

## Опыт



Е.В. Шкляева

## Психологическое просвещение как форма работы практического психолога в библиотеке

*Шкляева Елена Владимировна — психолог Центра психологического просвещения МБУ ЦБС г. Ижевска, зав. сектором библиотеки им. Н.К. Крупской.*

Современная ситуация в обществе характеризуется социально-экономической нестабильностью, высоким темпом жизни и является мощным стрессовым фактором для современного человека. Отсутствие знаний, необходимых для успешной адаптации, чаще всего ведет к неадекватному восприятию жизненных ситуаций и сопровождается невротическими расстройствами, заболеваниями, формирует отклоняющиеся формы поведения — алкоголизм, наркоманию, суицид, правонарушения и т. п.

Функционально библиотеки являются центрами информации и просвещения. Поэтому их можно использовать как особый ресурс и, одновременно, как базу для проведения информационной и просветительской работы с пользователями. В том числе, по проблемам психологической культуры.

В связи с этим возникла идея разработки программы, позволяющейстроить работу практического психолога в условиях библиотеки таким образом, чтобы помочь людям адаптироваться в социуме, сформировать у них позитивное отношение к жизни.

*Ключевые слова:* библиотека, просвещение, просветительская работа психологические программы, тренинг, детско-родительские отношения.

Полная версия программы представлена в электронном приложении к журналу (см. CD-диск).

### Введение

В настоящее время психология, как научная, так и практическая, начинает занимать все более заметное место в общей культуре нашей страны.

Психология в последние годы стала наукой, востребованной самой жизнью, однако приобретает сомнительную привилегию всеобщей компетентности и сопричастности. Массовый интерес к тайнам душевной жизни и закономерностям человеческого поведения сегодня удовлетворяется обильным предложением разнообразной литературы, от популярных «развлекалочек» до энциклопедий, а также публичными выступлениями психологов по широкому кругу вопросов общественной и частной жизни.

Поверхностное психологизирование, основанное на обрывках научного знания, серьезно искажает мироощущение многих людей, подчиняет их поведение небезопасным иллюзиям и фикциям. При всем при этом, нельзя не отметить и тот факт, что слово

«психология» все еще окутано завесой тайны для тех, кому не приходилось соприкасаться с психологами на практике. Психологов ценят, уважают, но в обыденной жизни побаиваются, полагая, что психолог «насквозь видит человека» даже в простом разговоре. При этом затрудняются точно сказать, кто такой психолог, что он делает и какую пользу он может принести.

Наше общество не совсем готово к восприятию психологических услуг. У нас есть один способ подготовить его — психологизировать среду. И сделать это можно путем популяризации психологических знаний, путем просвещения и информирования населения.

Под психологическим просвещением понимается приобщение взрослых и детей к психологическим знаниям. В обществе недостаточно распространены психологические знания, не всегда выражена психологическая культура, предполагающая интерес к другому человеку, уважение особенностей его личности, умение и желание разобраться в своих собственных отношениях, переживаниях, поступках. В коллективах, как и в семьях, возможны конфликты, в основе которых — психологическая глухота взрослых людей, неумение и нежелание прислушаться друг к другу, понять, простить, уступить и пр.

Согласно В. В. Пахальяну (2002), «Просвещение — направляется на своевременное и адресное распределение информации, позволяющей предупредить появление типичных трудностей в развитии, в освоении деятельности, в общении детей и т. п...»

Краткое определение термина «психологическое просвещение» приведено И.В. Дубровиной (2000): «Психологическое просвещение — это приобщение взрослых (воспитателей, учителей, родителей) и детей к психологическим знаниям...»

Исходя из родственного вида деятельности (санитарного просвещения) в медицине, попробуем сформулировать рабочее определение необходимого нам понятия.

**Психологическое просвещение** — раздел профилактической деятельности специалиста-психолога, направленный на формирование у населения (учителей, воспитателей, школьников, родителей, широкой общественности) положительных установок на психологическую помощь, деятельность психолога-практика и расширение кругозора в области психологического знания.

Таким образом, исходя из этого определения, психологическое просвещение выполняет три задачи:

- *первая задача* — формирование научных установок и представлений о психологической науке и практической психологии (психологизация социума);
- *вторая задача* — информирование населения по вопросам психологических знаний;

- *третья задача* — формирование устойчивой потребности в применении и использовании психологических знаний в целях эффективной социализации подрастающего поколения и в целях собственного развития.

Психологи пришли в детские сады, школы как гаранты права ребёнка на полноценное психическое и личностное развитие, на развитие его индивидуальности. В их задачу входит создание условий для благоприятного и позитивного проживания ребёнком дошкольного и школьного детства, оказание помощи в случае необходимости как самим детям, так и их родителям, воспитателям, учителям в решении проблем обучения, поведения, общения, отношений и пр.

Весьма интенсивно психологи проводят научно-практическую просветительскую работу с взрослыми, справедливо полагая, что им без психологических знаний невозможно грамотно включать ребёнка в процесс обучения и воспитания как в семье, так и в любом образовательном учреждении.

Основной арсенал форм и методов проведения психологического просвещения в работе практического психолога — лекции, беседы, семинары, выставки, подборка литературы и пр.

### **О возможностях библиотеки как центра психологического просвещения**

Каковы же особенности психологического просвещения именно в условиях библиотеки? Считаю, что они имеют и свои преимущества, так как, исходя из перечисленного ранее, можно сделать вывод, что все предложенные формы и методы работы по психологическому просвещению очень легко можно назвать и чисто библиотечными.

Исходя из этого, можно с уверенностью утверждать, что библиотека вполне имеет право претендовать на звание учреждения, способного заниматься просветительской работой в области психологии.

Спектр услуг, которые может предлагать публичная библиотека, широк: пользование фондом (тем более если фонд специализированный по данной тематике), предоставление информации отдельным лицам, группам. В задачи библиотеки входит также координация деятельности консультационных служб.

Организация психологической службы на базе крупных библиотек давно уже доказала свою целесообразность. Помимо задач, связанных с распространением информации, библиотечные психологи стараются решать проблемы психолого-педагогического характера, привлекая для этого такой мощный и универсальный инструмент познания и самовоспитания, как литература различных направлений и жанров.

### **Кратко о нашей работе сегодня**

Библиотека им. Н.К. Крупской работает как Центр психологического просвещения уже 16 лет (с 2000 года), есть определенные результаты деятельности.



Вся работа Центра разделена на два направления: библиотечные формы работы и оказание психологической помощи.

**Формы библиотечной работы:** формирование фонда литературы по психологии, выставочная деятельность, обзоры, беседы, лекции, презентации, издание методических и рекламных материалов, информационная деятельность (издание буклетов, дайджестов, информационных листов и листовок, тематических картотек, списков литературы, информирование специалистов и интересующихся вопросами психологии, Дни информации, Дни специалистов).

Второе направление включает в себя организацию психологических форм и методов работы: оказание психологической помощи, учебно-тренинговая деятельность, семинары для специалистов-психологов и организация просветительской деятельности. Работают и семейные программы («Всей семьей в библиотеку», семинарские занятия «Решаем семейные проблемы», развивающие занятия для дошкольников).

Большой популярностью пользуется картотека анонимного консультирования, где любой посетитель библиотеки может написать и оставить свой вопрос, не называя себя. И в следующее посещение библиотеки он может получить ответ на свой вопрос или обратиться непосредственно к психологу со своей проблемой.

Для подростков и родителей был разработан и оформлен «Психологический коридор» с заочным тренингом «Как стать уверенным». На стенды «Коридора» прикреплены конверты с информацией, которую можно брать с собой: письма с рекомендациями и пожеланиями психолога, психологические упражнения, буклеты, списки литературы как для детей, так и родителей. Такую форму взаимодействия читатели активно поддержали, и она пользуется у них успехом.

На детском абонементе зоной психологического общения стал «Уютный уголок»: рекомендательные списки литературы, пособия, психологические тесты, упражнения, книги (для мальчиков и для девочек). «Уголок» стал местом тайных переживаний и размышлений подростков. *«В уголке не скучно, уютно, здесь дают рекомендации, как избавиться от одиночества, завести друзей» (из отзыва читателей).*

Кроме этого, мы предложили детям поразмышлять над своими индивидуальными особенностями и вести свой личный дневник «Я преобразую себя». С детьми проводились индивидуальные беседы.

Хочется отметить и положительный эффект от внедрения психологических игр для детей: «Календарь радости», «Музей обидных воспоминаний», «Начинай с улыбки день», «Праздник любимой игры и игрушки», «Дом, который построю... Я».

Особо хочется сказать о проекте «Семейные портреты». В рамках проекта проведено 7 занятий семейного клуба «Моя семья». С родителями проводились беседы, тренинги, индивидуальное консультирова-

ние, использовались проективные методики, сказкотерапия. Параллельно с детьми работал детский психолог, применялись рисуночные тесты.

Вполне закономерно, что сейчас, рассуждая о нашей деятельности, делая выводы на данном этапе, необходимо ответить на следующие вопросы:

- что нужно нашим пользователям,
- в какой психологической литературе они нуждаются и нуждаются ли вообще,
- прибегают ли они к помощи психологической литературы и — шире — к психологической информации и психологической помощи при решении собственных проблемных ситуаций. И, что немаловажно: есть ли у них такие.

С этой целью недавно были опрошены читатели — подростки и родители. Для изучения потребностей в психологических услугах в условиях библиотеки был проведен опрос. Нас интересовало отношение читателей к работе Центра психологического просвещения в условиях библиотеки, потребность в психологической литературе, информации и необходимость психологического просвещения. Результаты исследования позволят нам строить дальнейшую деятельность библиотеки с учетом потребностей детей и родителей.

Итак: на первое место устойчиво выходит потребность в консультациях и лекциях специалистов. По ответам респондентов мы увидели, что при возникновении трудностей психологического характера родители, прежде всего, хотят иметь информацию о книгах и списки литературы; затем — практическую помощь специалистов.

Немаловажным обстоятельством в данном исследовании является то, что мы смогли определить подготовленность родительской аудитории к восприятию психологических знаний. Почти все родители осознают важность психологической информации и нуждаются в ней при решении психологических проблем. Один из путей, позволяющих донести без потерь информацию до адресата, — это дифференцированный, последовательный подход к родительской аудитории.

Но не все родители подготовлены и нуждаются в психологической информации в равной степени. Одним из них необходима лишь направляющая помощь (списки литературы, буклеты, лекции и беседы), другие нуждаются в квалифицированной помощи специалиста-психолога, третьи выбирают клубы общения и тренинги.

Таким образом, мы видим, что большинство наших респондентов сталкиваются с довольно широким кругом проблем психолого-педагогического характера. Родители формулируют конкретные трудности, высказывают реальную обеспокоенность ими, обращаются за помощью к специалистам и неспециалистам, журналам и телепрограммам. Но, вместе с тем, понимают роль научно-популярной литературы и психологической информации при решении заявленных

проблем, высказывают пожелания владеть психологической информацией.

Большинство родителей и детей выразили пожелание возможности получать помощь в виде консультаций психолога в библиотеке. Видимо, это определяется спецификой положения психолога, не имеющего ведомственного отношения ни к школе, ни к медицине, то есть его независимой позицией. В этом мы видим и определенные преимущества в работе практического психолога, и определенную ответственность.

Из ответов же школьников видно, что дети осознают значимость квалифицированной помощи, хотя смутно представляют, что это такое. Они предпочитают делиться своими трудностями и обращаться за помощью к родителям и близким родственникам. Во вторую очередь называются друзья и сверстники, и только 4% опрошенных детей обращаются за помощью к психологу и к книгам.

Учитывая определенный опыт работы, используя результаты исследования, мы смогли убедиться, что деятельность библиотеки — Центра психологического просвещения имеет свои плоды: интерес читателя к библиотеке явно присутствует, и его сейчас важно сохранить, так как поддержка и интерес читателя — это мощный стимул нашей деятельности.

Как показало исследование, психологическое просвещение как форма работы практического психолога в условиях библиотеки имеет свою актуальность и эффективность. При осуществлении психологического просвещения необходимо учитывать возрастные и социально-психологические характеристики тех, по отношению к кому осуществляется эта работа.

При работе с родителями это направление деятельности практического психолога уместнее осуществлять, используя традиционные, давно разработанные и апробированные формы проведения психологического просвещения, не утратившие своей эффективности. В известной степени, психолог сам сможет внести элемент творчества в разнообразие этих форм и разработку новых при осуществлении психологического просвещения среди родителей.

Что касается подростков, то эффективным является просвещение тогда, когда в нем принимают активное участие сами подростки. И поскольку именно подростковый период отличается выходом ребенка на качественно новую социальную позицию, в которой формируется его самосознание, самооценка, его сознательное отношение к себе как члену общества, подростку необходима направленная квалифицированная помощь. Эту помощь может оказать практический психолог, направив свою деятельность на реализацию цели, которая требует решения психолого-педагогических и просветительских задач. А именно:

- формирование у детей общих представлений о психологии как науке;
- оказание детям помощи в открытии внутреннего мира человека;

- пробуждение интереса ребенка к другим людям и к самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы (общих и специальных способностей, познавательной направленности, интереса к чтению и пр.);
- развитие самосознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки);
- развитие эмоциональной сферы (чувств, переживаний, настроений и пр.);
- понимание чувств, настроений, переживаний других людей;
- формирование у родителей грамотного представления об особенностях психологии детей-подростков с целью формирования психологической культуры, оказания им психологической поддержки для создания благоприятного микроклимата в семье.

Одним из способов решения этих задач является реализация разработанной нами программы (см. Приложение в полной версии статьи на CD-диске) по психологическому просвещению подростков на базе муниципальной библиотеки им. Н.К. Крупской — Центра психологического просвещения города Ижевска.

### Подробно о нашем пути и нашем подходе к работе

Начнем немного издалека.

*Что такое психология и зачем она нужна человеку?*

Чтобы из мальчика или девочки вырос красивый, умный, счастливый и здоровый взрослый, ему необходимы тепло, поддержка, а также умение понимать себя и других людей. Когда люди становятся старше, они начинают задумываться над вопросами, которые просто не приходили им в голову. Какой я? Правильно ли я поступаю? Какие привычки в моей копилке? Какой опыт у меня собирается? Быть веселым. Общаться с людьми. Волноваться за друзей, помогать им. Преодолевать трудности. Или наоборот: скучать, валяться на кровати. Бояться опасности. Стесняться пойти к товарищу или подруге. Какой я есть? И каким стану? Каким я хотел бы стать? Почему у меня это не получается?

Очень важно научить детей думать о себе, разбираться в самом себе. Это непростое, но очень полезное занятие.

Специалисты Центра занимаются просветительской, информационной и издательской деятельностью. Регулярно издаются серии библиографических пособий. Например: «Семейный наставник», «О детском чтении», «Для студента», «Психология для специалистов», «Психология для чайников, или Сам себе психолог». Серии дайджестов: «Саморегуляция для всех», «Психология для всех», «В семье растет читатель», «Шпаргалки для родителей», «Психология детского чтения», «Библиотерапия», «Почемучка для родителей» и пр.



Успешно внедряется в работу Центра проектная деятельность. Началом, как уже упоминалось выше послужил проект «Семейные портреты». Далее были проекты «Библиотечный летний сквер», проект-фарс «Чтение в массы!», в которых, несомненно, были отражены основные направления деятельности Центра.

В условиях негативного влияния современной социокультурной и информационной ситуации, которую характеризует ослабление роли семьи в решении задач воспитания, недостаточная подготовленность родителей к участию в воспитании и развитии детей, — особенно актуальным становится формирование психолого-педагогической культуры и грамотности, психологическое просвещение родителей по особенностям психологии детей и подростков.

Быть сегодня родителями труднее, чем когда-либо прежде. Большой педагогический опыт позволяет утверждать, что нет проблемы детей, а существует лишь проблема родителей. Обстановка, в которой живет, растет и формируется ребенок, в наши дни существенно отличается от той, что была несколько десятилетий назад. Если прежде влияние родителей на ребенка было исключительным, то сегодня видеопродукция, компьютерные игры, передачи некоторых средств массовой информации нередко целиком заменяют родителей и приносят такие результаты, которые не всегда удается предугадать или исправить.

Одним из существенных аспектов психологического просвещения родителей является знакомство их со способами правильного общения с детьми, оказание им психологической поддержки, создание в семье благоприятного психологического климата.

Поэтому в 2008 году коллектив библиотеки разработал проект «Родительское собрание» (воскресный день семейного общения в библиотеке). Идея «воскресного дня» для родителей возникла из многолетнего опыта организации воскресных театрализованных спектаклей для детей в библиотечном кукольном театре «Сказка», которые посещает немалое количество читателей.

Пока дети смотрят кукольный спектакль или занимаются в группе творческого развития, родители имеют возможность получить нужную и интересную информацию на разные темы и рекомендации специалистов, встретиться с интересными людьми, познакомиться с новинками популярной литературы и периодических изданий.

Был разработан комплексный план мероприятий для всех структурных подразделений библиотеки. Обзоры литературы, книжные выставки, беседы, лекции, психологические тренинги, информационный стенд — все это в комплексе предлагалось родителям в разных отделах библиотеки. «Родительское собрание» не ограничивалось проведением мероприятий в библиотеке для детей и родителей только в воскресный день, оно включало в себя выступления с лекциями и обзорами в дошкольных и школьных учреждениях и т. п.

Мы продолжали использовать заочную форму общения с нашими читателями. Информационный стенд-тренинг «Семейные задворки» для родителей был посвящен психологии семейных отношений. Стало доброй традицией собираться на «Семейных задворках», чтобы навести там соответствующий порядок, разложить по полочкам все, что полезно, что нужно использовать сейчас: как необходимые знания, умения, навыки, так и позитивные чувства и эмоции: радость, успех, любовь, взаимопонимание. Листочки с практическими заданиями были вложены в кармашки, и их можно было брать с собой. Задания выполнялись дома самостоятельно. Разделы стенда: рекомендации психолога, практические задания, списки литературы, «Жилетка психолога», «Детский дворик» (рисунки детей, отзывы о прочитанных книгах).

Общей идеей работы библиотеки с семьей становится создание комфортной среды общения, информационное обеспечение семьи, при этом учитываются интересы каждого члена семьи в отдельности и семьи в целом. Чтобы дети и родители поняли, как интересно может быть с книгой, важно объединить их в совместном чтении и творчестве, научить работать и отдыхать в библиотеке.

Тема семьи, ее истоков имеет важное значение. Человек всегда чтит предков. Происхождение определяло положение в обществе. Продолжением работы с семьей стал проект «Моя родословная» в 2009 году.

Изучение своего прошлого позволяет придать особый смысл своей жизни, понять свою роль в формировании фамильных ценностей, способствует укреплению добрых традиций, всего, что составляет «честь семьи». Знания о наших предках, память о них помогают нам жить.

Вопрос «кто твои дед и бабушка, чем занимались?» повергает в смущение, как правило, почти каждого молодого и немолодого человека в наши дни. Потому что их родители или тоже не знали, или им об этом не говорили, а если и говорили, то, не будучи нигде записанными, эти рассказы стерлись из памяти. А ведь пока мы помним предков, они помогают нам жить и надеяться на лучшее в этой жизни. И если памяти нашей не рвется нить, они — наши близкие и далекие родные — с нами в этой, ох, какой трудной и подчас непостижимой жизни!

Основные цели проекта:

- краеведческая — с детских лет активизация интереса к своей «малой родине», ее людям, их делам, прошлому, настоящему и будущему;
- воспитательная — через изучение родословных, традиций и обычаев семьи, развитие личности патриота с корнями, уходящими глубоко в прошлое страны, ценящей родовые и земляческие связи, несущей в себе чувство «мы»;
- просветительская — через мероприятия, проводимые в библиотеке;

— психологическая — изучение рода позволяет распутать сложный клубок семейных историй, выявить связи между поколениями, проясняющие природу скрытых семейных переплетений и пути их разрешения. Помогает осознать собственное предназначение, использовать свой шанс в жизни.

Самым главным достижением деятельности библиотеки за последние годы можно уверенно считать создание собственного сайта (<http://www.psibib.ru>). Приоритетным направлением сайта стало психологическое просвещение населения, популяризация фонда библиотеки (в первую очередь фонда психологической литературы) (см. полную версию программы на CD-диске).

Креативно коллектив библиотеки подходит и к проведению массовых мероприятий для детей и родителей. Удачной находкой стала театрализованная презентация книжной выставки «Кто там... в тумане...?!», посвященная творчеству замечательного писателя-сказочника Сергея Козлова. Выбор не случаен — сказки Сергея Козлова глубоко психологичны. Он едва ли не единственный из детских писателей своего и более старшего поколения вспомнил о потаенной, созерцательной стороне детской души. Козлов напоминает: и ребенок может быть и грустным, и задумчивым, и нежным....

**2010 год — Год учителя.** Библиотека работает над проектом «Мой учитель года — ...». Весьма актуально звучит высказывание В. Сухомлинского: *«Мы пришли в этот мир, чтобы учиться. И жизнь каждый день преподаёт нам урок»*. Человек всю свою жизнь учится. Учение присутствует в любой его деятельности и представляет собой процесс формирования человека. То есть учение — понятие широкое, включает в себя не только организованные его формы (школы, курсы, вузы), но и стихийные процессы приобретения человеком знаний и опыта в повседневной жизни.

Мы считаем, что данный проект помог в Год учителя еще раз заострить внимание читателей на том, что быть современным, успешным человеком значит постоянно совершенствоваться и учиться: много читать, узнавать новое, удивляться жизни, не бояться меняться.

**2011 год — Год космонавтики.** В год космонавтики библиотека работала по программе «Человек — это Вселенная».

Внутренний мир человека — это модель Вселенной (микрокосм), в которой отражаются сложности и противоречия большого мира (макрокосма). «Познай самого себя» — это основное положение философских учений, в основе которых представления о соответствии «человеческого» и «космического». «Вы есть мир, и мир есть вы», — говорил индийский мыслитель Кришнамурти. Человек приходит в этот мир, как новая Вселенная. И познавать эту Вселенную можно бесконечно, и это одно из самых интересных в мире занятий!

Космонавтика, как ни одна другая отрасль, связана с устремлениями человека в будущее, с его целями, планами и их реализацией. И чувство оптимизма, целеустремленность, вера в завтрашний день являются весьма важными и актуальными составляющими для современного человека.

Символом года стал Маленький принц Антуана де Сент-Экзюпери. Появление Маленького принца в этом году стало для нас символическим напоминанием о том, каким же быть человеку на этой еще не очень-то устроенной, подчас недоброй, но любимой и единственной нашей планете Земля. Главнейший принцип кодекса высокой и чистой этики Сент-Экзюпери выражен в словах: «Ты навсегда в ответе за всех, кого приручил».

**2012 год — Год истории.** Библиотека представляет проект «История в наследство». В преддверии Года истории Президент России призвал граждан России изучать семейную историю, свои родословные, интересоваться историей родных городов и областей, «малой Родины». Любой человек — это часть своей семейной системы, а значит, она незримо оказывает влияние на всю его жизнь, многие поступки и решения. И если знать историю семьи, законы ее жизни (например, с помощью построения генограммы своей семьи), можно сделать жизненные ситуации более осознанными, а значит, и управляемыми.

**2013 год.** Проект «Библиотека и время». Век новых технологий, и компьютеры вытесняют печатную продукцию. Компьютерная грамотность становится атрибутом современного человека. Молодежь стала читать меньше, им «некогда», но для компьютера и телевизора время всегда находится. К сожалению, книга все больше уходит и из семейного досуга. Как же вернуть тягу читателей к книге? Кто вводит ребенка в мир книги? Это, прежде всего родители, потом школа и библиотека.

Библиотека через чтение способствует становлению человека как культурной, образованной личности, поскольку обладает уникальными свойствами создания атмосферы интеллектуальных, моральных, эстетических исканий и переживаний под влиянием чтения. Книга и библиотека всегда помогали человеку развиваться как личности. Именно книга наполняет нас высокими чувствами доброты, веры, любви, возвышает и дает духовное наполнение, чего так не хватает в современном обществе.

В юбилейный год библиотеки (65 лет) мы размышляли над темой, что такое время. Библиотека и время. Библиотека в наше время. Книга и время.

**2014 год в России объявлен Годом культуры.** Проект «Что наша жизнь?.. Театр...»

Качество жизни общества и каждого человека определяет культура. Можно сказать, что культура в целом определяет те рамки, в которых может и должен действовать человек. Культура регулирует поведение человека в семье, школе, на производстве, в быту и т. д.



Несомненно, игровой элемент культуры является одним из важнейших и по-своему полезных моментов, и потому вся жизнь наша начинает мыслиться как театр со сменой декораций, люди — как актеры. И вся наша жизнь — это огромная сцена или театр, где мы постоянно играем разные роли. И от того, как и какие роли мы играем, зависит и качество нашей жизни. А это уже психологический аспект темы, который и был в центре нашего внимания.

**2015 год — Год литературы.** В рамках проекта «С книгой по жизни» мероприятия были направлены на привлечение внимания к литературе и повышение интереса читателей к книге и чтению книг, к развитию и пополнению словарного запаса. Среди мероприятий можно отметить следующие:

- «С книгой к успеху» — презентация книжной выставки;
- «Общение = успех» — психологический семинар;
- «Со...Твори» — творческая мастерская.

Творческий потенциал, не реализованный в каждом из нас, вдохновляет на великое. Хочется придумать, творить и делиться своим творчеством. Совместное творчество непременно приносит удовольствие всем участникам процесса. А это означает, что количество положительной энергии и позитивных эмоций, которые испытывают собравшиеся, многократно увеличивается. В рамках творческой мастерской мы организовываем и проводим психологические мастер-классы, способствующие решению разных проблем. Например, были проведены мастер-классы: «Страшно, аж жуть!» (как снизить уровень страха); «Интуитивная живопись» (развитие интуиции, воображения, релаксация); «Как успеть больше» (тайм-менеджмент).

**2016 год — Год российского кино.** Проект «Семья в кадре и за кадром».

Одним из основных направлений нашей деятельности является психологическое просвещение семьи: привитие психологической культуры, создание благо-

приятного психологического климата в семье и формирование у людей разного возраста позитивного отношения к жизни, обучение эффективным способам общения, саморегуляции, мобилизации внутренних ресурсов для успешной адаптации в обществе. И в Год российского кино мы связали тему *семьи и кино*. И назвали нашу программу «Семья в «кадре» и за «кадром». В центре внимания отношения между самыми родными и близкими людьми, их развитие и конфликты. Нередко ситуации в жизни семьи складываются не лучшим образом, и внутрь основной ячейки общества закрадываются подозрения, ложь, фальшь и недоверие. Как справиться с этим? Как пройти все выпавшие на долю нелегкие испытания и остаться близкими людьми? Как не испортить отношения раз и навсегда?

Ответы на эти и многие другие вопросы можно искать вместе с героями фильмов о семье. Иногда найти выход получается, иногда нет, и, к сожалению, не всегда родственные чувства побеждают.

Когда вы видите героев, которые проживают на экране вашу историю, видите себя со стороны и способны быть в вашей ситуации, — этот опыт входит в вашу жизнь, может дать новое направление движения и новое понимание себя. В этом и есть смысл одного из современных направлений арт-терапии — кинотерапии.

Итог шестнадцатилетней работы Центра психологического просвещения: сформирован фонд литературы по психологии (около 3 000 экземпляров); мы зарекомендовали себя как профессионалы на рынке психологических услуг; в штате библиотеки 5 психологов, 3 педагога; к нам обращаются за помощью жители не только города Ижевска, но и всей республики. Об этом свидетельствуют отзывы на сайте библиотеки, который успешно функционирует. В библиотеке работает молодой, талантливый коллектив, готовый к поиску новых путей для достижения общей цели.