

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

---

ОБЛАСТНАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ БИБЛИОТЕКА ДЛЯ СЛЕПЫХ

---

***СИЛА  
ПЕЧАТНОГО  
СЛОВА***

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ  
ПО БИБЛИОТЕРАПИИ

РОСТОВ-НА-ДОНУ  
2004

## СОДЕРЖАНИЕ:

Введение .....	4
Библиотерапия: история и современность .....	5
Реабилитация инвалидов при помощи книги .....	10
Духовное завещание.....	11
Читательское восприятие.....	11
Библиотерапия как социокультурное реабилитационное средство .....	12
Лечебное воздействие .....	14
Библиотерапия чистой воды.....	17
Искусство общения.....	18

## ВВЕДЕНИЕ

...Наша страна переживает сейчас длительный, очень сложный и полный различных противоречий переход на новую стадию развития. Сопровождается этот переход радикальными изменениями во всех сферах социальной жизни.

И не секрет, что далеко не всегда изменения эти несут человеку благо; постоянно сопровождают нашу жизнь и негативные моменты. Особенно тревожит общество тенденция к ухудшению физического и психического здоровья.

В связи с этим особое значение приобретает рост так называемой социокультурной сферы.

Эта сфера способствует саморазвитию и самореализации личности, сохранению и укреплению творческого потенциала, а также появлению новых видов терапевтической деятельности.

Вот об одном из таких видов – библиотерапии – и рассказывает представленный сборник.

Что же означает это понятие – **БИБЛИОТЕРАПИЯ?**

Обычно так называют направление, преследующее две цели:

- **изучение особенностей читательского восприятия действительности во время болезни;**
- **разработка способов психологической коррекции при помощи специально подобранной литературы.**

Областная специальная библиотека для слепых города Ростова-на-Дону относится к сети учреждений, работающих с инвалидами. В работе с незрячими читателями у нас давно сложились добрые традиции; накоплен немалый опыт в создании тёплых, доверительных отношений и неформального подхода к процессу обслуживания. Всё это является самым прочным фундаментом социокультурной реабилитации для людей с ограниченными возможностями.

Данный сборник является методическим пособием по библиотерапии, составленным на базе опыта работы библиотеки.

В первой части сборника предоставлены сведения по истории направления.

Во второй – дана информация об имеющем многолетнее подтверждение опыте работы с книгой наших сотрудников.

Завершают пособие советы специалиста-реабилитолога.

Мы приглашаем ознакомиться с этим сборником библиотекарей, только приступающих к подобной сфере деятельности, а также работников, повышающих свою квалификацию.

Опыт специального обслуживания может быть использован и при работе с инвалидами других категорий.

Надеемся, что наше пособие внесёт свой небольшой позитивный вклад в дальнейшее развитие дружеских отношений библиотекаря и читателя-инвалида.

\*\*\*

В. И. Жукова,  
зав. отделом обслуживания,  
г. Ростов-на-Дону

## БИБЛИОТЕРАПИЯ:

### ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ

В дореволюционной России понятие "библиотекарь" относилось не к должности (штатной единице), как ныне, а к званию – как профессор и академик.

Выдающийся испанский мыслитель Хосе Ортега-и-Гассет называл такого библиотекаря "врачом – гигиенистом чтения".

Библиотерапия (лечение чтением) привлекает всё большее внимание библиотечных работников, стремящихся максимально использовать лечебные возможности книги.

В последнее время мы чаще слышим о необходимости расширения библиотерапии, о важности её разнообразного использования. В связи с этим представляется целесообразным проследить историю данного направления, его применение в наши дни и дальнейшие перспективы.

Родоначальником собственно библиотерапии традиционно считается шведский невропатолог Яроб Билстрём.

Впервые "техника выполнения заказа пациентов, которым нужна помощь в понимании их проблем" была одобрена на съезде Ассоциации больничных библиотек в 1916 году в США и получила название "библиотерапия".

Сфера применения таких заказов вначале ограничивалась больницами и являлась дополнением к библиотечным услугам, предоставляемым ветеранам I мировой войны.

К 1940 году использование такого направления уже определялось целым рядом параметров.

Резкий поворот в сторону так называемой "художественной библиотерапии" произошёл в Америке в годы II мировой войны, а в Европе – по её окончании.

Началась активная пропаганда и внедрение в практику лучших образцов классической и современной художественной литературы.

В 1946 году библиотерапию стали применять для лечения детей.

Нет, пожалуй, ни одного человека, который не использовал бы подобные навыки в бытовом варианте, интуитивно прибегая к чтению с целью отвлечения от тревожных мыслей, беспокойства, поднятия настроения.

При отсутствии такого самолечения феномен библиотерапии вряд ли мог существовать.

Влияние чтения книг на самочувствие больного было замечено давно.

Исследователи считают, что библиотерапия зародилась и находилась продолжительное время под влиянием религии. Действительно, верующие люди и сейчас ищут успокоение и надежду в Евангелии и библейских и коранических текстах. Именно церкви мы обязаны возникновением первых больничных библиотек, в которых использовались подобные методы. С течением времени в процесс такой работы были включены и другие библиотеки: публичные и тюремные.

В 20-30-е годы XX века элементы библиотерапии прослеживаются в библиотечном обслуживании санаториев и домов отдыха. Так, в журнале "Курортное дело" сообщалось, что "чтение книг ни только не мешает отдыху и лечению, но, наоборот, вносит разнообразие и смену впечатлений в быт больного, поглощает неиспользованную энергию. Преобладал спрос на юмористические книги и легкую беллетристику.

Читателей интересовали так же книги на социальные темы, мемуары, новые журналы. Слышались такие фразы: "Книги отвлекают нас от мрачных мыслей и успокаивают". Одна из читательниц, возвращая книгу, заметила: "Эта книга действует как валерьянка".

С библиотерапевтическим моментом в чтении книг культпросветработники вплотную столкнулись в годы Великой Отечественной войны при обслуживании раненых в госпиталях. И при выдаче книг, и во время громких чток надо было ни в коем случае(!) не забывать о том, что всякое неосторожное выражение или неудачно рекомендованное произведение могут вызвать откровенно негативный эффект.

Бодрая же книга, наоборот, способна укрепить волю к жизни!

В литературных источниках, относящихся к тому времени, содержится немало примеров благотворного воздействия книги на израненную психику. Так, прочитав *"Повесть о настоящем человеке"* Бориса Полевого, читатель-инвалид начал учиться ходить.

Одним из первых конкретно поставил вопрос о применении библиотерапии профессор Саратовского медицинского института М. П. Кутанин. Он отмечал, что *"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"*.

Кутанин предлагал также не забывать о том, что чтение может быть не только позитивным. Оно ведь способно вносить разлад в психику! И предостерегал от предложения больным книг, требующих особого умственного напряжения; произведений с мрачным пессимистическим содержанием или книг, насыщенных сексуальной тематикой.

Библиотерапия ставит своей целью изучение особенностей читательского восприятия во время болезни и разработку методов психологической коррекции при помощи специально подобранной литературы.

Обычно это литература художественная, хотя, в принципе, можно использовать широкий круг материалов – от газет до учебной и научной литературы.

Любой библиотекарь, применяя библиотерапевтические методы, должен исходить из интересов больного, из его желания читать те или иные книги. Педагогика чтения при этом проявляется не в навязывании или ограничении выбора литературы, а в тактичной, практически неощутимой для больного рекомендации, способствующей его выздоровлению.

Усиливается интерес к проблемам библиотерапии со стороны работников публичных, детских и юношеских библиотек. Очевидно, это обусловлено многими обстоятельствами.

И, зачастую, тем крайне печальным фактом, что среди населения всё больше становится людей, находящихся в состоянии депрессии, стресса и, как следствие, нуждающихся в лечебной профилактике. А ещё тем, что в библиотерапии сегодня видят нечто свежее, дающее возможность оптимизировать процесс общения человека с книгой.

Библиотерапия требует объединения усилий лечащего врача, реабилитолога и библиотекаря. Однако совершенно справедливо утверждается, что искусство библиотерапии, с другой стороны, может применяться любым человеком, обладающим знанием людей, книг и просто отзывчивостью. Это может быть библиотекарь, учитель, работник социального обеспечения – любой, кто обладает этими качествами. И соответствует другому требованию: способности предложить необходимую книгу тактично и не слишком навязчиво.

Перспектива развития библиотерапии состоит в том, что она позволяет положительно влиять на человека через книгу.

Возникает законный вопрос: по отношению к каким категориям читателей целесообразно использовать книгу в терапевтических целях?

Практически, библиотерапевтическими услугами могут пользоваться все категории читателей, одни постоянно, другие – от случая к случаю, третьи – в различных конкретных ситуациях.

Постоянно, например, может обращаться к книге здоровый человек, знакомясь с литературой по гигиене; или человек, которого можно отнести к одной из групп лиц с физическими, речевыми, зрительными или двигательными нарушениями.

Однако, в любом случае библиотерапевт должен хорошо знать каждого, с кем собирается проводить библиотерапевтические процедуры.

Главным инструментом воздействия на человека в библиотерапии являются различные тексты. Стратегия и тактика библиотерапии напрямую связана с отбором, анализом и подготовкой текстов, к использованию их в лечебных целях.

Используют, в основном, две группы текстов.

**I.** Тексты обычные, так сказать, созданные *"для общего пользования"* – любые литературные жанры: романы, эпические и драматические произведения, рассказы, поэзия больших и малых, форм, детская и юмористическая литература. В библиотерапевтической практике широко используются также (и не без успеха!) мифы, притчи, сказки, афоризмы, остроты, анекдоты и др.

Наряду с художественной ценностью все они зарекомендовали себя (при правильном отборе и целенаправленном использовании) как важное средство не только народной педагогики, но и терапии. Широко используются различные научно-популярные произведения, мемуары, биографический и автобиографический жанры и т.п. Иными словами – здесь ограничений нет.

Особенно многообразно и многовариантно используются в подобных целях художественные произведения различных авторов.

Приведем только один классический пример: произведение – *"ветеран"* библиотерапии – арабские сказки *"Книга тысячи и одной ночи"*.

Без малого три столетия прошло, как Европа впервые познакомилась с этими сказками, но интерес к ним не угасает и поныне.

Так вот, сборник этот, в связи с нашей темой, имеет двоякий смысл. Во-первых, здесь великолепно показан *"библиотерапевт-практик"*, при помощи сказок исцеляющий *"психического больного"* – всемогущего падишаха. Да, это Шехерезада. А во-вторых, и сегодня эта книга продолжает творить чудеса – врачует читателей многих стран и народов. И, воспринимая рассказы, читатели извлекают из них уроки и включают полученные уроки в свой опыт. Пополняют внутренний мир, учатся оптимизму и умению делать добро.

А добро – это и есть главное условие своего и чужого здоровья.

Большой терапевтический потенциал содержит библейские и коранические тексты.

Такой же настрой, надо полагать, несут и канонические тексты других религий – буддийской, иудейской...

Одно и то же произведение может рекомендоваться конкретным читателям по разным поводам.

Рекомендация сопровождается расстановкой индивидуальных акцентов на специально отобранных примерах с соответствующими разъяснениями.

В дальнейшем, в случае необходимости, прочитанное обсуждается с остановками на определённых местах текста, значимых для здоровья читателя.

Тексты этой первой группы воспринимаются читателями спокойно. Они не видят в них *"медицинского подвоха"*, подтасовки нужных врачу или библиотекарю фактов. Возникает прямой и искренний диалог с писателями (библиотекарь остается как бы в стороне).

Широко распространена практика составления библиотерапевтами так называемых *"лечебных"* списков книг. Библиотекари рекомендуют эти списки читателям в зависимости от тех или иных ситуаций, в которых оказались последние.

Вот четыре апробированных в библиотеке списка, которые, естественно, можно корректировать и индивидуализировать по отношению к каждому конкретному читателю.

## **1. Литература о людях, преодолевших физические недуги; о милосердии.**

Н. Амосов *"Книга о счастье и несчастьях"*,  
Р. Киплинг *"Свет погас"*,  
А. Маршалл *"Я умею прыгать через лужи"*,  
Л. Микулина *"Мать Мария"*,  
О. Генри *"Последний лист"*,  
Э.-М. Ремарк *"Ночь в Лиссабоне"*,  
И. Стоун *"Жажда жизни"*.

## **2. Литература оптимистической направленности, позволяющая отвлечь от мрачных мыслей, связанных с потерей близких:**

Ж. Амаду *"Донна Флор и два её мужа"*,  
Ш. Бронте *"Джейн Эйр"*,  
Ф. Искандер *"Сандро из Чегема"*,  
С. Моэм *"Время страстей человеческих"*,  
Р. Роллан *"Кола Брюньон"*, *"Очарованная душа"*.

## **3. Литература, помогающая преодолеть моральные неурядицы, тяжелые воспоминания о прошлом (в этих целях успешно используются многие мемуары писателей, артистов, музыкантов, художников):**

Н. Берберова *"Железная женщина"*,  
Ш. Бронте *"Агнесс Грей"*,  
Ч. Диккенс *"Рождественские рассказы"*,  
Б. Зайцев *"Голубая звезда"*,  
И. Одоевцева *"На берегах Невы"*,  
И. Шмелев *"Лето Господне"*.

## **4. Литература, отвлекающая от сложных бытовых и производственных проблем (для этой цели могут использоваться и многие приключенческие произведения, а также фантастика):**

Н. Адамян *"Избранное"*,  
Я. Гашек *"Похождения бравого солдата Швейка"*,  
И. Гофф *"Советы ближних"*,  
Л. Уварова *"От мира сего"*.

**II.** Тексты, специально созданные для терапевтических целей. К таким текстам относятся молитвы, заговоры (обереги, присушки, отсушки, лечебные и др.) Истоки этих текстов лежат в глубокой древности и строятся на вере наших предков в магическую силу слова. Подобные тексты продолжают создаваться и сегодня; к услугам их создателей – сегодняшняя чудо-техника.

В этой связи интересны настроения врача Г. Н. Сытина – *"современные научные заговоры"*.

Как утверждает Сытин, психолингвистические исследования его настроев показали, что *"их построение отличается от всех до сих пор известных молитв, заговоров, текстов"*, используемых в психотерапии. В настроениях используются речевые элементы, осуществляющие включение в работу воли, положительных эмоций. Учитывается так же влияние представлений, которые вызывают эти тексты. Подобные речевые элементы активизируют и стимулируют усвоение настроев.

Кроме того, настроения содержат наиболее эффективные словесные формулы управления психическими и физиологическими процессами.

Эти формулы выверены в результате многолетних исследований с помощью специального

подбора слов, способного оказывать максимальное исцеляющее воздействие. Г. Н. Сытин разработал более 40 тысяч словесных настроев, охватывающих все системы человеческого организма.

Важным библиотерапевтическим направлением является рекомендация и распространение книг о значении самой книги, о её культурной и эстетической ценности; работ о пользе чтения.

Ведётся разнообразная деятельность по обучению пользователей библиотеки умениям и навыкам рационального чтения. А в библиотеках для слепых, например, ведётся интенсивное обучение чтению брайлевской литературы и пользованию специальными аппаратами для чтения.

Всё, указанное выше, в работе библиотекарей должно помогать формированию стойкого интереса к процессу чтения как таковому. И особенно это относится к людям с различными ограничениями жизнедеятельности – незрячим, в частности. Необходимо это потому, что часто в результате болезни у человека суживается сфера социальных контактов; исчезает возможность получения внешних впечатлений; меняется жизненный стереотип.

И чаще всего именно в этой ситуации возрастает роль книги. Она – замещающий фактор в жизни инвалида по зрению. И, в конечном результате, чтение становится в значительной степени решающим, наиболее значимым шагом, заменяющим в какой-то степени нарушенные социальные контакты.

Некоторые врачи справедливо считают, что благодаря книге можно пробудить подавленную волю к выздоровлению. *"Сделать её доступной двум главным условиям для достижения цели – действиям врача и эффективности ухода за больным"*.

Практика показывает, что среди хронических больных с тяжёлым течением заболевания очень много таких, в чьей жизни книга играет главную роль.

Восстановление или формирование чувства прекрасного и постоянной тяги к чтению является необходимым условием полноценного существования, одним из средств избавления больного от чувства одиночества.

Психологи отмечают, что очень часто человек боится одиночества просто потому, что не умеет насладиться ни мыслью, ни книгой, ни природой, ни искусством; не понимает, что всё это – тоже средство преодоления одиночества!

Интересный опыт библиотерапии накоплен в Центральной школе восстановления трудоспособности слепых ВОС города Волоколамска. По мнению психолога школы Т. С. Шалыгиной, можно выделить три группы людей, нуждающихся в библиотерапии (Шалыгина рекомендует библиотекарю вместе с реабилитологом подбирать им соответствующие книги):

- После потери зрения ярко выражена стресс-реакция. Незрячий ещё не отчаялся окончательно вернуть зрение, но уже задумывается над неизбежностью слепоты и ее последствий. В этом случае лучше рекомендовать развлекательную литературу – юмор, высокохудожественные детективы, приключенческие произведения.

- Человек находится в состоянии депрессии и не хочет слышать об обществе слепых. Целесообразно рекомендовать литературу о людях сильной воли, трудной судьбы.

- Тем, кто внутренне готов продолжать активную жизнь без зрения, уместно предложить прочитать о членах ВОС, их труде, досуге, о незрячих деятелях литературы, искусства и науки.

Библиотерапевтическое чтение от чтения вообще отличается своей направленностью на нормализацию имеющихся отклонений в психических процессах, состояниях и свойствах личности.

Корректирующее воздействие чтения проявляется в том, что те или иные здоровые восприятия и мысли, усвоенные с помощью книги, а так же связанные с ними чувства, влечения и желания вытесняют мысли и чувства болезненные. Или же направляют их по новому руслу к новым целям.

Преимущества библиотерапии составляют разнообразие и богатство средств воздействия; сила впечатления; интимность и доступность чтения.

Такая задача обусловила разработку и применение разнообразных способов психологического воздействия на сознание человека в процессе ненавязчивого руководства его чтением.

В связи с предъявляемыми к ним требованиями, библиотекари на практике отрабатывают библиопсихологические методы воздействия на читателя. Применяется анкетирование, опрос, анализ читательских формуляров, тестирование, метод самонаблюдения.

Составление рекомендательных списков и тематических и предметных каталогов; проведение громких читок; читательские конференции, вечера, конкурсы осуществляются всегда с учётом социальных, возрастных, индивидуально-типологических особенностей читателей.

Поставленная таким образом психологическая задача охватывает область теоретического и практического знания и определяет систему библиотерапевтической деятельности (цели, принципы, содержание, методы, формы, средства и закономерности её развития).

\*\*\*

*З. В. Бабкова.,  
библиотекарь отдела  
внестационарного обслуживания,  
г. Таганрог*

## **РЕАБИЛИТАЦИЯ ИНВАЛИДОВ ПРИ ПОМОЩИ КНИГИ**

Нашим незрячим читателям более чем кому-либо необходимы доброжелательность и внимание. Читатели-инвалиды ищут и ценят общение.

А живут они в своём собственном мире – мире звуков.

Для них голос значит гораздо больше, чем для обычных людей. В его окраске, в тонах возникает образ говорящего, и мысленно они видят человека, с которым разговаривают.

Все мы, кто работает с незрячими, на себе убедились: если у нас плохое настроение, то наши читатели это замечают сразу и тут же задают вопрос: *"Что-то у Вас случилось или Вас кто-то обидел?"* Подобные вопросы библиотекари слышат, практически каждый день. Хотя это, конечно, не означает, что у нас постоянно скверное настроение.

Почему мы так подолгу беседуем с нашими читателями? Ведём разговоры на любые темы – это и производство, и бытовые вопросы, и воспитание детей, и новая книга, и необычная телепередача.

Да потому, что этими разговорами мы пополняем и восполняем их знания! А также компенсируем то, что они не видят своими глазами.

Читатели-инвалиды, потерявшие зрение в детстве, уже приспособились к трудностям жизни.

А вот потеря зрения у человека в зрелом возрасте приводит к определенной перестройке не только поведения, но и психики человека.

Наша читательница Ф. потеряла зрение уже достаточно взрослой.

Её приспособление к новой тяжёлой жизни сопровождалось тревогой, страхом, угнетённостью. И хотя она выросла в семье инвалидов, и, вообще-то, вниманием со стороны родных и друзей обделена не была, её начали посещать тёмные мысли. Ф. даже хотела покончить жизнь самоубийством. В таком состоянии ей было трудно думать, двигаться, разговаривать. Она не хотела ни с кем общаться, и тогда родные привели её в библиотеку.

Я помню, что первой книгой, которую я ей порекомендовала, была повесть Виктора Титова *"Всем смертям назло"*. Затем она прочитала документальную повесть И. Триус *"Жить стоит"* и *"Роман, написанный иглой"* В. Гафурова.

Вначале она с удовольствием читала только развлекательную литературу – детективы и женские романы.

А если мы полистаем её читательский формуляр сегодня, то увидим, что она интересуется всеми отраслями знаний – это журналы *"Диалог"*, *"Хочу все знать"*, *"Психология и жизнь"* и книги из серии *"Жизнь замечательных людей"*.

И произошёл позитивный сдвиг в сознании. Постепенно, шаг за шагом она возвращалась к жизни. Увлёклась спортивным плаванием и даже стала занимать в соревнованиях призовые места!

В настоящее время Ф. живёт одна, всю домашнюю работу делает самостоятельно, посещает проводимые территориальной первичной организацией мероприятия, принимает участие в городских спортивных состязаниях.

Случалось нам выводить из депрессии и других читателей, и на помощь приходили другие книги.

Например, у читательницы К. муж – законченный алкоголик. Со всеми вытекающими из данной ситуации последствиями. И уже не первый год она находит для себя утешение в поэтических строках, отпечатанных РТШ.

Вот только два примера, но и их достаточно, чтобы с уверенностью сказать: одним из способов "лечения" наших незрячих читателей является библиотерапия.

\*\*\*

*А. П. Нефёдова,  
библиотекарь отдела  
внестационарного обслуживания,  
г. Азов*

### **ДУХОВНОЕ ЗАВЕЩАНИЕ**

*"Книга – это духовное завещание одного поколения другому", - утверждал Александр Иванович Герцен.*

Книга оказывает магическое действие на моральное состояние человека. Она освобождает от душевного напряжения, снимает риск заболевания атеросклерозом, снимает состояние депрессии. Задача библиотеки – помочь людям, попавшим в беду, адаптироваться в обществе, преодолеть трудности.

Читатель В. потерял полностью зрение в 57 лет. До болезни работал директором строительной организации. И обрушившаяся слепота оказалась для него сильнейшим потрясением. Он практически разучился ориентироваться и решил, что жизнь для него закончилась.

...Наши телефонные беседы измерялись часами. По ходатайству библиотеки ему выдали магнитофон. И первая же предложенная книга Д. Стил "Зоя" произвела довольно сильное впечатление.

В. с большим трудом приходил в себя, но чтение книг действовало успокаивающе.

Сейчас – это активный читатель; он систематически и с удовольствием посещает уголок отдыха, принимает участие в наших массовых мероприятиях.

И таких терапевтических эффектов влияния книги на человека в работе библиотекарей очень много. Думаю, что каждый сможет привести массу примеров.

\*\*\*

*Л. В. Бондарева,  
библиотекарь отдела  
внестационарного обслуживания,  
г. Батайск*

### **ЧИТАТЕЛЬСКОЕ ВОСПРИЯТИЕ**

В нашем сознании книги – это, прежде всего, хранилище знаний, передающих духовные традиции, культуру и искусство от поколения к поколению, соединяющих людей разных времён и народов посредством слова.

В официальной науке нет точно сформулированного определения библиотерапии, однако все отечественные и зарубежные учёные едины во мнении, что библиотерапия занимается изучением особенностей читательского восприятия во время болезни.

А наша категория читателей особенная. Ведь они живут в мире звуков. Каждый шорох они воспринимают по-своему. При чтении *"говорящих"* книг у них появляются любимые дикторы.

Помимо потери зрения они, как и все остальные, могут заболеть и любой другой болезнью, и порой очень серьезно.

Наш читатель П., 1942 года рождения, инвалид I группы с детства. Добрый и жизнерадостный человек. Всегда с большим удовольствием приходил в нашу библиотеку. И вот у этого человека медики обнаружили опухоль.

Он перенёс две сложнейшие операции на горле, но читать не переставал и в больнице! Заказывал литературу совершенно различных жанров – историческую, детскую, о животных... После операции прошло три года; П. пришлось привыкнуть к жизни с искусственным аппаратом в гортани. Но самое главное – он по-прежнему является активным читателем библиотеки.

Другая наша читательница Р. I группа инвалидности, 1955 года рождения. Ослепла недавно. Предстояла операция, которая какого-либо улучшения ей не гарантировала. Начался сильный психологический стресс, вплоть до того, что Р. не выходила из квартиры. Её знакомая, тоже инвалид, получив магнитофон, пришла записываться в библиотеку.

Записалась, взяла литературу для себя и попросила, объяснив ситуацию, дать книгу своей подруге. Добровольно взяла на себя на целый год обязанность книгоноши.

В 2003 году Р. сама пришла в библиотеку и уже выбрала литературу по своему вкусу – русских писателей: *"Неточку Незванову"* Фёдора Достоевского и *"Семейную хронику"* Сергея Аксакова. Оказалось, что она любит русскую классику. И теперь жизнь свою без книг уже и не представляет.

Ещё один пример. Н. – инвалид I группы, 1940 года рождения. Энергичная женщина, бывшая спортсменка, участница всех мероприятий, проводимых на предприятии,

И вот в семье неутешное горе – умерла внучка. Н. находилась в стрессовом состоянии. И в какой-то мере помогли справиться с этим несчастьем книги. Она читала свою любимую Александру Маринину, женские романы. А я со своей стороны посоветовала ознакомиться с *"Книгой о счастье и несчастьях"* Ивана Амосова. Читательница её взяла с неохотой, но держала у себя довольно долго. А возвратив, горячо поблагодарила и поведала, что *"Книгу..." с удовольствием читали и другие родственники"*.

Исходя из всего вышеописанного, можно с уверенностью утверждать: без библиотерапии в нашем деле обслуживания не обойтись.

\*\*\*

*Л. И. Сурнина,  
библиотекарь отдела  
внестационарного обслуживания,  
г. Ростов-на-Дону*

## **БИБЛИОТЕРАПИЯ КАК СОЦИОКУЛЬТУРНОЕ РЕАБИЛИТАЦИОННОЕ СРЕДСТВО**

Очень часто, ещё в школьные годы, я слышала от своей учительницы по литературе: *"Литература – это учебник жизни"*.

Эту мысль трудно оспорить.

Мне, во всяком случае, кажется, что ни одна наука так умело, так тонко и ненавязчиво не помогает на жизненном пути, как литература.

Читая книгу, мы погружаемся в мир литературных героев. Живём их жизнью. Преодолевая их трудности, незаметно решаем и свои проблемы и находим выход из какой-либо, иногда кажущейся безвыходной, ситуации.

Библиотерапия – это реабилитационный комплекс, методика различных форм, средств и ситуаций, направленных на оздоровление пациента.

Она помогает решить проблему информационного голода и недостатка общения.

Мне думается, что уникальность реабилитационного воздействия библиотерапии на инвалида, ставит данное направление социокультурной деятельности в разряд наиболее эффективных.

Библиотерапия, являясь комплексным средством реабилитации, может выполнять функции социализации, развития, адаптации и воспитания.

Одним из главных достоинств библиотерапии является коррекция поведения и развитие межличностных отношений (отношение инвалида к себе и другим, улучшение психологического самочувствия, критерии самооценки).

Любой человек, расширяя посредством книги свой кругозор, становится интересным и уважаемым собеседником. А инвалид по зрению, стараясь овладеть наравне со зрячими определёнными знаниями в той или иной области, таким образом самоутверждается, растёт его самооценка.

Методика организации реабилитационной библиотерапии не очень сложна. Главное – зажечь; поселить интерес и этот интерес поддерживать; чувствовать проблему и понимать её; чётко знать то, чем и как ты можешь помочь.

Когда общаешься с читателем, то, естественно, становятся ближе и яснее его переживания, его внутренний мир. И библиотекарь, зачастую, выступает в роли духовника. Мы проводим небольшие индивидуальные беседы – иногда хочется, чтобы тебя просто выслушали.

Ещё, конечно, большую часть времени библиотекарь тратит на постоянную работу с литературой: необходимо досконально знать то, с чем ты работаешь, ясно представлять себе, может ли данная книга в данной конкретной ситуации человека поддержать, а какую книгу пока предлагать не стоит ...

Хотелось бы ещё сказать об отвлекающем моменте. Поговорить, переключить внимание, увести от проблемы, успокоить. Всё это для того, чтобы потом – успокоившись – к проблеме вернуться и спокойно её решить.

Нередко бывает, что читатель отказывается: *"Нет-нет! Мне это не надо! Неинтересно!"* Но, завязываешь небольшой разговор, заинтересовываешь; проходит время, и у читателя появляется желание узнать ещё что-то из того, что раньше так рьяно отвергалось.

В работе по библиотерапии я часто использую примеры из жизни знаменитостей. Хорошую помощь оказывают в этом журналы *"Домашний очаг"*, *"Крестьянка"*, *"Работница"*. Небольшие статьи использую для индивидуального прочтения и последующего обсуждения.

Немаловажную роль в библиотерапии играет творчество.

Всегда желательно зародить желание сделать что-то самостоятельно, будь то всего лишь рукодельное или кулинарное произведение. И как результат – порадовать своих родных и близких.

Хорошо помогает в библиотерапии сказка. Общение с любимыми сказочными персонажами всегда действует успокаивающе.

В заключение хочу отметить: библиотерапия нужна, но – грамотная и умелая. А, когда, случается, нам не хватает знаний, на помощь приходит интуиция.

Желанию инвалида стремиться к самосовершенствованию, уметь ориентироваться в сложных ситуациях помогают различные беседы, и часто эти беседы о книгах.

Ну, а главное, инвалиду, да и любому здоровому человеку необходимо чувствовать себя нужным, причём именно здесь и сейчас. Мы, библиотекари знаем: никогда не надо акцентироваться на том, что ты инвалид! Ты такой, как все, во всяком случае, ты можешь как быть таким как все, и даже лучше некоторых!

...Как-то я проводила весёлую библиотерапевтическую игру *"Угадай голос чтеца"*. Оказывается, даже голос лечит! По фамилии чтеца *"говорящей"* книги читатели определяли, будет эта книга интересна или нет. Успех был небывалый! Но это уже совсем другая история...

\*\*\*

Т. Н. Маяцкая,  
библиотекарь отдела  
внестационарного обслуживания,  
г. Новошахтинск

## ЛЕЧЕБНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ

Библиотерапия – лечебное воздействие на психику больного человека при помощи чтения книг. Практическое здоровье является важной составляющей общего здоровья человечества. От его состояния во многом зависит счастье и долголетие каждого отдельного человека.

Любое нарушение психического здоровья связано, с одной стороны, с врождёнными особенностями психики, с другой – с воздействующими на него факторами – чрезмерными нагрузками, вызывающими стресс, и моральными травмами.

И отводит библиотерапия основную роль в борьбе за психическое здоровье человека именно литературе.

Отечественные учёные В.М.Бехтерев, И.П.Павлов, К.П.Платонов доказали, какое огромное воздействие оказывает на человека слово – не только произнесённое, но и прочитанное.

Любому человеку нужны книги, наполненные глубокой верой в жизнь, пробуждающие оптимизм, отвлекающие от грустных мыслей, тяжелых переживаний. Книги, избавляющие от депрессий, слабости, бездеятельности.

Правильно подобранная книга, вызывающая положительные эмоции, не менее важна, чем правильно подобранное лекарство.

Книги должны подбираться с учётом конкретных личностных особенностей. В нашей работе с инвалидами это особенно важно.

В библиотеке обслуживаются самые разные категории читателей; и специалист должен понимать, что рекомендуемая конкретному человеку, находящемуся в критической ситуации, книга не должна быть случайной. Для этого библиотекарь должен обладать широкой эрудицией, интересом к работе, способностью сочувствовать и переживать.

Литература - источник нравственного и эстетического воспитания, формирующий более глубокое понимание основных категорий добра и зла, а так же различных процессов, происходящих в обществе.

В нашем филиале мы рекомендуем книги по следующим позициям:

- классическая литература, в которой полнее всего раскрываются человеческая простота и душевность;
- научно-фантастическая литература, позволяющая лучше понять себя, свои чувства и увлечения;
- научная и специальная литература, рекомендуется для самоконтроля и успокоения.

Так, например, литературу по психологии мы рекомендовали читателю К., инвалиду I группы. Ему 23 года. В связи с заболеванием полностью ослеп. Литература по психологии помогает ему и сглаживает негативное представление о себе, решает его проблемы, выводит из шокового состояния. Парень он робкий и очень стесняется своей слепоты.

Личные качества так же развивает научно-популярная литература. Например, читательницы М. и Щ. своеобразно воспринимают окружающий их мир. Им интересна литература о нетрадиционных методах лечения, об экзотических животных. Они всегда с нетерпением ждут журнал "Хочу всё знать". Щ. так же не пропускает ни одного номера еженедельников "Донские россыпи" и "Газета Дона". Она их неизменная самая первая читательница.

Хочется отметить, что эти еженедельники пользуются большим спросом и у других читателей.

Юридическая литература даёт возможность разобраться в неправомерности действий как своих собственных, так и окружающих.

Печать, радио, телевидение и иные средства массовой информации так же оказывают значительное воспитательное воздействие.

Такая работа ведётся при помощи местного радиоузла, проводятся беседы на самые различные актуальные темы; обзоры литературы; читаются записи журналов.

Это рассчитано на большую группу читателей.

Постоянно обновляются книжные выставки.

Проводятся кружки громкого чтения. Так, были прочитаны книги Е. Вильмонт *"Хочу бабу на роликах"* и *"Плевать на всё с большой секвойи"*. Эти книги имели большой успех, так как несут поучительный моральный и психологический характер. С удовольствием прочитана книга Устиновой *"Персональный ангел"*.

Большое место среди читательских интересов занимает детективная и приключенческая литература, т.к. в детективе показаны многие и необычные, и обыденные явления нашей повседневной жизни. Читатель переживает вместе с героями.

Это относится так же и к литературе о I и II мировых войнах.

С большим удовольствием читаются произведения Головкиной, Шилова, Донцовой, Дашковой, Воронина и других.

Каждый незрячий человек привык ориентироваться по голосу. И восприятие это у них очень своеобразное.

Например, попросил меня наш читатель (учитель математики) помочь заполнить журнал своего класса.

Но я занята с посетителями и предлагаю ему обратиться к секретарю. А он отказывается: *"Я не могу, у неё голос грубый, и мне кажется, что она с неохотой меня примет"*.

Я хочу рассказать немного о своём рабочем дне.

Утро начинается с беседы с музыкальным руководителем В.И.Городновым, который интересуется, что нового прозвучало в радиопередаче *"Дни истории"*. Мы обсуждаем с ним, какой информацией порадует сегодня наш радиоузел. Какие беседы запишем, какие отметим юбилейные даты и т.д.

Приближается время обслуживания.

Заглянул тот же преподаватель математики. Он брал читать *"Библейские истории"* и Лескова, и теперь ему хочется поделиться впечатлениями.

Позже зашёл просмотреть новые журналы *"Школьный вестник"* и *"Наша жизнь"* учитель литературы. Сейчас он преподаёт в 7-х и 9-х классах. Попросил классику: *"Юность"* и *"Отрочество"* Л.Н.Толстого. Мы разговорились, и оказалось: он родом из тех же мест, что и знаменитый русский писатель.

Обратилась за помощью читательница К., инвалид II гр.: к ней приехал слепой брат из Перми. Сестра рассказала ему о нашей библиотеке. До этого он ещё не был знаком с *"говорящей"* литературой. К. рассказала, что он очень обрадовался возможности читать таким образом. Я предложила книгу Д.Стил *"Зоя"*, ему понравилось. Заинтересовали журналы *"Хочу всё знать"*, *"Диалог"*, *"Наша жизнь"* и др. Сейчас читает Полежаева *"Престол и монастырь"*.

Пришла в первый раз женщина – в прошлом медсестра. Она стала плохо видеть, а без литературы не может, привыкла всю жизнь читать.

Магнитофона у неё нет, она берёт книги с крупным шрифтом, С удовольствием читает Алексея Толстого, Чехова, Джека Лондона. Сейчас мы с ней читаем наиболее интересные статьи из различных журналов и художественных сборников.

Вот так и течёт время моей работы.

Кто-то зашёл поделиться своими впечатлениями. Кто-то — подобрать книгу "для души". Кто-то — просто пожаловаться на судьбу.

И к каждому нужен свой подход, все люди разные. Одному просто предложишь прочесть, а другому приходится рекомендовать, хоть и ненавязчиво, но усиленно. Зато потом слышишь восторги: "*Спасибо. Вот классная книга!*"

Сейчас сотрудница городской библиотеки Т.А. Ивакина предлагает нам очень интересную литературу. Если есть возможность, я разрешаю взять книгу домой. Если нет — читаем в библиотеке. Так, в марте, была прочитана книга-автобиография Д. Донцовой "*Записки безумной авантюристки*". Отрывки из неё даже прозвучали в записях радиозула.

Можно много рассказывать о тех людях, которые посещают библиотеку... Самое главное, никто не уходит без хорошей книжки никто не чувствует себя обиженным.

А из наших таких длительных бесед с читателями, мы — библиотекари — можем и для себя вынести много полезного.

\*\*\*

*Е. И. Соколова,  
зав. сектором тифлоиздательства,  
г. Ростов-на-Дону*

## **БИБЛИОТЕРАПИЯ ЧИСТОЙ ВОДЫ**

Хочу поделиться наблюдением из собственной жизни.

Как печатное слово, собственно, дало стимул к нормальному, ничем не ущемлённому существованию!

Пять лет назад я лежала в Центральной городской больнице: проходила реабилитационный период после операции на глаза.

Зрячих в отделении совсем немного, в основном — или слабовидящие, или слепые.

На мои просьбы разрешить, если не телевизор и детективные романы, то хотя бы журналы с картинками, хирург безапелляционно отрезала: "*Только кроссворды с большими клетками! Всё!*".

И вот так, набрав ворох газет со сканвордами (кроссворды не люблю), я тихонько сидела на диване в холле.

Обычно на этом же диванчике рядом со мной отдыхали ещё два пациента. Лет, примерно, сорока пяти. Оба после какой-то аварии полностью ослепли. Мы в первый же день познакомились. Назову их Павел и Егор. Павел — в прошлом — инженер-ядерщик, Егор — мотогощик. Вот такие интересные профессии.

Моя профессия им, судя по всему, была безразлична. Подумаешь, библиотекарьша!

И безразлично было им всё остальное. Визиты родных только раздражали. Медсестры вздыхали:

- Кончена жизнь у мужиков, как бы руки не наложили... А ведь ещё молодые!

Я шуршала газетами, а мои соседи молча сидели рядом.

Первая попытка завязать разговор успеха не имела, и больше я им не мешала. Где-то на третий день Егор всё-таки не выдержал:

- Что за листы, Елена, Вы переворачиваете?

- Сканворды разгадываю.

Егор толкнул Павла в бок:

- На что люди драгоценное время переводят...

И снова – молчание до самого вечера.

Наутро, после обмена приветствиями, обратился Павел:

- Вам, правда, интересно?

- Проверяю собственный интеллект...

- Это кроссвордами-то? - искренне удивился Егор.

- А давайте, попробуем, - предложила я, - раз вы оба такие умные, я буду называть, а вы угадывайте!

...Ничего почти мои соседи не угадали...

- Елена, а откуда Вы всё это знаете?

- Ну, словари разные существуют, пособия. Вот, к примеру, есть такой: *"Справочник необходимых познаний"*.

- А у Вас есть?

- Ну, есть...

- А можно как-нибудь познакомиться?

Честно говоря, я не представляла, как они будут знакомиться, но попросила мужа справочник принести.

Спокойной жизни у меня после этого не было. Я читала вслух статьи справочника, а новые знакомые увлечённо их обсуждали.

Хирург, категорически запретившая мне в течение года даже думать о книгах, естественно, наши громкие читки обнаружила.

Но не воспрепятствовала!

- Будем надеяться, что это на пользу! Всем!

Я пробыла в отделении офтальмологии три недели. Две из них занималась чистой воды библиотерапией.

Мы играли с Егором и Павлом в шарады, в метаграммы и буриме; устраивали конкурсы типа *"кто вспомнит больше песенных текстов, содержащих слово "глаза"*; я читала им стихи, рассказывала произведения своих любимых авторов; и на слух мы разгадывали сканворды!

Под конец к нам присоединились чуть ли не все больные.

Как оживлённо было в холле городской больницы! Медсестры весело ехидничали:

- На процедуры бы так ходили! А то, как укол делать в определённое место, так не дозовёшься...

Через год ко мне на работу зашёл – я очень удивилась – Павел. Жизнерадостный человек. И рассказал, что они с Егором, естественно, пенсионеры... Павел в местной печати публикует частушки собственного сочинения, а Егор – сканворды.

\*\*\*

*С. В. Пузей,  
реабилитолог отдела  
внестационарного обслуживания,  
г. Новочеркасск*

## **ИСКУССТВО ОБЩЕНИЯ**

Советы в помощь социально-реабилитационной работе с читателями – инвалидами.

### ***ВВЕДЕНИЕ***

- Создайте тёплую атмосферу. Самое первое и основное правило сформулировано много столетий назад:

Самый главный человек – тот, кто перед тобой!

Человек может быть невоспитанным и невнимательным, глупым или агрессивным, но чем меньше Вас это будет задевать или раздражать, тем талантливее Вы как собеседник. Примите его таким, каков он есть! Самое высокое – полюбите его.

Постарайтесь, чтобы собеседник Вам понравился, а когда это произойдёт, не скрывайте этого. Дарите ему знаки внимания и уважения.

### **1. Ищите то, что Вас сближает.**

Стиль, манера общения – чем больше будет в этом у Вас сходства с собеседником, (вплоть до темпа речи, интонации и тембра голоса), тем лучше. Чем точнее Вы приблизились к нему, тем легче будет Вам обоим.

Не нужно лицемерить, но можно и нужно отучить себя от привычки противоречить по любому поводу.

Наоборот, ищите то, что Вас сближает.

### **2. Настройтесь на волну собеседника.**

В каждом из нас живёт своя музыка. Её мелодия и тональность, как правило, меняются от ситуации к ситуации. Но что же будет, если Вы не услышите мелодию собеседника? Ваши души не встретятся? Поэтому, прежде чем говорить, почувствуйте, что его волнует!

То, что волнует Вашего собеседника, должно волновать и Вас! Станьте вначале его "*единочувственником*" и только потом – собеседником. Настройте собеседника на нужную Вам волну. Он грустит зря и бессмысленно – погрустите вместе с ним, а потом мягко подтолкните его к другому настроению.

Человек возмущается не по делу – разделите его негодование: Вы его понимаете, Вы с ним.

А потом постарайтесь переориентировать его на более терпимое и мудрое отношение к тому, что его возмущает. Не нагнетайте напряжённость!

Старайтесь ни о ком не отзываться дурно. Некорректные, злые, агрессивные высказывания создают напряжённость.

### **3. Не кидайте в собеседника булыжниками.**

Избегайте в разговоре обидных преувеличений, крайностей и навешивания ярлыков.

Едва ли стоит злоупотреблять словами: "*Всё, никто, всегда, никогда*". Старайтесь говорить аккуратнее: "*Кто и когда*". Естественно, в речи должна быть определённость, но не надо путать её с резкостью и категоричностью.

Нередко, кстати, Ваша фраза бывает расплывчатая по содержанию. Вот, например, "*великолепная*" фраза: "*Чушь какая-то!*" Что Вы хотите этим сказать?

### **4. Не задевайте без нужды.**

Понравится ли Вам такое общение, в котором собеседник всё время лезет на пьедестал, а Вас пихает в грязную лужу? Тот, кто в общении старается продемонстрировать своё превосходство, делает, по сути, то же самое.

Стройте общение на равных, а не на позиции "*сверху*".

Не задевайте того, что человеку дорого: людей его круга, его увлечения, идеалы, ценности.

Если Вы не расист и не дурак, Вы не будете оскорблять национальное достоинство человека. Будьте аккуратнее в высказываниях по поводу профессии.

Даже в уже минимальной ситуации будьте предельно внимательны к своим оценочным суждениям.

## 5. Избиение под знаком юмора.

Без юмора жизнь пресна и одноцветна. Юмор прекрасен, но не так уж и безобиден, особенно из уст человека низкой культуры. Юмором можно довести до белого каления, даже не держа на человека зла.

Юмор бывает разным. Есть юмор абстрактный *"про жизнь"*: от него будет всем весело и никому не обидно. Есть юмор *"на себя"*. *"Я смешной"* - допустимо и хорошо, если человек не боится оказаться в роли шута. Но один из самых распространённых и одновременно самых опасных видов юмора - юмор, направленный на другого. Смешно всем, кроме того, над кем смеются. Не спорю - безнаказанно уколоть очень приятно. Но, во-первых, совсем безнаказанно это бывает очень редко, а, во-вторых, чем у человека выше нравственное развитие, тем всё мене воодушевляет его возможность кого-то уколоть...

Берегите собеседника: избавьте его от уколов, обид, обвинений.

## 6. Разрешите Вас поправить?

*"Вот такой феномен"*, - подвёл итог мой собеседник. *"Да, это интересный феномен"*, - согласилась я. Собеседник посмотрел на меня странным взглядом.

Если Вы такой умный, что заметили ошибку у собеседника, может у Вас хватит ума ещё на то, чтобы оставить это открытие при себе? Если уж очень хочется поправить, делайте это максимально тактично!

Что касается советов, они редко учат, часто злят. Поэтому тем, кто любит давать советы, советую: давайте их только тогда, когда Вас спрашивают, и только такие, за которые Вам будут благодарны.

## СПОРЫ

### 1. Не спорьте по мелочам.

Сегодня мои близкие спорили долго и с жаром о том, сколько вчера было градусов: 13 или 17? Предположим, что кто-то из них был прав, но зачем это доказывать, пытаться переспорить его? Пусть друг заблуждается, но если его мнение никому не мешает, оставьте его в покое.

Это святое право: право на своё мнение и свою точку зрения.

- Не спорьте с теми, с кем спорить бесполезно (собеседник недалёкий, но упрямый) и с теми, кто спорить с Вами не собирается.

- Не спорьте с теми, кому важнее поспорить, а не разобраться.

### 2. Споры-препирательства.

Широко распространено мнение, что истина рождается в споре. Я с этим не согласна, но было бы глупо, если бы я начала спорить. Я с этим соглашусь.

Спор (по крайней мере, в его традиционной препирательской форме) – бессмысленная и даже вредная вещь. Почему?

В споре Вы хотите победить и соответственно вызываете у собеседника желание победить Вас: защитить свою позицию и опрокинуть Вашу.

Чем больше Вы давите на него, тем больше он укрепляется в своём мнении. Вы этого хотите?

Спор, полемика – деятельность разрушительная. Обсуждение – созидательная.

Поэтому, если Вы любите истину и бережёте отношения, не провоцируйте спор.

Чем?

Во-первых, категоричностью.

### **3. О категоричности.**

- Этого быть не может, потому что этого не может быть никогда!
- Ты не прав, а почему – не твоё дело.

Чего за категоричностью скрывается больше: ограниченности? Бескультурья? Неуверенности в себе?

Важно не то, правы Вы оказались или нет. Важно, что собеседник при этом чувствует неуважение к своему мнению, и это восстанавливает его против Вас! Возьмите себе за правило обходиться без резкостей, жёстких суждений, ярлыков, высмеивания.

### **4. Наш словарь.**

Наш родной русский (и уже далеко не Пушкинский) язык богат, но какие перлы составляют его актив?

Постулаты: "*очевидно*", "*естественно*", "*само собой*", "*разумеется*", "*я убеждён*", во-первых, не нужны тому, кто с Вами согласен.

А во-вторых, вызовут рычание у тех, для кого Ваши мнения как раз не очевидны. Мягче и цивилизованнее звучит: "*Мне представляется, мне близка такая точка зрения...*"

Если вы начнёте наводить порядок в своём словаре, то без сожаления откажетесь от таких выражений, как: "*Глупости! Не надо! Ты что? Ничего подобного! Ты умный человек, а говоришь такие вещи!*"

Толку от них никакого, а задеть и обидеть они могут легко

Вообще, старайтесь обходиться без отрицательных оценок мнения собеседника, напротив, отмечайте все удачные места в его высказываниях, поддерживайте в нём ощущение компетентности.

Научитесь обходиться без резкости и категоричности!

### **5. Чем Сократ может помочь молодым людям.**

Когда собеседник Вас не понимает, хочется ему втолковать, но если Вы собьётесь на монолог. Вы проиграете.

Избегайте монолога. Диалог продуктивнее, особенно если Вы умеете использовать метод Сократа.

А заключается он в том, что свою мысль Вы расчленяете на маленькие звенья и каждую подаёте в форме вопроса, подразумевающего простой, короткий и заранее предсказуемый ответ. По сути дела, это хорошо организованный диалог с перехватом инициативы.

Его достоинства:

- он держит внимание собеседника, не давая отвлекаться;
- если что-то в Вашей цепочке неубедительно для собеседника, Вы это вовремя заметите;
- собеседник приходит к истине сам (хотя и с Вашей помощью).

И поэтому всё это хорошо.

## 6. Философия Мира и Истины.

Любая техника общения будет бесполезна для Вас, пока в Вашем сознании не изменятся фундаментальные установки.

Пока Вы боец. Вы будете драться. Пока Вы мудрец. Вам хочется победить! И именно поэтому Вы в конечном счёте всегда будете проигрывать!

Но есть другой путь – путь Мира и Истины, и философия его такова:

- Старайтесь не победить, а найти истину.

- Старайтесь понять, что хочет сказать собеседник.

Помогите ему сформулировать свои мысли, даже если Вы с ним не согласны. Нередко, как ни странно, это оказывается самым эффективным способом переубедить собеседника...

- Ищите то, в чём он прав, а не ошибается, старайтесь согласиться, а не возражать! Самая хорошая жена твёрдо знает, что любимые слова мужа: *"Да, милый, хорошо, милый. Как скажешь, так и будет, милый"*.

- Признавайте возможность своей неправоты и просите критического обсуждения. Чаше используйте: *"Слушай, может я не прав, но давай посоветуемся... Мне кажется... Ты считаешь?"*

- Не давите.

Давите только аргументами, да и ими лучше не давить, а побуждать.

### ***ИСКУССТВО ПОЛЕМИЧЕСКОГО БОЯ***

*"Полемика"* в буквальном переводе – это *"война"*. Основной мотив любого полемического боя - желание каждого победить, доказать свою правоту.

Есть достаточно простые, но не слишком честные средства выиграть полемику:

- говорить монологом так напористо, что собеседник лишается возможности Вас даже перебить;
- перебивать собеседника и не давать ему подвести удачные итоги;
- высмеивать и доводить мысли собеседника до абсурда;
- цепляться за неудачную форму высказываний оппонента;
- переходить на личности (это не значит – оскорблять, но просто показать, что его позиция основывается не на фактах, а на личных мотивах);
- уводить разговор в сторону, когда нечего сказать.

Это очень эффективные средства, но я буду рада, если вы сумеете ими не злоупотреблять, а то и обходиться без них вовсе. Ваша корректность будет сдерживать противника и вызовет уважение окружающих.

- Работайте на публику.

Старайтесь говорить хотя бы внешне эффектно.

- Захватывайте инициативу.

Есть темы, выгодные для Вас, есть для оппонента. Какие будете обсуждать? Победит тот, кто проводит свою линию. Проводите её до конца, не давая себя сбить!

- Наступайте!

Напор, энергия, здоровая агрессивность. Никогда не оправдывайтесь, но будьте готовы к нападению. Сбивайте оппонента уверенностью подачи и широким фронтом атаки.

- Разбивайте позицию оппонента, а не доказывайте свою!

Разбивать легче, чем доказывать, ломать – не строить. Это – золотое правило полемики, секретное оружие опытных бойцов. Защищая свою позицию, не доказывайте свою правоту, а разбивайте его атаку. Нападая, не стройте систем доказательств его неправоты, а спрашивайте, чем он аргументирует и разбивайте его защиту.

- Бейте только наверняка.

Лучше не бить, чем бить без толку.

- Предупредите возможные выпады.

Зная, куда Вас будут бить, опередите противника – ответьте ему заранее.

- Побеждает подготовленный.

Не зная своё поле битвы, невозможно сражаться, но и не зная своего оппонента, трудно выиграть!

\*\*\*

### РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА:

- Белова Н. Дом окнами в детство: про работу библиотеки с детским домом // Библиотека. – 2001. – № 9. – С. 24.
- Библиотерапия и библиотеки для пациентов. Харьков: Наукова думка, 1974.
- Вольперт, И. Психотерапия.: Л. Просвещение, 1972.
- Дрешер Ю. Кого и как лечит книга: современное состояние библиотерапии за рубежом // Библиотека. – 1999. – № 3. – С. 68.
- Дрешер Ю. Современная концепция подготовки специалиста-библиотерапевта. Казань.: Медицина, 2003.
- Келлер Т. Хорошая книга – тоже лекарство // Библиотека. – 1999. – № 4. – С. 27.
- Никанорова Л. Как помочь социально незащищённым // Библиотека. – 2001. – № 9. – С. 63.
- Панова Р. Психолога вызывали? // Библиотека. – 2000. – № 1. – С. 41.
- Социокультурная реабилитация инвалидов: методические рекомендации. М.: Логос, 2002.
- Тимофеев А. лечит слово: о первом международном семинаре по библиотерапии // Библиотека. – 2000. – № 4. – С. 37.
- Тунина О. Остров доброты. Программа: "Милосердие в библиотеке" // Библиотека. – 2000. – № 3. – С. 62.
- Федорина И. Наставление разума и лечение душ // Библиотека. – 2001. – № 5. – С. 61.
- Яцкова Е. Дано ли нам предугадать... (По результатам собственных исследований) // Библиотека. – 2001. – № 4. – С. 75.
- Ященко Н. Айболит для подростков // Библиотека. – 2001. – № 4. – С. 46.

Отв. за выпуск И. К. Ермоленко

Редактор-составитель Е. И. Соколова

Компьютерная вёрстка Е. И. Соколова

С 36 "Сила печатного слова": методическое пособие. /  
Редактор-составитель Е. И. Соколова, – Ростов-на-Дону.  
Областная специальная библиотека для слепых, 2004.

"Сила печатного слова" – методическое пособие по библиотерапии – направлению, ставящему своей целью изучение особенностей читательского восприятия действительности во время болезни и разработку способов психологической коррекции при помощи специально подобранной литературы.