

## **«Бібліотерапія» (станом на 1 вересня 2023 року)**

Проект «Бібліотерапія» Публічна бібліотека ім. Лесі Українки започаткувала задовго до повномасштабної війни, у 2018 році. Від того часу проєкт вдосконалювався, розширював аудиторію та форми реалізації. Його актуальність відтоді не зменшилася, а навпаки, отримала новий розвиток у відповідності до викликів і потреб часу.

### **Бібліотерапія читанням**

*Проект «Бібліотерапія: твоя книга щастя»* започаткований у 2018 році і його складовими є:

- просвітницька та консультативна допомога психолога у бібліотеці;
- рекомендація літератури з психології, що успішно застосовується в клінічних умовах;
- рекомендація художньої літератури, що має терапевтичний ефект при різних станах. Правильно підібрана література є потужним засобом для «терапії духу»;
- співбесіди після прочитання, під час яких проводиться корекція розуміння читачем-«пацієнтом» змісту книги з акцентом на найважливіше, здатне переламати ситуацію, в якій опинився потребуючий терапії читанням.

Про проблеми і переживання наших читачів ми дізнаємося з їх розповідей, бо часто саме за спілкуванням і можливістю поділитися своїми проблемами приходять до нас читачі. Особливо ця тенденція посилилася в ковідний період і в період перед повномасштабним вторгненням росії. Для «лікування» різних психологічних станів (депресій, фобій, страхів і т.п.) було створено «рецепти»-БАДДи (Бібліотека – Аптека Для Душі) з рекомендаціями списків книжок для читання, які є помічними при цих станах. Терапевтичний ефект від читання книжок визначався на основі відгуків читачів, а також на основі вивчення вітчизняних та зарубіжних джерел про досвід застосування бібліотерапії в лікувальній практиці. Списки книг систематично переглядаються та коригуються, наразі, станом на серпень 2023 року, «рецепти» оновлено і введено додатковий – [для зміцнення національної ідентичності](#).

Лекції психологічної тематики, що відбувалися у бібліотеці офлайн до ковідного періоду, проводились професійними психологами (згодом й арт-психологами) і завжди доповнювалися книжковими виставками відповідної тематики.

З початком «ковідного» періоду лекції психологів транслювали зі сторінки бібліотеки у мережі Facebook, створивши на бібліотечному Ютуб-каналі тематичний плейлист відеозаписів лекцій «Бібліотерапія» [тематичний плейлист відеозаписів лекцій «Бібліотерапія»](#).

З червня цього року бібліотерапія з допомогою професійного психолога у бібліотеці продовжується у межах [проєкту «Я Є!»](#).

Завдання цього проєкту – на першому етапі допомогти працівникам бібліотеки, які щоденно перебувають у бурхливому інформаційному інтернет-просторі під дією ворожих інформвпливів і спілкуючись з великою кількістю різних відвідувачів контролювати дискомфортні стани, навчитись правильно проживати ситуації, що травмують та уникати посттравматичних проявів – це ті практичні навички, що першочергово отримують працівники бібліотеки.

Форма роботи – тренінгова та індивідуальна. Тренінги проводяться у малих закритих групах за визначеним планом, носять стабілізаційну, навчаючу та підтримуючу мету. Індивідуальні зустрічі з психологом відбуваються за запитом.

Теоретична частина матеріалу проєкту викладається в соціальній мережі на публічних веб-сторінках бібліотеки (хештеги #бібліотерапія #самоідентифікація #проєкт\_Я\_Є!). На порядку денному - впровадження другого етапу – надання психологічної допомоги користувачам бібліотеки.

**Поезія** не тільки описує важкі досвіди й почуття людей, але й допомагає пережити й опанувати їх. Прочитання ритмічних текстів давно є частиною медитативних і сакральних практик. Як мантри чи молитви, вірші здатні впливати на наше самопочуття, заспокоювати та відволікати від тривоги. КЛКК – Київський Літературний клуб, що працює у бібліотеці, від початку війни не припиняв [офлайн зібрання](#), працюючи також онлайн в однойменній бібліотечній чат-групі.

Результат діяльності Клубу – упорядкування для видання за міською програмою антології «ШраМИ», куди увійшла творчість 17-ти учасників клубу «КЛКК». Збірка наразі на етапі видання.

### **Бібліотерапія соціальна**

Ще до оголошення воєнного стану бібліотека уклала договори про співпрацю з Департаментом з питань виконання кримінальних покарань та з Центром пробації України у напрямку ресоціалізації осіб, які відбувають кримінальні покарання. Ця діяльність є ще одним підтвердженням важливої ролі бібліотеки в житті кожної людини, в яких би обставинах вона не перебувала. Бібліотека є єдиним безкоштовним закладом, яким може скористатися будь-хто і вирішити проблеми з прогалинами в освіті, отримати певну допомогу з серфінгом в інтернеті, онлайн-сервісами, у тому числі з пошуком роботи та працевлаштуванням.

Основні завдання реалізації **проєкту «Видима бібліотека»**:

- запобігання морально-психологічній та професійній деформації, пов'язаній з перебуванням в місцях позбавлення волі та несенням служби;
- оновлення компетентностей, що пов'язані із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій, організація дозвілля шляхом корисної зайнятості засуджених;
- розвиток практичних навичок користування сучасними бібліотечними сервісами та технологіями;
- ресоціалізація, створення підґрунтя для легкої адаптації засуджених у соціумі по завершенню терміну ув'язнення.

Окрім просвітницьких лекцій і презентацій, метою яких є полегшити засудженим, після виходу на волю, адаптацію у соціумі, що кардинально змінився за час їх перебування за ґратами (чим їм буде корисна публічна бібліотека, про корисні онлайн сервіси для кожного, канал You Tube, генерування та використання QR-кодів, медіаграмотність та протистояння фейкам і т.д. (записи зустрічей (доступні не для всіх) можна переглянути [тут](#)), проведено **«Поетичний слем»** «Поезія вільна».

Проект в активній стадії і не припинявся з початком відкритої російської агресії.

Підтвердження цьому – відеоролик, записаний бібліотекою на основі відеоматеріалу, підготовленого спільно з установами виконання кримінальних покарань (засуджені читають вірші Лесі Українки) до дня народження Лесі Українки, бібліотека представила на власному ютуб-каналі 24 лютого 2022 року, відповідно до взятих зобов'язань <https://www.youtube.com/watch?v=N0XK-qbuxow>.

Під час навчально-просвітницьких онлайн зустрічей із засудженими, бібліотека охоплює аудиторію із 60 установ виконання покарань, до 450-500 осіб одночасно.

У березні 2023 року бібліотекою у межах цього проекту започатковано **Студію розвитку літературної творчості**, лектором якої є історик, поет, художник, працівник бібліотеки Анатолій Горовий. Регулярність занять – двічі на місяць. Кожне заняття, крім уроку з ремесла красного письменства, включає розгляд та аналіз домашніх завдань, учасники презентують власні вірші, спільно працюють над їх удосконаленням.

Результатом цієї діяльності став у 2023 році вихід друком збірки поетичних творів осіб, які наразі в місцях відбування покарань, під назвою «Народжені бути вільними». Тюремний світ — це своєрідний архіпелаг, де люди ізольовані від активної частини соціуму, яка б могла оцінювати, критикувати чи модерувати їх творчість. Без доступу до письменницької спільноти, люди за ґратами позбавлені можливості поділитися своїми творами, а без наставництва та критики майстерність поетів занепадає.

Окрім того, що поетична творчість слугує розширенню можливостей творчого самовираження засуджених, вона ще й дає їм емоційне відчуття свободи. Відеореклама збірки [тут](#). Презентацію збірки можна переглянути [тут](#). Електронна версія збірки доступна онлайн [за цим покликанням](#).

В межах реалізації проекту підготовлено посібники: «Огляд книжок, написаних авторами, коли ті перебували в ув'язненні», «Огляд книжок, основний сюжет яких розгортається у місцях позбавлення волі» та «Список книжок, доступних онлайн, що сприяють ресоціалізації особистості шляхом переосмислення прочитаного і є мотивуючими для повернення до повноцінного життя у соціумі». Також підготовлено довідник про онлайн-ресурси, які будуть корисними ув'язненим як для навчання впродовж життя, так і для адаптації у мінливому соціумі після завершення терміну їх ув'язнення. Всі ці ресурси – у [вільному доступі на сайті бібліотеки](#).

За час реалізації проєкту бібліотека збрала та передала в бібліотеки Коростенської та Білоцерківської установ виконання покарань 550 художніх та пізнавальних видань українською мовою.

Одним із основних очікуваних результатів є поступова адаптація засуджених до позитивної динаміки інформаційних процесів, подолання інформаційної необізнаності, підвищення рівня та актуалізації інформаційної грамотності.

Бібліотека отримала поетичні присвяти, вдячність і бажання ув'язнених після виходу на волю обов'язково відвідати бібліотеку та скористатися її послугами і ресурсами, що допоможуть зорієнтуватися у мінливому сьогоденні та налагодити своє життя.

В межах діяльності з ресоціалізації засуджених з вересня 2023 року бібліотека за додатковою угодою з ГО «Союз «Золотий вік» та Департаментом з питань виконання кримінальних покарань розпочинає перші заняття в розмовному клубі для засуджених «Жива українська». Він суттєво сприятиме інтеграції засуджених, які утримуються в УВП та СІЗО ДКВС України, у суспільство. Проєкт не тільки надасть можливість вивчення мови, а й допоможе засудженим реалізувати право на неформальну освіту, збільшити їхню самооцінку, розширити горизонти і підвищити шанси на успішне повернення до нормального життя після відбуття покарання.

Заняття проводитимуться у формі лекцій та тренінгів з використанням онлайн-платформи Zoom двічі на місяць. Відповідно до обраної теми, у програму занять входить:

- пізнавальна бесіда на тему зустрічі, підготовлена бібліотекарем,
- інтерактивне спілкування на тему зустрічі, коли засуджені намагатимуться українською, з допомогою бібліотекаря, розповісти, що їм відомо на тему заняття,
- прочитання бібліотекарем уривка тексту з художнього твору на тему зустрічі, визначення і розбір незрозумілих їм українських слів, пошук пояснень незрозумілим словам.

Орієнтовні теми: українська пісня, українська кухня, гетьмани України, українські письменники тощо.

По завершенні курсу кожен слухач отримає сертифікат, що має вагу у підготовці засудженого до дострокового звільнення з місць відбування покарань.

Проєкт «БібліоПроба» продовжує і доповнює проєкт «Видима бібліотека». Його мета – надання суб'єктам пробації (засудженим особам, які відбувають покарання без позбавлення волі) культурно-освітніх та інформаційних послуг для розвитку їхнього креативного та інноваційного потенціалу, що сприятиме їх ресоціалізації в суспільстві.

З підопічними Державної установи «Центр пробації» відбуваються зустрічі безпосередньо у бібліотеці, а також онлайн, на платформі Zoom. У бібліотеці: долучення осіб на пробації до участі в подіях бібліотеки, можливість безплатного відвідування показів вистав у відділі мистецтв бібліотеки, екскурсії бібліотекою та знайомство із роботою її відділів,

представництвом бібліотеки в інтернет-просторі. Онлайн зустрічі включали теми безпеки в інтернеті, медіаграмотності.

У процесі реалізації проекту було відкрито [Артлабораторію для осіб на пробації](#).

Реалізацію саме цього проекту бібліотеки було підтримано грантовим фінансуванням від Європейського культурного фонду у розмірі 8 тис. євро. Проект реалізовано у період з червня 2022 року по березень 2023 року. (хештег у Facebook #TheEuropeChallenge #Артлабораторія #БібліоПроба )

Щосередини о 12.00 для осіб на пробації проходять практичні заняття з оволодіння навичками та інструментами веб-графіки та відео монтажу, створення графічних елементів та коротких відеороликів для своїх блогів. Кожен учасник (одночасно працюють 8 осіб, які запрошуються через Центр пробації посередництвом координатора) забезпечується ноутбуком із встановленими ліцензійними програмами. Всього бібліотерапією впродовж 2023 року охоплено 34 особи з міста Києва, що перебувають на пробації, арттерапією охоплено 24 особи.

Досвід бібліотеки з реалізації проекту ресоціалізації осіб, які відбувають кримінальні покарання ввійшов у перелік кращих 39-ти інноваційних проектів європейських бібліотек, спрямованих на покращання життя місцевих громад.

За підсумками проекту Європейський культурний фонд підготував унікальне видання інноваційних бібліотечних практик різних країн Європи «Почуття приналежності». В ній представлені ініціативи, створені під час Європейського виклику між 2021 і 2023 роками. Електронна версія видання за цим покликанням [Sense of Belonging](#).

На сьогоднішній день вважаємо проєкт «Бібліотерапія» найактуальнішим серед усіх, що проводить Бібліотека. Повномасштабне вторгнення росії в Україну наклало відбиток на психіку кожної людини, навіть якщо особистість вважає себе сильною та невразливою, а українці своїм високим рівнем стійкості та витривалості дивують увесь світ. Тому першочергова мета проекту – за допомогою книги і читання сприяти подоланню важких душевних моментів – залишається й надалі актуальною і злободенною.

### **Бібліотерапія громадянська**

Ініціатива [#книжки вслід](#) (див. за хештегом у мережі Facebook), що започаткована з квітня 2022 року, триває до сьогодні і звернення про потребу в українській книжці наших співвітчизників, яких з дітьми прихистили європейські міста, продовжують надходити. Станом на кінець серпня збираємо книжки для відправки спільноті українців у м. Падуя (Італія). За цей час бібліотекою зібрано, організовано придбання за благодійні кошти і відправлено українцям за кордон близько 8000 українських книжок у понад 30 міст світу. [Карта ініціативи](#) і [Точки доступу до відправлених книжок у містах світу](#).

Ще до відкритого вторгнення росії ми постійно комунікували з литовськими і польськими колегами, проводили спільні заходи онлайн,

обмінювалися досвідом. З початком воєнної агресії росії колектив бібліотеки почав майже кожного дня отримувати найперше саме з Литви і Польщі моральну підтримку: колеги пропонували прихисток, записували і надсилали нам надихаючі відео, ділилися інформацією про послуги і пропозиції для українських біженців, про центри гуманітарної допомоги, які вони відкрили у приміщеннях своїх бібліотек. Це спонукало нас до діяльності задля наповнення центрів гуманітарної допомоги у дружніх нам Вільнюській та Краківській бібліотеках українськими книжками, яких там потребували. Оголосивши про збір книжок у соціальних мережах, ми отримали безліч звернень від співвітчизників з різних міст світу, серед яких багато наших користувачів. Саме вони стали координаторами ініціативи в своїх діаспорянських спільнотах.

Бібліотека отримала від спільнот українців за кордоном безліч вдячних слів в повідомленнях, відео подяк і офіційних листів-подяк за турботу і підтримку. При нагоді, під час провідування домівок у Києві, обов'язково роблять візит у нашу бібліотеку, яка їх підтримала, адже саме українська книжка у перші місяці перебування на чужині давала їм відчуття зв'язку з Україною. Навзаєм бібліотека отримала від них в дарунок книжки з Німеччини, Польщі, Хорватії.

Бібліотерапія для усіх нас – це ініціатива, придбання і доставка українською громадою з німецького міста Карлсруе електрогенератора в дарунок для бібліотеки в знак вдячності і взаємної підтримки, так само і волонтерською ізраїльською організацією Іхуд Ацала, адже українські книжки ми спромоглися відправити і в Тель-Авів.

А з 16 серпня відбулося перше заняття розмовного клубу онлайн [«Мовні перлинки»](#) – для українців, які наразі перебувають за межами України, саме для тих товариств українців, яким бібліотека відправила комплекти українських книжок завдяки ініціативі #книжки\_вслід. Модератор та організатор зустрічей — випускниця КНУ ім. Тараса Шевченка, магістр філології Ірина Костюк. Розмовний клуб організовано з метою підтримки україномовного середовища у товариствах українців за кордоном. Наша мета: довести, що розмовляти українською зручно, легко і необхідно! Ми пропонуватимемо комунікативний матеріал, живі бесіди, вправи на мовлення в інтерактивній формі.

Віднедавна бібліотека стала осередком реалізації проекту соціокультурної адаптації та реабілітація засобами змістовного дозвілля [Жіноче коло](#) - зустрічі у бібліотеці, у відділі краєзнавчої літератури та бібліографії в інформаційно безпечному середовищі. Це тепле жіноче коло, яке збирає Тетяна Серебреннікова (Tana Sribna) – завідувачка відділу, на підтримку волонтерських проектів, таких як:

«Льолямарафон» – авторський проект Тетяни Серебреннікової, в якому пропонується вишити-пошити сорочечку-льолю для немовляти і передати її на благодійність. Наразі – співпраця з Громадською організацією «Літай» та Благодійним фондом «Superгерой», які опікуються передчасно

народженими дітками, які перебувають в Національній дитячій спеціалізованій лікарні “Охматдит” МОЗ України.

«Сорочка для захисника» – всеукраїнський проєкт черкащанки Оксани Поступак, в якому жінки з різних куточків України та за її межами шиють-вишивають бойові сорочки на запит воїнів – захисників і захисниць, які вірять в оберегову силу традиційного одягу і силу молитви і наміру, які жінка вкладає в кожний стібок на полотні. Жінки вишивають сорочки як для членів своїх сімей, так і для незнайомих, але за їх персональним запитом.

«Переяславська сорочка» – всеукраїнський проєкт Національного історико-культурного заповідника «Переяслав» до 100-річчя від дня народження фундатора музеїв Михайла Сікорського. Музейниці і науковиці Тетяна Радіоненко, Валентина Білоусько пропонують всім охочим долучитися до відтворення орнаментів з сорочок із музейної колекції і тим самим продовжити традицію й до ювілейної дати продемонструвати колекцію відтворених сорочок Київщини за наданими схемами та світлинами.

Проєкт [«Жіноче коло з Tana Sribna»](#) щочетверга запрошує до приязного спілкування у бібліотечному просторі, наповненому книгами про столицю та її традиції. Тут всіх охочих чекають професійні поради майстринь, перші спроби початківців, психологічна підтримка і супровід рукоділля голосним читанням.