



2026/1



Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka  
im. Komisji Edukacji Narodowej  
w Warszawie



### **Szanowni Państwo!**

Publikujemy dla Państwa pierwszy w bieżącym roku numer naszego półrocznika. Jego celem jest przybliżyć biblioterapię wszystkim wykorzystującym ją w pracy, w budowaniu relacji, edukowaniu dzieci i młodzieży, a także w samorozwoju i dbaniu o własny dobrostan. Nasze artykuły kierujemy przede wszystkim do terapeutów, bibliotekarzy, pedagogów i nauczycieli, psychologów, a także tych lekarzy, którzy chcą zaordynować swoim pacjentom określone lektury, wspierające proces leczenia i terapii. Proponujemy rodzicom materiały wspomagające wychowanie i rozwój dzieci, a także odpowiadające na potrzeby związane z różnymi obciążeniami oraz zagrożeniami współczesnego życia.

**Słowo** ma potężną moc, może leczyć, ale też ranić. Uczmy się wykorzystywać je mądrze, uważnie i z wrażliwością.

**Emocje** rezonują w każdym człowieku i, niezależnie czy są przyjemne, czy też trudne, wszystkie powinny zostać nazwane, przyjęte, oswojone, oraz uzyskać przestrzeń do ich odczuwania.

**Ukojenie** jest tym, czego współczesnemu, zabieganemu i skoncentrowanemu na nadmiarze bodźców, światu potrzeba, aby móc zregenerować utraconą energię. Dobrostan człowieka to podstawa zdrowia psychicznego, którego narastający kryzys obserwujemy. Chcemy dać Państwu narzędzia do zadbania w pierwszej kolejności o siebie – to pierwsza zasada ratownika – a potem poniesienia pomocnego słowa w świat ludzkich emocji.

Mamy nadzieję, że każdy znajdzie tutaj coś dla siebie – właściwe, trafiające w głąb serca słowa, sposoby na nazwanie, opanowanie i przeżycie emocji oraz ukojenie w otaczającym wyścigu oczekiwań i nadmiernej eksploatacji.

Wraz z numerem ukazuje się też dodatek *Warszawskie Wysepki Biblioterapeutyczne*, w którym znajdą Państwo obszerne zestawienie materiałów bibliotecznych do pracy z różnorodnymi tematami biblioterapeutycznymi, któremu towarzyszy indeks tematów.

*Redakcja*

Adres redakcji zmienia się od lipca 2026.

Nowy adres redakcji: [slovoemocjaukojenie@gmail.com](mailto:slovoemocjaukojenie@gmail.com)

Od redakcji .....	s. 2
Spis treści .....	s. 3
O biblioterapii słów kilka .....	s. 4
Biblioterapia specjalna dla początkujących (Agata Kyzioł-Cieślak) .....	s. 4
Biblioterapeutyczny potencjał współpracy placówek oświatowych na przykładzie projektu edukacyjno-czytelniczego <i>Z książką dookoła świata</i> (Magdalena Gójska, Edyta Malinowska, Sylwia Jaworska, Kamila Smolarek) .....	s. 17
Już wkrótce zapraszamy .....	s. 26
Relacje .....	s. 44
Relacja z konferencji <i>Biblioterapia męskim okiem: siła literatury w pracy edukacyjnej i wychowawczej (Katarzyna Gołubiew)</i> .....	s. 44
Dobrostan w biblioterapii (Agata Kyzioł-Cieślak) .....	s. 50
Scenariusze .....	s. 57
Fala, która płynie inaczej – o wyjątkowości i sile różnorodności (Natalia Celewska) .....	s. 57
Motyl z pękniętym skrzydłem – o niedoskonałości, która łączy (Natalia Celewska) .....	s. 64
Recenzje .....	s. 70
Zgubić czas w bibliotece (Barbara Szczepaniak) .....	s. 70
Niewidzialna ofiara – niewidzący świadkowie (Agata Kyzioł-Cieślak) .....	s. 73
Konkurs .....	s. 76
Strefa autora .....	s. 77

## **Biblioterapia specjalna dla początkujących**

**Autorka: Agata Kyzioł-Cieślak**

(Koło Warszawskie PTB, PBW w Warszawie)

**Biblioterapia specjalna**, w uproszczeniu, polega na odpowiednim doborze treści (książek, filmów i innych materiałów bibliotecznych) do celów terapeutycznych lub ogólnorozwojowych, a następnie umiejętnym prowadzeniu ich percepcji i dyskusji nad problemami w nich zawartymi.

Odpowiednio dobrana treść wskazuje sposoby radzenia sobie z problemami i pozytywne wzorce do naśladowania, pozwalając na identyfikowanie się z bohaterami. Zajęcia dobrze jest prowadzić w ramach zespołów zainteresowań, które można wzbogacić o elementy dramy. Spotkania powinny odbywać cyklicznie, a biblioterapeuta rozpoczynając je, inicjuje długofalowy proces biblioterapeutyczny. Program biblioterapii specjalnej powinien być dobrany dla poszczególnych uczestników indywidualnie, gdyż każdy wymaga odmiennego podejścia do jego problemów. Odbiór treści przez różne osoby także jest spersonalizowany i zależy od osobistych doświadczeń i otwarcia się na terapię, a na dobór programu ma wpływ fizyczna i psychiczna kondycja oraz postawa osoby poddawanej terapii.

Biblioterapia specjalna jest przede wszystkim kierowana do chorych i niepełnosprawnych, którzy często nie przyjmują do wiadomości utraty zdrowia, znajdują się w stanie silnego stresu, nierzadko popadają w depresję, reagują apatią lub agresją. Biblioterapia ma w ich przypadku wzbudzić potrzebę maksymalnego kompensowania swoich braków, dążenie do zadowolenia osobistego oraz chęć uczestnictwa w życiu społecznym. Istotnym celem jest eliminowanie stanu frustracji, redukcja poziomu stresu oraz dążenie do wykreowania u uczestników procesu

biblioterapeutycznego samoakceptacji mimo ograniczeń zdrowotnych przez wskazanie innych możliwości realizowania się w życiu.

Przyjrzyjmy się teraz poszczególnym schorzeniom i niepełnosprawnościom, z którymi pomaga sobie radzić biblioterapia specjalna, zaczynając od niewidomych i niedowidzących.

**Tyflopedagogika** jest nauką o kształceniu i rewalidacji, w tym także metodą biblioterapii, niewidomych, ociemniałych i niedowidzących. Nauka ta wyodrębnia dwie grupy osób z uszkodzonym wzrokiem:

- ▶ niewidomych i niedowidzących od urodzenia lub wczesnego dzieciństwa,
- ▶ ociemniałych tzn. osoby które całkowicie lub w znacznym stopniu utraciły wzrok w ciągu swojego życia.

Nieco inny podział proponuje Maria Grzegorzewska, która wyodrębnia następujące grupy osób niewidomych i niedowidzących:

- ▶ niewidomi od urodzenia,
- ▶ ociemniali,
- ▶ niewidomi i ociemniali z dodatkowym kalectwem,
- ▶ niewidomi i ociemniali z upośledzeniem umysłowym,
- ▶ niedowidzący,
- ▶ słabo widzący w wysokim stopniu, do których zaliczamy osoby posiadające zdolności widzenia tekstów czarno–drukowanych, nie korzystające z alfabetu Brajla.

Klasyfikacja ostrości wzroku pozwala wyróżnić wzrok normalny (ostrość ponad 0,3 dioptrie), słabowzroczność (ostrość 0,3-0,5 dioptrii) oraz ślepotę (ostrość poniżej 0,5 dioptrii). Ślepotę, zarówno jednooczną jak i obuoczną, dzieli się na trzy poziomy. Z pierwszym mamy do czynienia, gdy osoba dotknięta tą przypadłością ma poczucie postrzegania światła. Z kolei drugi poziom określa się mianem ślepoty umiarkowanej, a trzeci – całkowitej. Ta ostatnia oznacza znaczne lub całkowite zaburzenie widzenia, gdy, dla porównania, pole prawidłowego widzenia wynosi 2000. Stan taki może być pochodną wad oka, ale też efektem schorzeń lub uszkodzeń o charakterze mechanicznym lub neurologicznym. Pojawia się jako zjawisko wrodzone, wynikające

z niedorozwoju narządu wzroku, lub nabyte, czyli powstałe w wyniku uszkodzenia. Jako uszkodzenie wzroku traktujemy także ubytki pola widzenia, upośledzenie widzenia barw (np. daltonizm, czyli ślepotę na barwy), widzenie stereoskopowe (tzn. obuoczne), brak zdolności adaptacji do widzenia w słabym świetle (tzw. „kurza ślepotą”) oraz zdolność adaptacji do widzenia w słabym oświetleniu (tzw. widzenie nocne).

Reasumując, za osobę niewidomą uznajemy człowieka, który urodził się z tą niepełnosprawnością lub też utracił wzrok we wczesnym dzieciństwie, przed osiągnięciem 4-5 roku życia. Osoba taka nie zdobyła lub nie pamięta żadnych wrażeń wzrokowych i w dalszym życiu nie może z nich korzystać. Z kolei **niedowidzący** to człowiek, który, pomimo znacznego uszkodzenia wzroku, posługuje się nim, wspomagając się różnymi pomocami optycznymi i technicznymi. Natomiast **ociemniałym** nazywamy człowieka, który utracił wzrok w wieku późniejszym, a więc po przeżyciu przynajmniej 5 lat jako widzący, zdobyciu wielu wrażeń wizualnych i osiągnięciu znacznej sprawności fizycznej.

Niektóre niepełnosprawności łączą się, i tak jest w przypadku **głuchoniewidomych**, czyli osób, u których występuje równoczesne, poważne uszkodzenie słuchu i wzroku. Napotykają oni bardzo duże trudności w poruszaniu się, komunikacji z innymi ludźmi oraz pozyskiwaniu informacji. Osoba głuchoniewidoma nie jest w stanie zrekompensować uszkodzenia słuchu wzrokiem – jak to czynią niesłyszący, ani wzroku słuchem – jak dzieje się w przypadku niewidomych. Głuchoniewidomi potrzebują specjalnej pomocy w wykonywaniu codziennych czynności, w kontaktach międzyludzkich, w kształceniu się oraz w podejmowaniu i wykonywaniu pracy. Taką pomocą służą im przeszkoleni tłumacze-przewodnicy. Komunikację z otoczeniem umożliwiają osobom głuchoniewidomym narzędzia w postaci:

- ▶ dotykowego alfabetu Lorma,
- ▶ kreślenia drukowanych liter łacińskich na dłoni,
- ▶ znaków języka migowego,
- ▶ alfabetu palcowy głuchych, odbieranego dotykiem,
- ▶ mowy ustnej odbieranej przy pomocy aparatu słuchowego lub czytanej z ruchu warg.

Głuchoniewidomych dzielimy na cztery grupy: osoby niewidzące i słabo słyszące, osoby niesłyszące i słabo widzące, osoby bardzo słabo widzące i bardzo słabo słyszące oraz osoby zupełnie nie widzące i zupełnie nie słyszące.

Ślepotą niesie ze sobą poważne konsekwencje psychospołeczne osobom, które zostały nią dotknięte. Przede wszystkim zaburza poczucie własnej wartości, a także klasyfikację zdarzeń dobrych i złych, które mają wpływ na poziom poczucia własnej wartości. Może też być źródłem zaburzeń motywacji do działania zmierzającego do poprawy samooceny, gdyż osobom niewidomym towarzyszy poczucie inności, które zwiększa zaburzona komunikacja z otoczeniem.

Jednym z narzędzi do wspomaganiania i podtrzymywania aktywności poznawczej wzroku jest **terapia zajęciowa**, której celem jest stymulacja OUN. Jej zadaniem jest:

- ▶ akceptacja straty wzroku, potem akceptacja edukacji zmierzającej do posługiwania się sprzętami dla niewidomych,
- ▶ nauka lub doskonalenie i utrzymanie umiejętności pisania dotykowego systemem Braille'a,
- ▶ nauka i utrzymanie umiejętności orientacji i samodzielnego poruszania się,
- ▶ kształtowanie nawyków prozdrowotnych w celu podwyższania stanu zdrowia fizycznego i kondycji psychofizycznej,
- ▶ nauka i utrzymanie umiejętności wykonywania czynności życia codziennego.

Terapię zajęciową prowadzi się z użyciem metod, takich jak socjoterapia, **biblioterapia**, **arteterapia**, kinezyterapia, logorytmika i innych form, poprawiających stan psychofizyczny podopiecznych.

Kolejną grupą osób znajdujących się w obszarze zainteresowania biblioterapii specjalnej są **osoby przewlekle chore**. W każdej społeczności, zarówno szkolnej, zawodowej lub wśród osób niepracujących (np. emerytów, rencistów), są chorzy z chorobami przewlekłymi, wymagające, zwłaszcza w przypadku dzieci, wielomiesięcznej lub dożywotniej specjalistycznej opieki medycznej i odpowiedniego postępowania wychowawczego. Długotrwałość niektórych chorób oraz znaczny stopień ich zaawansowania mogą powodować zmiany rozwojowe, jak np. obniżenie poziomu sprawności intelektualnej lub ruchowej, zaburzenia koncentracji i uwagi, a także pogorszenia się procesów percepcyjnych i pamięci. W przypadku dzieci

dochodzą do tego trudności w nauce wynikające z długich absencji w zajęciach szkolnych z powodu leczenia w szpitalach, klinikach czy sanatoriach. W ośrodkach tych dzieci objęte są nauczaniem specjalnym, które dostosowane jest do zmniejszonych możliwości pacjentów, aby choć częściowo ograniczyć narastanie problemów z edukacją.

Do najczęściej występujących chorób przewlekłych zaliczamy: padaczkę, mózgowie porażenie dziecięce, alergie skórne, cukrzycę, astmę oskrzelową, gruźlicę, celiakię, leukemię, choroby narządu ruchu, choroby układu krążenia, choroby płuc i wiele innych.

Przewlekła choroba naraża człowieka, a zwłaszcza dziecko, na wiele sytuacji trudnych i stanowi dla niego długotrwały stres. Powoduje to różne reakcje od bierności, apatyczności do drażliwości, impulsywności i nadpobudliwości. Stres spowodowany jest niemożnością zaspokojenia potrzeb, takich jak:

- ▶ potrzeba ruchu i aktywności,
- ▶ bezpieczeństwa,
- ▶ kontaktu z najbliższymi osobami,
- ▶ samorealizacji,
- ▶ samodzielności,
- ▶ akceptacji i miłości.

Pobyć dziecka lub dorosłego w placówce leczniczej stanowi źródło nowych doświadczeń i wartościowych przeżyć. Dzieci objęte są tam procesem nauczania i pracą wychowawczą, a bez względu na wiek pacjenci otrzymują także wsparcie terapeutyczne. Dzieci pod opieką wychowawców poznają środowisko, nowe okolice, zabytki, uczestniczą w różnych formach życia kulturalnego (np. wyjściach do teatru i na koncerty, zwiedzaniu muzeów i wystaw), w zabawach i zajęciach grupowych, co dostarcza im ciekawych przeżyć i możliwości zdobywania nowych doświadczeń. Dorosły pacjent, a w jeszcze większym stopniu dziecko, podczas pobytu w szpitalu przeżywa tęsknotę za rodziną, zdając sobie sprawę z uczucia, jakie łączy go z bliskimi. Bywa i tak, że dopiero podczas pobytu w szpitalu osoba chora doświadcza wielu przejawów troski i miłości ze strony osób najbliższych. W placówkach zawierane są też przyjaźnie między pacjentami, a także między pacjentami a personelem.

Osoby chore są, w miarę możliwości, aktywne w tych dziedzinach życia, w których nie mają przeciwwskazań lekarskich, a omijają te, które są dla nich szkodliwe. W zajęciach prowadzonych przez terapeutów pacjenci mają możliwość zdobywania nowych umiejętności, uwalniania się od emocjonalnych napięć oraz rozwijania zainteresowań. Terapie, które najczęściej wykorzystywane do pracy z osobami przewlekle chorymi to:

- ▶ arteterapia,
- ▶ muzykoterapia,
- ▶ ergoterapia (terapia poprzez pracę),
- ▶ **biblioterapia**,
- ▶ różne zajęcia manualne.

Zadaniem biblioterapii osób przewlekle chorych jest wykorzystywanie odpowiednio dobranych tekstów do uzyskania terapeutycznego wpływu na chorych. Teksty te mają za zadanie wspomóc przekształcanie schematów myślowych i nastawienia osób cierpiących na różnorodne zaburzenia w postrzeganiu świata i samych siebie.

Inną grupą w obszarze zainteresowań biblioterapii specjalnej są **osoby upośledzone umysłowo**, które, w większości, są bezradne wobec sytuacji społecznych i socjalnych. Program ich rehabilitacji, także biblioterapeutycznej, zależy od stopnia ich upośledzenia. Im wyższy poziom frustracji, tym większa możliwość zachwiania równowagi psychosomatycznej i rozwinięcia się zaburzeń psychicznych. Dlatego właśnie w szkołach specjalnych tak dużą uwagę przywiązuje się do książki jako środka terapeutycznego.

Zajęcia powinny być krótkie i bardziej urozmaicone, gdyż osoby upośledzone umysłowo nie potrafią się długotrwale skoncentrować, zbyt szybko się rozpraszają. Wskazane jest aby zajęcia kończyły się rysunkiem, zabawą ruchową i śpiewem. Należy też zachęcać uczestników zajęć do dzielenia się wrażeniami z przeczytanej lektury czy obejrzanego filmu. Ważne jest objęcie terapią już od najwcześniejszych lat, co pozwoli na uzyskanie w przyszłości lepszych efektów.

Celem zasadniczym w pracy biblioterapeutycznej z osobami upośledzonymi umysłowo w stopniu umiarkowanym lub znacznym jest kształtowanie właściwych postaw. Postawa jest trwałą oceną, pozytywną lub negatywną, ludzi, obiektów i idei. Jest też pozytywną lub negatywną reakcją na coś. Przedmiotem postaw mogą być osoby i grupy społeczne, własna osoba, bądź społeczne normy zwyczajowe i moralne. Celem pracy terapeutycznej z osobami upośledzonymi intelektualnie jest kształtowanie pozytywnej postawy, czyli wzmocnienie poczucia własnej wartości i optymistycznego nastawienia do siebie i innych.

Praca biblioterapeutyczna z osobami głębiej upośledzonymi jest specyficzna i nie można wobec nich stosować typowej metodyki wykorzystywanej do działań związanych z popularyzacją czytelnictwa. Cechy rozwojowe takich osób nie pozwalają na indywidualne czytanie książek. Dobierane teksty muszą być krótkie, interesujące, oddziałujące wielozmysłowo, a czyta je na ogół osoba trzecia (terapeuta, lektor itp.). Podczas takich zajęć aktywizacja uczestników odbywa poprzez słuchanie tekstu czytanego przez biblioterapeutę, słuchanie bajek muzycznych, oglądanie filmów. Oprócz czytania tekstu wykorzystuje się:

- ▶ techniki plastyczne,
- ▶ pedagogikę zabawy,
- ▶ dramę,
- ▶ prezentacje multimedialne,
- ▶ taniec,
- ▶ ilustracje,
- ▶ historyjki obrazkowe,
- ▶ inscenizacje fragmentów tekstu,
- ▶ zabawy z teatrem cieni,
- ▶ testy sprawdzające zapamiętaną treść.

Nawet osoby niemówiące o obniżonej sprawności motorycznej znajdują przyjemność w słuchaniu samej melodii i rytmiki mowy. Daje to możliwość rozumienia poszczególnych wyrazów czy zwrotów, a obcowanie ze słowem stymuluje rozwój ich mowy i myślenia.

Jedną z metod pracy z osobami upośledzonymi umysłowo są **bity inteligencji**. Program bitów inteligencji został zapoczątkowany w Instytutach Osiągnięcia Ludzkich Możliwości (IAHP) w USA przez Glenna Domana, Tample Fay, Gretchen Kerr i innych. Jest to skuteczna metoda rehabilitacji dla ludzi z uszkodzeniem mózgu. Bity służą przekazywaniu konkretnych faktów, a tworzymy je używając bardzo dokładnego rysunku, ilustracji lub fotografii, które prezentujemy dziecku w odpowiedni sposób.

Bity stały się też narzędziem do pracy z małymi pełnosprawnymi dziećmi, które tą metodą można nauczyć absolutnie wszystkiego, co prezentuje się im w sposób rzetelny za pomocą faktów, które są podstawą wiedzy. Zapamiętanie tych faktów opiera się jedynie o zasady:

- ▶ częstotliwości przekazywania informacji, czyli ilości powtórzeń niezbędnych do zapamiętania;
- ▶ intensywności, czyli na ile głos osoby prowadzącej ćwiczenia dociera do uczestnika;
- ▶ czasu trwania danego bodźca, czyli krótkie sekwencje, im szybciej tym lepiej.

Bit inteligencji cechuje precyzja, wierne oddanie szczegółów, oddzielenie od wprowadzającego zamieszanie tła, jednoznaczność, nowość, gdy dziecko widzi go po raz pierwszy, wielkość sprawiająca, że jest wyraźny i czytelny.

Program wykorzystujący bity inteligencji jest oparty o krótkie trwanie informacji, powtarzane często w ciągu dnia. Używane są głównie ścieżki sensoryczne słuchu i wzroku. Materiały są dostosowywane do wieku i indywidualnych potrzeb oraz zależne od poziomu niepełnosprawności. Dostosowuje się je rozmiarem, tematyką, wielkością czcionki. Intensywny program wymaga kilkunastu kartoników dziennie – nie ma więc możliwości, aby ciągle pokazywać te same, lub bazować na skromnej ofercie. Bity możemy kupić już gotowe lub wykonać samodzielnie w następujący sposób: na karton o wymiarach 28 cm x 28 cm naklejamy obrazek bez tła, wykorzystując do tego celu plakaty, pocztówki, gazety, książki, kalendarze itp. Każdy wykonany bit z drugiej strony podpisujemy i – o ile to możliwe – zabezpieczamy folią. Bity w miarę używania, wycofywane, składamy w „archiwum”. Łączymy je w kategorie tematyczne np. kategoria „owady”, „drzewa”, „jedzenie” itp. Kategorie przyporządkowujemy

do określonych dziedzin: biologia, historia, geografia, muzyka, sztuka, matematyka, fizjologia człowieka, nauki ogólne, języki, literatura.

Bity prezentujemy osobie poddawanej terapii podczas kilku (3-4) sesji w ciągu dnia. Prezentujemy je seriami (seria to 10 bitów z danej kategorii, przykładowo 10 planszy z owadami, gdzie każdy owad to oddzielny bit). Cała sesja powinna trwać 10-15 sekund. W takim czasie utrzymamy bez trudu uwagę nawet bardzo małego dziecka. Plansze powinny być wcześniej ułożone napisami w stronę prowadzącego sesję. Do każdej kolejnej sesji należy zmieniać tylko ich kolejność. Bardzo ważne jest to, aby w trakcie prezentacji nic nie rozpraszało uwagi. Kolejność działań podczas sesji:

- ▶ usiąść naprzeciwko dziecka w odległości pół metra,
- ▶ zapowiedzieć kategorię (np. „Teraz pokażę ci owady”),
- ▶ bardzo szybko prezentować jedną planszę po drugiej, jednocześnie czytając umieszczone z tyłu napisy.

Zaczynamy od prezentowania 10 bitów z 5 różnych kategorii trzykrotnie w ciągu jednego dnia. W sumie należy na to poświęcić 20 minut. Jeden bit powinien być prezentowany około 30 razy, czyli 3 razy dziennie przez 10 dni. W miarę postępu nauczania, bity wystarczy prezentować 15 razy, (czyli przez 5 dni). Ilość bitów w kategorii oraz ilość sesji należy konsultować z terapeutą i lekarzem.

Rozmiar czcionki uzależnia się od wieku uczestnika terapii. Dla młodszych i najstarszych konieczne jest użycie największej czcionki. Z kolei do wstępnych programów, aby wzbudzić zainteresowanie, przeważnie używa się czerwonej czcionki. Następnie można przejść do czarnej. Przygotowywanie materiałów w programie wykorzystującym bity inteligencji odbywa się na podobnych zasadach, jak uczenie czytania.

### **Przykładowy program terapii osób upośledzonych umysłowo**

Tajemnice bajek autorstwa Ewy Wróbel, nauczycielki Zespołu Szkół Specjalnych w Opolu, to program adresowany do uczniów szkoły podstawowej, upośledzonych umysłowo w stopniu umiarkowanym lub znacznym. Przewidziano dziesięć spotkań

obejmujących dwie jednostki lekcyjne, a w ramach spotkań analizowane są teksty literackie znanych wszystkim dzieciom baśni (m.in.: H.Ch. Andersena, braci Grimm, A. Puszkina). Program skonstruowano zgodnie z założeniami *Podstawy programowej kształcenia ogólnego dla uczniów z upośledzeniem umysłowym w stopniu umiarkowanym lub znacznym*. Układ treści programowych ma charakter otwarty, a teksty promują pozytywne wzorce postaw, zachowania się oraz nastawienia do siebie i innych.

#### Cel ogólny:

- ▶ wspomaganie i ukierunkowanie rozwoju dziecka niepełnosprawnego intelektualnie zgodnie z jego możliwościami rozwojowymi oraz wrodzonym potencjałem.

#### Cele szczegółowe:

- ▶ dostarczanie i porządkowanie wiadomości o życiu społecznym i przyrodzie,
- ▶ wzbogacanie zasobu słownictwa,
- ▶ kształtowanie umiejętności poprawnego i skutecznego porozumiewania się werbalnego lub pozawerbalnego,
- ▶ kształtowanie umiejętności słuchania ze zrozumieniem,
- ▶ stymulowanie rozwoju pamięci słuchowej,
- ▶ kształtowanie umiejętności wyciszania się i koncentracji uwagi,
- ▶ kształtowanie umiejętności współzycia i współdziałania z rówieśnikami i dorosłymi,
- ▶ stymulowanie rozwoju podstawowych procesów myślowych (porównywanie, analiza, synteza, wnioskowanie, uogólnianie),
- ▶ kształtowanie systemu wartości, norm oraz pozytywnych postaw społecznych.

#### 1. Poznanie i rozumienie siebie poprzez:

- ▶ organizowanie działań umożliwiających poznawanie wielowymiarowości człowieka (postrzegam, myślę, czuję, działam),
- ▶ tworzenie sytuacji doskonalących pamięć, zdolność kojarzenia, umiejętność,
- ▶ skupianie uwagi na osobach i rzeczach,
- ▶ wspieranie samodzielnego działania,

- ▶ umożliwienie dokonywania wyborów i przeżywania pozytywnych efektów własnych działań,
- ▶ pomoc w budowaniu pozytywnego obrazu własnego „ja”.

## 2. Umiejętność porozumiewania się z otoczeniem poprzez:

- ▶ wzbogacanie zasobu słownictwa czynnego i biernego,
- ▶ doskonalenie wypowiedzi pod względem gramatyki i logiki,
- ▶ doskonalenie wymowy,
- ▶ identyfikowanie i nazywanie różnych stanów emocjonalnych,
- ▶ umożliwienie doświadczeń w mówieniu, słuchaniu i byciu słuchanym (opowiadanie, opisywanie, spontaniczne wypowiedzi, prowadzenie dialogu),
- ▶ poznanie wspierających bądź alternatywnych metod komunikacji,
- ▶ wykorzystanie komunikatów pozawerbalnych.

## 3. Poznawanie najbliższego środowiska społeczno-przyrodniczego poprzez:

- ▶ wdrażanie do pełnienia ról społecznych,
- ▶ budzenie zainteresowania otaczającym światem poprzez prowokowanie pytań,
- ▶ wdrażanie do kulturalnego i społecznie akceptowanego sposobu bycia,
- ▶ właściwe odczytywanie sensu i przeznaczenia rzeczy.

## 4. Budowanie systemu wartości poprzez:

- ▶ wprowadzenie w świat wartości uniwersalnych (dobro, piękno, mądrość, miłość, prawda) poprzez tworzenie sytuacji sprzyjających rozumieniu i przeżywaniu tych wartości,
- ▶ wykorzystywanie fikcji literackiej do podejmowania prób samooceny i oceny zachowań innych,
- ▶ rozwijanie poczucia odpowiedzialności poprzez samodzielne, dokładne wywiązywanie się z podejmowanych zadań.

## Metody pracy:

- ▶ słowne: głośne czytanie, rozmowa kierowana, polecenia, instruktaż, objaśnianie, opis, pogadanka,
- ▶ pogładowe: obserwacja polisensoryczna (wzrok, słuch),

- ▶ praktyczne: metoda zadań usprawniających, metoda kierowania własną aktywnością, metody oparte na naśladownictwie, metody warsztatowe (techniki dramowe, rebusy, krzyżówki, inscenizacje, zabawy edukacyjne).

#### Formy organizacyjne:

- ▶ praca indywidualna,
- ▶ praca zbiorowa,
- ▶ praca w grupach.

#### Efekty:

Uczeń w miarę własnych możliwości psychofizycznych powinien:

- ▶ znać wybrane postacie autorów literatury dziecięcej,
- ▶ nazywać i wyrażać własne potrzeby, emocje i uczucia,
- ▶ porozumiewać się z otoczeniem w najpełniejszy sposób (werbalnie lub pozawerbalnie),
- ▶ interpretować właściwie paralingwistyczne składniki mowy (ton głosu, natężenie),
- ▶ rozumieć nazwy przedmiotów i czynności,
- ▶ rozumieć proste polecenia,
- ▶ znać i przestrzegać zasad i norm społecznych,
- ▶ zachowywać się stosownie do określonej sytuacji,
- ▶ słuchać innych ze zrozumieniem,
- ▶ recytować krótkie rymowanki,
- ▶ analizować, porównywać, uogólniać zdarzenia i zachowania,
- ▶ współpracować w grupie rówieśniczej,
- ▶ wykorzystywać komunikaty pozawerbalne.

#### Proces postępowania biblioterapeutycznego składa się z kilku modyfikowalnych elementów:

- ▶ słuchania odpowiednio dobranych środków terapeutycznych (bajki muzyczne, fragmenty utworów literackich),
- ▶ identyfikacji z bohaterem literackim i opisania przeżyć doznanych podczas kontaktu z utworem,
- ▶ katharsis – odreagowania psychicznego napięć,

- ▶ wglądu w siebie samego, pracy nad ważnymi problemami wynikającymi z treści utworu,
- ▶ zmiany postaw lub zachowań uczestnika procesu biblioterapeutycznego.

Ewaluacja to systematyczne gromadzenie różnorodnych informacji, które są pomocne w określaniu, w jakim stopniu zamierzone cele edukacyjne są realizowane. W jej wyniku otrzymuje się wskazówki niezbędne do oceny merytorycznej i metodycznej programu.

Ze względu na specyfikę pracy z dziećmi głębiej upośledzonymi obiektami ewaluacji przedstawionego programu będą uczniowie.

#### Formy ewaluacji:

- ▶ obserwacja zachowań i zaangażowania uczniów w czasie zajęć,
- ▶ przeprowadzenie warsztatów literackich sprawdzających znajomość poznawanych bajek i baśni,
- ▶ analiza prac plastycznych uczniów, będących wynikiem spontanicznego działania pod wpływem doznań i odczuć.

#### **Bibliografia:**

Wróbel E., Tajemnice bajek (program zajęć rewalidacyjnych z elementami biblioterapii), chrome-extension://efaidnbnmnnibpcajpcglclefindmkaj/http://psp.zssopole.pl/programy/autorskie/ewawrobel.pdf (dostęp: 08.06.2026).

**Biblioterapeutyczny potencjał współpracy placówek oświatowych  
na przykładzie projektu edukacyjno-czytelniczego  
*Z książką dookoła świata***

**Autorki: Magdalena Gójska**

(oligofrenopedagog, nauczyciel w SPS nr 240 w Warszawie)

**Edyta Malinowska**

(oligofrenopedagog, nauczyciel w SPS nr 240 w Warszawie)

**Sylwia Jaworska**

(nauczyciel bibliotekarz w SP nr 4 im. Obrońców Westerplatte w Wyszkanie)

**Kamila Smolarek**

(nauczyciel bibliotekarz w PBW im. KEN w Warszawie ; członkini Koła  
Warszawskiego PTB)

Czy biblioteka może stać się „pracownią terapeutyczną”, prowadzącą oddziaływania zarówno psychoedukacyjne, jak i psychoterapeutyczne? Czy książka może być elementem terapii? W czasach starożytnych biblioteki nazywano „lecznicami dla duszy”. Książkę, jako narzędzie terapeutyczne, wykorzystywano już w XIII w. (np. w szpitalu w Kairze w celach medycznych zalecano pacjentom czytanie Koranu). Jednak termin „biblioterapia” powstał dopiero w latach 20. XX w. Użył go Samuel McChord Crothers w artykule poświęconym leczeniu osób chorych. Dzisiaj książkę wykorzystuje się jako element biblioterapii w placówkach oświatowych, zakładach opiekuńczo-leczniczych, ośrodkach wsparcia psychologicznego dla dzieci i młodzieży, ośrodkach resocjalizacyjnych, warsztatach terapii zajęciowej, DPS-ach, świetlicach terapeutycznych oraz w wielu innych instytucjach.

Szkoły również mogą poszerzać zakres swoich oddziaływań o działania biblioterapeutyczne dzięki partnerstwu z bibliotekami. Przykładem takiej współpracy jest powstanie projektu edukacyjno-czytelniczego *Z książką dookoła świata* opracowanego przy współpracy Pedagogicznej Biblioteki Wojewódzkiej im. KEN w Warszawie, Szkoły Podstawowej Specjalnej nr 240 w Warszawie oraz Szkoły Podstawowej nr 4 im. Obrońców Westerplatte w Wyszkanie. Koordynatorami projektu są nauczyciele bibliotekarze i nauczyciele – biblioterapeuci. Projekt ten jest

przykładem współpracy placówek oświatowych w zakresie rozwoju kompetencji czytelniczych, emocjonalnych i terapeutycznych. Ukazuje bibliotekę, jako istotne ogniwo wspomagające nauczycieli i szkołę w procesie wychowawczym uczniów.

Projekt realizowany w roku szkolnym 2025/2026 przeznaczony jest dla uczniów w normie intelektualnej oraz uczniów z niepełnosprawnością intelektualną. Tematem przewodnim jest fascynująca podróż edukacyjna, obejmująca poznawanie kontynentów, kultur, zwierząt, zabytków z najdalszych zakątków świata. Dzięki literaturze podróżniczej uczniowie mogli poznać ciekawe kraje, poszerzyć swoją wiedzę geograficzną i przyrodniczą, poznać wybrane kultury oraz rozbudzić w sobie zamiłowanie do literatury. Głównym założeniem projektu jest popularyzowanie czytelnictwa, integrowanie społeczności międzyszkolnej, a także szeroko pojęte oddziaływania biblioterapeutyczne w sferze emocjonalno-motywacyjnej. Podjęte przez nas działania miały na celu również wdrożenie dzieci do częstych kontaktów z książką oraz zaktywizowanie do twórczego wysiłku. Dzięki realizacji różnorodnych działań pokazujemy, że czytaniem kształtujemy wewnętrzny świat dziecka, a odpowiednio dobrana literatura pomaga budować właściwy system wartości i wskazywać życiowe priorytety.

### **Lekcje biblioteczne prowadzone w szkołach oraz *Książkowy klubik* - spotkania w bibliotece**

Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom nauczycieli, Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka im. KEN w Warszawie stała się aktywnym partnerem dla szkół w procesie edukacyjnym. Dysponuje ona bogatym zasobem literatury biblioterapeutycznej oraz różnorodnymi pomocami dydaktycznymi, w tym teatrem papierowym Kamishibai. Działania biblioteki są ściśle ukierunkowane na wspieranie szkół oraz nauczycieli w ich codziennej pracy dydaktycznej, wychowawczej i opiekuńczej, dzięki czemu stanowi ona doskonałą przestrzeń dla realizacji projektów międzyśrodowiskowych.

Zajęcia literacko-czytelnicze prowadzone były w dwóch formach, jako lekcje biblioteczne prowadzone przez nauczycieli w siedzibie swoich szkół oraz jako spotkania czytelnicze zwane *Książkowym klubikiem*, odbywały się w siedzibie

Pedagogicznej Biblioteki Wojewódzkiej im. KEN w Warszawie. W obu przypadkach celem było zapoznanie odbiorców z danym krajem, jego kulturą, ciekawostkami o nim oraz tamtejszą florą i fauną. W trakcie spotkań korzystano zarówno z dziecięcej literatury podróżniczej, jak i bajek, baśni, książek detektywistycznych oraz przygodowych. Biblioterapia, w szerszym znaczeniu to użycie odpowiednich tekstów literackich, by wzmocnić dziecko w walce z trudnościami, konkretnym problemem bądź uzależnieniem. To również oddziaływanie edukacyjne, pomagające wyciągnąć wnioski oraz morał z danego tekstu literackiego, po to, aby dokonać zmian w swoim zachowaniu, ucząc tym samym, jak rozwiązać problem na podstawie doświadczeń bohaterów. Podczas zajęć korzystano również z baśni całego świata np. baśni duńskich i norweskich w trakcie realizacji tematów o krajach skandynawskich. Odbiorca dziecięcy uczył się odkrywać prawdy o życiu na podstawie opowieści baśniowych. Analizując życie bohatera baśni zaczynał odróżniać dobro od zła i uczył się konsekwencji zachowań.

Ciekawą formą realizacji oddziaływań biblioterapeutycznych jest teatr Kamishibai, który nazywany jest też teatrem obrazkowym lub teatrem ilustracji. Nauczyciel bibliotekarz z Pedagogicznej Biblioteki Wojewódzkiej wykorzystywał tę formę w trakcie pracy z uczniami. Należy pamiętać, że ta forma prezentacji ma stały schemat, może stanowić wstęp do zajęć, wprowadzając do nich element zaciekawienia, który zakończony jest ekspresją plastyczną na podstawie wysłuchanej bajki. Daje on możliwość głębszego nawiązania relacji i wejścia w temat zajęć nauczycielowi i uczniom, którzy wraz z nim wchodzi w świat baśniowej wyobraźni, analizując razem przebieg zdarzeń i odczucia bohaterów.

W trakcie roku szkolnego 2025/2026 zajęcia z *Książkowego klubiku* odbywały się raz w miesiącu i prowadzone były dla uczniów klas 1-3 Szkoły Podstawowej nr 240 w Warszawie. Wzięło w nich udział łącznie 8 oddziałów oraz jedna klasa z drugiego etapu edukacyjnego (kl. 4). Tematyka spotkań *Książkowego klubiku* przedstawiała się następująco:

- *Poznaję świat z Frankiem*
- *Z chłopcem i Syrenką odwiedzamy Danię i Norwegię*
- *Na ratunek - Operacja Królowa Dżungli*
- *Poznaję Japonię z Nelą podróżniczką*

- *W krainie skutej lodem, odwiedziny u Elegancika na Antarktydzie*
- *Zwiedzamy Holandię z Betje i jej chodakami*
- *Lidzia i Lemury*
- *Z wizytą u Minotaura*
- *Tja zwiedza świat*

Zajęcia czytelnicze odbywały się nie tylko w siedzibie biblioteki, prowadzone były także w szkołach przez nauczycieli koordynujących projekt. Zarówno w Szkole Podstawowej nr 240 w Warszawie, jak i w Szkole Podstawowej nr 4 w Wyszku uczniowie uczestniczyli w spotkaniach przenoszących małych odbiorców w najdalsze zakątki świata. Uczniowie SPS nr 240 odwiedzili podczas zajęć takie kraje, jak Japonia, Norwegia i Finlandia, Egipt, Peru, Dania, rejon Antarktydy oraz starożytny Egipt.

Bogaty program zrealizowano również w SP nr 4 w Wyszku. Tam w projekcie brali udział uczniowie z klas 1-3 uczestniczący w zajęciach świetlicowych, którzy podczas swojej bibliotecznej wędrowki odwiedzili wszystkie kontynenty i wybrane kraje, m.in.: wspólnie z Kazimierzem Nowakiem, wybitnym polskim podróżnikiem zjechali całą Afrykę, w Ameryce Południowej z Tomkiem Wilmowskim poznali dzikie zakątki Amazonii, zaś wędrując z rdzennymi mieszkańcami po amerykańskiej prerii spotkali Pocahontas. Wiele podróżniczych wypraw umożliwiło dzieciom poznanie miast i państw, które na przestrzeni wieków zmieniały swoje nazwy. Dzieci odwiedziły Demre (dawniej Mirę) w Turcji, gdzie spotkały się z Św. Mikołajem, biskupem. W Azji poznały ciekawostki geograficzne, historyczne i kulturowe Mjanmy (dawniej Birmy), Chin, Japonii.

Prowadzone w ramach projektu zajęcia w obu szkołach opierały się na czytaniu fragmentów dziecięcych książek podróżniczych, m.in. z serii *Nela – mała reporterka*, projekcji filmów i prezentacji multimedialnych, ogólnie pojętej pracy z książką. Podczas zajęć prowadzonych w każdej z placówek, znaczną część spotkania poświęcano na działania praktyczne, takie jak: gry dydaktyczne, prace plastyczne wspierające ekspresję twórczą oraz zabawy ruchowe budujące empatię, zaufanie i właściwe relacje, co skutecznie wzmacniało funkcję biblioterapeutyczną

prowadzonych zajęć. W trakcie działań edukacyjnych wykorzystano różnorodne pomoce dydaktyczne, w tym tablicę multimedialną.

Aby we właściwy sposób zaplanować realizację całego projektu edukacyjno-czytelniczego należy wziąć pod uwagę grupę odbiorców, a szczególnie ich wiek, możliwości psychofizyczne, potrzeby rozwojowe oraz zainteresowania. Zajęcia w obu typach szkół, pomimo podobnych tematów różniły się metodami i sposobem realizacji, jednak zawsze zawierały elementy bajkoterapii. Należy wspomnieć, iż wyróżniamy trzy rodzaje bajek terapeutycznych: bajki psychoedukacyjne, psychoterapeutyczne i relaksacyjne. Pierwsze z wymienionych służą do zmiany postaw i zachowań dziecka, oddziałując w sferze poznawczej poprzez naukę akcentowania tego, co jest dobre i zasługuje na naśladowanie. Dzieci same wyciągają adekwatne do sytuacji wnioski i korygują niepożądane zachowania, co jest bardzo dobrym treningiem w radzeniu sobie w różnych sytuacjach. Bajki psychoterapeutyczne dają wsparcie zarówno poznawcze, jak i emocjonalne, ucząc radzenia sobie z trudnymi emocjami, pokonywania trudności i podnosząc samoocenę. Proces zmiany poznawczej, emocjonalnej rozpoczyna się od uważności, czyli dostrzeżenia przez dzieci emocji bohaterów. Następnie istotne jest nazwanie emocji, określenie ich źródła oraz znalezienie rozwiązań, które pełnią funkcję naprawczą w różnego rodzaju relacjach społecznych. To wszystko składa się na pełniejszy obraz siebie i innych osób w rzeczywistym świecie, co bardzo pozytywnie wpływa na rozwój empatii, akceptowanych społecznie zachowań, relacji społecznych. Bajki opowiadające o świecie dziecięcych emocji i konkretnych problemach, z którymi dzieci spotykają się w codziennym życiu, dają im poczucie bezpieczeństwa i wsparcie w radzeniu sobie z lękami, takimi jak inność, spotkanie z nieznanym, brak akceptacji przez grupę, bezpieczeństwo nad wodą, zgubienie się, rywalizacja z rodzeństwem, asertywność, bezpieczeństwo w domu. Ciekawą książką do tego typu zajęć jest *Bajkoterapia* autorstwa A. Barciś, G. Bąkiewicz i in. Z kolei bajki relaksacyjne służą odprężeniu, wprowadzeniu w stan odpoczynku i relaksacji. To właśnie one najczęściej stosowane były podczas realizacji zajęć. Miały one najczęściej formę tekstu słuchanego przez uczniów, wprowadzając ich w świat wyobraźni i wizualizacji lub w postaci ekranizowanych bajek relaksacyjnych. Stanowiły wprowadzenie w tematykę zajęć, ale nie tylko. W przypadku uczniów z niepełnosprawnością intelektualną, stanowiły jeden z czynników efektywności przeprowadzonych zajęć, ułatwiając uczniom

ich wyciszenie, skupienie na danym temacie, wyeliminowanie negatywnych emocji i uspokojenie.

W ramach współpracy międzyszkolnej w styczniu 2026 r. nauczyciel-bibliotekarz z SP nr 4 w Wyszkanie odwiedził uczniów klas 1–3 w SPS nr 240 w Warszawie. Podczas zajęć dzieci poznały historię polskich naukowców ze Stacji Badawczej im. Prof. Dobrowolskiego z *Zaczarowanej zagrody* A. i Cz. Centkiewiczów, przedstawioną w formie teatryku Kamishibai. Po wysłuchaniu opowieści o spotkaniu naukowców z pingwinami Adeli, uczniowie własnoręcznie wykonali pingwiny z rolek i budowali dla nich zagrody z „magicznych gąbek”. Spotkanie dopełniły zadania polonistyczne, matematyczne i plastyczne oparte na treści lektury.

### **Wymiana pocztówkowa**

Mostem pomiędzy uczniami Szkoły Podstawowej Specjalnej nr 240 w Warszawie a uczniami Szkoły Podstawowej nr 4 w Wyszkanie była wymiana pocztówkowa. Zdolność korzystania z różnych form przekazu, od tradycyjnych listów po nowoczesne źródła cyfrowe, stanowi istotną kompetencję współczesnego człowieka, umożliwiającą skuteczne porozumiewanie się niezależnie od dostępnych narzędzi. W grudniu 2025 r. uczniowie obu placówek wymienili się własnoręcznie przygotowanymi kartkami świątecznymi. Inicjatywa ta nie tylko wpłynęła na rozwój kompetencji komunikacyjnych uczniów, ale również rozwinęła umiejętność krytycznego korzystania z zasobów cyfrowych. Poprzez praktyczne narzędzia (takie jak projektowanie grafiki, edycja zdjęć czy redagowanie tekstów) uczniowie uczyli się sprawnego wyszukiwania informacji oraz twórczego wykorzystywania technologii. Projekt wzmocnił sprawność czytania i pisania, a przede wszystkim zbudował wśród wychowanków otwartość na inne społeczności. Był też okazją do rozwijania zdolności plastycznych, ponieważ uczniowie wykazali się kreatywnością i różnorodnością stosowanych technik plastycznych. Wprowadzony do projektu element wymiany pocztówkowej, choć był dla dzieci atrakcyjną formą zabawy, przede wszystkim pełnił funkcję poznawczą i integracyjną, łącząc uczniów z różnych szkół.

## **Spotkania autorskie z pisarzem, podróżnikiem lub przedstawicielem danego kraju**

Realizacja projektu obejmowała również zaproszenie gości – autorów książek podróżniczych oraz pisarzy-podróźników, którzy opowiedzieli uczniom o swoich doświadczeniach i przeżyciach z podróży, przybliżając kulturę danego kraju lub regionu. Uczniowie zarówno Szkoły Podstawowej Specjalnej nr 240 w Warszawie, jak i Szkoły Podstawowej nr 4 w Wyszku mieli przyjemność spotkać się z Mariolą Pryzwan – autorką książek, biografistką, polonistką, nauczycielką bibliotekarką zawodowo związaną z PBW im. KEN w Warszawie. Podczas spotkań autorka wprowadziła uczniów w świat twórczości Marii Kownackiej i przybliżyła uczniom jedną z jej głównych książek *Plastusiowy pamiętnik*. Dzieci miały możliwość usłyszeć głos Marii Kownackiej, a przede wszystkim wykazać się swoimi zdolnościami plastycznymi podczas tworzenia własnego Plastusia.

Uczniowie Szkoły Podstawowej Specjalnej nr 240 w Warszawie mieli również przyjemność spotkać się na żywo z podróżnikiem, autorem książek, dziennikarzem, fotoreporterem oraz twórcą programu telewizyjnego *Za siódmą górą*, emitowanego w telewizji, Panem Stefanem Czernieckim. Podróżnik podzielił się z uczniami swoimi doświadczeniami z wypraw do najdalszych zakątków świata, a przede wszystkim opowiedział bliżej o wyprawie do Wenezueli. Uczniowie mieli możliwość obejrzeć fascynujące zdjęcia egzotycznych zwierząt z tamtego regionu, zapierające dech w piersiach widoki oraz wysłuchać niesamowitych opowieści z jego podróży. Dowiedzieli się też ciekawostek przyrodniczych na temat różnych gatunków zwierząt i owadów oraz sposobów przetrwania w wenezuelskich lasach deszczowych. Opowieści o odległych miejscach zainspirowały uczniów do odkrywania świata i odważnego realizowania własnych marzeń.

## **Konkurs recytatorski *Podróże małe i duże***

Klamrą spinającą cały projekt był udział w międzyszkolnym konkursie recytatorskim *Podróże małe i duże*. Wśród celów projektu *Z książką dookoła świata* było rozwijanie talentów i zainteresowań uczniów oraz integracja rówieśnicza, które uzyskałyśmy podczas wspólnie przeprowadzonego konkursu recytatorskiego.

Uczniowie Szkoły Podstawowej Specjalnej nr 240 w Warszawie i Szkoły Podstawowej nr 4 w Wyszkanie mieli za zadanie przygotować i zaprezentować recytację wybranego wiersza o tematyce podróżniczej podczas finału konkursu w siedzibie Pedagogicznej Biblioteki Wojewódzkiej im. KEN w Warszawie, która objęła patronat honorowy nad konkursem oraz współfinansowała nagrody dla uczestników.

W szkolnych eliminacjach w SPS nr 240 wzięło udział siedemnastu uczniów z klas zarówno młodszych, jak i starszych, piątka z nich przeszła do finału i reprezentowała szkołę na gali finałowej. SP nr 4 w Wyszkanie reprezentowała piątka uczniów z klasy trzeciej. Podsumowaniem gali finałowej była prezentacja z przebiegu projektu, poczęstunek dla gości oraz wspólne zabawy integracyjne. Konkurs przyniósł uczniom wiele radości oraz sukcesów.

### **Konkurs plastyczny „Świetlicowe podróże małe i duże z książką dookoła świata”**

Duży odzew uczniów klas pierwszych ze Szkoły Podstawowej nr 4 w Wyszkanie sprawił, że projekt został rozszerzony tam o konkurs plastyczny pod tytułem *Świetlicowe podróże małe i duże z książką dookoła świata*. Uczniowie mieli za zadanie wybrać kontynent, kraj, który najbardziej ich zachwyił. Tworząc prace mieli nawiązać do fauny i flory charakterystycznej dla danego zakątka. Konkurs był doskonałą okazją do kształcenia umiejętności poszukiwania informacji na określony temat oraz właściwego gospodarowania czasem podczas tworzenia prac plastycznych. Łącznie w konkursie wzięły udział 32 osoby, które wykonały swoje ilustracje w trakcie zajęć świetlicowych.

Projekt edukacyjno-czytelniczy *Z książką dookoła świata* stanowi modelowy przykład współpracy biblioteki ze szkołami w obszarze wspólnych działań edukacyjnych, wychowawczych i biblioterapeutycznych. Inicjatywa ta tworzy pomost między niezależnymi programami dydaktycznymi szkół a misją biblioteki, czyli wspomaganie placówek oświatowych, wyznaczając wspólny mianownik dla tych instytucji. Praca z tekstem staje się tu osią spinającą odrębne dotąd środowiska wokół jednego celu, propagowania czytelnictwa i rozwoju emocjonalnego uczniów. Co ważne, aby książka stała się najlepszym przyjacielem człowieka, należy kształtować od najmłodszych lat zamiłowanie do literatury, a bibliotekę należy postrzegać, jako miejsce spotkań

człowieka z człowiekiem. Pozostajemy w głębokim przekonaniu, że podjęte działania zaprocentują w przyszłości, a nasi młodzi podopieczni będą chętniej sięgać po literaturę. Ukształtuje się w nich nawyk powracania do biblioteki w poszukiwaniu zasobów stymulujących ich dalszy rozwój osobisty.

W tym kontekście zasadne jest przywołanie rzymskiej maksymy Owidiusza: *Gutta cavat lapidem non vi, sed saepe cadendo* (Kropla draży skałę nie siłą, lecz ciągłym padaniem). To właśnie w regularności i powtarzalności oddziaływań zarówno edukacyjnych, wychowawczych jak i biblioterapeutycznych, tkwi ich największa skuteczność. Śmiało można sformułować wniosek, że długofalowa realizacja podobnych projektów partnerskich pozwoli na trwałe rozbudzenie potrzeb czytelniczych oraz ugruntowanie pozycji książki i biblioteki, jako bezpiecznego środowiska wsparcia pedagogicznego i biblioterapeutycznego.



Źródło: Freepik

*Słowo  
Emocja  
Ukojenie*

## JUŻ WKRÓTCE ZAPRASZAMY

Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka im. KEN w Warszawie ma przyjemność zaprosić Państwa do skorzystania z różnorodnych zajęć, akcji i form spędzania czasu. Każdy, bez względu na wiek, znajdzie coś dla siebie. Szczegóły w *Informatorze* na nowy rok szkolny, dostępnym od września 2026 r. pod adresem: <https://pbw.waw.pl/informatorpbw/>



*Źródło: AI*

Zapraszamy na konferencje:

PBW im. KEN w Warszawie - Goławska

**10 III 2027** *Uczeń w kryzysie. Wyzwania, profilaktyka i system wsparcia w obliczu zachowań samobójczych* konferencja biblioterapeutyczna dla nauczycieli wszystkich etapów edukacyjnych



*Źródło: AI*

Zapraszamy nauczycieli na warsztaty stacjonarne:

PBW im. KEN w Warszawie – Goławska

**21.09.2026** *Zdrowy stres – czy to możliwe?* – szkolenie dla nauczycieli, bibliotekarzy, rodziców, biblioterapeutów i każdego zainteresowanego, pokazujące mechanizm działania stresu, jego wpływ na zdrowie i sposoby redukcji jego negatywnego oddziaływania oraz wykorzystywania wartości motywujących oraz technik mindfulness w tym zakresie z ćwiczeniami - warsztaty z elementami biblioterapii, prowadząca Agata Kyzioł-Cieślak

**23.09.2026** *Patrzę – Rysuję – Otwieram ucznia* – prowadzi Barbara Szczepaniak

**30.09.2026** *Kreatywna książka w edukacji: Książka tunelowa* – podczas spotkania uczestnicy poznają technikę tworzenia książek tunelowych (tunnel books), które budowane są w formie przestrzennych scenek układających się w głąb. Dzięki tej formie książki zyskują trójwymiarowy charakter, a każda strona odkrywa nową warstwę historii, prowadzące Iwona Leszczyńska-Wójcik i Elżbieta Iwaniuk Bieńko.

**02.10.2026** *Śmiechoterapia z Dorotą Gellner* – prowadzi Agnieszka Kownatka-Ruszkowska

**02.10.2026** *Terapia śmiechem* – prowadzi Katarzyna Gołubiew

**05.10.2026** *Kim jestem? W poszukiwaniu własnej wartości* – prowadzi Barbara Szczepaniak

**22.10.2026** *Wykorzystanie elementów czytania wrażliwego w pracy z dzieckiem w wieku przedszkolnym* – warsztaty dla nauczycieli wychowania przedszkolnego oraz wszystkich zainteresowanych. Podczas spotkania przedstawiona zostanie metoda czytania wrażliwego według koncepcji Małgorzaty Swędrowskiej. Uczestnicy warsztatów poprzez własne działanie odkryją jak w ciekawy sposób można przekazać

dzieciom tekst literacki. Zaproponowana literatura dziecięca przedstawiona będzie jako bogate źródło inspiracji do kreatywnych działań z dziećmi, prowadzące Iwona Leszczyńska-Wójcik i Elżbieta Iwaniuk Bieńko.

**27.10.2026** *Asertywność w praktyce – cz.1: wyrażanie konstruktywnej krytyki* – warsztaty mają wyposażyć uczestników w wiedzę dlaczego wartościowanie przynosi więcej szkody niż pożytku oraz jak mogą przekazywać uczniom nawet trudne informacje w sposób konstruktywny i przyjazny, prowadzący Dariusz Bruzgo.

**29.10.2026** *Czytanie, które zbliża – animacje budujące więzi w klasie* – prowadzi Barbara Szczepaniak

**16.11.2026** *Co mówią do nas zwierzęta. Biblioterapia z pazurem* – prowadzi Barbara Szczepaniak

**17.11.2026** *Przemijanie – najważniejsze pytania, najtrudniejsze pożegnania* – wnikliwe rozmowy o przemijaniu, w których odwołamy się do najważniejszych w życiu relacji: matka-córka, matka-syn, rodzeństwo, przyjaciele przez ich obraz w tekstach kultury (m.in. „Rzeczy, których nie wyrzuciłem” Wichy, „Jak pies z kotem” Kondratiuka, „Nie ma się czego bać” Dąbrowskiej) i nasze przemyślenia, prowadzące Iwona Szagała i Katarzyna Gołubiew.

**19.11.2026** *Super, że jesteś! Jak nie wpaść w przepaść obowiązków i jak się z niej wydostać?* – prowadzi Ewa Kirsz

**19.11.2026** *Hejt i przemoc „na niby” ranią naprawdę* -- szkolenie dla nauczycieli, bibliotekarzy, biblioterapeutów i każdego zainteresowanego, pokazujące problem przemocy, zwłaszcza tej ukrytej pod pozorami żartów, wśród dzieci i młodzieży, dające narzędzia do jej rozpoznawania i reagowania na zauważalne przejawy. Jednocześnie warsztaty dają podstawy profilaktyczne i wskazują materiały biblioteczne, które mogą być wsparciem dla dorosłych, gdy widzą krzywdzenie dziecka, prowadzące Katarzyna Majchrzak i Agata Kyzioł-Cieślak.

**25.11.2026** *Kreatywna książka w edukacji: Książka sensoryczna* – Zajęcia poświęcone będą książkom sensorycznym, które angażują zmysły dotyku, wzroku, a czasem także słuchu czy zapachu. Uczestnicy wykonają własne książeczki, używając różnorodnych materiałów i faktur, co pozwoli im zrozumieć, jak ważną rolę pełnią zmysły w odbiorze książki, prowadzące Iwona Leszczyńska-Wójcik i Elżbieta Iwaniuk Bieńko.

**15.12.2026** *Mapa marzeń i mapa celów – o budowaniu osobistego szczęścia* – warsztaty dla wszystkich zainteresowanych nauczycieli, prowadzą Agnieszka Kownatka i Anna Całka

**12.01.2027** *Nauczyciele szyją dobro* – warsztat rękodzielniczy dla nauczycieli – prowadzi Ewa Kirsz

**13.01.2027** *Kreatywna książka w edukacji: Książka pop-up* : podstawowe mechanizmy – uczestnicy poznają podstawowe mechanizmy przestrzenne umożliwiające tworzenie ruchomych i trójwymiarowych ilustracji, które ożywają podczas otwierania książki. Warsztaty pozwolą zdobyć praktyczne umiejętności projektowania prostych

elementów pop-up oraz wykorzystania ich w działaniach edukacyjnych, prowadzące Iwona Leszczyńska-Wójcik i Elżbieta Iwaniuk Bieńko.

**26.01.2027** O budowaniu osobistego szczęścia. Mapa marzeń i celów – warsztaty, których tematem będzie przygotowywanie osobistej mapy marzeń i celów. Warsztaty będą złożone z części teoretycznej i praktycznej. Celem spotkania jest zapoznanie się z metodą mapy marzeń i celów, aby później wykorzystać ją w pracy dydaktycznej i wychowawczej m.in. z uczniami czy podopiecznymi, prowadząca Anna Całka.

**17.02.2027** *Uczucia w filmie i literaturze* – prowadzi Barbara Szczepaniak

**24.02.2027** *Różne oblicza depresji – literackie i inne relacje z czasu zarazy* – warsztaty przeznaczone dla wszystkich, którym nieobojętny jest los pogrążonych w smutku i rozpacz, którzy mają odwagę poczuć, jak to jest żyć bez radości i z cierpieniem. Poznać twarze depresji to nauczyć się empatii wobec ludzi, którzy już chorują i uważności na tych, którzy zachorować mogą, prowadząca Iwona Szagała.

**4.03.2027** *Kreatywna książka w edukacji: Książka pop-up zaawansowane mechanizmy*. Cz. 1. – uczestnicy poznają zaawansowane mechanizmy przestrzenne umożliwiające tworzenie ruchomych i trójwymiarowych ilustracji, które ożywają podczas otwierania książki. Warsztaty pozwolą zdobyć praktyczne umiejętności projektowania prostych elementów pop-up oraz wykorzystania ich w działaniach edukacyjnych, prowadzące Iwona Leszczyńska-Wójcik i Elżbieta Iwaniuk Bieńko.

**5.03.2027** *Projekt „Stop hejt!”, a przemoc rówieśnicza* – szkolenie dla nauczycieli, bibliotekarzy, rodziców, biblioterapeutów i każdego zainteresowanego, pokazujące zjawisko przemocy rówieśniczej, a jednocześnie prezentujące projekt „Stop hejt!” skierowany do szkół, który oferujemy, a który zakłada przeprowadzenie zajęć dla grup uczniów młodszych i młodzieży szkolnej, a także spotkań szkoleniowo-informacyjno-interwencyjnych z nauczycielami i rodzicami. Podczas zajęć będą prezentowane scenariusze spotkań z uczniami, prowadzące Agata Kyzioł-Cieślak i Katarzyna Majchrzak.

**11.03.2027** *Asertywność w praktyce – cz. 2: asertywne, tj. nie- gniewne przyjmowanie krytyki* – warsztat poświęcony reagowaniu na krytykę pod swoim adresem, mechanizmom emocjonalnym, wpływających na postrzeganie siebie i otoczenia oraz koncepcji koła konfliktów, prowadzący Dariusz Bruzgo.

**17.03.2027** *Teatrzyk kamishibai w pracy z małym dzieckiem* – warsztaty są skierowane do nauczycieli nauczania początkowego oraz przedszkoli. Zajęcia mają na celu przybliżenie kamishibai - atrakcyjnej formy narracyjnej łączącej w sobie książkę z teatrem. Teatr ilustracji zaspokaja naturalną potrzebę dziecka, jaką jest słuchanie opowieści przy jednoczesnym śledzeniu ilustracji, prowadząca Milena Godlewska.

**18.03.2027** *Rozmowy, które otwierają. Te momenty w pracy z młodzieżą* – prowadzi Barbara Szczepaniak

**6.04.2027** *Bohaterowie literaccy ze spektrum autyzmu. Kształtowanie postawy akceptacji dla odmienności* – prezentacja wybranych książek z literatury pięknej

na temat autyzmu, które można wykorzystać w bibliotecznej pracy biblioterapeutycznej, prowadzą Iwona Szagała.

**13.05.2027** *Drama to nie dramat w bibliotece* – prowadzą Barbara Szczepaniak i Katarzyna Gołubiew

**20.05.2027** *Kreatywna książka w edukacji: Książka pop-up : zaawansowane mechanizmy*. Cz. 2. – Uczestnicy poznają zaawansowane mechanizmy przestrzenne umożliwiające tworzenie ruchomych i trójwymiarowych ilustracji, które ożywają podczas otwierania książki. Warsztaty pozwolą zdobyć praktyczne umiejętności projektowania prostych elementów pop-up oraz wykorzystania ich w działaniach edukacyjnych, prowadzące Iwona Leszczyńska-Wójcik i Elżbieta Iwaniuk Bieńko.

**02.06.2027** *Antydyskryminacyjna moc książek* – warsztaty z elementami biblioterapii – prowadzi Katarzyna Gołubiew

#### FILIA BŁONIE

**20.01.2027** *Hejt i przemoc „na niby” ranią naprawdę* -- szkolenie dla nauczycieli, bibliotekarzy, biblioterapeutów i każdego zainteresowanego, pokazujące problem przemocy, zwłaszcza tej ukrytej pod pozorami żartów, wśród dzieci i młodzieży, dające narzędzia do jej rozpoznawania i reagowania na zauważalne przejawy. Jednocześnie warsztaty dają podstawy profilaktyczne i wskazują materiały biblioteczne, które mogą być wsparciem dla dorosłych, gdy widzą krzywdzenie dziecka, prowadzące Katarzyna Majchrzak i Agata Kyzioł-Cieślak.

**24.02.2027** *Projekt „Stop hejt!”, a przemoc rówieśnicza* – szkolenie dla nauczycieli, bibliotekarzy, rodziców, biblioterapeutów i każdego zainteresowanego, pokazujące zjawisko przemocy rówieśniczej, a jednocześnie prezentujące projekt „Stop hejt!” skierowany do szkół, który oferujemy, a który zakłada przeprowadzenie zajęć dla grup uczniów młodszych i młodzieży szkolnej, a także spotkań szkoleniowo-informacyjno-interwencyjnych z nauczycielami i rodzicami. Podczas zajęć będą prezentowane scenariusze spotkań z uczniami, prowadzące Agata Kyzioł-Cieślak i Katarzyna Majchrzak.

**21.04.2027** *Bohaterowie literaccy ze spektrum autyzmu. Kształtowanie postawy akceptacji dla odmienności* – prezentacja wybranych książek z literatury pięknej na temat autyzmu, które można wykorzystać w bibliotecznej pracy biblioterapeutycznej, prowadząca Iwona Szagała.

#### FILIA GRODZISK MAZOWIECKI

**24.02.2027** *Kreatywna książka w edukacji: Książka pop-up : podstawowe mechanizmy* – uczestnicy poznają podstawowe mechanizmy przestrzenne umożliwiające tworzenie ruchomych i trójwymiarowych ilustracji, które ożywają podczas otwierania książki. Warsztaty pozwolą zdobyć praktyczne umiejętności projektowania prostych elementów pop-up oraz wykorzystania ich w działaniach edukacyjnych, prowadzące Iwona Leszczyńska-Wójcik i Elżbieta Iwaniuk Bieńko.

**7.04.2027** *Kreatywna książka w edukacji: Książka sensoryczna* – Zajęcia poświęcone będą książkom sensorycznym, które angażują zmysły dotyku, wzroku, a czasem także

słuchu czy zapachu. Uczestnicy wykonają własne książeczki, używając różnorodnych materiałów i faktur, co pozwoli im zrozumieć, jak ważną rolę pełnią zmysły w odbiorze książki, prowadzące Iwona Leszczyńska-Wójcik i Elżbieta Iwaniuk Bieńko.

#### FILIA NOWY DWÓR MAZOWIECKI

**23.09.2026** *Asertywność w życiu i pracy nauczyciela* – warsztaty dla nauczycieli i nauczycieli bibliotekarzy, prow. Agnieszka Kownatka-Ruszkowska

**21.10.2026** *Gry planszowe i edukacyjne w pracy nauczyciela, bibliotekarza i edukatora* – warsztaty dla nauczycieli bibliotekarzy, prow. Szymon Kaczmarczyk

**20.01.2027** *Rozmowy, które otwierają. Te momenty w pracy z młodzieżą* – prowadzi Barbara Szczepaniak

**10.03.2027** *Od książki do rozmowy. Jak poprzez literaturę o Internecie wspierać dobrostan psychiczny dzieci i młodzieży?*, prowadzące Agnieszka Zdrojewska i Dorota Walasek-Woźniak.

**7.04.2027** *Super, że jesteś! Jak nie wpaść w przepaść obowiązków i jak się z niej wydostać*, prowadząca Ewa Kirsch.

#### FILIA SOCHACZEW

**9.12.2026** *Szczęśliwy nauczyciel – szczęśliwy uczeń. Mapa marzeń i celów w budowaniu dobrostanu osobistego i szczęścia*, prowadzi Anna Całka

**13.01.2027** *Gimnastyka mózgu*, prowadzi Katarzyna Majchrzak

#### FILIA ŻYRARDÓW

**9.12.2026** *Agnieszka w Krainie Opowieści. Jakie historie wciągają czytelników*, prowadząca Agnieszka Kownatka-Ruszkowska

**12.05.2027** *Odporność psychiczna – metody naturalne*, prowadząca Anna Kowalska



Źródło: AI

Zapraszamy na webinary:

PBW im. KEN w Warszawie – Goćławska

**16.09.2026** *Obudź ich. Momenty AHA w pracy z młodzieżą* – prowadzi Barbara Szczepaniak

**22.09.2026** *Moc opowieści – o rozwijaniu empatii i wrażliwości poprzez czytanie* – prowadzi Agnieszka Kownatka-Ruszkowska

**28.09.2026** *Książki dla małego i dużego. Przegląd nowości książkowych dla uczniów szkół podstawowych* – prowadzi Agnieszka Kownatka-Ruszkowska

**02.10.2026** *Bibliotekarz szuka pomysłu* – prowadzi Barbara Szczepaniak

**9.11.2026** *Patriotyzm bez granic? O tożsamości, przynależności i wspólnocie w wielokulturowej klasie - warsztat poświęcony jest wyzwaniom i możliwościom edukacji patriotycznej w środowisku szkolnym, w którym spotykają się uczniowie o różnych językach, kulturach i doświadczeniach migracyjnych. Uczestnicy będą mieli okazję przeanalizować współczesne rozumienie patriotyzmu oraz zastanowić się, jak budować poczucie wspólnoty szkolnej i obywatelskiej z poszanowaniem różnorodności. Przedstawione zostaną przykłady działań dydaktycznych, które pomagają łączyć edukację patriotyczną z edukacją międzykulturową, wzmacniając poczucie przynależności wszystkich uczniów, prowadząca Bożena Stacewicz.*

**17.11.2026** *Asertywność w praktyce – cz.1: wyrażanie konstruktywnej krytyki* – warsztaty mają wyposażyć uczestników w wiedzę dlaczego wartościowanie przynosi więcej szkody niż pożytku oraz jak mogą przekazywać uczniom nawet trudne informacje w sposób konstruktywny i przyjazny, prowadzący Dariusz Bruzgo.

**07.12.2026** *Anioły w literaturze i innych tekstach kultury* – prowadzi Barbara Szczepaniak

**14.12.2026** *Projekt „Stop hejt!”, a przemoc rówieśnicza* – szkolenie dla nauczycieli, bibliotekarzy, rodziców, biblioterapeutów i każdego zainteresowanego, pokazujące zjawisko przemocy rówieśniczej, a jednocześnie prezentujące projekt „Stop hejt!” skierowany do szkół, a który zakłada przeprowadzenie zajęć dla grup uczniów młodszych i młodzieży szkolnej, a także spotkań szkoleniowo-informacyjno-interwencyjnych z nauczycielami i rodzicami. Podczas zajęć będą prezentowane scenariusze spotkań z uczniami, prowadzące Agata Kyzioł-Cieślak i Katarzyna Majchrzak.

**11.01.2027** *Emocje zapisane w książkach* – warsztaty dla bibliotekarzy i wszystkich zainteresowanych nauczycieli, prowadzi Barbara Szczepaniak

**15.02.2027** *Uczucia w filmie i literaturze* – prowadzi Barbara Szczepaniak

**23.02.2027** *O nastolatkach w kryzysie* - przegląd wybranych pomocy dydaktycznych i literatury ze zbiorów PBW dla nauczycieli pracujących z młodzieżą – szkolenie skierowane do nauczycieli, pedagogów i pedagogów specjalnych pracujących z młodzieżą, a także do wszystkich zainteresowanych tematem. Podczas spotkania zostaną zaprezentowane książki i pomoce dydaktyczne, które mogą być przydatne w towarzystwie nastolatkom w ich, najczęściej, burzliwym etapie rozwoju. Będzie mowa o książkach dla nauczycieli, rodziców i samych nastolatków, prowadząca Anna Całka.

**12.03.2027** *Kim jestem? W poszukiwaniu własnej pasji* – prowadzi Barbara Szczepaniak

**15.03.2026** *Projekt „Stop hejt!”, a przemoc rówieśnicza* – szkolenie dla nauczycieli, bibliotekarzy, rodziców, biblioterapeutów i każdego zainteresowanego, pokazujące zjawisko przemocy rówieśniczej, a jednocześnie prezentujące projekt „Stop hejt!” skierowany do szkół, a który zakłada przeprowadzenie zajęć dla grup uczniów młodszych i młodzieży szkolnej, a także spotkań szkoleniowo-informacyjno-interwencyjnych z nauczycielami i rodzicami. Podczas zajęć będą prezentowane scenariusze spotkań z uczniami, prowadzą Agata Kyzioł-Cieślak i Katarzyna Majchrzak.

**18.03.2027** *Między różnorodnością a integracją. Wyzwania współczesnej szkoły wielokulturowej* – jak sprawić, by szkoła była miejscem, w którym każde dziecko — niezależnie od kraju pochodzenia, języka czy doświadczeń migracyjnych — czuje się zauważone, bezpieczne i potrzebne? W dobie rosnącej różnorodności kulturowej nauczyciele stają przed wyzwaniem tworzenia przestrzeni sprzyjającej nie tylko nauce, ale także budowaniu relacji, wzajemnego szacunku i poczucia przynależności, prowadząca Bożena Stacewicz.

**14.04.2027** *Bohaterowie literaccy ze spektrum autyzmu. Kształtowanie postawy akceptacji dla odmienności* – prezentacja wybranych książek z literatury pięknej na temat autyzmu, które można wykorzystać w bibliotecznej pracy biblioterapeutycznej, prowadząca Iwona Szagała.

**15.04.2076** *Mój przyjaciel migrant* – szkolenie dla nauczycieli, bibliotekarzy, biblioterapeutów i każdego zainteresowanego, pokazujące zjawisko migracji i uwrażliwiające na problemy związane z tym zjawiskiem, ze szczególnym naciskiem na ćwiczenia warsztatowe mające ośwoić problem, a tym samym zmniejszyć negatywne nastawienie wobec osób migrujących, prowadzą Agata Kyzioł-Cieślak i Katarzyna Majchrzak.

**20.04.2027** *Asertywność w praktyce – cz. 2: asertywne, tj. nie- gniewne przyjmowanie krytyki* – warsztat poświęcony reagowaniu na krytykę pod swoim adresem, mechanizmom emocjonalnym, wpływających na postrzeganie siebie i otoczenia oraz koncepcji koła konfliktów, prowadzący Dariusz Bruzgo.



*Źródło: AI*

Zapraszamy na kursy e-learningowe:

*5 sposobów na Czerwonego Kapturka, czyli przykłady wykorzystania baśni klasycznych w pracy z dziećmi* – kurs przeznaczony dla nauczycieli, bibliotekarzy i rodziców, omawiający możliwości wykorzystania baśni klasycznych w pracy z dziećmi. Zawiera omówienie zasad doboru formy książki do wieku odbiorców, przykładowe działania, jakie można realizować z dziećmi w przedszkolu, bibliotece, czy w domu, prowadząca Sylwia Jaworska.

*Audiobook – alternatywna forma książki drukowanej*, prowadząca Katarzyna Gołubiew

*Gry planszowe w bibliotece i edukacji*, prowadząca Agnieszka Zdrojewska i Dorota Walasek-Woźniak

*Grywalizacja – co to takiego? Jak można ją wykorzystać w bibliotece i nauczaniu?*, prowadząca Agnieszka Zdrojewska

*Jak rozmawiać z dziećmi o Holocauście?* – przegląd wybranej literatury dla uczniów klas 4-6, Kurs 2, prowadząca Joanna Matoszko

*Książka historyczna, która zainteresuje uczniów. Czy to w ogóle możliwe?*, prowadząca Agnieszka Zdrojewska

*Moja praca kocha mnie bez wzajemności, czyli wypalenie zawodowe* – materiały dla nauczycieli, prowadząca Agata Kyzioł-Cieślak

*Narodowy Program Rozwoju Czytelnictwa 3.0. w przedszkolu, szkole i bibliotece pedagogicznej*, prowadząca Agnieszka Zdrojewska

*Popularyzacja czytelnictwa komiksów*, prowadząca Joanna Matoszko

*Popularyzacja czytelnictwa. Praca z książkami Svena Nordqvista, Jujji Wieslander, i Tomasa Wieslandera z serii Mama Mu i Pan Wrona oraz Pettson i Findus*, prowadząca Joanna Matoszko

*Słowa, które walczyły* – materiały do lekcji o poetach Powstania Warszawskiego (kl. 7-8), prowadząca Agata Kyzioł-Cieślak



*Źródło: AI*

Zapraszamy nauczycieli z klasami na zajęcia edukacyjne:

PBW im. KEN w Warszawie – Goławska

### **Przedszkola**

*Tata buduje namiot*

*W lustrzanej sali*

*Z książką dookoła świata, spotkanie 1. Poznaję świat z Frankiem* – cykl dla przedszkoli specjalnych

*Z książką dookoła świata, spotkanie 2. Z chłopcem i Syrenką odwiedzamy Danię i Norwegię* – cykl dla przedszkoli specjalnych

*Z książką dookoła świata, spotkanie 3. Na ratunek - Operacja Królowa Dżungli – cykl dla przedszkoli specjalnych*

*Z książką dookoła świata, spotkanie 4. Zwiedzamy Holandię z Betje i jej chodakami – cykl dla przedszkoli specjalnych*

*Z książką dookoła świata, spotkanie 5. Lidzia i Lemury – cykl dla przedszkoli specjalnych*

*Z książką dookoła świata, spotkanie 6. Z wizytą u Minotaura – cykl dla przedszkoli specjalnych*

*Z książką dookoła świata, spotkanie 7. Tja zwiedza świat – cykl dla przedszkoli specjalnych*

### **Szkoły podstawowe**

*Barwy świata. Różnorodni, a jednak tacy sami – kl. 4*

*Czy ważne jest zaufanie? – kl. 5-7*

*Dobrze, że jesteś – kl. 1-3*

*Fair play zaczyna się na dywanie – kl. 1-3*

*Idą święta – dla uczniów szkół specjalnych*

*Kamelia poznaje sąsiadów – kl. 1-3*

*Oswajamy emocje – kl. 1-3*

*Słowa, które walczyły. Poeci powstania warszawskiego – kl. 7-8*

*Tata buduje namiot – kl. 1-3*

*Unikany diament mimo wad to TY – kl. 5-6*

*W lustrzanej sali – kl. 1-3*

*Wspominamy wakacje – plastycznie i sensorycznie – dla uczniów szkół specjalnych*

*Wszystkich Was kocham najbardziej – kl. 1-3*

*Wydajemy Własną Książkę – warsztaty dla uczniów szkół, w tym również szkół specjalnych – kl. 1-3*

*Wypożyczalnia skrzydeł. Opowieść o magii czytania – kl. 1-5*

*Z książką dookoła świata, spotkanie 1. Poznaję świat z Frankiem – cykl dla szkół specjalnych*

*Z książką dookoła świata, spotkanie 2. Z chłopcem i Syrenką odwiedzamy Danię i Norwegię – cykl dla szkół specjalnych*

*Z książką dookoła świata, spotkanie 3. Na ratunek - Operacja Królowa Dżungli – cykl dla szkół specjalnych*

*Z książką dookoła świata, spotkanie 4. Zwiedzamy Holandię z Betje i jej chodakami – cykl dla szkół specjalnych*

*Z książką dookoła świata, spotkanie 5. Lidzia i Lemury – cykl dla szkół specjalnych*

*Z książką dookoła świata, spotkanie 6. Z wizytą u Minotaura – cykl dla szkół specjalnych*

*Z książką dookoła świata, spotkanie 7. Tja zwiedza świat – cykl dla szkół specjalnych*

*Zapoznanie z książkami pop-up oraz wykonanie kartki okolicznościowej z ruchomymi elementami – kl. 3*

### **Szkoły ponadpodstawowe**

*Cyfrowa higiena – od dezinformacji do manipulacji behawioralnej - Kompas życia – cykl 6 warsztatów dla młodzieży z LO*

*Na talerzu emocji – Kompas życia – cykl 6 warsztatów dla młodzieży z LO*

*Poczucie własnej wartości i zdrowe relacje – Kompas życia – cykl 6 warsztatów dla młodzieży z LO*

*Podejmij wyzwanie mimo przeszkód – Kompas życia – cykl 6 warsztatów dla młodzieży z LO*

*Polska wielu narodów – wspólne dziedzictwo Słowa, które walczyły, Poeci powstania warszawskiego*

*Sprawczość jest w Was. Szyjemy dobro – Kompas życia – cykl 6 warsztatów dla młodzieży z LO*

*Zarządzanie sobą w czasie – Kompas życia – cykl 6 warsztatów dla młodzieży z LO*

*Lekcje literackie dotyczące życia i twórczości poetów polskich: Marii Pawlikowskiej-Jasnorzewskiej, Haliny Poświatowskiej, Władysława Broniewskiego, Bolesława Leśmiana, Juliana Tuwima – lekcje realizowane w szkołach*

### **FILIA BŁONIE**

#### **Przedszkola**

*Wypożyczalnia skrzydeł. Opowieść o magii czytania*

#### **Szkoły podstawowe**

*Diament w lustrze – zajęcia biblioterapeutyczne – kl. 3-4*

*Magia z drewnianej skrzynki – opowieść teatru kamishibai*

### **FILIA GRODZISK MAZOWIECKI**

## **Przedszkola**

*Spotkania z teatrykiem kamishibai*

*Warsztaty ze sztuki opowiadania baśni, bajek i legend przygotowujące do udziału w konkursie „Oczaruj mnie...” – zajęcia rozwijające kompetencje emocjonalne i społeczne*

*Zajęcia rozwijające kompetencje emocjonalne i społeczne*

*Zajęcia z elementami biblioterapii*

## **Szkoły podstawowe**

*Spotkania z teatrykiem kamishibai*

*Warsztaty ze sztuki opowiadania baśni, bajek i legend przygotowujące do udziału w konkursie „Oczaruj mnie...” – zajęcia rozwijające kompetencje emocjonalne i społeczne*

## **FILIA NOWY DWÓR MAZOWIECKI**

### **Przedszkola**

*Dyskryminacja – co to znaczy?*

*Gry planszowe dla dzieci*

*Zaczarowany świat bajek, baśni i legend*

*Zaczarowany świat poezji – czytamy, czujemy, tworzymy*

*Zajęcia literacko-plastyczne z elementami biblioterapii*

*Zajęcia z teatrykiem kamishibai*

### **Szkoły podstawowe**

*Trzeba będzie... – o problemach współczesnego świata*

*Szacunek dla różnorodności. Stop wykluczeniu!*

## **FILIA SOCHACZEW**

### **Przedszkola**

*Zajęcia z teatrykiem kamishibai*

### **Szkoły podstawowe**

*Zajęcia z teatrykiem kamishibai*

### **Szkoły ponadpodstawowe**

*Zajęcia z teatrykiem kamishibai*

## **SZKOŁY PODSTAWOWE**

*Trzeba będzie... – o problemach współczesnego świata*

*Szacunek dla różnorodności. Stop wykluczeniu!*

## ŻYRARDÓW

### **Przedszkola**

*Biblioteka dobrych uczynków*

*Opowieści ze skrzynki kamishibai z elementami biblioterapii*

*Przygody z teatrzykiem kamishibai*

*Przedszkolak w świecie emocji*

### **Szkoły podstawowe**

*Akademia dobrych manier w bibliotece. Moc życzliwości*

*Opowieści ze skrzynki kamishibai z elementami biblioterapii*

*W świecie wartości*

### **Szkoły ponadpodstawowe**

*Stres out! – poradniki dla młodzieży*



*Źródło: AI*

Zapraszamy do dołączenia do Sieci Współpracy i Samokształcenia:

### PBW im. KEN w Warszawie – Goławska

*Biblioterapeutyczne podróże przez światy małe i duże, dla osób prowadzących zajęcia z elementami biblioterapii, koordynatorki Agata Kyzioł-Cieślak, Iwona Leszczyńska-Wójcik*

*Inspiracje są wśród nas, dla nauczycieli bibliotekarzy, koordynatorka Katarzyna Gołubiew*

*Praca z uczniem ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi*, koordynatorka Kamila Smolarek

*Wielokulturowość w przedszkolu i w szkole*, koordynatorka Bożena Stacewicz

*Zaczytane przedszkolaki*, dla nauczycieli przedszkoli, koordynatorki Barbara Szczepaniak, Katarzyna Gołubiew

#### FILIA BŁONIE

Sieć współpracy i samokształcenia nauczycieli bibliotekarzy ze szkół powiatu warszawskiego zachodniego, koordynatorka Joanna Chojnacka

#### FILIA NOWY DWÓR MAZOWIECKI

*Rozwijanie kompetencji czytelniczych*, dla nauczycieli bibliotekarzy, koordynatorka Agnieszka Sokołowska

#### FILIA SOCHACZEW

*Bibliotekarz szuka pomysłów*, dla nauczycieli bibliotekarzy z powiatu sochaczewskiego, koordynatorka Aneta Stępień

#### FILIA ŻYRARDÓW

Sieć współpracy i samokształcenia nauczycieli bibliotekarzy szkolnych powiatu żyrdowskiego, koordynatorka Barbara Jerzak



*Źródło: AI*

Zapraszamy na spotkania z autorami:

PBW im. KEN w Warszawie – Goławska

Cykliczne spotkania autorskie z młodzieżą szkół średnich o literackich bohaterach książek Marioli Pryzwan: Władysław Broniewski, Maria Dąbrowska, Maria Pawlikowska-Jasnorzewska i Halina Poświatowska. Terminy: **24 II 2027, 31 III 2027, 28 IV 2027, 26 V 2027**



*Źródło: AI*

Zapraszamy do udziału w konkursach:

PBW im. KEN w Warszawie – Goławska

**I 2026 – XII 2026** *Biblioterapeutyczne słowo roku 2026* – dla każdego chętnego

**X 2026 – VI 2027** *Wydajemy Własną Książkę* dedykowany uczniom szkół specjalnych

FILIA BŁONIE

**IX 2026 – I 2027** *Wydajemy Własną Książkę*, XXV edycja powiatowa

FILIA GRODZISK MAZOWIECKI

**X 2026 – II 2027** *Oczaruj mnie...*, XI edycja

FILIA NOWY DWÓR MAZOWIECKI

**V 2027** *Czytać można zawsze i wszędzie*, III edycja



*Źródło: AI*

Zapraszamy do odwiedzenia planowanych wystaw:

PBW im. KEN w Warszawie – Gocławska

**IX 2026** *Przybij piątkę z ...” prace plastyczne z SPS nr 240*

**X 2026** *Książki, które dodają skrzydeł*

**III 2027** *Gdy nad dzieckiem wiszą czarne chmury... Literatura biblioterapeutyczna dla dzieci ze zbiorów PBW*

**III 2027** *W świecie emocji*

**III 2027** *Trudne tematy w literaturze dla dzieci i młodzieży*



*Źródło: AI*

Zapraszamy do organizacji we własnym środowisku następujących imprez:

**5 września** – Narodowe Czytanie

**1-31 października** – Miesiąc Bibliotek Szkolnych

**16 października** – Noc Bibliotek

**5 listopada** – Dzień Postaci z Bajek

**14 listopada** – Dzień Biblioterapii

Zapraszamy także do dołączenia do imprez organizowanych w naszej bibliotece:

PBW im. KEN w Warszawie – Goławska

**13 X 2026, 26 I 2027, 20.04.2027** *Bazar Zauroczeń Czytelniczych* – spotkania dyskusyjne

**2 II 2027, 31 III 2027, 28.04.2027, 26.05.2027** *Literackie Piątki*



Źródło: Freepik

Słowo  
Emocja  
Ukojenie

## RELACJE

### Relacja z konferencji *Biblioterapia męskim okiem: siła literatury w pracy edukacyjnej i wychowawczej*

Autorka: Katarzyna Gołubiew

(Koło Warszawskie PTB, PBW w Warszawie)



Współczesna biblioterapia coraz częściej przekracza granice tradycyjnie rozumianej pracy z książką, stając się ważnym narzędziem wspierającym rozwój emocjonalny, relacyjny i edukacyjny dzieci, młodzieży oraz dorosłych. Temu właśnie zagadnieniu poświęcona była konferencja *Biblioterapia męskim okiem: siła literatury w pracy edukacyjnej i wychowawczej*, zorganizowana przez Pedagogiczną Bibliotekę Wojewódzką im. Komisji Edukacji Narodowej w Warszawie. Spotkanie zgromadziło bibliotekarzy, nauczycieli, pedagogów oraz osoby zainteresowane wykorzystaniem literatury w pracy wychowawczej i wspieraniu dobrostanu psychicznego.

Honorowy patronat nad wydarzeniem objęli: Polskie Towarzystwo Biblioterapeutyczne, Adam Struzik Marszałek Województwa Mazowieckiego oraz Mazowieckie Kuratorium Oświaty. Partnerami konferencji byli: Warszawskie Koło Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego, „Biblioteka w Szkole” oraz Fundacja Powszechnego Czytania.

Konferencję otworzyła dyrektorka biblioteki pani Joanna Kamińska, która przywitała wszystkich zgromadzonych gości. Wydarzenie swoją obecnością zaszczylicili: dyrektor Departamentu Edukacji Publicznej i Sportu Województwa Mazowieckiego Mirosław Krusiewicz, kierująca tym Departamentem Agnieszka Wolińska, reprezentująca akcję czytelniczą #TataTeżCzyta Agnieszka Nyc oraz przedstawicielka Fundacji Volto Amore Dorota Osman. Wydarzenie było transmitowane na żywo na bibliotecznym kanale *Biblioteka Goławska* w serwisie YouTube, a prowadziła je autorka niniejszej relacji.

## Literatura w praktyce bibliotecznej i terapeutycznej



W pierwszym wystąpieniu zaprezentował się Szymon Kaczmarczyk, nauczyciel bibliotekarz z filii biblioteki pedagogicznej w Nowym Dworze Mazowieckim.

W prelekcji *Jak wykorzystuję literaturę w swojej pracy – doświadczenie praktyka* przedstawił konkretne przykłady działań biblioterapeutycznych realizowanych w pracy z dziećmi i młodzieżą. Podkreślał, że książka może stać się punktem wyjścia do rozmowy o emocjach, trudnościach rozwojowych czy relacjach rówieśniczych. Prelegent zwrócił uwagę na rolę bibliotekarza jako osoby inicjującej bezpieczną przestrzeń dialogu, nie tylko poprzez dobór odpowiedniej literatury, lecz także poprzez sposób prowadzenia rozmowy z młodym czytelnikiem.



W kolejnym wystąpieniu, psycholog oraz arteterapeuta, Tomasz Kuta zaprezentował temat *Książka jako interwencja terapeutyczna – perspektywy biblioterapii klinicznej*. Prelegent, związany ze Stowarzyszeniem Arteterapeutów Polskich Kajros, w trakcie swojego wykładu przedstawił biblioterapię jako jedną z metod wspierających proces terapeutyczny. Omówił jej miejsce w szerszym obszarze arteterapii oraz wskazał, w jaki sposób odpowiednio dobrany tekst literacki może pomagać w przepracowywaniu emocji, budowaniu wglądu i wzmacnianiu zasobów psychicznych pacjenta.

## Literatura jako przestrzeń budowania relacji



Drugą część konferencji rozpoczął Marcin Perfuński, jeden z ambasadorów akcji #TataTezCzyta, dziennikarz, influencer i popularyzator czytelnictwa, znany w sieci jako „SuperTata”. W wystąpieniu *Spotkajmy się przy książce. Jak za pomocą literatury budować dobre relacje z dzieckiem?* podkreślał znaczenie wspólnego czytania, jako czasu bliskości i rozmowy. Zwracał uwagę, że książka może być naturalnym pretekstem do poruszania trudnych tematów, a także sposobem na budowanie więzi między dzieckiem a rodzicem. W jego wystąpieniu szczególnie wybrzmiała rola ojców w rozwijaniu nawyków czytelniczych i wspieraniu emocjonalnego rozwoju dzieci.

## Bohater literacki wobec kryzysu



Przedostatnie wystąpienie podczas konferencji należało do Dariusza Martynowicza, nauczyciela języka polskiego i laureata tytułu „Nauczyciel Roku 2021”. W referacie *Męskość w kryzysie – bohater literacki wobec porażki, utraty i niespełnienia* zaprezentował refleksję nad sposobami przedstawiania męskich doświadczeń w literaturze. Prelegent pokazywał na wybranych przykładach z kanonu lektur szkolnych, że literaccy bohaterowie, mierzący się z porażką, czy poczuciem niespełnienia, mogą stać się ważnym punktem odniesienia dla młodych ludzi poszukujących własnej tożsamości. Literatura pozwala bowiem zobaczyć, że słabość, zwątpienie, czy kryzys są naturalną częścią ludzkiego doświadczenia.



Ostatni referat, *O sile, która pozwala czuć – jak literatura otwiera dzieci i młodzież na rozmowę o tym, co trudne*, wygłosił Łukasz Wróbel z Uniwersytetu Warszawskiego. Prelegent wskazywał, że literatura daje młodym odbiorcom język do opisywania emocji i doświadczeń, które często trudno wyrazić wprost. Podkreślał również znaczenie odpowiednio prowadzonej rozmowy po lekturze – to właśnie ona pozwala przekuć doświadczenie czytelnicze w refleksję i budowanie kompetencji emocjonalnych. Pan Łukasz, jako przedstawiciel wydawnictwa NoBell, ilustrował swoje wystąpienie konkretnymi przykładami książek dla dzieci, publikowanych przez to wydawnictwo, pokazując, w jaki sposób współczesna literatura dla młodych czytelników podejmuje tematy trudnych doświadczeń i relacji.

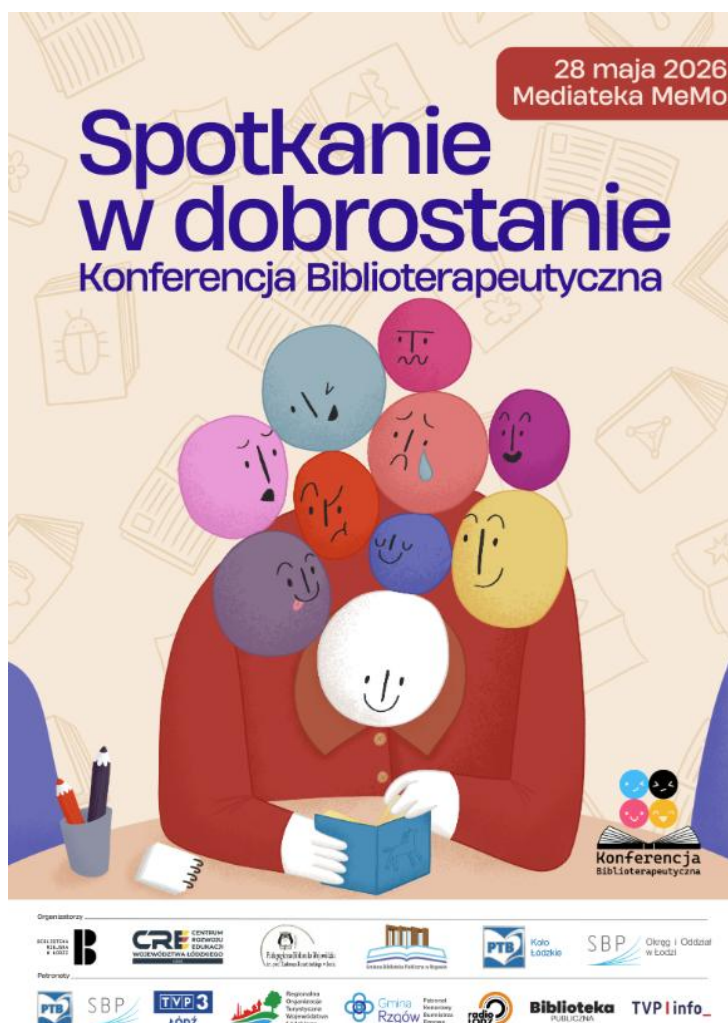
Spotkanie pokazało, że literatura może być nie tylko źródłem wiedzy i estetycznych przeżyć, lecz także skutecznym narzędziem wspierania rozwoju emocjonalnego, budowania relacji oraz pracy nad własnym dobrostanem. Perspektywa „męskiego spojrzenia” na biblioterapię, zaprezentowana podczas konferencji, stała się okazją do poszerzenia refleksji nad rolą literatury towarzyszącej człowiekowi w jego codziennych doświadczeniach, trudnościach i poszukiwaniu sensu.

Autorki zdjęć: Agnieszka Kownatka-Ruszkowska, Barbara Szczepaniak

## Dobrostan w biblioterapii

Autorka: Agata Kyzioł-Cieślak

(Koło Warszawskie PTB, PBW w Warszawie)



Źródło: Centrum Rozwoju Edukacji Województwa Łódzkiego w Łodzi

Maj, miesiąc dedykowany książkom i bibliotekom, obfitował w różnorodne działania wokół tej tematyki, w tym także biblioterapeutyczne. Miałam przyjemność być uczestniczką i prelegentką Konferencji Biblioterapeutycznej *Spotkanie w dobrostanie*, która odbyła się 28 maja br. w Łódzkiej Mediatece Memo. Hasłem przewodnim był szeroko rozumiany dobrostan. Pomysłodawczynią i realizatorką była Gabriela Wiktorczyk wraz z członkiniami i członkami Koła Łódzkiego Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego, ze wsparciem współorganizatorów, do których należały: Biblioteka Miejska w Łodzi,

Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka im. prof. T. Kotarbińskiego w Łodzi,  
Gminna Biblioteka Publiczna w Rzgowie,  
Stowarzyszenie Bibliotekarzy Polskich - Okręg i Oddział w Łodzi.

Konferencja objęta była licznymi patronatami: Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego, Stowarzyszenia Bibliotekarzy Polskich, TVP3 Łódź, Radia Łódź, Regionalnej Organizacji Turystycznej Województwa Łódzkiego, czasopisma „Biblioteka Publiczna”, oraz honorowym patronatem burmistrza Rzgowa.

W spotkaniu uczestniczyli bibliotekarze z różnego typu księżnic, nauczyciele, pedagodzy, psychologodzy, biblioterapeuci, a także osoby zainteresowane biblioterapią i tematyką dobrostanu, które zjechały się tego dnia z całej Polski.

Konferencję rozpoczęła krótkim wystąpieniem Bożena Orczykowska, dyrektorka Biblioteki Miejskiej w Łodzi, a uzupełniła Justyna Jurasz, prezeska Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego, Następnie Gabriela Wiktorczyk, przewodnicząca Koła Łódzkiego PTB wprowadziła zebranych w tematykę spotkania oddając głos prowadzącemu spotkanie i moderatorowi sesji.

Merytoryczną część konferencji zapoczątkowało inspirujące wystąpienie dr Moniki Mularskiej-Kucharek, która mówiła o drogowskazach szczęścia, czyli o tym w jaki sposób dbać o swój dobrostan i wewnętrzną równowagę. Podkreślała niezwykłą wagę samoświadomości i umiejętności zrównoważenia stresu poprzez praktyki redukujące jego nasilenie. Szczególny nacisk kładła na to, aby skupiać się na elementach, na które mamy wpływ. Nie zawsze mamy wpływ na „akcję”, czyli to, co się zadzieje wokół nas, jednak zawsze mamy wybór jak na nią zareagować. I nie chodzi tu o pierwszą instynktowną reakcję – walcz, uciekaj lub wejdź w stan zamrożenia – lecz o reakcję, której można się nauczyć, rozpoznając i odpowiednio uwalniając lub ukierunkowując emocje.

W dwóch sesjach poświęconych inspiracjom pojawił się bardzo ciekawy pomysł prezentacji wypowiedzi – 3x10, czyli swoje dobre praktyki prezentowało dziesięcioro prelegentek i prelegentów, a każde z nich miało 10 minut na to, aby w 10 slajdach przedstawić swoje tematy. Dynamika sesji sprzyjała podtrzymaniu zainteresowania

i pozwalala uniknąć zmęczenia. W tak krótkich wystąpieniach trzeba było zmieścić najważniejsze elementy i to się świetnie prezentującym udało.

Jako pierwsza podzieliła się z uczestnikami metodyką spaceru kontemplacyjnego dr Agnieszka Janiszewska z Łódzkiego Koła PTB, której prelekcja była niejako wstępem do prowadzonych przez nią w trzeciej sesji warsztatów. O dobroczynnym wpływie ruchu oraz dążenia do jedności ciała i ducha usłyszeliśmy tyle, że każdy zapragnął wcielić tę wiedzę w czyn. Niektórzy mogli to zrobić podczas sesji końcowej, jeśli wybrali warsztaty prowadzone właśnie przez dr Agnieszkę Janiszewską.

Kolejną osobą dzielącą się doświadczeniem był Mariusz Kiełtyka z Wrocławskiego Koła PTB, który opowiedział o działaniach zmierzających do wspierania dobrostanu młodych czytelników Biblioteki Publicznej w Gryfinie, w której prowadzi zajęcia z elementami biblioterapii. Można było się zainspirować bogatym wachlarzem praktyk, jakie wdrożył w codziennej pracy z młodymi czytelnikami, a wszystko to pod hasłem *Lubię tu być – wspieranie dobrostanu dzieci i młodzieży*.

Przyszła także moja kolej na zaprezentowanie autorskiego projektu *Stop hejt! Przywróćmy dobrostan w mury szkół*, w który wplecione zostały zajęcia z elementami biblioterapii dla młodszych uczniów i program biblioterapeutyczny dla młodzieży. Przewidziano także współpracę z fundacją, której celem jest nie tylko profilaktyka i edukacja ale też interwencja w sytuacjach kryzysowych oraz wspieranie działań zmierzających do rozwiązania problemów związanych z przemocą rówieśniczą. Reprezentowałam Warszawskie Koło PTB przy Pedagogicznej Bibliotece Wojewódzkiej im. KEN w Warszawie. W przerwach między sesjami z przyjemnością usłyszałam od kilkorga uczestników, że chcieliby podobny program wdrożyć na swoim terenie.

Kolejną prelegentką była dr Anna Kubiak-Szeligowska z Łódzkiego Koła PTB, która w wystąpieniu, zatytułowanym *Akwarelowe ukojenie stresu w działaniach biblioterapeutycznych*, opowiadała o wykorzystaniu arteterapii połączonej z biblioterapią w procesie redukcji stresu. Przykłady doskonałego połączenia sztuki literackiej z graficzną stały się dla wielu inspiracją do wprowadzenia podobnych elementów we własnej pracy.

Pierwszą sesję zamknęło wystąpienie Weroniki Szalińskiej z Fundacji Zaczytani, która opowiedziała o działaniach Fundacji na rzecz rozwoju osobistego, edukacji oraz wolontariatu w ramach *Zaczytanej Akademii*. Wielu uczestników konferencji deklarowało, że korzystają z materiałów jakie fundacja udostępnia, bardzo przydatnych w zajęciach biblioterapeutycznych.

Po przerwie kawowej drugą sesję 10-minutowych wystąpień zapoczątkowały panie Monika Barriga i Joanna Grzybowska z Biblioteki Miejskiej w Łodzi. Pierwsza prelegentka reprezentowała także Łódzkie Koło PTB. Tematem ich wystąpienia były *Biblioteki Emocji i ich wpływ na budowanie dobrostanu w przyszłości każdego z nas*.

Przedstawicielka Pedagogicznej Biblioteki Wojewódzkiej im. prof. Tadeusza Kotarbińskiego w Łodzi oraz Łódzkiego Koła PTB – Marzena Andrzejewska-Warchocka wróciła do tematu arteterapii, pokazując doświadczenia swojej macierzystej placówki w tym zakresie. Mieliśmy okazję podpatrzeć, co robią bibliotekarze w innych księżnicach i wykorzystać podobne możliwości we własnym działaniu.

O literackim wsparciu dobrostanu poprzez medytację z książką, służącą wzmocnieniu samoakceptacji, praktyce uważności, wdzięczności oraz budowaniu poczucia wewnętrznej równowagi pięknie mówiła Magdalena Prokopowicz z Wrocławskiego Koła PTB w prezentacji zatytułowanej *Moje „tu i teraz”*. Wskazywała, jak ważne jest zatrzymanie się w codziennym pośpiechu i, zamiast skupienia na przyszłości lub zagubienia w tematach z przeszłości, zauważenie swojego czasu teraźniejszego, pozwolenie sobie na nacieszenie się jego drobnymi przyjemnościami oraz docenienie tego momentu w życiu, w którym jeszcze możemy na wszystko mieć wpływ. Przyszłości nie przewidzimy, przeszłości nie zmienimy, ale tu i teraz możemy dokonać wyboru jak chcemy reagować, jaką drogą podążać. Warto robić to świadomie, budując krok po kroku swój dobrostan.

Zaskakujący był temat kolejnej prelekcji, która dotyczyła... zębów. Tak, to nie pomyłka. Marta Pokorska-Jurek podzieliła się swoim doświadczeniem i częścią życiowej historii, w której, jako dziecko dwojga osób związanych ze światem dentystycznym, wyrosła

wśród książek i rozmów o zębach. Stało się to dla niej inspiracją do znalezienia własnej drogi, nie stomatologicznej, lecz związanej z nauką i wiedzą. Zainteresowała się bowiem zębami zwierząt i zaczęła pisać książki edukacyjne. O swoich literackich początkach opowiedziała pokazując, jak książka może wpłynąć na ludzkie życie.

Muzykoterapeutyczny wydźwięk miała ostatnia z krótkich prezentacji, podczas której Patryk Pietroń opowiadał, jak muzyka potrafi obudzić coś ukrytego w człowieku, a myśli i słowa wyrażone w piosenkach niosą szansę na zmianę rzeczywistości. Nie bez powodu mamy powiedzenie, że *muzyka łagodzi obyczaje*. Potrafi złagodzić też wewnętrznie odczuwany ból, czy smutek i wprowadzić wyciszenie oraz równowagę, prowadzące do odzyskania lub zbudowania własnego dobrostanu.

W trakcie konferencji swoją ofertę prezentowały trzy wydawnictwa: Wydawnictwo Literatura, Wydawnictwo Studio Koloru, i Wydawnictwo Mijamy się – gry terapeutyczne. Przedstawicielki dwóch pierwszych edytorów umożliwiły zapoznanie się z całą gamą książek, będące doskonałym materiałem do zajęć biblioterapeutycznych. Natomiast ostatnie wydawnictwo eksponowało kilka naprawdę wspaniałych gier terapeutycznych, których część powstała z myślą o osobach z autyzmem i w spektrum. Wszystkie stoiska cieszyły się nieustannym oblężeniem w przerwach między sesjami. Chciałabym tutaj poświęcić chwilę jednej z gier proponowanych przez Wydawnictwo Mijamy się – S.O.R. Miałam z tą grą do czynienia wcześniej, bowiem stała się ona bohaterką jednego z odcinków mojego autorskiego wideovloga *Ręce, które uczą*, który przygotowuję wraz z dwoma koleżankami. W odcinku, który ukaże się w listopadzie 2026 r. w związku z Ogólnopolskim Tygodniem Biblioterapii, pokazujemy właśnie tę grę w akcji. Zapraszamy zainteresowanych do obejrzenia naszej propozycji wykorzystania tej pomocy dydaktycznej podczas zajęć. Publikujemy odcinek co kwartał na YouTube na kanale Biblioteka Gocławska, pod adresem:

<https://www.youtube.com/@bibliotekagocawska9344>.

Ciekawostką i miłym zaskoczeniem była dla uczestniczek i uczestników konferencji loteria, którą dla urozmaicenia wprowadzili organizatorzy, dzięki hojności sponsorów. W tym momencie dowiedzieliśmy się czemu służą numerki znajdujące się

w identyfikatorach konferencyjnych. Wylosowano dziesięcioro szczęśliwców, którzy dostali upominki w postaci książek i gier terapeutycznych.

Sesja warsztatowa, kończąca konferencję, trwała półtorej godziny. Już na etapie rejestracji każdy wybierał jeden warsztat, w którym miał uczestniczyć. Z późniejszych rozmów kularowych z osobami, które wybrały inne warsztaty niż ja, wiem, że były zachwycone ich przebiegiem i bogactwem doświadczeń oraz inspiracji. To był jedyny mankament konferencji – ta konieczność wyboru, gdy chciałoby się brać udział we wszystkich warsztatach. Jednak życie składa się właśnie z wyborów i nie moglibyśmy mówić o budowaniu dobrostanu, gdybyśmy nie umieli wybrać tego, co uznamy za najlepsze dla siebie. A z czego mogliśmy wybrać?

Pierwszy z warsztatów, zatytułowany był *Siła opowieści. Jak historie mogą nam pomóc zrozumieć własne emocje*. Prowadząca go Joanna Stawińska zaprosiła uczestników do dyskusji w temacie i pokazywała przykłady opowieści mogących mieć wpływ na nasze życie, emocje i budowanie dobrostanu. Jestem przekonana, że każdy wyszedł z tych warsztatów z wieloma pomysłami i tytułami, które w przyszłości staną się kanwą zajęć biblioterapeutycznych, ale też nie pozostaną obojętne dla procesu budowania własnego dobrostanu.

Drugi warsztat prowadziła dr Agnieszka Janiszewska, która wprowadziła nas wszystkich w jego tematykę jeszcze podczas sesji wykładowej. Następnie, wraz z chętnymi, poszła na spacer kontemplacyjny do okolicznego parku, gdzie uczestnicy mogli praktykować jedność z przyrodą, z własnym ciałem i duchem, wyciszyć się, a także zajrzeć w głąb siebie. Dbając o wewnętrzną równowagę zadbali o własny dobrostan.

Wreszcie warsztaty, które sama wybrałam ze względu na wspomniany już wideovlog, który tworzę. Prowadzone były przez przedstawicielkę wydawnictwa Mijamy się – gry edukacyjno-terapeutyczne, Małgorzatę Dziegielewską. Nosiły tytuł *Małe kroki, wielka zmiana* i dotyczyły wykorzystania wspomnianych gier a także różnych innych narzędzi do pracy nad budowaniem dobrostanu. Mimo żalu, że nie mogłam być na wszystkich warsztatach, to swój wybór oceniam jako bardzo trafny i niezwykle pomocny w przyszłych działaniach. Poznałam fantastyczne materiały, które z pewnością

inspirują do wzbogacenia własnego warsztatu pracy, a sposobami ich wykorzystania podzielę się z wszystkimi zainteresowanymi w filmikach z cyklu *Ręce, które uczą*.

Celem konferencji była popularyzacja biblioterapii w drodze do budowania dobrostanu każdego człowieka, a zarazem podzielenie się doświadczeniami i dobrymi praktykami, inspirującymi do działania. Integracja środowiska jest bardzo ważnym elementem dzielenia się wiedzą, wszak nikt nie wie wszystkiego ale suma wiedzy każdego z nas staje się ogromną biblioteką możliwości.

Dziękuję organizatorom, że tak pięknie zadbali o dobrostan każdej z uczestniczących osób i mam nadzieję, że narodziło się w ten sposób wydarzenie być może cykliczne, podczas którego w pół drogi, jako że Łódź to niemal centrum Polski, spotykać się będą miłośnicy biblioterapii.



Źródło: Freepik

## ***Fala, która płynie inaczej – o wyjątkowości i sile w różnorodności***

**autorka: Natalia Celewska**

(Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 16 w Krakowie ; Koło Warszawskie PTB)

### **Cele:**

- Zrozumienie i akceptacja niepełnosprawności (własnej lub cudzej)
- Rozwijanie empatii, otwartości i poczucia własnej wartości i sprawczości
- Przełamywanie stereotypów dotyczących niepełnosprawności i „normalności”
- Refleksja nad własnymi granicami i uprzedzeniami

### **Warunki techniczne:**

- Liczba uczestników: 15-20
- Wiek uczestników: Uczniowie klas VII-VIII
- Miejsce zajęć: sala lekcyjna, biblioteka
- Czas trwania zajęć: 90 minut

### **Metody pracy:**

- praca z tekstem,
- rozmowa kierowana,
- zabawy ruchowe,
- ćwiczenia kreatywne.

### **Formy pracy:**

- indywidualna,
- zbiorowa,
- grupowa.

### **Środki biblioedukacyjne:**

- tekst literacki,
- kredki, pisaki, flamastry,

- kartki papieru (A4)

### **Materiały do zadań:**

- „*Butelka z wiadomością – eksploracja zmysłów*”: plastikowe butelki wypełnione różnymi substancjami (woda z brokatem, ryż, żelki, piasek), muszelki.
- Karty pracy z fragmentami tekstu literackiego [Załącznik 1, Załącznik 2].
- „*Fala empatii*”: papier w odcieniach niebieskiego (może być kolorowy, z fakturą, z brokatem), nożyczki, mazaki, kredki, długopisy, duży arkusz papieru lub tablica do przyklejenia fal, klej lub taśma dwustronna, karta pracy *Fala empatii* [Załącznik 3].

### **Literatura:**

- Van Haele Jeroen, *Morze ciche*, Warszawa, Wydawnictwo Nasza Księgarnia, 2017, ISBN 9788310131157.

### **Przebieg zajęć:**

#### Część I. Zabawa edukacyjna

Prowadzący zaprasza dzieci do wspólnego kręgu. Przeprowadza krótką zabawę integracyjną *Moje imię i moja fala* – każdy mówi swoje imię i jedną cechę, którą czasem uważa za trudną, ale która go kształtuje.

#### Część II. Praca z tekstem

- Prowadzący zajęcia czyta pierwszy fragment tekstu *Morze ciche* (załącznik 1).
- Rozmowa kierowana na temat przeczytanego fragmentu tekstu:  
 Jakie emocje towarzyszą bohaterowi podczas jego samotnych wędrówek?  
 Co oznacza dla niego „dziurka w wietrze”?  
 Jakie znaczenie ma wiatr w tym fragmencie?  
 Czy czujecie w tym fragmencie smutek, ciekawość, nadzieję – a może coś innego?  
 Czy bohater czuje się wykluczony ze świata dźwięków?  
 Jak to wpływa na jego postrzeganie rzeczywistości?
- Dyskusja o charakterze refleksyjnym:  
 Jak myślicie, co oznacza „nie słyszeć” – nie tylko dosłownie, ale też metaforycznie?  
 Co moglibyśmy zrobić, by pomóc komuś, kto nie słyszy, poczuć się bardziej „usłyszanym”?

#### Część III. *Butelka z wiadomością – eksploracja zmysłów*.

Zabawa indywidualna z elementami sensoryki polega na tym, że uczestnicy warsztatów zamykają oczy i próbują „usłyszeć” otoczenie innymi zmysłami – dotykem, zapachem, ruchem

powietrza. Następnie świat, który ujrzeli w swojej wyobraźni za pomocą materiałów przeznaczonych do wykorzystania w tym zadaniu, tworzą „wiadomość od rozbitka” i umieszczają ją w plastikowych butelkach.

Zabawę kończymy chwilą refleksji:

Co odkryliśmy?

Czego doświadczyliśmy dzięki temu zadaniu?

*Uwaga! Uczestnicy wykonują zadanie z zamkniętymi oczami (można zasłonić oczy szalikiem, apaszką itp.).*

#### Część IV. Praca z tekstem

- Prowadzący zajęcia czyta drugi fragment tekstu: *Morze ciche* (załącznik 2).
- Rozmowa kierowana na temat przeczytanego fragmentu tekstu:
  - Jakie znaczenie ma cisza między Javierem a narratorem bohaterem?
  - Co mówi o ich relacji?
  - Jakie cechy charakteru można przypisać Javierowi na podstawie jego zachowań?
  - W jaki sposób Javier wpływa na życie narratora i jego mamy?
  - Dlaczego narrator (bohater) tak dobrze czuje się w towarzystwie Javiera?
- Dyskusja o charakterze refleksyjnym:
  - Czy w Waszym życiu był ktoś taki jak Javier — osoba, która wspierała Was bez słów?
  - Jak myślicie, dlaczego czasem cisza między ludźmi może być bardziej znacząca niż rozmowa?
  - Jakie emocje wzbudza w Was relacja między Javierem a narratorem?
  - Czy przypomina Wam jakąś relację z Waszego życia?

#### Część V. Fala empatii – zabawa plastyczna

Na potrzeby tej zabawy załącznik 3 posłuży jako karta pracy. Nauczyciel opowiada dzieciom/uczniom, że każda fala na morzu jest inna — tak jak każdy człowiek. Niektóre są spokojne, inne burzliwe, niektóre płyną szybko, inne wolniej. Ale wszystkie są częścią tego samego oceanu.

Każde dziecko otrzymuje 2–3 wycięte papierowe fale (można wcześniej przygotować szablony lub pozwolić dzieciom samodzielnie je wycinać). Dzieci (lub uczestnicy) piszą na papierowych falach odpowiedź na jedno z pytań:

Co mnie wyróżnia? (np. „Lubię rysować”, „Mam aparat słuchowy”, „Jestem bardzo cierpliwy”),

Co może być trudne dla innych? (np. „Poruszanie się po schodach”, „Zrozumienie mowy”, „Zbyt głośne dźwięki”),

Jak mogę pomóc komuś, kto inaczej się porusza, mówi, widzi? (np. „Mogę poczekać”, „Mogę zapytać, czego potrzebuje”, „Mogę mówić wyraźniej”).

Tworzenie wspólnego oceanu empatii: Uczniowie przyklejają swoje fale na dużym arkuszu lub tablicy, układają je w kształt oceanu, zatoki lub spiralnej fali. Na środku można umieścić napis: *Każda fala ma znaczenie.*

Zabawa ma na celu rozwijanie empatii i samoświadomości, rozumienie różnorodności i niepełnosprawności, budowanie poczucia wspólnoty i akceptacji.

Zabawę kończymy chwilą refleksji:

Co nas łączy mimo różnic?

Czy coś Was zaskoczyło w odpowiedziach innych?

Jak możemy być „latarnią” dla tych, którzy mają trudności?

#### Część VI. Podsumowanie zajęć

*List z wyspy rozbitka* – zabawa indywidualna

Prowadzący mówi: *Wyobraźcie sobie, że jesteście rozbitkami, którzy właśnie odnaleźli swoją wyspę. Przeżyliście wiele, odkryliście coś ważnego. Teraz czas napisać list, który zostawicie w butelce dla innych rozbitków.*

Następnie każdy uczestnik otrzymuje kartkę i pisze krótki list, w którym odpowiada na poniższe pytania:

Co odkryłem o sobie?

Co chciałbym powiedzieć komuś, kto czuje się zagubiony?

Jaką nadzieję chcę przekazać dalej?

Listy można zwinąć i włożyć do papierowych „butelek” lub do wspólnego pudełka ozdobionego jak ocean.

Prowadzący mówi: *Te listy to nasza latarnia dla innych. Niech płyną dalej – jak fale, które niosą słowa, siłę i zrozumienie.*

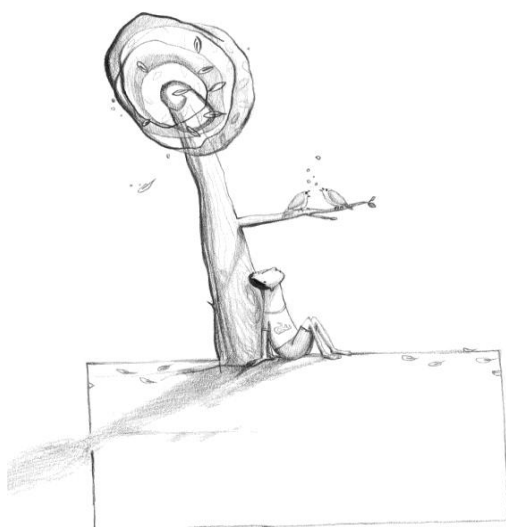
#### Część VI. Ewaluacja *Fala wdzięczności – gest i słowo.*

Uczestnicy zajęć stoją lub siedzą w kręgu. Każdy wypowiada jedno słowo, które zabiera ze sobą z zajęć (np. „siła”, „cisza”, „odwaga”, „przyjaźń”). Po wypowiedzeniu słowa wykonuje gest fali ręką w stronę kolejnej osoby — fala przechodzi przez cały krąg.

Prowadzący podsumowuje zajęcia zdaniem: „**Odmienność to fala, która nie boi się być sobą.**”

## ZAŁĄCZNIKI

Załącznik 1. Fragment tekstu *Morze ciche*. (Źródło: <https://www.empik.com/morze-ciche-van-haele-jeroen,p1134652831,ksiazka-p>, dostęp online: 8.06. 2026).



Czasem wydawało mi się, że czegoś szukam, a innym znów razem, że nigdy tego nie znajdę. Działo się to w dni, gdy nie było szkoły. Krążyłem sobie wtedy po wsi albo szedłem usiąść na wysokich skałach. Przez cały czas zastanawiałem się, dlaczego nie słyszę. Czasem się rozglądałem i myślałem o tym, jaki dźwięk wydaje drzewo, a jaki przemykający szczur. A na plaży starałem się wyluskać dźwięk z wiatru, tak jak w jajku robi się szpilką małeńki otworek, aby wdmuchać przez niego żółtko i białko. Chciałem znaleźć taką dziurkę w wietrze, który wszystkie dźwięki przynosi do uszu. Javier mi powiedział, że to wiatr wlewa ludziom do uszu te odgłosy. Ale wiatr był dla mnie zamknięty; może nigdy nie uda mi się znaleźć tego otworka w wietrze.



Załącznik 2. Fragment tekstu *Morze ciche*. (Źródło: [https://www.empik.com/morze-ciche-van-  
haele-jeroen.p1134652831.ksiazka-p](https://www.empik.com/morze-ciche-van-haele-jeroen.p1134652831.ksiazka-p), dostęp online: 8.06. 2026).

Od tej pory Javier Vasquez codziennie nas odwiedzał. Od czasu do czasu zamykał swój sklep spożywczy i wpadał do nas, by zobaczyć, w czym może pomóc: przynieść drewna z piwnicy, zrobić jakieś zakupy. Z początku miałem nadzieję, że mama się w nim zakocha. Ale chociaż mama cenila towarzystwo Javiera, to dopóki wiedziała, że stary żyje, nie przyszło jej do głowy, żeby zaczynać coś z innym mężczyzną. Javier to był gość, rozśmieszał mnie. Był też jedną z niewielu osób, której nie przeszkadzało to, że nie umiem nic powiedzieć.



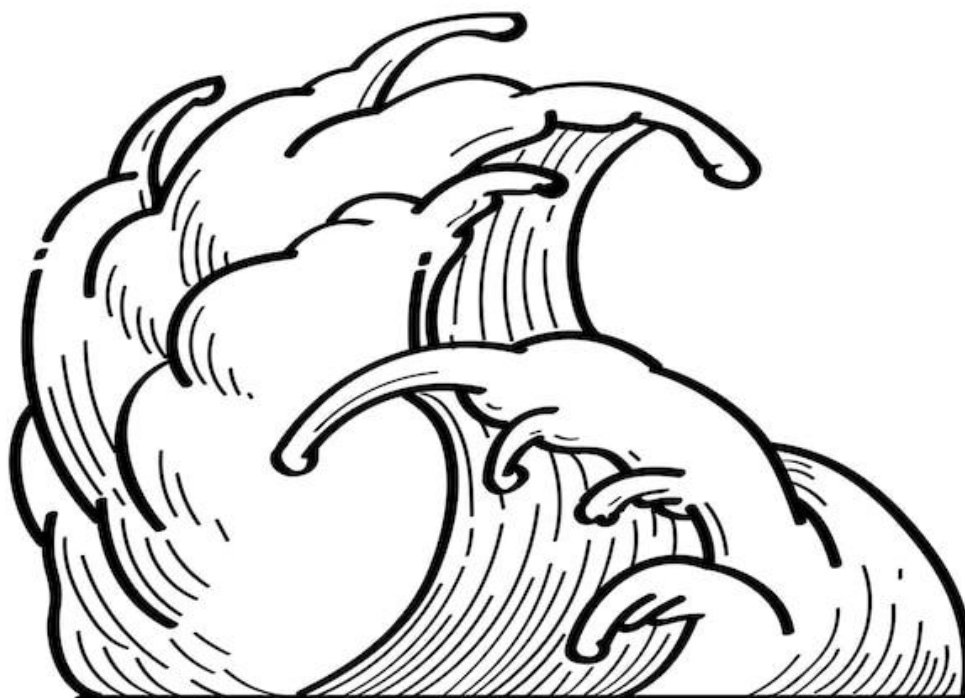
Potrafiliśmy siedzieć razem w ciszy i coś oglądać. Potem Javier wstawał i obejmował mnie ramieniem, podczas gdy jego druga ręka nurkowała w jednym ze szklanych słoików, ustawionych na ladzie w jego sklepie spożywym.

Mama twierdziła, że dostaję od niego za dużo słodczy, ale Javier zawsze mówił, że zbyt wiele słodkiego nas omija. Mama nie mogła powstrzymać się od śmiechu. Sklep spożywczy Javiera cudownie pachniał herbatą, proszkiem do prania i owocami, i były w nim też paczuszki, z których robiło się budyń.

16  
≈

17  
≈

Załącznik 3. Karta pracy *Fala empatii* (Źródło grafiki: [https://img.freepik.com/premium-  
zdjecie/element-projektowania-fal-konturowych-png-przejrzyste-tlo\\_53876-  
1000444.jpg](https://img.freepik.com/premium-zdjecie/element-projektowania-fal-konturowych-png-przejrzyste-tlo_53876-1000444.jpg) dostęp online: 8.06.2026)



### **Bibliografia**

Van Haele Jeroen, *Morze ciche*, Warszawa, Wydawnictwo Nasza Księgarnia, 2017, ISBN 9788310131157, (Źródło: <https://www.empik.com/morze-ciche-van-haele-jeroen,p1134652831,ksiazka-p>, dostęp online: 8.06. 2026).

## ***Motyl z pękniętym skrzydłem – o niedoskonałości, która łączy***

**autorka: Natalia Celewska**

(Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 16 w Krakowie ; Koło Warszawskie PTB)

### **Cele:**

- Zrozumienie, że niedoskonałość jest częścią ludzkiego doświadczenia
- Budowanie empatii i więzi poprzez dzielenie się trudnymi emocjami
- Wzmacnianie poczucia wartości mimo zranień i ograniczeń

### **Warunki techniczne:**

- Liczba uczestników: 15–20
- Wiek uczestników: Uczniowie klas VII-VIII
- Miejsce zajęć: sala lekcyjna, biblioteka
- Czas trwania zajęć: 60 minut

**Metody pracy:** praca z tekstem, rozmowa kierowana, zabawy ruchowe, ćwiczenia kreatywne.

**Formy pracy:** indywidualna, zbiorowa, grupowa.

**Środki dydaktyczne:** tekst literacki, kredki, pisaki, flamastry, kartki papieru (A4), Karty pracy *Skrzydła wyjątkowości* (Załącznik 1), *Mój wyjątkowy motyl* (Załącznik 2).

**Literatura:** Dockrill Laura, *Na skrzydłach motyla*, Wydawnictwo KobiECE, Białystok, 2023, ISBN 978-83-8321-234-0

### **Przebieg zajęć:**

#### Część I. Zabawa integracyjna

Prowadzący zaprasza dzieci do wspólnego kręgu. Przeprowadza krótkie ćwiczenie integracyjne: *Gdybym był motylem....* Każde dziecko kończy zdanie: *Gdybym był motylem, to...* (np. ...latałbym po łące, ...ucieszyłbym się z kolorowych skrzydeł).

#### Część II. Zabawa plastyczna: *Skrzydła wyjątkowości* [Załącznik 1]

Każdy uczestnik otrzymuje skrzydła motyla. Na jednym skrzydle zapisuje swoje mocne strony, na drugim – swoje „pęknięcia” (trudne doświadczenia, kompleksy, lęki). Następnie uczestnicy

tworzą wspólnego motyla z połączonych skrzydeł. Efektem działań jest wspólna praca – symbol wspólnoty i akceptacji. Chętni dzielą się refleksją na temat wykonanego zadania.

### Część III. Tekst pierwszy i dyskusja

Czy nasze „pęknięcia” mogą być źródłem siły? Czy pomagają nam lepiej rozumieć innych?

Prowadzący czyta opowiadanie terapeutyczne *O motylu, który nie latał*:

*„Dawno temu, w ogrodzie pełnym kwiatów, urodził się motyl. Jego skrzydła były piękne jak zachód słońca — błękitne z odcieniem złota. Ale jedno z nich było pęknięte. Nie mógł wzbić się w powietrze jak inne motyle. Patrzył, jak jego rodzeństwo tańczyło wśród płatków, a on... chodził po ziemi.*

*Na początku czuł się gorszy. Inny. Złamany.*

*Ale z czasem zauważył coś niezwykłego. Dzięki temu, że nie latał, widział to, czego inni nie dostrzegali: mrówki budujące domy, krople rosy na trawie, smutne biedronki, które potrzebowały towarzystwa. Motyl zaczął pomagać — był blisko, słuchał, pocieszał. Stał się przyjacielem tych, którzy byli zbyt mali, by wzlecieć.*

*Pewnego dnia, jedna z latających motyli wróciła z dalekiej podróży i powiedziała: „Widziałam tysiące miejsc, ale nigdzie nie spotkałam kogoś tak dobrego jak Ty. Twoje skrzydło może być pęknięte, ale Twoje serce jest całe.”*

*Motyl uśmiechnął się. Już nie chciał latać. Bo zrozumiał, że **czasem to, co nas zatrzymuje, pozwala nam być bliżej innych**”.*

Rozmowa kierowana:

Dlaczego motyl nie mógł się wzbić w powietrze, tak jak inne motyle? Co sprawia, że motyl z pękniętym skrzydłem jest wyjątkowy? Dlaczego motyl z pękniętym skrzydłem był w stanie dostrzec rzeczy, których inne motyle nie widziały? Jak motyl z pękniętym skrzydłem zmienił swoje podejście do życia?

Rozmowa o charakterze refleksyjnym:

Co daje nam niedoskonałość? Jak może nas łączyć z innymi?

### Część IV. Tekst drugi i dyskusja

Prowadzący czyta fragment książki *Na skrzydłach motyla*:

*„On mieszka w Twojej głowie, pamięta dosłownie wszystko, zbiera sny i marzenia, pomysły i tajemnice, otacza Cię opieką, pociesza, gdy jesteś smutny, gdy się boisz przytula, jest dzielny, kiedy Ty tchórzysz.*

*Różne są barwy emocji i różne ich odcienie, motyl nabiera kolorów, kiedy Ty masz na policzkach rumieńce. Jest szczęśliwy, gdy Ciebie wypełnia radość i szczęście, jego skrzydła lśnią wtedy we wszystkich barwach tęczy. Jednak motyl przygasa, gdy zachowujesz się niegrzecznie...*

*Gdy nie chcesz się zmienić i jesteś niedobry dla innych... on staje się całkiem szary aż w końcu znika”.*

Rozmowa kierowana:

Gdzie mieszka motyl opisany w tekście? Co motyl zbiera w Twojej głowie? Jakie emocje wpływają na kolor skrzydeł motyla? Co się dzieje z motylem, gdy zachowujesz się niegrzecznie?

Rozmowa o charakterze refleksyjnym:

Czy macie w sobie takiego „motyla”? Jak go pielęgnujecie? Jak możecie sprawić, by Wasz „wewnętrzny motyl” znów rozwinął skrzydła? Co możecie zmienić w swoim zachowaniu, by „motyl” nie zniknął i był nadal obecny w Waszym życiu?

#### Część V. Praca plastyczna i podsumowanie zajęć

Praca plastyczna

Każde dziecko otrzymuje sylwetkę motyla (lub samodzielnie ją rysuje i wycina), a następnie koloruje go według własnego uznania. Na skrzydłach może napisać słowa lub wykonać rysunki, które symbolizują to, co pięknego w sobie odkrywa lub co udało mu się pokonać (np. Odwaga, Cierpliwość, Nowa koleżanka, Umiem przeproszać).

Po wykonanym zadaniu powstaje galeria prac *Mój wyjątkowy motyl*, a następnie nauczyciel przeprowadza z uczniami dyskusję na temat wykonanych prac.

Dyskusja

Jakie elementy podobają Wam się w Waszych pracach? Jakie zalety mają Wasze prace? Co dają elementy innego koloru? Czy są potrzebne? Czy to dobrze, że każda Wasza praca różni się od siebie? Dlaczego to takie ważne? Gdybyś był takim motylem, to jak wyglądałyby Twoje skrzydła? Co by symbolizowały?

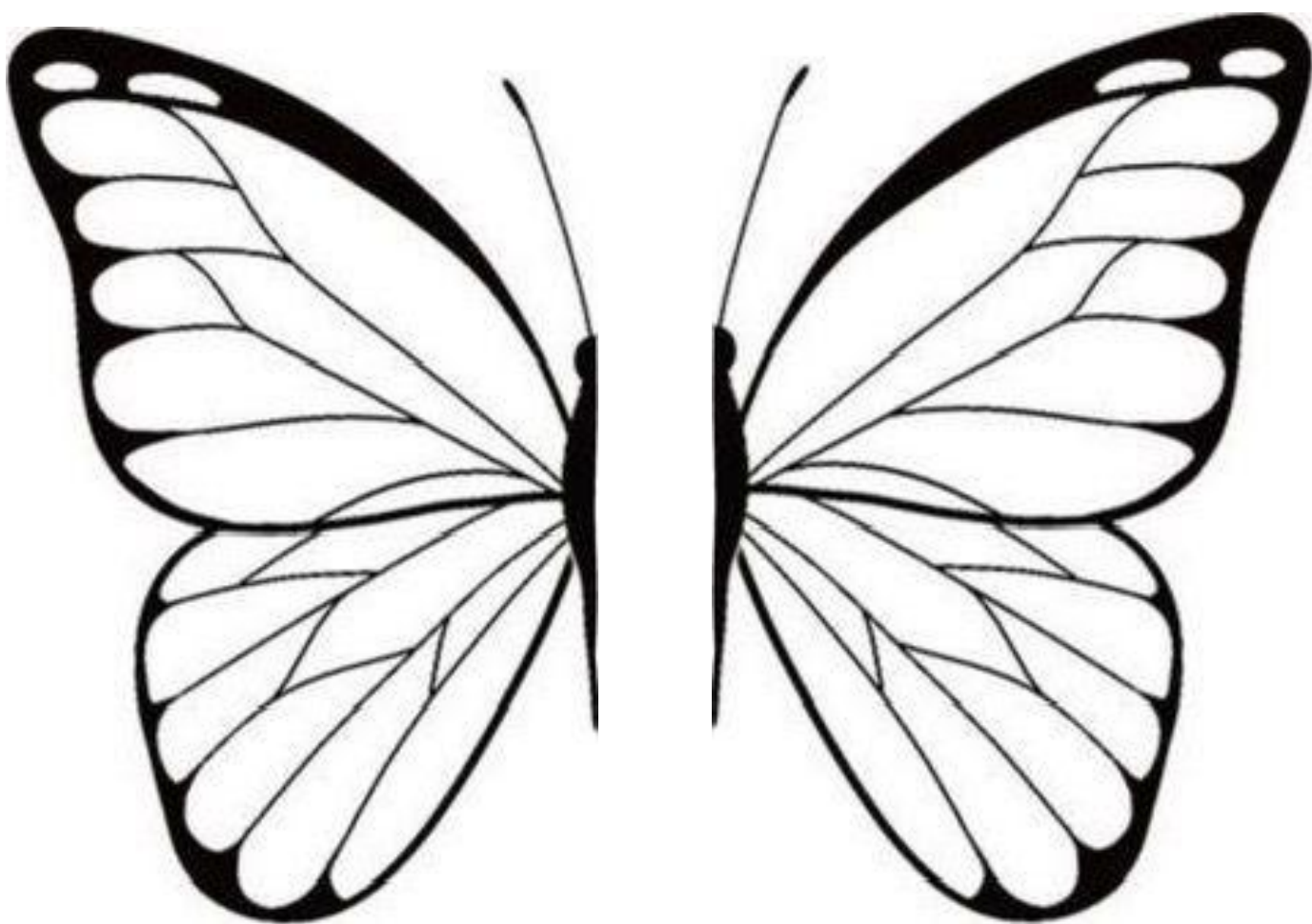
## Część VI. Ewaluacja i zakończenie spotkania

Dzieci (chętne) mogą opowiedzieć o swoich motylach. Prowadzący dziękuje za udział i mówi, że **każdy motyl jest inny – a jednak każdy potrafi wzlecieć**. Uczniowie, jeśli chcą, mogą zabrać wykonaną pracę ze sobą, aby przypominała im o ich wyjątkowości.

### Załączniki

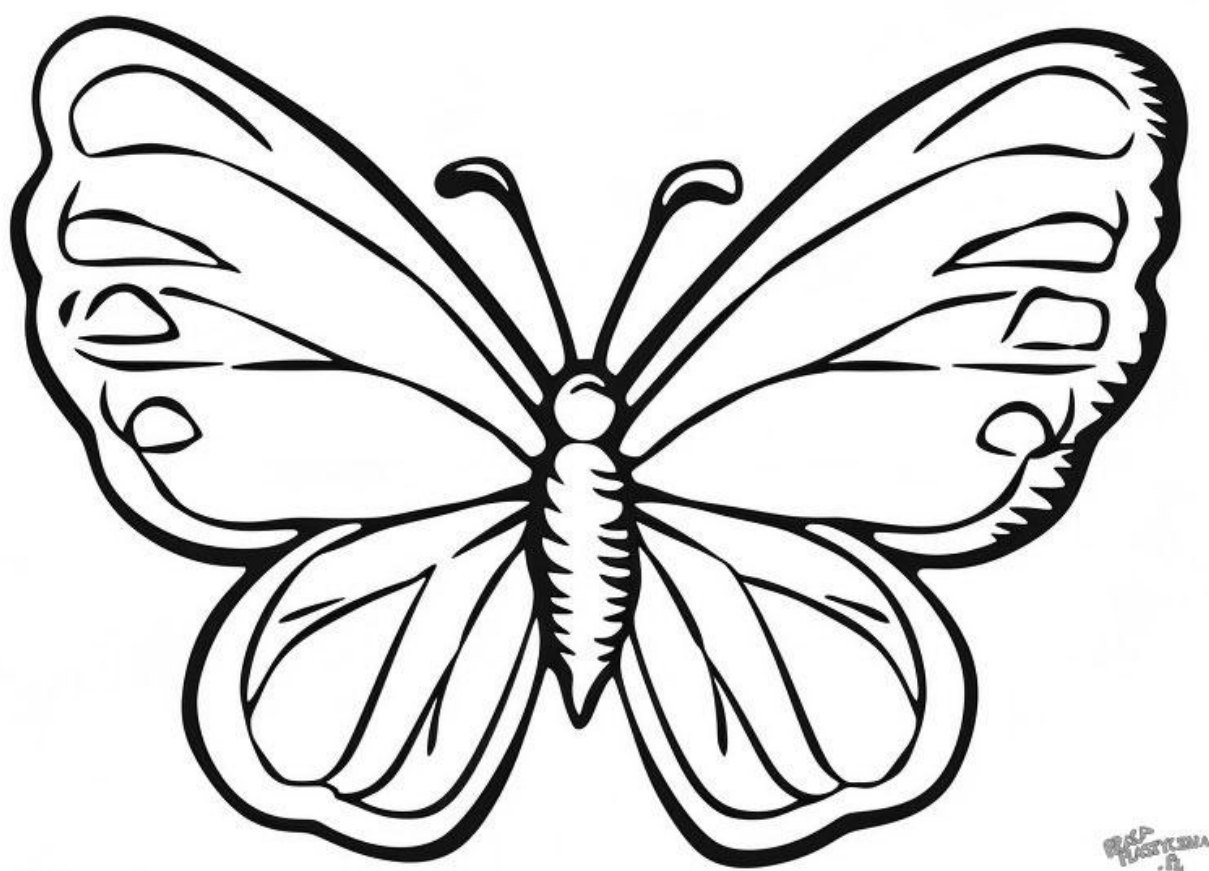
Załącznik1. *Skrzydła wyjątkowości*

(Źródło: <https://pl.pinterest.com/pin/703756188025899/> [dostęp online: 9.06.2026])



Załącznik 2. *Mój wyjątkowy motyl*

(Źródło: <https://pracaplastyczna.pl/index.php/darmowe-materialy/wiosna-materialy/2643-motyl-szablon-szablony-motyli-do-druku-za-darmo> [dostęp online: 9.06.2026])



**Bibliografia:**

Dockrill Laura, *Na skrzydłach motyla*, Wydawnictwo Kobiece, Białystok, 2023, ISBN 978-83-8321-234-0



*Źródło: Freepik*

## Zgubić czas w bibliotece

autorka: Barbara Szczepaniak

(Koło Warszawskie PTB, PBW w Warszawie)



Źródło: Grupa Wydawnicza Relacja

Wszystko, czego szukasz, znajdziesz w bibliotece / Michiko Aoyama ; przekład z języka japońskiego Andrzej Świrkowski ; [redakcja: Kamila Wrzesińska]. – Warszawa : Grupa Wydawnicza Relacja, © 2024. – ISBN 978-83-68021-28-8

Pisząc recenzję książki, słuchałam wywiadu, zapisanego w podcaście *Ludzie* Agnieszki Szydłowskiej, zatytułowanego *Hania Rani o szukaniu własnego miejsca w muzyce*. Właśnie ten podcast oraz książka *Wszystko, czego szukasz, znajdziesz w bibliotece* Michiko Aoyamy bardzo się ze sobą łączą – szczególnie w momentach, gdy jesteśmy przepracowani lub tracimy poczucie sensu tego, po co pracujemy.

Odpowiedzi na pytanie „po co” możemy szukać niezależnie od tego, gdzie pracujemy i na jakim etapie rozwoju zawodowego się znajdujemy. Często zadajemy sobie pytanie: Czy nas zawód ma sens? Przecież dzięki niemu wchodzimy w relacje z ludźmi i nie jest ważne, czy pracujemy w bibliotece szkolnej, publicznej, czy pedagogicznej.

Zastanawiając się nad relacją użytkownika z biblioteką możemy zadać sobie całą serię pytań. Czy znamy bibliotekarkę z biblioteki osiedlowej? A może codziennie mijamy szyld „biblioteka” i nawet nie zaglądamy do środka? Często odwiedzamy to miejsce tylko wtedy, gdy studiujemy, szukamy podręcznika albo lektury dla dziecka. A gdyby tak przyjść do biblioteki po coś więcej – po chwilę wytchnienia, inspirację, impuls do zmiany?

O tym właśnie opowiada książka *Wszystko, czego szukasz, znajdziesz w bibliotece*, publikacja Grupy Wydawniczej Relacja. To ciepła, mądra i niezwykle kojąca historia o ludziach, którzy odnajdują swoją drogę wśród regałów pełnych książek. Bohaterowie tych opowiadań są bliscy każdemu z nas.

**Tomoka** – młoda **ekspedientka** w sklepie z tekstyliami, zagubiona zawodowo, która, po spotkaniu z panią Komachi, decyduje się zawalczyć o swoją przyszłość i rozpoczyna kursy otwierające jej drzwi do nowej pracy. Ta historia pokazuje, że czasem jedno spotkanie wystarczy, by odważyć się na zmianę.

**Pani Komachi** – bibliotekarka, która na pierwszy rzut oka wydaje się surowa i małowólna. A jednak potrafi dostrzec w czytelniku coś, czego on sam jeszcze nie widzi. Poleca książki idealnie dopasowane do potrzeb, nawet jeśli ktoś nie umie ich jeszcze nazwać. Do każdej rekomendacji dołącza małą, filcową ozdobę. Z pozoru drobiazg, a w rzeczywistości symbol przemiany. Bibliotekarka pokazuje, jak rozmowa potrafi otworzyć na zmianę nawet najbardziej nieśmiały ludzi.

**Ryō** – trzydziestopięcioletni **księgowy** w firmie meblarskiej, który skrycie marzy o własnym sklepie z antykami. Wspomnienie z dzieciństwa, związane z małą łyżeczką, powraca po wizycie w bibliotece i staje się początkiem odważnego kroku na drodze do realizacji marzeń. Powidoki poprzedniego życia znikają w obliczu nowej pasji.

**Natsumi** – czterdziestoletnia mama, której kariera zawodowa zatrzymała się po urodzeniu dziecka. Pracuje w archiwum wydawnictwa, choć kiedyś była **redaktorką** z pasją. Dzięki rozmowie z panią Komachi odnajduje w sobie siłę, by na nowo

zawalczyć o swoje zawodowe spełnienie. To spotkanie uruchamia w bohaterce ważną refleksję o jej własnej drodze zawodowej.

Biblioteka – z czym Ci się kojarzy? Z ciszą? Spokojem? A może z rozwojem? Czy kiedykolwiek zdarzyło Ci się wejść do biblioteki bez konkretnego celu – tylko po to, by pobyć, rozejrzeć się, pozwolić sobie na przypadkowe odkrycie? Zachęcam do tej podróży: odkrywania tytułów, autorów i bohaterów, którzy potrafią nas zmieniać. Biblioteki czekają. Są cichymi coachami naszej codzienności. Czasem wystarczy podejść do półki z nowościami i pozwolić, by to książka wybrała nas. Być może właśnie ten tytuł poruszy coś, o czym dawno zapomnieliśmy.

Podobnie jak w powieści Aoyamy, której akcja rozgrywa się w niewielkiej bibliotece, na zwykłym osiedlu, gdzie mieści się także punkt konsultacyjny. To tam nieśmiały rysownik mangi znajduje odwagę, by opowiedzieć o swoich marzeniach. To tam zwykle rozmowy prowadzą w nieznane rejony zainteresowań i zmieniają bieg życia.

Książka liczy zaledwie 288 stron – tak niewiele, a jednocześnie wystarczająco dużo, by zatrzymać się i zadać sobie pytanie: dokąd zmierzam? Jakiej drogi szukam?

Pielęgnujmy wdzięczność, że możemy być czytelnikiem!

Zapraszam do biblioteki. Miejsca, gdzie ludzie lgną do drugiego człowieka. Być może to tutaj znajdziesz wszystko, czego szukasz.

## ***Niewidzialna ofiara – niewidzący świadkowie***

**autorka: Agata Kyzioł-Cieślak**  
(Koło Warszawskie PTB, PBW w Warszawie)



*Źródło: Wydawnictwo Finebooks*

[Niewidzialny / Eloy Moreno ; przełożyła Barbara Bardadyn. – Wydanie I. – Warszawa : Finebooks, 2021. – ISBN 978-83-7350-504-9](#)

*Niewidzialny* jest historią pewnego, nieznanego czytelnikowi z imienia, chłopca, którego rówieśnicy napiętnowali ze względu na fakt, że lubił się uczyć. Szczególnie wziął się na niego klasowy osiłek, któremu odmówił pomocy w napisaniu sprawdzianu. Jednocześnie jest to także historia tego właśnie osiłka, który, nosząc w sobie mnóstwo pretensji oraz głęboko tłumionych kompleksów, musiał podbudowywać ego przed klasowym audytorium kosztem kogoś słabszego, komu jednocześnie skrycie zazdrościł.

Książka jest opowieścią o wielu obliczach przemocy – psychicznej i fizycznej, w świecie realnym i wirtualnym, gdzie każdy może stać się ofiarą lub potworem. Autor ukazuje myśli, emocje i zachowania bohaterów – ofiary i jego przyjaciół, sprawcy, oraz świadków w postaci innych uczniów, nauczycieli, rodziców. Poznajemy przyczyny leżące u podstaw podejmowanych decyzji i wyboru reakcji. Co ciekawe, niewiele z opisywanych osób ma imiona – właściwie padają tylko trzy: siostry ofiary i jego dwojga przyjaciół. Pozostali bohaterowie opisywani są wyłącznie przez przywoływanie charakteryzujących ich cech, jak np.: chłopiec z blizną, chłopiec z dziewięcioma i pół palca, dziewczyna o stu bransoletkach itp. To sprawia, że łatwiej się wczuć w poszczególne postacie, identyfikując się z ich doświadczeniami.

*Niewidzialny* ukazuje zjawisko przemocy nie w tradycyjnym schemacie ofiara – agresor – świadkowie, lecz stawiając ofiarę przeciwko potworom, do grona których zalicza się zarówno sprawcę, jak i wszystkich, którzy widzieli, a nie reagowali, sprawiając, że jeden członek ich społeczności stał się niewidzialny.

Narracja książki płynnie przechodzi pomiędzy poszczególnymi postaciami. Każde zdarzenie poznajemy z perspektywy każdego z uczestników. Patrzymy oczami nękanego chłopca, oczami jego dręczyciela, a także jego najlepszego przyjaciela i przyjaciółki, w której główny bohater się skrycie kochał, nie mając świadomości, że uczucie jest odwzajemnione. Fabuła pozwala nam też lepiej poznać jedną z nauczycielek, która jako dziecko także doświadczyła przemocy, co uwrażliwiło ją na przejawy nękania w najbliższym otoczeniu i sprawiło, że nie mogła pozostać obojętna, jak inni dorośli.

Książkę napisano prostymi, krótkimi zdaniami, tworzącymi niewielkie rozdziały, nie przekraczające trzech stron, a często zaledwie jednostronne. Autor stworzył w ten sposób czytelną narrację, ułatwiającą dotarcie w szczególności do młodego czytelnika, równolatka bohaterów. Poszczególne fragmenty zapoznają nas z różnymi sytuacjami, umożliwiając wgląd z perspektywy każdej grupy uczestniczącej w zdarzeniach. Ten niemal trójwymiarowy obraz uderza mocno w emocje odbiorcy, opisując cały proces nękania, jego ledwo zauważalny początek, stopniową eskalację, aż po niemal tragiczny finał. Fabuła *Niewidzialnego* wykorzystuje efekt toczącej się kuli śnieżnej, której rozmiar nieustannie narasta, by w efekcie przytłoczyć wszystkich bohaterów, każąc im stanąć oko w oko z konsekwencjami własnych, często nieświadomych wyborów.

Książka jest doskonałym materiałem na zajęcia z elementami biblioterapii, a nawet na cały program biblioterapeutyczny poświęcony współczesnej epidemii hejtu. Lektura bardzo wyraziście uzmysławia jak działa mechanizm doboru ofiary, skąd biorą się sprawcy i jak każdy z nas może stać się potworem, milcząco godząc się w przemocą w swoim otoczeniu. W tej historii ofiarami i sprawcami są niemal wszyscy.

Mogłabym jeszcze długo opisywać polecaną książkę, która bardzo silnie oddziałuje na czytelnika poruszając do głębi. Zostawię Państwu jednak z pewnym niedosytem, który, mam nadzieję, sprawi, że sięgniecie po tę publikację sami, a potem zaproponujecie ją innym, zwłaszcza nastoletnim odbiorcom. Jest to szczególnie ważne w czasach, gdy najnowsze badania wskazują, że ponad 60% uczniów spotkało się

w swoim środowisku rówieśniczym z przemocą. Może ta książka zmniejszy liczbę ofiar i sprawców, dlatego zapraszam do uważnej lektury.



*Źródło: Freepik*

Słowo  
Emocja  
Ukojenie

# KONKURS

## Konkurs na biblioterapeutyczne słowo roku 2026

Przypominamy o trwającym konkursie i zapraszamy Państwa do wspólnej zabawy w poszukiwanie najbardziej biblioterapeutycznego, Waszym zdaniem, słowa.

Propozycje, wraz z krótkim uzasadnieniem, dlaczego wybraliście to słowo, jako najlepiej oddające ducha biblioterapii, proszę przesyłać na adres redakcji:

[slowoemocjaukojenie@gmail.com](mailto:slowoemocjaukojenie@gmail.com)

Na zgłoszenia czekamy **od 2 stycznia do 31 października 2026 r.**

W 2026 roku, z początkiem listopada, na stronie www oraz na Facebooku Koła, umieścimy link do ankiety, w której będą Państwo mogli zagłosować na jedno z nadesłanych słów. Głos będzie można oddać **między 10 listopada, a 10 grudnia 2026 r.**

Słowo z największą liczbą głosów zyska oficjalnie miano *Biblioterapeutycznego Słowa Roku 2026* i zostanie ogłoszone w numerze 2/2026. Spośród wszystkich osób, które je zgłosiły do konkursu, drogą losowania, zostanie wyłoniona zwyciężczyni lub zwycięzca. Losowanie odbędzie się podczas zebrania Zarządu Warszawskiego Koła PTB w styczniu 2027 r., a wybrana osoba otrzyma nagrodę-niespodziankę, którą wręczymy podczas marcowej konferencji biblioterapeutycznej w PBW w Warszawie. Losowanie odbędzie się tylko wtedy, gdy to samo słowo zgłosi więcej niż jedna osoba.



Półrocznik *Słowo, Emocja, Ukojenie* ukazuje się dwa razy w roku – 30 czerwca i 13 grudnia.

Prosimy o nadsyłanie materiałów do publikacji w kolejnych numerach.

Adres redakcji: [slowoemocjaukojenie@gmail.com](mailto:slowoemocjaukojenie@gmail.com)

Terminy: do 31 października materiały do publikacji w grudniu,  
do 31 kwietnia materiały do publikacji w czerwcu.

Materiały przesłane po wskazanych terminach będą wykorzystane w kolejnym numerze.

Na jakie materiały o treści biblioterapeutycznej czekamy?

- artykuły merytoryczne, czy to z historii czy teorii biblioterapii, mogą być biografie znanych osób związanych z biblioterapią,
- scenariusze zajęć z elementami biblioterapii, programy biblioterapii, projekty uwzględniające biblioterapię,
- opis prowadzonych działań biblioterapeutycznych,
- recenzje polecające ciekawe publikacje o potencjale biblioterapeutycznym,
- „polecajki” określonych publikacji do prowadzenia zajęć z elementami biblioterapii z opisem do jakiego rodzaju zajęć mogą być wykorzystane, jaki problem pomogą przeanalizować, a na ich podstawie utworzone zostaną recepty na te publikacje ze wskazaniem użycia w określonych sytuacjach,
- relacje z wydarzeń biblioterapeutycznych (szkolenia, konferencje, spotkania itp.), w których uczestniczyliście, a które warte są polecenia i podzielenia się treścią,
- zaproszenia na wydarzenia zaplanowane w kolejnym roku (2026), gdy coś planujecie organizować,
- pytania, na które szukacie odpowiedzi, będą publikowane wraz z odpowiedziami.

Przyjmujemy teksty wcześniej niepublikowane, a odpowiedzialność wynikającą z praw wydawniczych i praw autorskich ponosi autor.

Jeśli autor nie odeśle w terminie korekty, oznacza to jego zgodę na publikację tekstu z zaproponowanymi poprawkami.

## WYTYCZNE DLA AUTORÓW

Czcionka – Arial 12 punktów, odstęp między wersami – 1,15 linii.

Marginesy – prawy 2,5 cm, lewy 3,5 cm, tekst wyjustowany.

Zdjęcia – format JPG, (redakcja zastrzega sobie prawo do dostosowania ich technicznej jakości do wymogów publikacji).

Do każdego zdjęcia - źródło pod fotografią czcionką Arial 10 pkt.

Przykład: (Źródło: zdjęcia autora), (Źródło: zapis tak jak w przypisach).

Bibliografia – na końcu artykułu.

### Podstawowe schematy zapisu dla bibliografii:

#### Książka:

Nazwisko 1, X., Nazwisko 2, X. Y. Tytuł książki. Miejsce wydania, Wydawnictwo, rok wydania, ISBN.

#### Artykuł z pracy zbiorowej pod redakcją:


Nazwisko 1 autora, Nazwisko 2 autora. Tytuł artykułu, W: Nazwisko, X. (red.). Tytuł pracy zbiorowej. Miejsce wydania, Wydawnictwo, rok wydania, strona początkowa – strona końcowa, ISBN.

#### Artykuł w czasopiśmie:

Nazwisko 1, X., Nazwisko 2, X. Y., Nazwisko 3, Z. Tytuł artykułu. Tytuł czasopisma, nr rocznika, rok, nr zeszytu, strona początku–strona końca.

Tekst na stronie internetowej, który nie jest artykułem w czasopiśmie, książką ani rozdziałem w książce:

Nazwisko, X. Tytuł tekstu. Dostęp: Data dostępności, <https://xxxx>

	<b>Wydawca:</b> KW PTB przy PBW w Warszawie <a href="mailto:slovoemocjaukojenie@gmail.com">slovoemocjaukojenie@gmail.com</a> © KW PTB	<b>Redakcja:</b> Agata Kyzioł-Cieślak (redaktor naczelna) <a href="mailto:a.kyziol@pbw.waw.pl">a.kyziol@pbw.waw.pl</a> Joanna Bojarska (korektorka) <a href="mailto:j.bojarska@pbw.waw.pl">j.bojarska@pbw.waw.pl</a> Iwona Leszczyńska-Wójcik Kamila Smolarek Katarzyna Majchrzak
	