

Marina Saltykova-Volkovič

Основные направления использования библиотерапии в работе социального педагога и педагога-дефектолога

Bibliotheca Nostra : śląski kwartalnik naukowy nr 3, 19-33

2014

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Марина Салтыкова-Волкович
Гродненский государственный университет им. Я. Купалы

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ БИБЛИОТЕРАПИИ В РАБОТЕ СОЦИАЛЬНОГО ПЕДАГОГА И ПЕДАГОГА-ДЕФЕКТОЛОГА

С помощью чтения можно ослаблять или усиливать воздействие на чувства клиента для восстановления его душевного равновесия. Те или иные образы и связанные с ними чувства, влечения, желания, мысли, усвоенные с помощью книги, восполняют недостаток собственных образов и представлений, заменяют тревожные мысли и чувства и направляют их по новому руслу, к новым целям.

Мы рассматриваем библиотерапию как часть системы подготовки студентов высших учебных заведений педагогического профиля к профессиональной деятельности. С этой целью на нашем факультете введен курс «Библиотерапия» для студентов специальности «Олигофренопедагогика и логопедия», «Социальная педагогика». Использование библиотерапии в процессе занятий началось на нашем педагогическом факультете после приезда в университет г. Гродно профессора И. Борецкой [Борецка, 2007, с.100]. Она выступала перед студентами и преподавателями факультета, проводила консультации и заинтересовала нас в библиотерапевтическом направлении. Мы используем такие формы, как лекции, практические, семинарские занятия, тренинговые упражнения, ролевые игры. Изучение библиотерапевтических методов и приемов в ходе практических занятий требует развития навыков групповой работы. Эффективным является проведение супервизионных сессий, активизация самостоятельной работы студентов. Для этого предлагается написание и защита исследовательских проектов. Студенты учатся подбирать модели библиотерапевтического воздействия для коррекционных занятий с детьми. Мы рассматриваем варианты основных библиотерапевтических техник. Особое внимание уделяется терапевтическим играм, применяемым на интегрирующих занятиях.

Проходя практику в средних школах г. Гродно, еще обучаясь в университете, студенты-будущие социальные педагоги успешно применяют метод библиотерапии и сказкотерапии с трудновоспитуемыми подростками, с детьми младшего школьного возраста.

Мы обучаем студентов методике написания терапевтических сказок по М. Эриксону. Специфика этих сказок в том, что они направлены на решение некоторых проблем в поведении – конфликтности, неумения вести себя в обществе и т.д. Недостатки, отклонения в поведении не названы прямо, а обозначены в этих сказках с помощью метафор. Через эти сказки проходит мысль, что в каждом человеке обязательно есть что-то хорошее, и надо постараться это увидеть, тогда будет меняться и наше отношение к людям, и поступки того, кто имеет какие-то недостатки. Терапевтические сказки помогают людям видеть свои ошибки в поведении, искать выход из жизненных кризисов. Студенты изучают алгоритм построения сказок по методике М. Эриксона, а затем сами сочиняют, их сказки регулярно публикуются в республиканском журнале «Планета Семья».

Библиотерапию на занятиях мы сочетаем с другими видами арт-терапии, например, с изотерапией, с музыкальной терапией. Именно комплексное применение дает максимальный результат.

Одним из направлений освоения студентами библиотерапией мы рассматриваем написание ими курсовых работ. В настоящее время студентами заочного отделения специальности «Олигофренопедагогика. Логопедия» и дневного отделения специальности «Социальная педагогика. Английский язык» написано и успешно защищено несколько курсовых работ на такие темы, как использование библиотерапии в работе логопеда, нетрадиционные формы работы логопеда, библиотерапевтические методы в коррекционной работе с детьми-инвалидами, применение библиотерапии в коррекционно-компенсационных занятиях и др.

Социальных педагогов и дефектологов следует обучать использованию библиотерапии в индивидуальной и групповой работе. При индивидуальной библиотерапии чтение клиентом книг осуществляется по составленному библиотерапевтом плану с последующим разбором прочитанного. При групповой библиотерапии, кроме требований, которые учитываются при создании любой психотерапевтической группы, необходим еще подбор членов группы по степени начитанности и читательским интересам. Наиболее приемлемым является проведение библиотерапии в группе из 5-8 клиентов. Подбираются небольшие по объему произведения, которые читаются во время группового занятия. Возникает дискуссия, в результате которой четко вырисовывается структура межличностных отношений в группе, определяется отношение членов группы к чтению художественной литературы, у малочитающих пробуждается интерес к чтению. Беседы записываются на магнито-

фон и анализируются социальным педагогом, дефектологом, ведущим группу. Библиотерапия, как и руководство чтением вообще – процесс лечебно-педагогический.

Мы полагаем, что в работе социального педагога можно использовать различные виды и техники библиотерапевтического сочинения, направленные на диагностику состояния, развитие креативности и психокоррекцию. Например, драматургия – комедия и трагедия, мелодрама и трагикомедия; стихосложение – синквейн, рондо, акrostих, японская поэзия и проза – танка, хокку, рэнку. Интерес представляет словотворчество как прием для отреагирования негативного и обесценивания травматического опыта.

Мы обучаем будущих дефектологов и социальных педагогов некоторым таким техникам. Например, предлагаем им следующую методику: написать длинный ряд названий различных эмоций, чувств, состояний (например, «надежда, любовь, радость, горе, болезнь, восторг, депрессия, уверенность»). Затем выбрать одно из них и написать эссе на тему этой эмоции или чувства. Далее студенты вслух читают свои небольшие произведения, получая при этом одобрение и поддержку группы, которая активно реагирует на прочтение. При этом раскрытие темы может быть очень неожиданным. Например, одна студентка-молодая мама очень подробно описывала свои роды, боль, переживания, и в конце лишь немного, но очень эффектно вставила предложение о том, как впервые увидела своего новорожденного ребенка. Назвала она свой рассказ «Счастье», и группа с восхищением аплодировала ей после прочтения этого рассказа.

Приведу небольшой пример своего эссе на тему «Безнадежность» в качестве возможного варианта:

«Десять дней не приходящий ответ на теплую смс-ку. Вопреки обстоятельствам – тщательный уход за своей внешностью. Мокрый снег, выпавший накануне майских выходных. Много раз испеченный пирог с пониманием того, что кто-то важный для тебя никогда его не попробует. Сны, в которых видишь дом из далекого детства. Автобус, на который ты не успел в двенадцать часов ночи. Откладывание со дня на день в течение десяти лет увольнение с работы. Пол-литровая чашка кофе, выпитая перед сном. Внимательный просмотр «рекламки» двухмесячной давности. Восхищение альпинистами на экране телевизора. Постоянные ошибки при умножении простых чисел. Приглашение на отпуск в Испанию для человека, у которого аллергия на солнце. Домофон в доме с отключенным электричеством. Ожидание телефонного звонка с разряженным телефоном».

Мы обучаем студентов и такой методике, как написание сказок, в которых главными героями являются два совершенно, казалось бы, различных предмета, например, стол и гитара, светофор и лимон, роза

и туфельки, ножницы и глобус. Надо отметить, что сказки, построенные по такому принципу, получают очень глубокими по содержанию, философскими.

Студентов, которые будут работать с детьми младшего школьного возраста, мы обучаем методике написанию сказок и мини-сочинений о буквах. О любой букве алфавита можно предложить написать короткую сказку. Например, дети сочинят, как буква П подружилась с буквой А и они вместе пошли гулять в зоопарк, ели мороженое, повстречали букву М и получилось новое предложение. Таким образом у детей будет развиваться и воображение, и интерес к чтению, так как буквы наполняются новым, загадочным смыслом.

Библиотерапия является одним из способов работы в экзистенциальном консультировании. Интересным направлением нам представляется использование библиотерапии для борьбы со страхами женщины. Страх – аффективное (эмоционально заостренное) отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия; тревога – эмоционально заостренное ощущение предстоящей угрозы. Тревога в отличие от страха – не всегда отрицательно воспринимаемое чувство, так как она возможна и в виде радостного волнения, волнующего ожидания. Состояние безотчетного, неопределенного беспокойства порождает тревогу, боязнь определенных объектов или мыслей – чувство страха. Объединяющее начало для страха и тревоги – чувство беспокойства.

Каждая женщина подвержена страхам на протяжении всей своей жизни, и не имеет значения возраст и социальное положение, которое она занимает в обществе. Конечно, бывают случаи, когда страх настолько силен, что требует медицинского вмешательства. Но в большинстве случаев испытываемый женщиной страх – это просто чувство беспокойства, которое присуще всем нормальным живым существам. Так что же так пугает женщин?

Боязнь одиночества. Страх остаться одной может толкнуть на совершение глупых поступков. Он принуждает вас к общению с людьми, которые не вызывают ни симпатии, ни других теплых чувств. Обзавестись настоящими друзьями, понять, кто твоя вторая половинка, – это очень трудновыполнимая задача. И с возрастом она только усложняется.

Боязнь отсутствия денег. Если деньги в семью приносит только муж, то от беспокойства, вызываемого страхом одиночества, женщина может просто загнать себя в тупик. Женщины терзают себя мыслями о том, как быть, если муж заболел или вообще уйдет к другой. Но у каждой из нас есть хоть какое-то образование. Уже со школьной скамьи мы приступаем к выбору своей профессии и умеем что-то большее, чем просто сварить борщ. Если это не так, нужно заняться самообразованием, это заставит страх отступить.

Беспокойство о детях. Женщина, у которой есть ребенок, никогда не перестает беспокоиться о нем, переживать и бояться, даже если ее дитя стало самостоятельным и взрослым человеком со своей собственной семьей. Такие страхи формируются из-за материнского инстинкта, так что бороться с ними бесполезно. Ведь нет ничего естественнее, чем беспокоиться за собственное дитя. Эти страхи заставляют развиваться и двигаться вперед не только общество, но и все человечество. Так что не надо противиться природе, единственное, что не следует предаваться панике по незначительным причинам.

Американское Общество исследований в области здравоохранения женщин выяснило, что женщины боятся больше всего проблем, связанных со здоровьем. Многие женщины испытывают, например, страх заболеть раком.

Страх потерять любовь. Женщины слишком эмоциональны, слишком ранимы и чувствительны. Влюбляясь, женщины отдаются чувствам полностью, поэтому потерять любовь для женщины – значит, потерять частичку себя. Причем неважно, первая это любовь или десятая – мы каждый раз влюбляемся так, как будто в первый раз. И когда женщина находит свою любовь, самый большой страх – это ее потерять.

Собственная неуверенность. Женщину пугает все новое и трудное, она боится заняться ремонтом, поменять надоевшую работу. Женщина думает, что от перемен не будет ничего хорошего, что станет только хуже. Не надо бояться совершить ошибку. Надо на них учиться.

Существует и другой вид неуверенности. Это неуверенность в себе: вы застенчивы, боитесь общаться с людьми, то впадаете в краску, то бледнеете по непонятным причинам, не решаетесь сказать что-то или спросить. Это нужно скорее относить к достоинствам, чем к недостаткам. Наглость совершенно не украшает женщину. Не пугайтесь своей застенчивости. Ведь главной женской силой является ее слабость!

Страх перед возрастом. Молодость проходит, и красота вместе с ней. Так уж заведено в этом мире, и мы ничего не можем с этим поделать. Ухаживайте за собой и за своей красотой, и чем старше вы становитесь, тем активнее нужно это делать. С годами вырастет и самооценка. Женщина сможет, наконец, оценить себя по достоинству, и все страхи пройдут. А если женщину все еще страшит ее возраст, значит, она еще не достаточно стара.

Женщины боятся и других вещей – избыточного веса, незапланированной беременности.

Самое главное, нужно помнить, что каждая женщина имеет право на ее маленькие слабости, и психиатры согласны с этой точкой зрения: отсутствие какого-либо беспокойства и страха является признаком заболевания. У женщин очень тонкая душевная организация, и из-за

этого от страхов никуда не деться, важно только научиться управлять ими, и тогда все получится!

В этом как раз может помочь, по нашему мнению, библиотерапия. Для коррекции эмоционального состояния, развития творческих способностей социальный педагог и психолог может использовать различные виды арттерапии в сочетании с библиотерапией: изотерапию, песочную терапию, сказкотерапию, драматерапию, музыкотерапию, танцевальную терапию. Это позволяет работать на бессознательном уровне, с мыслями и чувствами, которые кажутся непреодолимыми для личности. Во время сеансов по библиотерапии мы получаем важное послание от собственного подсознания, оно контактирует с нашим сознанием, и этот диалог позволяет нам увидеть то многое и важное, что скрыто внутри нас. Очень важно отметить, что данная методика психологического воздействия не имеет противопоказаний и ограничений. Она применяется всеми направлениями психотерапии, широко используется в педагогике, социальной работе и даже бизнесе. Разнообразные техники арттерапии любому человеку дают возможность выразить свой внутренний мир через искусство, излить свои эмоции в творчество. Важно, что каждый из нас может в будущем уже самостоятельно, без помощи специалиста, заниматься библиотерапией и арттерапией. Упражнения по библиотерапии помогают расслабиться, снять напряжение и чувствовать себя свободнее. Занятия библиотерапией помогают чувствовать себя уверенней, учат мыслить позитивно.

Например, можно использовать библиотерапию в сочетании с изотерапией. Очень непросто начать рисовать страхи. Нередко проходит несколько дней, пока человек решится приступить к выполнению задания. Так преодолевается внутренний психологический барьер – страх страха. Решиться рисовать – это значит непосредственно соприкоснуться со страхом, встретиться с ним лицом к лицу и целенаправленным, волевым усилием удерживать его в памяти до тех пор, пока он не будет изображен на рисунке. Не бежать от страха, а идти прямо навстречу ему – такой принцип борьбы со страхом мы предлагаем использовать посредством данной методики. Когда мы отворачиваемся от страшного и поворачиваемся к нему спиной, то нам становится ещё страшнее, а когда мы смотрим прямо ему в глаза, рассматривая каждую его деталь и чётточку, то нам уже не так страшно.

Вместе с тем осознание условности изображения страха на рисунке уже само по себе способствует уменьшению его травмирующего звучания. В процессе рисования объект страха уже не представляет собой застывшее психическое образование, поскольку сознательно подвергается манипуляции и творчески преобразуется как художественный образ. Проявляющийся при рисовании интерес постепенно гасит эмоцию страха, заменяя ее волевым сосредоточением и удовлетворением

от выполненного задания. Незримую поддержку оказывает и сам факт участия давшего это задание библиотерапевта, которому можно затем доверить свои рисунки и тем самым как бы освободиться от изображенных на них страхов. Посредством рисования в первую очередь удастся устранить страхи, порожденные воображением, то есть то, что никогда не происходило, но может произойти в представлении женщины. Затем идут страхи, основанные на реальных травмирующих событиях, но произошедших достаточно давно и оставивших не очень выраженный к настоящему времени эмоциональный след в памяти женщины. Рисование под музыку формирует навыки саморегуляции.

Игротерапия и чтение книг одновременно помогает преодолеть барьеры в общении и снять психическое напряжение. В процессе игры человек подчиняется правилам, а значит, добровольно противостоит непосредственным импульсам. У женщины формируется воображение.

Можно, работая с текстом книг, применять куклотерапию – использование кукольной драматизации. Взрослые разыгрывают кукольный спектакль, в котором вводят конфликтные и значимые ситуации.

Эффективной формой борьбы со страхами является сказкотерапия. Сказкотерапия – это система передачи жизненного опыта, развития интуиции, социальной чувствительности и творческих способностей. Это язык, на котором можно вести беседы с душой человека. Развивается самосознание и дух на основе общечеловеческих ценностей. Сказкотерапию можно рассматривать как процесс переноса сказочных смыслов в реальность, процесс образования связей между поведением в реальной жизни и сказочными событиями. В сказкотерапии используются разнообразные жанры: басни, былины, притчи, легенды, саги, анекдоты, мифы, сказки. Находят применение и современные жанры: фэнтэзи, детективы, любовные романы и пр. Каждому клиенту подбирается соответствующий его интересам жанр. Метафорическое, сказочное воздействие активизирует личностные ресурсы, «пробуждает» сознание, открывает новые возможности его взаимодействия с окружающим миром. Преимущество сказкотерапии перед другими методами заключается в том, что она действует не так жёстко: придуманная клиентом сказка анализируется психологом, и при этом и клиент, и психолог, социальный педагог эмоционально защищены, новые способы выхода из конфликтной ситуации передаются ненавязчиво; участвуя в сказкотерапевтических сессиях, женщина накапливает положительные эмоции; укрепляется социальный иммунитет. Сказкотерапия помогает укрепить психическое здоровье, осуществлять психопрофилактику тревожных состояний, найти выход в сложной ситуации, восстановить эмоциональное равновесие, преодолеть дезадаптацию, получить новый эмоциональный опыт. Иногда уход в сказку в детском возрасте – это реакция ребенка на какие-то травмирующие

обстоятельства (бегство от действительности), и именно в этом аспекте появляется возможность использования сказки как психотерапевтического средства. С помощью сказкотерапии взрослый человек может решить такие проблемы, как неприятие себя, инфантилизм, неспособность осмыслить свою жизнь, неконтролируемые вспышки агрессии, чувство одиночества, неумение разобраться в собственных чувствах, безответственность. Сказкотерапия используется в целях диагностики (конкретно подобранная психологом сказка или серия сказок), с целью поиска решения личностной проблемы, в качестве подсказки определённого решения.

На наш взгляд, целесообразно применять метод библиотерапии для психологического сопровождения и поддержки беременной женщины. Женщина в состоянии беременности становится эмоционально нестабильной. Практически все женщины, прошедшие через этот период, описывают его как уникальный, совершенно непохожий на предыдущие, очень сильный по уровню переживаний. Эмоции воздействуют на организм беременной женщины через гормональную систему. А поскольку ребенок связан с матерью общим (на определенном этапе) кровообращением, то ее эмоции воздействуют и на ребенка. Чтобы снять накопленное психическое напряжение, успокоиться, расслабиться, можно прибегнуть к методике библиотерапии в сочетании с другими видами лечения искусством. Можно предложить также написание мини-сочинений, которые помогут в раскрытии чувств.

Таким образом, посредством лечения искусством можно укреплять личную идентичность, совершенствовать навыки принятия решений, расслабиться, выплеснуть безопасным образом негативные мысли и чувства, реализовать свою способность к творчеству. Процесс библиотерапии позволяет женщине актуализировать и осознать свои проблемы, а также увидеть различные пути их решения.

Особенно активно в настоящее время библиотерапия применяется для работы с детьми-инвалидами, поэтому мы обучаем своих студентов будущих дефектологов и логопедов использованию библиотерапии. Мы полагаем, что чтение книг и просмотр фильмов, посвященных проблемам интеграции людей с ограниченными возможностями, может содействовать преодолению многочисленных табу, связанных с представлением о норме и патологии жизни в обществе. Такая форма работы требует определенной методической подготовки специалистов. В первую очередь, следует отбирать такие тексты, которые дают позитивный опыт преодоления проблем, но не превращаются в историю чуда. Важно, чтобы текст вскрывал болевые точки коммуникации людей с ограниченными возможностями. Все это работает на идентичность человека – персонажи книг преодолевают те же проблемы, что и читатели. Сопереживание героям насыщает читателей эмоциональными

силами и ресурсами. Одним из приемов организации библиотерапии становится самостоятельное чтение и последующее обсуждение с предварительным чтением отрывков книг. Однако более эффективным представляется выбор фрагментов их книг и фильмов под конкретную тему, их обсуждение с заранее составленными вопросами. Прочтение книги или просмотр фильма целиком происходит по желанию самого человека. Библиотерапия может быть как отдельным направлением работы, так и составным элементом программы подготовки детей с особыми потребностями к независимой жизни. Центральным элементом такой работы становится интерпретация текста – важно, чтобы дефектологи и социальные педагоги опирались на конкретные психологические теории и транслировали их родителям и детям при обсуждении текстов. Особый библиотерапевтический эффект – «снабжение» больного рядом положительных исцеляющих состояний (успокоение, удовольствие, чувство уверенности в себе, повышение психической активности и др.), возникающих у него в ходе глубокого вчувствования, понимания произведения, идентификации с героями и их переживаниями.

Специалист может предложить ребенку нарисовать рисунок, связанный с темой книги, что позволит еще глубже понять проблему и даст дополнительные сведения для терапевтической работы. Фантазии на тему «Что бы я сделал на месте героя?» также являются важными элементами терапии, они дают информацию, каким способом можно преодолеть трудную жизненную ситуацию, причем не проецируя опыт другого человека – ведь фантазирует сам клиент.

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.

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

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 арсенал юмористической литературы, которым мы обладаем, может более активно использоваться в библиотерапевтической деятельности.

Высшим достижением библиотерапии в этом контексте можно считать способность вовлечения в информационный контакт детей социально и физически благополучных и их сверстников с нарушением социального и физического здоровья; провоцирование контактов в семье между детьми и старшими взрослыми. Иными словами, библиотерапевты выходят на новый круг проблем социального существования, участвуя в мероприятиях социальных центров по работе с семьей, детьми с ограниченными возможностями и пр. Формирование волонтерских начал у детей помогает им реализоваться, активно способствует объединению усилий различных общественных и государственных учреждений. Участие социально благополучных детей в общении с людьми с ограниченными возможностями позволяет им корректировать степень эгоцентризма, осваивать навыки практической толерантности, перенося их на модель собственных взаимоотношений с родителями, сверстниками и учителями в школе, со взрослыми; вообще снизить степень необоснованных претензий к окружающему миру. В подобном контексте библиотерапия детской аудитории может рассматриваться как вариант социальной технологии, направленной на освоение личностной модели поведения.

Особым направлением является семейная библиотерапия. Работа с такой достаточно сложной группой читателей, как семья, потребует от библиотерапевта-социального педагога совокупности новых знаний. При общении с семьей предстоит иметь дело как с различными членами семьи, отличающимися друг от друга по возрастным, половым, индивидуально-психологическим качествам, так и с определенной общностью, которую представляет собой каждая семья, и которая, в свою очередь, не похожа на другую. Единственно возможным средством взаимодействия становится диалог, двусторонний или многосторонний, все участники которого выступают равноправными партнерами.

Если взрослые и дети в семье интересны друг другу, не будет возникать проблем, до которого часа можно гулять вечером; почему взрослые могут командовать; имеют ли они право наказывать детей, читать их личные дневники.

Анимационным эффектом семейной библиотерапии обладает летопись семьи – альбом «наш ребенок», коллекции школьных тетрадей детей в первые годы обучения, личные фотоальбомы, фотоальбомы класса, студенческой группы; фотографии из семейного архива; семейная видеотека.

В последнее время стали появляться центры, удовлетворяющие запросы, связанные с досуговой деятельностью (библиотеки-клубы,

библиотеки-кафе, библиотеки-видеотеки); библиотеки религиозной литературы («библиотеки духовного возрождения»); библиотеки семейного чтения, семейные клубы при библиотеках. Клуб опирается на игровые, активные формы общения (конкурсы, импровизированные спектакли).

Для детей, усвоивших навыки чтения, становится привлекательной их демонстрация. Интеллектуальные игры служат формой ненасильственного информационного контакта. Играм принадлежит значительная формирующая, воспитательная роль в развитии личности ребенка. Играя, дети стремятся к преодолению трудностей, ставят задачи и решают их, проходя своеобразные упражнения, тренинги, прививающие полезные умения, навыки, закрепляющие важные человеческие свойства и качества. В познавательных играх всегда имеется педагогическая цель, которая выступает в скрытой форме, но является мощным толчком в развитии любознательности. Литературные игры развивают память, повышают интерес к тексту произведения, дают возможность лучше запомнить их названия, авторов, даты, имена героев и т. д.

Эффективно может применяться метод библиотерапии для лечения неврозов. «Библиотерапевтическое лечение начинается с психологического исследования личности больного и поиска конфликта, приведшего к неврозу: корни конфликта могут уходить так глубоко, что больной не способен самостоятельно найти их и сформулировать, с чего все началось» [Алексейчик А.Е., 1985, с.305]. Невротик будет часами рассказывать о том, как ему плохо сейчас, как велика его печаль и отчаяние, о том, кто и как обидел его вчера и позавчера, а сама ситуация, спровоцировавшая конфликт могла произойти и десять, и двадцать лет назад; невротик о ней прочно забыл, но о ней не забыла его больная душа, наслаивающаяся на психопатогенный инцидент все новые и новые негативные впечатления.

После того как конфликт обнаружен и определен, к процессу лечения подключается социальный педагог. Следуя диагнозу, он составляет для больного план чтения, рассчитанный на три-четыре недели лечения в стационаре и на такой же срок чтения после выписки. План содержит от семи до двенадцати названий книг и состоит из трех частей: вводной, основной и закрепляющей. Сначала невротик читает литературу тонизирующего характера, отвлекающую от мрачных мыслей и способствующую выработке оптимистичного видения мира (но опять же – тексты не должны внушать больному необоснованный оптимизм, несбыточные надежды и сиюминутное бодрячество). Если болезнь запущена и невротик ушел в себя чересчур далеко и глубоко, то он не доверяет врачам и вообще не верит в способности медицины его вылечить. В таком случае план чтения включает одну-две книги о самоотверженности врачей и о всемогуществе медицины.

Вторая часть плана чтения содержит книги, герои которых попали в такой же, как и сам больной, жизненный переплет и нашли из него выход. Следя за действиями героя, невротик постепенно сживается с ним, отождествляет себя с персонажем, и ближе к финалу романа они оба – больной и персонаж – начинают искать выход вместе. Один, два, три персонажа, пережившие психологический кризис и вышедшие из сложной ситуации – и у больного появляются силы противостоять собственной жизненной трагедии. Читая одну книгу за другой, пациент осознает, что он не неудачник, а такой же, как и все, что у любого человека в жизни бывают проблемы, падения и промахи и, главное, что любой, самый обыкновенный человек способен преодолеть их и отыскать решение. Это уже прогресс, это уже начало выздоровления, теперь врачу и социальному педагогу-библиотерапевту необходимо следить за тем, чтобы больной не сорвался, чтобы не произошел рецидив. Для этого предлагается следующая порция книг, доказывающих, что жизнь, конечно, трудна, сложна и трагична, время от времени бьет по голове, не без того, иногда очень даже сильно, но все равно – ничего прекраснее жизни на свете нет. Даже если многое уже безвозвратно потеряно, то это еще не конец и нельзя складывать руки: в окружающем мире всегда достаточно того, ради чего стоит жить и бороться.

Когда больной находит для себя это и врачи убеждаются, что к пациенту вернулись ощущения радости жизни и сознание уверенности в своих силах, чтение переходит к завершающему этапу, цель которого – сформировать или восстановить ранее сформированные навыки к постоянному чтению художественной литературы.

В качестве одного из вариантов группового библиотерапевтического взаимодействия может рассматриваться тренинг. Преимущества модели групповой библиотерапии состоят в следующем: закладываются основы содержательной совместной информационной деятельности; обеспечивается преемственность и непрерывность в работе групп, закрепляются навыки работы с информацией.

Методологически и методически библиотерапевтический тренинг выстраивается по аналогии с социально-психологическим тренингом, но имеет свою специфику – основной блок упражнений направлен на работу с информацией. Тренинг позволяет участникам сознательно пересмотреть сформированные стереотипы, нивелировать стрессовые ситуации в читательской и профессиональной аудитории. Безусловно, не следует рассчитывать на глубокие изменения в сознании участников после одного занятия, но цикл занятий позволит изменить внутренние установки. Например, можно предложить с этой целью сказкотерапевтический тренинг личностного роста для подростков. Участники библиотерапевтического тренинга в недирективной форме учатся понимать друг друга, и этого взаимопроникновения в интересы каждого возможно

достичь в ходе игровой совместной деятельности. Участники обучаются пониманию информации и, соответственно, становятся более компетентными потребителями информационных продуктов. Это особенно важно, так как любой человек обязательно включается в информационный обмен. Неподготовленный человек не сможет по достоинству оценить накопленный человечеством информационный опыт.

Работая в тренинговой группе, участник может экспериментировать с информацией, отстаивать свою модель видения информации, ощущая при этом поддержку со стороны тренера и других участников. Библиотерапевтический тренинг – прагматический результат срастания позиций теории и практики библиотечного дела с концептуальными теоретическими и практическими наработками возрастной дифференцированной психологии и педагогики, социальной работы. Следуя трактовке библиотеки как социального учреждения, ориентированного на незащищенных людей с проблемами здоровья, финансовой обеспеченности, считаем, что ориентация библиотечной работы должна идти на развитие потенциала психически, интеллектуально здорового человека.

Методологически библиотерапевтический тренинг выстраивается на концепции философии личностно-ориентированной терапии, сущность которой сводится к тому, что сам участник осуществляет изменения в своих информационных, социальных отношениях. Безусловно, цель и задачи библиотерапевтического тренинга строятся с учетом возрастных показателей участников. Смешивать разные цели и задачи в ходе работы с разными тренинговыми группами нецелесообразно. Рефлексия тренером той цели, которая решается в ходе занятия, является одним из условий успешной работы тренинговой группы.

Общими целями библиотерапевтического тренинга могут быть: 1) развитие способностей освоения информации; адаптации к информации; 2) повышение информационной компетентности; 3) коррекция социального поведения, снятие информационных барьеров; 4) трансляция библиотерапии. Специфика инструментальной базы библиотерапевтического тренинга состоит в том, что наряду с практическими упражнениями, игровыми заданиями, основанными на групповой работе и составляющими базу тренинга, используются психодиагностические методики, предполагающие индивидуальное участие (тесты, опросы).

Библиотерапевтический тренинг – это многоуровневая диагностика личности, предполагающая систематическую целенаправленную работу с аудиторией. Содержание тренинговых программ с каждым разом становится сложнее, изящнее. В идеале, формируется среда единомышленников (сторонников библиотерапевтического тренинга), где каждый участник может исполнить роль ведущего (тренера), медиатора, модератора, участника. Программно-методическая схема

библиотерапевтического тренинга дает возможность обоснованной разработки программ тренинга для разных возрастных групп. Библиотерапевтический тренинг реализуется по алгоритму социально-психологического тренинга, основная часть которого предполагает обязательно упражнения с информацией:

Итак, можно сделать следующие краткие выводы.

Библиотерапия может успешно применяться социальными педагогами и педагогами-дефектологами как метод социально-психологической помощи людям, попавшим в трудную жизненную ситуацию.

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.

Общее содержание библиосоциальных методов работы сводится к поддержке для снижения социальной напряженности клиентов, мобилизации их внутренних жизненных сил на преодоление каких-либо препятствий, исключения нерациональных форм поведения, снижения групповой и индивидуальной конфликтности.

Библиотерапия должна базироваться на принципах «не навредить», «помогать», «развивать» и может применяться в работе с различными группами населения. Таким образом можно сделать вывод, что это эффективная методика в работе социального педагога, логопеда, педагога-дефектолога.

Библиография

Алексейчик А.Е. (1985), *Библиотерапия*. В: Руководство по психотерапии. Под ред. В.Е. Рожнова. Ташкент, с. 304-319.

Балашова Л.А. (2002), *К вопросу о библиотерапевтическом воздействии юмористической книги на читателей-младших школьников*. В: Педагогика детского чтения: История, теория, перспективы. Межвуз. сб. науч. тр.;

Моск. гос. ун-т культуры и искусств. Москва, 2002, с. 64–70.

Борецка И. (2007), *Библиотерапия: лекции*. Гродно.

Иванова Г.А. (2003), *Современная концепция библиотечной работы с детьми и подготовка кадров*. В: Библиотечное дело – 2003: Гуманитарные и технологические аспекты развития. Мат.

Восьмой междунар. науч. конф. (Москва, 24–25 апр. 2003 г.). Москва, с. 64.

Черняева С.А. (2002), *Психотерапевтические сказки и игры*. Санкт-Петербург.

Ильин И. (1992), *Духовный смысл сказки*. „Литература в школе”, №1, с. 2-10.

Marina Saltykova-Volkovič

Główne kierunki wykorzystania biblioterapii w pracy pedagoga społecznego i pedagoga terapeuty

Streszczenie

Biblioterapia może być z powodzeniem stosowana przez pedagogów społecznych i pedagogów terapeutów jako metoda wsparcia społecznego i psychologicznego osób w trudnych sytuacjach życiowych.

Podstawowe cele biblioterapii to: 1) przekazanie czytelnikowi informacji o problemach; 2) pomoc w uświadomieniu ich istoty; 3) omówienie nowych wartości i postaw; 4) uświadomienie, że inni mierzyli się z podobnymi problemami oraz pokazanie sposobów w jaki je rozwiązywali.

Biblioterapię można podzielić na dwie kategorie:

1. Ukierunkowaną – pomagającą w kształtowaniu siły woli, optymizmu, pogłębieniu wiary w siebie;

2. Nieukierunkowaną – służącą poprawie nastroju, odwróceniu uwagi czytelnika od natrętnych myśli o problemie.

Ogólny cel biblioterapeutycznych metod pracy sprowadza się do okazania wsparcia w celu obniżenia napięć społecznych, rozwijania witalności dla pokonania każdej przeszkody, eliminowania zachowań irracjonalnych, zmniejszenie konfliktów grupowych i indywidualnych.

Biblioterapia powinna opierać się na zasadach „nie szkodzić”, „pomagać”, „rozwijać” i może być stosowana w pracy z różnymi grupami ludzi. Jest to zatem skuteczna technika pracy pedagoga społecznego, logopedy, pedagoga terapeuty.

Słowa kluczowe: biblioterapia, praca pedagogiczna, biblioteka