

**Теоретические основы библиотерапии**  
**Theoretical Foundations of Bibliotherapy**  
**Теоретичні основи бібліотерапії**

*Дрешер Ю. Н., Латыпова О. П.*  
*Республиканский медицинский библиотечно-информационный центр*  
*Минздрава Республики Татарстан, Казань, Россия*

*Yuliya Dresher and Olga Latypova*  
*Republican Medical Library Information Center*  
*of Tatarstan Republic Ministry of Public Health, Kazan, Russia*

*Дрешер Ю. Н., Латыпова О. П.*  
*Республіканський медичний бібліотечно-інформаційний центр*  
*Мінздраву Республіки Татарстан, Казань, Росія*

Приводятся наиболее распространенные толкования понятия «библиотерапия», дается собственная трактовка данного термина. Рассматриваются истоки библиотерапии как научной дисциплины, анализируются ее взаимосвязи с другими науками. Формулируются основные цели библиотерапии, ценности, на которые она должна ориентироваться, выделяются ее виды в зависимости от решаемых задач.

The most common interpretation of the notion of bibliotherapy is presented, and the author's own interpretation of the term is given. The sources of bibliotherapy as a branch of science are considered, and its interrelations with other sciences are analyzed. The main objectives of bibliotherapy and the values on which it must be focused are formulated. The kinds of bibliotherapy are distinguished depending on the problems being resolved.

Наводяться найбільш розповсюджені тлумачення поняття «бібліотерапія», а також авторське розуміння даного терміну. Розглядаються витoki бібліотерапії як наукової дисципліни, аналізуються її зв'язки з іншими науками. Формулюються основні цілі бібліотерапії, цінності, на які вона має орієнтуватися, виділяються її види в залежності від задач, які необхідно вирішити.

Характерной особенностью научного познания начала XXI в. является, как отмечают современные ученые, превращение проблем человека в предмет рассмотрения целого ряда наук. Как следствие этого возникает проблема в плане сведения в единую систему добытых знаний и установления границ «интересов» каждой отдельной отрасли. Библиотерапию относят к циклу общественных наук, поскольку объектом ее изучения является личность, существующая в рамках определенного общества. В то же время она находится на стыке библиотековедения и медицины, являясь составной частью психотерапии.

Таким образом, эта междисциплинарная наука, основным объектом которой является читатель/пациент, непосредственно взаимодействует с естественными, общественными, экономическими и техническими науками. Этот факт соответствует формирующейся современной картине мира, которая принципиально по-новому отражает взаимоотношения между науками о природе и обществе, так как именно в человеке объединены бесчисленным рядом связей и зависимостей природа и общество. Развитие этих взаимосвязей отражается и на современных библиотерапевтических изысканиях.

В отечественной и зарубежной литературе существует несколько определений понятия «библиотерапия»:

библиотерапия – лечебное воздействие на психику больного человека при помощи чтения книг;

библиотерапия – использование специально подобранных информационных материалов в качестве вспомогательного лечебного средства в медицине и психотерапии.

Несмотря на различие в формулировках, суть определений одна – руководство чтением, учитывающее проблемы личности. Поэтому большинство специалистов едины во мнении, что эта

наука, возникшая на стыке медицины и библиотечного дела, связана с активным вовлечением человека в чтение на основе синтезирования ситуаций обслуживания с целью его изменения или решения его личных проблем. Под библиотерапией мы предлагаем понимать науку, нацеленную 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. Библиотерапия – специфический метод руководства чтением для библиотекаря и психотерапевтическая методика для врача.

Изучение терапевтического эффекта различных видов и жанров литературы, преимущественно художественной, составляет основное содержание такой специфической дисциплины, как библиотерапия. 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 конфликтности. 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.

Библиотерапевт стремится посредством книги достигнуть нужного терапевтического воздействия на больных и профилактического воздействия на здоровых, стимулировать у них позитивные и погасить негативные настроения.

Любому пациенту необходимы книги, наполненные глубокой верой в жизнь, пробуждающие оптимизм, отвлекающие от грустных мыслей, тяжелых переживаний, повседневного больничного окружения; книги, избавляющие от депрессии, слабости, бездеятельности. Правильно подобранная книга, вызывающая положительные эмоции, не менее важна, чем правильно выбранное лекарство. Отсюда можно вывести основные цели библиотерапии:

- 1) дать больному информацию о проблемах;
- 2) помочь проникнуть в их суть;
- 3) обсудить новые ценности и отношения;
- 4) помочь больному осознать, что другие люди сталкивались с подобными проблемами, и показать, как они эти проблемы решали.

Больной человек постоянно размышляет: думает о своей болезни, терзается, беспокоится, поэтому он своеобразно трансформирует и субъективно интерпретирует содержание книги. Именно поэтому книги должны подбираться с учетом конкретных личностных особенностей. Следовательно, первая задача-заповедь библиотерапии – Не навреди!

В этом плане уместно напомнить, что библиотеки больниц, санаторно-курортных учреждений, а также домов отдыха должны иметь специально подготовленный фонд. Этого можно достигнуть, пересмотрев и тщательно отобрав имеющуюся литературу, исключив книги, которые не следует рекомендовать больным. Итак, вторая задача – помочь!

Помочь пациенту и лечащему врачу в борьбе с болезнью. Эти задачи тесно взаимосвязаны.

Библиотерапия открывает новые возможности для духовного роста личности. Отсюда вытекает третья задача – развивать! Развивать способность противостоять беде, укреплять силу воли, повышать образовательный уровень пациента.

Определена четкая взаимосвязь библиотерапии с библиотековедением, библиографоведением и информационными науками. В медицинском аспекте она связана с психотерапией, т.е. планомерным использованием психического воздействия на пациента в лечебных целях. В библиотековедческом плане она рассматривается в качестве одного из направлений педагогики чтения.

Изучая психологические аспекты, связанные с созданием, распространением и потреблением издательской продукции с целью выявления ее психотерапевтического, психокоррекционного потенциала, библиотерапия исходит из общепсихологических закономерностей, знаний о психической деятельности человека, психических процессах (мышлении, речи, восприятии, памяти и т.д.), психологических свойствах личности и их проявлениях в процессе чтения. Поэтому библиотерапия прежде всего связана с общей психологией и ее конкретными отраслями:

– психологией обучения, рассматривающей закономерности формирования и развития психологических изменений у учащихся в ходе обучения. Основой учебного процесса является чтение. Библиотерапия изучает мотивацию учебного (нормативного) чтения, психологические механизмы

контроля и оценки (самоконтроля и самооценки) в процессе чтения, их влияние на понимание и усвоение прочитанного и т.д.;

– психологией воспитания, изучающей психологические законы воспитания. Библиотерапия исследует психологические механизмы формирования нравственных и этических основ личности в процессе развития;

– социальной психологией, постигающей закономерности в поведении и деятельности людей, обусловленные их принадлежностью к определенным социальным группам, а также психологические особенности этих групп. В ходе библиотерапевтических мероприятий используются результаты анализа читательских групп и аудиторий, социализации личности в процессе чтения, влияния социальных установок в системе взаимодействия «автор–книга–читатель» и т.д. Особенно значимыми для библиотерапевтической практики являются результаты социально-психологических исследований, затрагивающих проблемы общения библиотекаря с читателем не только школьных, детских, публичных библиотек, но и библиотек лечебно-профилактических учреждений, а также раскрывающих социально-психологические механизмы воздействия произведений печати на личность читателя;

– возрастной психологией, исследующей динамику психики, закономерности перехода от одного периода психического развития к другому. Наблюдая читателя/пациента на разных возрастных этапах, библиотерапевт учитывает общие тенденции изменения психики, выявляет резервы представителей различных возрастных категорий (дети, подростки и т.д.), которые могут быть мобилизованы в процессе специально организованной читательской деятельности в условиях библиотерапевтических мероприятий;

– медицинской психологией, предметом изучения которой являются психологические аспекты профилактики, диагностики заболеваний и их лечения. В настоящее время роль психического фактора во всех сферах жизни неимоверно возросла. Речь в данном случае идет и о роли медицинской психологии – пограничной между психологией и медициной отрасли знаний, предметом изучения которой являются психологические аспекты диагностики, профилактики и лечения больных. На современном этапе развития медицинской психологии результаты медико-психологических исследований из традиционных сфер их применения (нервно-психические заболевания) все чаще используются в клинической практике самых различных отраслей медицины – кардиологии, педиатрии, невропатологии, онкологии.

Медицинская психология изучает психические проявления болезней, а также роль психики, сознания в возникновении и течении болезней, их лечении, в предупреждении болезней и укреплении здоровья пациентов. К предмету данного разговора имеет отношение прежде всего роль психики в лечении болезней.

Одно из основных положений медицинской психологии – о единстве (но не тождестве) психического и соматического. На основе этого психотерапевты принципиально подчеркивают возможность воздействия психическими средствами на все без исключения внутренние органы и соматические процессы, протекающие в организме. Применение такой психотерапевтической методики, как аутогенная тренировка, наглядно демонстрирует тесную связь психической и соматической сфер, возможность воздействия психики на соматические процессы с лечебной целью и обратного воздействия соматических процессов (релаксации и др.) на психические функции (например, на эмоциональную сферу).

Современная психотерапия использует самые разнообразные приемы, методы и средства воздействия на больных. Немаловажную роль здесь играет и искусство. Психотерапия, являясь прикладной медицинской дисциплиной, должна использовать в качестве теоретической основы медицинскую психологию.

Анализ книг и другой печатной продукции, с точки зрения психологии, связан в современных библиотерапевтических исследованиях с проблемой использования психокоррекционного и психотерапевтического потенциала чтения. Именно здесь прослеживается связь библиотерапии с библиотечной психологией, которая изучает психологические аспекты чтения, библиотечной деятельности и организации библиотечной среды.

В области воздействия на личность библиотерапия взаимодействует и с другими науками – социологией, аксиологией (наука о ценностях личности), педагогикой и др. Это объясняется тем, что библиотерапия имеет двойную направленность – не только клиническую, но и гуманистическую. С

одной стороны, цель библиотерапевтических мероприятий – способствовать выздоровлению больного, с другой – библиотерапия имеет дело со здоровыми людьми (пусть даже с определенными психологическими проблемами), которым необходимо помочь адаптироваться в создавшейся ситуации, наладить взаимоотношения с окружающими. Второй аспект библиотерапевтической деятельности (воспитание и обучение) как раз и связан с педагогикой, социологией, социальной педагогикой.

Как уже отмечалось, по сути своей библиотерапия связана с комплексом библиотековедческо-информационных дисциплин: ведь книга и информация в конечном итоге лежат в основе ее появления. Особенно тесная взаимосвязь просматривается с социологией чтения, руководством чтением читателей и библиотечным обслуживанием.

Социология чтения помогает выяснить читательские предпочтения, характер чтения. Руководство чтением сформировало методику работы с читателями (составление планов чтения, рекомендация книг, обсуждение прочитанного и т.д.). Несмотря на то, что между библиотерапией и руководством чтением много общего, полностью отождествлять их нельзя, поскольку: 1) библиотерапия требует большей глубины анализа проблем человека; 2) большего количества времени, чем руководство чтением; 3) предполагает более личностное использование литературы применительно к читателю и его проблемам; 4) библиотерапия в условиях публичной библиотеки – это групповой процесс.

Особую значимость библиотерапия как метод приобретает в условиях появления новых точек соприкосновения с библиотековедением, конфликтологией, социометрией и т.д. Появление новых областей знания требует более тщательного исследования возможностей применения педагогических основ библиотерапии для социальной стабилизации личности. Повышающийся темп жизни, технократическая идеология, резкое изменение политических и социальных условий не позволяют человеку удовлетворить свои специфические потребности в общении, уединении, эмоциональном переживании. Становятся «лишними» душевные порывы человека и чувства. Это ведет к маскировке эмоций, подавлению чувств различными способами, а в результате растут и укореняются агрессивность и злоба, повышается уровень конфликтности. Особенно остро это проявляется в регионах экологического неблагополучия.

Библиотерапию условно можно разделить на:

- 1) нецеленаправленную, служащую для того, чтобы поднять настроение, отвлечь пациента от навязчивых мыслей о болезни;
- 2) целенаправленную, способствующую воспитанию силы воли, оптимизма, утверждению веры в себя.

Выделяют три аспекта применения библиотерапии: лечебный, реабилитационный и психогигиенический. Чтение помогает человеку определить в своем поведении то, что привело его к болезни, осознать проблемы, осмыслить совершенные ошибки и конфликтные ситуации. В период реабилитации она дает возможность восстановить нарушенные во время болезни контакты с внешним миром. И, наконец, художественное слово пробуждает в человеке чувство доброты, желание разобраться в себе, найти столь необходимую в наше полное стрессов и кризисное время точку опоры, обрести уверенность в том, что жизнь изначально прекрасна, а счастье вполне достижимо в дружбе, любви, семье, общении с природой.

Библиотерапия, в какой бы ситуации она ни проводилась и на какой контингент ни была бы рассчитана, должна ориентироваться на следующие группы ценностей:

- 1) ценности, реализуемые в продуктивных творческих актах (трудолюбие, стремление к созиданию);
- 2) ценности, связанные с восприятием прекрасного в природе, искусстве и т.п.;
- 3) ценности, присущие межличностным отношениям (любовь, дружба, сочувствие и т.п.);
- 4) ценности, которыми человек руководствуется в ситуациях, ограничивающих его возможности, когда отсутствуют пути изменения таких ситуаций.

Как мы уже отмечали, важной общепсихологической категорией библиотерапии является «личность». Под личностью в психологии понимается социальный индивид, объединяющий в себе общественно значимое и индивидуально неповторимое. В самом общем виде личность можно рассматривать как систему психических качеств и особенностей, которые определяют индивиду-

ально-неповторимый способ ее активности и самореализации. Активность личности связана с интеллектуальной, эмоциональной и волевой сферами ее психики.

В библиотерапии с категорией «личность» связана разработка таких понятий, как «личность читателя/пациента» «личность библиотерапевта», «читательское сознание», «читательская самооценка», «читательское поведение», «типология отклоняющегося поведения читателей-клиентов».

Наряду с названной категорией и понятиями в библиотерапии разрабатываются «терапевтическая классификация литературы», «критерии отбора литературы с терапевтическим эффектом», «библиотерапевтический потенциал книги», «читательские предложения» и т.д.

В библиотерапии категория «деятельность» является одной из основополагающих при анализе взаимодействия и взаимоотношений в системе «библиотерапевт–книга–читатель/пациент». С ней связаны понятия «мотив чтения», «клиническая библиотерапия», «развивающая библиотерапия», «библиотерапевтический процесс», «библиотерапевтические сеансы», «интерактивная библиотерапия», «специфическая и неспецифическая библиотерапия» и т.д.

Сложная и разветвленная система библиотерапии определяется комплексным характером предмета этой науки и многообразием задач, стоящих перед ней. Она опирается на глубинные закономерности психотерапевтического процесса, особую природу психотерапевтической (художественной, педагогической) коммуникации, механизмы художественного творчества и восприятия. Поэтому особую значимость приобретают научные исследования в этой области.

В библиотековедческих исследованиях используется комплексный подход, суть которого заключается в изучении читателя/пациента как субъекта библиотерапевтической деятельности в различных аспектах и посредством использования содержательно-понятийных и организационно-методических возможностей, которыми располагает комплекс смежных научных дисциплин – психолингвистика, языко-знание, социология, педагогика, социальная антропология, нейрофизиология и т.д.

В соответствии со сферами применения и используемыми методами библиотерапию разделяют на клиническую (эволюционную) и развивающую (учебно-гуманистическую).

Клиническая (эволюционная) библиотерапия является формой психотерапии, в то время как развивающая (учебно-гуманистическая) – это учебный опыт по самоактуализации, самораскрытию или общему саморазвитию личности. Клиническая библиотерапия осуществляется на основе терапевтической модели, развивающая – учебной.

Клинические методы библиотерапии используются при наличии у пациента проблем со здоровьем (тяжелые заболевания, инвалидность, фобии), при выводе его из стрессовой ситуации (смерть или болезнь близких и др.). Развивающая, учебно-гуманистическая библиотерапия используется в тех случаях, когда пациент имеет:

- 1) проблемы во взаимоотношениях с окружающими,
- 2) проблемы, связанные с реализацией творческих возможностей, самоутверждением,
- 3) проблемы с планированием своей жизни на перспективу,
- 4) проблемы с организацией свободного времени и др.

В процессе клинической библиотерапии лечебное чтение направлено на нормализацию психических изменений, возникших в связи с болезнью, или нормализацию душевного равновесия.

Лечебное воздействие чтения проявляется в том, что те или иные восприятия, связанные с ними чувства, влечения, желания, мысли, усвоенные с помощью книг, восполняют недостаток собственных образов и представлений, заменяют болезненные мысли и чувства или направляют их по новому руслу, к новым целям.

Клиническая библиотерапия может стать одной из дополнительных составных частей лечебного процесса, помогая критической переработке и осмысливанию значимых для больного конфликтов, в лечебных учреждениях, психиатрических лечебницах, домах престарелых, реабилитационных центрах.

Цели развивающей (учебно-гуманистической) библиотерапии:

- 1) развитие личности;
- 2) оказание помощи в преодолении проблем адаптации к ситуации или определенному периоду жизни;
- 3) воспитание чувства независимости, инициативы;

- 4) установление эмоциональной связи с окружающими (родителями, родственниками и т.д.);
- 5) воспитание трудолюбия;
- 6) воспитание критического отношения к себе;
- 7) воспитание умения ладить со сверстниками;
- 8) формирование понятий об определенном образе жизни;
- 9) подготовка к вступлению в брак, к семейной жизни и возможным критическим ситуациям, связанным с этим;
- 10) преодоление различных проблем: возникающих в неблагополучных и неполных семьях; отцовства и материнства, адаптации к новым коллективам; в связи с беременностью; связанных с гомосексуализмом, стрессами и мыслями о самоубийстве, инвалидностью, проблем пожилого возраста.

Развивающую библиотерапию можно эффективно использовать в таких учреждениях, как детские дошкольные учреждения, школы, вузы, библиотеки, санатории, дома отдыха, детские поликлиники.

В период реадaptации библиотерапия может способствовать восстановлению нарушенных во время болезни контактов пациента с внешним миром, адаптации к измененным условиям жизни, что достигается совместными усилиями врача и библиотекаря. Если контакты больного с окружающим миром полностью не восстановимы, то чтение книг в определенной степени способно восполнить этот пробел.

Потенциал библиотерапии огромен, поэтому очень важно правильно его использовать. Это особенно касается тех моментов, когда библиотерапия используется в лечебных целях, помогает человеку преодолеть невротическое состояние, душевные кризисы и т.д.

Библиотерапия, основным объектом которой является читатель/пациент, входя в общую систему человекознания, непосредственно соприкасается со многими научными отраслями. В развитии их взаимосвязей, а также в углублении и дифференциации собственно предмета исследования мы видим перспективы библиотерапевтических изысканий.