



Universidad Veracruzana

Universidad Veracruzana

Centro de Estudios de la Cultura y la Comunicación

Especialización en Promoción de la Lectura

Sede: Xalapa

Título:

**Arte “sanas” de la palabra: círculo de lectura y biblioterapia
para mujeres**

Estudiante: Magda Ivette Moreno Morales

Tutor: Dr. Homero Ávila

Xalapa, Veracruz, noviembre de 2019.

LISTA DE TABLAS Y FIGURAS ii

Tablas ii

Figuras iii

INTRODUCCIÓN 1**CAPÍTULO 1. MARCO REFERENCIAL 5**

1.1 *Marco conceptual 5*

1.1.2 *La lectura por placer. 5*

1.1.1 *La experiencia estética y el placer en las obras literarias. 9*

1.2 *Estado del arte 11*

1.3 *Breve caracterización del proyecto 17*

CAPÍTULO 2. PLANTEAMIENTO DEL PROYECTO 18

2.1 *Delimitación del problema 18*

2.2 *Justificación 20*

2.3 *Objetivos 21*

2.3.1 *Objetivo general. 21*

2.3.2 *Objetivos particulares. 21*

2.4 *Hipótesis 22*

CAPÍTULO 3. DISEÑO METODOLÓGICO 23

3.1 *Aspectos generales y ámbito de la intervención 23*

3.2 *Estrategia de intervención 24*

3.3 *Metodología de evaluación 25*

CAPÍTULO 4. PROGRAMACIÓN 26

Tabla 1. Actividades y productos 26

REFERENCIAS 30**BIBLIOGRAFÍA 34****APÉNDICES 35**

APÉNDICE A. 35

ÁPÉNDICE B. 36

ÁPÉNDICE C. 37

GLOSARIO 38

LISTA DE TABLAS Y FIGURAS

Tablas

Tabla 1. Actividades y productos

Figuras

Figura 1. Programación mensual de actividades.

INTRODUCCIÓN

Habitamos una sociedad en la que prima la rapidez y los aspectos funcionales del presente, de forma que no solemos tener tiempo para contactar con nuestras emociones, menos aún si son dolorosas. Hoy en día se vive con mucho afán. No hay tiempo para detenerse, para desconectar el celular, la computadora o el televisor. La amplia oferta de entretenimiento tecnológico ofrece inmediatez al alcance de cualquiera. Pero antes que llegaran estas invenciones a nuestras vidas, la lectura solía ser un pasatiempo popular, ya fueran novelas de folletín, historietas, periódicos u obras literarias. La lectura es una actividad reposada, puede exigir una inversión de tiempo considerable en comparación con todas las demás opciones de entretenimiento, también requiere de concentración y esfuerzo del intelecto para comprender e interpretar el contenido de los textos. La lectura puede generar estados de placer y satisfacción cuando se trata de una elección propia. En cambio, cuando es una actividad impuesta por la escuela o la familia, genera rechazo y desagrado para quienes se acercan al mundo de los libros. El problema de la lectura en nuestro país se presenta como un fenómeno de imbricación, pues del macroproblema a nivel nacional, se ramifican otros subproblemas. Los motivos por los cuales hay una baja incidencia de lectores en México son diversos y difíciles de explicar en su conjunto. Lo cierto es que a pesar de que la mayoría de la población es alfabeta, únicamente se lee para cubrir necesidades de corte básico, aquello que surge en la vida diaria: la ruta del camión, los anuncios publicitarios, el menú del restaurante, etc.

El problema de la escasez de lectura en México nace de una realidad abrumadora y contundente que se refleja en las estadísticas: Los resultados del *Programme for International Student Assessment* de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE), mejor conocido como PISA (2018), revelaron que sólo el 1 % de los estudiantes mexicanos

evaluados es capaz de comprender textos largos. Los resultados de El Módulo sobre Lectura (MOLEC) (INEGI, 2018) apuntan hacia la misma dirección, la población de 18 y más años que lee decreció de 84.2 % en febrero de 2015 a 76.4% en febrero del año 2018.

Los proyectos de fomento a la lectura que buscan resarcir y solucionar la escasez de lectores en nuestro país, proponen iniciativas que impactan principalmente el contexto escolar en sus diferentes niveles educativos. No obstante, la lectura va más allá de su ámbito utilitario y de sus beneficios académicos. La literatura provee un apoyo notable para los tiempos de angustia. Lo cierto es que cuando leemos, no solo estamos mejorando la memoria o la comprensión de textos, leer también sirve para encontrar fuerza, una intensidad que calme, algo inesperado que despierte la actividad psíquica, el pensamiento, la narración interior. En palabras de Petit (2015) “El libro tiene una capacidad de transporte, el desprendimiento saludable de lo cercano, el salto fuera del marco habitual gracias al descubrimiento de que existe otro mundo” (65).

Leer implica amalgamarse al mundo de los libros de tal manera que empiezas a ver en esos objetos de papel y tinta una extensión de la vida, un refugio compartido, una pasión desmedida. Leer cuentos y novelas no nos hace mejores personas, pero quien no lee cuentos y novelas, tiene menos posibilidades de comprender el mundo, de comprender a los demás y de comprenderse a sí mismo. Leer es también un acto de cooperación entre el autor y el lector, entre el lector y el texto. El lector siempre intentará adivinar lo que el segundo ya ha escrito. El lector es quien interpreta el lienzo, quien disfruta de una pieza de piano; en cambio el escritor es aquel que desea pintar una obra magnífica, componer una preciosa melodía.

En este sentido, el lector desarrolla una capacidad de interpretación y análisis que le sirve para enfrentar la vida con más creatividad. Y es que la vida misma es también literatura, al

menos existen muchas metáforas que la caracterizan como tal, debido a que son conceptos paralelos que comparten la misma fuente: el desplazamiento temporal y espacial.

Ahora bien, al situar la problemática de lectura por género se obtuvo el siguiente resultado: la proporción de hombres que declaró leer algún material según el MOLEC, es mayor comparado con la proporción de mujeres lectoras (80.1% y 73.1%, respectivamente). En el contexto de la desigualdad de género se percibe que hay una menor cantidad de mujeres lectoras. Pero un crecimiento evidente de violencia hacia ellas. Por lo cual, se decidió desarrollar el proyecto de lectura: *Arte “sanas” de la palabra: círculo de lectura y biblioterapia para mujeres*. Se enfoca en la importancia del papel terapéutico de la lectura por placer y se llevará a cabo en el Instituto Municipal de las Mujeres de Xalapa con mujeres mayores de edad que acuden a esta institución por ayuda psicológica y jurídica como consecuencia de la violencia doméstica, de pareja o de género. Con este proyecto se busca sembrar el hábito lector para que las mujeres hallen un lugar en la literatura en donde refugiarse y se desarrollen como lectoras autónomas por medio de la cartografía seleccionada de lecturas dirigidas para promover la resiliencia, el empoderamiento femenino, y la reflexión con perspectiva de género para su recuperación emocional.

Las mujeres que han experimentado violencia tienen dos veces más posibilidades de desarrollar depresión y ansiedad en comparación con mujeres que no han experimentado ningún tipo de violencia. La información de las encuestas de muy diversos estudios respecto a la violencia hacia la mujer en México señala la gravedad de esta. La violencia contra la mujer puede causar problemas en la salud mental y física a largo plazo. Tienen muchas consecuencias y secuelas a nivel emocional como pueden ser baja autoestima, ansiedad, depresión, miedo, culpabilidad, pesadillas, depresión, hipervigilancia, embotamiento emocional, irritabilidad, ideas de suicidio, insomnio, respuestas emocionales exageradas, entre

muchas otras. Sin duda, se requiere de acciones eficaces para combatirla y de esfuerzos conjuntos tanto de los ciudadanos como de equipos multidisciplinarios.

En México existen diversas instituciones y organizaciones sin fines de lucro que buscan mejorar las condiciones de la mujer en cuanto a la desigualdad de género, así como combatir la violencia hacia ellas. En la ciudad de Xalapa existe el Instituto Municipal para las Mujeres de Xalapa (IMMX) el cual tiene por objeto impulsar y apoyar la aplicación de las políticas, estratégicas y acciones dirigidas al desarrollo de las mujeres del municipio, a fin de lograr su plena participación en los ámbitos económicos, políticos, social, cultural, laboral y educativo, para mejorar la condición social de éstas en un marco de equidad entre los géneros. Por lo tanto, el presente proyecto de intervención busca sumarse a la misión e iniciativas del IMMX, pues se construye desde un doble enfoque. En primer lugar, pretende promover la lectura por placer para contribuir con propuestas que combatan la escasez de lectura en México para un grupo específico: mujeres mayores de dieciocho años. En segundo lugar, busca coadyuvar y mejorar el bienestar emocional de las mujeres a través de la biblioterapia.

En el primer capítulo se definen los conceptos clave y las teorías que sustentan la propuesta a realizar. Posteriormente, se realizará una breve caracterización de trabajos similares al presente. Los cuales giran en torno al uso de la biblioterapia en relación a la salud mental aplicada en diversos grupos. En el capítulo segundo y tercero se realizará el planteamiento del problema y el diseño metodológico, los objetivos que se persiguen en este proyecto, las características específicas del grupo que se atenderá y la metodología planteada. Asimismo, se podrán observar el cronograma y las actividades a desarrollar.

CAPÍTULO 1. MARCO REFERENCIAL

1.1 Marco conceptual

1.1.2 *La lectura por placer.*

La lectura es más que una simple transferencia de información. No se reduce al desciframiento lingüístico de palabras. La lectura es más que un proceso mecánico y sencillo de transferencia de información. El papel del lector es primordial en el acto de lectura. Pues leer implica la comprensión activa de significados adheridos al texto, la información o el pura del lenguaje escrito, sino que se anticipa y se prolonga en la inteligencia del mundo. La lectura del mundo precede a la lectura de la palabra; de ahí que la lectura de la palabra no pueda prescindir de la continuidad de la lectura del mundo. (Freire, 1986, p. 94)

La habilidad para dar sentido a lo que se lee está siempre limitada por lo que ya sabemos acerca de lo que se lee. Ningún texto está tan brillantemente escrito como para que todos los lectores puedan darle sentido. Ni siquiera los lectores más efectivos y eficientes pueden dar sentido a todo lo que está escrito. Cuando construimos significado al leer, debemos recurrir a lo que sabemos, creemos y valoramos. (Petit, 2009, p. 184)

Leer constituye una acción lingüística, cognitiva y sociocultural cuya utilidad trasciende el ámbito escolar y académico pues se inserta en los diferentes ámbitos de la vida personal y social de los seres humanos. Ahora bien, las emociones también desempeñan un papel importante dentro de los procesos de la lectura. Tan importante que pueden ser decisivas para hacer que un lector pueda aficionarse a esta actividad. La lectura se contagia. Garrido (2014) dice que “La lectura auténtica es un hábito placentero” (50). Los placeres que otorga la lectura son múltiples. Se lee para saber, para comprender, para reflexionar. Se lee también por la belleza del lenguaje. Se lee para emocionarse, conmovirse y para compartir. Se lee para

soñar. Los lectores son prendidos a las palabras de los libros. Son adictos que buscan aquel párrafo que les hace minúsculos guiños o el fragmento que parece hablarles y que los refleja como en un espejo. En palabras de la antropóloga francesa, Michelet Petit:

Nos apoderamos tranquilamente de los textos leídos sin ni siquiera pensarlo, a tal punto necesitamos que lo que está en nosotros pueda expresarse hacia fuera, a tal punto estamos a la búsqueda de ecos de lo que vivimos de manera confusa, oscura, indecible y que a veces se revela, se explicita luminosamente y se transforma gracias a una historia, un fragmento o una simple frase. Y tal es nuestra sed de palabras, de relatos, de formatos estéticos, que a menudo imaginamos descubrir un saber a propósito de nosotros mismos haciendo desviar el texto a nuestro capricho, encontrando allí lo que el autor nunca hubiera imaginado que había puesto. (2001, p. 56)

1.1.3 Biblioterapia.

Etimológicamente, biblioterapia viene de la unión de las palabras griegas *biblio* (libro) y *terapia* (cura o restablecimiento). Existen varias definiciones del concepto, aunque la mayoría de los especialistas coincide en aludir a dos elementos como base de cualquier actividad biblioterapéutica: la ayuda psicológica y la lectura dirigida. ¿Por qué la lectura tiene una función terapéutica? Para empezar, toda lectura implica siempre un acto de interpretación y comprensión, los cuales son inherentes a la lectura. Ahora bien, la interpretación es en sí misma una terapia porque hace que el cerebro adquiera nuevas perspectivas y conocimientos, los cuales quedan contrastados con las ideas preexistentes. Se ensanchan los horizontes de visión. Algunas de los pensamientos que presentará el escritor a los lectores será nuevos, pero también habrá elementos procedentes de la memoria, que el lector identifica como suyos. En palabras más simples, la literatura es movimiento, porque balancea aquello que ya conocían

los lectores con la que todavía no sabían. En síntesis, se trata de un complejo juego interno que se establece por la oposición entre lo conocido y lo desconocido.

Entonces, los libros pueden, en términos de su capacidad de transporte imaginario, mover al lector a generar nuevos pensamientos, consolar; brindar compañía. Los libros pueden ayudar a encontrar un sentido a la vida, pueden acompañar en momentos de dolor y brindar consuelo mediante los testimonios, la identificación del lector con las historias ficticias, etc. A través de las historias escritas por otros se descubren sentimientos entrañables o las más oscuras pulsiones del ser humano. La lectura de obras literarias pone en contacto con una otredad que es indirecta: un personaje y su modo de ver la vida, a veces un marginado, otras un caballero medieval, un don juan o un asesino. La literatura es el laboratorio de lo posible, es diálogo y reflexión. Sin embargo, ha sido poco valorada como herramienta desautomatizadora, y más comúnmente ceñida a los beneficios intelectuales que otorga en el contexto académico. “La lectura puede ser crucial en etapas de la vida en la que debemos reconstruirnos” (Petit, 2014, p. 67). Cuando fuimos golpeados por un duelo, una enfermedad, un accidente o una pena de amor; cuando hemos perdido nuestro empleo; cuando atravesamos por una depresión o una crisis psíquica.

La lectura biblioterapéutica es una operación de diseminación que restituye la vida, el movimiento y el tiempo, en el corazón mismo de las palabras; es así como los constituye en cuatro obras de arte y los aleja de los riesgos del ídolo. Aquí las palabras ya no concluyen en el sentido, sino en los sentidos. La lectura rompe la instancia del sentido y todos los elementos del texto, las palabras, las sílabas, las consonantes, las vocales se responden y se hablan unos a otros. (Ouaknin, 2016, p. 13)

El papel del promotor de lectura es importante dentro de la aplicación de la biblioterapia: pues se encarga de ayudar a las personas a encontrar una lectura adecuada para

esos momentos difíciles por medio de la selección de una cartografía específica para cada persona o grupo de intervención, de acuerdo con sus necesidades emocionales. Dentro de la biblioterapia también participan otros profesionistas del saber cómo psicólogos, docentes y doctores. En definitiva, leer de manera guiada y propositiva puede mejorar la salud mental por medio del contacto habitual con la lectura de obras literarias seleccionadas para ese fin.

1.1.3.1 Características de la biblioterapia.

Caldin (2001) señala seis componentes fundamentales de la biblioterapia. La catarsis: la autora entiende la biblioterapia como un instrumento esencial del tratamiento del espíritu y de liberación a través del arte, en el sentido de la catarsis aristotélica. El humor: se alude a la capacidad de algunos textos para provocar el humor y al carácter terapéutico que este tipo de creaciones pueden tener tomando como referencia a Freud. La identificación: se señala la importancia que el fenómeno de la identificación tiene en el desarrollo de la personalidad según Freud. La introyección: se indica que es un proceso estrechamente relacionado con el de identificación mediante el cual el sujeto interioriza, a través de la fantasía, objetos y cualidades externas. La proyección: se define como la transferencia a otros de nuestras ideas, sentimientos, intenciones, expectativas y deseos. La introspección: se menciona a Michaelis, según el cual este proceso consiste en la observación por una determinada persona de sus propios.

1.1.3.2 Tipos de biblioterapia.

Existen tres tipos de biblioterapia según Caldin (2011) y Castro-Santana (2018). La primera, la biblioterapia clínica es aplicada por personal médico como un método adicional de tratamiento. Se suele desarrollar en instituciones en las que se atiende a pacientes con enfermedades mentales, emocionales y físicas. La segunda, la biblioterapia rehabilitacional, la

cual se enfoca en pacientes con enfermedades crónicas, que se recuperan después de una cirugía o que atravesado dificultades durante su enfermedad. La finalidad es darles mayores esperanzas para su recuperación, asumir cambios físicos relacionados con su nueva situación o identificar, reconocer y aceptar sus emociones. A diferencia de la anterior, puede ser aplicada por bibliotecólogos o profesionales del área de la salud. Se puede llevar a cabo en hospitales o bibliotecas. La tercera, la biblioterapia educacional, se relaciona con el desarrollo de la personalidad, la identificación de un problema o la prevención de problemas o trastornos. Puede ser aplicada por profesionales de los servicios sociales como bibliotecólogos, maestros, psicólogos o trabajadores sociales. Es posible trabajarla desde centros educativos, bibliotecas, centros juveniles o en los hogares de los pacientes. Mi proyecto de intervención se basa en la tercera clasificación de biblioterapia.

1.1.1 La experiencia estética y el placer en las obras literarias.

Los seres humanos están abotagados de certezas y de rutinas con mínimas variaciones, mismos lugares, mismos rostros, sin atisbos de luz que brillen sobre los objetos o las personas, sobre las acciones o los aconteceres tristes porque “la automatización devora los objetos, los hábitos, los muebles, la mujer y el miedo a la guerra” (Sklovsky, 1917). Pero ¿Qué puedes temer de un mundo tan habitual? “Es extraño que todo me dé lo mismo; me espanta” (Sartre, 1931) escribe Antonio Roquentin, el protagonista meditabundo y existencial que da lugar a la primera novela que escribió Jean Paul Sartre. *La nausea* (1931) título que adquiere esta obra, debido a esa repugnancia que siente el protagonista Roquentin ante la vida, sensación originada por el hastío que conlleva su cotidianidad en toda su magnificencia de obligaciones, pretensiones y códigos morales. Esta insatisfacción y sinsentido culmina en una reclusión social, el protagonista aprende que únicamente en la soledad encuentra su capacidad de

asombro. Las reflexiones del personaje traen consigo nuevas revelaciones y profundas angustias que lo sumen en cavilaciones existencialistas: el mundo es absurdo y los seres humanos están repletos de contradicciones. Este caso de ficción literaria es un ejemplo de la automatización con la que viven muchas personas en el mundo actual. La cura para este mal reside en concientizarnos de que vivimos en modo automático. La literatura tiene una función desautomatizadora. Más que suprimir la programación de nuestra mente, se trata de ampliar horizontes y perspectivas a través del arte literario. Shklovski (1917/2005) en “el arte como artificio” escribe: “si toda la vida se desarrolla inconscientemente es como si esta vida no hubiera existido. Para percibir que la piedra es piedra existe eso que se llama arte” (p. 54). La desautomatización es una de las principales tareas que tiene la lengua poética y es un recurso fundamental para reconocer el lenguaje poético que compone a la literatura. Los postulados de Shklovski (1917/2005) conducen a valorar la obra literaria con base en su calidad estética. En este sentido, los lectores de los textos literarios perciben los objetos de su alrededor de forma nítida, en palabras más claras, libera la mirada de su percepción habitual. Este proyecto busca rescatar el postulado de la literatura como herramienta desautomatizadora del formalista ruso de Shklovski (1917/2005). Después de todo, la vida misma, es la que se ve bendecida o maldecida por la literatura. Para seguir esta línea de pensamiento, es necesario desmitificar la frase que reza “el arte por el arte”, y hacer a un lado de una vez por todas, la visión que han fijado los esteticistas de concebir el arte como un fin en sí mismo, para valorarla desde su vinculación con la sociedad, ya que la literatura tiene su raíz en el mundo real, por ende tiene capacidad para ensanchar nuestra percepción del mundo ya que nos pone en contacto con una otredad que nos es indirecta; un personaje, un escritor de otra época y su modo de ver la vida, a veces un marginado, otras un caballero medieval, un don juan, y un asesino, un científico. Y también otro mundo, otros pensamientos, otras culturas, épocas, realidades y leyes.

La literatura en particular, en todas sus formas (mitos y leyendas, cuentos, poesías, novelas, teatro, diarios íntimos, cómics, libros ilustrados, ensayos desde el momento en que están escritos), brinda un soporte muy notable para despertar la interioridad, poner en movimiento el pensamiento, reanimar la actividad de simbolización y construcción de sentido, y también incita a experiencias de compartir inéditas. (Petit, 2002, p. 296)

La literatura es el laboratorio de lo posible. Sin embargo, ha sido poco valorada como herramienta desautomatizadora y más comúnmente ceñida a instrumento de evasión o entretenimiento. Los lectores deben de formarse para ser capaces de percibir la calidad estética de las obras literarias y así adentrarse en el proceso desautomatizador. Garrido (2014) dice que, el lector debe ser capaz de sentir la belleza de la lengua para poder reconstruir las imágenes mentales que se proponen.

1.2 Estado del arte

Las investigaciones en torno a la biblioterapia han aumentado en las últimas dos décadas. El auge de estudiarla se debe a su atractivo modelo educativo-terapéutico, el cual puede aplicarse a diferentes grupos etarios y en diferentes espacios: bibliotecas públicas, escuelas y hospitales. Los efectos positivos de la biblioterapia han sido registrados por estudiosos de diversas áreas del conocimiento: educación, bibliotecología, literatura y ciencias de la salud. Por lo tanto, los proyectos resultantes de estas investigaciones buscan resarcir una gama variada de problemáticas relacionadas con la salud mental, física o emocional. Y también tratar problemas puntuales de índole social como la violencia de género, la drogadicción, el *bullying*, las crisis sociopolíticas de un país, los traumas surgidos a raíz de un desastre natural o bien buscan acompañar en temas o etapas difíciles de la vida tales como el duelo o el divorcio. La biblioterapia se ha implementado en diversos países alrededor del

mundo: Reino Unido, España, Canadá, México, Estados Unidos, Brasil, Chile, Paraguay, Uruguay, y Venezuela. (Castro Santana, 2018).

Durante la búsqueda de casos similares al presente proyecto, se identificaron documentos que no servían como soporte debido a que sólo hacían una revisión teórica del concepto de biblioterapia y no mostraban ninguna aplicación a casos concretos y tampoco eran proyectos prácticos con resultados probados. Para fines de esta investigación se presentarán únicamente aquellos textos que contienen tanto teoría como práctica. En otras palabras, que sean estudios de caso en los cuales se haya realizado un proyecto de biblioterapia aplicado a un grupo específico con base a una investigación previa.

Palomo y Soto (2019) identificaron la necesidad de que los universitarios que cursan la asignatura Enseñanza y Aprendizaje de la lengua castellana en el Grado de Educación Infantil de la Universidad Católica de Murcia conocieran y analizaran la literatura infantil desde un punto de vista biblioterapéutico para potenciar el desarrollo socioafectivo de sus futuros alumnos de preescolar. Esta investigación buscó demostrarles a los estudiantes universitarios la importancia del papel de la literatura infantil dentro del contexto escolar para tratar diferentes problemáticas emocionales en los niños de edad preescolar. Los objetivos que se persiguieron en esta investigación fue el promover el fomento del disfrute de la lectura a través de la formación de los futuros docentes y la confección de un catálogo de literatura infantil que pueda ser empleado como un recurso educativo para enfrentar temas como: el abandono familiar, el acoso escolar, el nacimiento de hermanos, los terrores nocturnos, el reciclaje, y los problemas de adaptación al colegio, etc. La metodología consistió en dos cuestionarios aplicados a los estudiantes universitarios. El primero al inicio del semestre para conocer sus conocimientos de literatura infantil y el segundo después de finalizar el curso. Los

estudiantes llevaron a cabo un trabajo práctico-educativo en el cual aplicaron su catálogo de literatura infantil y midieron las percepciones de sus alumnos.

Ruiz Martínez (2019) realizó un proyecto de biblioterapia dentro de la Especialización en Promoción de la Lectura de la Universidad Veracruzana (UV) en México, el cual estuvo enfocado en acercar la literatura a la población de adolescentes en proceso de recuperación de las adicciones de la unidad terapéutica de la Fundación Casa Nueva de Xalapa. Fueron 15 sesiones donde la principal estrategia que se utilizó fue la lectura en voz alta. Ruiz Martínez (2019) buscó transmitirles la lectura por placer como parte de una terapia ocupacional. La metodología que utilizó implicó el análisis de dos cuestionarios (inicial y de salida) sobre sus prácticas lectoras y un diario de campo.

Ramírez Gómez (2017) realizó un proyecto de intervención también dentro del marco de la Especialización en Promoción de la Lectura (EPL) de la UV ubicada en México. El objetivo central de este fue promover la lectura entre las mujeres sobrevivientes del cáncer con la intención de convertirlas en lectoras asiduas y al mismo tiempo, de usar la literatura como una herramienta terapéutica para la recuperación emocional de estas mujeres. El taller también estuvo abierto a los familiares, cuidadores, personal de salud y público en general que se interesara por el tema de la lectura como recurso lúdico en la recuperación de personas sobrevivientes o en tratamiento oncológico. Los espacios en los cuales se llevó a cabo fue el Centro Estatal de Cancerología “Dr. Miguel Dorantes Meza” (CECan) que se encuentra ubicado en la ciudad capital del Estado de Veracruz. Por otro lado, la sala de consulta externa del CECan con las integrantes de la fundación Grupo Reto Xalapa. Los resultados obtenidos en el trabajo de Ramírez Gómez (2017) se basan en la observación de las personas en cada una de las sesiones del círculo de lectura, y de los cuestionarios realizados al inicio y al final de la intervención (uno oral y otro escrito). La autora registró un descenso en los niveles de

ansiedad, así como el reemplazo de emociones negativas por otras positivas como la alegría, la paz y la armonía.

Enriquez Benítez (2016) propone un programa de biblioterapia para pacientes pediátricos internados en el Hospital de Ortopedia “Victorio de la Fuente Narváez” del Instituto Mexicano del Seguro Social. Asimismo, explica que las estancias de los menores de edad dentro de este hospital son largas, porque implican rehabilitaciones que pueden ir desde un par de semanas hasta meses, motivo por el cual descuidan los deberes escolares y actividades de recreación e integración social. Benítez (2016) buscó integrar la biblioterapia dentro del programa educativo “Sigamos aprendiendo” de este hospital, que es un espacio que cuenta con aulas para que los internados del área de pediatría continúen estudiando, Este proyecto también contempló una donación de libros para la biblioteca del hospital, la cual no contaba con recursos de literatura infantil y juvenil sino únicamente con libros del área de medicina para los estudiantes de la especialidad en pediatría.

Aráuz, Espinoza y Alcocer (2016) hacen una exploración de la práctica de la biblioterapia en Nicaragua a través de un estudio de caso con pacientes del Hospital Docente de Atención Psicosocial “Dr. José Dolores Fletes Valle”. La finalidad de su estudio fue dar a conocer el funcionamiento del programa de biblioterapia que dirigen los psicólogos y médicos de este hospital. La metodología para el análisis de datos estuvo constituida por la observación de las sesiones de biblioterapia así como entrevistas a médicos y psicólogos. Las autoras concluyen que la aplicación de la biblioterapia en pacientes con deficiencia mental ha contribuido a la mejoría del estado de ánimo cognitivo – conductual. Por último, este trabajo también tuvo como objetivo reflexionar sobre la importancia de incluir la biblioterapia en el quehacer profesional del gestor de la información (bibliotecólogo).

Stefanizzi (2014) realizó una investigación en Argentina enfocada en el estudio de la función terapéutica que tienen los libros, así como el papel que desempeñan los bibliotecarios y voluntarios en las bibliotecas ambulantes del Hospital de Niños “Sor María Ludovica” y del Hospital Zonal “Noel Sbarra”, quienes tienen como objetivo mejorar la calidad de vida de los niños hospitalizados. En esta investigación se ocuparon tres métodos de recolección: una entrevista con los responsables de cada institución, un estudio de caso en cada hospital y la comparación entre estas instituciones de la ciudad de La Plata con la Asociación PAANET de la ciudad del Mar del Plata, la cual también utiliza la biblioterapia para mejorar los estados emocionales de los niños con cáncer. Las conclusiones y resultados de este trabajo apuntan a considerar que es necesario que todos los hospitales cuenten con bibliotecas para pacientes, se pudo demostrar que el bibliotecario cumple una función muy importante dentro del equipo multidisciplinario compuesto por profesionales de la salud y por último, tanto los pacientes como sus familiares afirmaron que las sesiones de biblioterapia los han hecho sentirse acompañados.

Arrubla y Ramírez (2012) desarrollan un proyecto de intervención en Colombia basado en la biblioterapia en el Colegio Colombo Británico para incrementar los índices de disciplina dentro de dicha institución, es decir, mejorar las conductas de los estudiantes a través de la lectura. La metodología utilizada se dividió en 5 fases: diagnóstico, sensibilización, ejecución, evaluación, seguimiento y sostenibilidad. El estudio de caso fue aplicado a tres estudiantes de esta institución del tercer grado de primaria que presentaban problemas de conducta para acatar las reglas del Colegio. Los resultados obtenidos demuestran que dos de los tres estudiantes mejoraron su conducta dentro y fuera de las clases. Sin embargo, en un tercer estudiante la biblioterapia no fue de gran ayuda puesto que durante la intervención su conducta fue introvertida, y una vez terminada continuó con el comportamiento indisciplinado.

Oscariz (2011) realiza una investigación en Chile sobre las percepciones y las reacciones de 10 pacientes mujeres entre 45 y 75 años con diagnóstico de depresión moderada de un Centro de Salud Familiar del Sector Sur de Santiago en relación a la utilización de recursos literarios con fines terapéuticos. La recopilación de datos se llevó a cabo por medio de entrevistas individuales semi-estructuradas. En ellas, las participantes describieron su experiencia grupal y los beneficios obtenidos de las actividades con recursos literarios. Los resultados de esta intervención arrojaron que las participantes pudieron desarrollar su creatividad, fortalecer la autoestima y lograr expresar sus emociones a través de la literatura. Además, valoraron la instancia grupal como red de apoyo al compartir y generar una dinámica de compañerismo y complicidad a través de la imaginación, fantasía y creación. Esta investigación contribuyó al “Programa de Detección, Diagnóstico y Tratamiento integral de la Depresión” en Atención Primaria de Salud (APS) debido a que fue presentada como una alternativa distinta a los talleres que actualmente se imparten en esta instancia de salud.

Asimismo, Sánchez (2009) propuso un programa de biblioterapia en un espacio clínico de México. Trabaja con los pacientes hospitalizados de la Unidad de Medicina Física y Rehabilitación Región Centro del IMSS, en donde se otorgarán lecturas amenas, momentos de entretenimiento y un espacio para la distracción. Sánchez (2009) por medio de la biblioterapia buscó contribuir en la actitud de los pacientes ante la adversidad y las enfermedades, así como al pronto restablecimiento de sus padecimientos. Se realizaron encuestas, pero no se analizaron los resultados de la eficacia del proyecto, solamente se quedó en la propuesta.

Alfonso y Colmenares (2002) realizaron un programa de biblioterapia para niños en Cuba. El cual estuvo compuesto de 30 niños con edades entre los 3 y 8 años que se encontraban internados en el área de pediatría en el Hospital Armando E. Cardoso en Guáimaro, durante enero de 2002 y enero de 2003. El programa de Biblioterapia desarrollado

se basó en la lectura de cuentos infantiles y fue evaluado por la escala de Wong (utilizada para valorar el dolor y/o la ansiedad en pacientes pediátricos). Los resultados obtenidos fueron comparados con 30 niños a los que no se les aplicó el programa de Biblioterapia quienes fueron evaluados con la misma escala. La investigación mostró una disminución significativa de la ansiedad con respecto a la inicial, en el grupo beneficiado por la aplicación de la Biblioterapia, con predominio de la Puntuación 0, 1 y 2.

1.3 Breve caracterización del proyecto

A través de un taller de lectura, con base en una cartografía construida para promover la mejoría del estado emocional y el empoderamiento de las mujeres usuarias del Instituto Municipal de las Mujeres Xalapa (IMMX) que asisten en busca asesoría psicológica y jurídica por situaciones y razones de violencia de género, a ellas se les promoverá la lectura por placer como herramienta terapéutica por medio de estrategias de promoción y fomento de la lectura: círculos de diálogo, actividades lúdicas, de escritura creativa, lecturas gratuitas y lecturas en voz alta. La finalidad es contribuir y fomentar la resiliencia por medio de la lectura de obras literarias seleccionadas con base en la biblioterapia y enfocadas en las necesidades individuales de las mujeres que viven o salieron de contextos de violencia de género.

CAPÍTULO 2. PLANTEAMIENTO DEL PROYECTO

2.1 Delimitación del problema

México es un país donde el porcentaje de personas analfabetas es muy bajo. Los programas de alfabetización en nuestro país parecen haber sido eficaces en las últimas décadas pues esta problemática educativa y social descendió de 25.8% en 1970 a 5.5% en 2015, lo que equivale a 4 millones 749 mil 057 personas que no saben leer ni escribir (INEGI, 2015). Sin embargo, sólo una pequeña porción de ese 94.5 % de mexicanos que son alfabetas son lectores asiduos. Las estadísticas confirman el problema de escasez de lectura en México. El Módulo de Lectura (MOLEC) menciona que “el promedio de libros leídos por la población de 18 años y más en el último año fue de 3.8 ejemplares” (INEGI, 2016). Aunque leer y escribir son dos habilidades indispensables para que los individuos se adapten al mundo en que habitan, para el ciudadano mexicano son una obligación ineludible, pues son requerimientos necesarios para vivir en sociedad.

La lectura es una práctica utilitaria que por lo general se utiliza en su mínima expresión, es decir, para cubrir necesidades de corte básico. Se lee únicamente aquello que surge en la vida diaria: la ruta del camión, los anuncios publicitarios, el menú del restaurante, etc. El problema de la lectura en nuestro país se presenta como un fenómeno de imbricación pues del macroproblema a nivel nacional se ramifican otros subproblemas. He identificado uno de los muchos con los que se puede trabajar. La escasa valoración y uso de la lectura por placer como terapia ocupacional para coadyuvar en la salud mental desde el enfoque de la biblioterapia.

La mayoría de las investigaciones y proyectos de fomento a la lectura se inclinan en el estudio de esta dentro del contexto escolar en sus diferentes niveles educativos. Los beneficios

que otorga la lectura en los estudiantes de preescolar a universidad son los más aceptados y difundidos por la comunidad docente. No obstante, falta reconocer las dadas que brinda la lectura a nivel emocional. En este aspecto no hay suficientes proyectos que estudien y validen los beneficios de la lectura para sobrellevar el dolor, equilibrar las emociones, enfrentar los tiempos de angustia, las situaciones traumáticas o para mejorar la salud mental. Lo cierto es que cuando leemos, no solo estamos mejorando nuestra memoria de trabajo y nuestra comprensión de textos, existen estudios que demuestran que la lectura nos hace sentir más positivos.

Al igual que el problema de la escasez de la lectura, la violencia de género cuenta con estadísticas alarmantes que indican la urgencia de tomar acciones hacia esta problemática social. De las mujeres que han enfrentado violencia por parte de esposo o novio, a lo largo de su relación de pareja (19.1 millones), en el 64.0% de los casos se trata de violencia severa y muy severa. Se estima que anualmente cada mujer perdió 30 días de trabajo remunerado y 28 días de trabajo no remunerado a causa de la violencia por parte de su pareja (INEGI, 2018)

El Instituto Municipal de las Mujeres brinda atención psicológica, orientación y/o intervención en crisis a mujeres víctimas de violencia que lo requieren para su pronta recuperación, promoviendo la igualdad y el respeto a los derechos humanos, también cuenta con la línea violeta que atiende por teléfono, así también realiza pruebas gratuitas de VIH. Dentro de las actividades recreativas del Instituto Municipal de las Mujeres Xalapa (IMMX) no existe un círculo de lectura que promueva la lectura placentera y terapéutica. Por lo tanto, el círculo de lectura no sólo llevaría a sus integrantes a descubrir el encanto de la literatura, a interpretar obras, a expresar sentimientos, a ampliar sus horizontes de pensamiento y percepción ante la vida, sino que a su vez fungiría como una red de apoyo pues implica esfuerzos de socialización, de comprensión y empatía grupal mutua, y también de la cognición

y el intelecto. De esta manera se activa la mente e imaginación, alejándolas de pensamientos cíclicos o negativos.

2.2 Justificación

Este proyecto de intervención pretende impactar en el ámbito social y educativo de México. La existencia de un proyecto de esta naturaleza se justifica en la escasez de lectores asiduos en nuestro país. Por lo tanto, busco contribuir en la subsanación de esta problemática nacional a través del fomento de lectura en un grupo de mujeres que son víctimas de la violencia y que al mismo tiempo son usuarias del IMMEX, desde el enfoque de la biblioterapia. Este proyecto podría encaminar al IMMEX a incorporar un taller de lectura permanente como una de las actividades dentro de su repertorio talleres que buscan la recuperación y la resiliencia en mujeres víctimas de la violencia de género.

El proyecto de intervención busca coadyuvar en las acciones propuestas por el IMMEX para promover la igualdad de género. El círculo de lectura que propongo no busca reemplazar los soportes emocionales y profesionales que son muy esenciales, que ya existen dentro del IMMEX, más bien colaborar dentro de ellos. Para mí, uno de los aspectos más útiles del taller de lectura es unirme a esta red de apoyo constante, que les permite a las mujeres sentirse acompañadas y comprendidas en los momentos de crisis.

La relevancia social del proyecto se encuentra en la búsqueda y propuesta de un nuevo recurso que permita sumarse a la visión del IMMEX, para coadyubar en la defensa e igualdad de derechos de la mujer, así como en la mejoría de la salud mental de las mujeres que son víctimas de la violencia de género. Mi proyecto busca formar lectoras críticas y conscientes, que cuenten con nuevos horizontes de pensamiento desde una perspectiva de apoyo psicosocial, mediante la utilización de recursos literarios usando como referente teórico la

biblioterapia. De manera personal, la literatura ha sido el soporte más noble y gratuito que me he encontrado para sobrellevar los sinsabores de la vida. Por lo tanto, quiero enseñarles las bondades que proporciona la literatura al pensamiento cognitivo a través de actividades lúdicas de lectura, escritura, pintura y meditación. Quiero compartir con ellas el refugio que encontré en los libros. Ahora bien, debido a que formo parte del programa de la Especialización en Promoción de la Lectura, el presente proyecto se inscribe a la visión de la EPL y del Programa Universitario de Formación de Lectores (PUFL) de la Universidad Veracruzana que es formar lectores.

2.3 Objetivos

2.3.1 *Objetivo general.*

Promover la lectura por placer como terapia ocupacional a mujeres que buscan asesoría en el Instituto Municipal de las Mujeres de Xalapa (IMMX) por medio de un taller de lectura que comprende actividades lúdicas, recreativas y reflexivas desde el enfoque de la biblioterapia con la finalidad de coadyuvar en su recuperación emocional.

2.3.2 *Objetivos particulares.*

1. Incentivar el interés individual por la lectura placentera por medio de una cartografía enfocada en temáticas como la risa, el sosiego de los pensamientos cíclicos y la otredad.
2. Propiciar nuevos horizontes de percepción y pensamiento a través de la literatura seleccionada y por medio de estrategias específicas de promoción de la lectura.
3. Coadyuvar en la recuperación emocional por medio de la lectura y escritura de textos literarios con la finalidad de motivarlas a la expresión artística de sus sentimientos.
4. Contribuir a que la lectura como terapia ocupacional se integre dentro del repertorio de actividades recreativas que ofrece el IMMX.

5.Fomentar un sentido de pertenencia a un grupo social específico: un club de lectura.

2.4 Hipótesis

A partir del taller de lectura terapéutica se brindará a las usuarias del IMMX, un espacio agradable para la reflexión, la risa y la empatía mutua para coadyubar en su recuperación emocional, así como en la reestructuración cognitiva de pensamientos depresivos y negativos mediante el fomento de la lectura por placer de obras literarias de géneros diversos. Desde el cuento, la novela corta, las obras de teatro, la poesía, los aforismos y el ensayo. El taller de lectura integrará actividades lúdicas y creativas de acuerdo con las características del grupo de intervención tales como: lecturas gratuitas, lecturas en voz alta, ejercicios de expresión escrita como el cadáver exquisito y la escritura de cartas de amor, lectura de imágenes, etc. Con base en estas actividades recreativas, así como con el dialogo con base en preguntas generadoras, se les conducirá a la reflexión y expresión de los sentimientos de tal manera que las participantes comprendan y disfruten de la lectura como una herramienta terapéutica para sobrellevar los momentos difíciles de la vida.

CAPÍTULO 3. DISEÑO METODOLÓGICO

3.1 Aspectos generales y ámbito de la intervención

Arte “sanas” de la palabra se llevará a cabo en el Instituto Municipal Xalapa (IMMX). Las mujeres que acuden son mayores de 18 años. Los talleres existentes de orientación psicológica atienden un total de 25 mujeres por día. En los consultorios del IMMX se orienta a las víctimas de violencia económica, psicológica, patrimonial y física de 09:00 a 19:00 horas. Para lo cual se dispone de tres psicólogas y dos abogadas capacitadas para este tipo de servicio. Tras la consulta se evalúa la situación y se brinda acompañamiento para realizar los trámites correspondientes ante la Fiscalía General del Estado (FGE) y el Centro Estatal de Justicia Alternativa de Veracruz (CEJAV) para resolver la problemática de cada una de las mujeres. El IMMX cuenta con una biblioteca con literatura psicológica y jurídica que está dirigida a las coordinadoras y trabajadoras del Instituto, pero no para las mujeres que acuden en busca de ayuda. Asimismo, una de las visiones es la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres, así como el desarrollo de habilidades y herramientas en las mujeres para que puedan acceder a una vida digna. Por eso creo necesario abrir un espacio donde se fomente la lectura por placer desde una perspectiva terapéutica.

La cartografía lectora para el círculo de lectura propuesto se construyó por temas y por géneros literarios: el cuento, la novela corta, las obras de teatro, la poesía, los aforismos y el ensayo. Respecto a los tópicos: textos literarios de acuerdo con los intereses y necesidades del grupo. Se trata de obras literarias que versan sobre la identidad, el sentido de la vida. Otras que proporcionan sensaciones de calma y sosiego. Asimismo, las hay que enfrentan al lector con problemas de índole humano, pero con efecto catártico y de finales resueltos para evitar producirles ansiedad. Hay también literatura que induce a la risa, con un sentido cómico y

chusco. El taller de lectura integrará actividades lúdicas y creativas de acuerdo a las características del grupo de intervención tales como: lecturas gratuitas, lecturas en voz alta, ejercicios de expresión escrita como el cadáver exquisito y la escritura de cartas de amor, lectura de imágenes, etc.

3.2 Estrategia de intervención

La estrategia de intervención por sesión seguirá la siguiente estructura cronológica: Lectura gratuita (15 minutos), actividad lúdica (45 minutos), lectura en voz alta (30 minutos) y expresión escrita (30 minutos). Arte “sanas” de la palabra. El título se seleccionó con la intención de evocar el ejercicio biblioterapéutico de “sanar” y “construir de forma creativa” como lo hacen los artesanos, pero con ellas será por medio de las palabras de la cartografía seleccionada. La terapia se realizará en las mujeres a través de las obras literarias que leerán, pero también con el diálogo durante el círculo de lectura. El trabajo se llevará a cabo a lo largo de 16 sesiones de dos horas cada una, los martes y jueves. Se iniciará el mes de enero y se culminará la primera semana de marzo del 2019.

Todas las actividades de este se llevarán a cabo dentro de las instalaciones del IMMEX. Para facilitar el trabajo en las sesiones y brindarles a las mujeres la oportunidad de apropiarse de los textos, en la primera sesión se les entregará una antología. Se les proporcionará un receso de quince minutos en el cual podrán tomar café y galletas y socializar con las otras mujeres del taller. Asimismo, en cada sesión se planean rifar y regalar los libros (ejemplares nuevos) que se utilicen para las lecturas en voz alta a través de diferentes dinámicas que motiven a las mujeres a continuar asistiendo a este taller.

3.3 Metodología de evaluación

La metodología para el análisis de datos es mixta, cualitativa y cuantitativa, por medio de la aplicación de un cuestionario que se realizaran en tres momentos: antes de la intervención, a mitad del total de las sesiones y al final. Tiene un valor tanto cuantitativo en el que se recopilan datos sobre los asistentes, como cualitativo pues obtiene información sobre las preferencias lectoras, los estados de ánimo y las emociones vivenciadas con las lecturas. La evaluación se conformará por el cuestionario antes mencionado, así como un diario de campo etnográfico. Finalmente, se analizarán los productos elaborados en el taller y por último una entrevista en audio a una muestra representativa.

CAPÍTULO 4. PROGRAMACIÓN

Tabla 1. Actividades y productos

Actividad	Descripción de la actividad	Producto por obtener	Semanas
Protocolo	Se diseñará y desarrollará la redacción del protocolo de la intervención	Protocolo aprobado	8
Intervención	Trabajo con mi grupo de intervención	Evidencias de trabajo por sesión y evaluaciones con cuestionarios	6
Diseñar y desarrollar el trabajo recepcional	Elaborar la última versión del trabajo recepcional para una adecuada defensa del mismo	Proyecto completado	8
Movilidad	Realizar el proceso de movilidad a una universidad del extranjero para completar mi formación	Movilidad exitosa	4

Preparación y realización del examen recepcional	Se realizarán las actividades de preparación y ensayos de la presentación final y defensa del reporte de intervención (el examen recepcional)	Examen exitoso	8
--	---	----------------	---

- I. Elaboración de protocolo
- II. Elaboración de Cartografía lectora
- III. Delimitación y gestión de grupo
- IV. Planeación de actividades del Proyecto de Intervención
- V. Aplicación de instrumento inicial
- VI. Intervención
- VII. Cuestionario final y entrevistas
- VIII. Capturar datos
- IX. Análisis de resultados
- X. Redacción de documento recepcional
- XI. Movilidad estudiantil
- XII. Gestión y presentación de examen recepcional

REFERENCIAS

- Aráuz, P. J., Espinoza Peralta, M., & Alcocer Ríos, G. (2016). *La biblioterapia en el quehacer del gestor de la información. Un estudio de caso en el hospital docente de atención psicosocial "Dr. José Dolores Fletes Valle"*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua]. Repositorio UNAN.
- Argüelles, J. D. (2009). *Escritura y melancolía*. Fórcola Ediciones.
- Argüelles, J. D. (2008). *Antimanual para lectores y promotores del libro y la lectura*. Océano.
- Alepuz, L. P., y Andúgar Soto, A. (2019). Biblioterapia, una disciplina emergente para el fomento de la lectura. *Además de la palabra. Aproximaciones disciplinares a los estudios literarios*, 209-222. Recuperado 18 de noviembre de 2019, de https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/91913/1/Palomo_Andugar_Biblioterapia-una-disciplina-emergente-para-el-fomento-de-la-lectura.pdf
- Caldin, C. F. (2001). La literatura como función terapéutica. [A leitura como função terapêutica: biblioterapia]. *Encontros Bibli: Revista Eletrônica de Biblioteconomia y Ciencias de la Información*, 12 (6) 22-44. Recuperado 26 de octubre de 2019, de <https://periodicos.ufsc.br/index.php/eb/article/view/1518-2924.2001v6n12p32/5200>
- Castro-Santana, A. & Altamirano-Bustamante, N. (2018). ¿Leer para estar bien?: prácticas actuales y perspectivas sobre la biblioterapia como estrategia educativo-terapéutica. *Investigación Bibliotecológica*, 32(74), 171-192. <https://dx.doi.org/10.22201/iibi.24488321xe.2018.74.57918>

- Castro-Viguera, Y. (2017). La biblioterapia y la selección de fuentes de información: un ámbito de actuación para los profesionales de la bibliotecología y la ciencia de la información. *Bibliotecas. Anales de Investigación*. 13(1), 82-95. Recuperado 10 de septiembre de 2019, de <http://revistas.bnjm.cu/index.php/anales/article/view/3666>
- Díaz-Morales, G. (2006). Biblioterapia: su aplicación en terapias reparativas a menores víctimas de delitos sexuales. *Serie Bibliotecología y Gestión de Información*. 13(1),1-52. Repositorio E-LiS
- Dovey, C. (2015). [¿Leer puede hacerte feliz?] Can Reading Make You Happier? *The New Yorker*. Recuperado 15 de noviembre de 2019, de <http://www.newyorker.com/culture/cultural-comment/can-reading-make-you-happier>
- Enriquez-Benítez, U. A. (2016). *Propuesta de un programa de biblioterapia para pacientes pediátricos internados en el hospital de ortopedia "Victorio de la Fuente Naváez" del IMSS*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio TESIUNAM.
- Garrido, F. (2014). *El buen lector se hace, no nace: reflexiones sobre lectura y formación de lectores*. Paidós.
- Oatley, K. (1999). Meetings of minds: Dialogue, sympathy, and identification in reading fiction. *Poetics*. 26(2), 439-454. Recuperado 30 de octubre de 2019, de https://sites.ualberta.ca/~dmiall/Cognitive/Readings/Oatley_Meetings.pdf
- Ouaknin, M. (2016). *Biblioterapia: leer es sanar*. Océano.
- Oscariz, C. (2011). *Percepción de las mujeres entre 45 y 75 años con depresión moderada acerca de su participación en una intervención grupal mediada por recursos literarios en un centro de salud familiar en Santiago*. [Tesis de licenciatura, Universidad Académica de Humanismo

Cristiano]. Archivo digital. Universidad Académica de Humanismo Cristiano. Recuperado 25 de noviembre de 2019, de

Petit, M. (2015). *Leer el mundo: experiencias actuales de transmisión cultural*. Fondo de Cultura Económica.

Petit, M. (2009). *El arte de la lectura en tiempos de crisis*. Océano.

Petit, M. (2001). *Lecturas: Del Espacio Íntimo Al Espacio Público*. Fondo de Cultura Económica.

Ramírez-Gómez, C. R. (2017). *La lectura como terapia alternativa en las mujeres sobrevivientes del cáncer*. [Trabajo recepcional, Universidad Veracruzana]. Archivo digital. Universidad Veracruzana. Recuperado 20 de octubre de 2019, de <https://www.uv.mx/epl/files/2017/01/REPORTE-OFICIAL-CITLALI-RAMIREZ.pdf>

Ruiz-Martínez, I. G. (2019). *Promoción de la lectura en jóvenes en procesos de recuperación de las adicciones residentes en Fundación Casa Nueva centro Emiliano Zapata, Veracruz*. [Trabajo recepcional, Universidad Veracruzana]. Archivo digital. Universidad Veracruzana. Recuperado 17 de septiembre de 2019, de https://www.uv.mx/epl/files/2017/07/Reporte_Iris-Guadalupe-Ruiz-Martinez-MM.el_.pdf

Sanchez-Trejo, M. (2009). *Propuesta de un programa de biblioterapia para pacientes hospitalizados, en la unidad de medicina física y rehabilitación región centro del IMSS*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio TESIUNAM.

Sánchez, L. A., & Colmenares, S. F. (2002). La evolución de las necesidades de la información: La biblioterapia como novedad terapéutica. *Congreso Internacional de Información*, [Número especial] 5. Recuperado 20 de noviembre de 2019, de <http://www.congreso-info.cu/UserFiles/File/Info/Info2004/Ponencias/057.pdf>

Stefanizzi, R. (2014). *La función de la lectura y del bibliotecario en las bibliotecas hospitalarias especializadas en la atención de niños*. [Tesis de licenciatura, Universidad La Plata].

Repositorio FaHCE

Shklovsky, V (2005). El arte como artificio. Recuperado 30 de agosto de 2019, de

https://www.academia.edu/7023202/El_arte_como_artificio.com

Valencia, C. A., & Ramírez Gómez, M. (2012). *Léeme, yo escucho y aprendo: el libro como recurso terapéutico*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Antioquia]. Archivo digital. Universidad de Antioquía. Repository.lasallista

BIBLIOGRAFÍA

Álvarez Zapata, D. (2001). *Sentido de la lectura en un mundo en crisis*. *Lectiva*. 1(5), 141-146.

Recuperado el 20 de diciembre de 2019 del Repositorio de la Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.

Elderkin, S. & Berthoud, E. (2017). *The Novel Cure. An A-Z of Literary Remedies*. [Manual de remedios literarios]. Editorial Siruela.

Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia para el Estado de Veracruz de Ignacio de la Llave. Gobierno del Estado de Veracruz de Ignacio de la Llave. (2010).

https://www.segobver.gob.mx/juridico/pdf_regla/reglamentosvig/gaceta2.pdf

APÉNDICES

APÉNDICE A.

Preferencias lectoras y la utilidad de la lectura como herramienta terapéutica.

1. ¿Cuáles son las actividades que más le gusta realizar durante su tiempo libre?
2. ¿Qué actividades le provocan felicidad y tranquilidad?
3. ¿Le gusta leer?
4. ¿Cómo se siente cuando lee? (contento, incómodo, aburrido, distraído, etc.)
5. ¿Cree que la lectura puede aportar algo positivo a su vida?

¿La utilización de recursos literarios (escritura y lectura) puede favorecer la autoestima de la mujer? ¿Por qué?

6. ¿Seguirá utilizando la lectura regularmente en su vida cotidiana?
7. ¿Actualmente realiza alguna acción para tratar su depresión con alguna terapia, medicamento, actividad recreativa o religiosa?
8. ¿Qué texto literario te produjo una sensación de placer?

ÁPENDICE B.**Bitácora para cada sesión**

Número de sesión	
Fecha	
Asistentes	
Objetivos	
Actividades	

ÁPENDICE C.

Cartel publicitario para taller






Taller de lectura y
biblioterapia para mujeres

Artesanas de la palabra

*Para mayores de 18 años, cupo limitado.
Traer ropa cómoda

INFORMES E INSCRIPCIONES
llama al teléfono 84 14 010
Materiales incluidos, taza de obsequio y
al cumplir el 80% de asistencias se hará
entrega de constancia.

MARTES Y JUEVES
16:00 a 18:00 horas
del 14 de enero al
5 de marzo de 2020

Entrada gratuita

Landeroy y Coss, interior 36 - 42
zona centro, Xalapa, Ver.

 /InstitutoMujeresXalapa

 @Mujeres_Xalapa

GLOSARIO

Un lector autónomo: es alguien que, además de realizar todas las lecturas utilitarias que necesite y deba hacer, dedica un tiempo, día por día, a leer por su propia voluntad, por el interés en la lectura misma y el gusto de leer” (Garrido 2012, 20).

Promoción de la lectura: Creación de acciones que permitan la formación de hábitos de lectura, estas pueden ser desde implantación de programas académicos e institucionales, hasta aperturas de espacios que promuevan el fomento del libro.

Lectura gratuita: Textos leídos que son recitados en voz alta a un grupo con la intención de atrapar a los lectores en potencia. Esta lectura se denomina gratuita porque no pide nada a cambio, ni comentarios, tareas o respuestas.

Cartografía lectora: Un itinerario de lecturas con una brújula que marca los autores u obras literarias que se buscan leer en un proyecto de intervención, los cuales están anclados a las necesidades del grupo o a una temática en común. Término que la promoción de la lectura retoma de la geografía y la cartografía.