UOT 021 (479.24):616.851
KBT Ч735.6 (479.24)+P357.1c

Biblioterapiya və onun kitabxanalarda tətbiqi yolları

L.N.Əhmədova
lamiya.ahmedova-85@mail.ru

Xülasə: *Məqalədə biblioterapiya, onun tarixi və kitabxana şəraitində tətbiqi yollarından bəhs edilir.*

Açar sözlər: *biblioterapiya, kitabla müalicə, nağıllar və biblioterapiya, yumoristik ədəbiyyat və biblioterapiya, kitabxanalarda biblioterapiyanın tətbiqi üsulları*

Ключевые слова: *библиотерапия, лечение книгой, сказки и библиотерапия, юмористическая литература, методы применения библиотерапии в библиотеках*

Key words: *bibliotherapy, book treatment, fairy tales and bibliotherapy, humorous literature, methods of applicationof bibliotherapy in libraries*

"Kitablar özünüzə və başqalarına hörmət etməyi öyrədəcək, ürəyi və ağlı dünya və insanlıq sevgisiylə dolduracaq"
M.Qorki

Biblioterapiya insanlara problemlərini həll etməkdə və ya özlərini daha yaxşı tanıyıb anlamaları üçün mütaliədən faydalanmalarını təmin edən müalicə üsuludur. Biblioterapiya qədim yunan sözü olub (***"biblio"*** kitab, ***"terapiya"*** müalicə etmək) ***"kitabla müalicə"*** mənasını bildirir.

Psixoterapiyanın bir forması olan biblioterapiyanın tarixi olduqca qədim dövrlərə gedib çıxır. Belə ki, Misir fironu II Ramzesin kitabxanasının girişində üzərində ***"qəlb üçün dərman"*** yazılan lövhəcik asılıbmış. Qədim yunan filosofu və riyaziyyatçısı Pifaqor da bir sıra xəstəliklərin müalicəsində musiqi ilə yanaşı kitablardan da istifadə etmişdir.

Kitabların müalicədə istifadəsi orta əsr mənbələrində də göstərilmişdir. Belə ki, 1272-ci ildə Qahirədə Əl-Mənsur Xəstəxanasında "Qurani Kərim"dən tibbi müalicə üsulu olaraq istifadə edilmişdir. Avropada isə biblioterapiyanın əsası ilk kilsə kitabxanalarında qoyulmuşdur. Bu kitabxanalarda dini mövzuları əhatə edən kitablar saxlanılırdı.

"Biblioterapiya" terminini ilk dəfə 1916-cı ildə Samuel Mc. Chod Crothers işlətmişdir. 1920-ci ildə ABŞ-ın Alabama ştatının kitabxanaçısı S.P.Delaney bəzi kitablardan hərbi xəstəxanalarda yaralı əsgərlərin psixoloji müalicəsində istifadə etmişdir. 1930-cu illərdə kitabxanaçılar insanlar üzərində xüsusi təsir gücünə malik olan kitabların siyahısını hazırlamağa başlayırlar. Bu siyahıları tərtib etməkdə əsas məqsəd isə müalicəvi xüsusiyyətlərə malik olan kitabları oxuculara asan şəkildə təqdim etmələri idi.

Biblioterapiyaya aid ən əhatəli kitab isə 1970-ci ildə R.Rubin tərəfindən yazılmış ***"Bibliyoterapi El Kitabı: Teori ve Uygulama"*** kitabı hesab olunur.

Biblioterapiya hər bir şəxsin yaşamaqda olduğu problemi yalnız öz başına gəlmiş bir problem olmadığı, bir çox insanın da bənzər çətinlikləri yaşamaqda olduğu gerçəyini görə bilməsini təmin edir. Biblioterapiya zamanı oxucu qəhrəmanın problemi ilə öz problemini müqayisə edir. O, qəhrəmanı tanıdıqca özünü və duyğularını tanıya bilir.

Kitabxana şəraitində biblioterapiyanı tətbiq edən zaman oxucu dairəsinin müəyyən edilməsi olduqca zəruridir. Başqa sözlə desək, oxuculara fərqli yanaşma biblioterapiya üçün vacib amil hesab olunur. Xüsusi qayğı və diqqətə ehtiyacı olan insanlar üçün kitab seçmək kitabxanaçıdan yüksək peşəkarlıq və diqqət tələb edir. Çünki istənilən kitab biblioterapiya məqsədi ilə tövsiyə oluna bilməz.

Kitabla müalicə üsulundan istifadə zamanı oxucuları yaş kateqoriyaları üzrə bölmək lazımdır. Daha sonra oxucuların maraq və problemləri, eləcə də onların oxu səviyyələri müəyyən edilməli və ona uyğun ədəbiyyat seçiminə başlanılmalıdır.

Azyaşlı uşaqlarla biblioterapiya zamanı nağıl terapiyasından istifadə olunması məqsədəuyğun olardı. Çünki nağıllar yüksək terapevtik əhəmiyyətə malikdir. İstənilən uşaq (sağlam və ya xəstə) məhz nağıllar sayəsində insan həyatının əsas həqiqətlərini anlamağa başlayırlar. Nağıllar vasitəsi ilə uşaqlar çətinliklərin öhdəsindən gəlməyə və onları aradan qaldırmaq kimi bacarıqlara yiyələnirlər. Nağılları oxuyan (yaxud dinləyən) zaman hər bir uşaqda özünə hörmət hissi, özünü dinləmə, özünə nəzarət etmək və özünü anlamaq qabiliyyəti inkişaf edir ki, bu da uşaqlarda bilavasitə "Mən"in formalaşmasına yardım edir.

Xüsusi qayğı tələb edən uşaqlarla biblioterapiya zamanı nağıllarla yanaşı, bədii ədəbiyyatdan da istifadə edilməsi mümkündür. Bu zaman kitabxanaçı uşaqlar üçün kədərli fikirlərdən uzaq olan, yumoristik ədəbiyyata üstünlük verməlidir. Çünki yumoristik kitablar oxucuya gülüşlə təsir edərək ona bir çox problemlərin öhdəsindən gəlməyə köməklik edəcəkdir. Qəhrəmanların şən macəraları uşaqları qəzəbdən, stressdən uzaq tutmaqla bərabər, həmçinin onların intellektinin də inkişafına yardım etmiş olacaqdır.

Biblioterapiya yalnız uşaqlar üçün deyil, eyni zamanda yeniyetmə, gənclər

və digər oxucu qrupları üçün də nəzərdə tutula bilər. İnsanların cəmiyyətə adaptasiya olunması, ünsiyyət qura bilmələri və digər problemlərin öhdəsindən sərbəst gələ bilmələrində biblioterapiyanın təsiri olduqca böyükdür. Biblioterapiyadan yararlanan hər bir insan özündə bir sıra müsbət cəhətlərin formalaşdığını hiss edəcəkdir. Buraya aşağıdakılar aiddir:

- özünü tanıma, özünü kəşf etmə və özünü qəbul etmək;
- ətrafını, cəmiyyəti və dünyanı tanımaq;
- öz problemlərinə bənzər problemlərin başqalarında da olduğunu görərək tək olmadığını anlamaq;
- yeni dəyərləri və münasibətləri inkişaf etdirmək;
- həyatda yaşamaq üçün mübarizə aparma əzmini formalaşdırmaq;
- oxuduğu kitabla öz düşdüyü vəziyyəti müqayisə etmək, stresslə mübarizə aparmaq, duyğularını ifadə etmək;
- qəhrəmanı tanıdıqca özünü və duyğularını tanıya bilmək, qəhrəmanın istifadə etdiyi çıxış yollarından fərqli yolları kəşf edə bilmək;
- yaşanan problemlərin yalnız tək bir həll yolunun olmadığını anlayaraq xəyal gücündən istifadə etməklə fərqli həll yolları olduğunu dərk etmək, yeni ideyalar formalaşdırmaq və s.

Biblioterapiyadan istifadə edərkən ilk növbədə insanların buna hazır olub olmadığını bilmək lazımdır. Unutmaq olmaz ki, biblioterapiya kömək yollarından yalnız biridir, ancaq lazım olduğunda istifadə edilməlidir.

Həssas qrupdan olan yeniyetmə və gənclər üçün kitab seçərkən kitabxanaçılar xüsusilə diqqətli olmalıdırlar. Bu zaman kitabxanaçı elə kitab seçməlidir ki, o, oxucunu tənhalıq, psixoloji narahatlıq, dostluğun, məhəbbətin, anlayışın, özünə hörmətin olmaması, heç kimə lazım olmama, özünə inamsızlıq hissi kimi mənfi fikirlərdən tamamilə uzaqlaşdıra bilsin. Bunun üçün kitabxanaçı ilk növbədə terapiyaya yararlı olan kitabların biblioqrafik siyahısını tərtib etməlidir. Biblioqrafik siyahıları tərtib edən zaman oxucuların yaş kateqoriyaları və maraq dairələri nəzərə alınmalıdır.

Siyahılar hazırlandıqdan sonra kitabxanada görkəmli yerdən asılmalı, həmçinin, valideynlərəvə uşaqlara verilməlidir.

Biblioqrafik siyahıları ədəbiyyat janrları üzrə qruplaşdırmaq olar:

- xüsusi tibbi ədəbiyyat;
- fəlsəfi ədəbiyyat;
- dini ədəbiyyat;
- dedektiv ədəbiyyat;
- yumoristik ədəbiyyat;
- bioqrafiq və avtobioqrafiq ədəbiyyat;
- klassik Azərbaycan ədəbiyyatı;
- müasir Azərbaycan ədəbiyyatı;

- klassik Azərbaycan uşaq ədəbiyyatı;
- Azərbaycan nağılları;
- klassik dünya ədəbiyyatı;
- müasir dünya ədəbiyyatı;
- müasir dünya uşaq ədəbiyyatı;
- dünya ölkələri nağılları;
- poeziya;
- antologiyalar, lügətlər və ensiklopediyalar.

İstənilən kitabxanada biblioterapiyanın daha uğurlu nəticələr verə bilməsi üçün ilk növbədə bu sahədə kadr hazırlığına diqqət yetirilməlidir. Bunun üçün kitabxanaçı kadrların mütamadi olaraq psixologiya, pedaqogika, tibb, sosiologiya və s. elm sahələrini əhatə edən praktik konfranslarda, treninqlərdə iştirak etmələri məsləhətdir.

Ədəbiyyat

1. Cəfərquliyev F.C. Biblioterapiyanın əsasları: tibbi lətifələr /F.C.Cəfərquliyev, Ş.Q.Abdullayev.Bakı: Elm, 2006, 436 s.
2. Библиотерапия: история, методика, практика: информац.-библиогр. пособие/ Сост. О.В.Глазунова; Обл. спец. б-ка для слепых. Ростов н/Д, 2011, 28с. (Сер. «Арт-терапия для незрячих». Вып.3)
3. Yılmaz M. Bilgi İle İyileşme: Bibliyoterapi/ Müge Yılmaz//Türk Kütüphaneciliği 28, 2 (2014), s.169-181
4. http://dushunce.az
5. http://www.bibliyoterapi.net/

Библиотерапия и её способы применения в библиотеках

Л.Н.Ахмедова

РЕЗЮМЕ

В статье обсуждается библиотерапия, её история и способы применения в библиотеках.

Bibliotherapy and methods of use in libraries

L.N.Ahmedova

SUMMARY

The article discusses the bibliotherapy, its history and methods of use in libraries.