



**Тамбовская областная универсальная научная библиотека
им. А.С.Пушкина
Научно-методический отдел**

«Лекарство для души»: применение библиотерапии в библиотеке»

Методические рекомендации

Тамбов

2004

Содержание.

История и современное состояние библиотерапии.

Использование библиотерапии в работе с читателями.

Краткий терминологический словарь.

Список литературы.

История и современное состояние библиотерапии

Современный человек испытывает чрезвычайно высокие психологические и информационные нагрузки, связанные с неблагоприятным воздействием окружающей среды, постоянно возрастающими темпами производства, лавинообразно увеличивающимся объемом информации.

В духовном мире многих людей кризисная ситуация в стране породила серьезные социальные противоречия, что отразилось на их читательской деятельности. Вместе с тем известно, что чтение способствует преодолению дискомфортных состояний, стрессов. Поэтому сама жизнь подсказала необходимость осуществления новой функции-библиотерапевтической. Именно библиотеки должны предоставить каждому «лекарство для души».

Как показывает ряд библиотекведческих исследований последних лет, читатели все чаще обращаются к книге с целью решения своих психологических проблем, ищут поддержку и помощь у библиотекарей.

Присущая человеку потребность в общении с прекрасным исключительно высока. Литературные произведения оказывают сильнейшее влияние на духовный мир человека и его физическое состояние. Прочитанное слово способно вызвать самые различные эмоции: горе и печаль, счастье и радость. Наблюдая за читающим человеком, по его мимике, по выражению лица можно почти безошибочно определить, что именно он читает: радостное, веселое или грустное, печальное.

Библиотерапия (лечение чтением) привлекает в настоящее время все больше внимания научных и практических работников, стремящихся максимально использовать «лечебные» возможности книги. В связи с этим представляется целесообразным проследить генезис библиотерапевтического чтения, его применение в наши дни и дальнейшие перспективы.

Переориентация на библиотерапевтическое направление, отвечающее потребностям читателей, позволит повысить престиж библиотеки как социального института, способного помочь человеку скорректировать негативные последствия социальных и личных изменений. Сегодня целесообразно говорить о библиотерапии как о лечении всеми библиотечными средствами не только отдельной личности, но и общества в целом.

Библиотерапия как самостоятельное направление работы возникла на стыке психиатрии, психологии и библиотековедения.

4

Библиотерапия появилась много лет назад. При входе в библиотеку египетского фараона Рамзеса II висела табличка: «Лекарство для души». Так еще в далекие времена понимали значение книги.

Лечение с помощью книг применялось еще в первых библиотеках Греции. Пифагор, крупный ученый- математик и известный целитель, наряду с травами и музыкой успешно использовал литературу, стихи для лечения ряда заболеваний.

В Европе начало излечения книгой положили первые церковные библиотеки, в которых хранились книги религиозного содержания, приносящие верующим успокоение и надежду. Библиотерапия находилась под крылом церкви до эпохи Возрождения.

В эпоху Возрождения библиотерапию стали активно использовать врачи в лечебных целях. Так, английский лекарь XII века Т.Сагейдем советовал своим пациентам читать «Дон Кихота» Сервантеса.

Однако научное обоснование библиотерапия получила лишь в начале XX века. Первое упоминание самого термина относится к 1916 году, с тех пор появились сотни публикаций как теоретического, так и практического характера. В нескольких странах прошли конференции и симпозиумы по библиотерапии, созданы ассоциации библиотерапевтов. На многих медицинских конференциях библиотерапия освещается как важная часть традиционной медицины.

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

Первые шаги к практическому применению библиотерапии были сделаны в 1927 году И.З. Вельвовским, работавшим в психоневрологическом институте г. Харькова. Советские медики, используя метод библиотерапии, опираются на идеи замечательных русских врачей прошлого. Известный терапевт начала XIX века В.Я. Мудров писал: «Главнейшее же ... состоит в удалении больного от забот домашних и печалей житейских, кои сами по себе суть болезни».

В Советском Союзе исследования по лечебному воздействию книги на здоровье человека проводились с 20-годов на базе библиотек домов отдыха, лечебных пансионатов. В статьях журнала «Курортное дело» за 1928 год отмечалось положительное воздействие юмористических книг, мемуарной литературы на отдыхающих. Активно использовалась библиотерапия в медицинских библиотеках. Врачи видели свою конкретную задачу "лечения книгой« в том, чтобы подобрать литературу в соответствии с диагнозом, и лечебный эффект базировался на узнавании пациентом своей проблемы, отраженной в

5

художественном произведении, в советах следовать этим примерам, образцам выхода из подобной »ситуации«, и чем более похожа ситуация, описанная в книге, или герой- на характер пациента, тем сильнее терапевтический эффект от книги.

Во время Великой Отечественной войны патриотические книги имели большое значение для реабилитации тяжелораненых солдат и их скорейшего выздоровления.

Таким образом, следует отметить, что и в России, и за рубежом широкое развитие получила клиническая библиотерапия.

В настоящее время библиотерапия переживает период осмысления своего предмета, метода, целей. Существующие на сегодняшний день методологические подходы, парадигмы библиотерапии еще не вполне осознаны практиками и теоретиками, нередко сосуществуя и причудливо переплетаясь в работах одного и того же автора. В изучаемый нами период наметилась тенденция роста числа публикаций, содержащих научные обобщения и теоретические разработки в области библиотерапии.

Вопросы библиотерапии в разные периоды освещали такие авторы, как Ю.Н. Дрешер, О.Л. Кабачек, И.Н. Казаринова, Б.С. Крейденко Б.А. Симонов, Р. Скаллер. Анализу проблем библиотерапии посвящен целый ряд статей в периодических изданиях: в журналах «Детская литература», "Библиотековедение«, »Библиотека«.

И все же эта тема разработана далеко не полностью. В официальной науке нет точно сформулированного определения библиотерапии. В научном отношении библиотерапия развивается как один из разделов библиотековедения, использующего специфические методы обслуживания читателей. Решение методологических проблем особенно важно, так как

само понятие «библиотерапия», ее цели, структуру каждый исследователь трактует по-своему.

Большинство специалистов едины в том, что эта наука на стыке медицины и библиотечного дела, связанная с активным вовлечением человека в чтение на основе синтезирования ситуаций обслуживания с целью изменения или решения его личных проблем. Ученые рассматривают библиотерапию: — как раздел библиотековедения (Б.А. Симонов); — как комплексную научную дисциплину (Б.С. Крейденко); — как направление педагогики чтения (Ю.Н. Дрешер).

Нам представляется наиболее оптимальным определение библиотерапии, предложенное Ю.Н. Дрешер. По ее мнению, библиотерапия — это наука, нацеленная на формирование у человека навыков и способностей противостоять неординарным ситуациям (болезням, стрессам, депрессии и т.д.), укреплять силу воли, наращивать интеллектуальный и образовательный уровень. Кроме этого, анализируя различные определения библиотерапии, Ю. Дрешер подытоживает: «В литературе встречается

6

множество определений библиотерапии, отличающихся частностями, но единых в том, что это область деятельности на стыке медицины и библиотечного дела, связанная с активным вовлечением человека в чтение тщательно подобранной литературы с целью его излечения или решения личных проблем.

Основные цели библиотерапии: 1) дать читателю информацию о проблемах; 2) помочь проникнуть в их суть; 3) обсудить новые ценности и отношения; 4) сформировать сознание того, что другие люди сталкивались с подобными проблемами, показать, как они эти проблемы решали. Библиотерапию можно условно разделить на 2 вида:

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

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

Так как библиотека является базой читательского развития личности, местом достижения определенной информационной гармонии духовного мира личности, библиотерапия — это воздействие всем информационным пространством библиотеки как социального института. Разграничить влияние с точки зрения психологии и нравственности очень сложно. Поэтому

взаимодействие психотерапии и руководства чтением детей в области библиотерапии является очень тесным и взаимопроникающим. Основное отличие работ психотерапевтов и психиатров от работ библиотекведов в том, что они ведут речь о больных людях, о больных детях. В то время как в сложный период развития общества каждый человек нуждается в библиотерапевтической помощи.

Лечение чтением (так называемая «библиотерапия») входит в одно из звеньев системы психотерапии. Литература и искусство в наше время становятся все более мощными и перспективными средствами в психотерапии. Понимание значения и использования влияния искусства на здоровье человека, мы находим на протяжении всей истории медицины. основополагающими работами тут могут считаться работы В.Е.Рожнова (концепция эмоционально-стрессовой психотерапии), И.З. Вельвовского с сотрудниками, З.Фрейда, В.М.Бехтерева, психотерапевта И.Платонова. Методика библиотерапии представляет собой сложное сочетание книговедения, психологии и психотерапии», — так определял библиотерапию В.Н.Мясищев.

За рубежом библиотерапия нашла применение в различных сферах общественной жизни, в большей степени в здравоохранении, являясь равноправной частью лечебного процесса.

Библиотерапия в зарубежных странах базируется на принципах не навредить, помочь, развить, и применяется в работе со всеми группами населения.

7

В настоящее время библиотерапия — это использование возможностей чтения для решения широкого спектра терапевтических задач, а не только психиатрии. Важно подчеркнуть, что библиотерапия как научная дисциплина особенно полезна и важна еще и потому, что она непосредственно адаптировала и усвоила из психиатрии и, особенно, психотерапии (и этот процесс продолжается) актуальные идеи и приемы, связанные с возможностями через книгу положительно влиять на человека. Перспективны для библиотечного обслуживания психотерапевтические знания, практические находки и методики. Дело в том, что психотерапия ее теория, методы и приемы пронизывают не только библиотерапевтические действия, но интуитивно, подчас, применяются библиотекарями.

Как показывают первые исследования, возможности психотерапевтических знаний, идей, приемов и методов содержат много ценного для оптимизации процесса общения человека с книгой (на этапах

предчтения, собственно чтения, постчтения), всего библиотечного обслуживания. Сознательное использование приемов и методов психотерапии и библиотерапии поможет значительно повысить эффективность этой деятельности.

Использование библиотерапии в работе с читателями

Актуальной проблемой является вопрос определения круга чтения с целью библиотерапевтического воздействия в условиях библиотеки. Ведь далеко не каждая книга может быть рекомендована с библиотерапевтической целью.

Дифференцированный подход к читателям является естественным и необходимым для библиотерапии, так как она является как раз методом воздействия на личность читателя.

Найти книгу для делового чтения легче, чем отыскать художественную литературу по душе. Такая тонкая духовная работа становится, по мнению специалистов все сложнее. По мнению Е.Исаевой, технократизм всех сфер жизни, а также связанный с ним недостаток полноценного общения и отдыха, являются общепризнанными стрессогенными факторами. Для человека, подверженного стрессу, чтение художественной литературы — порой единственный спасательный круг. На использование в библиотерапии именно художественной литературы указывает Ю.Н.Дрешер. Массовое чтение в транспорте — наглядный пример того, как усталые люди интуитивно прибегают к библиотерапии. К сожалению, нередко они читают низкопробную литературу, так называемое «чтиво». Если человек отдыхает за чтением случайной книги — что ж, и это неплохо. Но разве можно сравнить такое занятие с чтением книги, духовно близкой? Вопрос в том, как найти читателю любимую книгу — его книгу».

8

Если читатель научной книги, в основном, ищет в ней объективную информацию, то читатель художественного произведения - субъективную, более многогранную. Поэтому дифференцировать типы художественных произведений и их читателей нужно детальнее, чем типы научных книг и их читателей. Читатели-дети делятся еще по возрастным группам, что немаловажно. Детальная типология читателей художественной литературы должна содействовать библиотерапевтическим целям. Благодаря новой науке соционике можно дифференцировать не только читателей и книги, но и типы отношений читателей к ним. Соционическая библиотерапия (или социобиблиотерапия) будет полезна всем читателям, а не только имеющим

признаки стресса. Многие абсолютно здоровые люди в трудные минуты жизни, не задумываясь, тянутся к любимой книге.

Развивая эту науку можно будет реально спрогнозировать, какие книги следует «прописывать» читателям и в каких стрессовых ситуациях. Одни книги могут стать как бы своеобразным универсальным лекарством, другие помогут в состоянии усталости, одиночества, психологического дискомфорта, при отсутствии дружбы, любви, понимания, самоуважения, при ощущении «никому-не-нужности»; третьи полезны в ситуации апатии, отсутствия поддержки; четвертые помогут разобраться в себе, подростку — пережить критический возраст и т.д. Определенные книги целительны при неуверенности в себе, беспокойстве, заниженной самооценке. Так, нуждающийся в отдыхе читатель с удовольствием прочтет книги Ж.Верна, желающий понять себя прочтет рассказы А.Чехова, стремящийся к активным действиям — «Три мушкетера» А.Дюма. Целый ряд книг в социобиблиотерапии может рассматриваться как самостоятельный стрессогенный фактор и по возможности исключаться из круга чтения.

Для любого человека литература начинается со сказки, идущей из детства. Можно даже отбирать и рекомендовать не отдельную книгу, а литературный жанр. Для детей часто — это сказка. Поэтому в последнее время стало развиваться сказкотерапия

Благодаря сказке, дети начинают осознавать главнейшие истины человеческого бытия. Без сказки дети не вырастают, а если это и происходит, — значит, из мира растущего человека ушла мечта, благотворная фантазия, творчество, романтика, сопереживание, необходимые для воспитания Человека в человеке.

А.М.Горький утверждал, что именно через сказку необходимо учить детей гуманности, героизму, любви, справедливости, честности.

Все сказки едины в одном — желании помочь ребенку в первых шагах самопознания, в формировании духовного «Я». Они укрепляют чувство самоуважения, развивают способность «слушать» себя, наблюдать и понимать себя: как я думаю, как говорю, отчего мне бывает грустно, одиноко, весело, отчего появляются у меня те или

иные «хотения»? — размышляет маленький читатель, вживаясь в мир волшебных сказок. Так в чем же состоит духовный смысл сказки? В том, что сказка отвечает на вечные вопросы: «Что такое счастье и в чем оно? — В богатстве, любви, свободе, славе? Само ли оно приходит или его надо

добывать? Как? Неужели для этого нужны непременно трудности, испытания, опасности, страдания, подвиги?

«Какая бы тень не набежала на вашу жизнь, посетила ли вас тревога о судьбе России, придут ли ваши »мысли черные о вашей личной судьбе, или просто жизнь покажется «несносной раной», — вспомните о русской сказке и прислушайтесь к ее тихому, древнему, мудрому голосу... Она — как цвет незаметных и неведомых полевых цветов, а духовный смысл ее — как тонкий и благоуханный мед, запах родной земли, зной родного солнца, дыхание родных цветов, и что-то тонкое и богатое, вечно юное и вечно древнее...» — так определил неисчерпаемое значение и целебную силу русской сказки замечательный философ И.А.Ильин. В сказке заключены все нравственные проблемы, которыми »богата« наша жизнь. Человек спрашивает сказку, она ему отвечает.

Чем же сказка может помочь детям озлобленным, с негативным социальным опытом, неустойчивой психикой, подверженным стрессовым состояниям? Как она может спасти раненную детскую душу от отчаяния и страха, одиночества? В чем же ее «лечебная» значимость?

Главные лекарства сказки — это добро, радость, справедливость, победа слабого существа над силами зла, утверждение могущества человеческого духа, бесконечно радостное удивление перед красотой мира, твердая вера в способность человека жить мудро, достойно, поступать красиво, гуманно. В сказках отражен глубокий опыт проживания эмоциональных кризисов, характерных для развивающейся личности, и предложены пути их разрешения. Психотерапевтическая значимость сказок заключается в том, что в них всегда обнаруживаются некие необычные средства, помогающие герою справиться с препятствиями, трудностями и преодолеть их.

Иногда уход в сказку — это реакция ребенка на какие-то травмирующие обстоятельства (бегство от действительности), и именно в этом аспекте появляется возможность использования сказки как психотерапевтического средства.

Категории Добра, Любви, Веры, дети переживают, подбирая слова, соответствующие высоким чувствам, делают открытия чувств человека любящего, переживающего за других, — в книгах В.Драгунского «Денискины рассказы», В. Голявкина «Мой добрый папа», прочитанных вместе с библиотекарем.

В руках умелого воспитателя книги облегчают также привитие детям необходимых гигиенических навыков, для этих целей особенно успешно и широко

используются стихи А.Барто «Девочка чумазая», сказки К.Чуковского «Мойдодыр» и «Федорино горе» и другие произведения детской литературы.

В некоторых случаях бывает достаточно вовремя прочесть ребенку умело подобранную книгу или рассказать, подходящую к случаю, чтобы помешать укоренению какой-нибудь дурной привычки.

Это ярко и образно показывает замечательный русский писатель и врач А.П.Чехов в своем рассказе «Дома». Герой рассказа неожиданно обнаруживает, что его семилетний сын Сережа начал курить. Суровые внушения не помогают. И тогда он рассказывает сыну сказку о прекрасном и добром царевиче, который испортил здоровье курением и умер в юном возрасте, оставив родных в глубоком горе. И нехитрая, но рассказанная к месту сказка, оказывается гораздо действенней серьезных бесед. Сережа навсегда отказывается от курения. Влияние художественных произведений особенно сильно потому, что оно сохраняет у ребенка приятное чувство свободы выбора решения, а не подчинения воле старших.

Специалисты считают, что выбор литературы для читателей-детей зависит от конкретных целей, чаще всего библиотерапевтическое направление работы предполагает интерес к книгам оптимистическим, веселым, с острым сюжетом и, что не менее важно, привлекательного вида.

Сложилась практика отбора книг для детей, но принципы такого отбора недостаточно сформулированы. Правильно отобранный материал для чтения имеет терапевтическую ценность, в первую очередь в том случае, когда чтение заменяет отрицательные эмоции положительными. Человек, применяющий библиотерапию, должен обладать литературной компетентностью.

Среди причин, по которым литература может быть использована для «терапии духа», называются следующие: отвлечение от грустных мыслей, нежелательного самокопания и страхов; снятие ненужного равнодушия или нетерпения, повышение управляемости, побуждение к рассмотрению собственных проблем со стороны; помощь в проведении времени (в больнице).

В качестве одного из основополагающих библиотерапевты избрали принцип: «Конкретную книгу — конкретному пациенту в конкретное время». Этот принцип близок изначальному тезису библиопсихологической теории Н.А.Рубакина.

Библиотерапевты используют для успокоения детскую юмористическую литературу. Можно предположить, что любой ребенок (здоровый или больной, благополучный или нет, спокойный или нервный) испытывает при чтении и восприятии юмористической книги ее библиотерапевтического воздействия. Причина такого

11

воздействия в самой природе комического и юмора, как его особого вида. Немалая задача — «воспитать в ребенке юмор, драгоценное качество, — писал знаток детской психологии К.И.Чуковский, — которое, когда ребенок подрастет, увеличит его сопротивление неблагоприятной среде и поставит высоко над всякими мелочами и дразгами». Юмор, утверждая сущность явления, стремится его совершенствовать, очищать от недостатков. Он эстетически осваивает общественно ценные явления. Юмор — смех дружелюбный, хотя и не беззубый. Юмор помогает раскрыть прекрасное, человеческое за неприглядным, невзрачным. В.Шекспир, Ч.Диккенс, А.Чехов и другие классики мирового искусства применяли юмор для характеристики и раскрытия подлинной сущности положительного героя. Вскрывая за частными недостатками истинное существо положительного героя, юмор зиждется на том, что в наших недостатках продолжают наши достоинства.

Признанный мастер комического Н.Гоголь писал: «Нет, смех значительней и глубже, чем думают. Не тот смех, который порождается временной раздражительностью, желчным болезненным расположением характера, не тот также легкий смех, служащий для праздности развлечений и забавы у людей, — но тот смех, которые весь излетает из светлой природы человека, излетает из нее потому, что в ней заключается вечно бьющий родник его... Нет, не справедливы те, которые говорят, будто возмущает смех. Возмущает только то, что мрачно, а смех светел. Многие возмутило бы человека, бывает представлено в наготу своей, но озаренное силой смеха, несет оно уже примирение в душу...».

«Смех стоит гораздо дороже, чем я полагал, за него не жалко отдать целое королевство». Так говорит в детской повести Джеймса Крюса Тим Талер, или Проданный смех« современный дьявол, которому мальчик Тим продал свой смех. При помощи друзей Тим отбирает смех обратно. Отбирает то, что ценнее всех богатств.

В мире художественной литературы, множество произведений, посвященных природе комического, проблеме смеха. Назовем хотя бы те, в которых эта тема вынесена в название: «Проданный смех» Д.Крюса, Человек, который смеется» В.Гюго, «Красный смех» Л.Андрева и, конечно, книги

таких энциклопедистов смеха, как Ф.Рабле, Я.Гашек, Н. Гоголь, А.Чехов, М.Зощенко и другие.

Улыбка, радостное настроение помогают противостоять болезням. Недаром известный французский гуманист, врач и писатель Франсуа Рабле (XVI в.) в предисловии к своему сатирическому роману «Гаргантюа и Пантагрюэль» писал, обращаясь к читателям: Итак, забавляйтесь друзья, и веселите себя этим чтением, телу на удовольствие, почкам на пользу!»

12

Особенно необходимы смех и радость, которые несут с собой добрые и веселые книги, больным детям. Об этом неоднократно говорил К.Чуковский, рассказывая, например, как благотворно влияли на детей, лечившихся в костнотуберкулезном санатории, чтение веселой книги Р.Э.Распэ о приключениях барона Мюнхаузена.

Характерно, что свою первую стихотворную сказку для детей «Крокодил» К. Чуковский написал специально для болевшего маленького сына. Единственная была у меня забота — отвлечь внимание больного ребенка от приступов болезни», — вспоминал позднее писатель.

Веселой книге для детей уделяют внимание литературоведы и литературные критики Б.Бегак, С.Сивоконь, которые анализируют природу юмора в основном на примере творчества русских детских писателей, начиная с 20-х годов XX века и по настоящее время.

Сейчас на счету нашей детской литературы не менее двух десятков писателей — юмористов: А.Барто, С.Маршак, Б.Заходер, Д.Хармс, С.Михалков и другие — в области поэзии, Е.Шварц, Н.Носов, Ю.Сотник, Л.Давыдычев, В.Драгунский, В.Голявкин, Э.Успенский — в области прозы. Назрела необходимость осмыслить их художественный опыт воздействия на душу читателя смехом, использовать произведения этих авторов в библиотерапевтической деятельности детского библиотекаря.

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

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

1. Произведения, жанры, авторы, не подходящие для библиотерапии.
2. Произведения, жанры, авторы, благоприятные для библиотерапевтической работы.

Единодушия среди специалистов пока не наблюдается. Особенно разноречивые рекомендации предлагают психологи и библиотековеды. Так, некоторыми специалистами книга А.Милна «Винни-Пух и все-все-все» не рекомендуется детям как гипероптимистичная, сказка Л.Кэролла Алиса в стране чудес» как эпилептоидная.

13

Подобная проблема отбора книг находится в процессе изучения и обсуждения различными специалистами.

В то время, как специалисты вырабатывают методические основы библиотерапии, практические работники библиотек и читатели самостоятельно пытаются произвести отбор книг для чтения, имеющих психотерапевтический эффект.

Практические работники библиотек составляют списки книг для библиотерапевтического воздействия, рекомендуемых с учетом различных ситуаций.

Так, например, работник Тамбовской областной детской библиотеки В.В. Климова составила методические пособия «Библиотерапия — новое направление в работе детских библиотек: история вопроса и современность» и Сказкотерапия».

Среди авторов книг, которые помогают детям справиться с проблемами, восстановить душевное равновесие, спокойствие она называет В.Шекспира, Э.Войнич, А.Сент-Экзюпери, В.Каверина, А.Алексина, И.Бунина, К.Паустовского, Ж.Верна, Р.Бредбери, Ю.Ковалю, Н.Носова и др.

Необходимо учитывать также физическое и психическое состояние ребенка при рекомендации ему литературы. Не все произведения, жанры и авторы подходят для библиотерапии. Например, мрачные, депрессивные, печальные тексты и т.п. нежелательно использовать в библиотерапевтической практике.

Рекомендуется также составлять индивидуальные списки литературы с учетом особенностей восприятия каждого конкретного читателя. Главный принцип отбора — герой книги обязан сам, без посторонней помощи побороть свое несчастье или болезнь, справиться с трудностями.

Автором данной работы на базе Тамбовской ОДБ, Центральной городской детской библиотеки им. С.Я.Маршака и библиотеки школы №8 было проведено социологическое исследование.

Цель: произвести отбор художественных произведений, обладающих библиотерапевтическим воздействием для читателей 7–9 лет.

Задачи: определить круг чтения произведений, пригодных для библиотерапии; апробировать в процессе работы с детьми библиотерапевтическое воздействие конкретных произведений отдельных авторов; зафиксировать по определенной методике библиотерапевтическое влияние данных произведений на читателя, составить список книг, рекомендованных для библиотерапевтической работы в библиотеке.

Исследование проходило в два этапа. Первый этап состоял в проведении социологического исследования методом опроса (анкетирование, интервьюирование,

14

тестирование). Опрос проводился среди 70 респондентов, детей 7–9 лет, а также среди библиотекарей тамбовских библиотек.

В работе решена основная задача — экспериментальным путем отобрано определенное количество текстов художественной литературы для библиотерапевтической работы в библиотеке. В результате проведенного отбора был подготовлен рекомендательный аннотированный библиографический список книг «Читай и радуйся», который может быть использован библиотерапевтами в работе с читателями 7–9 лет. Список включает сказки, рассказы, стихи, природоведческую литературу разных авторов (Б. Заходер, С. Михалков, В. Медведев, Н.Носов, Л. Кассиль, Ю. Сотник, Л. Пантелеев, Д.Хармс, А. Милн, Х. Мякеля и др.). Все эти произведения объединяет одно — жизнерадостный, оптимистический настрой, способность помочь в трудную минуту.

Определяя литературные интересы детей-читателей, анализируя материалы исследования чтения книг конкретного автора, следует учитывать дополнительные трудности, с которыми сталкивается исследователь психологии детского чтения. Дело в том, что детям трудно самим сказать, а

еще трудней написать о том, что они чувствуют и о чем думают, читая ту или иную книгу. Для этой цели наиболее плодотворным является метод беседы с тщательно продуманными вопросами.

Беседы о книгах с детьми 7–9 лет — это чтение с пояснениями, где главная цель помочь воспринять содержание, понять главную мысль автора, обращая внимание на то, какими лексическими средствами она выражена. В процессе беседы задаются вопросы, которые побуждают детей выразить свое отношение к прочитанному: О чем книга? Она тебе понравилась? Почему? А кто там самый хороший? А плохой? Почему этот мальчик поступил так? Ты бы тоже так сделал? А почему книжка так называется? и т.д.

Беседу после чтения лучше проводить не сразу, а когда улягутся первые впечатления, если только ребенок не захочет сам сразу поделиться своими переживаниями после прочитанного.

Современные педагогическая и психологическая науки накопили немало интересных наблюдений о психологических особенностях интеллектуальной деятельности детей. Среди библиотекведов, изучавших психологию ребенка — читателя, можно назвать следующие имена: Л.И. Беленькая, И.И. Тихомирова, А.В. Тумурук.

Осмысление приемов и методов библиотерапии приводит к убеждению, что это сложный процесс, который требует от детского библиотекаря особого мастерства.

Используя терапевтические возможности популярных у детей книг, надо учитывать читательские состояния, например, что любят дети, что ждут от чтения:

- улучшения настроения;

15

- легкого чтения;

- присутствия сопереживания;

- возможности задуматься о своей жизни.

Для взрослых читателей также разрабатываются библиотерапевтические списки. В статье А.И.Трофимовой приведены данные, полученные кафедрой библиотековедения Алтайского государственного института культуры и искусств, которая с 1993 года проводит многоэтапный, рассчитанный на десять лет библиотерапевтический эксперимент, являющийся составной частью исследования содержания,

форм, методов и технологий библиосоциальной работы в селах Алтайского края.

Цель эксперимента - выяснение критериев отбора художественной литературы для оптимизации библиотерапевтической работы с социальными группами сельского населения. Предполагается установление общих характеристик, которые усиливают или снижают библиотерапевтическое влияние на читателей-сельчан.

В ходе эксперимента не выявлено ни одного произведения художественной литературы, которое вообще никак не повлияло на психическое состояние читателей.

Эксперимент показал, что в разряд самых эффективных лекарств для израненных душ сельских пенсионеров, инвалидов, безработных входят рассказы, повести, романы В.П.Астафьева, Ф.А.Абрамова, В.И.Белова, Ю.В.Бондарева, А.П.Платонова, В.Г.Распутина, М.А.Шолохова, В.М.Шукшина, а также стихи Н.М.Рубцова и С.А.Есенина.

Относительно высоко библиотерапевтическое значение русской классики (особенно произведений Л.Н.Толстого, А.Н.Толстого, А.П.Чехова, Ф.М.Достоевского), несколько ниже — произведений популярных советских писателей (К.Симонова, М.Горького, Б.А.Можаева, А.Н.Рыбакова, В.В.Орлова и др.), гораздо выше большинства сочинений современных российских и зарубежных писателей.

Явно негативное, порой разрушающее воздействие на психику участников эксперимента оказывали так называемые модернистские произведения (Д.Джойса, А.Камю, Ф.Кафки, Ж.П.Сартра, В.Пелевина), в которых обрисованы безысходные, тупиковые жизненные ситуации, неразрешимые конфликты, обреченность персонажей на несчастную жизнь и бессмысленную смерть.

А.Е.Алексейчик в «Руководстве по психотерапии» предлагает перечень жанров литературы, расположенных по степени их важности для библиотерапии, и дает им краткие характеристики:

— специальная медицинская литература имеет первостепенное значение в библиотерапии, так как способна дать читателю знания, которые ему особенно важны для

успокоения, контроля и др. Основные задачи этой литературы: давать достаточные для правильной, оптимистической ориентации знания,

устранять неправильные представления о заболевании, стимулировать общую активность.

— философская литература помогает человеку получить разностороннее представление о себе, других людях, мире в целом, понять неизбежность разницы и определенного конфликта между внешним, реальным миром и внутренним субъективным, между тем, что может быть, должно быть и тем, что есть. Это понимание приносит успокоение, удовлетворение.

— духовная литература содержит большой объем информации, жизненный опыт. Такая литература крайне важна для верующих. Она помогает понять окружающий мир и место человека в этом мире. Ориентируя на любовь к окружающей среде и всему живому в ней, эта литература способствует укреплению жизнелюбия, добра и понимания предназначения человека на земле. Книги такого рода благотворно влияют на душу и состояние здоровья, помогают переосмыслить жизненные позиции, и, как показывает практика, книги таких авторов, как М. Норбеков, В. Мегре, Э. Мулдашев и других, пользуются спросом в библиотеках.

— биографическая и автобиографическая литература, описывая яркие личности, их выдающиеся достижения и жизненные трудности, помогает читателю быстрее и лучше понять себя, свои трудности. Биографии великих людей дают примеры преодоления физической немощи, созидания себя, своей жизни, своего счастья. Такую литературу, дающую оптимистический настрой, необходимо иметь в библиотеках. Опыт доказывает, что эффективнее всего действуют краткие, яркие биографии (50–70 стр.) за исключением биографий наиболее выдающихся людей, со сложными жизненными позициями таких, например, как Л.Н. Толстой, Ф.М. Достоевский.

— классическая русская литература обладает огромными возможностями самого различного воздействия. Часто приходится ограничиваться небольшими, малоизвестными произведениями, избегая популярных, учитывая, что они ранее уже были прочитаны, изучались в школе и с ними связаны определенные ассоциации, которые приходится преодолевать.

— критическая литература и публицистика дают общие представления о писателях, произведениях, помогают лучше в них разобраться, открыть для себя новое содержание. Уместно использовать и современную литературную критику таких авторов, как Ч. Айтматов, Ю. Нагибин, Л. Озеров, В. Розов, В. Солоухин и др.

— юмористическая и сатирическая литература позволяет читателям более свободно выражать себя в трудных ситуациях. Может научить технике более

17

совершенного общения, например, полусхотливо выражать просьбы, избегая тем самым чувства неловкости при отказе, давать возможность подшутить над собой и этим укреплять уверенность окружающих в себе и др.

— фольклор, сказочная литература знакомит людей с мировоззрением народа. Используется, преимущественно, в библиотерапевтической работе с детьми.

— научно-фантастическая литература, доводя до крайностей некоторые свойства человека, ситуации, отношения, позволяет лучше понять и принять крайности своих ощущений, чувств, влечений.

— детектив, приключенческая литература занимает значительное место в библиотерапии, благодаря целому ряду своих особенностей. В первую очередь — это популярность и доходчивость. В детективе конденсируются, высвечиваются многие обыденные жизненные явления, обычно остающиеся в тени. Для библиотерапии благоприятны следующие особенности: большое внимание негативным чувствам, тренировка интуиции, таинственность как способ познания действительности, или даже обязанность читателя подозревать всех, разоблачение романтического понимания жизни, морали, порядочности, демонстрация того, что за красивым фасадом нередко скрывается грязь и корысть. Она побуждает читателя к смелости, риску, находчивости. Все это касается, естественно, только хорошей, классической детективной литературы.

— драматургия на некоторых читателей может оказывать особенно сильное влияние, благодаря большей концентрированности действия, наглядности. При чтении пьесы читателю нередко легче отождествиться с действующим лицом, чем при чтении романа. Пьеса нередко лучше учит читателя диалогу, правилам общения, оставляет читателю больше свободы для самостоятельного творчества.

— педагогическая литература может применяться наряду со специальной научной — в аспектах тренировок, коррекции, формирования и развития различных качеств, умений, преодоления конкретных трудностей.

— юридическая литература дает возможность разобраться в причинах многих видов неправильного поведения, как своего собственного, так и окружающих.

— узкопрофессиональная литература может дать очень ценный материал благодаря возможности перенести опыт высокого профессионализма в практическую психологию, бытовые ситуации. Достаточно ярким примером такого воздействия на читателя может служить практическое применение «Дипломатического церемониала и протокола» Дж. Вуд и Ж. Серре в некоторых бытовых ситуациях и отношениях, изучение смысла, ценности тех или иных элементов церемониала.

18

Какие же книги обязательно должны присутствовать в библиотеках? В общем виде ответ может быть сформулирован так: в библиотеке должен быть выбор между различными жанрами и видами документов. Должны присутствовать: 1) периодика различных направлений; 2) «легкое чтение»: детективы, дамские романы, юмористические произведения; 3) научно-популярная литература о здоровом образе жизни, а также психологического профиля, литература духовно-философского направления; 4) мировая классика, литературно-художественные произведения разных стран.

Потребностью сегодняшнего дня является создание в библиотеках психологических служб — библиотечных центров, координирующих библиотерапевтическую работу по читательскому развитию личности в неблагоприятных условиях. Такие службы могут стать для читателей центрами интеллектуального и информационного здоровья, а также информационной защиты личности.

Практика свидетельствует, что попытки такого рода по отдельным направлениям библиотерапевтической работы предпринимаются в ряде городов.

Цель такой службы - средствами библиотечной работы способствовать успешному развитию читательской личности, преодолению негативных последствий социально-экономических реформ методом совершенствования читательской деятельности, показа читателю возможностей библиотеки.

Успешность такой работы непосредственно зависит от подготовки кадров и скоординированности усилий различных учреждений. Перспективным представляется объединение усилий различных специалистов, так как библиотечное образование не дает соответствующих

умений и навыков по групповой работе с читателями в психоаналитическом и библиотерапевтическом направлении.

Один из вариантов библиотерапевтической службы был разработан в ЦБС Кировского района города Санкт-Петербурга на базе одного из филиалов, так как эта система на протяжении многих лет работает под девизом « К добру — через книгу». Была создана программа по этому направлению, где предполагались следующие этапы работы, рассчитанной не на один год:

- обучение библиотекарей;
- изучение читательской аудитории,
- анализ степени стрессоустойчивости, библиотерапевтических потребностей;
- выявление и формирование читательских групп для проведения библиотерапевтической работы;

19

- планирование и проведение работы индивидуальной, групповой, фронтальной, с учетом выбора мероприятий соответственно особенностям той или иной группы и различных направлений работы;
- докомплектование фонда на основе выявленных интересов и потребностей; — параллельное создание банка данных по библиотерапевтической работе и читательскому развитию личности.

Использование библиотерапии в практике работы библиотеки безусловно содействует повышению ее социальной востребованности. Кроме этого в связи со сложностями, сложившимися в современных условиях, библиотерапия будет активно востребована библиотекой, школой, семьей.

Краткий терминологический словарь

Арт-терапия — терапия средствами искусства.

Беседа — метод получения информации на основе вербальной (словесной) коммуникации. В психотерапии и библиотерапии беседа проходит в форме свободного общения.

Библиопсихология — область психологии, разрабатывавшаяся Н.А. Рубакиным. Изучает психотерапевтический потенциал печатного слова, типологию литературы согласно ее терапевтическому воздействию, процессы ведущие к созданию предложений, текстов и др.

Библиотерапевт — специалист в области библиотерапии, решающий широкий круг психолого-педагогических, библиотечно-информационных, психотерапевтических; социологических задач, связанных с личностным и профессиональным развитием человека.

Библиотерапевтическая деятельность — обусловленная нравственно-интеллектуальными мотивами общественно целесообразная деятельность по созданию условий актуализации потенциала самопомощи, реализации мотивов к эффективному труду, к самообеспечению с целью формирования здорового образа жизни как культурной ценности.

Библиотерапевтический процесс — специально организованное, целенаправленное взаимодействие библиотерапевта и читателя, направленное на решение развивающихся и образовательных задач.

Библиотерапевтическое воздействие — действие направленное на оказание психотерапевтической помощи читателю с использованием специально подобранных информационных материалов в качестве вспомогательного лечебного средства.

20

Библиотерапия — наука о закономерностях, механизмах, способах сохранения и укрепления физического и духовного здоровья, целостности личности в неблагоприятных условиях посредством синтеза ситуаций чтения специально подобранной литературы.

Библиотерапия чтением — развитие и коррекция личности в процессе чтения.

Библиотечная педагогика — научная библиотековедческая дисциплина, формирующаяся на базе интеграции педагогики и библиотековедения; рассматривает педагогические основы библиотечного дела, проблемы теории чтения, проагпнды литературы и руководства чтением на основе положений педагогики о теоретических основах воспитания, об объеме и содержании знаний, характеризующих различные ступени культурного развития человека.

Библиотечная психология — научная библиотековедческая дисциплина, образовавшаяся в результате интеграции психологии и библиотековедения. Изучает психологические основы библиотечного дела.

План чтения читателя — перечень книг, составленный библиотерапевтом исходя из значимого конфликта с учетом читательского уровня. Он обычно состоит из 7–12 названий и рассчитан на три-четыре недели.

Принципы библиотерапевтической деятельности:

— *Дифференцированный подход к читателям на основе их изучения.* Суть его состоит в утверждении, что сила психотерапевтического воздействия книги возрастает, если она адресуется не читателю вообще, а определенному человеку, максимально соответствует специфике его кризисной или дискомфортной ситуации, согласуется с его потребностями, интересами, запросами.

— *Систематичность.* Его суть заключается в том, что создание четкой системы библиотерапевтической деятельности обеспечивает успех воздействия психотерапевтических ресурсов литературы.

— *Плюрализм.* Состоит в том, что библиотерапевт признает естественным право читателя на свободу выбора из представленных ему психотерапевтических ресурсов литературы тех, которые согласно его личным представлениям позволяют преодолеть кризисные ситуации

— *Диалогичность.* Движущей силой эффективного библиотерапевтического процесса являются диалоги: библиотерапевта с библиотерапевтом; библиотерапевта с читателем; читателя с самим собой; читателя с автором книги; читателей между собой.

— *Наглядность.* Посредством зрительного канала воспринимается максимальное количество информации, и она является наиболее запоминающейся.

Список литературы

Александров В.П. Сквозь призму детства /В.П. Александров //Дет. лит. Сб. ст. — М., 1998. — С. 8–70.

Армадеров Г.Р. Организация психологической службы в Российской государственной детской библиотеке с использованием компьютерных технологий /Г.Р. Армадеров //Науч. и техн. б-ки. — 1995. — №2. — С.92–100.

Балашова Л.А. К вопросу о библиотерапевтическом воздействии юмористической книги на читателей — младших школьников /Л.А.Балашова //Педагогика детского чтения: История, теория, перспективы: Межвуз. сб. науч. тр.; Моск. гос. ун-т культуры и искусств. — М., 2002. — С. 64–70.

Балашова Л.А. К проблеме библиотерапевтического воздействия книг Астрид Линдгрэн на юного читателя / Л.А. Балашова //Модернизация системы образования в сфере культуры и искусства: Мат. междунауч.-практ. конф. (дек., 2002 г.); Мин-во образования РФ. — Тамбов, 2002. — С. 177–179.

Беленькая Л.И. Ребенок и книга: О читателе восьми-деяти лет /Л.И.Беленькая; Предисл. А.Парфенова. — М.: Книга, 1969. — 167 с.

Библиотека и юный читатель: Практ. пособие /Гос. б-ка СССР им. В.И.Ленина /А.С.Адаменко и др. — М.: Кн. палата, 1987. — 255 с.

Библиотерапия: Задачи, подходы, методы: Сб. ст. /Сост. О.Л.Кабачек. — М.: БМЦ, 2001. — 128 с.

Библиотерапия — новое направление в работе детских библиотек: История вопроса и современность /Сост. В.В.Климова. — Тамбов, 2001. — Вып. 1. — 16 с.

Гончарова А.И. Комическое (смех) в худ. литературе как одно из средств библиотерапевтического воздействия на читателя /А.И. Гончарова //Библиотерапия: Задачи, подходы, методы. — М., 2001. — С. 25–28.

Гончарова А. Смех — отличное лекарство /А. Гончарова //Б-ка. — 2000. — №10. — С. 77–78.

Грищенко З. «Пришли мне чтения доброго...» /З. Грищенко //Дошк. восп. — 1993. — №1. — С. 98–100.

Дети и подростки в мире книжной культуры: По итогам социолог. исслед.: Сб. науч. тр. /Рос. гос. б-ка, Сост. А.И.Лебедева. — М., 1993. — 128 с.

Добрынина Н. Слоеный пирог искусства чтения /Н.Добрынина //Б-ка. — 2001. — №9. — С. 52–55.

Дрешер Ю.Н. Исторические предпосылки и теоретико-методические основы библиотерапевтических исследований: Тез. докл. Пятой междунар. науч. конф. (М., 25–26 апр. 2000 г.). Ч. 1 /Ю.Н. Дрешер; М-во культуры РФ, Моск. гос. ун-т культуры и искусств и др. — М., 2000. — С. 17–19.

Дрешер Ю.Н. Книга лечит /Ю.Н. Дрешер //Мир библиогр. — 1999. — №4. — С. 45–50.

Дрешер Ю.Н. Кого и как лечит книга /Ю.Н. Дрешер //Б-ка. — 1999. — №3. — С. 68–70.

Дрешер Ю.Н. Современная концепция подготовки специалиста-библиотерапевта: Науч.- метод. пособие / Ю.Н. Дрешер.- М.: Либерей, 2003.-247с.

Ефремова Н. Юные россияне: взгляд издателя, библиотекаря, писателя /Н. Ефремова //Б-ка. — 2001. — №11. — С. 43–44.

Иванова Г.А. Современная концепция библиотечной работы с детьми и подготовка кадров /Г.А. Иванова //Библиотечное дело — 2003: Гуманитарные и технологические аспекты развития. Мат. Восьмой междунар. науч. конф. (М., 24–25 апр. 2003 г.). — М., 2003. — С. 64.

Ильин И. Духовный смысл сказки //И. Ильин //Лит. в шк. — 1992. — №1. — С. 2–10.

22

Ильина В. Читают ли дети в читающей стране? /В. Ильина //Б-ка в шк. — 2001. — №5. — С. 4.

Исаева Е.Н. О соционической библиопсихологии и соционической библиотерапии /Е.Н. Исаева //Библиотековедение. — 2000. — №6. — С. 53–60.

Кабачек О.Л. Библиотерапия как часть психотерапии и как аспект библиотечной педагогики /О.Л. Кабачек //Психолог в детской библиотеке. Проблемы. Методика. Опыт: Сб. метод. мат. /Рос. гос. дет. б-ка. — М., 1994. — 42 с.

Кабачек О.Л. Как они читают: (Особенности восприятия книги девочками и мальчиками дошкольного возраста) /О.Л. Кабачек //Обруч. — 1998. — №6. — С. 9–11.

Кабачек О.Л. Сказка в век компьютера /О.Л. Кабачек. — М.: Либерей, 2001. — 205 с.

Казаринова И.Н. Возможности библиотерапии /И.Н. Казаринова, Е.Л.Смагин //Науч. и техн. б-ки. — 1999. — №8. — С. 34–37.

Карвасарский Б.Д. Психотерапия /Б.Д. Карвасарский. — М.: Медицина, 1985. — С. 127–133.

Клюшина Н. Библиотерапия /Н. Клюшина, М.Сапоровская //Библиотекарь. — 1991. — №9. — С. 51–52.

Книга и чтение в жизни небольших городов. — М.: Книга, 1973. — 328 с.

Концепция библиотечного обслуживания детей в России /Рос. гос. дет б-ка. — М., 2002. — 25 с.

Концепция национальной программы «Чтение» // Дет. лит. — 2002. — №2. — С. 4–11.

Крейденко В.С. Библиотерапия: Возможности использования в общедоступных библиотеках / В.С. Крейденко // Современное библиотечно-информационное образование. Учеб. тетради. Вып. 2. — СПб. 1997. — С. 32–51.

Лебедева А.И. Картина чтения в жизни младших подростков / А.И. Лебедева // Массовая б-ка: Теория и практика: Сб. / Рос. гос. б-ка. — М., 1992. — С. 56–66.

Лебедева А.И. Место чтения в жизни младших подростков / А.И. Лебедева // Дети и подростки в мире книжной культуры: Сб. науч. тр. / Рос. гос. б-ка. — М., 1993. — С. 55–69.

Лебедева А.И. Чтение не становится любимым занятием / А.И. Лебедева // Б-ка. — 1993. — №4. — С. 10–12.

Леонтьева Н.В. Детская книга в формировании духовного облика младшего школьника / Н.В. Леонтьева // Дети и подростки в мире книжной культуры: Сб. науч. тр. / Рос. гос. б-ка. — М., 1993. — С. 25–55.

Леонтьева Н.В. Первый этап вхождения в мир книги / Н.В. Леонтьева // Дети и подростки в мире книжной культуры: Сб. науч. тр. / Рос. гос. б-ка. — М., 1993. — С. 7–25.

Лисицин Ю.П. Искусство и здоровье / Ю.П. Лисицин, Е.П. Жилиева. — М.: Знание, 1974. — С. 29–37.

Миллер А.М. Некоторые проблемы библиотерапии за рубежом: Обзор лит. / А.М. Миллер // Библиотековедение и библиография за рубежом. Вып. 36. — 1971. — С. 93–107.

Михайлова Л.П. Что будут читать дети XXI в. («Фолиант — белые ночи») / Л.П. Михайлова // Дет. лит. — 2001. — №5–6. — С. 89–90.

Мишкиненене Г.Р. Библиотерапия в медицинских библиотеках / Г.Р. Мишкиненене // Науч. и техн. б-ки СССР. — 1987. — №3. — С. 20–21.

Пальгуева Г.М. Мир детской библиотеки для детей и родителей. Итоги социол. исслед. / Г.М. Пальгуева // Дет. б-ка. — Ниж. Новгород, 1977. — №1-2(13-14). — С. 91.

Просалкова Ю.В. XX век и чтение детей / Ю.В. Просалкова // Мир б-к сегодня: Науч.-информ. сб. / Рос. гос. Информкультура. — 1997. — Вып. 2. — С. 5–8.

Просалкова Ю. Итоги столетия. Что читает подрастающее поколение в конце XX века / Ю. Просалкова // Б-ка. — 2000. — №2. — С. 36–39.

Просалкова Ю. Защитим сказку! / Ю. Просалкова // Б-ка. — 1999. — №11. — С. 72–74.

Просалкова Ю. Что читают дети мира в конце XX столетия: [О проекте междунар. сравн. социолог. исслед. разработан. РГБ] / Ю. Просалкова // Б-ка. 1997. — №2. — С. 5–6.

Рослик Г.М. Немного о библиотерапии /Г.М. Рослик //Науч. и техн. б-ки. — 1995. — №7. — С.65–67.

Руководство по психотерапии /Под ред. Рожнова. — 3-е изд., доп. и перераб.- М.: Медицина, 1985. — С. 304–309.

Симонов, Б.А. О библиотерапии /Б.А Симонов //Библиотековедение. — 1996. — №6. — С.38–41.

Сказкотерапия: Метод рек. Вып. 2 /Сост. В.В.Климова /Тамб. обл. дет. б-ка. — Тамбов, 2001. — 23 с.

Скаллер Р. Библиотерапия /Р. Скаллер //Библиотекарь. — 1965. — №11. — С. 36–37.

Тимофеев А. Лечит слово... /А. Тимофеев //Б-ка. — 200. — №4. — С. 37–39.

Тихомирова И. Покатилось яблочко по блюдечку, да по волшебному /И. Тихомирова // Б-ка. — 2001. — № 7. — С. 51–54.

Тихомирова И. Учиться языку чувства /И. Тихомирова //Б-ка. — 1997. — №11. — С. 58–60.

Трофимова Р.А. Библиотерапевтический эксперимент в селах Алтайского края (некоторые итоги) //Р.А. Трофимова //Библиотековедение. — 2002. — №5. — С. 63–68.

Тумурук А.В. Чтение детей в 7–9 лет: Удивление. Переживание. Открытия /А.В. Тумурук //Дет. б-ка. Профессиональный информ. журнал. -№1 (25) Ассоциация дет. б-к России. Нижегород. гос. обл. б-ка. — Н.Новгород. — 2000.

Умнова Ю.Б. Библиотерапия на службе здоровья: Метод. рек. /Ю.Б. Умнова. — Тамбов, 1989. — 6 с.

Хворостянова, М.Е. Информация, поучение или наслаждение /М.Е.Хворостянова //Нач. шк. — 1999. — №2. С.9–12.

Чудинова В.П. Книжная вселенная детства /В.П. Чудинова //Читающая Россия: мифы и реальность: По мат. Рос. науч.-практ. конф. Москва, дек., 1996. — М.:Либерия, 1997. — С.81–89.

Составитель: библиотекарь Н.В. Аверьянова

Редактор: зав. НМО И.С. Мажурова

Отв. за выпуск: зам. директора Л.Н. Патрина

Компьютерная вёрстка: Н.В. Аверьянова

«Лекарство для души»: применение библиотерапии в библиотеке: Метод. рекомендации / Сост. Аверьянова Н.В.- Тамбов, 2004. — 24 с. — (Тамб. обл. универсал. науч. б-ка им. А.С. Пушкина; Научно-методический отдел).

Тираж: 40 экз.

Методические рекомендации включают подробный и разносторонний анализ библиотерапии как науки и сферы практической деятельности. Рассмотрены история библиотерапии в России и за рубежом, даны практические рекомендации по использованию библиотерапии в работе библиотек.