А.Е. Алексейчик в «Руководстве по психотерапии» предлагает перечень жанров литературы, расположенных по степени их важности для библиотерапии, и дает им краткие характеристики:

— **специальная медицинская литература** имеет первостепенное значение в библиотерапии, так как способна дать читателю знания, которые ему особенно важны для успокоения, контроля и др. Основные задачи этой литературы: давать достаточные для правильной, оптимистической ориентации знания, устранять неправильные представления о заболевании, стимулировать общую активность.

**— философская литература** помогает человеку получить разностороннее представление о себе, других людях, мире в целом, понять неизбежность разницы и определенного конфликта между внешним, реальным миром и внутренним субъективным, между тем, что может быть, должно быть и тем, что есть. Это понимание приносит успокоение, удовлетворение.

— **духовная литература** содержит большой объем информации, жизненный опыт. Такая литература крайне важна для верующих. Она помогает понять окружающий мир и место человека в этом мире. Ориентируя на любовь к окружающей среде и всему живому в ней, эта литература способствует укреплению жизнелюбия, добра и понимания предназначения человека на земле. Книги такого рода благотворно влияют на душу и состояние здоровья, помогают переосмыслить жизненные позиции, и, как показывает практика, книги таких авторов, как М. Норбеков, В. Мегре, Э. Мулдашев и других, пользуются спросом в библиотеках.

— **биографическая и автобиографическая литература**, описывая яркие личности,их выдающиеся достижения и жизненные трудности, помогает читателю быстрее и лучше понять себя, свои трудности. Биографии великих людей дают примеры преодоления физической немощи, созидания себя, своей жизни, своего счастья. Такую литературу, дающую оптимистический настрой, необходимо иметь в библиотеках. Опыт доказывает, что эффективнее всего действуют краткие, яркие биографии (50–70 стр.) за исключением биографий наиболее выдающихся людей, со сложными жизненными позициями таких, например, как Л.Н. Толстой, Ф.М. Достоевский.

— **классическая русская литература** обладает огромными возможностями самого различного воздействия. Часто приходится ограничиваться небольшими, малоизвестными произведениями, избегая популярных, учитывая, что они ранее уже были прочитаны, изучались в школе и с ними связаны определенные ассоциации, которые приходится преодолевать.

— **критическая литература и публицистика** дают общие представления о писателях, произведениях, помогают лучше в них разобраться, открыть для себя новое содержание. Уместно использовать и современную литературную критику таких авторов, как Ч. Айтматов, Ю. Нагибин, Л. Озеров, В. Розов, В. Солоухин и др.

**— юмористическая и сатирическая литература** позволяет читателям более свободно выражать себя в трудных ситуациях. Может научить технике более

совершенного общения, например, полушутливо выражать просьбы, избегая тем самым чувства неловкости при отказе, давать возможность подшутить над собой и этим укреплять уверенность окружающих в себе и др.

**— фольклор, сказочная литература з**накомит людей с мировоззрением народа. Используется, преимущественно, в библиотерапевтической работе с детьми.

**— научно-фантастическая литература**, доводя до крайностей некоторые свойства человека, ситуации, отношения, позволяет лучше понять и принять крайности своих ощущений, чувств, влечений.

**— детектив, приключенческая литература** занимает значительное место в библиотерапии, благодаря целому ряду своих особенностей. В первую очередь — это популярность и доходчивость. В детективе конденсируются, высвечиваются многие обыденные жизненные явления, обычно остающиеся в тени. Для библиотерапии благоприятны следующие особенности: большое внимание негативным чувствам, тренировка интуиции, таинственность как способ познания действительности, или даже обязанность читателя подозревать всех, разоблачение романтического понимания жизни, морали, порядочности, демонстрация того, что за красивым фасадом нередко скрывается грязь и корысть. Она побуждает читателя к смелости, риску, находчивости. Все это касается, естественно, только хорошей, классической детективной литературы.

**— драматургия** на некоторых читателей может оказывать особенно сильное влияние, благодаря большей концентрированности действия, наглядности. При чтении пьесы читателю нередко легче отождествиться с действующим лицом, чем при чтении романа. Пьеса нередко лучше учит читателя диалогу, правилам общения, оставляет читателю больше свободы для самостоятельного творчества.

**— педагогическая литература** может применяться наряду со специальной научной — в аспектах тренировок, коррекции, формирования и развития различных качеств, умений, преодоления конкретных трудностей.

**— юридическая литература** дает возможность разобраться в причинах многих видов неправильного поведения, как своего собственного, так и окружающих.

**— узкопрофессиональная литература** может дать очень ценный материал благодаря возможности перенести опыт высокого профессионализма в практическую психологию, бытовые ситуации. Достаточно ярким примером такого воздействия на читателя может служить практическое применение «Дипломатического церемониала и протокола» Дж. Вуд и Ж. Серре в некоторых бытовых ситуациях и отношениях, изучение смысла, ценности тех или иных элементов церемониала.

Библиотерапия – перспективное направление терапии, которое необходимо развивать и использовать для блага клиентов. При совместном взаимодействии медицинских работников, психологов, психотерапевтов, психиатров, библиотекарей, социологов и представителей некоторых других профессий, можно получить наиболее полный эффект данной методики.

**СЛАЙД 1**

**Библиотерапия как метод психологической работы со студентами**

Термин «библиотерапия» появился в начале XX века в США, когда американские учёные разработали методы врачевания книгами.

Использование чтения книг с лечебной целью началось в России еще в XIX веке: в 1927 году в психотерапевтическом диспансере, потом в Харьковском психоневрологическом госпитале начали применять библиотерапию в лечении пациентов, в 1836 году.

**СЛАЙД 2**

Профессор М.П. Кутанин был активным пропагандистом нового метода лечения и ввёл термин "библиотерапия" в широкий научный оборот.

**СЛАЙД 3**

Библиотерапия – психотерапевтическая методика, помогающая клиенту позитивно перестроить собственную личность через его контакт со специально подобранными различного рода литературными произведениями. В данной терапии используется коррекционное чтение, которое отличается своей направленностью на различные психические состояния, процессы и свойства личности.

Способность художественного текста передавать чувства и мысли человека, оказывавшегося в трудной ситуации, используются в библиотерапии. Этот метод призван помочь студенту понять и изучить «типологию характеров в литературе, искусстве, чтобы найти себя как читателя, зрителя в человеческой культуре, утвердиться и таким образом в собственной индивидуальности».

**СЛАЙД 4**

Составлены списки произведений, которые рекомендуются при определенных пограничных состояниях, для коррекции отношений между родителями и детьми, для уменьшения подростковых фобий или неврозов, для повышения самооценки, вывода из депрессии.

Очень важно, чтобы специалист подбирал литературу и наблюдал в дальнейшем за результатом и реакцией психики студента. Психолог, учитывая индивидуальные предпочтения, непереносимость тех или иных направлений произведений в литературе, помогает студенту обсудить вместе прочитанное, «побеждать своих скелетов в шкафу» и находить выход из кризиса.

**СЛАЙД 5**

При подборе книги нужно учитывать:

- максимально-возможное сходство ситуации, описываемое в книге с жизненной ситуацией клиента;

-доступность изложения книги клиенту - наличие специфических знаний, фактов, позволяющих находить суть, причину явлений, быть независимым от авторитетов;

- герой произведения должен быть понятен клиенту.

**СЛАЙД 6**

Читая книги, героями которых являются яркие неординарные личности, находящиеся в трагических нестандартных ситуациях, клиент может отождествлять переживания героев со своими собственными, понять многие личностные особенности, осознать свои ошибки и посмотреть на свою жизнь глазами человека со стороны. Литература дает клиенту возможность основательно, не торопясь узнать, понять, научиться анализировать и, следовательно, контролировать свое эмоциональное отношение и свои реакции.

**СЛАЙД 7**

Достоинства данной терапии: разнообразие средств воздействия; длительность, сила впечатления, повторяемость, успокоение, удовольствия и радость, чувства уверенности в себе, веры в свои возможности, удовлетворения собой, постоянное психическое развитие личности, открывает новые возможности для духовного роста, развивает у человека способность противостоять беде, укреплять силу воли, повышать его образовательный уровень и др.

Есть несколько ограничений для библиотерапии. Чтение – лечение не назначают клиенту с серьёзным расстройством психики. Деликатно подбирают литературу для страдающих депрессией, чтобы не ухудшить ситуацию.

Библиотерапия – перспективное направление терапии, которое необходимо развивать и использовать для блага клиентов. При совместном взаимодействии медицинских работников, психологов, психотерапевтов, психиатров, библиотекарей, социологов и представителей некоторых других профессий, можно получить наиболее полный эффект данной методики.

**СЛАЙД 8**