêneo.

Ela também dá aula de psicanálise e diz que sua preocupação é sempre a transmissão de uma forma saborosa, para que a pessoa comece a gostar do livro, do autor. Ela diz que é sempre importante que sejamos tocados e na degustação literária isso acontece muito, as pessoas vêm contar para ela que foram tocadas por aquela leitura. A convidada diz que a leitura desenvolve a empatia, algo que precisamos muito, porque temos acesso a culturas diferentes.

Maria Luiza diz que as geladeiras foram fechadas por conta da pandemia, mas que antes as pessoas contavam que estava tendo muita movimentação, as pessoas estavam lendo, levando para casa, e ela pretende voltar com o projeto assim que puder. Galeno conta sobre a abertura que faz também em vários lugares e se surpreende com o cuidado que as pessoas têm com os livros em um acampamento de sem-teto. A convidada diz que isso contraria a ideia que muitas pessoas têm de que brasileiro não lê e que realmente é difícil ter acesso se você não cria essa paixão pela leitura.

Galeno também traz a visão elitista que muitas pessoas têm sobre a leitura, de que só as pessoas que têm mais educação e condições financeiras leem, mas que ele via principalmente em visitas a escolas públicas essa paixão que os professores transmitiam aos alunos. A convidada diz que se sentiu chamada para passar essa paixão também para as outras pessoas, é chamada por professores também para visitar algumas escolas e ela gosta muito de ir.

Maria Luiza conta que tem feito algumas lives, a degustação literária que faziam na biblioteca também ficou online por conta da pandemia. Ela gosta sempre de explorar autores brasileiros.

Galeno pergunta qual dica ela dá para as pessoas que estão se preparando para o fim da pandemia e a primeira dica que ela dá é “esquecer” o livro em algum lugar, praças, ônibus... para que outras pessoas encontrem. Ela também dá a dica de presentear as pessoas com livros em datas comemorativas, dizendo que dar um livro de presente é um elogio para a pessoa que vai recebê-lo. A psicanalista também defende a ideia de que cada época tem um livro que deve ser lido e, para os jovens de agora, recomenda o livro “1984”, de George Orwell, que foi um livro que a marcou muito, mostra que temos limites para sustentar nossa ética e ela acha importante para entendermos o mundo atual.

A convidada conta que nasceu em uma cidade pequena onde não tinha muito o que fazer, então ela lia muito. Ela diz que a leitura é uma experiência emocional

transformadora, dependendo de como você se coloca em relação ao livro. A leitura é um encontro íntimo entre você e o autor e a convidada diz ser muito interessante a Biblioterapia por conta disso.

Título: Como a Biblioterapia pode ajudar na prevenção do suicídio, vamos falar sobre isso?

Data de transmissão: 06/09/2021

Visualizações: 568

Número de likes: 118

Tempo de duração: 1hr04min39s

Convidado: psicóloga e psicanalista Juliana Bessa, especialista em luto, prevenção e pós-venção em suicídio

Link:

https://www.youtube.com/watch?v=sQ65sozwjsc&list=PLOlqTgxoQ5DvWK7D_6x-z1T3kIpU6TX6B&index=13

Data de acesso: 12/03/2022

Discussão:

Juliana inicia dizendo que gosta de livros, eles fizeram parte da sua vida toda e a salvaram em sua adolescência. Desde antes de conhecer a Biblioterapia, ela já sentia um jeito de se entender e se superar pela literatura. Galeno diz que é muito importante, na Biblioterapia, que o biblioterapeuta tenha essa relação com o livro.

Galeno perguntou à psicóloga como ela introduziu o livro em seu trabalho. Ela responde que já indicava os livros para seus pacientes ou conversava sobre alguma leitura que eles traziam antes mesmo de conhecer a Biblioterapia. Depois, ela começou observando a dificuldade que os adolescentes tinham dificuldade em abordar alguns assuntos nas sessões terapêuticas e ela lembrou uma vez de um livro que tinha relação com a história de um paciente, então ela o recomendou, ele disse que realmente fez sentido e começou a conversar sobre, então pensou que deveria ter alguém que falasse sobre essa relação do livro com a psicologia já que era algo que funcionava muito bem.

Ela diz que também recomenda filmes para seus pacientes, também tem um paciente que tem uma relação muito forte com a fotografia e acredita que as artes em geral podem ser usadas para esse fim terapêutico. Juliana diz que essa relação funciona com todos, principalmente com as pessoas mais velhas, com os idosos que

encontram no livro um companheiro. Ela diz que o segredo para a aplicação com adolescentes é entender o que eles gostam, o que está em alta no momento na faixa etária deles, ler o que eles leem.

Galeno pergunta o motivo dos adolescentes gostarem tanto de terror e se tem algum risco de trabalhar um livro de terror com eles. A psicóloga diz que não tem uma explicação científica para isso, mas ela observa que existe uma identificação com o diferente, já que geralmente todos na história são iguais e existe um monstro, um vampiro que é o diferente de todos. Na adolescência o corpo muda, a relação com as pessoas muda, então eles têm essa identificação com o diferente e essa busca em entender essas mudanças.

Juliana diz que os livros podem contribuir muito no enfrentamento ao suicídio e é dividido por idades. Tem uma taxa alta de suicídio em crianças e adolescentes e os livros podem auxiliar os pais que não sabem como conversar com seus filhos que estão enfrentando algum problema. Como a maior parte das pessoas que cometem suicídio têm algum transtorno, principalmente depressão, nos livros podemos encontrar outras saídas. A psicóloga diz que essas pessoas precisam ser acompanhadas não só por biblioterapeutas, mas por outros profissionais como psiquiatras, mas os livros podem auxiliar muito nesses acompanhamentos, principalmente para conversar melhor sobre a situação.

Os adolescentes principalmente são mais impulsivos e a psicóloga explica que, quando chegam perto do suicídio, existem o que eles chamam dos “3 is”: a dor se torna insuportável, interminável e inescapável. Os livros podem trazer uma nova perspectiva para a vida da pessoa, a personagem pode ter um desfecho diferente e abrir os olhos para novas possibilidades, mostrar que aquilo pode se resolver e ter um caminho novo e melhor.

Galeno pergunta sobre os livros que às vezes não tem esse final feliz para a personagem, se ele pode ajudar ou atrapalhar nesse tratamento. A psicóloga responde que esses livros podem ser usados como prevenção, trazendo uma sessão de prevenção nas escolas, para que os adolescentes tenham um espaço aberto para conversar sobre isso. O que pode prejudicar, segundo ela, são livros que mostrem formas de suicídio ou que tenham a glamuralização do suicídio. Então, ela diz que é muito importante ler o livro com atenção e pensar nessa possibilidade já que na roda de conversa poder ter alguém que só queira conversar ou alguém que já pense na possibilidade.

Uma telespectadora da live pergunta se o clima pode interferir no número de suicídios. Juliana diz que já foi discutido isso e que em países onde não tem muita incidência de sol pode acontecer mais, mas o suicídio é muito fatorial, são vários motivos que podem levar a pessoa a isso e é uma gota d'água que pode levar a ele de fato, mas existem muitos outros acontecimentos por trás.

Galeno pergunta à convidada como é o trabalho com o público mais jovem e também com as pessoas mais velhas. A psicóloga afirma que os idosos são o grupo de maior risco ao suicídio, mas recebem pouca atenção sobre esse assunto. O índice anual de idosos que cometem suicídio é de 1.200 pessoas e a Biblioterapia em grupo pode ajudar nesse fator agravante. Juliana afirma que, quando estão chegando ao suicídio, é possível perceber nos idosos a percepção de que estão perdendo a autonomia e se sentem mais excluídos da sociedade, então, com a Biblioterapia em grupo eles se sentem mais pertencentes a algo.

Juliana responde a uma pergunta, voltando ao fato da glamurização do suicídio. Ela diz que tem o suicídio por contágio, mas ele não acontece do nada assim que a pessoa lê o livro. Os livros podem ter a descrição do suicídio e em filmes isso também pode ser mostrado, além de mostrar a reação das pessoas diante do acontecimento e tudo isso é levado em consideração por uma pessoa que já está pensando nisso. Quando acontece com uma pessoa famosa, é passado o tempo todo na mídia. A psicóloga afirma que a pessoa que comete suicídio ela quer apenas o fim da dor e não se dá conta de que será também o fim da vida, mas nos filmes, quando existe a glamurização, é mostrado que tudo se resolve após a pessoa cometer tal ato. Quando os lugares em que as pessoas vão para cometer suicídio são muito divulgados, quando a imprensa divulga as cartas deixadas, isso pode ser um gatilho para pessoas que pensam nisso.

É citado na live o livro, que depois virou série, "Os 13 porquês", onde a adolescente que cometeu suicídio deixou 13 fitas gravadas, uma para cada pessoa que fez algo a ela que a levou a isso. Juliana diz que foi uma glamurização do suicídio e os estudos sobre os efeitos desse livro e principalmente da série foram feitos apenas 2 anos depois. Mas ela diz que o livro também pode ser trabalhado com o foco na prevenção ao suicídio com adolescentes, conversando se aquilo é um gatilho para algum deles e o terapeuta terá que estar preparado para dar o direcionamento e o acolhimento caso o gatilho aconteça para alguém da roda.

Galeno pergunta então o que a convidada faz nessas situações. Ela diz que é muito importante nunca levar na brincadeira e sempre acreditar que a pessoa vai sim fazer, não é apenas uma ameaça. Ela diz que existem sinais que ficam claros antes e alguns que só após a pessoa já ter cometido suicídio. Ela diz que você precisa conversar com a pessoa após o encerramento da roda, encaminhar para um psicólogo ou atendê-la caso você seja psicólogo, é importante ter o contato com os pais, professores, se já for adulto e não ter um suporte, você mesmo marcar uma consulta para a pessoa. Juliana diz que é muito melhor pecar pelo excesso e não deixar a pessoa ir embora pensando no que poderia fazer. Ela diz que é muito importante que a pessoa tenha também um acompanhamento psiquiátrico e não só com psicólogo.

Galeno pergunta como é o cuidado com pessoas que eram próximas de alguém que cometeu suicídio. A convidada diz que tem dois grupos, um para pessoas que eram próximas de alguém que faleceu de outras formas e outro para pessoas próximas de alguém que cometeu suicídio, que ela chama de sobreviventes.

Respondendo a uma pergunta feita, Juliana afirma que existem grupos de risco à suicídio que são idosos, adolescentes, principalmente se forem homossexuais e que os sinais são muitos. Às vezes podem dizer abertamente que querem morrer, dizer que querem dormir para sempre... e podemos sempre perguntar abertamente, sem medo de usar a palavra suicídio, dar o apoio devido à pessoa.

Juliana fala um pouco também sobre a pós-venção. No Brasil ainda tem pouco conhecimento sobre, principalmente porque às vezes a família tem vergonha de falar sobre, mas alguém que era próximo a uma pessoa que cometeu suicídio se torna propensa a cometer também e precisa ser tratada da mesma forma. A psicóloga cita uma série de livros que chama "Os sobreviventes", que são contos de sobreviventes, de pessoas que contam sobre a dor de perder alguém, e ajudam muito nesse tratamento.

Juliana diz que a depressão pode ser genética. O suicídio pode ser causado pela depressão e ela sim é uma questão patológica, mas não o suicídio. Ela também afirma, respondendo a uma pergunta, que a vida que as pessoas expõem nas redes sociais ou o cyberbullying que os adolescentes sofrem podem ser gatilhos para as pessoas hoje em dia.

Ela finaliza a live dizendo onde a pessoa pode pedir ajuda com urgência. Ela disse que não é no país todo que tem um suporte acessível e rápido, mas tem o CVV (Centro de Valorização da Vida) que tem um atendimento rápido e também por chat,

as pessoas podem chamar o SAMU, é importante também não comparar a dor da pessoa com outras que você acha que são maiores. Mas o caminho mais rápido, segundo ela, é o CVV.

Título: Odisseias literárias: a contribuição da Biblioterapia para a qualidade de vida

Data de transmissão: 28/06/2021

Visualizações: 610

Número de likes: 99

Tempo de duração: 1hr11min13s

Convidado: Bibliotecária, Socióloga e Psicanalista Rejane Albuquerque

Link:

https://www.youtube.com/watch?v=1WDNfkGQHUE&list=PLOlqTgxoQ5DvWK7D_6x-z1T3klpU6TX6B&index=12

Data de acesso: 19/03/2022

Discussão:

A convidada inicia a live dizendo que a literatura é um reflexo das nossas vidas e as histórias que se emaranham com as nossas histórias são o que promovem a catarse. Ela também diz que a Biblioterapia só pode ser aplicada se antes a vivenciamos e ela é um remédio para a alma. Rejane fala sobre a vivência no mundo corporativo, onde temos muita pressão e estresse por conta do ritmo acelerado, o que pode gerar ansiedade e depressão. Nesse sentido, ela diz que precisamos pensar no que fazer, como contribuir para melhorar a qualidade de vida das pessoas, oferecendo atividades que proporcionem essa melhoria.

Rejane diz que gosta muito de literatura. Ela não tem esse costume desde a infância e começou a pegar o amor pelos livros quando cursou Sociologia e Biblioteconomia, mas hoje a literatura faz parte da sua vida e ela acredita no poder que a literatura tem, então quis inserir isso em seu trabalho. Rejane diz que a literatura capacita as pessoas no ponto de vista humano, de relacionamento, porque trabalhar com literatura é trabalhar o desenvolvimento humano das pessoas, por gerar um cuidado consigo e com o outro.

A convidada diz que trabalha no tribunal promovendo o livro e a leitura do ponto de vista jurídico, mas entende que o profissional não é só conhecimento técnico, mas precisa ter uma formação humana e cultural. Ela diz que a Biblioterapia entrou em sua vida de forma pessoal e ela quis então compartilhar com outras pessoas. A prática foi

inserida em um programa de qualidade de vida que tem no tribunal onde trabalha e a convidada diz que seu surpreendeu com a adesão dos colegas.

Galeno pergunta como surgiu a oportunidade da bibliotecária inserir a Biblioterapia em seu ambiente de trabalho. Rejane explicou que essa conquista foi aos poucos e começou no dia dos pais de 2018, data em que estavam fazendo uma comemoração na biblioteca onde trabalha e ela tem um colega que é escritor, então eles fizeram uma reunião com os pais e a literatura foi um norte para ela. A convidada conta que ficou surpresa com a atenção que os pais deram para o autor e a história. Ela conta que o foco deles era mostrar como os pais podiam ter esse papel de contar histórias para seus filhos, papel que muitas vezes quem realiza são as mães.

A bibliotecária conta que percebeu que o livro seria bem vindo na instituição. Ela começou, junto com o colega escritor e a esposa dele também escritora, além de outros colegas, a realizar os encontros de forma presencial uma vez por mês, sempre relacionando o texto lido com a questão humana, a interação, o bem estar dentro da instituição (falando sobre a saúde mental no trabalho, por exemplo). Ela disse que não foi difícil convencer a chefia por já ter conquistado confiança em seu trabalho, o mais difícil foi convencer o servidor a sair de seu trabalho para ir a uma roda de conversa na biblioteca. Ela dá a dica de que é importante alinhar o projeto com os objetivos e interesses da instituição, aquilo precisa fazer sentido dentro da visão da empresa.

Rejane diz que as histórias contidas na literatura são reflexos das nossas histórias e contribuem para a saúde mental das pessoas, otimizam a comunicação e integração das pessoas. O bem estar promovido gera impacto na coletividade, no vínculo com a instituição, na produção de cada um, no bem estar dentro do trabalho, na amizade entre os colaboradores. Ela conta que tiveram muitos talentos revelados também nesses encontros proporcionados.

Galeno pergunta a Rejane quais dificuldades enfrentou no início, se os chefes não gostavam quando os funcionários saíam para esses encontros. Ela conta que não teve problemas quanto a isso, principalmente porque os funcionários voltavam para seu posto de trabalho renovados. Ela disse também que a o final de cada encontro faziam uma matéria contando como foi, com algumas falas e colocavam na internet, então todos podiam ver que era um momento importante para os colaboradores. Os encontros também eram em horários perto do almoço, além de ter um revezamento de colaboradores, cada um ia em um encontro para o outro poder cobri-lo no trabalho.

Inicialmente a literatura infantil foi usada por ser na ação de dia dos pais e pela temática que queriam abordar, mas com o tempo os materiais usados foram mudando. Também foram descobertos talentos nesses encontros, como os servidores que gostavam de escrever, e ela defende que o reconhecimento pelo seu talento também proporciona qualidade de vida. Ela deu algumas dicas também dos livros que usou para os encontros, que falam sobre questões humanas, sobre lembrar de si, já que muitas vezes focamos no trabalho e esquecemos de nós, sobre racismo, sobre a romantização da maternidade etc. Ela disse que, além desses livros, no início trabalhavam também com poemas, com contos já que não sabiam se os servidores tinham o costume de ler.

A bibliotecária conta que os encontros presenciais tinham em torno de 20, 25 pessoas. Quando passaram a ser online, esse número aumentou, mas depende também do tema que será trabalhado, da divulgação que você faz sobre o encontro. Ela disse que em um grupo grande assim, muitas vezes tem pessoas que não querem falar, mas mesmo assim a experiência é válida, já que a pessoa consegue perceber esse poder da literatura além de poder ouvir as experiências do outro.

Ao final, respondendo uma pergunta, Rejane explica que o material utilizado é escolhido baseado na temática daquele mês, como foi com o primeiro encontro no dia dos pais.

Título: Literatura e psicanálise: como os livros nos ajudam com os transtornos emocionais

Data de transmissão: 11/10/2021

Visualizações: 729

Número de likes: 133

Tempo de duração: 50min56s

Convidado: escritora e psicanalista Livia Garcia-Roza

Link:

https://www.youtube.com/watch?v=brO8CR9KMQk&list=PLOlqTgxoQ5DvWK7D_6x-z1T3kIpU6TX6B&index=12

Data de acesso: 19/03/2022

Discussão:

Lívia inicia a live respondendo a pergunta do Galeno de como ela lê o tempo de pandemia que estamos vivendo. Ela diz que essa leitura ainda está sendo feita,

cada um precisou tirar de si o novo, não sabíamos como nos restringir do outro. A maior dificuldade, segundo ela, foi perdermos o contato físico e do cotidiano com as pessoas, com o mundo externo, tivemos que nos voltar para nós mesmos e descobriremos outra maneira de viver, o que foi muito difícil porque precisamos desse contato com o outro, do carinho humano.

Galeno pergunta como a escritora foi afetada pessoalmente pela pandemia. Ela responde que foi duplamente difícil, perdeu seu marido um mês após o início do isolamento no Brasil e, quando constatou o vazio que restou, começou a pensar no que fazer e fez o que sabe fazer, escreveu um livro infantil para poder prosseguir. Ela diz que conversava muito com seu marido sobre literatura, já que ele também era escritor, e de repente perdeu a ele e ao mundo todo já que também não podia sair de casa. Para ela, então, foi uma aprendizagem da solidão, o que, segundo ela, não é ruim, mas difícil. Porém, as pessoas que escrevem, que têm esse acesso à cultura, têm a companhia das palavras que nunca abandonam.

Galeno comenta que achou muito bonita a troca que a escritora teve nas redes sociais, quantas palavras recebeu quando passou por tudo isso e também perguntou se o que ela escreveu durante a pandemia tinha relação com tudo o que estava passando. Lívia responde que escreveu 3 livros durante esse tempo e o terceiro, que estava para sair, se chama “Restos e Rastros” e tem passagens sobre esse tempo de perda que ela viveu, é um livro de posts que foram feitos durante a pandemia. Um outro livro, “Icarai”, leva o nome da cidade na qual a escritora morou na infância e conta a história de sua família.

Lívia responde a pergunta de Galeno, sobre existir ou não uma relação entre a realidade psíquica e a criação literária, dizendo que ambas lidam com a palavra, a psicanálise com a palavra escutada e a literatura com a palavra criada. A escritora também diz que as duas lidam com a interpretação, uma vez que as duas são um ato criativo.

A convidada conta que lê muito, se não lê, está escrevendo. Ela gosta muito da literatura nacional. Quando Galeno pergunta o que ela indica para quem está assistindo a live, ela diz ser muito difícil indicar um livro já que cada leitor é único, nem todo livro que ela goste, todos vão gostar.

Lívia conta que nunca indicou livros para pacientes quando exercia ainda a psicanálise. Hoje trabalha apenas com a literatura e conta que alguns pacientes entraram em contato com ela para pedir sua opinião sobre textos que eles produziam.

Ela diz, respondendo outra pergunta, que o que nos forma nunca nos abandona, então ela acaba colocando elementos da psicanálise, mesmo que de forma irracional, em suas personagens.

Galeno pergunta à convidada se autores como Clarice Lispector, Rubens Alves podem ser usados na psicanálise. Na opinião dela, não dá para fazer essa transposição, mas também não dá para negar que uma autora como Clarice Lispector transforma o leitor, produz um efeito. Ela diz que não há nada melhor do que ler uma Clarice, ou seja, permitir-se ser incomodado. Lívia diz que o livro precisa perturbar, transformar, incomodar, é um criador.

A escritora diz que um livro pode nos transformar em uma fase da vida e em outra não nos causar nada porque o tempo também faz seu trabalho, ele também nos transforma. E quando também não conseguimos ao menos terminar uma leitura em um momento da vida, mas anos depois essa leitura nos transforma, esse fenômeno acontece porque somos misteriosos, nem nós mesmos nos conhecemos, então precisamos ter paciência com nós mesmos, não dominamos as coisas e nem a nós.

3.5 Discussão dos resultados

Com a transcrição das lives podemos perceber que elas tratam diversos assuntos diferentes, desde bibliotecas escolares até mesmo bibliotecas do setor jurídico, desde crianças até idosos. A Biblioterapia abrange todas as idades e pode ser aplicada em qualquer ambiente que esteja aberto a ela.

Além disso, pode-se observar a variedade de profissionais que trabalham com a Biblioterapia. Como foi dito em nossa revisão de literatura, a Biblioterapia de Desenvolvimento, que pode ser ministrada por esses diferentes profissionais visando a cura e desenvolvimento, geralmente ministrada em grupos como foi observado nas lives.

Escritores, psicólogos, bibliotecários, psicanalistas... todos eles têm o amor pelos livros, pela leitura e também pelas pessoas. É notável o quanto amam os livros e as pessoas e o quanto se importam com cada uma das pessoas atendidas.

Cada profissional tem sua forma de ministrar a Biblioterapia, mas sempre com o mesmo fim. Eles trazem a importância de estar preparado para ministrar uma roda de conversa, uma vez que podem surgir assuntos mais delicados e o mediador precisará tratá-lo de uma forma preventiva.

A importância de se escolher o material certo para a roda de conversa certa também é evidenciada por alguns deles. A faixa etária, as condições sociais, condições econômicas, o assunto abordado, tudo isso precisa de um material certo que fale as coisas certas e traga a mensagem certa, sem causar gatilhos irreversíveis nas pessoas.

Alguns trabalham assuntos diversos, outros já têm assuntos mais direcionados e a questão do suicídio e da depressão foram tragos muitas vezes pelos convidados. São assuntos que sempre foram delicados e que ainda mais no contexto pandêmico devem ser olhados com mais cuidado.

Os convidados também trouxeram relatos de como se adaptaram à pandemia, como passaram a realizar os encontros de forma online ou de como precisaram parar os encontros e o quanto as pessoas sentiam falta deles.

Os temas trazidos nas lives foram todos muito pertinentes e interessantes para o aprofundamento na prática biblioterapêutica e de grande ajuda para pessoas que querem seguir por esse caminho, principalmente as dicas dadas pelos convidados podem ajudar muitos quem ainda está começando.

Os profissionais se adaptaram ao contexto pandêmico, aprenderam e ensinaram seus pacientes a utilizar as plataformas digitais, fizeram ótimas divulgações e ampliaram seu público muitas vezes restrito a colegas de trabalho, alunos de uma escola ou pacientes de um hospital. Essa ampliação do público é muito boa para que mais pessoas conheçam a prática e também possam ser tratadas.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pergunta de pesquisa que se pretendeu responder com esse projeto foi: Como foram promovidas as práticas da Biblioterapia durante a pandemia da COVID-19? Essa pergunta foi respondida na medida em que foi possível identificar diversas iniciativas feitas durante a pandemia com o objetivo de trazer um refúgio para as pessoas, uma vez que as rotinas mudaram, as pessoas não podiam mais sair, encontrar amigos e família e precisavam desse cuidado com a saúde mental. Também identificamos como cada prática se inseriu nesse novo contexto, com convidados dando dicas de quais plataformas usaram.

As sessões de Biblioterapia foram muito importantes nesse contexto para que as pessoas pudessem interagir com outras, pudessem conversar sobre o que estavam sentindo, compartilhar e ouvir também que tinham outras pessoas passando pelo mesmo.

O contexto pandêmico pode causar ou agravar quadros de depressão e ansiedade e não são todas as pessoas que têm condições financeiras para um acompanhamento com psicólogo e psiquiatra, então ter uma forma de tratamento gratuita e online nesse período é de extrema importância.

Os objetivos da pesquisa foram: identificar e apresentar iniciativas de atividades de Biblioterapia no contexto da pandemia, que tenham sido desenvolvidas remotamente; introduzir a Biblioterapia nos estudos informacionais; apresentar o contexto pandêmico e seus desdobramentos psicológicos na sociedade; localizar e analisar experiência de prática Biblioterapêuticas desenvolvidas na pandemia, especificamente as atividades desenvolvidas pelo projeto desenvolvido por Galeno Amorim.

Eles foram atendidos uma vez que analisamos o Canal do Galeno onde estão as lives de Sessão de Biblioterapia com muitas práticas biblioterapêuticas no contexto da pandemia. As lives foram analisadas e suas discussões estavam pautadas em problemas que surgiram ou se agravaram no contexto pandêmico, como depressão, ansiedade, a solidão principalmente dos idosos.

Concluimos com essa pesquisa que as lives analisadas foram muito boas para sistematizar os trabalhos feitos durante a pandemia, além de nos mostrar como os livros podem melhorar a saúde mental das pessoas, como podem proporcionar muito mais do que imaginamos.

A Biblioterapia é muito importante para a saúde pública, uma vez que nos mostra não apenas onde os livros podem nos levar, mas o que podem nos proporcionar, como podem auxiliar na cura e trazer conforto em um momento em que nossas vidas mudaram drasticamente e muitas pessoas adoeceram, muitas perderam familiares e amigos.

A pandemia trouxe a necessidade de adaptação a uma nova rotina, a um novo modo de trabalhar, a um novo modo de ver as pessoas e a Biblioterapia também precisou se adaptar a isso. Com essa pesquisa, pudemos ver que os profissionais se adaptaram bem a esse novo contexto e fizeram com que a Biblioterapia alcançasse ainda mais pessoas.

5. REFERÊNCIAS

JUNIOR, G. A. Currículo do sistema Currículo Lattes. Disponível em: <<http://lattes.cnpq.br/5682043988181944>>

AZEVEDO, F. F.; OLIVEIRA, K. H. Práticas e discursos acadêmicos sobre biblioterapia Desenvolvidas em Portugal. Universidad do Minho, Portugal, jul./dez. 2016.

Biblioterapia. Wikipédia, a enciclopédia livre, 2018. Disponível em: <<https://pt.wikipedia.org/wiki/Biblioterapia>>. Acesso em: 21/06/2021.

BORTOLIN, S.; SILVA, S. da. Biblioterapia no âmbito hospitalar. Londrina, v. 5, n. 1, p. 52 – 74, jan./jun. 2016. Disponível em: <<http://www.uel.br/revistas/infoprof/>>

BRUNA, M. H. V. Transtorno de estresse pós-traumático. Disponível em: <<https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/transtorno-do-estresse-pos-traumatico/>>

CALDIN, C. F. Biblioterapia: atividades de leitura desenvolvidas por acadêmicos do curso de biblioteconomia da Universidade Federal de Santa Catarina. Biblios, Peru, v. 6, n. 21 – 22, p. 14 – 25, 2005.

Como lidar com a raiva. Traduzido e adaptado por Ana Martins. Gabinete de Apoio Psicopedagógico, 2009. Disponível em: <https://ciencias.ulisboa.pt/sites/default/files/fcul/institucional/gapsi/Como_lidar_com_a_raiva.pdf>

Conceito de ansiedade. 2011. Disponível em: <<https://conceito.de/ansiedade>>

Conceito de medo. 2012. Disponível em: <<https://conceito.de/medo>>

Depressão. Biblioteca Virtual em Saúde, mar. 2005. Disponível em: <[Depressão | Biblioteca Virtual em Saúde MS \(saude.gov.br\)](http://Biblioteca_Virtual_em_Saude_MS_(saude.gov.br))>

GUEDES, M. J. Covid-19: o que aconteceu em um ano de pandemia no Brasil e no mundo? Jun. 2021. Disponível em: <<https://www.politize.com.br/covid-19-um-ano-de-pandemia/>>

O que é uma pandemia. Jul. 2021. Disponível em: <<https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/1763-o-que-e-uma-pandemia>>

PEREIRA, A. N. Biblioterapia no SUS: um projeto de lei. Brasília, 2014. Disponível em: <https://bdm.unb.br/bitstream/10483/22705/1/2014_AlineDoNascimentoPereira_tcc.pdf>

Projeto de Lei nº 4186/2012. jun. 2012. Disponível em: <<https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/fichadetramitacao?idProposicao=551578>>. Acesso em: 25/06/2021.

RODRIGUES, T. R. C.; SANTOS, T. L. S.; DAMASCENO, C. M. D. Biblioterapia: um relato de experiência em um hospital universitário. 2017. Disponível em: <http://www.editorarealize.com.br/editora/anais/congrecpics/2017/TRABALHO_EV076_MD4_SA4_ID1508_28082017132145.pdf>

SEITZ, E. M. Biblioterapia: uma experiência com pacientes internados em clínicas médicas. Revista ACB: Biblioteconomia em Santa Catarina, Florianópolis, v.11, n.1, p. 155-170, jan./jul., 2006.