

Министерство культуры Ростовской области

Ростовская областная специальная библиотека
для слепых

Методико-тифлобиблиографический сектор

**БИБЛИОТЕРАПИЯ:
ИСТОРИЯ. МЕТОДИКА. ПРАКТИКА**

Информационно-методическое пособие

Ростов-на-Дону
2011

91.9: 78
Б 59

Библиотерапия: история, методика, практика:
информац.-библиогр. пособие./ Сост. О.В.
Глазунова; Обл. спец. б-ка для слепых.- Ростов н/Д,
2011. - 28 с.- (Сер. «Арт-терапия для незрячих».
Вып.3)

Данное информационно-библиографическое пособие продолжает серию «Арт-терапия для незрячих». Третий выпуск серии посвящен библиотерапии, которая рассматриваются как одно из направлений социокультурной реабилитации инвалидов. В пособии собраны материалы по истории, методике и практике библиотерапии, которые можно применить в библиотечной работе с инвалидами.

ВНАЧАЛЕ БЫЛО СЛОВО...

ИСТОКИ И РАЗВИТИЕ БИБЛИОТЕРАПИИ

Термин библиотерапия (от греческого «библио» - книга, «терапия» - лечение) означает книголечение или лечение книгой. Слово это как научное понятие впервые было предложено в 1916 году Ассоциацией больничных библиотек США. Родоначальником библиотерапии считается шведский невропатолог Яроб Биллстрем. Принято считать, что библиотерапия возникла в 19 веке. Однако влияние чтения книг на самочувствие человека было замечено давно. В сказках 1001 ночи можно прочесть: "И затем купец взял повесть и написал ее своей рукой, с толкованиями, и пошел к царю и сказал ему: "О счастливый царь, я принес сказки и рассказы редкие и прекрасные, подобных которым никто никогда не слыхивал...". И велел писцам написать эту повесть золотом и положить ее в свою личную казну, и, всякий раз как у царя стеснялась грудь, он призывал купца Хасана и тот читал ему эту повесть" /1/. В одной из сказок «1001 ночи» придворный врач рекомендовал своему повелителю, который страдал тяжёлой

болезнью, перелистывать страницы книги, и этим методом вылечил его.

В Ригведе есть строки, в которых сказано, что для лечения сердца необходимо читать «мудрые книги».

В античные времена влиянию книг на человека придавалось большое значение. Греческие легенды, пьесы и поэмы вызывали чувства радости, жалости, страха и т.д., оказывая тем самым лечебное воздействие на человека. Древние греки ассоциировали понятие «книга» с понятием «душевное здоровье» и считали библиотеки «лекарством для души». Например, надпись над дверью библиотеки в Фивах гласила: «Место, где лечат душу». Истории известен Аристофан, рекомендовавший читать преступникам свои комедии. Со времен Платона люди сталкивались с проблемами «формирования умов» детей. Взрослые увидели в книге мощный инструмент, которым можно воздействовать на их мышление, характер, формировать поведение и позднее помочь им в решении проблем.

В средние и более поздние века книгам придавалось не меньшее значение. Авиценна -

учетный, философ, врач - в «Книге исцеления» писал «о трех средствах в руках врача», и первым из них было слово. Эразм Роттердамский лечил нарывы на лице чтением смешных книг. Английский врач Т.Сайденгем, практиковавший в XVIII в., «выписывал» своим больным популярную в то время книгу Сервантеса «Дон Кихот».

В современном мире исследования по лечению книгой возобновились. В 19 веке за рубежом начались систематические разработки и исследования по библиотерапии. Большое влияние на развитие библиотерапии как науки, оказали труды Зигмунда Фрейда, В. М. Бехтерева, психотерапевта К.И. Платонова, который проводил исследования в области физиологического и лечебного фактора слова. Значительный вклад в развитие библиотерапии внесли ученые разных стран. В настоящее время в США регулярно проводятся "круглые столы", на которых обсуждают развитие библиотерапии.

Интересный опыт библиотерапии содержится в трудах отечественных авторов: Вельвовского

И.З., Жилияевой Е.П., Кутанина М.Л., Леви В.Л., Шапошникова А.Е. и др.

По утверждению И.П. Кутанина, профессора медицинского института, одного из первых, кто поставил вопрос о применении библиотерапии, «книги могут иметь успокаивающее действие, но они могут быть и средством тонизирующим, создающим бодрость и хорошее настроение. Они могут выравнивать эмоциональное состояние, содействовать воспитанию воли, делая характер более устойчивым» [106, с 66].

На сегодняшний момент времени существует несколько определений науки библиотерапии. Некоторые из них таковы:

библиотерапия — «комплексная научная дисциплина, изучающая закономерности смыслового восприятия письменной речи и на этой основе разрабатывающая методы психологической коррекции личности при помощи лечебного чтения (или слушания) специально подобранных текстов, содержащихся в книгах или других носителях информации и знаний. Она учитывает особенности поведения людей как читателей и осуществляет свои цели на основе принципов, форм и методов

библиотечного воздействия на пользователей библиотеки" (В.С. Крейденко - доктор пед. наук, Санкт-Петербургский государственный университет) /10/.

«наука, нацеленная на формирование у человека навыков и способностей противостоять неординарным ситуациям (болезням, стрессам, депрессиям и т.д.), укреплять силу воли, повышать интеллектуальный и образовательный уровень на основе синтезирования ситуации чтения». (Ю.Н. Дрешер, директор Республиканского медицинского библиотечно-информационного центра (г.Казань), защитившая докторскую диссертацию по теме «Профессиональная подготовка библиотерапевтов в системе непрерывного образования»).

Отличаясь в частности, специалисты едины в том, что библиотерапия (лечение чтением) находится на стыке таких наук как психология, медицина и библиотековедение. В медицинском плане она является частью психотерапии, т.е. планомерного использования психического воздействия с лечебными целями. В библиотековедческом

отношении библиотерапия рассматривается как одно из направлений педагогики чтения /12/.

В основе теории библиотерапии лежат несколько аспектов.

1. Воздействие письменного слова на психофизическое состояние человека.
2. Теория чтения как вид коммуникационной деятельности, посредством которого человек получает знания для коррекции поведения, взглядов и т.д.

Воздействие письменного слова

на психофизическое состояние человека.

В рассказе "Анафема" А.И. Куприна протодьякон Олимпий, прочтя повесть Толстого "Казачьи", был настолько потрясен ею, что "... всю ночь проплакал от радости, от умиления, от нежности". А на утро во время службы, когда полагалось пропеть анафему отлученному от церкви графу Льву Николаевичу Толстому, протодьякон вновь вспомнил слова великого художника, исполненные любви к людям, простые и прекрасные, как сама жизнь. И в решительный момент вместо анафемы Олимпий грянул в полную силу своего мощного голоса

"многая лета" тому, чьи творения дают людям прекрасные минуты душевного подъема, радости и сладких слез восторга.

В этом эпизоде показано, насколько сильно печатное слово может оказать воздействие на мировоззрение человека, поменяв его взгляды и отношение к жизни

В воздействии художественного слова на человека много общего с тем влиянием, которое оказывает на людей музыка. И это не случайно.

Композитор Скрябин утверждал, что музыка жива мыслью. То же можно сказать и о литературе: ее основа - мысль, облеченная в наиболее выразительную и действенную словесную форму.

Литературным произведениям присущи своеобразный ритм и мелодика, которые мы ощущаем не только при слушании, но и при чтении текста про себя. Крупнейшие художники слова всегда заботились о музыкальной звучности своих произведений. Например, Чехов писал, что в корректуре он уже не вносит существенных исправлений в содержание и форму своих рассказов, а лишь заканчивает и исправляет их, "так сказать, с музыкальной стороны".

Таким образом, художественное слово действует на человека и смысловым содержанием, и своей ритмикой, граничащей с музыкальностью.

Суфийский мыслитель и музыкант Хазрат Инайят Хан писал: «Если человеческое тело – это лира, тогда каждое произнесенное слово и каждое услышанное им слово оказывает влияние на его тело; и не только на тело, но и на ум» (с. 275).

Особый интерес представляет собой слово на бумаге или письменная речь, ее воздействие на человека. "Письменная речь, — говорил С.С. Выготский,- есть алгебра речи, поскольку она вводит в самый высокий абстрактный план речи, перестраивая тем самым и прежде сложившуюся психологическую систему устной речи". А.Р. Лурия подчеркивал, что письменная речь является "новым и мощным орудием мышления, имеющим нередко значительно большие возможности, чем устная речь".

Устное слово или звук облекается в плотную форму в виде символа, чтобы стать книгой, которая в свою очередь, по утверждению ученых, представляет собой текст с

определенной ритмикой, волновой и энергетической структурой, оказывающий сильное воздействие на организм человека. Недаром существует восточная поговорка: «Лучше переспать на плохой кровати, чем прочесть плохую книгу».

Теория чтения как вид коммуникационной деятельности

Другой аспект, лежащий в основе теории библиотерапии – это теория чтения как вида коммуникационной деятельности, посредством которого человек получает знания для коррекции своей жизни, поведения, мотиваций и т.д.

Психологи рассматривают чтение как процесс получения знаний, в результате которого читатель извлекает из текста какое-либо зафиксированное в нем сообщение, информацию.

Чтение как сложный вид коммуникационной деятельности состоит из нескольких процессов: восприятие и осознание текста, воссоздание осмысленных элементов текста в виде живых представлений,

умственная переработка прочитанного, использование прочитанного на практике.

Человеческое воображение в процессе чтения рисует образы, ощущения, почерпнутые из книги. Таким образом, читая, человек познает. Отсюда и бытует изречение, что книга – источник знаний.

Библиотерапевтический процесс в условиях библиотеки

В свете теории библиотерапии библиотечное обслуживание рассматривается как часть библиотерапевтической практики.

В условиях библиотеки библиотерапевтический процесс имеет две формы: индивидуальную и групповую.

Индивидуальная библиотерапия направлена на развитие и коррекцию личности происходит в самом процессе чтения. Человек читает книгу, специально подобранную с терапевтической целью. Специально подобранная книга может стимулировать его развитие, отвлечь от горьких переживаний, помочь разобраться с проблемой. Например, прекрасный библиотерапевтический эффект производит чтение биографической и

автобиографической литературы выдающихся людей.

К индивидуальным формам библиотерапии относятся составление плана чтения, подбор литературы, индивидуальные беседы, которые учитывают характер проблемы читателя, его заболеваемость, уровень начитанности.

Групповая библиотерапия направлена на стимулирование ответной реакции читателя на прочитанную книгу. Коррекция и развитие личности происходят не только в процессе чтения рекомендованной литературы, но и в большей степени в ходе подготовленного диалога, обсуждения прочитанного произведения, организованного в группе.

Групповая терапия способствует:

- 1) вовлечению пациента в библиотерапевтический процесс;
- 2) выявлению проблем личности;
- 3) ослаблению или снятию чувства изолированности от окружающих;
- 4) социальной адаптации интеграции в общество;

Групповая библиотерапия дает эффект при условии тщательного подбора группы по степени

начитанности и читательским интересам. Подбираются небольшие по объему произведения, которые читаются во время группового занятия.

Формы групповой библиотерапии:

1. Литературные встречи с элементами игротерапии.
2. Библиотечные уроки.
3. Литературные викторины.
4. Театрализованные библиотечные праздники.
5. Кружки громкого чтения.
6. Литературные вечера.
7. Театр книги.

Библиотерапевтическая работа

с пользователями, имеющими инвалидность

Особую роль библиотерапия играет в библиотечном обслуживании пользователей, имеющих инвалидность, особенно людей с проблемами зрения.

Чтение для слепых и слабовидящих людей играет особую роль, ибо книга выступает одним из главных компенсаторных инструментов

познания окружающего мира, восполняя тем самым зрительное восприятие. Дополнительно чтение оказывает большое влияние на внутренний мир слепых и слабовидящих, выравнивает эмоционально-волевую сферу, обогащая читателя чувственным и эмоциональным опытом.

Основной целью библиотерапевтической работы с детьми, имеющими инвалидность и проблемы в развитии, является попытка отвлечь ребенка от физических ограничений, способствовать активизации его развития и успешной интеграции социальную среду и социальной адаптации.

Библиотерапевтический подбор книг для детей должен соответствовать определенным правилам. В частности, в книге должны быть цветные иллюстрации, развивающие воображение, персонажи-животные, не имеющие пола, возраста, этнических особенностей.

Иллюстрированные книги пробуждают интерес к книге, включают воображение, вызывает определенные реакции. Особое место в библиотерапевтике процессе занимают

иллюстрированные книги для слепых детей. Тактильные книги со специальными иллюстрациями помогают детям с проблемами зрения познавать окружающий мир, повысить эстетическое восприятие окружающего мира.

Библиотерапевтическая работа с пожилыми людьми

Один из теоретиков библиотерапии 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 (безысходности);
- 2) выражению проблем словами, 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 их интересов и поможет понять окружающую жизнь;

4) идентификации с персонажем или ситуацией, вследствие чего может быть достигнута последующая эмоциональная разрядка.

Большую роль в библиотерапевтическом процессе, направленном на людей пожилого возраста играет художественная литература, способствующая мысленному возвращению человека в годы молодости, обострению воспоминаний о прошедших годах. Переживаемый катарсис, основанный на воспоминаниях эмоционально укрепляет пожилых людей, дает им мотивацию жить дальше.

Список литературы:

1) Белоусова Г. Особенности восприятия текста / Г. Белоусова //Библиотека.– 1999.– №7.– С.35.

2) Дрешер Ю. Основы библиотерапии: теория и практика /Ю. Дрешер .- М., 2002 .- Прилож. к газ. «Шк. б-ка».- № 13 (73).

- 3) Дрешер Ю.Н. Кого и как лечит книга: современное состояние библиотерапии за рубежом// Б-ка. – 1999. – №3.– С. 68–70.
- 4) Карданова М.В.К софийной библиотерапии /М.В. Карданова // Библиотерапия: задачи и подходы. методы: Сб. /Сост. О.Л. Кабачек.- М., 2001.- С. .
- 6) Хазрат Инайят Хан. Мистицизм звука / Хазрат Инайят Хан.- М.: Сфера, 1997.- 336 с.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Бабкова, З.В. Реабилитация инвалидов при помощи книги [Текст] / З.В. Бабкова // Сила печатного слова. - Ростов н/Д, 2004. - С. 11-12.
2. Бондарева, Л.В. Читательское восприятие [Текст] /Л.В. Бондарева // Сила печатного слова. - Ростов н/Д, 2004. - С. 12-13.
3. Верховая, Ю.Л. Библиотерапия как средство личностного развития студентов [Текст] / Ю.Л. Верховая // Библиотековедение. - 2007. - N 5. - С. 71-74. О существующих подходах к проблеме использования художественной литературы в образовательном процессе вуза.

4. Дергилева, Т.Т. "Женщина в белом" исцеляет больных: Библиотерапевт-врач-пациент: новая парадигма в работе больничных библиотек [Текст] / Т.Т. Дергилева // Библиотечное дело. - 2005. - N 10. - С. 10-12. Применение библиотерапии и библиопсихологии в работе медицинских библиотек.

5. Дергилева, Татьяна. "Светя другим. гори, но не сгорай!" [Текст] / Т. Дергилева // Библиотека. - 2008. - N 8. - С. 59-61. Об опыте работы библиотеки-филиала N7 БОНМБ МУЗ "Городская больница N1" использования библиотерапии как метода лечения "синдрома выгорания" у медиков.

6. Дрешер, Ю.Н. Роль библиотекаря в сохранении здоровья: Психотерапевтическая составляющая оздоровительного процесса [Текст] / Ю.Н. Дрешер // Библиотечное дело. - 2007. - N 10. - С. 7-8. О библиотечно-терапевтической деятельности, основанной на психотерапевтическом влиянии книги на читателя.

7. Жолобов, В. "Будущее всей мировой медицины лежит на пути к достижению того, что делает Сытин" [Текст] / В. Жолобов //

Библиотечное дело. - 2007. - N 10. - С. 9. О Г.Н. Сытине - выдающемся российском ученом, основателе нового научного направления самовосстановления здоровья словом.

8. Жукова, В.И. Библиотерапия: история и современность [Текст] / В.И. Жукова // Сила печатного слова. - Ростов н/Д, 2004. - С. 5-10.

9. Зуева, А. Не волнуйся и будь счастлив! [Текст]: Сценарий лит.-муз. композиции / А. Зуева // Нов. библиотека. - 2004. - N 6. - С. 41-47. О том, как преодолеть жизненные трудности.

10. Карпова, Н. Печатное слово и для профилактики [Текст] /Н. Карпова // Библиотека. - 2007. - N 4. - С. 60.

11. Краснящих, Андрей. Библиотерапия: благая весть: Если книги калечат человеческую душу, значит, могут и лечить [Текст] / А. Краснящих // Библиотечное дело. - 2005. - N 10. - С. 2-5. О библиотерапии, ее истории, развитии и применении.

12. Кукарев, Н.С. Использование символов волшебной сказки в работе по самопостижению личности [Текст] / Н.С. Кукарев // Библиотерапия: история, теория, методики: Сб. ст. - М., 2001. - С. 57-59.

13. Купрейкина, Юлия Васильевна. Психокоррекционное чтение: эффективность форм и методов [Текст] Ю.В. Купрейкина // Библиотековедение. - 2007. - N 6. - С. 69-73. О методах и формах работы с читателями в процессе психокоррекционного чтения.
14. Кучинская, И. "Обращаемся ко всем, чтобы услышать каждого" [Текст] / И. Кучинская // Библиотека. - 2007. - N 12. - С. 58-59. О работе Библиопсихологического центра "Родничок", работающих с детьми посредством библиотерапии.
15. Маяцкая, Т.Н. Лечебное воздействие [Текст] / Т. Н. Маяцкая // Сила печатного слова. - Ростов н/Д, 2004. - С. 15-17.
16. Михайлов, А.М. Сказкотерапия и игровые методы развития творческой личности [Текст] А.М. Михайлов // Библиотерапия: история, теория, методики: Сб. ст. - М., 2001. - С. 54-57.
17. Назаркин, Н.Н. Романтическая фантастика как средство вспомогательной анестезии [Текст]/ Н.Н. Назаркин // Библиотерапия: история, теория, методики: Сб. ст. - М., 2001. - С. 60-65.
18. Нефедова, А.П. Духовное завещание [Текст] / А.П. Нефедова // Сила печатного

слова. - Ростов н/Д, 2004. - С. 12. О благотворном влиянии книг на здоровье человека.

19. Пузей, С.В. Искусство общения [Текст] / С. В. Пузей // Сила печатного слова. - Ростов н/Д, 2004. - С. 19-24.

20. Рыбалова, Валентина. Ты в этом мире не один: нов. проект адаптации воспитанников колонии к жизни на свободе [Текст] / В. Рыбалова // Библиотека. - 2010. - N 7. - С. 42-44. О библиотерапевтической деятельности Межпоселенческой ЦБ Валуйского района.

21. Седова, Светлана. "Трудный" - не значит "безнадежный" [Текст] / С. Седова // Библиотека. - 2009. - N 12. - С. 23-28: библиогр. О рекреационной роли библиотек и опыте библиотерапевтической работы с детьми.

22. Соколова, Е.И. Библиотерапия чистой воды [Текст] / Е. И. Соколова // Сила печатного слова. - Ростов н/Д, 2004. - С. 18-19.

23. Сурнина, Л.И. Библиотерапия как социокультурное реабилитационное средство [Текст] / Л. И. Сурнина // Сила печатного слова. - Ростов н/Д, 2004. - С. 13-15.

24. Тихомирова, Ирина. Книга-возбудитель переживаний : Концепция Н.А. Рубакина (1862-

1946) [Текст] / И. Тихомирова // Библиотечное дело. - 2008. - N 13. - С. 19-23. О библиопсихологической теории Рубакина.

25. Филонов, М. Приключения Красной Шапочки [Текст] : [о сюжетных изменениях, которые претерпела сказка "Красная Шапочка" с XV века] / М. Филонов // Берегиня дома твоего. - 2006. - N 4. - С. 26-27. : ил.

26. Шипилова, Ирина. Далеко не круглые сироты [Текст] / И. Шипилова // Библиотека. - 2008. - N 2. - С. 39-40. О применении библиотерапии в работе с детьми - воспитанниками детских домов.

27. Якумов, Э. Вас вылечит Пеппи Длинный чулок [Текст] / Э. Якумов // Библиотека. - 2007. - N 12. - С. 60-63. О программе чтения "Вместе играем - вместе читаем" для детей с ограниченными возможностями, проведенной в Хасавюрте.

СОДЕРЖАНИЕ

Вначале было Слово. Истоки и развитие библиотерапии.....	3
Воздействие письменного слова на психофизическое состояние человека.....	8
Теория чтения как вид коммуникационной деятельности.....	9
Библиотерапевтический процесс в условиях библиотеки.....	11
Библиотерапевтическая работа с пользователями, имеющими инвалидность....	14
Библиотерапевтическая работа с пожилыми людьми.....	16
Библиография.....	18