

Biblioterapi

Andrian Pramadi

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

Definisi: Biblioterapi adalah teknik yang menggunakan cara membaca pustaka. Keyakinan bahwa membaca dapat mempengaruhi sikap, perasaan, dan perilaku seseorang sudah setua kebiasaan membaca itu sendiri. Biblioterapi meliputi pembacaan pustaka terpilih, yang direncanakan dan dilakukan sebagai prosedur perawatan dengan tujuan-tujuan terapeutik. Ini bukan teknik esoterik—yang diketahui dan dipahami beberapa orang tertentu saja—tetapi didasarkan pada pengakuan dari proses dinamik yang berlangsung di dalam diri pembaca.

Dalam pustaka profesional, Biblioterapi biasanya dinyatakan sesuai tujuannya. Tujuan teknik ini dan nilai-nilai yang dihubungkan dengan tujuan tersebut banyak sekali, sehingga menciptakan banyak definisi. Sebagai contoh, pernah didefinisikan sebagai "teknik untuk mengembangkan prinsip-prinsip sehat dari perilaku dan pencegahan kenakalan...", atau "penyediaan bahan-bahan bacaan yang akan menolong mengembangkan kematangan emosional dan memelihara dan mempertahankan kesehatan mental." Walaupun banyak tujuannya, semua definisi memasukkan pembacaan pustaka untuk memperoleh hasil-hasil spesifik yang diinginkan.

SEJARAH.

Sepanjang sejarah, bermula dari masa-masa kuno, konsep pertumbuhan lewat membaca telah terbukti melalui berbagai tulisan. Walaupun nilai buku telah diakui sejak lama, konsep yang mendasari Biblioterapi tidak dikenal secara formal sampai abad ke dua puluh.

Di antara pakar-pakar pertama di Amerika yang mengawali Biblioterapi adalah dua dokter, Benjamin Rush pada 1815 dan John Minson Galt pada 1853. Mereka merekomendasikan membaca sebagai bagian dari rencana perawatan pasien. Pada 1904, cara ini diakui sebagai aspek keperustakaan, dan kemitraan pertama antara keperustakaan dan psikiatri dimulai pada McLean Hospital di Waverly, Massachusetts. Para pakar yang lain, seperti para pendidik dan psikolog, menjadi tertarik pada subjek itu.

Selama beberapa dekade berikutnya banyak artikel tentang Biblioterapi telah dipublikasikan. Walaupun banyak dari tulisan-tulisan tersebut mengindikasikan ketakpastian dan spekulasi tentang konsep baru tersebut, namun suatu kecenderungan yang pasti menuju perluasannya cukup jelas. Eksplorasi pendekatan-pendekatan baru telah diteliti, dengan aplikasi-aplikasi praktis