


СОГЛАСОВАНО

Врач психиатр


Г.Ф.Касимов.
« 11 » января 2021г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ СО КК

«Кропоткинский ПНИ»

А.В. Сафронев


« 11 » января 2021г.



Инновационный метод социально-психологического обслуживания в ГБУ СО КК «Кропоткинский ПНИ»

Тема: « Библиотерапия »

2021 год

Актуальность : Современный человек испытывает чрезвычайно высокие психологические и информационные нагрузки, связанные с неблагоприятным воздействием окружающей среды, постоянно увеличивающимся объемом информации. Отечественные психологи (С.Л. Колосова, И.А. Фурманов, А.А. Аладьин и др.) отмечают, что уже в начальных классах наблюдается большое количество обучающихся с различными нарушениями поведения, нарушения со стороны эмоционально-волевой, личностной сфер. Известно, что чтение способствует преодолению дискомфортных состояний, стрессов. Поэтому сама жизнь подсказала необходимость осуществления новой функции - библиотерапевтической. Именно библиотеки должны предоставить каждому читателю «лекарство для души». Литературные произведения оказывают сильнейшее влияние на духовный мир человека и его физическое состояние. Прочитанное слово способно вызвать самые различные эмоции: горе и печаль, счастье и радость. Наблюдая за читающим человеком, по его мимике, по выражению лица можно почти безошибочно определить, что именно он читает: радостное, веселое или грустное, печальное.

Библиотерапия в дословном переводе означает "лечение книгой" (от греч. *biblion*- книга и *therapeia*- лечение). Библиотерапия, как и руководство чтением вообще, - процесс лечебно-педагогический, направленный на формирование личности читателя. Книги - мощные инструменты, которыми можно воздействовать на мышление людей, на их характер, формировать их поведение, помочь в решении проблем. Следует отметить, что процесс усвоения новой информации у большинства наших читателей крайне затруднен, что обусловлено рядом факторов: крайне слабая техника чтения, практически полное отсутствие познавательных интересов, а также бедность образов воображения.

Реабилитационный эффект библиотерапии - развитие воображения, памяти, художественного вкуса, расширение познавательной сферы, кругозора, удовлетворение информационной потребности, налаживание коммуникативных связей с единомышленниками, творческое соотнесение своей личности с художественным образом, что способствует развитию виртуального сознания, приобщение к культуре страны и мира, развитие артикуляционных и речевых возможностей (особенно у людей с проблемами речи), формирование логического мышления при пересказе.

От обычного чтения библиотерапия отличается направленностью на коррекцию личностных нарушений у людей разных возрастных групп. В частности, опираясь на библиотерапию, можно стабилизировать психологическое состояние человека (снять проявления излишней агрессивности, создать позитивный душевный настрой), помочь людям избавиться от вредных привычек и приобрести полезные социальные навыки, научить их обдумывать свое поведение, развивать навыки борьбы со стрессами, депрессиями, научить терпимости и доброжелательности, повысить самооценку, приобрести оптимистический взгляд на жизнь. В психологии одно из самых молодых направлений - сказкотерапия, в основе которого положен один из самых древних способов поддерживать человека с помощью слова. Ее теорию разработали отечественные психологи В.Я.Пропп, Л.Выготский, М.Бахтин. Технологию практического применения раскрыли Д.Соколов, Т. Зинкевич-Евстигнеева, А.Михайлова, Дрешер и др. В библиотечной работе сказкотерапию используют библиотечные психологи О.Кабачек, Е. Самохина и др.

Цель программы: гармонизация личности человека через чтение художественной литературы.

Задачи:

- стимулировать интерес к книге;
- научить соотносить читаемое с реальной жизнью;
- содействовать творческой самореализации личности человека;
- обучение эффективным способам взаимодействия;
- создавать условия для активного включения человека в речевую, музыкальную, художественную, игровую деятельность, связанную с образным строем и сюжетом художественного произведения, стихотворения, сказки;
- развить навыки доброжелательного, внимательного, заботливого поведения, стремление делиться впечатлениями от услышанного, увиденного, прочувствованного;
- развивать у людей отзывчивость, общительность, дружелюбие, эмпатию.

Ожидаемый результат :

- профилактика : невротизма и невротических реакций, нарушений поведения, дезадаптации и других проблем психогенного характера;
- коррекция : эмоционального самочувствия, снятия эмоциональной напряженности, смягчении последствий психологических травм, снижении индекса агрессивности и деструктивных форм поведения, в том числе негативизма, тревожности, депрессивности, беспокойства, расторможенности и пр.;
- развитие творческого потенциала личности : создание позитивного настроения, усилении конструктивности поведения, способности выразить словами и осознать собственных действий, мыслей, чувств, развитию продуктивности и контактности во взаимоотношениях с людьми, в возможности осуществить саморегуляцию и саморазвитие, стать целостной личностью: физически и психически здоровой.

Этапы работы:

1 этап — разогрев:

Цель : помочь каждому участнику подготовиться к работе.

Материалы: художественная литература

Используемые приемы организации библиотерапевтической работы:

Громкое чтение литературного произведения (диалоги по ролям):

громкие чтения относятся к наиболее плодотворным способам общения, психолог дает возможность показателям социальных услуг то, что ускользает из их поля зрения при самостоятельном чтении.

Особенности устной речи – экспрессия, интонация, выделяющие главное в тексте или то, что осталось бы не выявленным при самостоятельном чтении, – облегчает человеку процесс восприятия. Во время громких чтений психолог может сразу увидеть и почувствовать непосредственную реакцию проживающих граждан на прочитанное.

Групповое обсуждение с использованием «Метода Дельфина»:

обсуждение произведения устремляется то в глубину произведения, то возвращается к жизненным ситуациям. Размышления проживающих граждан о конкретном произведении активизируются постановкой вопросов со стороны психолога. Важно связать новый опыт с реальной жизнью (проанализировать вместе с проживающими гражданами, в каких жизненных ситуациях они могут использовать тот опыт, который приобрели сегодня). Нужно больше опираться на чувства, эмоции и переживания людей, избегать менторского тона, желания поучать. Обсуждение требует от психолога не только глубокого проникновения в произведение, но и умение так организовать общение людей, чтобы у

каждого обучающегося возникло желание самому высказаться, оценить рассказ, сказку или стихотворение, и её отдельные стороны, отстаивать своё суждение в споре или присоединиться к коллективному мнению.

Пересказ прочитанного произведения от первого лица и от имени различных персонажей литературного произведения. Между людьми выбираются и распределяются персонажи, от имени которых и рассказывается произведение. Каждая новая литературная версия обсуждается всеми членами группы. Оказывается, что не всем проживающим под силу понять позицию подлинного героя: принять ответственность за драматически сложившиеся обстоятельства, осознать необходимость его действий. Легче эти негативные обстоятельства не замечать или внушить «своему» герою, что и без его усилий всё будет прекрасно. Многие проживающие игнорируют негативные обстоятельства или подчинялись сложившейся ситуации, считая её нормой.

Творческие задания: сочинение рассказов, написание отдельных сцен и эпизодов, придумывание будущего героев. Человек со-размышляет вместе с автором, со-участвует в действии, став автором собственных сочинений, он легче поймёт других авторов. Интерес человека к чтению вырастает из их собственного сочинительства, из потребности высказаться и быть услышанными. Истории, сочиненные проживающими могут быть разными: одни содержат выход из трудной ситуации, другие «выплёскивают» свои эмоции, третьи кричат о помощи. В последнем случае с проживающими проводятся индивидуальные консультации.

Метод «иллюстрирования литературного произведения» включает выполнение инструкции выступить в роли художника-иллюстратора. Проживающим предлагается выбрать эпизод, героев рассказа, сказки и изобразить их в цветном или чёрно-белом варианте. Люди рисуют, выбирают различные цвета, вызванные прочтением произведения. Оформлять в общую композицию индивидуальные рисунки. Одним из ведущих направлений библиотерапии была выбрана «сказкотерапия». Причины, по которым сказкотерапия в рамках программы библиотерапии в работе с людьми стала ведущей, состоит в следующем: Сказка – импонирует сознанию, в котором весь мир одушевлен и чудесен. Сказка дает первые представления о возвышенном и низменном, прекрасном и безобразном, нравственном и безнравственном. Сказка, раскрывая разные жизненные сценарии, формы поведения и взаимодействия героев, побуждает читателя делать самостоятельные выводы. Сказка побуждает читателя сравнивать себя с положительным героем, разделять его судьбу, перевоплощаться в него и тренировать себя в этой роли. Сказка трансформирует героя, превращая слабого в сильного,

маленького во взрослого, наивного в мудрого, этим самым открывает перспективы собственного роста. Проведение библиотерапии и сказкотерапии требует от психолога тщательно разработанных занятий, каждое из которых тесно связано с предыдущим и последующим занятиями.

Требования к библиотерапевтическому занятию:

- непосредственная связь художественного произведения с жизненным опытом читающего и жизнью окружающего мира;
- эмоциональность занятия, вызванная содержанием книги;
- осмысление прочитанного, пересказ для развития связной, выразительной, образной речи;
- словесное рисование, инсценировка литературного произведения, ролевая игра.

Структура занятий:

1. Приветствие.
2. Вводное упражнение, на котором посредством заданий создаётся настрой на совместную работу.
3. Повторение – закрепление опыта прошлых занятий.
4. Рассказ (показ) нового произведения (сказки, рассказа, стихотворения).
5. Задание для закрепления полученного материала (выполнение рисунков, лепки, составление общего плаката)
6. Завершающее упражнение для окончания занятия. Занятия по библиотерапии будут проводиться в групповой форме.

Этапы работы:

1 этап

Цель:

Создание игровой доверительной атмосферы в группе. Установление межличностных контактов между получателями социальных услуг . Знакомство с правилами группы .

Содержание занятия :

1. Приветствие упражнение «Мой сказочный герой»
2. Упражнение «Сочиняем сказку», «Жили-были...»
3. Разминка (голосовая, телесная, мимическая)
4. Упражнение «Шустрики – мямлики»
5. Игра «Ручеек по выбору»
6. Заключение занятия «Сказочные дома»

Оборудование :

Для каждого проживающего гражданина лист бумаги с изображением домика и грустные и веселые «лица»

2 этап**Цель:**

Снятие эмоционально напряжения, профилактика страхов .

Содержание занятия :

1. Приветствие (частями тела)
2. Упражнение «сказочные герои»
3. Чтение сказки «Сказка про Чебурашку»
4. Разминка (голосовая, телесная, мимическая)
5. Упражнение «Чего я боюсь» (прорисовка страхов, Формирование у получателей социальных услуг положительных эмоциональных реакций в отношении себя, своей внешности, желания нравиться себе и другим людям, способствовать раскрепощению человека)
6. Игра «Я – хороший!»
7. Заключение занятия «Сказочные дома»

Оборудование : Листы бумаги, карандаши .

3 этап**Цель:**

Формирование у получателей социальных услуг положительных эмоциональных реакций в отношении себя, своей внешности, желания нравиться себе и другим людям, способствовать раскрепощению человека .

Содержание занятия :

1. Приветствие «Поменяйтесь местами те кто ...»
2. Релаксация «Здравствуй Я, мой любимый»
3. Чтение сказки «Гадкий утенок», обсуждение.
4. Разминка (голосовая, телесная, мимическая)
5. Задание «Автопортрет»
6. Заключение занятия «Сказочные дома»

Оборудование :

Музыка для релаксации, листы бумаги, карандаши .

4 этап**Цель:**

Формирование у проживающих граждан положительных эмоциональных реакций в отношении себя, своей внешности, желания нравиться себе и другим людям, способствовать раскрепощению человека.

Содержание занятия :

- 1.Приветствие, упражнение «Какой Я, выбери»
2. Чтение сказки «Золушка»
3. Разминка (голосовая, телесная, мимическая)
4. Рисунок «Я в будущем»
5. Заключение занятия «Сказочные дома»

Оборудование :

Листы бумаги разделенные на две части + и -;
Листы бумаги, карандаши, музыка .

5 этап**Цель:**

Развитие у получателей социальных услуг чувства уверенности в себе, в собственных силах, актуализация потенциала каждого получателя социальных услуг , его достоинств .

Содержание занятия :

- 1.Приветствие (кивком головы)
2. Чтение сказки «Сказка о маленьком ежике». Обсуждение.
3. Разминка (голосовая, телесная, мимическая)
4. Упражнение «Цветик- семицветик»
5. Заключение занятия «Сказочные дома»

Оборудование :

Серединки и лепестки «цветика- семицветика», бумага и карандаши .

6 этап

Цель: Развитие у получателя социальных услуг чувства уверенности в себе, в собственных силах, актуализация потенциала каждого получателя , его достоинств .

Содержание занятия :

- 1.Приветствие «Добрый день!»
2. Чтение сказки «Дюймовочка». Обсуждение.
3. Разминка (голосовая, телесная, мимическая)
4. Упражнение «Назови свои сильные стороны»
5. Заключение занятия «Сказочные дома»

Оборудование :

рисунок домика с окошками по количеству участников .

7 этап

Цель:

Развитие у получателей социальных услуг чувства уверенности в себе, в собственных силах, актуализация потенциала каждого получателя, его достоинств.

Содержание занятия :

1. Приветствие, «Поймай взгляд»
2. Чтение сказки «Дикие лебеди». Обсуждение.
3. Упражнение «Закончи предложение»
4. Заключение занятия «Сказочные дома»

Оборудование :

рисунок домика с окошками по количеству участников.

8 этап

Цель:

Обучение получателей социальных услуг адекватным способам и приемам выражения негативных эмоций, техникам конструктивного решения конфликтов.

Содержание занятия :

1. Приветствие. Прослушивание песни Шаинского «Добрым быть совсем не просто»
2. Упражнение «Говорят не только слова»
3. Чтение сказки «Заяц с рюкзаком». Обсуждение
4. Упражнение «Ругаемся овощами»
5. Упражнение «Разыгрывание ситуаций»
6. Заключение занятия «Сказочные дома»

Оборудование :

рисунок домика с окошками по количеству участников.

9 этап

Цель:

Обучение получателей социальных услуг адекватным способам и приемам выражения негативных эмоций, техникам конструктивного решения конфликтов.

Содержание занятия :

1. Приветствие, упражнение «Ветер дует на...»

2. Чтение сказки «Зимовье зверей». Обсуждение.
3. Упражнение «Рукавички»
4. Задание «Новоселье»
5. Заключение занятия. Подведение итогов.

Оборудование :

рукавички из бумаги, рисунок домика с окошками по количеству участников