

Слайд 1

ВЫСОКИЕ ЦЕННОСТИ БИБЛИОТЕРАПИИ

Добрый день, уважаемые коллеги, гости нашей конференции!

Представьте себе, что можно принять от головной боли, бессонницы или депрессии не таблетку или микстуру, а поэму, пьесу, роман, стихотворение, а то и вместе с обычными лечебными процедурами пройти в больнице курс «книголечения».

Сегодня в ряде европейских стран (Финляндии, Франции, Швеции, Англии, Германии), а также в США в книжных магазинах продаются сборники терапевтической литературы, оформленные в виде упаковок для лекарств. А в больницах пациентам, помимо традиционной лекарственной терапии, прописывают чтение художественных и научно-популярных произведений для ускорения выздоровления и закрепления достигнутого результата.

Слайд 2

Давно уже психологами замечено, что у людей читающих меньше риск развития неврозов и психосоматических заболеваний. Они более устойчивы к стрессам, легче адаптируются к окружающей жизни, социуму.

К сожалению, в последние годы в нашей стране люди стали меньше читать книги. Возможно, виной тому снижение качества, дороговизна книг, а также появление огромного массива иных, альтернативных чтению, источников информации, Интернет и т.д. Неумолимо сокращается количество библиотек, где каждый желающий мог бы получить совет по кругу чтения.

И как следствие (многие усматривают в этом прямую связь) - ухудшается духовное и физическое состояние людей, растет число страдающих психическими расстройствами и неврозами, увеличивается количество аптек и клиник.

Проблемы со здоровьем возникают у людей тогда, когда они не реализуют или не в полной мере реализуют себя. Человек, не осознавший себя как личность, не может быть до конца счастлив и здоров в принципе. Решение всех этих вопросов возможно через культурную реанимацию - искусство, музыку, театр, общение и, конечно же, книги.

Слайд 3

Почему или для чего мы читаем? Обычно люди читают такую литературу, которая отвечает их внутреннему состоянию. Для одних чтение книг - это развлечение, для других - работа, для третьих - новые знания, для четвертых - успокоение души. В любом случае, книга - это не просто стопка бумаги в переплете, но средство активного влияния на человеческий разум.

Книги – это целый мир, в котором можно вести себя по-разному. Их можно не только читать или перечитывать, но можно коллекционировать, просматривать, систематизировать, составлять каталоги. Например, любимым занятием для Карла Маркса было «рыться» в книгах, перебирать их. Оказывается, такие «библиотекоподобные» процессы тоже вносят положительный вклад в оздоровление человека.

С момента возникновения первых библиотек книги сразу стали восприниматься людьми не только как носители знаний, но и как своеобразное лекарство от духовных и физических недугов.

Еще в XIII в. до н. э. фараон Рамзес II приказал высечь над входом в библиотеку города Фивы надпись - «Аптека для души». Платон видел в книге способность быть лекарством. Аристотель обнаружил, что поэзия снимает чувство страха и облегчает страдания. Пифагор, бывший не только математиком, но и целителем, успешно использовал стихи для лечения ряда заболеваний. Авиценна отмечал лечебные свойства слова, роль книги в исцелении. Аристофан читал свои комедии преступникам с целью их исправления. В древнеиндийской Ригведе встречаются рекомендации по излечению болезней сердца при помощи чтения мудрых книг. В Каире в XIII веке чтение Корана считалось частью лечебного процесса.

Слайд 4

Светские врачи также издавна включали библиотерапию в свой арсенал. Так, Эразм Роттердамский лечил нарыва на лице чтением юмористических произведений. Французские и английские врачи XVIII столетия прописывали своим пациентам в качестве поддерживающей терапии чтение книг.

В 1836 году в учебнике «Общая терапия» русского врача И.Е. Дядьковского чтение называется одним из главных средств психотерапии. В середине XIX века в России при больницах появляются библиотеки для пациентов. В 1888 году открывается Московская психиатрическая клиника, где возглавивший ее психиатр С.С. Корсаков применяет свою «систему морального влияния» - воздействие произведениями искусства и литературы на душевнобольных.

Слайд 5

Систематические исследования по библиотерапии начались уже в XIX веке. Но научное обоснование библиотерапия получила в начале XX века вместе с развитием психоанализа. Термин "библиотерапия" был признан в 1916 году Ассоциацией библиотек США.

Слайд 6

Библиотерапия (от лат. biblio — книга и гр. therapia — лечение, уход за больным) — метод психотерапии, использующий литературу как одну из форм лечения словом; использование специально подобранного для чтения материала как терапевтического средства в общей медицине и психиатрии с целью решения личных проблем при помощи направленного чтения.

Применение метода началось в США, в госпиталях для ветеранов Первой мировой войны, а позже продолжилось в обычных больницах. В 30-х годах прошлого века американкой А. Хайнес, работавшей в больнице Святой Елизаветы (Вашингтон) был составлен *перечень личностных качеств, необходимых библиотерапевту: хорошее гуманистарное образование, любовь к литературе, ценностные жизненные ориентиры, желание помогать другим*, которые позже свелись к трем основным постулатам - *девизу библиотерапии: помоги, не вреди, развивай*. Тогда же в рамках Федерации библиотерапевтов США были созданы первые стандарты, позволяющие контролировать качество практической подготовки библиотерапевтов.

Библиотерапевтическая работа в США признается видом библиотечных услуг, библиотерапевты включаются в штат публичных и ведомственных библиотек, а также работают в больницах, помогая врачам.

Слайд 7

В России библиотерапия в этот период также начинает применяться. Ведущую роль в обосновании методов библиотерапии сыграли труды Н.А. Рубакина, создателя библиопсихологии — науки о восприятии текста. В своей работе «Среди книг» он писал: «Три великие силы содержатся в книге — знание, понимание, настроение».

Одним из пионеров использования библиотерапевтических методов в медицине СССР стал М.В. Вельвовский. В 1927 году в психотерапевтическом диспансере, потом в Харьковском психоневрологическом госпитале он начал применять библиотерапию, утверждая, что чтением пациента нужно руководить, больной не должен читать что попало. Психотерапевт должен поставить диагноз и сформулировать, какой сюжет необходим, а библиотекарь должен подобрать соответствующие книги для лечения. Лечебный эффект базируется на

узнаванием пациентом своей проблемы, отраженной в художественном произведении, на рекомендациях, советах следовать конкретным примерам.

Исследования по лечебному воздействию книг на здоровье человека проводились на базе библиотек домов отдыха, санаториев, пансионатов. В статьях журнала «Курортное дело» за 1928 год отмечалось положительное воздействие юмористических книг, мемуарной литературы на отдыхающих.

Слайд 8

В годы Великой Отечественной войны врачи и библиотекари, работавшие в военных госпиталях, отмечали зависимость результатов лечения от прочитанных пациентами книг.

Основываясь на этом опыте, профессор М.П. Кутанин после войныставил вопрос о необходимости развития библиотерапии в СССР. В медицинских газетах были опубликованы серии его статей под общим названием "Библиотерапия". Тогда же этот термин был введен в широкий научный оборот в нашей стране.

В 50-е годы библиотерапию активно стали использовать в лечении детей, применяя чтение классической художественной литературы для коррекции девиантного поведения, лечения логоневрозов, тиков, - и это принесло успех.

Слайд 9

В 1967 году по инициативе профессора Вельвовского в базовом по психотерапии санатории "Березовские минеральные воды" (Харьковская область) был открыт первый в СССР кабинет библиотерапии. Заведовать кабинетом назначили библиографа Агнессу Михайловну Миллер. Усилиями Миллер библиотерапия из методики превратилась в самостоятельную научную дисциплину, находящуюся на стыке библиотековедения и психотерапии. Именно Миллер сформулировала ответы на вопросы, какие болезни лечатся книгой, какие книги нужны для этого, и каким образом правильно читать их.

Слайд 10

Хорошая литература, пишет А.М. Миллер, лечит не только и не столько сюжетом, сколько семантикой речи, идеями, художественными средствами, то есть восстанавливает эстетический вкус пациента.

Главным признаком того, что кризис преодолен и больной пошел на поправку, является не оптимистическое мировидение пациента, а пробудившееся у него художественное чутье.

Далее – цитата из автореферата кандидатской диссертации А.М. Миллер «Особенности руководства чтением больных в библиотеках лечебно-профилактического профиля» (диссертация защищена в Ленинграде в 1975 году): *«Обычно в процессе воспитания и в практике библиотечной работы формирование эстетического восприятия, а также навыка к чтению происходит на протяжении длительного периода. Чем же объяснить наблюдаемое нами явление, когда в процессе библиотерапевтической работы больной, читательский опыт которого ограничивается литературой по школьной программе в объеме пяти-семи классов и чтением иллюстрированных журналов, начинает все свободное время тратить на чтение книг, и не только тех, которые мы ему рекомендуем? У такого читателя наблюдается «эмоциональный взрыв», направленный на чтение: происходит своего рода открытие художественной литературы как источника эстетического наслаждения, глубоких и сильных эмоций, уже не связанных с жизненно важными для него проблемами. Сначала больной воспринимает предложенное произведение как лечебное средство («доктор сказал, что поможет») и старается тщательно выполнить инструкцию, данную библиотекарем. Затем пробуждается эстетическое восприятие».*

Слайд 11

С 1967 по 1974 годы библиотека санатория «Березовские Минеральные Воды» обслужила 27626 читателей, к которым применялась психогигиеническая методика библиотерапии (создавался благоприятный эмоциональный фон для комплексного лечения от разных, не только нервно-психических болезней), и 1963 пациента лечились по полной программе от неврозов. Большинство из них – люди без высшего образования.

Далее приведены цитаты из «Книги отзывов» (орфография, пунктуация и стилистика оригиналов сохранены):

Слайд 12

К.Т.Ф., нормировщица: «Я, очень благодарна библиотерапевту Миллер А.М. за чуткий и ... (неразборчиво) подход к больным, ее слова действительно лечать, бывши у нее на занятиях просто получаешь выздоровление в ее слове и правильном подборе литературы для больного. Прочтеш книгу и сравниваешь себя и начинаешь вести борьбу со своими нервами и болячками. Мне помогла Агнесса Михайловна в моем выздоровлении».

Слайд 13

К.Н.С., продавщица магазина «Океан»: «Я думаю, что библиотерапия хорошее дело. Первые дни пребывания в санатории я переносила неважно, мне казалось, что я в больнице и со мной может что-то случиться, была неуверенность. Беседы с Агнессой Михайловной, литература помогли мне сосредоточиться, придать мне уверенность, я думаю, что я избавилась от своей слабости. Спасибо!!!».

Слайд 14

К.Б., инженер-инструктор завода «Славтяжмаш»: «Я глубоко благодарен прекрасным врачам психотерапевтического отделения за то умение и благородное желание отнять у человека чувство горя, научить его быть сильнее ударов судьбы. Действительно, слово лечит. В этом невозможно усомниться. А уж что слово ранит, в этом убеждены все. Я очень благодарен Агнессе Михайловне Миллер за чуткий подход, умение понять человека, найти его слабости и заставить (убедить) быть сильнее их. Подтверждает она довольно убедительно эту слабость на примерах художественной литературы, в которых люди показаны и сильные и слабые. Читая, сравнивая и анализируя, убеждаешься, что ты просто распустил себя, что человек может все».

Агнесса Михайловна Миллер составила список книг для лечения неврозов. Далее я приведу несколько авторов и названий; всего же в нем наименований более 80.

Слайд 15

Список книг для лечения неврозов

1. Аксенов В. «Товарищ Красивый Фуражкин»
2. Алдан-Семенов А. «Ревел над морем ветер свежий...»
3. Алдан-Семенов А. «Река Парабель»
4. Амлинский В. «Жизнь Эрнста Шаталова»
5. Андерсен Г.Х. Сказки и истории
6. Базен Э. «Встань и иди»
7. Бек А. «Жизнь Бережкова»
8. Берггольц О. «Испытание»
9. Берггольц О. «Я сердце свое никогда не щадила»
10. Бовуар С. «Очень легкая смерть»
11. Бойченко А. «Молодость»
12. Борисов Л. «Родители, наставники, поэты. Книга в моей жизни»
13. Брет Гарт Ф. «Счастье Ревуцкого стана и другие рассказы»

Слайд 16

14. Брет Гарт Ф. Собрание сочинений в 6 томах
15. Бронте Ш. «Джейн Эйр»
16. Булгаков М. «Записки юного врача»
17. Вигдорова Ф. «Дорога в жизни»
18. Воронцова П. «Софья Ковалевская»
19. Гайдар А. «Военная тайна»
20. О.Генри. Избранные произведения в 2-х т.
21. Герман Ю. «Один год»
22. Герцен А. «Былое и думы»
23. Гете И.В. «Фауст»
24. Голсуорси Дж. «Сильнее смерти»
25. Горький М. «Детство». «В людях». «Мои университеты»

Слайд 17

В начале 1970-х годов XX века библиотерапия начала применяться и в других санаториях и профилакториях Советского Союза: в прикарпатском «Квітке Полонини», алуштинском «Рабочем уголке», ялтинских «Форосе» и «Орлином гнезде», киевском «Первое Мая», одесском «Имени Ленина».

Но всему хорошему, к сожалению, когда-нибудь приходит конец: и данная грандиозная идея, оказалось, держалась на энтузиазме конкретной личности. Лечение при помощи метода библиотерапии в «Березовских Минеральных Водах» продолжалось до 1980 года. После увольнения А.М. Миллер все прекратилось. Последний общесоюзный семинар библиотерапевтов состоялся в Саках в 1987 году.

В наши дни библиотерапия снова набирает все большую популярность. Медицинские психологи рекомендуют методом библиотерапии лечить детей, страдающих синдромом дефицита внимания и гиперактивности, расстройствами речи и задержкой психического развития.

Библиотерапия доказывает свою эффективность и среди взрослых, столкнувшихся с жизненными трудностями.

Сегодня библиотерапия развивается усилиями двух сторон – медиков (психотерапевтов, психиатров, психологов-клиницистов) – с одной, и библиотечных работников и педагогов – с другой стороны. Основное отличие работы психотерапевтов и психиатров в библиотерапии от работы библиотековедов - в том, что первые ведут ее с больными, а вторые – со всеми, кто нуждается в информационной и психологической помощи.

Изменившиеся социальные условия значительно повысили уровень тревожности населения. Это отражается как на поведении, так и на всей

деятельности наших пользователей-читателей. В связи с этим библиотерапия становится чрезвычайно актуальным методом и в работе библиотек.

Слайд 18

Именно библиотеки могут повысить стрессоустойчивость личности, находящейся в дискомфортном или кризисном состоянии. Поэтому сегодня ряд исследователей рассматривают библиотерапию как одну из форм работы, ориентированную на читательское развитие и адаптацию в обществе, и включают в это понятие весь комплекс библиотечных мероприятий.

Мы, библиотекари, рассматриваем библиотерапевтическую работу в аспекте заботы. С позиций читательского развития для нас наиболее важным является именно это значение слова *терапия*. Традиционно основной заботой библиотекарей является воспитание культуры чтения, а также или развитие личности как читателя, или читательское развитие личности на разных этапах жизни.

В дискомфортных ситуациях, испытывая беспокойство, тревогу, страх, человек стремится к психологической защите, адаптации, компенсации, которые являются основными составляющими системы саморегуляции.

В этом контексте библиотерапию рассматривает Ю.Н. Дрешер (директор Республиканского медицинского библиотечно-информационного центра Республики Татарстан, Казань). 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.

Таким образом, сущность библиотерапии как направления работы библиотек с читателями, — в целенаправленном воздействии с помощью как книг, так и средств библиотечной работы в различных дискомфортных и кризисных ситуациях, ориентированном на выбор оптимальных способов информационно-психологической защиты личности, адаптации, компенсации и коррекции через совершенствование читательской деятельности.

Через развитие читательской культуры библиотекари тоже могут помочь каждому находить свое лекарство для души. Главное, чтобы книги завершались победой добра над злом и здоровья над недугами.

Слайд 19

Приятного чтения!