БИБЛИОТЕКА И БИБЛИОТЕРАПИЯ В ПОМОЩЬ ЛЮДЯМ





Мунира Максумова,
Ведущий специалист Республиканского информационно-библиотечного центра

Библиотерапия – это наука, возникшая на стыке медицины и библиотечного дела, связана с активным вовлечением человека в чтение с целью изменения или решения его личных проблем.

Влияние искусства на больного – эстет терапия – известно с древних времен. Арабы окружали больных музыкантами, чтобы рассеять плохое настроение. Влияние искусства на здоровье человека изучал Аристотель. В частности, он обнаружил, что поэзия может снять чувство страха и страдания.

В 1272 году в Каирском госпитале Аль-Мансур чтение Корана являлось частью лечебного процесса. В XVIII в. во Франции и Англии чтение считалось одним из методов восстановления здоровья.

Пионером в сфере библиотерапевтических изысканий по праву считаются Соединённые Штаты Америки. В 1916 г. Съезд Американской ассоциации больничных библиотек обсудил «технику выполнения заказов пациентов, которым нужна помощь в понимании их проблем» и назвал ее «библиотерапией».

В 1916 г. Съезд Американской ассоциации больничных библиотек обсудил «технику выполнения заказов пациентов, которым нужна помощь в понимании их проблем» и назвал ее «библиотерапией»

В книговедческом словаре библиотерапия определяется как метод книголечения, оказывающий при помощи специально подобранной, преимущественно художественной, литературы профилактическое и психологическое воздействие на личность с повышенной мерой конфликтогенности.

Библиотерапия, как правило, достаточно эффективна при работе с любыми возрастными категориями, с больными и здоровыми людьми, желающими использовать литературу как средство личного развития и совершенствования.

Ведущую роль в обосновании методов библиотерапии сыграли труды Н. Рубакина, его библиопсихологическая теория. В своей работе «Среди книг» он писал: «Три великие силы содержатся в книге – знание, понимание, настроение».

Наиболее оптимальным определением в библиотерапии, предложенное Ю.Н. Дрешер, по ее мнению, библиотерапия – это наука, нацеленная на формирование у человека навыков и способностей противостоять неординарным ситуациям (болезням, стрессам, депрессии и т.д.), укреплять силу воли, наращивать интеллектуальный и образовательный уровень. Кроме этого, анализируя различные определения библиотерапии, Ю.Дрешер подытоживает: «В литературе встречается множество определений библиотерапии, отличающихся частностями, но единых в том, что это область деятельности на стыке медицины и библиотечного дела, связанная с активным вовлечением человека в чтение тщательно подобранной литературы с целью его излечения или решения личных проблем». Но и многие абсолютно здоровые люди в трудные минуты жизни, не задумываясь, тянутся к любимой книге.

Основываясь на библиотерапии, как науке, можно спрогнозировать, какие книги следует «прописывать» читателям и в каких стрессовых ситуациях. Одни книги могут стать как бы своеобразным универсальным лекарством, «другие помогут в состоянии усталости, одиночества, психологического дискомфорта, при отсутствии дружбы, любви, понимания, самоуважения, при ощущении «никому не нужности»; третьи полезны в ситуации апатии, отсутствия поддержки; четвертые помогут разобраться в себе, подростку – пережить критический возраст и т.д. Определенные книги целительны при неуверенности в себе, беспокойстве, заниженной самооценке. Так, например, нуждающийся в отдыхе читатель с удовольствием прочтет книги – в жанре мелодрамы, желающий понять себя прочтет рассказы классиков, стре-

мящийся к активным действиям – приключенческие книги. Целый ряд книг в социобиблиотерапии может рассматриваться как самостоятельный стрессогенный фактор и по возможности исключаться из круга чтения.

В связи с тем, что библиотека является базой читательского развития личности, местом достижения определенной информационной гармонии духовного мира личности, библиотерапия – это воздействие всем информационным пространством библиотеки как социального института. Разграничить влияние с точки зрения психологии и нравственности очень сложно. Поэтому взаимодействие психотерапии и руководства чтением детей в области библиотерапии является очень тесным и взаимопроникающим. Основное отличие работ психотерапевтов и психиатров от работ библиотековедов в том, что они ведут речь о больных людях, о больных детях. В то время как в сложный период развития общества каждый человек нуждается в библиотерапевтической помощи.

В свою очередь, библиотекарь должен иметь сведения:

- о библиотечно-информационных ресурсах и их библиотерапевтическом потенциале (необходимо самому уметь создавать подобные ресурсы – рекомендательные списки, планы чтения и т.д. с учетом библиотерапевтических ситуаций);

- о правилах взаимодействия с партнерами по библиотерапевтическим мероприятиям (социологом, психологом, врачом);

- об особенностях личности индивидуума, влияющих на его восприятие произведения (изучение этих особенностей позволяет не только правильно подобрать материал для библиотерапии, но и тактично вести диалог с человеком, ориентировать его на получение желаемого результата);

- о формах наилучшего восприятия индивидуумом произведения (печатное издание, видеофильм, аудиозапись).

Уровнем читательской культуры, как известно, определяется культура общества в целом. Рост социальной напряженности, противоречия между потребностями и возможностями читателей, кризис библиотечной системы и книжного дела оказывают влияние на читательскую культуру населения. Все это приводит к эмоциональным переживаниям людей. Маскировка эмоций, подавление чувств различными способами приводит к результату озлобленности и повышению уровня конфликтности.



Кроме того при работе с пожилыми людьми надо учитывать, что библиотерапия важна для них, особенно кто занимается самореализацией, предаваясь воспоминаниям.

Например, художественная литература, романы, небольшие рассказы и поэзия мысленно вернут человека в его юность, обострят воспоминания и воссоздадут былые радости и печали.

Спецификой обслуживания читателей в процессе библиотерапии является классификация больных по видам заболеваний. Этим определяются дополнительные услуги: индивидуальное обслуживание и работа со специальными материалами. Например, обслуживание незрячих читателей.

На сегодняшний день и у нас наиболее популярным кроме книг брайлевским шрифтом является чтение вслух. А в США уже в 1970-х годах университетские библиотеки приобрели приставки к компьютерам: брайлевские дисплеи, речевой выход; в Германии для полностью слепых студентов обеспечены усло-

Ведущую роль в обосновании методов библиотерапии сыграли труды Н. Рубакина, его библиопсихологическая теория. В своей работе «Среди книг» он писал: «Три великие силы содержатся в книге — знание, понимание, настроение»

Уровнем читательской культуры, как известно, определяется культура общества в целом. Рост социальной напряженности, противоречия между потребностями и возможностями читателей, кризис библиотечной системы и книжного дела оказывают влияние на читательскую культуру населения

ВИДЫ БИБЛИОТЕРАПИИ:

01 Целенаправленная — способствующая воспитанию силы воли, оптимизма, утверждению веры в себя

02 Нецеленаправленная — служащая для того, чтобы поднять настроение, отвлечь читателя от навязчивых мыслей о проблеме

вия работы с плоскопечатными документами с помощью прибора «Оптикон», который сканирует текст и переводит буквы в рельефные знаки.

Кроме того, этот же текст можно прослушать в записи на кассете или прочитать по системе Брайля.

В возможностях каждой библиотеки сделать что-нибудь без дополнительных расходов, например, организовать читательские столы для незрячих студентов и преподавателей, прочитать нужный текст, информировать о литературе.

Но, самое главное – нужно иметь желание помочь тем, кто нуждается в помощи и уже сейчас всеми имеющими средствами приступить к этому милосердному делу.

Специалист, занимающийся библиотерапией, должен обладать:

- интуицией;
- знаниями из основных областей своей деятельности;
- знать традиции, обычаи;
- обладать определенным авторитетом;
- уметь проводить исследования и оперировать их данными после обработки.

Сегодняшнее чтение современного юношества осуществляется в условиях информатизации общества. В этих условиях стала выявляться категория «нечитающей» молодежи. На это влияют трудности добывания книги и сложность восприятия текста. Молодежь больше стала потреблять видеопродукции, что отрицательно влияет на мышление, внимание, умение сосредоточиться, и это негативно отражается на процессе чтения. Выходит, что юношеское чтение выявило сегодня нехарактерные для юношества интересы к религиозной литературе, к литературе «бытового» содержания (огородничеству, домоводству, рукоделию), а так же экономической, исторической литературе. Но среди молодежи остается достаточно высоким престиж библиотеки как социального института. С переменами в системе образования и возникновением новых форм обслуживания в библиотеку приходят новые читатели, запросы которых значительно усложнились. Эта группа читателей рассматривает библиотеку как место получения информации, необходимой в процессе образования. Читатель ориентируется, как правило, на несколько источников информации и пользуется ими в совокупности. Однако читатель не всегда находит должное понимание. Обслуживание молодёжи оказывается не адекватным современному состоянию культуры, науки и не соответствует ожиданиям читателя. Читатели хотят получать целый ряд новых услуг – от ксерокопирования до социально-психологической консультации. Это, к сожалению, можно найти не в каждой библиотеке. Но молодёжь высоко ценит, прежде всего, доброжелательность библиотекарей и желание помочь.

Сегодняшнее чтение современного юношества осуществляется в условиях информатизации общества. В этих условиях стала выявляться категория «нечитающей» молодежи. На это влияют трудности добывания книги и сложность восприятия текста

Обслуживание молодёжи оказывается не адекватным современному состоянию культуры, науки и не соответствует ожиданиям читателя

Подростки и дети стесняются просить о помощи. Главные лекарства для младшей категории читателей – сказки, где добро, радость, справедливость, победа слабого существа над силами зла, утверждение могущества человеческого духа, бесконечно радостное удивление перед красотой мира, твердая вера в способность человека жить мудро, достойно, поступать красиво, гуманно. В сказках отражен глубокий опыт проживания эмоциональных кризисов, характерных для развивающейся личности, и предложены пути их разрешения. Психотерапевтическая значимость сказок заключается в том, что в них всегда обнаруживаются некие необычные средства, помогающие герою справиться с препятствиями, трудностями и преодолеть их. Иногда уход в сказку — это реакция ребенка на какие-то травмирующие обстоятельства (бегство от действительности), и именно в этом аспекте появляется возможность использования сказки как психотерапевтического средства.

Хорошим воздействием на психику ребенка оказывает юмористическая книга, воздействуя смехом и добротой на юного чита-

БИБЛИОТЕРАПИЯ ДОЛЖНА БЫТЬ ОРИЕНТИРОВАНА НА СЛЕДУЮЩИЕ ГРУППЫ ЦЕННОСТЕЙ:



трудолюбие, стремление к созиданию



ценности, связанные с восприятием прекрасного в природе, искусстве и т.п.



ценности, присущие межличностным отношениям, это любовь, дружба, сочувствие и т.п.



ценности, которыми человек руководствуется в ситуациях, ограничивающих его возможности

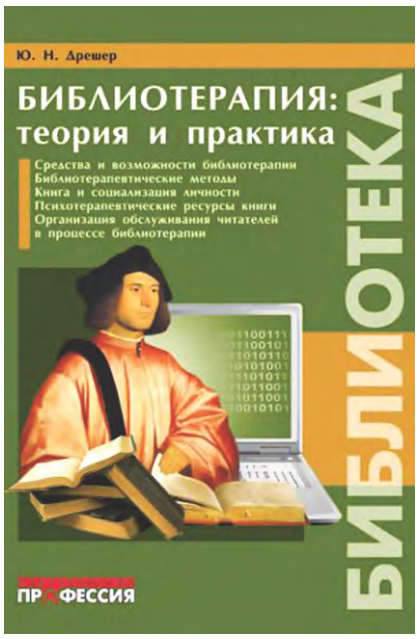
теля, поможет ему справиться со многими проблемами. Веселые приключения героев, над которыми можно посмеяться, смеясь одновременно как бы и над собой, развивают чувство юмора, а вместе с тем и интеллект ребенка. В жанровом отношении юмористическая литература представлена в чтении детей литературными сказками, поэмами, стихами, повестями, рассказами. Очевидно, что такой богатый массив юмористической литературы, которым мы обладаем, может более активно использоваться в библиотерапевтической деятельности детской библиотеки.

Отбор и составление круга чтения для детей может вестись по такому принципу:

1. Произведения, жанры, авторы, не подходящие для библиотерапии.

2. Произведения, жанры, авторы благоприятные для библиотерапевтической работы.





При подборе книг для библиотерапевтических мероприятий с детьми следует руководствоваться следующими правилами: наличие цветных иллюстраций, развивающих воображение, и персонажей животных, не имеющих пола, возраста, этнических особенностей. Иллюстрированные книги дают детям возможность понять, что их желания, чувства, действия – эта часть процесса их роста. Иллюстрации у детей рождают интерес к книге.

Выбор книг и методик должны тщательно учитываться при работе с пожилыми людьми. Смерть супруга, выход на пенсию, одиночество, свободное время создают для пожилых людей большие проблемы.

Ю. Н. Дрешер пишет, что теоретик Карл Меннингер определил, что воздействие библиотерапии на пожилых людей должно способствовать:

1. Достижению ими адекватной самооценки, которая включает высокую оценку как эмоционального состояния, так и интеллектуального уровня, и помогает преодолеть чувство разочарования;

2. Выражению проблем объективными причинами, что будет способствовать преодолению молчаливости и облегчит объективное суждение;

3. Объяснению этих проблем объективными причинами, так что его интересы могут быть направлены на что-то, кроме собственной персоны, что расширит круг его интересов и поможет понять окружающую жизнь;

4. Идентификация с персонажем или ситуаций, вследствие чего может быть достигнута эмоциональная разрядка.

Библиотерапия важна для пожилых людей, особенно для тех, кто занимается самореализацией, предаваясь воспоминаниям. В этих случаях хорошим подспорьем является художественная литература. Романы, поэзия мысленно вернут человека в его юность, обострят воспоминания и воссоздадут былые радости и печали.

Библиотекарь в силу своих профессиональных обязанностей должен быть готов к общению с любым человеком, к самым различным ситуациям общения, и здесь многое зависит от общительности самого читателя, его желания идти на контакт. А для создания положительной установки на контакт с читателем надо придерживаться определенного эмоционального настроя.

При подборе книг для библиотерапевтических мероприятий с детьми следует руководствоваться следующими правилами: наличие цветных иллюстраций, развивающих воображение, и персонажей животных, не имеющих пола, возраста, этнических особенностей

Библиотерапия важна для пожилых людей, особенно для тех, кто занимается самореализацией, предаваясь воспоминаниям. В этих случаях хорошим подспорьем является художественная литература

Мунира Махсумова, Республика ахборот-кутубхона марказининг етакчи мутахассиси

Муаллиф ўз мақоласида библиотерапия илми инсонларни шахсий муаммолари борасида ва мутолаанинг жиддий тиббий ҳолатларида руҳий таъсири ҳақида фикрлашади. Беморларни мутолаа ёрдамида эстетик даволаш қадим замонлардан буён маълум бўлган усуллардан бири эканлиги таъкидланади. Бундай ҳолат жамият тараққиётининг барча жабҳаларида ўз ҳиссасини қўшганлиги далиллар асосида келтирилади. Мақолада ёзилишича, библиотерапия, одатда, шахс ривожланишида ёки такомиллашувида воситачи сифатида адабиётлардан фойдаланмоқчи бўлган бемор ёки соғлом одамларнинг ёшидан қатъи назар самарали натижа беради. ■