

العلاج بالقراءة: مراجعة في الأسس النظرية والتطبيقات النفسية

Bibliotherapy: A Review of Theoretical and Psychological Applications

بسمة زيان 1* ، جامعة يحي فارس المدية، (الجزائر)، مخبر البحوث النفسية والإجتماعية

Ziane.basma@univ-medea.dz

فتحية بوعيشة 2، جامعة يحي فارس المدية، (الجزائر)، مخبر البحوث النفسية والإجتماعية

fathia.bouaicha@yahoo.fr

تاريخ قبول المقال: 11-11-2025

تاريخ إرسال المقال: 11-08-2025

الملخص: يشهد مجال الصحة النفسية والتربوية اهتمامًا متزايدًا بالعلاج بالقراءة كمدخل غير تقليدي يدمج بين التفاعل العاطفي والتأمل الذاتي والضبط السلوكي، ويستند إلى فرضية أن التفاعل مع النصوص السردية يمكن أن يحدث تحولات معرفية وانفعالية ذات أثر علاجي. تهدف هذه الورقة إلى تقديم مراجعة أدبية نقدية للعلاج بالقراءة، من حيث مفاهيمه النظرية، آلياته النفسية، أنواعه، وسياقاته التطبيقية، مع تحليل للتحديات الأخلاقية والمنهجية المرتبطة به. كما تستعرض الدراسة عددًا من المحاولات العربية في هذا المجال، وتبرز محدوديتها من حيث التأطير المفاهيمي والتخطيط التطبيقي، مما يؤكد الحاجة إلى تأصيل عربي محلي لهذا المدخل العلاجي. وتخلص الورقة إلى أن العلاج بالقراءة، رغم طبيعته غير المباشرة، يحمل إمكانات وقائية وعلاجية واعدة في البيئات التربوية والعيادية، إذا ما تم توظيفه ضمن رؤية متكاملة تربط بين النص والقارئ والسياق الثقافي.

الكلمات المفتاحية: العلاج بالقراءة، المداخلة النفسية، التفاعل العاطفي، البصيرة.

Abstract: The fields of mental health and education have recently witnessed growing interest in bibliotherapy as a non-traditional intervention that combines emotional engagement, self-reflection, and behavioral regulation. It is based on the premise that interacting with narrative texts can lead to cognitive and emotional transformations with therapeutic value. This paper aims to present a critical literature review of bibliotherapy, focusing on its theoretical foundations, psychological mechanisms, typologies, and practical applications, while addressing ethical and methodological challenges associated with its implementation. The study also examines several Arab attempts in this field and highlights their limitations in terms of conceptual framing and practical design, emphasizing the urgent need for a locally grounded Arab model of bibliotherapy. The paper concludes that, despite its indirect nature, bibliotherapy holds significant preventive and therapeutic potential in both educational and clinical settings when employed through a comprehensive framework that connects text, reader, and cultural context.

Key words: Bibliotherapy, psychological intervention, emotional engagement, insight.

مقدمة:

يشهد العالم المعاصر ارتفاعاً متسارعاً في معدلات الضغوط النفسية والاضطرابات العاطفية، خاصة في الأوساط التعليمية، مما دفع المختصين في مجالات التربية وعلم النفس إلى البحث عن بدائل علاجية تتجاوز الحلول التقليدية وتستثمر في الطاقات النفسية الكامنة لدى الأفراد. وفي هذا السياق، برز العلاج بالقراءة (Bibliotherapy) كمدخل نفسي وتربوي يجمع بين المتعة الجمالية والوظيفة العلاجية للنصوص، ويقوم على مبدأ أن للكتاب قدرة على الشفاء، ليس فقط من خلال محتواه المعرفي، بل من خلال ما يتيح من تفاعل وجداني وتأمل ذاتي.

يرجع أصل مصطلح "العلاج بالقراءة" إلى بدايات القرن العشرين حين استخدمه الطبيب الأمريكي "صامويل كروذرز" في عام 1916، مشيراً إلى إمكانية استخدام الكتب كوسيلة علاجية لمساعدة المرضى على فهم مشاكلهم والتأقلم معها (Crothers¹, 1916) في (Heath et al., 2005). ومع أن جذور هذا التوجه تعود إلى أزمنة موعلة في التاريخ، كما يشهد على ذلك ما نقش على مكتبة الإسكندرية القديمة "الكتب دواء للعقل"، فإن المفهوم تطور ليأخذ أبعاداً علمية ونظرية واضحة في السنوات الأخيرة، خصوصاً بعد إدراجه ضمن الممارسات العلاجية في المؤسسات التربوية والعيادية (Vukadin, 2021)².

يُعرف العلاج بالقراءة بأنه استخدام موجه للكتب والقصص لمساعدة الأفراد – أفراداً أو جماعات – على اكتساب فهم أعمق لذواتهم ومشكلاتهم، وتطوير استجابات نفسية أكثر توازناً (Heath et al., 2005؛ Camp, 2015). ويستند هذا المدخل إلى فرضية أن التماهي مع الشخصيات القصصية، والانغماس في تجاربها، من شأنه أن يحفز عمليات معرفية وعاطفية معقدة تؤدي إلى التبصر (Insight)، والتطهير الانفعالي (Catharsis)، والانتقال نحو فهم أكثر اتساعاً للحالة الذاتية (Sullivan & Strang, 2002–2003)³.

¹ Crothers, Samuel, "A Literary Clinic," *The Atlantic Monthly*, 1916.

² Vukadin, Ana, "Bibliotherapy: A review of theoretical and practical literature," *Journal of Librarianship and Information Science*, 53(3), 2021, pp. 386–400.

³ Sullivan, A. K., and Strang, H. R., "Bibliotherapy in the classroom: Using literature to promote the development of emotional intelligence," *Childhood Education*, 79(2), 2002–2003, pp.

وقد تفرّع هذا المفهوم إلى أنواع متعددة بحسب السياق والغرض، من بينها: العلاج الإكلينيكي بالقراءة، المستخدم في معالجة الاضطرابات النفسية الشديدة؛ والعلاج النمائي، الذي يهدف إلى دعم النمو النفسي والعاطفي في البيئات التعليمية؛ إضافة إلى العلاج المؤسسي الذي يُستخدم في المؤسسات العقابية أو التأهيلية (Vukadin, 2021)؛¹ (Lipschultz, 2012).

في ضوء ما سبق، تتأسس هذه المراجعة النظرية على تحليل الأدبيات الحديثة المرتبطة بالعلاج بالقراءة، من حيث أسسه النظرية، أنواعه، آلياته النفسية، وإمكانياته التطبيقية، مع إبراز الإشكاليات الأخلاقية والعملية المرتبطة به. كما تهدف إلى فتح أفق بحثي جديد في البيئات العربية عامة، والجزائرية على وجه الخصوص، التي لا تزال تعاني من ضعف توظيف هذا المدخل في المؤسسات التعليمية، رغم ما يحمله من إمكانات وقائية وعلاجية واعدة.

المبحث الأول: الإطار النظري للعلاج بالقراءة

المطلب الأول: التعريفات المفاهيمية

يُعدّ العلاج بالقراءة (Bibliotherapy) مصطلحاً مركّباً لغوياً من الكلمة اللاتينية "*biblion*" التي تعني "كتاب"، و "*therapeia*"* التي تعني "علاج". أي أن المفهوم يشير حرفياً إلى "العلاج بالكتب". وقد تنوّعت التعريفات التي قدمتها الأدبيات النفسية والتربوية لهذا المصطلح تبعاً للسياق النظري والممارسات التطبيقية. ومن أبرز هذه التعريفات:

• تعريف 2: (Shrodes & Russell (1950)

"العلاج بالقراءة هو استخدام النصوص الأدبية المختارة بعناية لمساعدة القارئ على فهم ذاته ومشكلاته، من خلال التفاعل النفسي مع محتوى النصوص".

¹ Lipschultz, Deborah, "Therapeutic storywriting and its implications for bibliotherapy practice,"

Journal of Poetry Therapy, 25(2), 2012, pp. 81–92.

² Russell, David, and Shrodes, Caroline, *Bibliotherapy: A theoretical and clinical-experimental*

study, 1950

• تعريف 1: (Abilash 2019)

"هو تدخل نفسي-اجتماعي يستخدم الكتب كوسيط لتحفيز التفكير الذاتي والتفريغ الانفعالي، وتعزيز آليات التكيف مع الضغوط".

• تعريف 2: (Heath et al. 2005)

"العلاج بالقراءة هو عملية علاجية تعتمد على تمكين الأفراد من التعبير عن مشاعرهم وتطوير البصيرة الذاتية من خلال التفاعل مع شخصيات القصص ومواقفها".

• تعريف 3: (Vukadin 2021)

"مدخل يتجاوز الجانب التثقيفي للقراءة، ليصل إلى توظيفها كأداة للتغيير النفسي الإيجابي ضمن سياقات فردية أو جماعية، تربية أو علاجية".

تتقاطع هذه التعريفات جميعها في نقطة مركزية: أن التفاعل مع النص لا يُعدّ عملية عقلية محضة، بل هو فعل وجداني ومعرفي يؤدي إلى التحول النفسي، سواء تم ذلك في إطار إكلينيكي أو تربوي أو ذاتي.

المطلب الثاني: الخلفية التاريخية

رغم أن مصطلح "العلاج بالقراءة" (Bibliotherapy) لم يُصكّ رسميًا إلا في القرن العشرين، فإن فكرة استخدام الكتب لأغراض علاجية ومعنوية تعود إلى العصور القديمة. ففي مدخل مكتبة طيبة في مصر القديمة، كُتب: "مكان شفاء الروح"، كما نجد في مكتبة الإسكندرية نقشًا يصفها بأنها "دواء للعقل" (Heath et al., 2005). 4 وتكشف هذه الشواهد عن قناعة قديمة بأن الكلمة المكتوبة تحمل طاقة علاجية تتجاوز المعنى السطحي للنص.

¹ Abilash, K., "Bibliotherapy in practice: From concept to implementation," *International Journal of Psycho-Social Research*, 8(1), 2019, pp. 21–28

² Heath, Melissa, Sheen, Dawn, Leavy, Deidre, Young, Elise, & Money, Karen, "Bibliotherapy: A resource to facilitate emotional healing and growth," *School Psychology International*, 26(5), 2005, pp. 563–580

³ Vukadin, Ana, "Bibliotherapy: A review of theoretical and practical literature," *Journal of Librarianship and Information Science*, 53(3), 2021, pp. 386–400

⁴ Heath, Melissa, Sheen, Dawn, Leavy, Deidre, Young, Elise, & Money, Karen, "Bibliotherapy: A resource to facilitate emotional healing and growth," *School Psychology International*, 26(5), 2005, pp. 563–580

وفي العصر الحديث، يُعتبر الطبيب الأمريكي صامويل كروذرز أول من استخدم مصطلح Bibliotherapy في مقالة نُشرت سنة 1916، حيث تحدث عن دور القراءة في التخفيف من المعاناة النفسية ومساعدة المرضى على تجاوز أزماتهم. (Crothers, 1916) 1 لاحقاً، تم إدراج هذا المصطلح في الأدبيات الطبية والنفسية، وبدأت مؤسسات الصحة النفسية في تبنيه كجزء من برامجها العلاجية. شهد القرن العشرون تطوراً ملحوظاً في توظيف هذا المدخل، حيث استُخدم أثناء الحرب العالمية الأولى لمساعدة الجنود على تجاوز آثار الصدمة والانعزال، كما دُمج في برامج التأهيل النفسي والاجتماعي في السجون والمستشفيات. (Vukadin, 2021) 2 وفي السنوات الأخيرة، أصبح العلاج بالقراءة موضوعاً متزايد الأهمية في مجالات علم النفس المدرسي، خاصة في الولايات المتحدة وكندا وأستراليا

المبحث الثاني: أنواع وآليات العلاج بالقراءة

المطلب الأول: الأنواع

تبعاً للسياق والغرض، تطورت أشكال متعددة من العلاج بالقراءة، يمكن تصنيفها ضمن ثلاثة أنماط رئيسية:

3.1 العلاج الإكلينيكي (Clinical Bibliotherapy)

ويُستخدم من قبل مختصين نفسيين أو اجتماعيين مع أفراد يعانون من اضطرابات أو مشكلات نفسية واضحة، سواء في العيادات أو المؤسسات العلاجية. يتم اختيار النصوص بعناية لتناسب حالة الفرد النفسية، وغالباً ما يُدمج هذا النوع مع علاجات معرفية أو سلوكية داعمة. (Heath et al., 2005) 3

3.2 العلاج النمائي (Developmental Bibliotherapy)

¹ Crothers, Samuel, "A Literary Clinic," *The Atlantic Monthly*, 1916

² Vukadin, Ana, "Bibliotherapy: A review of theoretical and practical literature," *Journal of*

Librarianship and Information Science, 53(3), 2021, pp. 386–400

³ Heath, Melissa, Sheen, Dawn, Leavy, Deidre, Young, Elise, & Money, Karen, "Bibliotherapy:

A resource to facilitate emotional healing and growth," *School Psychology International*, 26(5), 2005, pp. 563–580

يركز على دعم النمو العاطفي والاجتماعي للأطفال والمراهقين، ويُستخدم غالبًا في المدارس والروضات. لا يهدف إلى علاج مرض نفسي، بل إلى تعزيز مهارات التكيف والتعبير عن المشاعر وحل المشكلات. (Vukadin, 2021) 1 ويُعتبر هذا النوع من أكثر الأشكال شيوعًا في الأوساط التعليمية.

3.3 العلاج المؤسسي (Institutional Bibliotherapy)

يُطبق في المؤسسات العقابية، أو مراكز التأهيل، ويقوم على استخدام النصوص لأغراض تحليل الذات وفهم السلوك والانفعالات، ويعتمد بدرجة كبيرة على النقاش الجماعي والتفاعل الحر مع النصوص (Camp, 2015) 2.

يُلاحظ أن هذه الأنواع الثلاثة تشترك في آليات نفسية أساسية، لكنها تختلف في أهدافها، وجمهورها المستهدف، ونوعية الأدب المستخدم. كما تختلف في مستوى إشراف المختص، ودرجة تدخل النص في تشكيل السلوك أو تعديله.

والجدول التالي يوضح الفروق:

النوع	السياق	الفئة المستهدفة	الهدف العلاجي
العلاج الإكلينيكي	عيادي / نفسي	أفراد يعانون من اضطرابات	تقليل أعراض نفسية (قلق، اكتئاب...)
العلاج النمائي	مدرسي / تربوي	الأطفال والمراهقون	دعم النمو العاطفي والاجتماعي
العلاج المؤسسي	إصلاحي / تأهيلي	نزلاء مراكز التأهيل	إعادة تأطير السلوك وفهم الذات

جدول رقم (01): أنواع العلاج بالقراءة

المطلب الثاني: الآليات النفسية

يستند العلاج بالقراءة إلى عدد من الآليات النفسية التي تُفَعَّل أثناء التفاعل بين القارئ والنص، وتشكل هذه الآليات لبّ التأثير العلاجي الذي يميّز هذا المدخل عن القراءة العادية أو التثقيفية. ويجمع الباحثون على أن العملية العلاجية تتم عبر مراحل متتالية تتكامل فيما بينها لتحقيق الأثر النفسي

¹ Vukadin, Ana, "Bibliotherapy: A review of theoretical and practical literature," *Journal of*

Librarianship and Information Science, 53(3), 2021, pp. 386–400

² Camp, Donna, "Bibliotherapy and literacy: Evidence-based strategies to support students,"

Reading Horizons, 54(1), 2015, Article 4

المنشود. ومن بين أشهر النماذج النظرية في هذا السياق، نموذج "Russell and Shrodes" (1950) الذي يحدد أربع مراحل أساسية: التماهي (Identification) ، الإسقاط (Projection) ، التطهير (Catharsis) ، والبصيرة (Insight).

4.1 التماهي (Identification)

تبدأ العملية عندما يتماهى القارئ مع إحدى الشخصيات أو المواقف في النص، مما يخلق إحساساً بالارتباط الشخصي مع التجربة السردية. في هذه المرحلة، يشعر الفرد أن مشكلته ليست فريدة، وأن هناك آخرين - حقيقيين أو خياليين - يمرون بتجربة مشابهة. هذا الإحساس يُخفف من وطأة العزلة النفسية (Heath et al., 2005).

4.2 الإسقاط (Projection)

بعد التماهي، يبدأ القارئ بإسقاط مشاعره وأفكاره على شخصيات النص، مما يتيح له التعبير عن تجاربه الخاصة بطريقة غير مباشرة، وأمنة نفسياً. في العلاج النمائي، يتم ذلك غالباً من خلال شخصيات خرافية أو حيوانات رمزية، ما يسمح للطفل بفهم مشاعره دون تهديد مباشر (Vukadin, 2021).

4.3 التطهير (Catharsis)

عبر المرور بالموقف العاطفي مع الشخصية، تختبر الذات انفراجاً انفعالياً أو "تطهيراً داخلياً". هذه المرحلة تساعد في تحرير التوتر النفسي المكبوت، وتمنح القارئ فرصة لإعادة تنظيم مشاعره. وتُعد هذه اللحظة من أكثر مراحل العلاج فعالية، لما تحمله من تحرر وجداني عميق (Jackson, 2006) في (Vukadin, 2021).

4.4 البصيرة (Insight)

تشكل هذه المرحلة الذروة المعرفية للعملية، حيث يصل القارئ إلى فهم جديد للموقف أو لذاته، قد يدفعه إلى تعديل رؤيته أو سلوكه. البصيرة هي المرحلة التي يحدث فيها التغيير، حتى وإن كان بسيطاً،

Russell, David, and Shrodes, Caroline, *Bibliotherapy: A theoretical and clinical-experimental* ¹

study, 1950

Heath, Melissa, Sheen, Dawn, Leavy, Deidre, Young, Elise, & Money, Karen, "Bibliotherapy: ²

A resource to facilitate emotional healing and growth," *School Psychology International*, 26(5), 2005, pp. 563-580

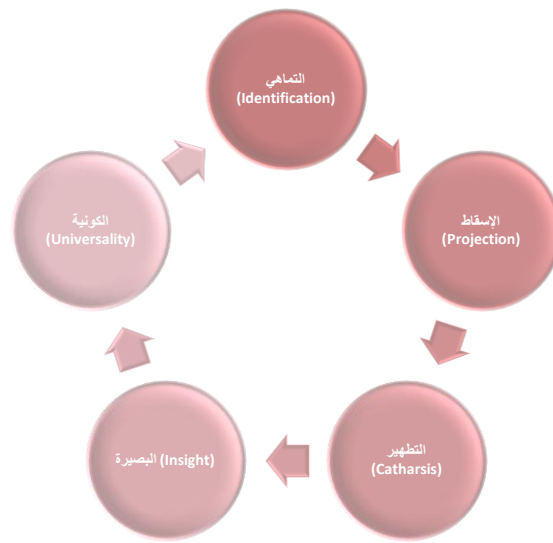
Vukadin, Ana, "Bibliotherapy: A review of theoretical and practical literature," *Journal of* ³

Librarianship and Information Science, 53(3), 2021, pp. 386-400

لأنها تعني أن القارئ لم يعد يرى العالم أو مشكلته بالطريقة نفسها (Heath et al., 2005 ؛ Camp, 2015)1.

4.5 الكونية (Universality)

أضيف بعض الباحثين، مثل Sullivan² و Strang (2002–2003)، مرحلة خامسة للعملية، تتمثل في "الكونية"، أي إدراك الفرد أنه ليس وحده في معاناته، وأن تجاربه تنتمي إلى شرط إنساني عام. هذه المرحلة تعزز مشاعر الانتماء، وتخفف من الإحساس بالاغتراب النفسي والاجتماعي. تشكل هذه المراحل مجتمعة ما يُعرف **بالحلقة العلاجية** للعلاج بالقراءة، والتي تختلف شدتها وعمقها بحسب نوع النص، وخصائص القارئ، وطبيعة الإعداد النفسي الذي يسبق الجلسة. ويُعد وعي الميسر أو المعالج بهذه المراحل شرطاً أساسياً لضمان نجاح التدخل العلاجي عبر النصوص. والشكل التالي يوضح ذلك:



شكل رقم (01): الآليات النفسية لعمل العلاج بالقراءة

¹ Camp, Donna, "Bibliotherapy and literacy: Evidence-based strategies to support students,"

Reading Horizons, 54(1), 2015, Article 4

² Sullivan, A. K., and Strang, H. R., "Bibliotherapy in the classroom: Using literature to promote the development of emotional intelligence," *Childhood Education*, 79(2), 2002–2003, pp.

المبحث الثالث: عرض وتحليل نقدي لمحاولات عربية

رغم الطابع الغربي الغالب على الأدبيات التي تناولت العلاج بالقراءة، فقد شهدت الساحة العربية خلال العقدين الأخيرين بعض المحاولات التطبيقية التي سعت إلى توظيف هذا المدخل في سياقات علاجية ونمائية متعددة. من أبرز هذه المحاولات دراسة جمعة (2017) (في مصر¹)، التي استهدفت فاعلية برنامج قائم على القراءة في خفض التفكير السلبي لدى طالبات الجامعة، حيث أظهرت النتائج تحسناً ملحوظاً في المؤشرات الانفعالية. كما قدم المفلح والشرفين (2014) (في الأردن) دراسة مقارنة بين فاعلية العلاج بالقراءة والإرشاد الجمعي في خفض الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الوافدين، وكشفت نتائجهما أن العلاج بالقراءة كان أكثر تأثيراً لدى الذكور، فيما استفادت الإناث من الإرشاد الجمعي بشكل أكبر. أما في سلطنة عُمان، فقد قام الدحادحة والبوسعيد (2014) (بتطبيق برنامج علاجي بالقراءة على عينة واسعة لخفض قلق الامتحان وتحسين التوافق النفسي، وبيّنت النتائج فاعلية التدخل على كلا المتغيرين.

ورغم أهمية هذه الدراسات من حيث التجريب والتطبيق، فإنها تُظهر عدداً من الإشكالات المنهجية والمفاهيمية التي تعيق ترسيخ العلاج بالقراءة كمجال مستقل في الممارسة النفسية العربية. إذ يُلاحظ أن أغلب هذه الدراسات تُقدّمه في العنوان كمدخل علاجي قائم بذاته، غير أنها تدمجه فعلياً داخل أطر علاجية أخرى كالمدخل المعرفي السلوكي أو العلاج العقلاني الانفعالي، مما يفقده استقلاليته النظرية ويحوّله إلى تقنية فرعية داعمة فحسب. كما أن المواد القرائية المُستخدمة في هذه التدخلات لم تُعرّف بدقة، ولم تُقدّم معايير واضحة لاختيارها أو تكييفها مع الفئة المستهدفة، ما يجعل من الصعب إعادة تطبيق هذه التجارب أو تعميم نتائجها.

يُضاف إلى ذلك غياب بنية واضحة ومفصّلة للجلسات العلاجية، سواء من حيث الأهداف المرحلية أو آليات التفاعل أو التدرج في المحتوى، وهو ما يُضعف البناء الداخلي للتدخل ويجعل التوثيق العلمي ناقصاً. وتبيّن هذه الفجوات أن العلاج بالقراءة في السياق العربي ما زال في طور الاستخدام الوظيفي

¹ جمعة، أحمد، "فاعلية برنامج إرشادي قائم على القراءة للحد من التفكير السلبي لدى طالبات الجامعة"، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر، 2017، ص 45.

² المفلح، ياسر، والشرفين، أحمد، "فاعلية طريقتي العلاج بالقراءة والإرشاد الجمعي في خفض الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة غير الأردنيين"، *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، جامعة اليرموك، مجلد 10، عدد 4، 2014، ص 453-468.

³ الدحادحة، بدر، والبوسعيد، خليل، "أثر العلاج بالقراءة في خفض قلق الامتحان وتحسين مستوى التوافق النفسي لدى طلاب الصف العاشر الأساسي في سلطنة عمان"، *مجلة دراسات تربوية ونفسية*، جامعة السلطان قابوس، مجلد 8، عدد 2، 2014، ص 75-95.

الأولي، ويحتاج إلى تأصيل نظري وتطبيقي ينهض به من كونه تقنية ملحقة إلى كونه مدخلاً علاجياً قائماً بذاته، يرتبط ببنية مفاهيمية وممارسات مهنية واضحة.

إن هذه المراجعة النقدية تسعى إلى أن تُشكّل خطوة نحو هذا التأصيل، من خلال تقديم معالجة نظرية متكاملة للعلاج بالقراءة، وتحديد آليات عمله، وسياقاته، والتحديات المرتبطة به، بما يُمهّد لاحقاً لتطوير نماذج تدخل مهنية أكثر تماسكاً في البيئات العربية

المبحث الرابع: التطبيقات والسياقات

المطلب الأول: السياق التربوي

أصبح المعلمون في الفصول الدراسية الشاملة يؤدون أدواراً متعددة تتجاوز التعليم الأكاديمي، منها الدعم النفسي والاجتماعي للمتعلمين. 1 (Maich & Kean, 2004) وفي هذا الإطار، يُعد العلاج بالقراءة وسيلة فعالة للتدخل الاجتماعي-العاطفي، خاصة لدى الأطفال الذين يواجهون صعوبات في التعبير عن مشاعرهم أو التكيف مع التغيرات البيئية أو الأسرية.

تشير الأدبيات إلى أن الاستخدام التربوي للعلاج بالقراءة يتضمن أربع مراحل أساسية (Sullivan

2: 2002-2003 & Strang

1. التحضير: اختيار النص المناسب بناءً على مشاعر الطفل واحتياجاته.

2. القراءة: غالباً ما تكون بقيادة المعلم بشكل تفاعلي.

3. الحوار: مناقشة محتوى القصة وربطها بالتجارب الشخصية للطفل.

4. النشاط التعبيري: كالرسم، أو كتابة قصة مشابهة، أو تمثيل الموقف.

وقد أظهرت الدراسات أن هذا النمط من التدخل يساعد على تعزيز الوعي الذاتي، والقدرة على حل

المشكلات، والتعبير الانفعالي بطريقة آمنة (Maich & Kean, 2004)؛ 3 (Forgan, 2002)

¹ Maich, Kimberly, and Kean, Sandra, "Read two books and write me in the morning! Bibliotherapy for social emotional intervention in the inclusive classroom," *Teaching Exceptional Children Plus*, 1(2), 2004.

² Sullivan, A. K., and Strang, H. R., "Bibliotherapy in the classroom: Using literature to promote the development of emotional intelligence," *Childhood Education*, 79(2), 2002-2003, pp. 8074-

³ Forgan, James W., "Using bibliotherapy to teach problem solving," *Intervention in School and Clinic*, 38(2), 2002, pp. 75-82

المطلب الثاني: السياق الإكلينيكي

أما في السياق الإكلينيكي، فإن العلاج بالقراءة يُستخدم كأداة مساعدة في معالجة الاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب، القلق، اضطرابات الهلع، وحتى حالات إيذاء الذات، سواء كان ذلك بشكل مستقل أو مدمجًا مع أساليب علاجية أخرى كالـ1 (Fanner & Urquhart, 2008) CBT وتكشف مراجعات منهجية عديدة عن فعالية هذا المدخل خصوصًا في حالات:

- **الاكتئاب:** حيث أظهرت الميتا-تحليلات أن العلاج بالقراءة يحقق نتائج مساوية للعلاج النفسي الفردي في الحالات الخفيفة إلى المتوسطة.
 - **القلق واضطرابات الهلع:** أظهرت عدة تجارب فعالية ملحوظة للتدخل القائم على القراءة المنظمة.
 - **الإدمان وإيذاء الذات:** بدرجات أقل من حيث فعالية النتائج، لكن لا تزال تُسجل فوائد نفسية.
- من حيث آليات التطبيق الإكلينيكي، يركز هذا النموذج على ما يلي:
- استخدام كتب ذات محتوى علاجي صريح أو كتب مساعدة ذاتيًا. (Self-help manuals)
 - إدماج جلسات العلاج بالقراءة في الخطة العلاجية المتكاملة.
 - إشراف مختص نفسي أو معالج متمرس في تفسير الرموز والإسقاطات الناتجة عن التفاعل مع النص.

أحد النماذج الناجحة هو نموذج "كتب بوصفة" (Books on Prescription)، حيث يصف الأخصائي النفسي كتبًا من قوائم معتمدة كجزء من الخطة العلاجية، وغالبًا ما تُتاح هذه الكتب في المكتبات العامة أو الإلكترونية2 (Abilash K., 2019)؛ (Fanner & Urquhart, 2008). إن مقارنة السياقين التربوي والإكلينيكي تُظهر تقاطعات واضحة في الأهداف (كالتنظيم الانفعالي والتبصر الذاتي)، لكنها تختلف في:

- درجة الإشراف والتأطير المهني
- الفئة المستهدفة وطبيعة الاضطراب
- نوع النصوص المستخدمة
- مدى دمجها في خطة علاجية متكاملة

¹ Fanner, David, and Urquhart, Christine, "Bibliotherapy for mental health service users: A systematic review," *Health Information and Libraries Journal*, 25(4), 2008, pp. 237–252.

² Abilash, K., "Bibliotherapy in practice: From concept to implementation," *International Journal of Psycho-Social Research*, 8(1), 2019, pp. 21–28.

المبحث الرابع: الفاعلية والتحديات

المطلب الأول: الفاعلية في استخدام العلاج بالقراءة:

تتفق معظم الدراسات النظرية والتطبيقية على أن للعلاج بالقراءة قدرة ملموسة على إحداث تغييرات نفسية إيجابية، سواء في البيئات التربوية أو العلاجية، إلا أن فعاليته تظل مشروطة بعدة عوامل، وتواجهه تحديات منهجية وتنفيذية تحدّ من انتشاره وتعميمه.

1. فعالية العلاج بالقراءة في دعم الصحة النفسية

تشير نتائج المراجعات المنهجية إلى أن العلاج بالقراءة يحقق نتائج إيجابية في التخفيف من مشاعر الاكتئاب، والقلق، والعزلة الاجتماعية، خاصة عندما يُستخدم كنشاط مكمل ضمن خطة علاجية أو تربوية شاملة.

في دراسة أجراها Fanner & Urquhart (2008)¹ حول برنامج "كتب بوصفة" (Books on Prescription)، تبين أن غالبية المشاركين أبلغوا عن تحسن في حالتهم النفسية بعد قراءة الكتب الموصى بها، كما أظهرت نتائجهم معدلات التزام علاجية أعلى من أولئك الذين تلقوا علاجات تقليدية فقط.

وفي السياق المدرسي، أظهرت أبحاث مثل Maich & Kean (2004)² أن استخدام القصص مع الأطفال في مواقف انفعالية (كالانتقال، الفقد، الغضب، أو التمر) ساعدهم في التعبير عن مشاعرهم، وتقليل شعورهم بالعجز أو العزلة، وتحفيز مهارات حل المشكلات الاجتماعية. تتميز القراءة كوسيلة علاجية بكونها غير تهديدية، تسمح بالتعبير غير المباشر، وتُحدث في القارئ نوعاً من "الارتداد النفسي" الذي يعيد تأطير المشكلات في شكل رمزي أو سردي، مما يُسهل التعامل معها لاحقاً (Carlson, 2001)³؛ Sullivan & Strang, 2002-2003.

¹ Fanner, David, and Urquhart, Christine, "Bibliotherapy for mental health service users: A systematic review," *Health Information and Libraries Journal*, 25(4), 2008, pp. 237-252

² Maich, Kimberly, and Kean, Sandra, "Read two books and write me in the morning! Bibliotherapy for social emotional intervention in the inclusive classroom," *Teaching Exceptional Children Plus*, 1(2), 2004.

³ Sullivan, A. K., and Strang, H. R., "Bibliotherapy in the classroom: Using literature to promote the development of emotional intelligence," *Childhood Education*, 79(2), 2002-2003, pp.

المطلب الثاني: تحديات تطبيقية ومنهجية

رغم ما سبق، يواجه العلاج بالقراءة عدة تحديات تقف أمام اعتماده كمدخل مؤسسي واسع النطاق:

ضعف القياس التجريبي:

يصعب في كثير من الحالات عزل تأثير العلاج بالقراءة عن باقي العوامل المحيطة (الدعم الاجتماعي، المعالجة النفسية الأخرى، المناخ الأسري...)، مما يجعل من الصعب بناء أدلة علمية صارمة حول فعاليته (Heath et al., 2005؛ 1؛ Camp, 2015).

إنقص في التأطير النظري الموحد:

رغم تعدد النماذج والممارسات، لا يوجد إطار مفاهيمي موحد أو "بروتوكول تطبيقي عالمي" يضمن توحيد الممارسة، مما يترك فجوة بين التنظير والتطبيق.

محدودية التكوين:

عدد قليل من المربين أو الأخصائيين النفسيين تلقوا تدريباً فعلياً في تقنيات العلاج بالقراءة، خاصة في البيئات العربية، مما يجعل من الصعب ضبط المعايير الأخلاقية والنفسية أثناء التطبيق (Maich & Kean, 2004؛ 2؛ Carlson, 2001).

إشكالات ثقافية:

بعض الثقافات أو البيئات التعليمية لا تزال تفضل العلاج المباشر أو تعتبر الحديث عن المشاعر أمراً خاصاً جداً، مما يجعل القراءة كأداة علاجية تبدو غريبة أو غير مألوفة، سواء من طرف القارئ أو المؤسسة

¹ Heath, Melissa, Sheen, Dawn, Leavy, Deidre, Young, Elise, & Money, Karen, "Bibliotherapy: A resource to facilitate emotional healing and growth," *School Psychology International*, 26(5), 2005, pp. 563–580

² Maich, Kimberly, and Kean, Sandra, "Read two books and write me in the morning! Bibliotherapy for social emotional intervention in the inclusive classroom," *Teaching Exceptional Children Plus*, 1(2), 2004

المبحث الخامس: الإشكاليات الأخلاقية

رغم بساطة أدوات العلاج بالقراءة، إلا أن استخدامه يطرح مجموعة من الإشكاليات الأخلاقية تتعلق بحدود الدور العلاجي، وضمان احترام خصوصية المتلقي، وتناسب المحتوى مع حالته النفسية.

أول هذه الإشكاليات تتعلق بـ **هوية الممارس**: من يحق له استخدام العلاج بالقراءة؟ هل يقتصر الأمر على المختصين النفسيين، أم يمكن للمربين والمكتبيين تطبيقه؟ ترى Lipschultz (2012)¹ أن غياب التكوين المتخصص يجعل بعض المعلمين يستخدمون هذا المدخل دون إدراك كافٍ لعمقه النفسي، مما قد يؤدي إلى آثار غير محسوبة، خاصة إذا واجه القارئ مشاعر مكبوتة دون وجود دعم نفسي فعال.

ثانيًا، يجب مراعاة **خصوصية الحالة النفسية للمتلقي**، لا سيما إذا كان الطفل أو المراهق يعيش صدمة أو أزمة حادة، إذ قد يؤدي النص إلى إعادة تنشيط التجربة الصادمة (re-traumatization) إذا لم يكن مضمون القصة مناسبًا.

أما ثالثًا، فترتبط الإشكالات بـ **التأثير غير المقصود للنصوص**، خاصة إذا كانت الرسائل القصصية تحمل تحيزات ثقافية، أو تمجّد أنماطًا سلوكية غير صحية، أو تتضمن نهايات مغلقة وسوداوية، مما قد يُفاقم الشعور بالانسداد لدى القارئ. (Carlson, 2001)

لذلك، توصي الأدبيات بضرورة **التكوين الأخلاقي والمهني** لأي شخص يشغل بالعلاج بالقراءة، والتأكيد على أن الكتاب ليس علاجًا بحد ذاته، بل أداة تتطلب تأطيرًا دقيقًا، وتفهمًا للسياق الفردي لكل حالة.

المبحث السادس: دور المعلم والمكتبة

تلعب المؤسسات التربوية - وخاصة المدارس والمكتبات - دورًا محوريًا في تهيئة بيئة صديقة للعلاج بالقراءة، إذ تشكل المدرسة نقطة التقاء يومي بين الطفل والكتاب، والمعلم وسيطًا رئيسيًا بين القارئ والنص.

¹ Lipschultz, Deborah, "Therapeutic storywriting and its implications for bibliotherapy practice,"

Journal of Poetry Therapy, 25(2), 2012, pp. 81-92.

يرى Maich & Kean (2004)¹ أن المعلمين يُصنّفون ضمن ما يسمى "الوسطاء العاطفيين" الذين يمكنهم استشعار التغيرات الانفعالية لدى المتعلمين، وتوظيف القصة كجسر لإعادة بناء العلاقة بين الطفل ومشكلته.

تقدم الأدبيات عدّة مبادئ لتفعيل دور المدرسة والمكتبة في هذا المجال:

- إعداد قوائم نصوص موثوقة وملائمة للفئات العمرية
 - دمج العلاج بالقراءة في المواد اللغوية والأدبية دون الإخلال بالمنهاج
 - تهيئة فضاءات للقراءة الحرة والمرافقة الانفعالية
 - تشجيع الشراكة بين المعلم، المستشار النفسي، والمكتبة المدرسية
- وقد أظهرت برامج متعددة في كندا وأستراليا نتائج إيجابية عندما تم إدماج العلاج بالقراءة ضمن خطط دعم المتعلمين، خاصة من ذوي الحاجات الخاصة أو الذين يعيشون ظروفًا أسرية صعبة (Forgan, 2002). (Dyches & Prater, 2000)

خاتمة وتوصيات

يُظهر استعراض الأدبيات أن العلاج بالقراءة ليس مجرد نشاط لغوي أو ترفيهي، بل هو مدخل علاجي-نمائي يتقاطع مع علم النفس، التربية، والآداب، ويعتمد على فرضية أن التفاعل مع النصوص السردية يُحدث تحولات نفسية عميقة. لكنّ فعالية هذا المدخل تظل رهينة بعدة شروط: إعداد مهني جيد، وعي بالسياق النفسي والاجتماعي للقارئ، نصوص مناسبة وجذابة، وبيئة آمنة للتفاعل والتعبير. وفي ضوء ذلك، توصي هذه المراجعة بـ:

- إدماج العلاج بالقراءة ضمن البرامج الوقائية والداعمة في المؤسسات التربوية
 - تطوير تكوينات مهنية للمعلمين والمكتبيين حول الممارسة الأخلاقية لهذا المدخل
 - إنشاء مكتبات علاجية رقمية أو ورقية مصنّفة حسب القضايا النفسية الشائعة
 - تحفيز البحث الميداني العربي حول العلاج بالقراءة، وربطه بالسياق الثقافي المحلي
- يبقى العلاج بالقراءة، رغم كل التحديات، مساحة واعدة للشفاء الهادئ، ولحوار داخلي نادر بين الإنسان وذاته من خلال وسيط محايد وحنون: الكلمة.

¹ Maich, Kimberly, and Kean, Sandra, "Read two books and write me in the morning!"

Bibliotherapy for social emotional intervention in the inclusive classroom," *Teaching Exceptional Children Plus*, 1(2), 2004

قائمة المراجع:

باللغة العربية

- الدحادحة، ب.، & البوسعيد، خ. (2014). أثر العلاج بالقراءة في خفض قلق الامتحان وتحسين مستوى التوافق النفسي لدى طلاب الصف العاشر الأساسي في سلطنة عمان. مجلة دراسات تربوية ونفسية، جامعة السلطان قابوس، 8(2)، 75-95.
- جمعة، أ. أ. (2017). فعالية برنامج إرشادي قائم على القراءة للحد من التفكير السلبي لدى طالبات الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، مصر.
- المفلح، ي.، & الشريفين، أ. (2014). فاعلية طريقتي العلاج بالقراءة والإرشاد الجمعي في خفض الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة غير الأردنيين. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 10(4)، 453-468.

باللغة الأجنبية

- Crothers, S. (1916). *A Literary Clinic*. The Atlantic Monthly.
- Russell, D., & Shrodes, C. (1950). *Bibliotherapy: A theoretical and clinical-experimental study*.
- Maich, K., & Kean, S. (2004). *Read two books and write me in the morning! Bibliotherapy for social emotional intervention in the inclusive classroom*. Teaching Exceptional Children Plus, 1(2).
- Fanner, D., & Urquhart, C. (2008). *Bibliotherapy for mental health service users. A systematic review*. Health Information and Libraries Journal, 25(4), 237-252.
- Sullivan, A. K., & Strang, H. R. (2002-2003). *Bibliotherapy in the classroom: Using literature to promote the development of emotional intelligence*. Childhood Education, 79(2), 74-80.
- Lipschultz, D. (2012). *Therapeutic storywriting and its implications for bibliotherapy practice*. Journal of Poetry Therapy, 25(2), 81-92.
- Heath, M. A., Sheen, D., Leavy, D., Young, E., & Money, K. (2005). *Bibliotherapy: A resource to facilitate emotional healing and growth*. School Psychology International, 26(5), 563-580.
- Forgan, J. W. (2002). *Using bibliotherapy to teach problem solving*. Intervention in School and Clinic, 38(2), 75-82.
- Camp, D. (2015). *Bibliotherapy and literacy: Evidence-based strategies to support students*. Reading Horizons, 54(1), Article 4.
- Vukadin, A. (2021). *Bibliotherapy: A review of theoretical and practical literature*. Journal of Librarianship and Information Science, 53(3), 386-400.
- Abilash, K. (2019). *Bibliotherapy in practice: From concept to implementation*. International Journal of Psycho-Social Research, 8(1), 21-28.