

УДК 37.091.3

## **ОПАНУВАННЯ ОСНОВ БІБЛІОТЕРАПІЇ ЯК ФАКТОР РОЗШИРЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ**

**М.О.Давидюк**

***Анотація.** У статті проаналізовано сутність бібліотерапевтичного підходу до розв'язання особистісних проблем людини; визначено основні методичні орієнтири навчання майбутніх соціальних педагогів основам бібліотерапію.*

***Ключові слова:** бібліотерапія, соціальна педагогіка, соціально-психологічна адаптація, художня література, терапевтичний процес.*

***Аннотация.** В статье проанализирована сущность библиотерапевтического подхода к решению личностных проблем человека; определены основные методические ориентиры обучения будущих социальных педагогов основам библиотерапии.*

***Ключевые слова:** библиотерапия, социальная педагогика, социально-психологическая адаптация, художественная литература, терапевтический процесс.*

***Summary.** In the article essence of bibliotherapy approach is analyzed for the decision of personality problems of man; certainly basic methodical approaches of studies of future social teachers to bases of bibliotherapy*

***Key words:** bibliotherapy, social pedagogics, socially-psychological adaptation, artistic literature, therapeutic process.*

**Актуальність дослідження, постановка проблеми.** Загострення кризових явищ у сучасному українському суспільстві призводить до деформацій у свідомості й психіці наших співгромадян, стає причиною агресивної поведінки, депресій, алкоголізму, різного роду психосоматичних захворювань. Темпи життя постійно прискорюються, різко змінюються соціально-економічні умови – усе це не дозволяє пересічній людині задовольнити власні потреби у спілкуванні, в усамітненні, в емоційних переживаннях. Інколи – особливо у професійній сфері – душевність та щирість стають зайвими, підвищується рівень конфліктності в спілкуванні.

Завданням різних суспільних інституцій стає збереження українського генофонду, захист духовного і фізичного здоров'я дітей та молоді, допомога людям – дітям, підліткам, дорослим – в усвідомленні необхідності морального розвитку і самовиховання.

Чільна роль у реалізації названих завдань відводиться соціальній педагогіці, оскільки саме професійні функції і обов'язки соціального педагога передбачають допомогу різним верствам населення у збереженні психічного і морального здоров'я, у соціально-психологічній адаптації до змінних умов життя, у профілактиці саморуйнівної поведінки тощо. Очевидною стає потреба в пошуку нових психолого-педагогічних шляхів впливу на особистість, які б допомогли їй «не втратити себе» в епоху кризи, змін і перетворень.

Підвищення професійної компетентності соціального педагога передбачає, з-поміж іншого, опанування ним інноваційними технологіями соціально-педагогічної діяльності, зокрема тими, які сформувалися на стику практичної психології, соціальної роботи та педагогіки. Серед них виділяють: соціально-психологічний тренінг, арт-терапію, ігротерапію, логотерапію, гештальт-терапію, поведінкову психотерапію. Арт-терапія є одним із сучасних методів прогресивної психолого-педагогічної допомоги у лікувально-реабілітаційній, педагогічній та соціальній роботі, що сприяє формуванню здорової та реалізованої особистості [05 пдф].

Одним із різновидів арт-терапії є бібліотерапія (від лат. *biblio* — книга і гр. *therapia* — лікування, догляд за хворим) — метод психотерапії, що використовує художню літературу як одну з форм лікування словом. Дехто з дослідників сучасної соціально-педагогічної практики уважає

бібліотерапію одним з інструментів прогресивної соціальної роботи (Броніслава Парузель (Польща), Юлія Дрешер (Росія), Оксана Вознесенська (Україна)), що сприяє реалізації функцій соціалізації особистості (адаптаційної, корекційної, мобілізаційної, регулятивної, реабілітаційної, профілактичної) [3;4;8].

В галузі впливу на особистість бібліотерапія взаємодіє і з іншими науками – соціологією, аксіологією, педагогікою, психологією. З одного боку, мета бібліотерапевтичних заходів – сприяти одужанню хворого в умовах лікувальної установи, з іншого – бібліотерапія має справу із здоровими людьми (хай навіть і з певними психологічними проблемами), яким потрібно допомогти адаптуватися до ситуації, налагодити стосунки з оточенням. Другий аспект бібліотерапевтичної діяльності (виховання і навчання) тісно пов'язаний із психолого-педагогічними дисциплінами, зокрема із соціальною педагогікою.

**Мета статті** – визначити основні методичні орієнтири навчання майбутніх соціальних педагогів основам бібліотерапії.

**Огляд публікацій.** Використання книг у психотерапевтичних цілях по-різному сприймається класичними вченими, лікарями, практичними психологами, соціальними працівниками, педагогами, батьками і бібліотекарями. Тому вся література з означеної проблематики відображає точку зору спеціаліста, якій працює в конкретній науковій галузі.

А.М.Міллер, яка стояла у витоків бібліотерапії як самостійної наукової дисципліни, переконливо доводить безперечну користь керованого психотерапевтом читання для одужання хворого [1, с.305]. Її послідовники – Н.Оганесян, Ю.Дрешер, Г.Рослік наголошують на необхідності активного залучення людини до читання ретельно відібраної літератури з метою розв'язання її особистісних проблем [3, с.46; 6, с.18-23; 7, с. 65-68].

Бібліотерапія допомагає «важким» підліткам навчитися бачити прекрасне в довколишньому світі (Казарінова) [5, с. 54-55]; сприяє формуванню навичок адекватного і ефективного спілкування у дітей, залежних від комп'ютера (Бадерс); допомагає гармонізувати внутрішній світ людини, підвищуючи тим самим її адаптивні можливості в різних соціальних і культурних контекстах (О.Кабачек) [4, с. 22-40].

Як бачимо, можливості бібліотерапії доволі широкі, особливо у плані соціально-педагогічного впливу на особистість. Тому і визнаємо за необхідне ознайомлення студентів – майбутніх фахівців у галузі соціальної педагогіки – з основами бібліотерапії і доцільністю застосування цієї технології в роботі з різними групами клієнтів.

Щонайперше студентам потрібно засвоїти сутність і конкретне призначення бібліотерапії, її терапевтичні, розвивальні та виховні можливості в кожному конкретному випадку, психотерапевтичний потенціал різних літературних жанрів.

Часто на етапі первинного знайомства із технологією бібліотерапії у студентів виникають суперечливі враження: більшість із них вважає, що ця технологія є звичайним педагогічним керівництвом розвитком читацьких інтересів дитини чи підлітка. Майбутніх соціальних педагогів варто переконати у тому, що бібліотерапія, хоч і перетинається з аналізом художнього твору, але не є тотожною йому, оскільки максимально залучає до аналітичної роботи особистий досвід читача, сприяє якнайповнішому суб'єктивному сприйняттю образно-символічного змісту твору – що не є припустимим у літературній критиці чи звичайному читацькому обговоренні.

Незважаючи на те, що між бібліотерапією та педагогічним керівництвом процесом читання є багато спільного, повністю ототожнювати їх не можна, оскільки: 1) бібліотерапія потребує більш глибокого аналізу проблем особистості; 2) більшої кількості часу, ніж керівництво читанням; 3) передбачає більш особистісне використання літератури стосовно читача та його проблем; 4) часто бібліотерапія є груповим процесом [8].

Бібліотерапія як технологія соціально-педагогічної роботи й психологічного впливу завжди і обов'язково запускає конкретні терапевтичні процеси – чого немає під час літературно-критичного аналізу, читацького обговорення і рецензування творів (окрім випадків катарсису під час сприймання) – і ці процеси повинні бути докладно розглянуті на занятті зі студентами.

Умовно терапевтичні процеси поділяють на неспецифічні і специфічні. Неспецифічні процеси характеризуються широтою, універсальністю своєї дії на всю особистість і на конкретні поведінкові порушення: це – заспокоєння, задоволення і радість, відчуття упевненості в собі, віра в свої можливості, задоволення собою, достатньо висока загальна психічна активність, постійний психічний розвиток особистості.

Полегшуючи роботу з читачем-клієнтом, краще рекомендувати йому конкретні книги з конкретними завданнями типу автодіагностики і тренажу: «Ви повинні порівняти себе з головними

## **Матеріали конференції "Актуальні проблеми формування творчої особистості педагога в контексті наступності дошкільної та початкової освіти"**

героями твору. У чому вони вигідно відрізняються від Вас? У чому Ви? Що спільного у ваших ситуаціях?»

«Ви повинні з цієї книги вибрати думки, афоризми, якими до сьогодні керувалися в своєму житті, і ті, якими було б розумно керуватися, ті, якими керується більшість... Порівняйте їх... Виберіть афоризми, якими Ви могли б захищатися в більшості важких ситуацій. Навчіться перетворювати драматичну ситуацію на гумористичну».

«Протягом найближчого тижня Ви повинні розв'язувати конфлікти в душі героїв твору ... Постарайтеся, щоб приводів для конфліктів у Вас було досить...» Або запропонувати подумати над питаннями: "Чим дії та поведінка героя N кращі за Ваші? А що Вас не влаштовує в такій поведінці? Які негативні наслідки найчастіше викликала Ваша поведінка раніше і тепер? Як можна удосконалити цю поведінку? Як би подолали ці труднощі літературні герої П.Загребельного, В.Нестайка, Ульфа Старка, П.Коельо, Б.Акуніна?»

Терапевтичний ефект книги може ґрунтуватися, наприклад, на пізнаванні людиною своєї проблеми, травматичної ситуації в художньому творі і проходженні заданим в творі шляхом виходу з подібних ситуацій. При цьому, чим більше схожа ситуація, описана у книзі, і герой на обставини і характер читача, тим сильніше, на думку прихильників цього підходу, виражений ефект [2, с.97].

Крім того, терапевтичний ефект досягається не просто за рахунок пізнавання в тексті своєї конкретної травмуючої ситуації і типу емоційного відреагування, але і за рахунок формування у клієнта-читача активної самостійної життєвої позиції, яка допомагає справлятися з проблемами в майбутньому. Іншими словами, за рахунок можливості стати психотерапевтом для самого себе.

Гумористична й сатирична література особливо успішно навчають ширшому, об'єктивнішому погляду на себе й інших людей, а також своєрідному психологічному захисту. Сутність гумору - виявлення смішних сторін в будь-яких явищах, навіть неприємних. Гумор може навчити техніці досконалішого спілкування, наприклад, напівжартівливо виражати прохання, уникаючи тим самим відчуття незручності при відмові, давати можливість пожартувати над собою і цим укріплювати впевненість в собі тощо [...].

Афористична література містить найбільш яскраві й виразні образи, загострені ідеї, нерідко парадоксальні, суперечливі, діалектичні, але завжди досконалі в своїй закінченості, категоричності. Така література навчас спокійніше ставитися до крайнощів, суперечностей, різних життєвих катаклізмів [6;8].

Фольклор, казкова література знайомить людей зі світоглядом народу. Протягом багатоговікового усного побутування ці твори пройшли особливий відбір. Новому поколінню передавалися лише ті, які приймала більшість, і які задовольняли основним психічним потребам людей. У процесі реалізації терапевтичної функції книжки фольклор можна використовувати, працюючи з дітьми для усвідомлення ними основних труднощів, проблем, для поліпшення контакту з батьками й ін.

Для бібліотерапевтичних занять, які мають на меті корекцію дитячих і підліткових страхів та ситуативної тривожності, добре підійдуть сучасні літературно-художні казки, наприклад, Ханса Ципперта «Як стати справжнім левом» та Пії Лінденбаум «Гіттан і сірі вовки». Головний герой Ципперта – Геріберт – вегетаріанець, він колекціонує марки і дуже любить читати. Словом, один з підлітків-інтелектуалів, яких чимало. Але тато Геріберта сином незадоволений. І це не дивно, адже події відбуваються у зграї левів. Тато – альфа-самець, і він знає: справжні леви полюбують м'ясо з кров'ю, а не зелений салат і своє життя проводять на полюванні, а не в бібліотеці. Суперництво батьків і дітей, зречення родиною власної дитини, яка не вписується в стереотипи (і в першу чергу в традиційний стереотип чоловічої поведінки, в образ мачо чи альфа-самця), - це така впізнана і хвороблива ситуація, яку дуже важко обговорювати з підлітком. Але посередництвом історії про мешканців африканської савани можна не боятися говорити про все.

Казка Пії Лінденбаум «Гіттан і сірі вовки» про дівчинку, яка боялася всього на світі. Не гралася і не стрибала з іншими дітьми в дитсадочку, і хробаків не чіпала, і песиків не гладила – боялася, що вкусять. Одного разу Гіттан випадково загубилась у лісі. І виявилось, що для неї страшне практично все, крім сірих вовків: оскільки мама забула її попередити, що вовків теж треба боятися! І вона стала гратися з вовками у лікарню. І ще вовки дуже смішно видиралися на ялинки. Вовки дуже здивувалися, що дівчинка стала з ними дружити, тому і не з'їли її. І потім Гіттан вже ніколи нічого не боялася.

Детектив, пригодницька література посідає значне місце в бібліотерапії завдяки цілому ряду своїх особливостей. Насамперед – це популярність, дохідливість. У детективі конденсуються, висвітлюються багато буденних життєвих явищ, що зазвичай залишаються в тіні. Детективний жанр дозволяє приділити значну увагу негативним відчуттям, тренуванню інтуїції, таємничості як способу пізнання дійсності, спонукає читача до сміливості, ризику, винахідливості. Все це торкається, природно, тільки

хорошої, класичної детективної літератури. Драматургія може справляти сильне враження завдяки більшій концентрованості дії, наочності. При читанні п'єси читачеві – клієнту соціального педагога – нерідко легко ототожнитися з дійовою особою, ніж при читанні роману. П'єса нерідко краще вчить пацієнта діалогу, правилам спілкування. Драматургічний матеріал може виконувати роль лікувального театру. П'єса залишає пацієнтові більше свободи для самостійної творчості. Драматургію можна застосовувати для поведінкової терапії, функціональних тренувань у сім'ї [4, с.38].

Педагогічна література може застосовуватися разом із спеціальною науковою літературою - в аспектах тренувань, корекції, формування й розвитку різних якостей, умінь, подолання конкретних труднощів дітьми, підлітками і молоддю.

Юридична література дає можливість читачеві розібратися в причинах багатьох видів неправильної поведінки, як своєї власної, так і свого оточення; оцінити ступінь шкідливості девіантної поведінки. Найефективніше цей жанр застосовується в поведінковій терапії, під час тренінгу соціально-психологічної адаптації [4, с.37].

Відтак познайомимо студентів з етапами бібліотерапевтичного процесу.

На першому етапі знайомства зі своїм клієнтом соціальний педагог може поцікавитися, які книжки той любить читати. Таким чином відбувається орієнтування в можливостях бібліотерапії для конкретної людини. Типові питання цього етапу: «Назвіть 5 улюблених книг. Які книги справили на Вас в житті найбільше враження? Чому? Які допомогли? Чому? Які автори, на вашу думку, найбільше на Вас схожі?» Під час обговорення конкретного твору: «Яке загальне враження від книги (тексту)? Що обрадувало? Що насторожило? Чому можна навчитися в цій книзі для подолання своїх страхів? Яку користь отримали герої цього твору, вийшовши за межі буденного, нормального життя? Як треба жити, щоб проблеми у спілкуванні з батьками (однолітками) з'являлися рідше? Про що б Ви хотіли ще почитати?»

Мотиваційний етап бібліотерапевтичного процесу передбачає вступне мотивування до занять та формулювання і прийняття конкретних цілей. Наприклад: «У багатьох із нас є значна проблема: ми часто опускаємо руки перед труднощами, нам здається, що їх неможливо подолати власними силами. Я запитаю у всіх присутніх: «Чи хочете ви навчитися не боятися? Сміливо дивитися в обличчя труднощам? Завжди намагатися боротися з перешкодами?» Отож наша мета – навчитися не боятися труднощів, приймати їх і завжди прагнути їх здолати».

Основний – пізнавальний – етап бібліотерапевтичного процесу передбачає:

- 1) забезпечення часу для читання літератури;
- 2) забезпечення часу для обдумування;
- 3) керівництво дискусією або організацію діалогу, використання питань, які переведуть читачів з буквального розуміння інформації до інтерпретації, практичного застосування, аналізу, синтезу й оцінки цієї інформації.

Завершальним етапом бібліотерапевтичного заняття стає рефлексія, що включає:

- 1) оцінку ефективності бібліотерапевтичного процесу шляхом аналізу психологічного стану особистості читача;
- 2) самооцінку особистості читача.

Ми визначили основний зміст занять із майбутніми соціальними педагогами, що мають на меті ознайомлення студентів із основами бібліотерапії. Потенціал цієї нової для вітчизняної практики технології насправді дуже великий, тому важливо навчити фахівців правильно його використовувати.

Подальші перспективи наукових пошуків ми вбачаємо у розробці методичних шляхів опанування бібліотерапією майбутніми спеціалістами, дослідженні поєднання бібліотерапевтичного впливу на особистість з поведінковою та ігровою терапією.

### **Література**

1. Алексейчик А.Е. Библиотерапия / А. Е. Алексейчик // Руководство по психотерапии / Под ред. В.Е. Рожнова. – Томск : Медицина, 1985. - С.304-319.
2. Библиотерапия: Психолого-педагогические, социальные и медицинские аспекты: Библиогр. указ. лит. / Сост. Ю. Н. Дрешер. – Казань : Медицина, 2000. – 128 с.
3. Дрешер Ю.Н. Книга лечит / Ю. Н. Дрешер // Мир библиографии. – 1999. – № 4. – С. 45–50.
4. Кабачек О.Л. Библиотерапия как часть психотерапии и как аспект библиотечной педагогики / О. Л. Кабачек // Психолог в детской библиотеке. М.: Наука, 1994. – С. 22-40.
5. Казаринова Н. Информацией можно отравиться: (Библиотерапия) / Н. Казаринова // Библиотека. – 1997. – № 2. – С. 54-55.
6. Оганесян Н.Г. Библиотерапия. Самоактуализация психических состояний через поэзию / Н. Г. Оганесян. – М.: Издательство «Ось-89», 2002. – 148 с.

**Матеріали конференції "Актуальні проблеми формування творчої особистості педагога в контексті наступності дошкільної та початкової освіти"**

---

7. Рослик Г.М. Немного о библиотерапии: Обзор зарубежной литературы / Г. М. Рослик // Научная и техническая литература. – 1995 – № 7 – С. 65-68.

8. Теоретические основы библиотерапии / Под ред. Дрешер Ю. Н., Латыповой О. П. – Казань : Республиканский медицинский библиотечно-информационный центр Минздрава Республики Татарстан, 2003. – 78 с.