

LITERAPIA: O EFEITO HUMANIZADOR E TERAPÊUTICO DOS TEXTOS LITERÁRIOS

RICARDO LUIZ DE SOUZA

Professor de Língua Espanhola do Instituto Federal Sertão Pernambucano/Campus Santa Maria da Boa Vista. Especialista em Tradução-Espanhol (UGF). Mestre em Letras (UFRR) com foco na Literatura Afro-colombiana. ricardo.souza@ifsertao-pe.edu.br

TALINE DE ALMEIDA SILVA

Aluna-voluntária do projeto PIPBEX do Instituto Federal Sertão Pernambucano/Campus Santa Maria da Boa Vista.

ÉRIKA VANESSA SOARES FREIRE

Psicóloga/Setor Psicossocial e colaboradora do projeto PIPBEX do Instituto Federal Sertão Pernambucano/Campus Santa Maria da Boa Vista.

INTRODUÇÃO

É inegável que a leitura estimula e contribui de maneira incomensurável e significativa para as questões éticas e práticas da vida. Assim, pensando nesses inúmeros benefícios, esta pesquisa procura explorar os efeitos que ajudam a melhorar o convívio humano e ampliar os diálogos plurissignificativos que se formam a partir das leituras de textos literários.

Sabe-se desde sempre que ler é um hábito saudável. Traz bons resultados e, se bem administrado, funciona como um remédio sem contraindicação para mente e alma numa dinâmica que, na maioria das vezes, sensibiliza e gratifica o leitor.

Este projeto de extensão visa por meio de leituras compartilhadas explorar o potencial terapêutico da literatura, cujos efeitos fomentam uma experiência estética, afetiva, reflexiva e formativa.

Sendo a literatura com seus diversos gêneros uma forma de arte, cuja essência é a palavra, ela remete a contextos históricos onde tempo, cultura e tradições expressam valores universais que provocam, educam e despertam emoções na medida em que nos identificamos com o que lemos e com as circunstâncias em que os textos se inserem, as quais promovem o desenvolvimento da empatia, favorecem autoconhecimento e despertam a humanização.

Com o apoio da linguagem ficcional, simbólica e metafórica, e guiada pela carga estética das narrativas, estabelecendo um diálogo pautado na inter-relação entre a visão humanista da *Biblioterapia* e seus fundamentos, esta proposta de pesquisa apoia-se nos efeitos percebidos a partir dos textos literários que contribuem para a transformação pessoal e cuidado emocional dos participantes durante as vivências biblioterapêuticas.

Muitos teóricos, a exemplo da Professora Dra. Clarice Caldin, afirmam que, há milênios as histórias tratam, curam e agem como terapia sem ser remédio, promovendo bem-estar e harmonização por meio das palavras. Segunda ela, “a intuição da capacidade terapêutica do livro remonta às antigas civilizações egípcia, grega e romana, que consideravam suas bibliotecas um espaço sagrado, repositório de textos, cuja leitura possibilitaria um alívio das enfermidades e, assim, medicina e literatura sempre foram parceiras no cuidado com o ser” (CALDIN, 2009, p.11).

Seja como for, as palavras têm incrível poder, especialmente o poder de cura (AMARAL, 2020, pag. 8). Por meio da catarse, identificação e

introspecção, as histórias nos provocam ações e reações frente às complexidades do mundo e da vida.

Deste modo, e com base nessa relação entre leitor e a leitura, oferece-se ao público-alvo uma prática que incentiva a leitura, desperta a criatividade e promove o bem-estar ao sugerir novas experiências por meio das narrativas literárias.

Palavras-chaves: Leitura. Literatura. Potencial Terapêutico.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

Totalmente adaptável ao mundo virtual, viável e autossustentável, este projeto de leitura compartilhada com viés terapêutico tem promovido uma série de benefícios que auxiliam também no processo de ensino e aprendizagem dos alunos e todos os envolvidos, principalmente na (re) construção do conhecimento e reflexões por meio das narrativas.

Os encontros contam com a colaboração de uma psicóloga da instituição, cuja contribuição tem sido fundamental para o planejamento das ações e seleção dos temas, pois é de vital importância considerar o estado emocional de todos os participantes durante os encontros.

Intitulado carinhosamente de “Momentos de Literapia”, os encontros virtuais de leitura compartilhada têm acontecido uma vez ao mês, sempre às quartas-feiras, e conta com a participação virtual de até trinta pessoas, entre alunos do IF Sertão Pernambucano e demais interessados de diferentes cidades e estados do Brasil, já que há a facilidade de transmissão e acesso ao ambiente virtual. Com bastante antecedência, a divulgação e convite para os “Momentos de Literapia” têm sido feitos por meio do site da instituição e redes sociais, além do interesse espontâneo dos que já participaram e continuam participando e divulgando.

Cada encontro tem duração de uma hora e meia e são mediados por temas selecionados previamente pelo idealizador e coordenador do projeto juntamente com sua equipe de colaboradores que são a psicóloga da instituição e alunas voluntárias.

Nos dias dos encontros, são lidos textos literários de autores renomados, quase sempre contos, que dialogam com valores humanos e, após cada leitura, parte-se para uma conversa, cujo objetivo é sempre abrir espaço de fala sobre impressões e sensações geradas a partir da escuta das narrativas.

Conversas expositivas, debates e outras dinâmicas também permeiam os encontros, pois a intenção é ampliar a percepção de mundo,

estimular o papel do ouvinte e leitor enquanto sujeito-crítico na construção da sua própria identidade em constante transformação e relação com a sociedade.

É parte dos objetivos desses encontros mobilizar leitores, ouvintes ou espectadores e, para que isso ocorra, antes da leitura dos textos selecionados, começa-se com palavras de boas-vindas aos participantes e um breve exercício de respiração acompanhado de música ambiente para melhor qualidade da escuta, atrair atenção e concentração da leitura, tornando o momento mais acolhedor e propício para a identificação com as histórias.

As dinâmicas propostas nos encontros visam ao maior entrosamento dos participantes. Parte-se da ideia de que acalmar a mente e preparar o ambiente ajuda a estar mais atento a uma leitura guiada com voz e entonação controladas para melhor qualidade das rodas de leitura e escuta.

Ressalto que pela própria natureza do projeto, ou seja, fomentar a humanização por meio da literatura, a proposta inicial destas ações havia sido pensada para momentos presenciais, entretanto, por motivo de segurança e proteção contra o covid-19, os encontros têm acontecido de forma virtual desde o seu nascedouro em 2020, o que nada compromete sua viabilidade e êxito.

Encontros presenciais estão previstos tão rápido aconteça a autorização na nossa instituição, e há grande interesse de se formar parcerias com bibliotecários e outros espaços de rodas de leitura compartilhada, tendo como principal intuito atrair mais participantes para vivenciar uma experiência subjetiva, coletiva e estético-reflexiva a partir das narrativas.

RESULTADOS

Desde o início do projeto, a expectativa com relação aos encontros gira e girou em torno do compartilhamento de ideias e emoções, participação efetiva e socialização de sentimentos e reflexões, e tudo mediado pela linguagem simbólica, metafórica e pelo ato afetivo de ler para quem tem interesse de ouvir histórias, um hábito antigo e necessário para o desenvolvimento da cultura.

O maior desejo é que o projeto continue reverberando e rendendo bons frutos para a aluna-voluntária, os demais colaboradores e participantes, e que todos possam desenvolver o senso crítico enquanto ouvintes e leitores de narrativas literárias, para além de usufruir dos benefícios que as histórias contadas possam lhes proporcionar, tais como

melhor entendimento das emoções, estimular a criatividade e despertar interesse pelo ato de ler literatura. A literatura inspira por buscas de respostas aos fenômenos que nos rodeiam no dia a dia. Ler aprimora, transforma, amplia nossas capacidades e visão de mundo.

O ato de ler para o outro, premissa maior deste projeto, é um lindo gesto de atenção e afeto dos *Momentos de Literapia*. E como nos recorda a especialista em Biblioterapia Carla Sousa, “Na Biblioterapia, a mediação da literatura anda de mãos dadas com os afetos, (...) e afeto é tudo aquilo que entra em nós e nos mobiliza de alguma forma”.

REFERÊNCIAS

CALDIN, Clarire Fortkamp. **Leitura e Terapia**. Tese (Doutorado em Literatura) – Curso de Pós-Graduação em Literatura da Universidade Federal de Santa Catarina, 2009.

AMARAL, Alexandre Coimbra. **Cartas de um terapeuta para seus momentos de crise**. São Paulo: Planeta do Brasil, 2020.

SOUSA, Carla. **Biblioterapia e mediação afetiva da literatura**. Florianópolis, SC: Ed. Da Autora, 2021.