

ARTÍCULOS

El club de lectura como vehículo de integración

MARÍA CASTILLO LASALA

*Psicóloga Clínica. Coordinadora de la Unidad de Media Estancia.
Hospital Provincial de Guadalajara*

RESUMEN: Se relata la experiencia de colaboración entre la Unidad de Media Estancia del Instituto de Enfermedades Neurológicas (Guadalajara, España) y la Biblioteca Pública de Guadalajara, una colaboración consistente en el mantenimiento de un club de lectura para pacientes con Trastorno Mental Grave. La finalidad de esta colaboración es trabajar en la rehabilitación de estos pacientes a través de actividades normalizadas, con varios objetivos: fomentar el gusto por el relato y la lectura; crear, potenciar y mantener hábitos de atención y concentración; fomentar las relaciones y habilidades sociales; trabajar la motivación y la creatividad; desbloquear respuestas emocionales y potenciar la identidad personal y social.

PALABRAS CLAVE: Biblioterapia, Pacientes Psiquiátricos, Clubes de Lectura.

ABSTRACT: the experience of cooperation between the Intermediate-Term Unit of the Neurological Disorders Institute (Guadalajara, Spain) and the Public Library of Guadalajara is related, a cooperation consisting of maintaining a reading club for patients with Severe Mental Disorders. The aim of this cooperation was to work in the rehabilitation of these patients through normalizing activities, with various objectives: to encourage a liking for narrative and reading; create, strengthen and maintain habits of attention and concentration; encourage social interactions and skills; foster motivation and creativity; unlock emotional responses and strengthen personal and social identity.

KEY WORDS: Bibliotherapy, Psychiatric Patients, Reading Clubs.

LA BIBLIOTECA PÚBLICA DE GUADALAJARA Y LA UNIDAD DE MEDIA ESTANCIA (UME)
PARA TRASTORNO MENTAL GRAVE COOPERAN MEDIANTE UN CLUB DE LECTURA.

El Club de Lectura de la UME, tiene una larga historia. Me gustaría empezar por compartir algunas notas sobre sus antecedentes.

En el año 1991, dentro de un convenio de colaboración entre el entonces Instituto Nacional de Servicios Sociales INSERSO y el Hospital «Ortiz de Zarate», se llevó a cabo un Taller de lectura que dirigió la escritora y contadora de cuentos Estrella Ortiz. En el año 1994 se estableció una colaboración entre la Biblioteca Pública y el entonces Hospital Provincial «Ortiz de Zarate» cuyo objetivo fue la realización de un Club de Lectura con pacientes de larga estancia psiquiátrica, dentro de la programación de Clubes de Lectura que la biblioteca tenía fuera de la propia biblioteca, tales como los clubes de los Centros de Mayores, el del CAMF; los de Asociaciones etc.

Entre los grandes objetivos de nuestro centro estaba curar y/o rehabilitar a los pacientes facilitando su integración social. La coordinación con estructuras extra hospitalarias suponía dar énfasis a este planteamiento, procurando que cada vez más pacientes se beneficiaran de actividades lo más normalizadas posibles.

La Biblioteca Pública ha trabajado siempre con la idea de facilitar a todos los ciudadanos, cualquiera que fuese su edad, procedencia o condición, el acceso a los recursos culturales y de información. Nuestro grupo estaba formado por personas en situación de desventaja, se trataba de un colectivo con necesidades especiales.

Se inició un Club de Lectura que se reunía todos los miércoles de 17 a 18 h.

La Biblioteca aportaba el monitor-lector y los libros. La actividad era dirigida y supervisada por técnicos del Hospital. En un primer momento la Biblioteca designaba un coordinador que estaba haciendo el servicio social sustitutorio, mas tarde se empezó a contar con voluntarios, David Barra, Rafa Córdoba, son los monitores que han conducido el taller de larga estancia durante más años y con mayor dedicación. Paloma Gavilán y Ramón Alario fueron sus últimos conductores.

Al tratarse de un centro cerrado donde los pacientes llevaban ingresados años, adquiría para los participante una enorme relevancia tener contacto con personas de fuera de la institución.

Este Club de lectura tenía lugar en el propio centro y se desarrollaba en dos secciones *Sección correo* y *Sección lectura*.

— *Sección lectura*: Una vez seleccionada la lectura del gusto de los participantes, el monitor leía mientras iba comentando y facilitando la participación a los integrantes del grupo. Se comentaban términos poco usuales. Se realizaba un encaje espacio – temporal del relato. Se preguntaba a los participantes por los rasgos más sobresalientes de los personajes. Se relacionaban hechos del relato con experiencias vividas, recuerdos, etc. aprovechando la resonancia emotiva.

Se terminaba inventando nuevas historias a partir de algún elemento de la lectura que hubiera llamado la atención.

- *Sección correo* el monitor traía los libros elegidos por los participantes los entregaba y recogía los que habían leído la semana anterior; a la vez, realizaba un pequeño comentario sobre los mismos, si había gustado o no, por qué, qué cambiaría, características de los personajes, de las ilustraciones, final que hubiera deseado, etc. Orientaba a nuevas lecturas y recogía las peticiones para la semana siguiente.

LOS PARTICIPANTES

EL grupo más estable lo constituían 28 personas, 14 mujeres y 13 hombres, con diagnósticos de trastorno mental grave, con predominio de esquizofrenia, que llevaban ingresados en la Institución un promedio de 25 años, con una media de edad de 55 años. El grupo era muy heterogéneo en cuanto a edad, nivel cultural y gusto por la lectura. Algunos/as no sabían leer, otros/as eran grandes aficionados/as a la lectura, o bien apreciaban las ilustraciones y entre semana hacían copia, o dibujaban algunas de ellas.

La selección de los participantes la hacía sus terapeutas. Estos indicaban al monitor cualquier elemento que este tuviera que tener en cuenta, por ejemplo lecturas que no estaban indicadas en algún momento del proceso psicopatológico de alguno de los participantes (uno de los participantes deliraba con extraterrestres y en determinadas fases se evitaban este tipo de lecturas).

Entre el monitor y los terapeutas se establecía un flujo de información útil.

No era la primera vez que la Biblioteca de Guadalajara colaboraba con nosotros.

- Durante años, en el salón de actos una vez por semana, se realizaban **audiciones musicales**, en las que participaban un grupo de pacientes de larga estancia psiquiátrica, este espacio se aprovechaba para realizar ejercicios de expresión corporal y psicomotricidad. Este grupo estaba conducido por la profesora de educación y psicomotricista Isabel Borrega. La biblioteca aportaba personal que facilitaba las audiciones y participaba dinamizando el grupo.
- **El día del libro** se ha venido celebrando en el Centro con lecturas de diversas obras y con diferentes formatos. Podemos citar, el año en el que se leyeron de manera itinerante por todo el centro y con la participación de usuarios y trabajadores, así como de la directora de la Biblioteca Blanca Calvo, fragmentos de «El río que nos lleva» de Jose Luis Sampedro, que tuvo gran acogida en los usuarios ya que la novela recogía el paso por diferentes pueblos de la provincia. Se puso especial interés en que cada uno eligiera el trozo de la lectura que mas resonancia tuviera para él.
- **El maratón Viajero:** Todos los años, desde 1992, la ciudad de Guadalajara en el mes de Junio se transforma en una fiesta. Una fiesta singular de carácter cultural y participativo, y se produce gracias a la colaboración de una buena parte de los ciudadanos. Es la fiesta de los cuentos,

la fiesta de la palabra, a lo largo de 46 horas, por el Palacio del Infantado pasan cientos de narradores –niños y mayores, individuos y grupos, profesionales y aficionados, de todas las culturas, de todas las lenguas...– que van desgranando cuentos, historias, anécdotas, narraciones, poemas, dispuestos a compartirlos con miles de oyentes. Dentro de las diversas actividades que se suceden en el Maratón «El maratón viajero» lleva la palabra hasta los pueblos o los lugares donde las personas no pueden trasladarse hasta el Palacio del Infantado. Con el Maratón en el Hospital la actividad se hace extensiva a todos los residentes.

EN EL AÑO 2003 SE PUSO EN FUNCIONAMIENTO LA UNIDAD DE MEDIA ESTANCIA Y ESTA PUSO EN MARCHA SU PROPIO CLUB DE LECTURA.

La Unidad de Media Estancia UME forma parte de la red de dispositivos de asistencia a la Salud Mental de Castilla la Mancha.

Es una Unidad sanitaria y rehabilitadora, que provee de tratamiento personalizado, a personas que tienen diagnosticado un Trastorno Mental Grave (TMG), personas con posibilidades de recuperación, que precisan ingreso hospitalario, para además de seguir un programa intensivo de rehabilitación, poder recibir determinados cuidados clínicos o terapéuticos, debido a sus características psicopatológicas o por sus discapacidades psicosociales o su carencia o inadecuación de apoyos en su medio. La UME da asistencia las 24 h; 7d /sem. Y tiene estimada la estancia entre 6 y 12 meses.

La UME de Guadalajara es una unidad de puertas abiertas, que trabaja en la comunidad y con la comunidad.

La finalidad del tratamiento es potenciar y desarrollar en los usuarios los recursos necesarios para posibilitar su reinserción en la comunidad, evitando en lo posible las recaídas y el deterioro psicosocial producido por la enfermedad y maximizar su funcionamiento personal y social. Para que una persona pueda afrontar la enfermedad con garantías de recuperación es clave la integración social.

El ocultamiento de la enfermedad, la perpetúa.

Las personas diagnosticadas de alguna enfermedad mental son uno de los colectivos más desconocidos, esto quizás venga explicado por el estigma social en torno a la enfermedad mental.

Sabemos que el contacto social reduce el estigma, los estudios demuestran que el estigma experimenta una fuerte reducción cuando miembros de la población general conocen a personas con enfermedad mental que llevan a cabo actividades «normales». Para trabajar socialmente el estigma y aceptar la enfermedad mental como lo que es, una enfermedad que se puede tratar y curar, las personas que la padece, y las personas que trabajamos en salud mental tenemos la obligación de hacerla visible. El esfuerzo por las dos partes implicadas redundará en la calidad de vida de todos y todas.

La recuperación de una persona que tiene enfermedad mental se debe abordar desde dos procesos el aspecto clínico, el que tradicionalmente se ha tenido en cuenta y un proceso de cambio y de crecimiento personal, basado en la recuperación y la autonomía. El objetivo sería volver a recuperar la conciencia de ciudadanía pese a la discapacidad causada por la enfermedad.

La persona con enfermedad mental al acceder a los diferentes ámbitos sociales, de ocio, de formación laboral etc. va reconstruyendo una identidad más sana, incrementa su autoestima. Esto proporciona una mejor recuperación y facilita una mayor integración social.

Desde esos presupuestos generales nuestro club de lectura facilita la integración social, la visibilización de la enfermedad mental.

En el 2003 al iniciarse el Club, David Barra el monitor que había conducido el taller de larga estancia durante los últimos cinco años, colaboró en el entrenamiento del nuevo monitor Javier Caballero.

En sus comienzos el grupo se reunía en el salón multiusos de la UME, los miércoles de 16h a 17h. Enseguida pasó a realizarse en la Biblioteca Pública, donde sigue actualmente reuniéndose los lunes de 17,30 a 18,30 h. La biblioteca nos proporciona una sala.

LOS COORDINADORES

Los coordinadores han sido personas voluntarias, que han puesto saber, entusiasmo, y dedicación, Javier Caballero, Isabel Aparicio, Maite Otero, han conducido con gran acierto el Club, en este momento lo hace Ramón Alario que nos dedica tiempo, conocimientos, motivación.

LOS PARTICIPANTES

El grupo es muy heterogéneo, en edad, hábitos lectores, nivel educativo, patologías. La edad de las personas ingresadas en esta unidad está entre los 19 y los 64 años siendo la edad media de 39 años. El nivel cultural varía desde personas con grandes dificultades para leer y escribir a universitarias. Para algunos/as la lectura es un hábito cotidiano y en otras es una actividad desconocida.

Los diagnósticos más frecuentes son: Esquizofrenia, Trastorno bipolar, Trastorno de la personalidad y en menor medida Depresión y Trastorno obsesivo compulsivo graves. El grupo es muy cambiante por el flujo de altas/ingresos, así como por los diferentes momentos psicopatológicos de los participantes.

Las personas que ingresan se van incorporando al Club de lectura, es una actividad voluntaria. El número de participantes varía entre 15 y 10 personas.

Las personas con hábito lector que han alcanzado una estabilidad psicopatológica suelen asistir a otros clubes de la Biblioteca, hemos tenido usuarios/as en los clubes de historia o de narrativa.

LA ACTIVIDAD

Los objetivos del Club de Lectura son de dos tipos:

El **objetivo primario** es fomentar y mantener

- el gusto por el relato (en el participante no lector) y
- el gusto por la lectura (en el participante lector)

El objetivo general sería disfrutar de la lectura. La actividad intenta ayudar a hacer una buena lectura, facilitando la comprensión y la interiorización de lo que se lee, fomentando la capacidad para divertirse, complacerse a través de la literatura, despertando la emotividad, la inteligencia y la imaginación y estimulando a la persona a acercarse a otras lecturas.

Por tratarse de un colectivo con necesidades especiales, los **objetivos secundarios** que se trabajan de forma transversal, son crear, potenciar y mantener hábitos de atención y concentración, percepción, memoria, orientación temporo-espacial, comprensión de lenguaje, lectura. Fomentar y crear habilidades sociales (aceptación de normas, expresión de opiniones, gustos, intereses...). Trabajar la motivación y la creatividad, desbloquear la respuesta emocional, potenciar la identidad personal y social y estimular las relaciones sociales.

También supone la ocupación del tiempo libre en actividades normalizadas (uso de servicios públicos, etc.) todo lo cual favorece los procesos de cambio.

LAS LECTURAS UME

En una primera etapa se han leído entre otros:

- «El recaudador de impuestos». Peral S. Buck.
- «Trasgresión». Rudyard Kipling.
- «En casa del profeta». Thomas Mann.
- Poemas de Pablo Neruda.
- Diversos cuentos del volumen «Déjame que te cuente». J. Bucay.
- «Erase una vez» Nadine Gordimer.
- Diversos cuentos de G. García Márquez.
- Diversos poemas de Machado.
- «Milagro» N. Mahfuz.
- Diversos cuentos del volumen «Cuentos para pensar». J. Bucay.
- Algunos cuentos del volumen «El círculo de los mentirosos». Jean-Claude Carrière.
- Algunos cuentos del volumen «Narradores de la noche» R. Schami»
- Fábulas de Samaniego.
- Cuentos para jugar, de Gianni Rodari.
- Libros de adivinanzas. Las mejores adivinanzas.
- Los juguetes de la paz. Saki.
- El porvenir de mi pasado. (Algunos sueltos, elegidos). Benedetti.
- Relatos de Anthony de Mello. El canto del pájaro...

- Noticias de actualidad.
- Artículos de columnistas de diversos periódicos.
- Escritos realizados por los propios participantes.

DURACIÓN Y PERIODICIDAD

Las sesiones tienen una duración de una hora. Se reúnen todos los lunes.

PREPARACIÓN

El coordinador dinamiza y modera las reuniones. Hace que se respeten los turnos, controla los tiempos de las intervenciones, evita enfrentamientos, transmite al grupo el contenido de las lecturas, plantea preguntas al grupo para estimular su participación.

DESARROLLO

Todos los componentes del grupo escuchan o leen, y dan su opinión o hacen preguntas que ayudan a explicar las partes del texto confusas. El club de lectura sirve también para aprender y debatir.

Al final de cada lectura es interesante que todos los participantes del grupo expliquen sus conclusiones, los participantes tienen la satisfacción de una impresión personal y la posibilidad de compartir esa lectura con otras personas. Las opiniones de los miembros del grupo enriquecen mucho la impresión inicial.

El grupo aporta un impulso para aquellas personas que no leen habitualmente.

En los grupos UME en las ocasiones en que el coordinador no puede asistir, los propios participantes preparan las lecturas, dinamizan y coordinan.

Por último la cooperación con la biblioteca se amplía con otras actividades culturales, las personas ingresadas en la UME utilizan Internet, leen la prensa o las revistas, durante el verano asisten a los pases de cine. En alguna ocasión se ha organizado una exposición de las obras que realizan en el taller de arteterapia.

BIBLIOGRAFÍA

ALDAZ, J. Antonio; VÁZQUEZ, Carmelo: «Esquizofrenia : Fundamentos psicológicos y psiquiátricos de la rehabilitación» Siglo XXI de España Editores 1996

ARELLANO YANGUAS, Villar. El Club de Lectores: un instrumento para socializar la lectura. *Educación y Biblioteca*, octubre 1995, n° 61, pp. 57-58.

- ARNÁIZ, Ainara ; URIARTE, J. J. Estigma y enfermedad mental. *Norte de Salud Mental*, 2006, n° 26, p. 49-59.
- BARRA HERAS, David; CASTILLO LASALA, María. Clubes de lectura y discapacidad. *Mi biblioteca: La revista del mundo bibliotecario* end_of_the_skype_high-lighting, 2005 , n° 3, págs. 42-46.
- CALVO ALONSO-CORTÉS, Blanca. Excepciones que transforman las reglas: los clubs de lectura. *Educación y Biblioteca*, marzo 1993, n° 35, pp. 63-65.
- GISBERT, C; ARIAS, P; CAMPS, C. *et al.* Rehabilitación psicosocial del trastorno mental severo: situación actual y recomendaciones. Madrid: Asociación Española de Neuropsiquiatría; 2002. Cuadernos Técnicos, n. 6.
- LAVIANA-CUETOS, Margarita. La atención a las personas con esquizofrenia y otros trastornos mentales graves desde los servicios públicos: una atención integral e integrada en un modelo comunitario. *Apuntes de Psicología*, 2006, Vol. 24, número 1-3, pp. 345-373.
- LIBERMAN, R. P. Y KOPELWICZ, A. Un enfoque empírico de la recuperación de la esquizofrenia: definir la recuperación e identificar los factores que pueden facilitarla. *Rehabilitación Psicosocial*, 200, vol. 1(1), pp. 2-29.
- Maratón de los Cuentos de Guadalajara. <http://www.maratondeloscuentos.org/spip/spip.php?rubrique8>
- MARLASCA GUTIÉRREZ, Mª Begoña: Taller de lectura para adultos. Biblioteca Pública de Cuenca. *Educación y Biblioteca*. Marzo 1993, n° 35, pp. 60-62.
- RODRÍGUEZ RIVERO, M. Leer para discutir, Discutir para conocerse. *El País. Suplemento Babelia* de 31 de julio de 1999.
- Sainbury Center for Mental Health. POLICY PAPER. Making Recovery a Reality. Marzo 2008.
- SHEPHERD, Geoff; BOARDMAN; SLADE, Mike. *Hacer de la recuperación una realidad*. Documento accesible en http://asav.org.es/resources/Hacer_Recuperacion_Realidad.pdf.