

## БИБЛИОТЕРАПИЯ КАК СПОСОБ КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

**Аннотация:** в статье рассматривается метод библиотерапии как инструмент, позволяющий создать условия для расширения репертуара эмоций и эмоциональных состояний, развития способности их распознавать и обучения приемам саморегуляции своего эмоционального состояния.

Одной из наиболее распространенных и серьезных проблем в психологии и педагогике является проблема эмоциональной неустойчивости, неуравновешенности учащихся младших классов. Педагоги не знают, как себя вести со школьниками чрезмерно упрямыми, обидчивыми, драчливыми или, например, с детьми, слишком болезненно переживающими любое замечание, плаксивыми, тревожными.

На сегодняшний день увеличилось количество детей отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Поэтому проблема эмоциональных нарушений и своевременной её коррекции на сегодняшний день является весьма актуальной.

Недостаточное исследование мира детских эмоций в младшем школьном возрасте не позволяет эффективно определить её влияние на дальнейшее развитие личности ребёнка и результаты его деятельности. На наш взгляд, исследования в данном направлении могут решить ряд проблем, в том числе проблемы адаптации, успешности учебной деятельности и ряда других актуальных проблем, решение которых ставит перед собой возрастная и педагогическая психология.

Одним из эффективных методов работы с детьми, испытывающими те или иные эмоциональные затруднения, является *библиотерапия*. Этот метод позволяет решать ряд проблем, возникающих у детей младшего школьного возраста. В частности, посредством библиотерапии можно работать с агрессивными, неуверенными, застенчивыми детьми; с проблемами стыда, вины, лжи, принятием своих чувств и т.д. Кроме того, процесс библиотерапии позволяет ребенку актуализировать и осознать свои проблемы, а также увидеть различные пути их решения.

Теоретическим основам библиотерапии посвящен ряд научных трудов отечественных и зарубежных авторов. Имеющиеся исследования можно объединить в две группы. Первую группу составляют исследования, направленные на изучение различных компонентов и аспектов библиотерапии, в частности:

- анализ теоретических основ библиотерапии: определения предмета, цели, задач (Ю. Дрешер, А. Кортнер, Р.Р. Калинина и др.);

- анализ библиотерапии как деятельности с позиции различных отраслей знания: медицины (Ю. Дрешер, Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева), психологии (А. Михайлова), библиотековедения (И. Казаринова), педагогики (И. Тихомирова).

Вторую группу составляют исследования, в которых выделяются лишь отдельные аспекты библиотерапии в связи с изучением других явлений и процессов. К ним относятся:

- изучение возможностей коррекционно-развивающей работы с детьми посредством сказки как инструмента библиотерапии (И.В. Вачков, Т. Зинкевич–Евстигнеева, А. Кортнер, А.Я. Михайлова и др.);

- анализ механизмов компенсаторного чтения (Л.А. Балашова, Г. Рослик и др.).

Важно отметить, что проблема эмоционального развития детей рассматривается в литературе, как в педагогическом, так и психологическом аспектах, а вернее, в их сочетании. Дело в том, что эмоциональное неблагополучие может являться как следствием психических расстройств, так и неправильное эмоциональное воспитание ребёнка может в конечном итоге привести к развитию психических болезней.

Библиотерапия – это метод, который может использоваться не только как лечение, но и как воспитание с помощью книг. Тем самым библиотерапия имеет отношение и к медицине, и к педагогике, поэтому этот термин используют и библиотечные работники.

Опыт работы в школьной библиотеке дает нам все основания говорить, что тема библиотерапии в деятельности библиотек очень актуальна, имеет широкий круг адресатов и весьма широкие возможности.

На базе МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 5» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан было проведено экспериментальное исследование с целью теоретического обоснования и экспериментальной проверки эффективности использования библиотерапии при коррекции эмоциональных нарушений детей младшего школьного возраста.

Для диагностики эмоционального состояния младших школьников были использованы: проективная методика «Несуществующее животное», с помощью которой диагностируется тревожность и наличие агрессивных тенденций, методика «Эмоциональный статус личности», которая является модификацией цветового теста Люшера–Дорофеевой и диагностирует эмоциональный настрой и уровень внутренней активности, диагностика общего психоэмоционального состояния «Опросник Басса – Дарки».

Подобрана и адаптирована система занятий, основанная на методе библиотерапии.

Эта система коррекционных занятий способствовала изменению эмоционального состояния младших школьников, а именно: у детей снизились агрессивные проявления, меньше стало раздражительности и тревожности.

С помощью книги вылечить душу – выполнение этой задачи лежит в основе программы коррекции эмоциональных нарушений младших школьников «Аптека души». Уникальность программы «Аптека души» заключается в том, что она имеет универсальный характер и рассчитана на любого ребенка, т.е. инициирует резервные возможности как детей с нормой, так и с проблемами в развитии, разница заключается только в качестве достигаемого результата.

Программа включает в себя систему коррекционных занятий, основу которых составляет чтение специально подобранной художественной литературы с последующим обсуждением прочитанного, творческих занятий. Такой вид работы способствует совершенствованию речи детей, ослабляет их негативное состояние, усиливает положительные эмоции, восстанавливает душевное равновесие, способствует нравственному развитию ребенка.

Среди библиотерапевтических методов можно применять такие методы работы как игротерапия, сказкотерапия, стихотерапия, смехотерапия, терапия собственным творчеством.

Эффективность применения библиотерапии подтверждена методами обработки данных и качественными изменениями в поведении младших школьников.

Таким образом, основываясь на научно–исследовательском материале и собственном практическом опыте, мы можем констатировать, что библиотерапия – это метод, позволяющий создать условия для расширения репертуара эмоций и эмоциональных состояний, развития способности их распознавать, обучения приемам саморегуляции своего эмоционального состояния, элиминации (удаление, исключение, устранение) импульсивности, агрессивности, тревожности посредством синтеза ситуаций чтения специально подобранной литературы.

### *Список литературы*

1. Балашова, Л.А. К вопросу о библиотерапевтическом воздействии юмористической книги на читателей - младших школьников / Л.А.Балашова // Педагогика детского чтения: История, теория, перспективы: Межвуз. сб. науч. тр.; Моск. гос. ун-т культуры и искусств. - М.: 2002. - С. 64 – 70
2. Дрешер, Ю.Н. Библиотерпия: Учеб. пособие / Ю.Н. Дрешер. – М.: Школьная библиотека, 2003. – 224 с.
3. Дрешер, Ю.Н. Оздоровительные возможности библиотечной работы / Ю.Н. Дрешер. – Казань: Изд-во Казанского ун-та, 2001. – 238 с.
4. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д., Грабенко, Т.М. Практикум по креативной терапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. - Речь, 2001. – 400 с. – (Психологический практикум)
5. Кабачек, О. Л. Библиотерапия как часть психотерапии и как аспект библиотечной педагогики / О.Л. Кабачек // Психолог в детской библиотеке: Проблемы, методика, опыт.: Сб. метод. материалов. – М.: РГБД, 1994. – С. 22 – 24