

## **APTECZKA LITERACKA – TRZECIE ZADANIE**

27 października Biblioteka Miejska w Bytowie zrealizowała ostatnie zadanie w ramach projektu „Apteczka Literacka”.

W Pracowni Orange, tutejszej księżnicy odbyło się spotkanie z psychoterapeutką Joanną Buraczek, która pracuje w Centrum Terapeutycznym „Sięgam PoMOC” w Gdańsku. Centrum zajmuje się wsparciem psychoterapeutycznym lub psychodietetycznym dla wszystkich, którzy się do nich zgłoszą o pomoc.

Temat spotkania brzmiał: **„Nastoletni kryzys - jak odnaleźć w nim MOC”**. Na spotkanie została zaproszona młodzież w wieku 17-18 lat z Liceum Ogólnokształcącego w Bytowie.

W pierwszej części warsztatów pani Joanna Buraczek przedstawiła się i opowiedziała swoją historię - walkę z anoreksją, a później zaczął się krótki wykład na temat: depresji, uzależnień, zaburzeń odżywiania i samobójstw wśród młodzieży.

Jednocześnie prowadząca zaproponowała młodzieży, że jeśli ktoś ma taką potrzebę może anonimowo (na kartce), zadać jej pytanie, na które będzie odpowiadać w drugiej części spotkania.

W czasie spotkania terapeutka opisywała objawy i przyczyny poszczególnych zaburzeń, oraz kładła szczególny nacisk w którym momencie należy szukać pomocy u specjalisty. Wykład w wielu miejscach był wzbogacany: przykładami z poradni, danymi statystycznymi (dobitnie obrazowały jaka jest skala różnych zaburzeń w naszym społeczeństwie) oraz krótkimi filmami edukacyjnymi.

Po krótkiej przerwie, w czasie której zebrano pytania od młodzieży, Pani Joanna przystąpiła do udzielania odpowiedzi na pytania młodych ludzi, które były bardzo konkretne i świadczyły że młodzież boryka się z wieloma problemami i to nie jednokrotnie, bardzo poważnymi.

Młodzież bardzo aktywnie uczestniczyła w całym spotkaniu, dyskutując i odpowiadając na różne pytania prowadzącej.

Refleksja jaka nasunęła się, nam Bibliotekarzom, po spotkaniu była taka, że w naszym mieście brakuje specjalistycznej poradni, do której o pomoc mogłaby się zgłosić młodzież.









## „Apteczka literacka” w Bibliotece Miejskiej w Bytowie

