

کتاب‌درمانی: کاربردها، راهکارها، نقش‌ها

فیروزه زارع فراشبندی^۱، سپیده سلیمی^۲

مقاله مروری نقلی

چکیده

کتاب‌درمانی یکی از روش‌های کم‌هزینه، در دسترس و سودمند در درمان بیماری‌ها و مشاوری‌های روان‌شناسی می‌باشد که امروزه بسیار مورد توجه قرار گرفته است. کتاب‌درمانی استفاده از کتاب برای درمان است و به‌عنوان روشی مکمل در درمان به کار می‌رود. این روش بسته به نظر تیم درمان می‌تواند به صورت گروهی یا فردی و حضوری یا غیر حضوری اجرا شود، هرچند در کنار مزایای خود دارای محدودیت‌هایی نیز می‌باشد. این مقاله یک مقاله مروری نقلی است و هدف از آن مرور تاریخچه و مفاهیم کتاب‌درمانی، ارزیابی کاربرد کتاب‌درمانی، مزایا و محدودیت‌های آن، بیان مراحل اجرای کتاب‌درمانی و همچنین نقش کتابداران در آن است. برای جستجوی مقالات از آبان ۱۳۹۰ شمسی تا مرداد ۱۳۹۲ شمسی با استفاده از کلید واژه‌های «کتاب‌درمانی»، «اطلاع‌درمانی»، «نقش کتابدار در درمان»، «نقش کتابخانه در درمان» در پایگاه‌های SID, Magiran, ISI, Web of Science, Science Direct, Ebsco, Springer, IranMedex, Irandoc, Noormags, Elsevier, MDConsult, Emerald جستجو انجام شد. تعداد ۱۸۰ مدرک به فارسی و انگلیسی بازیابی گردید. پس از بررسی مدارک بازیابی شده، تعداد ۴۰ مدرک انتخاب شده و مورد بررسی قرار گرفتند. جمع‌بندی مرور متون فوق نشان داد که به دلیل افزایش نرخ شیوع بیماری‌های مختلف از یک سو، کمبود متخصصان مجرب از سوی دیگر و گران بودن اغلب خدمات با کیفیت، استفاده از روش کتاب‌درمانی به‌عنوان یک روش ساده، ارزان و در دسترس سودمند است اما بایستی به محدودیت‌های آن نیز توجه لازم را داشت. نقش کتابدار در این روش، نقشی تسهیل‌کننده است و زمانی اجرای کتاب‌درمانی بیش‌ترین تأثیرگذاری را خواهد داشت که یک کتابدار پزشکی یا بالینی به همراه تیم درمان و در کنار پزشک یا روان‌پزشک در اجرای فرایند کتاب‌درمانی مشارکت داشته باشد.

واژه‌های کلیدی: کتاب‌درمانی؛ کتابداران؛ بیماری‌ها

برای این افراد ضروری به‌نظر می‌رسد. کتاب‌درمانی از جمله این روش‌های درمانی است که کارایی آن در درمان نشان داده شده است (۱).

کتاب‌ها علاوه بر سرگرمی و پرکردن اوقات فراغت، در انتقال اطلاعات و دانش، رشد ارزش‌های اجتماعی و انسانی، روشن است: استفاده از کتاب برای درمان (۲). تعریف گسترش تخیل و شکل‌گیری شخصیت مؤثر هستند. با وجود تعاریف متعدد

دریافت مقاله: ۹۲/۷/۲۳
اصلاح نهایی: ۹۲/۹/۳۰
پذیرش مقاله: ۹۲/۱۰/۱۴

ارجاع: زارع فراشبندی فیروزه، سلیمی سپیده. **کتاب‌درمانی: کاربردها، راهکارها، نقش‌ها.** مدیریت اطلاعات سلامت ۱۳۹۳؛ ۱۱(۱): ۱۳۴-۱۲۴.

مقدمه

یکی از چالش‌هایی که هر جامعه‌ای همواره با آن روبرو است، مسئله‌ی سلامت جسم و روان افراد آن می‌باشد. امروزه بیماری‌های روانی با سرعت زیادی در حال افزایش است و آثار زیان‌باری از لحاظ اقتصادی و اجتماعی بر جامعه تحمیل می‌کند. بالا بودن هزینه‌های درمان، امکان برخورداری بسیاری از افراد را از خدمات بهداشت روان سلب می‌کند. از این رو بررسی روش‌های سودمند، کم هزینه و در دسترس

۱- استادیار، کتابداری و اطلاع‌رسانی، مرکز تحقیقات فن‌آوری اطلاعات در امور سلامت، دانشکده‌ی مدیریت و اطلاع‌رسانی پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران
۲- کارشناس ارشد، کتابداری و اطلاع‌رسانی پزشکی، دانشکده‌ی مدیریت و اطلاع‌رسانی پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران (نویسنده‌ی مسؤول)

Email: sepideh.slm86@gmail.com

مقالات از آبان ۱۳۹۰ شمسی تا مرداد ۱۳۹۲ شمسی با استفاده از کلید واژه‌های «کتاب‌درمانی»، «اطلاع‌درمانی»، «نقش کتابدار در درمان»، «نقش کتابخانه در درمان» در پایگاه‌های SID, Magiran, ISI, Web of Science, Science Direct, Ebsco, Springer, IranMedex, Irandoc, Noormags, Elsevier, MDConsult, Emerald و Proquest جستجو انجام شد. تعداد ۱۸۰ مدرک به فارسی و انگلیسی بازیابی گردید. از آنجایی که شرط بررسی تمام متن بودن مقاله و پرداختن به یکی از موضوعات مزایا، محدودیت‌ها، فرآیند، راهکارها، کاربردهای کتاب‌درمانی و یا نقش کتابداران در آن بود، پس از بررسی مدارک بازیابی شده، تعداد ۴۰ مدرک از مدارک بازیابی شده، انتخاب شده و مورد بررسی قرار گرفتند.

شرح مقاله

تاریخچه کتاب‌درمانی

کلمه کتاب‌درمانی به‌تازگی استفاده می‌شود اما این اصطلاح، مفهوم جدیدی نیست و ایده‌ی آن به یونان باستان برمی‌گردد که ارزش درمانی خواندن را تشخیص داده بودند و بر کتیبه سر در کتابخانه شهر باستانی (Thebes) نوشته شده بود «درمانگاه روح» (۷). نمونه‌های بسیاری در طول تاریخ وجود دارد که در آن خواندن برای کمک در درمان بیمار به کار گرفته شده است. با این حال، در قرن اخیر، واژه کتاب‌درمانی نه تنها شامل کتاب‌ها و موادی است که در کتابخانه‌ی بیمارستان ارایه می‌گردد، بلکه به سایر جنبه‌های مفید فعالیت‌های مرتبط در کتابخانه بیمارستانی نیز اطلاق می‌شود (۸).

یکی از اولین افرادی که خواندن را برای بیماران تجویز کرد، Benjamin Rush بود (۹). او در اوایل دهه ۱۸۰۰، کتاب مقدس را برای مطالعه درمانی توصیه می‌کرد (۷) و در سال ۱۸۱۲ میلادی به بیماران خود کتاب‌های داستانی خاصی را می‌داد و مطالعه‌ی آن‌ها را توصیه می‌کرد (۱۰). او در سخنرانی خود تحت عنوان «ساخت و مدیریت بیمارستان‌ها» که در تاریخ ۱۰ نوامبر ۱۸۰۲ میلادی ایراد کرد اذعان نمود

موجود از کتاب‌درمانی، مفهوم کلی آن گویا و جامع‌تری از کتاب‌درمانی، آن را «راهنمایی و مشاوره با استفاده از کتاب» می‌داند. با این تعریف حیطه کتاب‌درمانی بسیار گسترده می‌شود و عملاً می‌تواند میلیون‌ها انسان را تحت پوشش قرار دهد: انسان‌های بیماری که علی‌رغم سلامت مغز، سلسله اعصاب، غدد و اندام‌های بدن از بیماری رنج می‌برند؛ انسان‌های سالمی که دچار مشکل یا مشکلاتی شده‌اند و یا انسان‌های سالمی که برای رشد و شکوفایی خویش به شناخت خود و محیط پیرامون‌شان نیاز دارند (۳). هدف کلی در کتاب‌درمانی راهنمایی فرد و گروه است. این راهنمایی مواردی چون رشد شخصیت، بلوغ هیجانی، تغییر فلسفه زندگی و ... را دربرمی‌گیرد و بر اساس آگاهی از فرآیند پویایی که در درون فرد رخ می‌دهد، پی‌ریزی شده است (۳).

کتاب‌درمانی، به عنوان یک روش مکمل در درمان، در کنار پزشکی و روان‌پزشکی بالینی برای کمک به افراد دارای مشکلات احساسی یا بیماری‌های روانی و حل مشکلات شخصی از راه مطالعه جهت‌دار به کار می‌رود (۴). در این میان نقش کتابدار خیلی مهم است. یک کتابدار متخصص، معمولاً اطلاعات مهمی را در اختیار بیمار و خانواده وی قرار می‌دهد و فرد را در دستیابی به اطلاعات مورد نیازش یاری می‌دهد (۵). در فرآیند کتاب‌درمانی، انطباق کتاب با شخص یعنی انتخاب کتاب با توجه به خصوصیت‌های روحی وی از اهمیت زیادی برخوردار است. این امر نقش و اهمیت کتابدار را به عنوان تسهیل‌کننده فرآیند کتاب‌درمانی دو چندان می‌کند. کتابدار می‌تواند با شناسایی و انتخاب کتاب مناسب و انطباق آن با فرد موردنظر به‌طور مستقیم وی را یاری کند. همچنین، کتابدار می‌تواند به‌طور غیرمستقیم با معرفی کتاب مناسب به روان‌پزشک یا پزشک در امر مشاوره و درمان سهیم باشد (۶). هدف از این مقاله مرور تاریخچه و مفاهیم کتاب‌درمانی، ارایه کاربرد کتاب‌درمانی، مزایا و محدودیت‌های آن، بیان مراحل اجرای کتاب‌درمانی و همچنین نقش کتابداران در آن است.

روش بررسی

این مقاله یک مقاله‌ی مروری نقلی است. برای جستجوی

مشخص، طراحی شده، ساختاربندی شده، و قابل کنترل به منظور درمان اضطراب و سایر مشکلات روانی که با راهنمایی پزشک انجام می‌گیرد» (۴). کتاب‌ها دربرگیرنده درس‌هایی نهفته برای مخاطبان خود هستند. آن‌ها فرصت‌هایی برای رشد، تجربه و تغییر در اختیار خواننده قرار می‌دهند. Hernik می‌گوید که «قدمت کتاب‌درمانی، به قدمت خود کتاب است» (۲). هرآن چه نوشته شده، به قصد ایجاد تغییر در خواننده بوده است. قدیمی‌ترین کتاب‌ها حاوی دستورالعمل‌هایی برای زندگی کردن بوده است (۳). کتاب‌درمانی به این مفهوم است که مطالعه می‌تواند نگرش فردی و رفتاری را تغییر داده و از این رو به‌عنوان ابزاری مهم جهت اصلاح ارزش‌ها تلقی می‌گردد. این روش در علوم نوین به‌عنوان روندی در نظر گرفته می‌شود که پیشرفت فردی و تحلیل مشکل را از طریق کتاب تسهیل می‌سازد (۱۴).

هر زمان کتابی توسط شخصی خوانده شود و وی از پیام‌های آن برای حل مشکل یا انعکاس یک چالش استفاده کند، کتاب‌درمانی اتفاق می‌افتد. حتی پیشنهاد یک کتاب در بخشی از مشاوره به خواننده و یا استفاده از کتاب برای شفا دادن نیز می‌تواند کتاب‌درمانی باشد (۱۲). Lenkowsky کتاب‌درمانی را این‌گونه تعریف می‌کند، «استفاده از خواندن جهت ایجاد تغییرات مؤثر، رشد شخصیت و توسعه» (۲۱). در عمل کتاب‌درمانی ساختاریافته‌تر از تعریف سرعنوان‌های موضوعی پزشکی (MeSH مخفف Medical Subject Headings) است که آن را شکلی از روانشناسی حمایتی تعریف کرده است که در آن به بیمار مطالب منتخب خواندنی ارائه می‌شود. در کتاب‌درمانی، بیمار اغلب برنامه‌ای از فعالیت‌ها را مطابق با یک دستورالعمل خود-کمکی (Self-help) دنبال می‌کند (۲۲). Katz و Watt کتاب‌درمانی را استفاده هدفمند از مطالب خواندنی با پیامد درمانی در ذهن می‌نامند (۲۳).

کاربردها، مزایا و محدودیت‌های کتاب‌درمانی

کتاب‌ها می‌توانند همچون یک درمان اثربخش به افراد کمک کنند. آن‌ها با تمثیل‌های خود به خواننده حسی از امنیت می‌دهند و به آنان می‌آموزند که دارای توانایی‌های درونی‌ای هستند که می‌توانند برای دستیابی به زندگی سالم و سازنده بر

که باید در هر بیمارستان، کتابخانه‌ای کوچک با تمام وسایل و مبلان جهت سرگرم نمودن و آموزش بیماران احداث شود (۹). همان‌طور که گفته شد دکتر بنجامین راش در سال ۱۸۱۵ میلادی و John Minsion Galt II در سال ۱۸۵۳ میلادی اولین روان‌پزشکانی بودند که کتاب‌درمانی را بنیان گذارند. آنان خواندن کتاب را به عنوان بخشی از طرح معالجه بیمار توصیه می‌کردند. با پیشرفت این فن و اثرات موفق آن در درمان بیماران در سال ۱۹۰۴ میلادی کتاب‌درمانی جنبه‌ای از کتابداری معرفی شد و اولین همکاری بین کتابداری و روان‌پزشکی در بیمارستان «مک لین» (McLean) آغاز شد. بعداً متخصصان دیگر از جمله مشاوران، روان‌شناسان و مربیان تربیتی به این موضوع علاقه‌مند شدند (۱۱). با وجود این که راش اولین کسی بود که کتاب‌درمانی را پیشنهاد داد و John Minsion Galt II، اولین شخصی بود که مقاله‌ای در این موضوع نوشت و کتاب‌درمانی را هم از نظر تئوری و هم از نظر عملی با برخی جزئیات شرح داد (۹) اما Samuel McChord Crothers، اولین کسی بود که واژه‌ی کتاب‌درمانی را در مقاله‌ای که در سال ۱۹۱۶ میلادی در ماهنامه‌ی آتلانتیک (The Atlantic Monthly) منتشر شد، به‌کار برد (۱۲). در ایران تلاش منظمی برای شناخت و تنظیم پشتوانه‌های نظری کتاب‌درمانی صورت نگرفته است. هر چند در سال‌های اخیر به این موضوع توجه بیشتری شده است (۲۰-۱۳، ۶، ۱). در حال حاضر محدودی از روان‌پزشکان و مشاوران با تکیه به تجارب شخصی از این روش بهره می‌برند (۱۱). امروزه کتاب‌درمانی به‌عنوان رشته خاصی از کتابداری بیمارستانی و کتابداری بالینی به‌شمار می‌رود (۱۳).

تعاریف و مفاهیم کتاب‌درمانی

اصطلاح Bibliotherapy از دو واژه یونانی Biblio به معنی کتاب و Therapy به معنی شفا دادن نشأت گرفته است. Delani، یکی از نخستین پزشکان کتاب‌درمانی، در سال ۱۹۳۸ میلادی، کتاب‌درمانی را این‌گونه تعریف کرده است: «درمان بیمار از طریق خواندنی‌های منتخب». همچنین کتاب‌درمانی، کمک‌رسانی از طریق کتاب نیز نامیده شده است (۷). Tue کتاب‌درمانی را چنین تعریف می‌کند: «مطالعه‌ی

گرفتن از افرادی که چنین تجربه‌هایی را پشت سرگذاشته‌اند، طی کنند. بنابراین، هدف اساسی از کتاب‌درمانی دادن بینش به فرد بهنجار و تغییر رفتار فرد نابهنجار است. برخی از صاحب‌نظران به کتاب‌درمانی تعاملی نیز اشاره کرده‌اند. این نوع کتاب‌درمانی می‌تواند با دیگر فنون مانند بازی‌درمانی، در مورد کودکانی که مورد سوء استفاده جنسی قرار گرفته‌اند، کودکانی که والدین خود را از دست داده‌اند و کودکانی که دچار ترس‌های مرضی هستند مورد استفاده قرار گیرد (۶). در واقع گروه هدف کتاب‌درمانی تعاملی، افرادی با شرایط زندگی نرمال می‌باشند که ممکن است دچار استرس یا آسیب‌های روانی دیگر شده باشند (۲۴).

حیطه کتاب‌درمانی حیطه‌ای وسیع است که از آن در بیمارستان‌های اعصاب و روان، جلسات مشاوره، جلسات مشاوره‌درمانی، جلسات خانواده‌درمانی، جلسات آموزش اولیا در طرح‌های کوتاه مدت و بلند مدت استفاده می‌شود. کاربرد کتاب‌درمانی را در چهار موضوع تغییر رفتار، تغییر سطح اجتماعی، تخلیه هیجانی و تغییر فکری می‌توان برشمرد (۱۱). این روش می‌تواند به‌عنوان یک روش درمانی به راحتی در مدارس برای کودکان، نوجوانان و جوانان و بدون مقاومت آشکار در برابر درمان مورد استفاده قرار گیرد. با این حال استفاده از کتاب‌درمانی برای اختلالات جدی توصیه نمی‌گردد (۱۴). به‌طور کلی مکان‌هایی که کتاب‌درمانی در آن‌ها صورت می‌گیرد شامل بیمارستان‌ها، کلینیک‌های خصوصی، کلاس‌های درس، انجمن مدارس و مراکز درمانی می‌باشد (۲۵). همچنین کتاب‌درمانی برای افرادی که یا از لحاظ جغرافیایی منزوی شده‌اند و یا شخصاً تمایل زیادی برای دسترسی به روش‌های درمان سنتی دارند مؤثر می‌باشد (۲۶). دلایل بسیاری برای به‌کار گرفتن کتاب‌درمانی وجود دارد که برخی از آن‌ها به شرح زیر می‌باشند:

- توسعه خودباوری فردی (۲۷، ۴، ۳)؛
- افزایش درک فردی رفتار یا محرک‌های انسانی (انگیزه بروز یا ظهور رفتارهای انسانی) (۲۷، ۱)؛
- تسکین احساسات یا فشارهای فکری (۲۸، ۲۷)؛

آن‌ها تکیه کنند. کتاب‌درمانی کاربردهای گسترده‌ای برای افراد سنین مختلف دارد؛ از جمله برای نوجوانان جهت گذر از بحران‌های نوجوانی، افرادی که موقعیت‌های آسیب‌زای متفاوتی را تجربه می‌کنند، بیماری‌های خاص، ناتوانان در یادگیری، بازماندگان بلایا، افراد تحت خشونت یا مورد سوء استفاده قرار گرفته و مواردی از این قبیل. کتاب‌هایی که در کتاب‌درمانی استفاده می‌شوند، طیف گسترده‌ای دارند و برای شرایط مختلف، راه‌حل‌های متفاوتی ارائه می‌دهند (۳). Rubin، یکی از صاحب‌نظران معاصر در این رشته، به طور کلی کاربرد کتاب‌درمانی را در سه قسمت می‌داند: مؤسسه‌ای (Institutional)، بالینی (clinical)، رشدی (developmental). منظور از کاربرد مؤسسه‌ای کتاب‌درمانی، استفاده از کتاب در بیمارستان‌ها و زندان‌ها برای دادن اطلاعات و افزایش بصیرت است. کتاب‌درمانی بالینی در مورد کسانی به‌کار برده می‌شود که دارای مشکلات عاطفی و رفتاری هستند. هدف می‌تواند تغییر رفتار و کاهش نگرانی‌ها و دادن بینش و بصیرت باشد (۱۰). در واقع کتاب‌درمانی بالینی بر بیماری‌های جسمانی و روانی متمرکز می‌شود و توسط درمانگری که تحت آموزش‌های پیشرفته قرار گرفته (۲۴) یا به وسیله‌ی پزشک معالج یا یک کتابدار انجام می‌گیرد که در بیشتر موارد وظایف یک مشاور را انجام می‌دهند. منظور از کتاب‌درمانی رشدی یا کاربرد رشدی کتاب‌درمانی، استفاده از کتاب برای افراد عادی و بهنجار است که علاوه بر تأمین بهداشت روانی آن‌ها به خود شکوفایی ایشان نیز کمک می‌کند (۱۰).

بنا به عقیده Halsted، اصطلاح کتاب‌درمانی رشدی برای توصیف فرآیند کمک به افراد سالم در جهت رشد و تکامل طبیعی آن‌ها به‌کار می‌رود. در مقابل، کتاب‌درمانی بالینی شامل روش‌های روان‌درمانی است که پزشکان و روانشناسان مجرب آن را برای افرادی که دچار مشکلات رفتاری یا عاطفی هستند در طی یک برنامه درمانی خاص استفاده می‌کنند. کتاب‌درمانی رشدی سعی دارد نیازها را پیش از آن‌که مشکل‌ساز شوند، پیش‌بینی و رفع نماید و به افراد کمک کند تا مراحل زندگی را با اطلاعات از پیش فراهم آمده و الگو

- آسکارسازی توانایی‌های درونی برای فرد (۲۸، ۵-۳)؛
 - یافتن معنا برای زندگی (۳).
 - برانگیختن حس همبستگی (۳۰، ۵)؛
 - ارزیابی شخصی و اجتماعی از خود (۲۷، ۴-۶)؛
 - برانگیخته شدن تفکر انتقادی و تحلیل ارزش‌های اخلاقی (۵).
- کتاب‌درمانی نیز چون سایر روش‌های درمانی در کنار مزیت‌های خود دارای محدودیت‌هایی نیز می‌باشد. برخی از این محدودیت‌ها عبارتند از:
- محدودیت کاربرد کتاب‌درمانی در مورد بی‌سوادان و کم‌سوادان (۳۱، ۵)؛
 - محدود بودن تعداد کتاب‌ها و منابع اطلاعاتی که تمام جنبه‌های درمانی را در برداشته باشند (۳۲، ۳۱، ۱۴، ۵)؛
 - پیچیدگی متن اغلب کتاب‌های مربوط به شناخت و درمان بیماری‌های روانی و کتاب‌های مشابه در این زمینه که برای تدریس در دانشگاه نوشته شده‌اند و متن آن‌ها برای عامه مردم ساده نشده است (۳۲، ۳۱، ۲۱، ۵)؛
 - نبود استانداردهای لازم برای فنون کتاب‌درمانی (۳۱)؛
 - عدم رواج عادت به مطالعه در بسیاری از جوامع (از جمله کشور ایران) و عدم آشنایی افرادی که توان خواندن دارند با روش صحیح مطالعه (۳۱)؛
 - احتمال خودداری و مقاومت برخی از درمانجویان پس از شروع کتاب‌درمانی نسبت به ادامه مطالعه (۳۱)؛
 - عدم پاسخ‌دهی در درمان بیماری‌های حاد (۳۱)؛
 - رغبت کم کتابداران آموزش‌دیده و ماهر برای انجام آن (۳۲، ۳۱، ۱۴)؛
 - احتمال تقویت افکار بیمارگونه فرد به دلیل برداشت ناصحیح فرد از کتاب و شخصیت‌های آن (۴)؛
 - عدم آشنایی درمانگر با منابع مناسب (۴).
- مراحل کتاب‌درمانی**
- کتاب‌درمانی مراحل مختلفی دارد که در ادامه به آن‌ها پرداخته می‌شود.
- آرایه پوشش گسترده‌ای از هر جنبه از شرایط انسان در کتاب‌ها؛
 - استفاده مکرر و دوباره از کتاب‌ها توسط افراد در شرایط مختلف؛
 - امکان دسترسی آسان و ساده مردم به کتاب‌ها (۲۸)؛
 - قدرت استثنایی تأثیر کلمات نوشته شده بر بسیاری از مردم (۲۹، ۲۸)؛
 - آگاهی از مشکلات سایر افراد (۱۲، ۶، ۴)؛
 - آسکارسازی علایق پنهان و نامشخص فرد (۴، ۳)؛
 - آرایه راه‌حل‌های متعدد برای حل یک مشکل (۲۸، ۲۷، ۵، ۴)؛
 - علاوه بر آن می‌توان به دلایل دیگری چون: ارزانی، سادگی و سهولت، دسترس‌پذیری، پذیرش و قبول کتاب توسط افراد و عدم مقاومت در برابر آن به عنوان یک روش درمانی نیز اشاره کرد.
 - با توجه به آن‌چه گفته شد، محرز می‌شود که کتاب‌درمانی می‌تواند ناجی بسیاری از افراد برای رهایی از مشکلات شخصی و روحی باشد. این روش مزایای متعددی به همراه دارد که مهم‌ترین آن‌ها عبارتند از:
 - ایجاد نگرش مثبت نسبت به موقعیت و داشتن فرصت شناسایی، جبران، کنترل و تغییر موقعیت (۲۸، ۲۷، ۳)؛
 - کشف راه‌حل‌های جدید برای مشکلات و مسایل (۲۸، ۲۷، ۵، ۴)؛
 - افزایش سطح سواد و گسترش معرفت (۲۷، ۶)؛
 - ایجاد حس خودباوری (۲۷، ۴)؛
 - آموزش اعتماد به نفس و افزایش آن؛
 - ایجاد رفاقت و دوستی میان بیماران (۲۷)؛
 - افزایش روند شفابخشی (۲۹، ۲۷)؛
 - رشد قوه درک، یادگیری و برانگیختن خلاقیت و قوه تخیل (۲۷، ۴، ۳)؛
 - افزایش درک رفتار و انگیزه‌های انسان (۲۷، ۴)؛
 - مجال برای تفکر در مورد کتاب به‌جای متمرکز شدن روی مشکلات و اختلالات خود (۳۰، ۴)؛
 - تقویت مهارت‌های ارتباطی (۳۰، ۳)؛

درونی می‌سازد (۱۲). فرایند تعامل بین تضادها و مقایسه‌ها نوعی آگاهی به درمانجو می‌دهد که ممکن است مبنا و اساس تصمیم‌گیری وی را فراهم کند. در این مرحله درمانجو بین خود و قهرمان اصلی داستان یا واقعه ارتباط برقرار می‌نماید و موقعیت داستان را در مورد زندگی خود اجرا می‌کند و خود را جای قهرمان اصلی داستان گذارده و راه‌حل‌های ممکن را جستجو کرده و در مورد خودش به کار می‌گیرد. در این مرحله فرد می‌تواند مشکلات خود را بهتر تجزیه و تحلیل نماید و این امر باعث افزایش خودآگاهی، خودشناسی، درک عمیق‌تر از خود، اعتماد به نفس، دیگرشناسی و ارتباط با دیگران شده و در نهایت اصلاح رفتار فرد شود (۳۳).

عمومیت یا جهان شمولی (Universalisation): در این مرحله درمانجو متوجه می‌شود که مشکل او منحصر به فرد و حل‌نشده نیست و دیگران نیز چنین مشکلاتی دارند. وی در می‌یابد که می‌تواند همچون دیگران با کمک روش‌های مختلف و مؤثر بر مشکلات خود غلبه کرده و احساس انزوی خود را کاهش دهد (۳۳).

مهم‌ترین نکته‌ای که در اجرای کتاب‌درمانی و مراحل مختلف آن باید به آن توجه داشت و تأکید فراوانی بر آن می‌شود، دقت در انتخاب کتاب‌هایی است که مورد استفاده قرار می‌گیرند. این کتاب‌ها می‌بایست از نظر ادبی و از لحاظ سنی با افراد مناسب داشته باشند (۲۷). البته برای کتاب‌درمانی روش ویژه‌ای وجود ندارد. ممکن است متن خاصی از یک کتاب برای خواندن در جلسات مشاوره تجویز یا توصیه شود و پس از خواندن مورد بحث قرار گیرد و نیز ممکن است کتاب برای مطالعه تمامی شرکت‌کنندگان در یک مشاوره گروهی توصیه شود (۱۱). جلسات کتاب‌درمانی می‌تواند به صورت فردی یا گروهی تشکیل گردد، البته نظر درمان‌جو و سلیقه او در این زمینه اهمیت دارد. در کتاب‌درمانی انفرادی، کتاب یا مطالب خواندنی برای فرد خاص دارای نیازی ویژه انتخاب می‌شود و شخص می‌تواند کتاب را به‌تنهایی بخواند یا فرد دیگری برایش بخواند. در کتاب‌درمانی گروهی، افراد شرکت‌کننده بخشی از کتاب یا داستانی را به نوبت و با صدای بلند می‌خوانند و همچنین در انتهای جلسه می‌توانند با یکدیگر

شناسایی یا همانندسازی (Identification): زمانی رخ می‌دهد که خواننده یک مشکل، پیشامد یا پیامد را با شخصیت کتاب به اشتراک می‌گذارد (۱۲) و در صدد این است که با استفاده از روانکاوی و تجسم، بر تجارب شناختی خود افزوده و ناسازگاری‌ها و تعارضات عاطفی خود را کاهش دهد (۱۴). در این مرحله درمانجو باید بتواند با کمک درمانگر، منابع اطلاعاتی مورد نیاز خود را شناسایی و گزینش کند و شباهت‌های اصلی بین خود و قهرمان داستان یا واقعه را کشف نماید. همانندسازی درمانجو با قهرمان اصلی داستان یا واقعه در این مرحله صورت می‌گیرد. در مرحله همانندسازی، درمانجو به لحاظ شناختی تجربه‌های خود را با روش‌های برون‌سازی (Projection) و درون‌سازی (Introjections) تکمیل می‌کند (۳۳).

تخلیه هیجانی یا پالایش روانی (Catharsis): تغییر عقیده و تزکیه وقتی برای خواننده اتفاق می‌افتد که شخصیت مشکل‌دار، پیشامد یا پیامد را حل کند (۱۲). در این مرحله درمانجو جزئیات بیشتری از شخصیت خود را کشف کرده و اقدام به ابراز هیجان‌ها و تخلیه تنش‌ها به منظور کشاندن احساس‌ها و هیجان‌های مخفی و کنترل شده خود به قسمت آگاه ذهن می‌کند. در نتیجه، تنش‌های خود را کاهش می‌دهد. در واقع، خواندن منابع آغازی است برای آشکار ساختن پیچیدگی‌های شخصیتی پنهان درمانجو و پالایش روانی وی. بنابراین در این مرحله، درمانجو بستر مناسبی برای تخلیه هیجان‌های خود پیدا می‌کند (۳۳) و به طور احساسی در جریان داستان درگیر می‌شود و قادر است که تحت شرایط مطمئن، احساسات سرکوب شده خود را رها سازد (۲۷). در این بخش، فرد راهی را می‌یابد تا از طریق آن عواطف و بینش خود را کنترل کند و با استفاده از شناخت یا سرکوب احساسات و تأملات درونی بتواند مشکل خود را موشکافی کند. این‌گونه تحلیل‌ها به پیشرفت خودآگاهی، کسب آگاهی عمیق‌تر و برقراری ارتباط بهتر با دیگران منجر خواهد شد (۱۴).

بینش یا بصیرت (Insight): هنگامی روی می‌دهد که خواننده راه‌حل شخصیت را در موقعیت خود انعکاس می‌دهد یا آن را

از انواع شخصیت‌ها و منش‌ها بررسی شود (۱۱). اثربخشی کتاب‌درمانی به انگیزش، استفاده و همچنین سواد شخصی که آن را به کار می‌برد، بستگی دارد (۲۵).

نقش کتابدار در کتاب‌درمانی

کاربرد کتاب‌درمانی در آغاز محدود به بیمارستان‌ها بوده و به‌عنوان یک ابزار کمکی به کار گرفته می‌شد. چون در کتاب‌درمانی علاوه بر شناخت بیماری، شناخت کتاب نیز ضرورت یافت و از طرفی باور به تأثیر این فن افزایش پیدا کرد، تدریجاً ضرورت نوعی همکاری بین پزشکان، روانشناسان و کتابداران احساس شد (۲۷).

به عبارت دیگر، کتاب‌درمانی روشی است که با همکاری متخصصین اطلاعاتی در درمان بیماران استفاده می‌شود (۵) و از سوی حرفه‌های گوناگونی چون روانشناسی و پزشکی مورد استفاده قرار می‌گیرد (۲۹). این روش درمانی از آن‌رو به کتابداران وابسته است، چرا که آن‌ها بهتر از هر فردی می‌توانند بر اساس پیشینه مطالعاتی خود بهترین و مناسب‌ترین مواد خواندنی را توصیه نمایند. در واقع کتاب‌درمانی به صورت مشترک توسط روانشناسان و کتابداران انجام می‌شود (۵). چرا که این افراد از جمله مهم‌ترین کسانی هستند که به اطلاعات معتبر و روزآمد دسترسی دارند و می‌توانند این اطلاعات را در دسترس بیماران قرار دهند (۳۳). Forrest در بررسی خود نشان داد که در وهله‌ی اول روانشناسان (۵۷ درصد)، سپس کتابداران (۲۰ درصد)، پرستاران (۱۱ درصد) و در نهایت مددکاران اجتماعی (۱۰ درصد) از این روش بهره می‌برند (۳۲). او نشان داد که کتابداران دومین قشری هستند که از کتاب‌درمانی استفاده می‌کنند و نقش آن‌ها در این مقوله به ویژه زمانی که متونی را برای اهداف درمانی انتخاب می‌کنند، بسیار حیاتی است. آن‌ها می‌توانند با آگاهی مناسبی که از موارد منتشرشده مرتبط دارند، متونی را برای کمک به افراد دارای مشکل ذهنی، عاطفی، خانوادگی و اجتماعی انتخاب کنند (۱۴). همچنین پیگیری و یادآوری دستورالعمل‌های تیم مراقبت و درمان منجر به بهبود نتایج فرآیند درمان خواهد شد و به تبع آن میزان مراجعات این بیماران به مراکز درمانی و صرف هزینه‌های

به بحث و گفتگو بپردازند. از سوی دیگر، کتاب‌درمانی می‌تواند به صورت حضوری یا غیرحضوری برگزار شود. در کتاب‌درمانی حضوری افراد در جلسات کتاب‌درمانی حضور دارند و با مساعدت و یاری کتابدار، روانشناس یا پزشک کتاب‌درمانی انجام می‌شود. اما در نوع غیرحضوری، حضور فیزیکی افراد مطرح نیست و درمان به صورت غیر حضوری و از طرق مختلف مانند ارسال ایمیل، پیامک، بروشور، معرفی کتابی ویژه و یا تماس تلفنی صورت می‌گیرد (۳۴، ۳۵). روش گروهی به اعضا اجازه سهیم شدن در تجربه مشترک را می‌دهد و این جلسات می‌تواند برای کسی که احساس ناراحتی و تنهایی می‌کند، امنیت خاطر فراهم آورد. شناخت نیازهای فردی یکی دیگر از مسایل قابل توجه در اجرای این شیوه است. بعد از شناخت نیازها، گزینش موضوعات مطالعاتی باید متناسب با نیازهای شناخته شده فرد باشد (۲۷). استفاده از روش گروهی دارای مزیت‌های بی‌شماری می‌باشد (۳۶) و علل چندی برای ترجیح درمان‌های گروهی وجود دارد. یکی از آن‌ها صرفه‌جویی در هزینه است که اجازه می‌دهد افراد بیشتری با مشکلات مشابه تحت درمان قرار گیرند (۳۷). بسیاری از افراد در مواجهه با مشکلات روانشناختی و یافتن راه‌حل برای آن محتاط هستند. برگزاری جلسات کتاب‌درمانی گروهی، ضمن افزایش عادت به مطالعه در بین آن‌ها، این مزیت را دارد که به آن‌ها نشان می‌دهد مشکل‌شان مختص آن‌ها نیست و افراد دیگری نیز همچون آنان دارای این مشکل بوده و در صدد یافتن راه‌حلی برای آن هستند. مشارکت گروهی در رفع چنین مشکلاتی، پذیرش و کنار آمدن با آن را برای افراد ساده‌تر می‌سازد (۳۸) و زمینه‌ای را به منظور تمرین رفتارهای جدید فراهم می‌نماید. همچنین منبع عظیمی از بازخورد از مبارزات فردی را به وجود می‌آورد تا فرد بتواند خود را بشناسد. این نوع درمان، روشی مطمئن جهت ابراز وجود و بیان آن‌چه هست که نمی‌توانستند بگویند (۳۶).

استفاده از کتاب‌درمانی مشروط به دو شرط مهم است. اول این‌که مراجع به‌طور کامل شناسایی شود و دوم این‌که کتاب‌ها به خوبی شناخته شوند و نوع و میزان تأثیر آن‌ها در هر کدام

یک متن ادبی، شعر، داستان یا مطالب دیگر هم استفاده کرد. آنچه مهم است تناسب بین اهداف درمانی و محتوای اطلاعات است (۱۱).

بدیهی است که کتابداران نقش تسهیل‌کننده‌ای در برنامه بازتوانی دارند و می‌توانند در نقش مشاور، رهبر گروه، مفسر، ناظر بر افراد و پیشرفت گروه و همچنین عضو تیم روانپزشکی ظاهر شوند. کتابدار باید با گروه و تک تک افراد رابطه‌ی خوب و صمیمانه‌ای برقرار کند. مسؤولیت دیگر کتابداران، ملاقات انفرادی با بیمار است. این ملاقات نباید مکرر باشد و می‌تواند به‌ندرت و با توجه به محدودیت‌های زمانی صورت گیرد (۳۶).

کتابدار بایستی در رویارویی با تفکر هر فرد، جستجوگری تیزبین باشد و در شناخت و رشد شخصیت فرد بکوشد. همچنین باید از مهارت‌های رهبری گروهی و راهنمایی فردی آگاه باشد و نیز باید رابطه‌ی خوبی با بیماران برقرار کند تا مصاحبه‌ها و مناظره‌های گروهی نیز سودمند واقع شوند (۳۰). کتابداران می‌توانند حضور فعالانه‌ای در محیط‌های گوناگون کتاب‌درمانی داشته باشند. حضور کتابداران در کتاب‌درمانی زمانی مفیدتر خواهد بود که متقاضیان برای کمک یا دریافت کتاب‌های مفید و مرتبط به این افراد مراجعه کنند. حتی وقتی متقاضیان برای پیدا کردن کتاب‌های خودآموز به کتابخانه مراجعه می‌کنند، کمک کتابداران در این زمینه بسیار مفید خواهد بود (۱۴). بنابراین کتابداران با پیشنهاد مواد خواندنی منتخب به مراجعان به آن‌ها کمک می‌کنند تا در رابطه با حل مسایل مربوط به نیازهای درمانی خود به بینش جدیدی دست یابند و از این طریق بر نگرش آن‌ها تأثیر می‌گذارند و تغییراتی را در رفتارهای آنان پدید می‌آورند. از این منظر، این روش درمانی به کتابداران وابسته است، چرا که آن‌ها بهتر از هر فردی می‌توانند بر اساس تجربه و حرفه خود بهترین و مناسب‌ترین مواد خواندنی را توصیه نمایند. همان‌طور که پیش‌تر نیز ذکر شد، در عمل کتاب‌درمانی به صورت مشترک توسط پزشکان، روانشناسان و کتابداران انجام می‌شود و نباید به آن به عنوان یک رویکرد مستقل در درمان نگریست، بلکه این روش، یک روش کمک‌درمانی و مکمل است (۵).

مستقیم و غیرمستقیم آن کاهش خواهد یافت (۳۴). نقش کتابدار در فرآیند کتاب‌درمانی بسیار مهم است (۵). امروزه کتابداران بالینی به بازبینی نقش خود پرداخته‌اند و دریافتند که تقاضا برای وظایف کتابخانه‌های سنتی به شدت کاهش یافته است. با این حال، حوزه‌های خدمات جایگزین و همکاری با سایر رشته‌ها می‌تواند ارزش کتابدار را برای بیمار و تیم درمان افزایش دهد (۳۹). اکنون کتابداران بالینی فعالیت‌های را برای بیماران روانی بستری در بیمارستان عرضه می‌کنند که هم لذت‌بخش است و هم مفید (۴۰). یک کتابدار متخصص و ماهر، معمولاً اطلاعات مهمی را در اختیار بیمار و خانواده‌اش قرار می‌دهد و فرد را در دستیابی به اطلاعات مورد نیاز وی یاری می‌دهد و کسب اطلاعات بیشتر و بهتری را توصیه می‌کند (۵). کتابدار و کتابخانه دارای نقشی تأثیرگذار در مراحل کتاب‌درمانی می‌باشند؛ که از جمله آن‌ان می‌توان به نقش‌های زیر اشاره کرد:

- تجزیه و تحلیل نیازهای فرد از طریق اطلاعات بیمار با توجه به نیاز وی؛
 - هدفمند نمودن مطالعه، آموزش و کسب اطلاعات بیمار با توجه به نیاز وی (۸، ۵)؛
 - مشاهده و گزارش تغییرات و علائم رفتاری خواننده به تیم درمان گر (۵)؛
 - تهیه منابع لازم (کتاب، فیلم و ...) برای کتاب‌درمانی؛
 - تهیه فهرست کتاب‌های مناسب برای مشکلات مختلف (۵، ۹)؛
 - هدایت و تشویق افراد به مطالعه مداوم (۵، ۸، ۹).
- در فرآیند کتاب‌درمانی انطباق کتاب با شخص یعنی انتخاب کتاب با توجه به خصوصیت‌های روحی وی از اهمیت زیادی برخوردار است. این امر نقش و اهمیت کتابدار را به‌عنوان تسهیل‌کننده فرآیند کتاب‌درمانی دو چندان می‌کند. کتابدار می‌تواند با شناسایی و انتخاب کتاب مناسب و انطباق آن با فرد موردنظر به‌طور مستقیم وی را یاری کند. همچنین، وی می‌تواند به‌طور غیرمستقیم با معرفی کتاب مناسب به روانپزشک در امر مشاوره و درمان سهیم باشد (۶). ناگفته نماند که در کتاب‌درمانی می‌توان از یک قطعه اطلاعات مانند

نتیجه‌گیری

نظر می‌رسد. با وجود دلایل بسیار و مزایای متعدد کتاب‌درمانی، بایستی به محدودیت‌های آن مانند نداشتن سواد کافی همه افراد ذینفع احتمالی، نبود منابع اطلاعاتی مناسب در همه زمینه‌های مورد نیاز، نبود متخصصان کافی کتاب‌درمان، نبود سرفصل مناسب در دوره کارشناسی کتابداری و اطلاع‌رسانی پزشکی در این مورد، عدم اقبال در بین متخصصان حوزه پزشکی نیز توجه لازم را داشت. در پایان می‌توان گفت زمانی تأثیرگذاری این روش بیشتر و هدفمندتر خواهد شد که یک کتابدار پزشکی یا بالینی به همراه تیم درمان و در کنار پزشک یا روان‌پزشک در این امر سهیم باشد، چرا که کتابداران به دلیل دانش تخصصی خود نقشی مؤثر در انتخاب یا تهیه منابع اطلاعاتی جهت اجرای کتاب‌درمانی دارند.

افزایش نرخ شیوع بیماری‌های روانی از یک سو، کمبود متخصصان مجرب در زمینه بهداشت روانی از سوی دیگر و گران بودن اغلب خدمات با کیفیت مشاوره و روان‌درمانی، ضرورت کتاب‌درمانی را به‌عنوان یک روش ساده، ارزان و در دسترس نشان می‌دهد. این روش علاوه بر یاری بیماران دارای مشکلات روانی، می‌تواند در درمان بسیاری از بیماری‌های جسمی نیز به کار رود. دلایل بسیاری جهت استفاده از کتاب‌درمانی وجود دارد اما استفاده از آن بستگی به نوع بیماری و شخص بیمار دارد. به‌طور کلی، به‌کارگیری این روش به دلیل عدم مقاومت افراد در برابر آن نسبت به سایر روش‌های درمانی به‌ویژه در درمان بیماری‌های روحی مؤثر به

References

1. Jokar M, Baghban I, Ahmadi A. Comparison of the Effect of Face to Face Counseling and Cognitive Bibliotherapy in Reducing Depressive Symptoms. *IJPCP* 2006; 12(3): 270-6. [In Persian]
2. Aria A, Tabrizi M. *Bibliotherapy*: Tehran: Fararavan; 2003. [In Persian]
3. Ali-Shahroudi F. A Book, Like a Therapist (Developmental Bibliotherapy for Teenagers). *Monthly book for Children and Teenagers* 2009; 12(10): 8-14. [In Persian]
4. Salmani Nadoshan E, Shafea H, Akbari A. *Bibliotherapy: Principles and Methods*. *Book J* 2007; 72: 193-200. [In Persian]
5. Mohsen Tabar M. *Bibliotherapy*. *Sci Commun* 2011; 20: 1-4. [In Persian]
6. Amin Dehghan N. Literature usage in the child's life The Roll of Bibliotherapy in child's Growth. *Proceedings of the Conference on Children's Literature*; 2002; Birjand, Iran. Birjand: Golro; 2004: 23-8. [In Persian]
7. Mitchell DJ. Toward A Definition of Information Therapy. *Proc Annu Symp Comput Appl Med Care* 1994: 71-5.
8. Darrin R. The Library as a Therapeutic Experience. *Bull Med Libr Assoc* 1959; 47(3): 305-11.
9. Weimerskirch PJ. Benjamin Rush and John Minson Galt II: Pioneers of bibliotherapy in America. *Bull Med Libr Assoc* 1965; 53(4): 510-26.
10. Golzari M. *Bibliotherapy*. Tehran: Ghalamro; 1987: 69-78. [In Persian]
11. Tabrizi M. *Bibliotherapy*. *Proceedings of the 1th Seminar on Guidance and Counseling*. Tehran, Iran; 1993: 170-80. [In Persian]
12. Jones JL. A Clooser Look at Bibliotherapy. *Young Adult Library Services* 2006; 5(1): 24-7.
13. Riahinia N. The effect of group counseling and bibliotherapy on the academic librarian women in terms of job exhaustion reduction. *Journal of Career & Organizational Counseling* 2011; 3(7):97-112. [In Persian]
14. Riahinia N, Azimi A, Seify S. Librarians' participation in bibliotherapy treatment of distressed students. *IJCRB* 2011; 3(6): 709-21.
15. Riahinia N, Azimi A. *Principles, Theories and Applications of Bibliotherapy*: Tehran: Chapar; 2012. [In Persian]
16. Banki Y, Amiri S, Asadi S. The efficiency of group bibliotherapy on separation anxiety and depression of children of divorced parents. *Daneshvar* 2009; 16: 1-8. [In Persian]
17. Navvabi-nezhad S, Riahinia N. The comparison effect of group counseling with cognitive-behavioral approach and cognitive bibilotherapy on depression of 30-40 years old women. *Women Res J (Women Studies Journal)* 2007; 1: 45-76. [In Persian]
18. Nokarizi M, Alemzadeh S. The effect of bibliotherapy on internalizing and externalizing Syndromes of Blind elementary school students in Vesal mental retardation school of Birjand. *J Alibrary Information journal of*

- library and information sciences 2011; 1: 197-218. [In Persian]
19. Parirokh M, Naseri Z. The study of effect of bibliotherapy programs on reduction of aggression in children. The studies of children literature in Shiraz University 2011; 3: 33-60. [In Persian]
 20. Balouch Zera'atkar K. The effect of Bibliotherapy on female student's mild depression in Rehabilitation Faculty of Iran university of Medical Sciences In semester 2003-2004. Tehran: University of Medical Sciences; 2004.
 21. Lenkowsky RS. Bibliotherapy: A review and analysis of the literature. J Spec Educ 1987; 21: 123-32.
 22. Fanner D, Urquhart C. Bibliotherapy for mental health service users, part 1: A systematic review. Health Info Libr J 2008; 25(4):237-52.
 23. Katz G, Watt J. Bibliotherapy: The use of books in psychiatric treatment. Can J Psychiatry 1992; 37(3):173-8.
 24. Cohen LJ. Bibliotherapy: the therapeutic use of book for women. J Nurse Midwifery 1992; 37(2):91-5.
 25. Harper E. Bibliotherapy intervention exposure and level of emotional awareness among students with emotional and behavioral disorders [MSc thesis]. US: Cleveland State University, College of Education and Human Services; 2010.
 26. Wright J, Clum GA, Roodman A, Febraro GA. A Bibliotherapy Approach to Relapse Prevention in Individuals with Panic Attacks. Journal of Anxiety Disorders 2000; 14(5): 483-99.
 27. Alizade Birjandi Z. Bibliotherapy and Narrative therapy for Children and Teens. Proceedings of the Conference on Children's Literature; 2002 Nov; Birjand, Iran. Birjand: Golro; 2004: 170-80. [In Persian]
 28. Favazza AR. Bibliotherapy: A Critique of the Literature. Bull Med Libr Assoc 1966; 54(2): 138-41.
 29. McMillen P, Pehrsson DE. Specialty of the house: bibliotherapy for hospital patients. Journal of Hospital Librarianship 2007; 4(1): 73-81.
 30. Joseph R. bibliotherapy. Trans Yosefi A. Research on Information Scienc & Public Libraries 1993; 3(1). 91-3. [In Persian]
 31. Nouruzi AR. Infotherapy or bibliotherapy: Alternative Medicine. Information Clinic 2011; 1(1): 1-18. [In Persian]
 32. Forrest M. Recent development in reading therapy: a review of the literature. Health Libr Rev 1998; 15(3):157-64.
 33. Nouruzi AR. Webothery and Bibliotherapy. Scientific Comunication 2007. 9(1). 1-5. [In Persian]
 34. Yarahmadi A, ZareFarashbandi F, Kachouei A, Nouri R, Hassanzadeh A. Effects of Non-Attendance Information Therapy on the Control of Glycosylated Hemoglobin (Hba1C) in Type 2 Diabetic Patients. Journal of Education and Health Promotion (In Press).
 35. Salimi S. The Effect of Group Bibliotherapy on the Self –Esteem of Female Students of Isfahan University of Medical Sciences Living in Dormitory in 2013 [MSc thesis in Persian]. Isfahan: Isfahan University of Medical Sciences; 2013.
 36. McDowell DJ. Bibliotherapy in patients library. Bull Med Libr Assoc 1971; 59(3): 450–7.
 37. Michael F. Guide of 25 Practical sessions of group therapy. Trans. Jan Bozorgi M. Qum: Research Institute of Hawzah & University; 2009.
 38. Salimi S, Zare Farashbandi F, Papi A, Samoei R, Hassanzadeh A. The Effect of Group Bibliotherapy on the Self –Esteem of Female Students Living in Dormitory. Journal of Education and Health Promotion (In Press).
 39. Zare Farashbandi F, Ashrafi Rizi H, Shahrzadi L, Papi A. Information Therapy Center in Isfahan University of Medical Sciences: What and Why . Health Inf manage 2012; 9(4): 445-7. [In Persian]
 40. Dunkel LM. Library to Patient: New Role for the Patients' Librarian. Bull Med Libr Assoc 1976; 64(4):418-19.

Bibliotherapy: Applications, Approaches, Roles

Firoozeh Zare Farashbandi¹, Sepideh Salimi²

Review Article

Abstract

Bibliotherapy is one of the inexpensive, available and helpful methods in treatment of diseases and psychology counseling that today is considerable. Bibliotherapy is use of book for treatment and as a supplement method in treatment is used. Depend on opinion of treatment team it can perform individually or in group and attendance or non- attendance. This kind of treatment in addition of its advantages has some limitations. This study is a narrative overview and its aim is review of the history and concepts of bibliotherapy, its application, its advantages and limitations, its stages as well as the role of the librarian in that. For gathering appropriate articles, the key words "bibliotherapy", "information therapy", "the librarian's role in treatment," "the library's role in treatment" are searched in databases SID, Magiran, ISI, Web of Science, Science Direct, Ebsco, Springer, IranMedex, Irandoc, Noormags, Elsevier, MDConsult, Emerald, and Proquest from Aban 1390 till Mordad 1392. After studying the retrieved documents, 40 documents were selected and reviewed. Literature review showed that because of the increase in prevalence rates of various diseases and on the other hand, the shortage of highly qualified professionals and expensive of most quality service, the using bibliotherapy as a simple, cheap and made available is beneficial. But its limitations must also be considered. A librarian has a facilitator role in bibliotherapy process. When the bibliotherapy will have the greatest effect that a medical or clinical librarian along with treatment team and the physician or psychiatrist to be participated in the process of bibliotherapy.

Keywords: Bibliotherapy; Librarians; Disease

Received: 15 Oct, 2013

Accepted: 4 Jan, 2014

Citation: Zare Farashbandi F, Salimi S. **Bibliotherapy: Applications, Approaches, Roles.** Health Inf Manage 2014; 11(1): 134.

1- Assistant professor, Medical Library and Information Sciences, Health Information Technology Research Center, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran

2- MSc, Medical Library and Information Sciences, Faculty of Information and Management, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran (Corresponding Author) Email: Sepideh.slm86@gmail.com