

## BIBLIOTERAPIJOS, SKAITYMO IR GYVENIMO KOKYBĖS SĄSAJOS: TARPDISCIPLININIS POŽIŪRIS

DAIVA JANAVIČIENĖ

Klaipėdos universiteto  
Socialinių mokslų fakulteto Bibliotekininkystės katedra  
El. paštas: daiva.janaviciene@ku.lt

Kultūra reiškiasi per komunikaciją. Kultūra žinių visuomenėje neatsiejama nuo viešo knygos žodžio. Dar neseniai daugelį savipagalbos – psichologijos knygų Lietuvoje galėjome perskaityti tik iš pogrindyje mašinraščiu padaugintų, nučiupintų, iš rankų į rankas keliaujančių egzempliorių. Dabartinėje populiariojoje žiniasklaidoje ši tema panašėja į „perdozuotą maisto papildų vartojimą“. Knygynuose populiariosios psichologinės savipagalbos knygų lentynos vis papildoma verstinėmis naujienomis, ir gana greit visi tiražai išnyksta. Tai gali būti siejama su šiandienės visuomenės poreikiu plačiau analizuoti egzistencines būties problemas, noru susivokti, tobulėti. Visuomenės domėjimasis tokia lektūra sudaro sąlygas jai tapti potencialiu mokslinės analizės objektu. Viena iš biblioterapijos sampratų tiesiogiai siejama su savipagalbos – psichologijos knygų skaitymu ir tokiu būdu gaunama psichologine emocija parama. Biblioterapija – tai ne tik savipagalbos knygų skaitymas, ji gali būti naudojama kaip profesionalus metodas organizuojant kokybiškos (tikslingai atrinktos) literatūros skaitymą, tokiu būdu teikiant pagalbą.

Straipsnio tikslas – gyvenimo kokybės, skaitymo ir biblioterapijos sąvokų turi tarpdisciplininė analizė.

Hipotezė – analizuojamos sąvokos yra sietinos biblioterapijos metodika.

Tyrimo objektas – skaitymo, gyvenimo kokybės ir biblioterapijos sąvokų analizė, jų sąveikos nustatymas remiantis įvairių autorių traktuotėmis.

Tyrimui naudojamas *analitinis mokslo tiriamasis metodas*, leidžiantis išskirti kitų autorių traktuotes ir jas susieti tarpusavyje. Taip pat panaudota ilgalaikio *stebėjimo medžiaga*, kuria remiantis išskirtos pagrindinės sąvokos ir formuojama tyrimo struktūra.

*Biblioterapija*, kaip mokslo tiriamasis objektas, Lietuvoje yra gana naujas reiškiny. Tarpautiniu mastu jis analizuojamas jau nuo XX amžiaus pradžios. Biblioterapija domisi psichologai [16; 19; 22], kurortologai [15], meno terapeutai [8; 10; 21] ir bibliotekininkai [14; 26]. Biblioterapijai skirtas Komunikacijos fakulteto bakalauro darbas [14]. *Skaitymu* domėtasi jau prieškario nepriklausomoje Lietuvoje (P. Mašioto,

A. Ružancovo ir kiti tyrimai). Skaitymo istoriografiją detaliai išanalizavo G. Raguotienė [19]. Minėtini A. Kanclerio darbai „Greitasis skaitymas“ ir „Žmogus – informacijos vartotojas“, kuriose aptariamos įvairios skaitymo metodikos. XX amžiaus antroje pusėje Vilniaus universiteto Bibliotekininkystės katedroje doc. G. Raguotienės ne kartą inicijuoti diplominiai darbai, skirti įvairiems skaitymo aspektams ir biblioterapijai, tačiau jie nepaskelbti. Pastaruoju metu *skaitymas* daugiausia tirtas įvairių skaitytojų grupių aptarnavimo atžvilgiu, skaitymo proceso fiziologijos ir kultūros veiksnių, skaitymo negalių aspektais [2; 20]. Gyvenimo kokybės sąvoka Lietuvos mokslo tyrimuose daugiausia vartojama ligonių slaugos, žmonių su negalia adaptacijos [11;12] bei ekonominiu aspektais [9]. Mokslo tiriamojo darbo, susiejantį visus tris aspektus, nepavyko rasti ne tik Lietuvoje, bet ir tarptautiniuose šaltiniuose. Informacijos paieška aprėpė didžiąsias interneto paieškos sistemas, Lietuvos nacionalinio duomenų banko bei *EBSCO publishing* ir *ProQuest* duomenų bazes.

Vienas iš verbalinės komunikacijos savitumų yra vartojamų sąvokų daugiaprasmiškumas. Kiekvienas iš pranešimo antraštėje vartojamų žodžių turi ne vieną reikšmę. Giuseppe Colombero monografijoje „Nuo žodžių į dialogą“ gyvenimo kokybę susieja su gyvenimo humanizavimu [7] teigdamas, kad žmogaus gyvenimo kokybę galima labai pakeisti, pakeitus jo dialogo (komunikacijos) kokybę.

Gyvenimo kokybė – kasdienybėje paplitęs, dažnai vartojamas terminas. Populiariai suvokiant, gerinti kokybę – reiškia ką nors daryti geriau. Bet kokie suvaržymai kėsina į žmogaus gyvenimo kokybę. Uždrausti ką nors daryti (pavyzdžiui, vartoti gimtąją kalbą) – akivaizdus akibrokštas visos tautos gyvenimo kokybei.

Kiekvienas asmuo gyvenimo kokybės sąvokai gali suteikti savo prasminį atspalvį, tačiau moksle gyvenimo kokybę konkrečiais rodikliais išreiškia ir išmatuojama sąvoka, susijusi su visuomenės gerove konkrečioje šalyje. Gyvenimo kokybės indeksą 1970 metais pasiūlė M.D. Morisas. Tai buvo iššūkis iki tol vyravusiai nuostatai visuomenės gerovę matuoti tik ekonomine šalies gerove. M. D. Moriso indeksas apėmė:

- kūdikių mirtingumą 1000-iai gimusiųjų;  
vidutinę būsimo gyvenimo trukmę;  
suaugusiųjų raštingumo rodiklius.

Dėl įvairių priežasčių šis indeksas nebuvo paplitęs. Šiuo metu visuomenės gerovės indeksas yra kiek modifikuotas ir susietas su konkrečios visuomenės socialine raida. Išskiriami trys pagrindiniai socialinės raidos rodikliai [23]:

- vidutinė gyvenimo trukmė;  
išsimokslinimo lygis (suaugusiųjų raštingumo lygis ir mokyklas lankančio jaunimo procentinė išraiška);  
pragyvenimo lygis (bendras vidaus produktas, tenkantis vienam gyventojui).

Remiantis šiais rodikliais apskaičiuojama indeksą kai kurie mokslininkai [25] taip pat vadina gyvenimo kokybe. Šiuo požiūriu grindžiamos ir straipsnio autorės

tolesnės mintys. Konkretaus asmens gyvenimo kokybės matmuo šiame tyrime nėra pabrėžiamas, tai galėtų būti tolesnė objekto studijų sritis.

Visi trys gyvenimo kokybę apibūdinantys rodikliai gali būti siejami su skaitymu – procesu, darančiu įtaką asmens gyvenimo kokybei. Remiantis asmenine patirtimi ir aplinkos stebėjimu galima išvada, kad nuo skaitymo įgūdžių ir sėkmingo jų pritaikymo priklauso žmogaus išsimokslinimo lygis (antrasis gyvenimo kokybės indekso rodiklis). Žmogus, keliantis sau išsimokslinimo tikslų, tikrai daug skaito. Bet ar nuo to kyla jo gyvenimo kokybė?

Pagal analizuojamą schemą gyvenimo kokybei turi įtakos ir kiti du rodikliai:

- 1) Kiek iš tikrųjų laiko asmuo turi ir ateityje turės skaitymui (pirmasis rodiklis – kiek ilgai žmogus gyvens; čia neanalizuojami konkretaus asmens ketinimai skirti, neskirti ar kiek skirti šiai veiklai savo turimų laiko išteklių). Konkrečią įtaką gyvenimo kokybei nusakytų intencija: ar įgytas išsilavinimas asmenį skatins visą gyvenimą išlikti smalsų ir ieškoti išminties skaitant?
- 2) Kiek finansinių galimybių norimai veiklai asmuo galės skirti (trečiasis rodiklis, nusakantis, ar asmens pragyvenimo lygis leis jam tenkinti skaitymo poreikius. Šiuo atveju apsiribosime galimybe pačiam įsigyti norimus dokumentus, o ne juos skolintis, pavyzdžiui, iš bibliotekos. Ar įgytas išsilavinimas skatins asmenį būtent knygas (ir kitas dokumentų rūšis) priskirti prie reikalingiausių išteklių, būtinų normaliam gyvenimo lygiui pasiekti (skurdžiose valstybėse galėtume klausti, kiek tų finansinių išteklių liks, patenkinus žmogaus fiziniam išlikimui reikalingų lėšų kritinę ribą...).

Apibendrinant pateiktą analizę teigtume, kad skaitydami mes galime veikti savo gyvenimo kokybę. Drauge skaitymą turėtume vadinti svarbia, sąmoninga žmogaus veikla.

Skaitymas – matymu ir suvokimu grįstas informacijos iškodavimo procesas, kurio metu naudodamas natūralius komunikacijos kanalus – akis, bei išmokęs pasinaudoti antriniais komunikacijos kodais – abėcėle, asmuo gali priimti, perdirbti, išsaugoti ir skleisti kito asmens fiksuotą informaciją. Šiuo atveju skaitymą apibrėžtume platesniu, komunikaciniu, požiūriu.

Kultūringam (sukultūrintam) žmogui skaitymas – vienas iš poreikių ir malonumų, nes taip jis gali praplėsti savo žinojimą, pasinaudodamas kitų išgyventa, išanalizuota ir perteikta išmintimi.

„Ar gali būti didesnis džiaugsmas, nei įsikniaubti į knygą?“ – samprotauja šiuolaikinė lietuvių rašytoja Jurga Ivanauskaitė savo kelionių po tolimąsias Rytų šalis reportažuose. Manau, daugelis iš mūsų pritartų šiai rašytojos minčiai. Klausimą perfrazavus galima įsivaizduoti, koks džiugesys apimdavo skaitančius lietuvišką žodį, kai tas žodis buvo draudžiamas, persekiojamas, niekinamas... Amžiams išliks pagarba tiems, kurie tuo sunkmečiu prisidėjo prie lietuviško žodžio puoselėjimo, saugojimo,

brandinimo. Tai, kad mes galime šiandien matuoti gyvenimo kokybę išlikusioje Lietuvoje, lietuviškai diskutuoti įvairiomis aktualiomis temomis, įpareigoja mus ne tik geru žodžiu minėti, būti dėkingiems tiems atkakliesiems mūsų kraštiečiams ir kaimynams, bet ir toliau saugoti, puoselėti mums tekusią vertybę.

Skaitymas – viena iš subtiliausių, intymiausių asmens komunikacijos formų. J. D. Petersas monografijoje „Kalbėjimas vėjams: komunikacijos idėjos istorija“ [17], komentuodamas Platono traktatų komunikacijos idėjas, pažymi, kad antikos retorikai piktinosi „tokiu begėdišku lindimu į kito žmogaus sielą“, tuo pabrėždami komunikacijos privatumą, – nes „meile ar išmintim dalintis galima tik dviese“. (Užrašytos mintys gali būti skirtos vienam konkrečiam asmeniui – tas asmuo gali būti pats autorius – ir šių minčių autorius gal visai neketinta skleisti...) Ar moralu taip be atodairos lįsti į kito žmogaus sielą? – tarsi klausia antikos mąstytojai.

Kad ir kaip būtų paradoksalu, bet kaip tik šiuo „lindimu į kito sielą ar net dvasią“ ir remiasi trečioji antraštinė pranešimo sąvoka – biblioterapija. Ar ši sąvoka gali būti siejama su gyvenimo kokybe?

Pats terminas *biblioterapija* suvokiamas labai nevienodai. Tai:

- psichologinės pagalbos metodas [8];  
psichoterapijos metodas [10];  
savipagalbos metodas [16];  
grožinės literatūros interpretacijų sritis [21];  
skaitytojų aptarnavimo metodas [1; 14; 26]  
efektyvaus skaitymo metodas [21; 16];  
meditacijų praktikos dalis [19].

Visas šias sąvokas vienija biblioterapija apibrėžiamo proceso du žingsniai:

- skaitymas;  
perskaityto teksto analizė.

Šie du žingsniai minimi visose biblioterapijos sampratosė. Kai kurios iš jų [14; 26] (dažniausia pateikiamos bibliotekininkų profesionalų) yra praplečiamos, ypatingą dėmesį telkiant į parengiamąjį biblioterapijos etapą: potencialią biblioterapinės literatūros atranką, surinktų informacijos išteklių bibliotekinį sutvarkymą ir kt. Kitos sampratos [8; 16; 19] akcentuoja paslaugos vartotojo pažinimą, dialogą su juo, kurio metu išsiaiškinama, kokia literatūra gali pagelbėti, kaip padėjo taikytas biblioterapijos metodas, su kuo galima jį derinti, ir kt. Tai dažniausiai pabrėžia psichologai, psichoterapeutai.

Skaitymas gali būti paviršutinis ir gilus. Visi analizuojantys biblioterapiją pabrėžia, kad naudingas tik gilus, išgyvenančio tekstą asmens skaitymas. Tik stipriai jaučiant kito žmogaus sielą, galima patirti katarsį (emocinį sukrėtimą), kuris gydo, padeda atpažinti ir keisti situacijas, jausmus. Įgyti išminties pačiam veikloje išbandant

gautas žinias arba jas tiesiogiai išgyvenant per kito žmogaus jau nueitą, išanalizuotą ir užfiksuotą patirtį, – vienas iš biblioterapijos principų.

Ar visa literatūra yra išminties šaltinis? Tai labai svarbus biblioterapijos aspektas. Skaityti derėtų tinkamus, išmintingus ir žmogaus poreikius bei situaciją atitinkančius tekstus. Neabejotinai vienas iš skaitymo etapų yra dokumentų (literatūros, tekstų) atranka. Bet kurioje biblioterapijos sampratoje šis aspektas glaudžiai siejasi su dokumentų (knygų, periodinių leidinių, interneto šaltinių) žinovu – bibliotekininku. Būdamas bibliotekos informacijos išteklį žinovas ir profesionalus savo srities (bibliotekinių) paslaugų teikėjas, jis yra nepamainomas pagalbininkas biblioterapijos paslaugų teikėjams. Kai kurie autoriai [26] teigia, kad bibliotekininkas gali ir turi tapti ir (vis dar) netradicinės bibliotekoms paslaugos teikėju. Svarbus klausimas čia būtų toks: ar leistina (moralu, atsakinga) bibliotekininkui teikti terapines paslaugas (gydyti)? Minėti bibliotekinės sampratos šalininkai teigia, kad „terapija – tai ne tik gydymas, bet ir priežiūra, globa“, ir kaip tik šis aspektas biblioterapijoje pabrėžiamas bibliotekininkų. Skaitytojai, kuriuos reikia gydyti, turėtų būti siunčiami į gydymo įstaigas. Bet daugumai skaitytojų biblioterapija įdomi ir reikalinga kaip kokybiškos literatūros skaitymo ir aptarimo metodas.

Toliau pateikiami įvairiuose šaltiniuose identifikuoti biblioterapijos taikymo bibliotekose būdai:

- konkrečių temų bibliografinių sąrašų sudarymas (pateikiant literatūrą tema, kuria daugeliui asmenų nepatogu klausyti patarimo); individualios rekomendacijos skaitytojams, turintiems konkretų lavinimosi tikslą (siūlant vertingą, klasikinę, aukso fondo literatūrą, teminę įvairaus pobūdžio šviečiamąją literatūrą, populiariosios psichologijos, savipagalbos leidinius ir kt.); skaitymo klubų prie bibliotekų veikla, vadovaujama bibliotekininko. Klubai arba grupės formuojasi pagal skaitymo ir bendravimo poreikius. Bibliotekininkas juos apibendrina ir sudaro skaitymo planą, susitikimų kalendorių. Paeiliui bibliotekininkas ir grupės nariai susitikimuose aptaria perskaitytą literatūrą.

Be abejonės, šią paslaugą teikiantis asmuo turi remtis specifinėmis, t. y. psichologijos žiniomis (arba tiesiog gyvenimo išmintimi). Teigtina, kad idealiausios šiai paslaugai teikti buvo jau bebaigiančios išnykti sanatorijų, ligoninių ir panašaus pobūdžio institucijų bibliotekos (tai atskira problema, kurios analizė neįeina į šio darbo tikslus). Labiausiai diskutuotinas biblioterapijos taikymo metodikos antrasis žingsnis – diskusijos apie perskaitytą tekstą. Terapinių sampratų šali inka pabrėžia, kad profesionalią pagalbą gali teikti tik specifinių žinių ir įgūdžių turintis psichologas – psichoterapeutas. Šiuo atveju nesutarimų kyla dėl pačios sampratos traktuotės.

Ne tik antrojo biblioterapijos žingsnio subtilybės varžo bibliotekas, bet ir pats laikmetis, kuriuo dabar gyvena bibliotekos. Jis reikalauja spręsti modernizavimo, kompiuterizavimo, papildomo finansavimo paieškų ir kitas svarbesnes (madingas) problemas. Tikėtina, netruks ateiti laikas, kai bus keliamos humanistinės problemos ir ieškoma jų sprendimų. Beje, biblioterapija pasaulyje taikoma pasinaudojant informacinių technologijų teikiamomis galimybėmis. Pasižvalę po biblioterapijos puslapius internete matome įvairių virtualių biblioterapijos praktikos svetainių. Jų gausą iliustruoja *google.com* paieškos sistemoje pateikiami daugiau kaip 45 000 tinklalapių (puslapiuose lietuvių kalba tėra 44 tinklalapiai, juose paprastai tik minimas biblioterapijos terminas). Gausybėje pasaulinio tinklalapio informacijos apie biblioterapiją išskirtini tokie esminiai motyvai:

- psichologų ar biblioterapeutų paslaugos, kurios remiasi parinktos literatūros skaitymu ir perskaityto teksto analize [24; 10];  
siūlymai įvaldyti biblioterapijos metodiką nuotolinio mokymo metodu [13];  
patarimai, skirti socialiniams darbuotojams, pedagogams, medikams ar šiaip besidomintiems asmenims, teminiai literatūros sąrašai, paruošti leidėjų, bibliotekininkų ir (arba) psichologų [3; 5];  
įvairioms skaitytojų grupėms (ypač vaikams ir paaugliams) bibliotekininkų paruošti teminiai literatūros sąrašai su nuorodomis, kur tą literatūrą galima rasti [1, 4];  
savanorių / projektų vadybininkų palaikomos svetainės, kuriose remiantis konkrečiu tekstu analizuojama viena ar kita gyvenimo problema [6].

Tarp biblioterapijai skiriamų interneto svetainių vyrauja tos, kurios supažindina su šia skaitymo (terapine) technika, ir vartotojas siunčiamas pas specialistą, kartais jam teikiamos nuorodos į konkrečią informaciją (visateksčius dokumentus). Skaitymas internete – viena iš skaitymo metodikų. Ji priimtina ir tinkama biblioterapijai, nes:

- skaitytojas iš karto gali reaguoti į perskaitytą tekstą – jam patogiu laiku parašyti atsiliepimus, padiskutuoti;  
anonimiškai, be laiko ir erdvės apribojimų visi norintys gali rasti nuorodų, kur pasiskaityti apie jam nerimą keliančią problemą.

Tačiau pačios technologijos yra tarpininkas, kuris apriboja ryšius, tiesioginę komunikaciją, todėl ne visiems šis procesas patrauklus, ir svetainės, siūlančios tiesioginius kontaktus, turi tendenciją po kurio laiko užsidaryti [6] (tinklalapis žiūrėtas 2004 m. balandžio 5 d.), nors pati metodika įdomi ir siūlytina kaip daugeliui žmonių galinti pagerinti gyvenimo kokybę.

Šiuolaikinėje visuomenėje *gyvenimo kokybė* sietina su gebėjimu įveikti stresą (pagaliau tai turi tiesioginės įtakos pirmajam socialinės raidos rodikliui – gyvenimo trukmei). Daugelis netradicinių gydymo metodų siejami su asmens kūrybingumu ir jo

komunikacijos skatinimu. Geros kokybės literatūros skaitymas visada artimas meno terapijai. Taigi biblioterapija gali būti traktuojama kaip meno terapijos atšaka, kaip tikroji, veiksminga komunikacija, apimanti žodžių ir jausmų tarpusavio mainus.

Išanalizavus įvairias biblioterapijos taikymo metodikas, skaitymo technologijas ir sugretinus jas su gyvenimo kokybės samprata, darytina išvada, kad darbe analizuojamų gyvenimo kokybės, skaitymo ir biblioterapijos sąvokų tarpusavio sąveiką galima apibrėžti taip: biblioterapija, besiremianti skaitymo ir dialogo technologijomis, gali būti naudojama kaip metodas, gerinantis asmens gyvenimo kokybę. Taigi biblioterapijos metodikos apima visas minėtas sąvokas ir jas sujungia.

*[taikta 2004 m. gruodžio mėn.]*

#### NUORODOS

1. ALEX, N. K. *Bibliotherapy*: [rekomendacinė-teminė bibliografija, skirta skaitymo negalę turintiems vaikams ir jaunimui] [interaktyvus]. Sine loco, 2005 [žiūrėta 2005 m. vasario 11 d.]. Prieiga per internetą: [http://www.ldonline.org/ld\\_store/bibliotherapy/eric\\_digest82.html](http://www.ldonline.org/ld_store/bibliotherapy/eric_digest82.html)

2. *Biblioteka ir skaitytojas*: teminis straipsnių rinkinys. Vilnius, 2001. 146 p. ISBN 9986-530-80-6

3. *Bibliotherapy Bookshelf*: Books to Help Young Children Cope in Today's World [interaktyvus]. Pitsburg, 2005 [žiūrėta 2005 m. vasario 11 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.carnegie-library.org/kids/booknook/bibliotherapy/index.html>

4. *Bibliotherapy and Children's Books*: Internet School Library Media Center Bibliotherapy Page [interaktyvus]. James Madison University, 2005 [žiūrėta 2005 m. vasario 11 d.]. Prieiga per internetą <http://falcon.jmu.edu/~ramseyil/bibliotherapy.htm>

5. *Bibliotherapy*: [hipertekstu paruošta bibliografinė rodyklė, skirta mokytojams] [interaktyvus]. Sine loco, 2005 [žiūrėta 2005 m. vasario 11 d.]. Prieiga per internetą: <http://home.nyc.rr.com/teachertools/Bibliotherapy.htm>.

6. *Bibliotherapy*: A Path finder [interaktyvus]. University of Nord Carolina, 2003 [žiūrėta 2004 m. balandžio 5 d.] Prieiga per internetą: <http://www/ils/unc/edu/~silbc/pathfinder/html>, 2005 m. ši svetainė uždaryta.

7. COLOMBERO, Giuseppe. *Nuo žodžių į dialogą*: psichologiniai asmenų tarpusavio komunikacijos aspektai. Vilnius, 2004. 253, [1] p. ISBN 9955-619-07-4

8. CRONJE, B. Kenneth. *Bibliotherapy in seven-day Adventist education*: International Path and Learning Seminar [interaktyvus]. Helderberg College, 1993 [žiūrėta 2003 m. kovo 15 d.]. Prieiga per internetą: [http://www.aiaas.edu/fict/vol\\_12htm](http://www.aiaas.edu/fict/vol_12htm)

9. ČERNIŪTĖ, Ieva. Gyvenimo kokybė ir regionų konkurentabilumas. *Ekonomika ir vadyba*. Kokybės ir produktyvumo vadyba, 200, kn. 5, p. 23–25.

10. JAMES, A. T. *Around – Thomas Online*: [privati virtuali svetainė] [interaktyvus]. Sine loco, 2005 [žiūrėta 2005 m. vasario 11 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.arond-thomasonline.com>

11. GRADECKIENĖ, Svajūnė. *Lietuvos neigalių vaikų ir jų šeimų gyvenimo kokybė*: daktaro disertacijos santrauka. Kaunas, 2002. 36 p.

12. KOCIUS, M.; ir UVAROVAS, V. Gyvenimo kokybės tyrimas po operaciniu būdu gydytų dubens žiedo sužalojimų. *Sveikatos mokslai*, 2002, nr. 3, p. 28–31.

13. *LearnWell Institute: Online Continuing Education for Human Service Professionals: Bibliotherapy: Reading for problem solving* [distantinis mokymosi kursas sėsclėms, socialiniams darbuotojams] [interaktyvus]. California, 2005 [žiūrėta 2005 m. vasario 11 d.]. Priciga per internetą: <<http://www.learnwell.org/biblio.htm>>

14. MANŽUCH, Zinaida. Biblioterapija – naujas bibliotekų pasiūlymas. *Tarp knygy*, 2001, nr. 10, p. 7–11.

15. MEŠKA, Vytautas; ir JUOZULYNAS, Algirdas. *Kurortinė medicina*. Vilnius, 1999. 258 p. ISBN 9955-401-19-2

16. NUGENT, Stephanie A. *Bibliotherapy: A study of Its Effects on the Self-Concept of Gifted Students* [interaktyvus]. Southeastern Louisiana, [1995] [žiūrėta 2003 m. balandžio 12 d.]. Priciga per internetą: <<http://www.sclu.edu/Academics/Education/FDF600/steph.htm>>

17. PETERS, J. D. *Kalbėjimas vėjams: komunikacijos idėjos istorija*. Vilnius, 2004. 469 p. ISBN 9986-39-316-7.

18. RAGUOTIENĖ, Genovaitė. Lietuvių bibliotekinės minties istorijos bruožai. Iš *Teoriniai bibliotekininkystės pagrindai*. Vilnius, 1990, p. 4–18.

19. SEIBERT, Horst. *Bibliotherapie: drei Weisen dem Chaos zu begegen*. Darstadt, 2000. 92 p. ISBN 3-920606-28-0.

20. *Skaitymas, skaitytojas, bibliotekininkas*: straipsnių rinkinys. Vilnius, 1997. 288 p. ISBN 9986-530-41-5

21. STANLEY, Jacqueline *Reading to heal: How to use Bibliotherapy to Improve Your Life*. Boston et all., 1999. 244 p. ISBN 1-86204-390-6

22. SUČYLAITĖ, Jūratė. Ar Lietuvai reikia poctinės terapijos – asmenybę keičiančio gimtosios kalbos ugdymo. *Literatūra ir menas*, 2004, gegužės 28 d., p. 5, 10.

23. TAMULIENĖ, Ilona. Žmogaus socialinės raidos matavimai Iš *Žmogaus socialinė raida*. Vilnius, 2001, p. 29–41.

24. *The Cleveland Clinic Children's Hospital for Rehabilitation: program and services: Bibliotherapy* [interaktyvus]. Cleveland, Ohio, 2003 [žiūrėta 2005 m. vasario 11 d.] Priciga per internetą: <<http://www.clevelandclinic.org/childrensrchab/programs/bibliotherapy>>

25. YORUK, Baris K.; ir ZAIM, Osman. Measuring the quality of life in European union: The case of Turkey as candidate country. *International Journal of Social Economics*, 2003, vol. 30, no. 11, p. 1162–1176.

26. КАЗАНОВА, И. Н.; СМАГИН, Е. Л. Возможности библиотерапии. *Научные и технические библиотеки*, 1999, no. 8, c. 34–39.

## BIBLIOTHERAPY, READING AND LIFE QUALITY COHERENCE: INTERDISCIPLINARY POINT

DAIVA JANAVIČIENĖ

Abstract

Culture is revealed through communication. Culture in knowledge society cannot be separated from public and free word in book. The public word in book and mass media are important in many respects. Recently we had a possibility to read popular information of psychology only in secret printing-press, its copies were travelling from hands to hands. Any restraints encroach on human's quality of life. The action of forbidding something (to use a national language) – an evident dishonor for all nation's quality of life.

Article purpose – to analyse concepts: 1) quality of life, 2) reading and 3) bibliotherapy connections.

Every concept used in the title of the report has more than one meaning. The quality of life is spread and often used as a concept. To increase the quality means to do something in a better way or oppositely. In the article concrete indicators are supported with expressed and measured term quality of life which is connected with concrete country's citizens welfare and social development. There are three main indicators of social development: Literacy rate, Life expectancy and Capital stock. According to them enumerated index is also called as the quality of life by some of the scientists (Baris K. Yoruk, Osman Zaim). The ideas of this article are supported according to this point of view.

All the three indicators which describe society's quality of life can be associated with reading. There is a possible presumption that reading skills and its successful usage depend on the education achievements – Literacy rate (the first indicator of the quality of life). The quality of life is expressed also through other two indicators' influence, which are:

1. How much of time realistically person has and will have for reading (indicator Life expectancy – how long does the person going to live, – it does not include concrete person's intention to give one's time or not, or how much to give one's attention for such activity from his/her own free time). Does the acquired education encourage person to remain curious and look for wisdom while reading all the life?
2. In the limits of second indicator's (the level of Capital stock) quality of life, the question is formulated: how much of financial possibilities the person can allocate for desired activity (it refers to if person's level Capital stock let him/her to satisfy reading requirements – limiting the possibility to buy the desired documents). Will the acquired education encourage the person to attribute books and other kinds of documents to the needful resources which are necessary for achieving normal level of life.

Conclusion: In the work concepts are analyzed: the quality of life, reading and bibliotherapy which are connected and its interdependent interaction can be defined as: *Bibliotherapy supported by technologies of reading and dialogues can be used as a method making better person's quality of life.*