

Поэма вместо таблеток

О библиотерапии

Луиза Леонтьева – не только библиотекарь центра технической информации модельной библиотеки-филиала № 2. Дети знают её как профессионального техномага научного пространства «Ньютон-Лаб», а взрослые догадываются, что харизматичная и чуткая сотрудница библиотеки – ещё и психолог по образованию. Сегодня мы беседем об интересном опыте и перспективах библиотерапии в нашем городе.

– Луиза, когда и как вы открыли для себя библиотерапию?

– С библиотерапией я познакомилась, когда училась на первом курсе СФ БашГУ на факультете психологии и социальной педагогики. Тогда я уже работала в библиотеке, и этот метод терапии меня сразу заинтересовал. Библиотерапия – метод психотерапии, использующий литературу как одну из форм лечения словом. Он применяется для коррекции психического состояния с помощью целенаправленного чтения специально подобранной литературы. Для библиотерапии может использоваться как научно-популярная литература, например, книги по психологии, так и художественная.

– Как работает этот метод?

– Способность идентифицировать себя с литературными героями, вчувствоваться в их переживания и испытать другие исцеляющие состояния (успокоение, удовольствие, повышение активности) – всё это имеет особый библиотерапевтический эффект. Происходит прояснение неразрешённых конфликтов самого человека и его личностных проблем, настроение изменяется к лучшему.

– Каким категориям читателей, на

ваш взгляд, библиотерапия особенно необходима в современных условиях – в эпоху тотальной цифровизации, низких зарплат и дефицита живого общения?

– На мой взгляд, библиотерапия подходит абсолютно всем категориям читателей: у каждого из нас так или иначе накапливается сильный стресс, связанный с проблемами на работе, в учёбе и жизни в целом. Но стоит помнить, что библиотерапия – это не панацея, а, скорее, вспомогательный материал, который способен поддержать, направить, вдохновить.

– Как вам уже удаётся реализовать элементы библиотерапии в вашей работе?

– Библиотерапия – это не просто «поговорить хорошую книжку» (иногда это только первый шаг). Очень важно понять ситуацию читателя и его переживания по этому поводу.

Многие читатели при выборе книг рассказывают библиотекарям о том, что бы им хотелось почитать, каких авторов они любят и почему. Благодаря этой информации мы, библиотекари, можем многое понять. Что именно беспокоит читателя? В каком настроении он находится? Какую

ВСТРЕЧА ДЛЯ ВАС



литературу мы можем им посоветовать для того, чтобы помочь?

– Расскажите о ваших мечтах и планах, связанных с этим нужным и интересным направлением.

– Мне хочется, чтобы в библиотеке появилась возможность создать небольшие тематические выставки книг. К примеру, «Вдохновение недели» – для тех, кто в поисках вдохновения; «Ты сильнее, чем думаешь» – для тех, кому нужна поддержка в трудной ситуации; «Улыбнись» – лёгкое чтение для радости. Думаю, такие выставки помогут читателю познакомиться с большим количеством авторов, расширить литературный кругозор, а также найти книгу для души. Приоткрою небольшой секрет: мы с

Справка

Идея излечивать души людей с помощью художественного слова известна со времён появления первых греческих библиотек. Самое интересное рождается на стыке наук, и в 1849 году киевский библиотекарь П.П.Должников называет библиотеку «аптекой для души». А в 1916 году русский писатель, библиограф и просветитель Николай Александрович Рубакин в Женевском педагогическом институте им.Ж.-Ж. Руссо основал новое научное направление – библиопсихологию. Сегодня во многих европейских странах поэтические сборники продаются в виде упаковок для лекарств. Читатель человек действительно более стрессоустойчив и способен к развитию. Может быть, именно культурная реанимация поможет людям находить жизненный путь, понимать своё предназначение и становиться счастливыми?

коллегами работаем над созданием проекта по продвижению библиотерапии в библиотеке, при этом учитываем современные тенденции социальных сетей, а также возможности для читателей участвовать в данном проекте дистанционно.

– Посоветуйте, пожалуйста, книги, которые помогут нашим горожанам пережить эту осень с вдохновением.

– Пожалуйста: «Дерево растёт в Бруклине» Бетти Смит, «Подсознание может всё!» Джон Кехо, «Тысяча поцелуев, которых невозможно забыть» Тилли Коул, «Декамерон» Джованни Боккаччо. Приятного вам чтения и здоровья!

Беседовала Екатерина ЯКОВЛЕВА