**Роль бібліотерапії у життєдіяльності особистості**

В.Ситник, методист

Педагогічна бібліотерапія – процес, спрямований на формування у людини навичок і здібностей простистояти неординарним ситуаціям (хворобам, стресам, депресія), зміцнювати силу волі, підвищувати інтелектуальний та освітній рівень на основі синтезу ситуації читання. Бібліотерапія – специфічний метод керівництва читання для бібліотекаря.

**Мета педагогічної бібліотерапії:**

* розвиток особистості;
* надання допомоги в подоланні проблем адаптації до ситуації або певного періоду життя;
* виховання почуття незалежності, ініціативи;
* встановлення емоційного зв’язку з близькими (батьками, родичами тощо);
* виховання працьовитості;
* виховання критичного ставлення до себе;
* виховання вміння спілкуватися з однолітками;
* формування понять про певний спосіб життя;
* подолання різноманітних проблем, що виникають в неблагополучних і неповних сім’ях, ; у зв’язку із стресами і думками про самогубство, інвалідністю;
* адаптація до нового колективу.

**Принци побудови бібліотерапевтичного процесу:**

* 1. Необхідно усідомити характер бібліотерапевтичної допомоги.
  2. Бібліотекар обов’язково повинен попередньо ознайомитися з літературою, яку він рекомендує.
  3. Перед безпосереднім здісненням бібліотерапії необхідний підготовчий етап: встановлення взаємодовіри, конкретності проблеми, що вирішується, попередньому вивченні даної проблеми, відсутності опору зі сторони читача.
  4. Короткий літературний матеріал має більші переваги, ніж об’ємні твори.
  5. Спеціаліст повинен бути чуйним до людей, відчувати співчуття до особ з фізичними вадами.
  6. Бібліотерапія найбільш ефективна щодо осіб з середніми та високими здібностіми до читання.
  7. Читання літератури в процесі бібліотерапевтичної практики повинне супроводжуватись (закінчуватись) обговоренням або дискусією.

Завдання розвиваючої бібліотерапії:

Використання книги і читання з психотерапевтичною метою має давню історію. Наприклад, напис над дверима бібліотеки в Фівах стверджувала: «Місце, де лікують душу». Древні греки асоціювали поняття «книга» з поняттям «душевне здоров’я» і вважали бібліотеки «ліками для душі».

У наш час ніхто не заперечує необхідності використання з терапевтичною метою літератури та інших видів мистецтва. Вивчення терапевтичного ефекту різних видів і жанрів літератури складає основний зміст бібліотерапії.

Одним з прикладів бібліотерапії є використання казок Г.Х.Андерсена. Їх доречно використвовувати в роботі з дітьми підліткового віку, адже вони одночасно звернені і до дитини, і до дорослого, в них органічно переплітається реальність та чарівність.

Великі психо-терапевтичні можливості закладені в казці відомого дацького казкаря «Гидке каченя». Перед тим, як перейти до осміслення цієї казки можна розповісти, що більше 100 років тому в Данії жив дуже некрасивий хлопчик. Дорослі і діти висміювали його зовнішність. Можна лише уявити, як жилося йому серед людей. Чи міг хто-небудь любити таку дитину? Батьки. Мама часто говорила: «Ти в житті обов’язково багато чого досягнеш, тому що у тебе добре серце». Все так і сталося. Хлопчик виріс і став знаменитим, хоча зовнішність його так і залишилась несимпатичною. Про кого йде мова в «Гидкому каченяті»? Каченя – це хлопчик, птахи – це оточуючі його люди. Чого навчає нас ця казка? Який урок припіднесли пережиті страждання? Відповіді на ці запитання знаходяться безпосередньо в тексті самого твору: «Він некрасивий, але у нього добре серце, і плаває він не гірше, маю сміливість навіть сказати – краще інших… Я думаю, що він змужніє і проторує собі дорогу!», «… Не біда з’явитися в качиному гнізді на світ, якщо ти вилупився з лебединого яйця! Тепер він радів, що витримав стільки горя й бід, - він краще міг оцінити своє щастя і всю оточуючу його велич».

В казках Андерсена можна знайти повний перелік людських проблем та образні способи їх вирішення. Роздуми про прочитану казку допогають дитині поступово знайти відповіді на власні запитання. Казки допомагають розібратися в собі, у своєму ставленні до оточуючого світу, допомагають формувати характер.

Бібліотекарям часто доводиться спілкуватися з людьми, які ніколи не мали шансу бути почутими. Батьки слухають їх тільки у тому випадку, якщо їм подобається те, про що вони говорять. У багатьох із наших читачів життя могло б скластися зовсім інакше, якби хтось із дорослих взяв на себе в свій час обов’язок вислухати їх до кінця, прислухатися до їх думок і почуттів і дати їм зрозуміти, що їх точка зору цікава, незалежно від того, якої думки притримується сам слухач.

Люди, які вміють вислухати співбесідника, приділити йому достатньо уваги, зустрічаються надзвичайно рідко. Не уміючи слухати оточуючих, ми втрачаємо можливість отримати об’єктивну картину життя, відмовляємося дізнати про існування чужої точки зору, розширити власну систему цінностей.

Зарубіжні бібліотерапевти, спираючись на свій багатий досвід, вважають, що необхідно дати індивідууму виговоритися, щоб розкритися в контакті з іншою людиною.

Щоб допомогти користувачу у вирішенні його проблем, шкільному бібліотекарю слід продемонструвати зацікавленість, вміння уважно слухати та співпереживати.

|  |  |
| --- | --- |
| **Прийоми правильного слухання** | **Типові помилки слухача** |
| Проаналізуйте власні навички спілкуватися, визначте свої сильні та слабкі сторони. | Слухаючи співбесідника ніколи не приймайте мовчання за увагу. Якщо співбесідник мовчить, він може бути зосереджений на власних думках |
| Пам’ятайте, що у спілкуванні беруть участь дві людини: одна говорить, інша слухає. В ролі слухача кожен співбесідник має виступати поперемінно. | Не робіть вигляду, що ви слухаєте. Це даремно. Як би ви не прикидалися, відсутність інтересу та нудьга неминуче проявляться у виразі обличчя чи жеста. Це сприймається як образа. Краще признатися в тому, що в даний момент ви слухати не можете, з причини зайтятості. |
| Будьте уважні до співбесідника. Поверніться обличчям до того, хто говорить. Підтримуйте з ним візуальний контакт. Переконайтесь в тому, що ваша поза і жести говорять про те, що ви слухаєте. Сидіть або стійте на зручній для спілкування відстані. | Не перебивайте без необхідності. |
| Зосередьтесь на тому, що говорить співбесідник. | Не робіть поспішних висновків. |
| Намагайтесь зрозуміти не лише сенс слів співбесідника, але й його почуття. | Не дайте зловити себе в суперечці, адже якщо ви подумки не погоджуєтесь з тим, жто говорить, то , як правило, перестаєте слухати і чекаєте своєї черги висловитись. |
| Спостерігайте за невербвльними сигналами того, хто говорить. Слідкуйте за виразом обличчя, тоном голосу, швидкістю мови співбесідника. | Не задавайте надто багато закритих питань. Надавайте перевагу відкритим, які заохочують того, хто говорить, детально висловлювати свої думки. |
| Намагайтесь виразити розуміння, користуйтеся прийомами рефлексованого слухання. | Ніколи не говоріть співрозмовнику «Я добре розумію Ваші почуття». Такі заяви свідчать про виправдання власних спроб переконати співбесідника в тому, що ви слухаєте. |
| Слухайте самого себе. | Не будьте надто чутливі до емоційних слів. Слухаючи схвильованого співбесідника, не піддівайтесь впливу його почуттів, інакше можете загубити зміст його повідомлення. |
| Притримуйтесь позитивної установки у ставленні до співбесідника. Це створює доброзичливу атмосферу для спілкування. Всяка негативна установка зі сторони слухача викликає захисну реакцію, почуття невпевненості в спілкуванні. | Не давайте поради, поки не просять. Непрошену пораду дає, як правило, той, хто ніколи не допоможе. |

**Рекомендації**

* виховання інформаційної культури учнів засобами шкільної бібліотеки;
* впровадження інформаційно-комунікаційних технологій в діяльність шкільної бібліотеки;
* використання новітніх технологій та методів обслуговування читачів у шкільній бібліотеці;
* створення електронного каталога підручників;
* використовувати у роботі електронну пошту.