

ПРАКТИКА И ОПИТ
PRACTICE AND EXPERIENCE

**„БИБЛИОТЕКИ НА ЕМОЦИИТЕ“ – НОВ ПРОЧИТ НА КНИГИТЕ
И ПСИХОЛОГИЧЕСКИ МЕТОД ЗА КЛАСИФИЦИРАНЕ**

Елена Попова

Университет по библиотекознание и информационни технологии

Резюме: През последните години методът на библиотерапията става все по-приложим дори извън медицината. Често хората го използват в ежедневието си интуитивно. Дефинирането му и доказването на ползите от него в различни сфери обосновават активното му прилагане в мащабни инициативи. Една от тях е „Библиотека на емоциите“, обединяваща различни организации от цяла Европа за насърчаване на иновативен начин на четене и на библиотерапевтичните сесии в европейските обществени библиотеки. Този проект за първи път дава възможност на участниците да обособят нов начин за класифициране на книгите в своите библиотеки и да обслужват читателите си според техните емоционални предпочитания.

Ключови думи: библиотека; библиотерапия; емоции; книга

През последните две десетилетия библиотеките промениха своя облик и визия. Развитието на технологиите, новите потребности, изграждането на информационно общество и редица други фактори предполагат преосмислянето на ролята на библиотеката и библиотекаря. Все по-категорично се формира идеята за библиотеката като социално пространство – приобщаващо и създаващо условия за безопасно общуване и за придобиване на нови умения и възможности. Освен стимулирането на четенето, основна мисия на библиотеките става и стимулирането на общуването. Според проучванията, които продължават да се увеличават през последните години, четенето е дейност, която може да насърчи доброто психично здраве. Четенето създава нови модели на мислене, художествената литература подобрява цялостната способност на читателя да разпознава и интерпретира емоциите у другите, увеличава емпатията, влияе на когнитивните процеси и на емоционалното състояние. По-

нататъшните изследвания могат да дадат повече подробности относно ефикасността и ползите от четенето.

В момента библиотерапията започва да се използва активно в терапевтичните процеси при много проблеми, както и като интуитивен вариант за справяне с нетипични ситуации (Eftimova, 2022). Наблюдават се редица инициативи, свързани с осъществяването на срещи, разговори или осигуряване на безопасно онлайн пространство за междуличностна комуникация. След като през последните години се заговори по-активно за библиотерапията и специалистите успяват да установят нагледно ползите от нея, започна използването ѝ в различни библиотечни инициативи. Такъв е и проектът – обект на тази статия: „Библиотеки на емоциите“.

За библиотерапията

„Развиващата интерактивна библиотерапия се отнася до използването на литература, дискусии и творческо писане за превенция на психични заболявания, както и за оценка, стимулиране и ориентация. Тя насърчава разбирането, себеизразяването, самочувствието и междуличностните умения и може да помогне на хората да намерят ново значение чрез нови идеи, прозрения и информация“ (Callaghan, Gamble, 2006). Тази дефиниция на библиотерапията е предложена в „Наръчник за медицински сестри за психично здраве“ на Оксфордския университет. Този труд, както и много други изследвания доказват медицинската полза от библиотерапията и предлагат идеи за нейното приложение при лечението на пациенти. „Библиотерапията може да подобри личното прозрение, да предостави информация, да предложи алтернативи, да намали изолацията, да изясни нововъзникващите ценности, да стимулира дискусия и да разшири процеса на консултиране извън традиционните условия.“¹ Това пояснение от проекта „Библиотерапия в Централна Европа 2020“, публикувано на официалната уебстраница на IFLA (Международната федерация на библиотечните асоциации и институти), показва, че библиотечните специалисти от своя страна преоткриват ползите от този метод в ежедневната си работа. Библиотеките не могат да заменят болниците, но определено могат да помогнат на хората, когато преминават през трудности, когато са подложени на стрес, когато са социално изолирани, дискриминирани и т.н. Затова приложението на библиотерапията в библиотеките с основание може да се разглежда като практика в помощ на емоционалното здраве.

Има различни възможности библиотерапията да се приложи в библиотеките, но в България такива подходи са все още непознати и се осъществяват инцидентно (Eftimova et al., 2021).

За проекта

Проектът „Библиотеки на емоциите“ е инициатива на социалната общност Love for Livres, в която участват четири европейски обществени библиотеки – в Белгия, Полша, Литва и Словения, и Асоциацията за застъпничество Public Libraries 2030 (фиг. 1).



Фиг. 1. „Европейски „Библиотеки на емоциите“: нов път за привличане на публика и подкрепа на социалната трансформация в Европа“ – емблеми на партньорските организации в проекта²

Проектът има за цел да помогне на Европейската мрежа за обществени библиотеки при адаптирането на нейните практики към цифровата среда и да подкрепи мисията на библиотеките: да насърчават четенето и иновативните методи; да опазват културното разнообразие; да се борят със социалната дискриминация. Основава се на споделена визия между партньорите и свързва четирите участващи обществени библиотеки в европейска мрежа, където съвместно да развият нови умения и подходи за насърчаване на търсенето на книги чрез емоции.³

Фокус на проекта „Библиотеки на емоциите“ са младите хора. Тази целева група предполага и по-добра възможност за използване на дигитално съдържание, за разглеждане на съвременни въпроси, свързани със социалната принадлежност на младите, и в оптималния вариант – за предлагане на своевременни решения по различни проблеми. Само по себе си организирането на безопасна социална среда за споделяне е огромен принос на библиотеките в тази посока. Когато се включи и методът на библиотерапията, шансовете за успех се увеличават. Библиотеките разполагат едновременно с двата основни ресурса за осъществяване на този метод – хора и книги, и са възможно най-благоприятната среда за провеждане на библиотерапевтични сесии.

Благодарение на този проект за първи път библиотеките в Каунас (Литва), Андерлехт (Белгия), Лодз (Полша) и Кран (Словения) имат възможност да разработят и създадат библиотека, където книгите се подреждат според емоциите при четене.⁴ За осъществяването на този модел се разчита на методологията, разработена от Love for Livres⁵, поставяща емоциите в основата на преживяването при четене. Тя се фокусира върху т.нар. от тях „ключов емоционален индикатор“, според който има шест основни човешки емоции: любов, страх, гняв, тъга, изненада и радост (фиг. 2).



Фиг. 2. KEI® – Ключов емоционален индикатор

За да могат потребителите да оценяват книгите, които четат, в уебпортала Love for Livres са разработени символи като етикети за всяка от емоциите⁶ (фиг. 3). Идеята е да се категоризира преобладаващата емоция, която книгата създава у читателя. Този уебportal е съобразен с езиците на четирите партньорски библиотеки, с които потребителите могат да работят.



Фиг. 3. Етикетите на всяка от „ключовите емоции“ от официалната страница на проекта⁶

Иновативният подход, който е заимстван от психологията и маркетинга, се основава на идеята, че хората са склонни да правят своя избор въз основа на текущото си настроение, а не на солидна и обективна логика. И ако човек е склонен да прави това дори за неемоционални продукти, като храна, дрехи и електроника, тогава защо да не го направи за

книги, които са произведения на изкуството и са специално предназначени да въздействат на вътрешните светове? Тази напълно нова концепция на библиотеката поставя на първо място преживяването на читателя и емоциите, които книгата предизвиква. Освен портала като онлайн ресурс, са добавени физически пространства за книги в „Библиотеките на емоциите“ със символите за емоции, които да насочват потребителите при избора на книги (фиг. 4).



Фиг. 4. Кътовете на принципа на „Библиотеката на емоциите“

На читателите се предоставя и възможността да променят местоположението на книгата на рафта, ако тя предизвиква у тях различна емоция от посочената. Библиотекарите са избрали 500 книги за раздела

„Библиотеки на емоциите“. Всяка книга в списъка се оценява по скала от 1 до 10 за емоции. Също така предоставя препоръки за това къде и по кое време на годината е най-добре да се чете книгата, за кого може да е трудна за четене или колко време отнема четенето.⁷

Освен този нов метод за категоризиране на книги, в рамките на проекта се предвиждат обучение по библиотерапия и провеждане на 24 библиотерапевтични сесии в библиотеките, фокусирани върху младите хора. Чрез тази програма служителите на обществените библиотеки придобиват нови дигитални умения и познания по когнитивни науки, приложени в културния сектор. Посредством тези умения те разработват нови начини за насърчаване на социалното включване чрез култура.³

Според официалната уебстраница на проекта той се фокусира и върху няколко подцели, които да подпомогнат по-лесното му разбиране:

- Разработване на нови практики, насърчаващи развитието на публиката, и разширяване на настоящите умения в европейските обществени библиотеки, за да се създадат практики, съчетаващи най-съвременни подходи и идеи, приложени от библиотекарите;
- Подобряване на обществените библиотеки като пространства за запазване на културното наследство, където културните блага са общи и творческите активи са създадени, за да свързват хора, творци и идеи;
- Насърчаване на експериментирането с библиотерапия като начин за поддържане на разговори, привличане на нови потребители в обществените библиотеки, създаване на общности и принос за социалното благополучие. Целевата аудитория са младите хора и проектът оценява въздействието на библиотерапията върху техния социален капитал и приобщаване;
- Разработване на методология с отворен характер, която отразява въздействието на библиотерапията и емоциите при четенето, при обособяването на нови аудитории и при създаването на социално въздействие;
- Създаване на изследователска статия, базирана на пилотната сесия. Тя изследва различни теми, включително как обществените библиотеки в Европа са замислили и приложили „Библиотеки на емоциите“ и библиотерапевтичните сесии, какви дигитални умения са придобити от библиотечните специалисти чрез проекта, силните и слабите му страни, социалната трансформация, въздействието на библиотерапията, прилагането на европейска визия и практика на невронауката и когнитивната наука върху културата.

Като част от проекта библиотекарите получават обучение за улесняване на тези сесии и участниците могат да се задълбочат в житейския си опит чрез този процес. С емоциите в центъра на преживяването при четене, то става по-просто и по-лесно за разбиране и чрез това се улеснява изследването на вътрешните мисли. Крайната цел на преживяването е да окаже положително въздействие върху живота на читателите, като им помогне да се свържат с емоциите си.

Проектът подкрепя отделните хора, укрепва развитието на местните общности и популяризира нов начин хората да избират книги и да четат. Различният опит на четирите европейски страни обогатява прилагането на библиотерапия в различни култури и поставя обществените библиотеки в центъра на споделянето на опит от четене.⁶

В период на световна пандемия, в какъвто се намираме и в момента, се повишава нуждата от помощ за овладяване на емоциите. Използването на терапевтичната функция на четенето може да се отчете като изключително добра практика в тази посока. Хората масово споделят за благотворното въздействие на четенето и възможността чрез него да се откъснат за малко от неприятната пандемична ситуация. Когато това усещане стане посредством организирана дейност, с възможност за споделяне и помощ при избора на подходящо четиво, успехът е още по-голям.

Библиотерапията е стимул за благополучие, източник на вдъхновение, ресурс за движение напред. Това е инструмент за грижи за психичното здраве и социални иновации. Емоциите при четене осмислят човешкия живот и имат силата да стимулират човека да се развива.⁵

Изключително важно е, че такъв тип проект се осъществява именно в библиотеки. Първо, това е правилна стъпка в посока на изграждане на съвременния облик на библиотеката като социална среда. Второ, сама по себе си библиотеката е най-близко до книгите и до хората и има потенциала да използва връзката, съществуваща изначално помежду им, в посока, полезна за човека и обществото. Трето, човешката нагласа към библиотеката като институция е като цяло положителна – свързана с приятни емоции, затова и предразполага към вземане на участие в различни инициативи, организирани от нея.

Специалното на този проект е възможността за активно участие на читателите в целия процес. Това не е наготово поднесена информация, а общуване – между читателите, с книгите и със себе си. Тази формула е предпоставка за успешна реализация на инициативите по проекта и за обособяване на нов метод за каталогизиране на книги – в помощ на читателя и стимулиращ четенето.

Проектът е във фаза на развитие, но вече е видим изключителният му потенциал. Очаква се популяризирането му да вдъхнови и други библиотеки да създадат свои „Библиотеки на емоциите“ и да се изгради мрежа, която трайно да подпомага социалната интеграция и да стимулира четенето.

Благодарности

Тази публикация е реализирана по проект „Изследване на нагласите към терапевтичния потенциал на четенето в нетипични ситуации за индивида“ с Договор № КП-06-Н45/2 от 30.11.2020 г., финансиран от Фонд „Научни изследвания“ на Министерството на образованието и науката, с ръководител гл. ас. д-р Събина Кирилова Ефтимова-Илиева.

БЕЛЕЖКИ

- ¹ **Béres, J.** Central Europe 2020 Bibliotherapy project. IFLA – official website. [online], <<https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:6V8BHQ4gKkAJ:https://www.ifla.org/central-europe-2020-bibliotherapy-project/+&cd=1&hl=bg&ct=clnk&gl=bg>> (2022).
- ² **Libraries of Emotions© (LOE) in Europe.** Brochure. [online], <<http://librariesofemotions.eu/wp-content/uploads/2021/03/LOE-BROCHURE-2021-ENG.pdf>> (March 2022).
- ³ **European** “Libraries of emotions© (LOE). [online], <<https://ced-slovenia.eu/en/project/european-libraries-emotions-loe-2/>> (March 2022).
- ⁴ **European** „Libraries of emotions“: a new path for public libraries to capture audiences and support social transformations in Europe. [online], <<https://www.juntadeandalucia.es/cultura/europacreativaandalucia/european-libraries-of-emotions-loe-a-new-path-for-public-libraries-to-capture-audiences-and-support-social-transformations-in-europe/>> (2022).
- ⁵ **Love of Livres.** Official website. [online], <<http://loveforlivres.com/index.php?idpage=accueil&langue=2>> (March 2022).
- ⁶ **Libraries of Emotions.** Official website. [online], <<http://librariesofemotions.eu/about-project>> (March 2022).
- ⁷ **Iolov, Tzvetozar Vincent.** Emotional libraries count on your feelings when choosing a book – The Major EU – official website. [online], <<https://www.themayor.eu/en/a/view/emotional-libraries-count-on-your-feelings-when-choosing-a-book-9702>> (05 January 2022).

REFERENCES

Eftimova, S. (2022). The Topic of Bibliotherapy in the Diploma Projects and Master's Theses of Students Majoring in Library and Information Management. – In: *INTED2022*

Proceedings: 16th annual International Technology, Education and Development Conference.

Eftimova, S., T. Todorova, M. Garvanova, H. Atanasov, L. Parijkova, T. Genova, I. Damianova. Status of the Literature on the Problems of Bibliotherapy in Bulgaria. (2021). – In: *EDULEARN21 Proceedings: 13th annual International Conference on Education and New Learning Technologies*, 5th–6th of July, 2021, pp. 6856–6861.

Oxford Handbook of Mental Health Nursing 2/e (Oxford Handbooks in Nursing). (2006). Eds. by Patrick Callaghan and Catherine Gamble. OUP Oxford. 496 p.

“LIBRARIES OF EMOTIONS” – A NEW WAY OF READING BOOKS AND A PSYCHOLOGICAL METHOD OF CLASSIFICATION

Abstract: *In recent years, the method of bibliotherapy has become increasingly applicable even outside of medicine. Often people use it in their daily lives intuitively. Thanks to the work of specialists from all over the world, defining it and proving its benefits in various fields, it distinguishes its active application in large-scale initiatives. One of them is the Library of Emotions – bringing together various organizations from all over Europe to promote innovative reading and bibliotherapy sessions in European public libraries. For the first time this project gives participants the opportunity to develop a new way of classifying books in their libraries and to serve their readers according to their emotional preferences.*

Keywords: *library; bibliotherapy; emotions; book; project*

Elena Popova, PhD student

University of Library Studies and Information Technologies

119, Tsarigradsko shose Blvd.

1784 Sofia, Bulgaria

E-mail: elena_b_popova@abv.bg