



Министерство культуры Краснодарского края
Государственное бюджетное учреждение культуры
«Краснодарская краевая специальная библиотека
для слепых имени А.П.Чехова»

Книга как лекарство

Методические рекомендации

Краснодар, 2022

ББК 78.34
К 53

Составитель: А.В. Татаринова
Редактор: В.В. Дудникова
Ответственный за выпуск: Л.С. Фиоги́на

Книга как лекарство : методические рекомендации / Министерство культуры Краснодарского края ; Государственное бюджетное учреждение культуры «Краснодарская краевая специальная библиотека для слепых имени А.П.Чехова» ; составитель А.В. Татаринова ; редактор В.В. Дудникова ; ответственный за выпуск Л.С. Фиоги́на. – Краснодар, 2022. – 27 с. – Текст : непосредственный.

Методические рекомендации включают краткий экскурс в историю библиотерапии, рассмотрены терапевтическое воздействие чтения и библиотерапевтический процесс в условиях библиотеки, его цели, принципы и методы. Издание предназначено для широкого круга читателей, библиотекарей и всех, кого интересуют вопросы библиотерапии.

От составителя

Библиотерапия – традиционное направление деятельности библиотек практически с момента их возникновения; применяется она и в других учреждениях в контексте их основной деятельности.

Библиотерапия с давних времен является весьма привлекательным вариантом терапии, потому что достаточно просто и эффективно помогает людям, стоящим перед трудностями, находить правильные решения. Многочисленные исследования давно доказали, что использование специально подобранных книг позволяет оказывать существенное воздействие на эмоциональное состояние людей. Более того, библиотерапия – это одна из форм психотерапии, направленная на улучшение состояния человека, способствующая его духовному росту. Она довольно сильно и длительно воздействует на личность.

В настоящее время библиотерапия переживает период осмысления своего предмета, метода, целей. Возможность лечения чтением привлекает в настоящее время все больше внимания научных и практических работников, стремящихся максимально использовать возможности книг.

В связи с этим представляется целесообразным проследить становление «лечебного» чтения, его применение в наши дни и дальнейшее развитие. Ведь книга может доставить человеку радость, заставить его по-новому взглянуть на жизнь.

Использование библиотерапии в работе библиотек повышает престиж библиотеки как социального института, способного помочь человеку скорректировать негативные последствия социальных и личных изменений.

1. Происхождение и становление библиотерапии

С древних времен люди замечали целительное влияние слова на разум и сердце: книга увлекала высокими идеями, учила любить, верить, созидать, бороться за светлые мечты и возвышенные идеалы. Закономерно, что уже несколько тысячелетий назад мыслители попытались обосновать концептуальные основы той науки, которую позже назовут «Библиотерапия». В те далекие времена, когда не было еще привычной для многих поколений книги-кодекса, когда еще не ждали читателей тысячи библиотек, люди, когда доминировала традиция передачи знаний из уст в уста, наши предки осознавали, что слово может исцелять, вдохновлять, помогать, воспитывать. Отсюда возникшие в более позднее время почитание книжности, уважение книжников.

История библиотерапии свидетельствует: интерес к целительным возможностям слова прослеживается на протяжении всей эволюции человечества, при этом в определенные периоды, на пике развития того или иного социума внимание к книге, чтению и в конечном счете библиотерапии увеличивалось, заставляя представителей самых разных отраслей гуманитарного знания обращаться к библиотерапевтическим аспектам чтения.

С древности «лекарство», «лечебное воздействие», «душевное лекарство» понималось применительно к книгам и библиотекам не в чисто медицинском смысле, а в философско-психолого-педагогическом, равно как и сам термин «душа». Узкая трактовка термина «библиотерапия» как лечебное воздействие книги появилась также позднее.

Существуют различные трактовки данного термина. Очень часто термин «библиотерапия» расшифровывали достаточно узко и формально как «лечение книгой». Однако такой узкий подход вступал в резкий диссонанс с библиотерапевтической практикой.

Начало библиотерапевтической деятельности совпадает с началом появления библиотек. Самые первые библиотеки справедливо образно именовали «аптеками для души». С древности существует взгляд на книгу и методы работы с читателями как на важнейший инструмент развития человека, мощное средство утешения печали, помощь в трудных жизненных ситуациях, убежище от социальных потрясений, прибежище от старости.

Библиотерапевтическая функция библиотек и библиотерапевтическое направление библиотечной работы, таким образом, были присущи библиотеке еще до того, как библиотерапия превратилась в самостоятельное направление работы, а затем и науку. Позднее возник сам термин «библиотерапия», до

настоящего времени неоднозначно трактуемый представителями, как библиотековедения, так и других наук.

Впервые библиотерапевтическая помощь больному оказывалась в контексте духовно-религиозного воздействия, первым психотерапевтом и библиотерапевтом можно считать священника, а первым подходящим «душеполезным чтением признавалась книга духовная».

Автором термина «библиотерапия» считается С. Кротерс. В своей статье «A Literary Clinic» («Литературная клиника»), опубликованной в 1916 г., он описал открытый доктором Багстером Институт библиопатии, в котором практиковалось лечение с применением книг. Так появилось название самого метода – «библиотерапия». Багстер ассоциировал книги с лекарствами и считал, что они могут иметь простые или сложные ингредиенты. Независимо от языка, древности, литературной формы и жанра книги, главным для Багстера был вопрос о том, каково ее терапевтическое значение: книга может быть возбуждающим, успокаивающим, раздражающим или снотворным средством. Багстер мечтал о том, чтобы книгу можно было выдавать по литературному рецепту, который должен содержать:

- основу, или главный ингредиент, предназначенный для лечения;
- вспомогательное средство, чтобы ускорить наступление терапевтического эффекта, «заставить» лечение пациента протекать быстрее;
- корректирующее средство для предотвращения или уменьшения любого нежелательного эффекта;
- средство, или наполнитель, чтобы сделать лечение комфортным для пациента.

В нашей стране длительное время самым распространенным значением термина считалось «лечение книгой», за рубежом под библиотерапией понимали область деятельности на стыке медицины и библиотечного дела, связанную с активным вовлечением человека в чтение тщательно подобранной литературы с целью его излечения или решения личных проблем.

В нашей стране становление библиотерапии связано с именами библиотековеда Н. Рубакина, психиатров В.М. Бехтерева, С.С. Корсакова, В.П. Кащенко, педагогов, работавших с различными группами детей, имеющих ограничения возможности психофизиологического освоения окружающей действительности Е.К. Грачевой и А.А. Адлер.

Врач-терапевт, профессор Московского университета И.Е. Дядьковский в 1836 г. в учебнике «Общая терапия» отметил, что некоторые заболевания можно лечить благодаря специально подобранным книгам, определял чтение, как средство, как звено, составляющее систему психотерапии.

Е.К. Грачева (1866-1934) посвятила свою жизнь детям, страдающим невозможностью полноценного интеллектуального освоения мира. Казалось бы, что понимание художественной литературы, эмоциональное освоение текста им недоступно, а значит книга не нужна. Педагогическая практика Е.К. Грачевой убедительно опровергает эту точку зрения. В ее педагогической системе чтению уделялось особое внимание, поскольку она понимала, что книга стабилизирует эмоциональное состояние детей, настраивает их на позитивное мировосприятие.

Многие воспитанники Екатерины Константиновны с удовольствием пользовались школьной библиотекой, старались «достать» книги. Весьма популярны у них были грустные рассказы о бедных детях, так как подобные произведения корреспондировались с жизнью читателей в родительском доме.

Аналогичные идеи высказывала А.А. Адлер (1856 – 1924), основоположник тифлопедагогики и библиотечного обслуживания людей с нарушением зрения в нашей стране. Она много рассуждала о значении книги в жизни незрячих.

Доклад А.А. Адлер «О способах распространения образования между слепыми», сделанный ею на втором съезде русских деятелей по техническому и профессиональному образованию проходил в Москве с 28 декабря 1895 по 5 января 1896 гг. Еще до начала съезда Анна Александровна была избрана председателем секции обучения слепых. Готовясь к форуму, она направила во все учебные заведения для слепых детей анкеты. Ее волновало, на какие средства существует школа, каково число ее воспитанников, каковы условия приема учеников, по каким учебным программам и учебным планам ведутся занятия, есть ли библиотека для учеников, есть ли в школе типография, и, наконец, что предпринимает школа для профессионального совершенствования преподавателей. Благодаря усилиям Анны Александровны на съезде была организована выставка учебной литературы, наглядных пособий и творческих работ слепых учащихся.

Важнейшим средством распространения образования среди слепых Анна Александровна называла издательскую деятельность, книгопечатание брайлевским рифтом. Выступая на съезде, она акцентировала внимание коллег на значении книги для социокультурной реабилитации слепого: «... понятно каждому, что книга для слепых имеет в жизни не меньшее, если не большее значение, чем для зрячих. Иногда книга может быть для слепого единственным источником, из которого он может почерпнуть сведения об окружающем его мире и найти облегчение в своей безотрадной жизни. Книга есть то связующее звено, которое соединяет слепого со зрячим. Научить читать слепых и

составить хорошую библиотеку для их употребления есть первые задачи, к осуществлению которых надо стремиться».

Важной вехой в истории развития библиотерапии в России стала активная деятельность известного русского специалиста по библиотечному и библиографическому делу, основателя библиопсихологии Н.А. Рубакина. В 1916 г. на заседании Женевского педагогического общества он учредил секцию библиопсихологии, которая через несколько лет выросла в Международный институт библиологической психологии. Он выделил взаимосвязь книги и читательского восприятия. Суть его программы представляет собой системное изучение триады: читатель – книга (текст) – автор. В своей работе «Среди книг» он писал: «Три великие силы содержатся в книге – знание, понимание, настроение».

Рубакин активно продвигал идею библиотерапии в своих трудах, для читателей библиотеки в Лозанне была создана специальная анкета, которая помогала подбирать им литературу индивидуально. Результатами своей деятельности Рубакин делился в публикациях. Так, в 1921 году была опубликована «Библиологическая психология как теория и практика книжного дела».

Научные исследования организовал В.М. Бехтерев вместе с российским военным медиком П. И. Тимофеевским. Ученых интересовало, как чтение книг исцеляет пациентов с общим нервным расстройством (истерия, неврастения, психастения). Эмпирические исследования были проведены в 1916-1920 гг. на Сестрорецком курорте. Бехтерев отмечал, что чтение книг не только отвлекает от болезни, но и способствует активности пациента.

По утверждению И.П. Кутанина, профессора медицинского института, одного из первых, кто поставил вопрос о применении библиотерапии, «книги могут иметь успокаивающее действие, но они могут быть и средством тонизирующим, создающим бодрость и хорошее настроение. Они могут выравнивать эмоциональное состояние, содействовать воспитанию воли, делая характер более устойчивым».

Первые шаги к практическому применению библиотерапии в СССР сделаны в 1927 г. М.З. Вельковским – врачом психоневрологического института в г. Харькове, который открыл в санатории «Березовские воды» первый кабинет по библиотерапии.

Советские медики, используя метод библиотерапии, опирались на идеи замечательных русских врачей прошлого. Известный терапевт начала XIX века В.Я. Мудров писал: «Главнейшее же ... состоит в удалении больного от забот домашних и печалей житейских, кои сами по себе суть болезни».

В статьях журнала «Курортное дело» за 1928 год отмечалось положительное воздействие юмористических книг, мемуарной литературы на отдыхающих. Активно использовалась библиотерапия в медицинских библиотеках. Врачи видели свою конкретную задачу «лечения книгой» в том, чтобы подобрать литературу в соответствии с диагнозом, и лечебный эффект базировался на узнавании пациентом своей проблемы, отраженной в художественном произведении, в советах следовать этим примерам, образцам выхода из подобной «ситуации», и чем более похожа ситуация, описанная в книге, или герой - на характер пациента, тем сильнее терапевтический эффект от книги.

Во время Великой Отечественной войны патриотические книги имели большое значение для реабилитации тяжелораненых солдат и их скорейшего выздоровления.

В нашей стране в 60-е гг. XX века предпринимаются попытки обоснования теории библиотерапии, появление первых специальных форм и методов библиотерапевтической практики, разработки первых специальных программ подготовки специалистов-библиотерапевтов. За основу была взята теория руководства чтением, дифференцированный и индивидуальный подходы к работе с читателями. Кроме того, использовались некоторые положения медицинской лечебной педагогики. Это отвечало требованиям времени.

Активно развивается исследовательская и практическая работа библиотек по обслуживанию инвалидов с нарушениями зрения и слуха. Этому посвящены диссертационные исследования К.Т. Извековой и А.Е. Шапошникова. В дальнейшем, это направление библиотековедения становится не только одним из приоритетных как в исследовательском, так и практическом планах на протяжении десятилетий, но и наиболее успешным в развитии библиотерапии читателей-инвалидов.

Аналогичные процессы происходят и в других странах. Так, например, с середины 60-х годов XX в. по инициативе специально созданного библиотерапевтического комитета при американской библиотечной ассоциации практикуется специализированная подготовка кадров для библиотерапевтической работы в форме профессиональных семинаров и совещаний библиотек, публикаций в профессиональной печати. Особое внимание уделяется работе муниципальных библиотек и библиотек психиатрических клиник. Наиболее популярны громкие чтения, индивидуальные беседы о книгах и биографиях известных писателей.

Библиотерапия признается в рамках международного профессионального сообщества как самостоятельное научное направление в

рамках библиотекведения. Проблемы библиотерапии, библиотечного обслуживания больных приоритетны на секциях больничных библиотек ежегодных конференций ИФЛА. Среди нерешенных остро актуальных проблем библиотерапии выдвигается на одно из ведущих мест проблема создания научно обоснованной классификации читателей.

2. Цели и принципы библиотерапии

Основные цели библиотерапии:

- дать читателю информацию о проблемах;
- помочь проникнуть в их суть;
- обсудить новые ценности и отношения;
- сформировать сознание того, что и другие люди сталкивались с подобными проблемами, показать, как они эти проблемы решали.

Библиотерапию можно условно разделить на: целенаправленную (способствующую воспитанию силы воли, оптимизма, утверждению веры в себя) и нецеленаправленную (служащую для того, чтобы поднять настроение, отвлечь читателя от навязчивых мыслей о проблеме).

Неосведомленные люди часто понимают под библиотерапией не что иное, как всего лишь подбор определенных книг. А между тем, она представляет собой довольно сложный процесс с многообразием методик.

Библиотерапия осуществляется в двух формах. Первая - традиционная форма организации специалистом, ее осуществляющим, условий для возникновения у читателя сильного эмоционального переживания во время и после восприятия художественного произведения (чтение как таковое или в сочетании с обсуждением прочитанного). Вторая - организация условий для литературного творчества - самовыражения личности, способствующего гармонизации внутреннего мира человека.

Принципы библиотерапевтической деятельности:

- Дифференцированный подход к читателям на основе их изучения. Суть его состоит в утверждении, что сила психотерапевтического воздействия книги возрастает, если она адресуется не читателю вообще, а определенному человеку, максимально соответствует специфике его кризисной или дискомфортной ситуации, согласуется с его потребностями, интересами, запросами.

- Систематичность. Его суть заключается в том, что создание четкой системы библиотерапевтической деятельности обеспечивает успех воздействия психотерапевтических ресурсов литературы.

- Плюрализм. Состоит в том, что соблюдается право читателя на свободу выбора из представленных ему психотерапевтических ресурсов литературы

тех, которые, согласно его личным представлениям, позволяют преодолеть кризисные ситуации.

- Диалогичность. Движущей силой эффективного библиотерапевтического процесса являются диалоги: библиотекаря с читателем; читателя с самим собой; читателя с автором книги; читателей между собой.

- Наглядность. Посредством зрительного канала воспринимается максимальное количество информации, и она является наиболее запоминающейся.

3. Библиотерапевтический процесс в условиях библиотеки

В свете теории библиотерапии библиотечное обслуживание рассматривается как часть библиотерапевтической практики. В условиях библиотеки библиотерапевтический процесс имеет две формы: *индивидуальную и групповую*.

Индивидуальная библиотерапия направлена на развитие и коррекцию личности и происходит в самом процессе чтения. Человек читает книгу, специально подобранную с терапевтической целью. Специально подобранная книга может стимулировать его развитие, отвлечь от горьких переживаний, помочь разобраться с проблемой. Например, прекрасный библиотерапевтический эффект производит чтение биографической и автобиографической литературы выдающихся людей. Такое чтение дает возможность ощутить поддержку, осознать, что и у великих личностей были сложности и проблемы, активизируется механизм проекции. Читатель проецирует события, поступки на собственную жизнь.

К индивидуальным формам библиотерапии относятся составление плана чтения, подбор литературы, индивидуальные беседы, которые учитывают характер проблемы читателя, его уровень начитанности и интересы.

Также к библиотерапии относят вариант написания читателем литературных произведений различных форм. Активная библиотерапия предусматривает работу с текстами как продуктами его творческой деятельности. Комбинированный вариант возможен, если читатель, прочитав книгу, записывает свои впечатления в виде эссе, письма или в любой другой литературной форме.

Групповая библиотерапия направлена на стимулирование ответной реакции читателя на прочитанную книгу. Коррекция и развитие личности происходят не только в процессе чтения рекомендованной литературы, но и в большей степени в ходе подготовленного диалога, обсуждения прочитанного произведения, организованного в группе.

Групповая терапия способствует:

- 1) вовлечению читателя в библиотерапевтический процесс;
- 2) выявлению проблем личности;
- 3) ослаблению или снятию чувства изолированности от окружающих;
- 4) социальной адаптации и интеграции в общество.

При групповой форме библиотерапии необходим подбор членов группы по степени начитанности и читательским интересам. Составляется группа из 5 - 8 человек, подбираются небольшие по объему произведения, которые читаются во время группового занятия. Затем проводится дискуссия, в результате которой выявляется структура межличностных отношений группы, определяется отношение членов группы к чтению художественной литературы, у малочитающих пробуждается интерес к чтению. Люди, высказывая свое отношение к персонажам, проецируют свое отношение к целому ряду проблем. И это позволяет им говорить с своих проблемах в опосредованной форме. Одной из функций библиотерапии может являться предоставление дополнительного материала для дискуссии. Библиотерапия может также служить методом косвенной диагностики.

Формы групповой библиотерапии:

1. Литературные встречи с элементами игротерапии.
2. Библиотечные уроки.
3. Литературные викторины.
4. Театрализованные библиотечные праздники.
5. Кружки громкого чтения.
6. Литературные вечера.
7. Театр книги.

4. Методы библиотерапии

К основным библиотерапевтическим методам, чаще всего выделяемым по предполагаемым результатам, которых они позволяют достичь, можно отнести следующие:

Метод самоконтроля – развитие самопонимания, исследование собственной личности. Используемая литература: книги самопомощи, литература по искусству и научная литература.

Метод самопомощи – развитие самопознания (изучение особенностей характера, а также собственных расстройств); направлен на решение собственных проблем с учетом аналогичных трудностей у других людей. Используемая литература: биографические и автобиографические книги, мемуары.

Метод творческого самовыражения – развитие нового взгляда на себя и на окружающих, повышение уровня развития через обучение. Инструментами

могут быть, кроме прозаических жанров литературы, и другие виды искусства – поэзия, музыка, изобразительное искусство.

Познавательльно-поведенческий метод – удовлетворение образовательных потребностей, помогает овладеть навыками совладания со стрессом, разрешения проблем. Используемый инструментарий: книги по самопомощи, а также создание творческих ситуаций, путешествия, общение с природой.

Метод отождествления с персонажем – работа с художественными произведениями, при чтении которых читатель отождествляет (осознанно или неосознанно) себя с каким-то персонажем или находит соответствие с описанной ситуацией. Используемый инструментарий: подбор книг, содержащих ситуации, идентичные ситуации читателя.

Метод расслабления – профилактика эмоционального стресса, стимулирование обсуждения ситуации для формирования нового отношения к ней, ее оценки. Используемая литература: детективная, юмористическая, сказки.

Профилактический метод – развитие и коррекция личности в процессе чтения. Литература: специально подобранные под ситуацию читателя книги.

Метод отвлечения – перенос акцента с травмирующей ситуации на другие аспекты жизнедеятельности. В данном случае применяется активная библиотерапия – написание заметок, сочинение произведений в различных литературных жанрах, чтение вслух.

Интерактивный метод – применение обязательной обратной связи с читателем; библиотекарь организует диалог и обсуждение прочитанной книги.

При индивидуальной и групповой формах работы возможно применение как отдельно взятого метода, так и комплекса различных методов.

5. Классификация литературы, применяемая в клинических условиях (разработана А. Е. Алексейчиком и А.М. Миллером)

1. Классическая художественная литература, в том числе русская.

Обладает огромным потенциалом, обеспечивающим разнообразные варианты воздействия, поэтому очень хорошо подходит для практического использования. Часто приходится отказываться от использования наиболее популярных произведений, учитывая, что они были ранее прочитаны, изучались в школе и с ними связаны определенные ассоциации, которые трудно преодолеть.

В библиотерапевтической практике, в отличие от традиционного (школьного) подхода к литературе, из произведений классиков выбираются такие отрывки, где, например, «ощущается простота жизненных форм, их законченность, устойчивость, уравновешенность». Современную западную беллетристику целесообразно рекомендовать людям, которым чужда

классическая литература. Особенно полезны проблемные, критические произведения, указывающие человеку на его ошибки, заблуждения и способствующие их преодолению.

2. Критическая литература и публицистика.

Используются в библиотерапии для того, чтобы помочь индивидууму связать литературу с актуальными событиями личной и общественной жизни. Критика, отличающаяся четкостью и наглядностью отношения к явлениям действительности, помогает правильно воспринимать события, устраняет зависимость от чужих авторитетов. Многие библиотерапевты отдают предпочтение классическому литературоведению и публицистике, которые прошли проверку временем, доказали правильность своих позиций и поэтому оказывают сильное воздействие даже на скептиков, растерянных людей. В числе предпочитаемых называют произведения В. Розова, В. Солоухина, А. Озерова, Ю. Нагибина и др.

3. Юмористическая и сатирическая литература.

Успешно прививает читателю широкий, объективный взгляд на себя и других людей, учит своеобразной психологической защите. Суть юмора – обнаружение смешных сторон в любых явлениях, даже неприятных. Юмор позволяет людям более открыто и свободно выражать себя в сложных ситуациях самого разнообразного характера, учит технике свободного общения (например, полушутливое выражение своей просьбы с целью избежать чувства неловкости при отказе дает возможность подшутить над собой и тем самым укрепляет уверенность в своих силах).

4. Сборники афоризмов.

Содержат наиболее ясные образы, отточенные идеи, нередко парадоксальные. Часто используются в библиотерапии, помогая людям повышать психическую устойчивость. Читая их, человек привыкает спокойнее относиться к крайностям, противоречиям, жизненным катаклизмам.

5. Фольклор (в том числе сказки).

Достаточно широко используется в библиотерапевтическом процессе. В течение многовекового существования эти произведения прошли особый отбор. Новому поколению из уст в уста передавались лишь те, которые принимались большинством и удовлетворяли основным духовным потребностям человека. Утверждением идеалов добра и справедливости, правды и оптимизма фольклор (сказки) стимулирует необходимые психические реакции. Особое значение данный вид литературы имеет в работе с детьми: позволяет им осознать основные жизненные проблемы, улучшить контакты с родителями и сверстниками.

Обращение к сказке свойственно людям, переживающим нравственные конфликты. Мир народных сказок, как отмечает И. Е. Вольперт, «запечатляется в сознании людей с раннего детства. Отношения сказочных героев воплощают нравственные представления, созданные народным опытом на протяжении веков, образы сказочных героев отличаются поэтичностью, яркостью, типологической определенностью. Сказка наивна и одновременно драматична. В то же время в ней выражена народная мудрость». При чтении сказки у пациента повышается интерес к окружающему миру, он отвлекается от своих проблем, невротических фиксаций на пережитом. Сказка способствует удовлетворению коммуникативных потребностей, приглушает чувство неполноценности и т. д.

6. Научно-фантастическая литература.

Отличается от других жанров выходом за пределы привычного, что часто необходимо при проведении библиотерапии. Доводя до крайности некоторые свойства человека, ситуации, взаимоотношения людей, авторы фантастических произведений позволяют индивидууму лучше понять и принять экстремальность своих ощущений, чувств, влечений, стимулируя продуктивность его поведения.

7. Детективная и приключенческая литература.

Занимает значительное место в библиотерапевтической рецептуре благодаря ряду своих особенностей, в первую очередь – популярности и доходчивости. В детективе конденсируются, «высвечиваются» многие обыденные явления жизни.

Библиотерапевтов привлекают следующие специфические черты этого жанра: повышенное внимание к негативным чувствам, тренировка интуиции, раскрытие тайны как способ познания действительности, «обязанность» читателя подозревать всех, разоблачение романтического восприятия жизни, фальшивых морали, порядочности, демонстрация того, что за красивым фасадом часто скрываются грязь и корысть. Такие произведения побуждают читателя принимать смелые решения, рисковать, учат находчивости. Все это касается, естественно, только хорошей детективной и приключенческой литературы. Близки по характеру воздействия к детективам мемуары и произведения из серии военных приключений.

8. Драматургия.

На некоторых людей она оказывает особенно сильное влияние благодаря большой концентрации, координированности действий, наглядности. При чтении пьесы человеку проще отождествлять себя с действующим лицом, чем, например, при чтении романа. Пьеса оставляет больше свободы для самостоятельной работы, учит диалогу, правилам общения.

9. Специальная научная литература.

Дает объективную картину окружающего мира, позволяет лучше понять собственную психологию, осознать потребность в психосоматической помощи, стимулирует естественные психические процессы.

10. Специальная медицинская литература.

Является разновидностью научной и наиболее важна при библиотерапии, так как способна дать индивидууму знания, которые ему особенно необходимы для стимуляции психотерапевтических процессов, самоуспокоения и самоконтроля. Поэтому, по мнению многих библиотерапевтов, желательно, чтобы она использовалась достаточно широко, особенно книги по проблемам психотерапии и психиатрии. Основные задачи этой литературы: давать достаточные для правильной ориентации знания, устранять неверные представления об имеющихся у индивидуума психических нарушениях, стимулировать общую активность читателя.

11. Научно-популярная литература.

Может выполнять те же функции, что и научная, но используется в отношении менее подготовленных читателей, давая им более общие и необходимые представления.

12. Педагогическая литература.

Ее можно применять наряду с другой научной литературой с целью тренировки, коррекции и развития различных личностных качеств, в том числе самоконтроля и самоадаптации.

13. Юридическая литература.

Дает индивидууму возможность разобраться в причинах многих проблем, возникающих в результате неправильных действий – как собственных, так и окружающих. Данный вид литературы помогает читателю оценить степень опасности девиантного поведения.

14. Философская литература.

Помогает получить разносторонние представления о себе, других людях, окружающем мире в целом. Дает возможность понять неизбежность определенного конфликта между внешним миром и внутренним. Осознание этого приносит человеку облегчение, спокойствие, вносит элемент конструктивности в его деятельность. К данному виду литературы можно отнести и часть литературной публицистики, работы по истории литературы и философии.

6. Терапевтическое воздействие чтения

Библиотерапия основана на использовании чтения для улучшения психологического состояния человека. Однако, прежде чем ее использовать,

следует запомнить, что это не просто случайная рекомендация определенной книги отдельному человеку, а обдуманый курс действий, который требует тщательного планирования. Кто является объектом воздействия при использовании библиотерапевтической техники? Человек, нуждающийся в психологической помощи и поддержке.

В принципе, для библиотерапии подойдет любая книга, содержание которой соответствует конкретной проблеме человека. Терапевтический эффект книги может основываться, например, на узнавании человеком своей проблемы, травмирующей ситуации в художественном произведении и следовании заданным в произведении образцам выхода из подобных ситуаций, их психологического преодоления. При этом, чем более похожа ситуация, описанная в книге, и герой на обстоятельства и характер пациента, тем сильнее, по мнению сторонников этого подхода, выражен эффект. Кроме того, терапевтический эффект достигается не просто за счет узнавания в тексте своей конкретной травмирующей ситуации и типа эмоциональной реакции, но и за счет формирования у читателя активной самостоятельной жизненной позиции, которая помогает справляться с проблемами в будущем. Иными словами, за счет возможности стать психотерапевтом для самого себя.

Обращаясь к самой глубине личности, ее ценностям, внутреннему «я» человека, библиотерапия смыкается (а часто и совпадает) по своим преобразующим задачам с педагогикой. Ее действия, так или иначе, направлены на формирование личности читателя. Таким образом, библиотерапевтический процесс, все его этапы, в том числе, и выбор книг, становится делом весьма ответственным и сугубо индивидуальным.

Книги, выбранные с библиотерапевтической целью, должны быть качественными во всех отношениях. Ведь плохо написанный, слабый роман с шаблонными характерами и упрощенными ответами на сложные вопросы - хуже, чем полное отсутствие чтения, и может вызвать отвращение к этому варианту терапии.

Актуальной проблемой является вопрос определения круга чтения с целью библиотерапевтического воздействия в условиях библиотеки. Ведь далеко не каждая книга может быть рекомендована с библиотерапевтической целью. Необходимым условием для библиотерапии является и дифференцированный подход к читателям. При подборе книг, конечно же, необходим тщательный учет личностных особенностей пользователя, его социального опыта, образовательного и культурного уровня.

Правильно рекомендованная книга, как инструмент библиотерапии, обладает мощным, общедоступным читателю средством, способствующим формированию у него навыков и способностей противостоять неординарным

ситуациям, укрепляет силу воли, наращивает интеллектуальный и образовательный уровень. Такая книга оказывает сильное воздействие на эмоциональную сферу человека. Одни книги успокаивают, другие тонизируют, придают бодрость и хорошее настроение. Тем более это важно для людей с различными ограничениями здоровья. Библиотерапия - мощное средство помощи всем людям в их попытках справиться с физическими и эмоциональными расстройствами.

Для людей пожилого возраста, пенсионеров, одиноких, инвалидов, сирот-детей, детей-инвалидов очень важно, чтобы в их руки попала книга, с помощью которой он найдет в себе силы противостоять трудностям. Целебно действуют на таких людей остроумные книги, юмористическая и сатирическая литература. Чтение таких книг вызывает у людей смех и радость. Чтение классической литературы дает людям надежду на лучшую жизнь.

Для детей-инвалидов книги могут быть использованы в целях преодоления различных страхов, нервных срывов, проблем адаптации к одиночеству. Им необходимы сказки, рассказы о животных, для подросткового периода - литература, где ярко выражена нравственная проблематика.

Пожилым людям необходима литература жизнеутверждающего характера. Большинству из них нравится читать "правдивые" книги, "жизненные" книги, исторические романы, при этом у них укрепляется чувство самоуважения, осознания правильности пройденного пути, появляется желание бороться со старческими недугами и радоваться жизни. Большинство таких пользователей имеет те или иные проблемы со здоровьем, жизненные неурядицы побуждают обращаться к чтению как к средству преодоления душевного дискомфорта, депрессии. Библиотеку они нередко воспринимают как «убежище», и от умения библиотекаря общаться зависит появление у них чувства удовлетворения, уверенности в своих силах. Библиотерапия для таких читателей осуществляется не только с помощью книги, но и с помощью устного слова (рекомендация, информация), наглядных средств (картины, кино).

Для инвалидов, у которых наблюдается потеря интереса к жизни, апатия, подавленное настроение, в процессе библиотерапии важно найти правильный подбор книг, который поможет отвлечься от мыслей о болезни, избавиться от депрессии. Очень важно научиться понимать состояние таких читателей и уметь выразить намерение им помочь.

Классическая литература учит человеколюбию, развивает любовь к чтению. Фольклор, сказки повышают интерес к окружающему миру, уводят от проблем, приглушают чувство неполноценности. Детективная литература

побуждает читателя к смелости, риску, находчивости. Драматургия учит диалогу, правилам общения. Специальная (медицинская, педагогическая, юридическая и др.) литература дает читателю конкретные знания, стимулирует активности читателя.

Явно негативное воздействие на психику оказывают произведения, в которых обрисованы безысходные, тупиковые жизненные ситуации, неразрешимые конфликты, обреченность персонажей на несчастную жизнь и бессмысленную смерть.

Приложение 1

Терапевтические сказки

1. Текст по мотивам сказки «О Мальчике-с-пальчике и змеях с лесной поляны».

Давным-давно жил маленький мальчик и звали его Пальчик. Назвали его так потому, что он умел тихонько и ловко двигаться, как будто все время ходил на пальчиках. Он был очень любопытным мальчиком и никогда не мог усидеть на месте. Все время бродил, заглядывая в разные интересные места, но больше всего любил гулять по лесу и лугу. Там всегда было что-то интересное. Однажды прибыл он в какую-то странную страну. Там было мало растений, но много отверстий в земле. Пальчик остановился возле одной очень глубокой черной дыры.

– Интересно, что это и что там может находиться? – подумал он, оглядываясь по сторонам. И пока он думал, внезапно раздался тихий сладкий голосок:

– Приди ко мне, приди ко мне! – Пальчик посмотрел вокруг. Но никого не увидел.

– Приди ко мне, а я дам тебе, что захочешь. Приди, не пожалеешь! – услышал он снова и подумал, что голос доносится из дыры, у которой он стоит.

– Кто меня зовет? Кто ты? – крикнул он вглубь, но не услышал ответа.

Голос звал:

– Приди ко мне, и получишь, что только хочешь.

Пальчик уже хотел было прыгнуть в дыру, но услышал шипение. Пальчик оглянулся и испугался, за ним по земле двигались огромные змеи, которые ползли прямо на него. В последний момент Пальчик ускользнул с их пути. Змеи быстро спрятались в дыру, за последней змеей дыра закрылась. Земля, засыпая дыру, присыпала ботинок Пальчика. Он очень расстроился, так как это были его единственные ботинки, а путешествовать по миру без ботинок сложно. Недолго думая, он снял с ноги второй ботинок и подбежал к кусту. Выломал толстый сук и попробовал откопать ботинок. Он очень устал, но

сумел достать ботинок. Пальчик хотел было уже возвращаться домой, и тут ему послышалось, что он снова слышит звуки из-под земли:

– Не забывай обо мне, приди и получишь, что захочешь.

– Это какое-то колдовство, надо быстрее убежать, – подумал Пальчик и потихоньку удалился.

Какое-то время мальчик держался далеко от этой страны, но голос из-под земли не давал ему покоя:

– Не забудь обо мне, не забудь обо мне, – слышал Пальчик и днем, и ночью; он не выдержал и решил вернуться в это странное место. Шел он три дня и три ночи и вдруг увидел на лесной дороге странную фигуру. Издалека он не мог определить – женщина это или мужчина. Фигура направлялась к нему и излучала какое-то странное серебристое сияние. Дул сильный ветер. Пальчик почувствовал себя неуютно.

Когда фигура оказалась напротив Пальчика, она сказала ему:

– Я знаю, куда ты хочешь идти, но это очень опасно – спуститься в трещину на Поляне Змей. Храбрец, который войдет в нее, будет наказан. Наказание очень страшное, даже не хочу о нем говорить. Чтобы туда попасть, нужно долго ждать подходящего момента. Но не все могут туда войти. Многие пробовали и не возвращались больше; никто о них больше не слышал.

– Я очень хотел бы узнать, кто меня зовет. Но как мне определить, что наступил подходящий момент? – спросил Пальчик.

– Всему свое время. Ты должен быть терпеливым. Это случится, если ты станешь достаточно взрослым и научишься слушать голоса трав и пение птиц, – ответила странная фигура и растворилась.

– Интересно, когда это будет? – подумал Пальчик, и отправился дальше. Рассуждая таким образом, он прибыл к тому месту и узнал это место по кусту, который вырос из той ветки, которую он бросил. Куст был усыпан мелкими листочками и желтыми цветами.

Пальчик остановился у куста и прислушался, но вокруг была тишина.

– Ну что ж, нужно подождать, – сказал Пальчик и лег под куст, так как очень устал.

Вдруг перед ним появилась фигура Старика, которую он видел по дороге, и стала его куда-то звать. Пальчик почувствовал, что идет за этой фигурой; его ноги двигались быстро, но не по земле, а по воздуху. Во время этого путешествия Пальчик видел красивые страны, в которых росли красивые цветы, фруктовые деревья. Люди были счастливы и улыбались мальчику, приглашали в дома и магазины, но Старик как будто не замечал этого, и не интересовался тем, что Пальчик с удовольствием бы там остался. Он уводил Пальчика все дальше, не обращая внимания на его усталость. Они подошли к незнакомой пещере, и Пальчик решил там отдохнуть.

– Настало время показать тебе ту страну, о которой ты грустишь. Благодаря моей силе ты можешь увидеть, что находится там, куда ты захочешь

заглянуть. И Пальчик сначала увидел один подземный коридор, в котором было темно и холодно, а по земле ползали страшные змеи. Ему стало не по себе. Он боялся, что змей могут ужалить его, но, увидев Старика, змеи спрятались.

Во втором коридоре находилось огромное озеро, а над поверхностью виднелась пасть огромного чудовища, которая, казалось, вот-вот съест мальчика на завтрак. Пальчик почувствовал страх и вынужден был идти за своим проводником.

В третьем коридоре на скале росла роза. И здесь он снова услышал:

– Приди ко мне. Я дам тебе все, что ты пожелаешь.

Пальчик хотел уже подойти к ней, так как подумал, что это заколдованная принцесса зовет его к себе, но роза была окружена большим забором. Пальчик присмотрелся повнимательней. Забор оказался переплетенными змеями, они охраняли розу. Он попятился. И сделал это так быстро, что наступил Старика на ногу. Старик вскрикнул от боли и сказал:

– Ты видел много красивых стран. Увидел и то место, которое тебя так манило. И здесь и там тебя могут ждать радость и огорчение. И здесь и там ты можешь стать счастливым, а можешь и не стать. Какую страну ты выбираешь? Все зависит от тебя, – сказал старик и исчез.

Пальчик не мог понять, приснилось ему это или нет. Он сидел на лугу и долго думал, что ему делать дальше. ***Как Вы думаете, что он решил?***

2. Текст по мотивам сказки «Жаба, черепаха и жук».

Жаба, черепаха и жук жили на лугу недалеко друг от друга. Они очень дружили. Ходили на прогулки в лес и к реке. И везде, куда они ходили, жаба и черепаха выбирали мокрые места для игры. Всегда находили лужи на своем пути. Жук летал над ними и весело жужжал. Он был быстрее их, но это не огорчало друзей. Они любили играть вместе и старались проводить много времени друг с другом. Чаще всего они играли на поляне, где протекал маленький ручеек.

Жаба и черепаха уговаривали жука прыгать в речку как они. Но жук знал, что если он намочит свои крылышки, то не сможет больше летать. Поэтому он не играл в воде, но с удовольствием смотрел, как резвятся его друзья. Жаба и черепаха понимали, что он не может плавать, и слушали его жужжание, когда он пролетал над ними.

Однажды друзья решили устроить соревнование.

Жаба нарисовала толстую линию на берегу реки и сказала, что это старт. Финиш назначили в лесу, в красивом малиннике. Кто первым дотронется до березы – тот и съест всю малину.

Стартовали! ***Как вы думаете, кто победил? Почему? Если хотите, нарисуйте эти соревнования. А может, расскажете сами, что случилось потом?***

3. «О маленьких и больших животных с заколдованной поляны».

Давным-давно в поле жили мышки-близняшки, ласка и хомяк. Зверьки играли на полях и лугах; ходили друг к другу в гости в норки, где было тепло и тихо, а их мамы заботились о том, чтобы детки были сыты. Однажды родители рассказали им, что недалеко от норок находится заколдованная поляна, куда очень скоро они попадут, чтобы учиться. В один прекрасный день все зверьки с родителями отправились на заколдованную поляну. Там на большом дубе сидел орел. Ниже малыши увидели сову, а еще ниже – неизвестных птиц. Под деревом скакала жаба.

Неожиданно из зарослей вышел еж. В лапке он держал колокольчик и так громко звонил, что мышки хотели спрятаться в норки. Родители оставили малышей на поляне, а сами вернулись домой. Солнце спряталось за тучи, подул сильный ветер. Малыши почувствовали страх. Стояли и ждали, что будет дальше. Но это длилось недолго, так как еж забрал хомяка и отвел его в густые заросли. Мышек разделили и отправили в разные норки. Мышки хотели быть вместе, но крыса им не разрешила. Никто не хотел их слушать. Хомяк попал под опеку жабы, которая приказала ему прыгнуть в озеро. Лаской занялся соловей, который так прекрасно пел, что не слышал, что она ему говорила. Соловей очень злился, что ласка не умеет петь, как он, и клевал ее в голову, когда она фальшивила. Домой зверьки возвращались грустные, а одна из мышек тихонько плакала. Их рюкзаки были полны книг, в которых не было рассказов ни о мышках, ни о ласках. Только хомяк нашел стихи о хомячке, который научился летать.

Однажды на заколдованной поляне был праздник. Орел спустился с дуба. Все его окружили, и он раздал своим подданным по одному перышку. Кто-то получил красивое белое перо, кто-то – маленькое серое.

В течение последующих дней на поляне что-то происходило. Как будто кто-то заколдовал соловья, жабу и птиц. Жаба надулась еще сильнее и кроме прыжков в воду устраивала вечерние концерты. Соловей замолчал и перестал заниматься воспитанниками, не обращал внимания даже на ласку. Ласка решила, что это потому, что она ничего не умеет, ленится, и что больше она не должна находиться на поляне. Ласка расплакалась. Это увидела сова и разозлилась на ласку. Поставила ее посреди поляны и начала кричать. Говорила, что ласка недотепа, и что плакать стыдно. Все звери стали смеяться с ласки. Ласке стало очень грустно, она хотела убежать в свою норку, но знала, что не может этого сделать. Ласке очень хотелось, чтобы звери перестали ее высмеивать, но они обзывали ее «маменькиной дочкой». От злости ласка бросилась на ближайшего зверька. Все могло плохо кончиться, но тут хомяк начал петь, кричать, скакать так смешно, что жаба и соловей вынуждены были увести своих воспитанников по разным местам поляны.

Дети рассказали родителям, что на поляне происходит что-то странное. Родители мышек не хотели слушать своих детей; папа ласки не поверил ей. Мама хомячка разволновалась, но решила подождать, что же будет дальше.

На следующий день хомяк вернулся домой поцарапанный, с окровавленным носиком и без рюкзака. Он не хотел ничего рассказывать. Мама хомячка расстроилась и пригласила родителей мышек и ласки. Они долго разговаривали, и мама хомячка предложила пойти на заколдованную поляну. Мама ласки ответила, что у нее нет времени и никуда она не пойдет, что маленькая ласка должна справляться сама. Мама мышек пропищала, что это может только навредить мышкам.

Мама хомячка пошла на поляну одна, объяснила сове, зачем пришла, а та отправила ее к жабе. Жаба не хотела даже слушать маму хомячка, кричала, что он очень плохо воспитан, что нужно его выгнать из группы, так как он оказывает на остальных плохое влияние. А затем прибавила, что во всем считает виноватой саму маму хомячка. Мама хомячка вернулась домой и очень сильно переживала, пока не встретила в поле старую цаплю. Цапля внимательно выслушала маму хомячка и сказала: «Нужно идти к орлу». Но мама хомячка уже боялась идти на заколдованную поляну. Она написала письмо орлу. Орел прочитал письмо и очень рассердился, что мама хомячка заморочила ему голову. Он вызвал сову и приказал ей решить эту проблему. Сова закипела от злости на хомячка, маму хомячка, жабу и орла, собрала всех и прочитала письмо. Жаба почувствовала себя оскорбленной, другие звери не знали, что делать. Сидят на поляне и решают.

А можете вы чем-нибудь помочь зверям и птицам?

Приложение 2

«Лечебные» списки книг

Широко распространена практика составления так называемых «лечебных» списков книг. Библиотекари рекомендуют эти списки читателям в зависимости от тех или иных ситуаций, в которых оказались последние.

Литература о людях, преодолевших физические недуги; о милосердии

Амосов Н. «Книга о счастье и несчастьях»

Киплинг Р. «Свет погас»

Маршалл А. «Я умею прыгать через лужи»

Микулина Л. «Мать Мария»

Генри О. «Последний лист»

Ремарк Э.М. «Ночь в Лиссабоне»

Стоун И. «Жажда жизни»

Литература оптимистической направленности

Амаду Ж. «Донна Флор и два её мужа»

Бронте Ш. «Джейн Эйр»

Искандер Б. «Сандро из Чегема»
Моэм С. «Бремя страстей человеческих»
Роллан Р. «Кола Брюньон», «Очарованная душа»

Литература, помогающая преодолеть моральные неурядицы, тяжелые воспоминания о прошлом (успешно используются многие мемуары писателей, артистов, музыкантов, художников)

Берберова Н. «Железная женщина»
Бронте Ш. «Агнесс Грей»
Диккенс Ч. «Рождественские рассказы»
Зайцев Б. «Голубая звезда»
Одоевцева И. «На берегах Невы»
Шмелев И. «Лето Господне»

О жизни, о любви

Грин А.С. «Алые паруса»
Грин А.С. «Бегущая по волнам»
Ирвинг Д. «Мужчины не её жизни»
Каверин В.А. «Два капитана»
Коэльо П. «Алхимик»
Лессинг Д. «Лето перед закатом»
Лессинг Д. «Любовь, опять любовь»
Маккалоу К. «Поющие в терновнике»
Митчелл М. «Унесённые ветром»
Осеева В. «Динка»
Саган Ф. «Здравствуй, грусть»
Сухина Н. «Какого цвета боль?»
Фраерман Р. «Дикая собака Динго, или Повесть о первой любви»
Цвейг С. «Нетерпение сердца»
Шоу Б. «Пигмалион»
Щербакова Г. «Вам и не снилось»
Ялом И. «Лечение от любви и другие психотерапевтические новеллы»

Для хорошего настроения и осмысления своего существования

Востоков С. «Остров, одетый в джерси, или Специалист по полуобезьянам»
Вульф В. «На маяк»
Гавальда А. «Просто вместе»
Джонс К. «Волшебный пирог»
Зощенко М. «Рассказы»
Керсновская Е. «Сколько стоит человек»
Льюис С. «Юный Кнут Аксельброт»

Мориак Ф. «Клубок змей»
Пикуль В. «Три возраста Окини-сан»
Пилчер Р. «В канун Рождества»
Токарева В. «Одна из многих»
Фаулз Д. «Башня из чёрного дерева»
Хмелевская И. «Автобиография»
Шмелев И. «Росстани»
Шукшин В. «Рассказы»
Этвуд М. «Слепой убийца»
Ямамото Ю. «Жизнь женщины»

О старости

Ажар Э. «Страхи царя Соломона»
Андерсен Х. «Старый дом»
Андерсен Х. «Старый уличный фонарь»
Борминская С. «Охота на старушку, или Дом золотой»
Бунин И. «Дневники»
Вебер Б. «Империя ангелов»
Вознесенская Ю. «Жила-была старушка в зеленых башмаках...»

Гессе Г. «О старости»
Гоголь Н. «Старосветские помещики»
Катаев В. «Алмазный мой венец»
Лессинг Д. «Любовь, опять любовь»
Лодж Д. «Терапия»
Маркес Г. «Полковнику никто не пишет»
Маркес Г. «Сто лет одиночества»
Мёрдок А. «Сон Бруно»
Пепперштейн П. «Диета старика»
Петтерсон П. «Пора уводить коней»
Раневская Ф. «Старость – невежество Бога»
Сименон Ж. «И всё-таки орешник зеленеет»
Стругацкие А. и Б. «Хромая судьба»
Фаркаш П. «Восемь минут»
Флэгг Ф. «Рай где-то рядом»
Хемингуэй Э. «Старик и море»
Цицерон М. «О старости»
Штемлер И. «Нюма, Самвел и собачка Точка»

Об инвалидах

Базен Э. «Встань и иди»
Белоглазова Р. «Черёмуховый цвет»
Бернетт Ф. «Таинственный сад»
Борисов А. «Кандидат на выбраковку»
Вишневский Я. «Повторение судьбы»

Глейцман М. «Болтушка»
Грин Д. «Виноваты звезды»
Грумм У. «Форрест Гамп»
Гюго В. «Собор Парижской Богоматери»
Дидро Д. «Письмо о слепых в назидание зрячим»
Думбадзе Н. «Я вижу солнце»
Йосимото Б. «Цугуми»
Кизи К. «Над кукушкиным гнездом»
Кито А. «Один литр слёз»
Короленко В. «Слепой музыкант»
Крапивин В. «Та сторона, где ветер»
Липскеров Д. «Пространство Готлиба»
Литтл Д. «Неуклюжая Анна»
Лиханов А. «Солнечное затмение»
Маршалл А. «Я умею прыгать через лужи»
Матюшина О. «Жизнь побеждает»
Миронова Ю. «Переводы с языка дельфинов»
Мисима Ю. «Золотой храм»
Мурашова Е. «Класс коррекции»
Назаркин Н. «Изумрудная рыбка»,
Островский Н. «Как закалялась сталь»
Джоди П. «Хрупкая душа»
Полевой Б. «Повесть о настоящем человеке»
Ремарк Э. «Жизнь займы»
Ремер М. «Даун»
Романов В. «Страдания юного хакера»
Самарский М. «Радуга для жизни»
Стракан И. «Паренек в пузыре»
Токарева В. «Я есть»
Уилсон Ж. «Вечеринка с ночевкой»
Халаша М. «И вдруг раздался звонок»
Цвейг С. «Нетерпение сердца»
Черемнова Т. «Трава, пробившая асфальт»
Ясина И. «Человек с человеческими возможностями»

Список использованной литературы

1. Библиотерапия: история, методика, практика : информационно-библиографическое пособие / Ростовская областная специальная библиотека для слепых ; составитель О. В. Глазунова. – Ростов-на-Дону, 2011. – 28 с. – URL: <https://rosbs.ru/uploads/documents/biblioterapiya.pdf> (дата обращения: 05.06.2022). – Текст : электронный.
2. Библиотерапия – книги, исцеляющие душу. – Текст : электронный // Курская областная универсальная научная библиотека им. Н.Н. Асеева : официальный сайт. – 2022. – URL: <http://kurskonb.ru/our-booke/invalid/dok/041.html> (дата обращения: 05.06.2022).
3. Борецка, И. Библиотерапия : лекции / И. Борецка ; перевод с польского И.Ф. Притульчик. – Гродно : ГрГУ, 2007. – 99 с. – URL: <https://elib.grsu.by/katalog/113092-187387.pdf> (дата обращения: 14.06.2022). – Текст : электронный.
4. Казаринова, И. Н. Библиотерапия : учебно-практическое пособие / И.Н. Казаринова. – Москва. 20014. – 205 с. – Текст : непосредственный.
5. Попова, Т. А. Библиотерапия. – Текст : электронный. // Большая российская энциклопедия : [сайт]. – 2022. – URL: <https://bigenc.ru/c/biblioterapiia-6427ce> (дата обращения: 23.06.2022).
6. Яковлева, Н. С. Возникновение библиотерапии: исторический контекст и социокультурный аспект / Н.С. Яковлева // Мир науки, культуры, образования. – 2016. - № 1 (56). – С. 175-177.

Содержание

От составителя	3
1. Происхождение и становление библиотерапии	4
2. Цели и принципы библиотерапии	9
3. Библиотерапевтический процесс в условиях библиотеки	10
4. Методы библиотерапии	11
5. Классификация литературы, применяемая в клинических условиях (разработана А. Е. Алексейчиком и А.М. Миллером).....	12
6. Терапевтическое воздействие чтения	15
Приложение 1. Терапевтические сказки	18
Приложение 2. «Лечебные» списки книг	22
Список использованной литературы	26