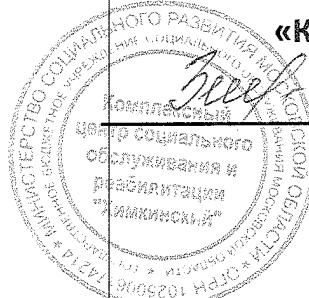


Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания  
Московской области «Комплексный центр социального обслуживания и  
реабилитации «Химкинский»

Утверждаю:

Директор ГБУСО МО



«КЦСОР «Химкинский»

Н. К. Зимовщикова

# Рабочая программа

«Литературное чтение»

Программа

направление творчества

«Культурные посиделки»

Срок реализации 3 месяца

Программу разработал  
Специалист по социальной работе.

С. Г. Федченко

## **Программа направления библиотерапия «Культурные посиделки»**

### **АННОТАЦИЯ ПРОГРАММЫ:**

**Библиотерапия** (терапия чтением) – это один из методов лечения, использующийся в психотерапии, в основе которого, лежит воздействие словом, специально выбранной для этого литературы, с целью нормализации психоэмоционального состояния человека.

Идея применять литературные произведения в оздоровительных целях была известна давно, над входом в библиотеку Рамзеса II располагалась надпись говорящая о том, что это «Аптека для души», в 18 веке библиотерапия распространилась в европейских психиатрических больницах, а в 19-20 веке добралась и до России. Официально термин был введен в 1916 году исследователем из Америки С. Крозерсом.

**Библиотерапия** проводится с целью продления активной фазы жизни человека. Это метод восстановления нарушенных функций мозга. Занятия снимают психологическую усталость, развивают внимание, помогают найти ответы на вопросы, повышают самооценку, вселяют оптимизм, или просто поднимают настроение.

**Библиотерапия**- в дословном переводе означает "лечение книгой" (от греч. *biblion* - книга и *therapeia* - лечение). За рубежом библиотерапия нашла применение в различных сферах общественной жизни, в большей степени в здравоохранении, являясь равноправной частью лечебного процесса. Согласно определению, принятому Ассоциацией больничных библиотек США, библиотерапия означает "использование специально отобранного для чтения материала как терапевтического средства в общей медицине и психиатрии с целью решения личных проблем при помощи направленного чтения".

Наиболее популярным среди клиентов ОДП является литературные вечера, когда в отделение приглашаются авторы книг и поэты.

### **Преимущества терапии чтением:**

- доступно в разное время;
- ничего не нужно, кроме заинтересовавшей книги;
- возможность индивидуального чтения;
- в хорошо написанных и качественных строках, нет какого – либо элемента искусственности или показного характера;
- сами книги имеют справедливое и ненавязчивое действие;
- в любое время, к чтению литературы легко вернутся.

Одним из библиотерапевтических приемов, является перечитывание понравившейся книги. Во время чтения такого произведения, читатель получает некую удовлетворенность от полноты авторского воображения, и с радостью вспоминает собственные переживания.

Библиотерапия достаточно эффективна при работе с пожилыми людьми, как больными, так и здоровыми, способными использовать литературу как

средство личного развития, самосовершенствования и облегчения адаптации к новым для себя условиям и обстоятельствам.

Реабилитационное воздействие чтения проявляется в том, что те или иные образы и связанные с ними чувства, влечения, желания, мысли, усвоенные с помощью книги, восполняют недостаток собственных образов и представлений, заменяют тревожные мысли и чувства человека для восстановления его душевного равновесия.

Прочтение и обсуждение книг всегда было и остается почвой для общения, неисчерпаемым источником познания истории и культуры всего человечества. В наши дни занятие имеет огромное значение и влияние на развитие умственных, духовных и творческих качеств личности человека.

**Предлагаемая программа «Культурные посиделки»** имеет художественно-эстетическую направленность, которая является важным направлением в развитии личности и в реабилитации людей старшего возраста. Являясь самым доступным, творчеством обладает необходимой эмоциональностью, привлекательностью, эффективностью и ненавязчивостью. Программа предполагает развитие художественного вкуса и творческих способностей.

Общедоступность в любое время, и отсутствие необходимости специальных инструментов для терапии, кроме самой книги.

Произведения воздействуют ненавязчиво и естественно.

Литература может настроить на позитивную волну, жизнелюбие, успокоить, избавить от стресса, повысить активность. Помогает разрешить проблемы личностного характера или найти ответ на мучающий вопрос.

Это отличный метод для адаптации к новым условиям.

Возможность повторно испытать положительные эмоции и чувства перечитывая книгу.

Раскрытие в человеке ореола эмоций, включая печаль, сострадание, радость воодушевление и так далее.

Улучшается работа мозга.

Тренируется аналитическое мышление.

Стимулирует мыслительные процессы; развивает фантазию, воображение, внимание и другие когнитивные функции;

Способствует ясности ума;

**Ведущая идея** данной программы — создание комфортной среды общения, развитие способностей, творческого потенциала пенсионеров и инвалидов и их самореализации.

### **Основная цель:**

- Погружение в образ главного героя произведения.
- Эмоциональная разрядка.
- Корреляция самооценки.

- Исправление отношения и поведенческих шаблонов.
- Появление вкуса жизни и оптимизма.
- Отвлечение от «тяжелых» мыслей и болезненных физических состояний

**Задачи:**

- изучение духовно-исторического наследия родного края и религиозной культуры;
- расширение духовно-образовательного пространства (формирование библиотечного фонда и видеотеки
- самоорганизация и саморазвитие.
- поддержание культурных ценностей
- достижение лучшего понимания пожилым человеком своих проблем
- расширение возможностей вербализации этих проблем и включение их в контекст общественно выработанного опыта.

**Обучающие:**

- Знакомить пожилых людей с основной мыслью автора
- Ораторское искусство. Умение объяснить прочитанное.
- Познание новой информации, художественных произведений

**Развивающие:**

- Развивать внимание, память, логическое и пространственное воображения.
- Развивать скорость чтения.
- Развивать художественный вкус, творческие способности и фантазию
- Развивать способность осмыслиния текста

**Воспитательные:**

- Воспитывать интерес к искусству.
- Формировать культуру речи.
- Расширять коммуникативные способности.
- Формировать культуру, учить аккуратности, умению бережно обращаться с книгой.

**Принципы, лежащие в основе программы:**

- доступность
- наглядность
- простота
- возможность всегда перечитать, переосмыслить.

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 "оазис", "убежище". Библиотерапия для таких читателей осуществляется не только с помощью книги, но и с помощью устного слова (рекомендация, информация), наглядных средств (картины, кино).

Для любого человека литература начинается со сказки, идущей из детства. Можно даже отбирать и рекомендовать не отдельную книгу, а литературный жанр.

Вообще, литературу пожилых людей и инвалидов условно можно разбить на три класса: художественная литература - проза и поэзия; публицистика и мемуаристика; автобиографии. То, что они пишут про себя и свое житие-бытие, полезно читать и их собратьям, и инвалидам и здоровым людям.

**Количество занятий:** 1 раз в неделю.

**Форма проведения:** групповая

**Место проведения:** актовый зал, библиотека.

#### **Учебный план:**

Занятия не требует от учеников большой концентрации внимания, терпения, только зрительной нагрузки. Для успешного освоения программы численность учеников в группе может колебаться от индивидуальных до групповых.

Программа рассчитана на 1 месяц.

Курс программы рассчитан на 45 часов (2,5 часа в день) в течение 18 дней заезда. Группа формируется из посетителей очередного заезда.

Время обучения	Количество часов		Кол-во учеников в группе
	В неделю	в месяц	
1 месяц	12,5	45	-

#### **Ожидаемые результаты**

Для людей пожилого возраста, было бы очень хорошо, если бы к ним попала хорошая и интересная книга, которая поможет найти выход в трудных, житейских ситуациях.

Правильно подобранная книга правдивая, жизненная и душевная литература – сможет проявить такие значимые качества, как самоуважение и желание бороться с возрастными недугами.

В результате обучения по данной программе слушатели:

- Узнают историю, познакомятся с искусством слова;

- Научатся самопознанию;
- Научатся самоконтролю;
- Разовьют мировоззрение
- Научатся грамотности;
- Будут создавать образы, фантазировать и как бы проживать сюжет за героев.
- Разовьют внимание, память, мышление, пространственное воображение; мыслительные процессы; художественный вкус, творческие способности и фантазию.
- Будут уметь красиво, выразительно эстетически грамотно говорить;
- Улучшат свои коммуникативные способности и приобретут навыки работы в коллективе.

#### **Формы подведения итогов реализации программы:**

- Наблюдение;
- Беседа;
- Проведение лекций в отделении
- Участие в городских библиотеках.

#### **Учебно-тематический план**

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Из них	
			Теория	Практика
1	Вводный блок	1	1	-
2	Книга	1	1	-
3	Осмысление	6	3	3
4	Разбор сюжета	11	2	9
5	Раскрытие замысла	12	2	10
6	Собственное творчество	6	-	6
7	Праздники и литературные часы	8	-	8
	Всего:	45	9	36

#### **Учебно-тематический план**

Тема	Теория	Практика	Всего
<b>Вводный блок</b>	<b>1</b>	-	<b>1</b>
1Общие правила поведения в библиотеке.	1	-	1
<b>Материал — книга</b>	<b>1</b>	-	<b>1</b>
2. Правила общения с книгой.	0,5	-	0,5
3. Правило выбора книги	0,5	-	0,5
<b>Чтение и беседа</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>6</b>

4. Индивидуальное прочтение	0,5	0,5	1
5. Осмысление	0,5	0,5	1
6. Разбор сюжета	0,5	0,5	1
7. Раскрытие замысла	0,5	0,5	1
8. Индивидуальная работа по подготовке беседы обсуждения.	1	1	2
<b><i>Праздники и подготовка к ним</i></b>			
Лекция-беседа	1	3	4

### **Содержание программы:**

#### **Вводный блок.**

1. Инструменты и материалы.

Знакомство с учениками – «Круг общения». Знакомство с правилами техники безопасности.

#### **Материал — книга или автор книги**

2. История возникновения книги

3. Основная мысль

Беседа она достаточно эффективна при работе с пожилыми людьми, как больными, так и здоровыми, способными использовать литературу как средство личного развития, самосовершенствования и облегчения адаптации к новым для себя условиям и обстоятельствам.

Реабилитационное воздействие чтения проявляется в том, что те или иные образы и связанные с ними чувства, влечения, желания, мысли, усвоенные с помощью книги, восполняют недостаток собственных образов и представлений, заменяют тревожные мысли и чувства человека для восстановления его душевного равновесия.

В русле "мотивационного" направления используется художественная литература. Это направление особенно бурно начало развиваться в 40-х годах XX века. В это время начали активно пропагандироваться и внедряться в библиотерапевтическую практику лучшие образцы классической и современной художественной литературы. Направление характеризуется пониманием психотерапевтической ценности художественной литературы как авторской модели действительности, преобразующей личность. Воздействие, производимое книгой в русле этого направления, можно назвать "психогигиеническим". В принципе для библиотерапии подойдет любая книга, чье содержание соответствует конкретной задаче, и конкретной проблеме.

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, 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 эмоционального реагирования, но и за счет формирования у пациента-читателя активной самостоятельной жизненной позиции, которая помогает справляться с проблемами в будущем. Иными словами, за счет возможности стать психотерапевтом для самого себя.

В некоторых случаях бывает достаточно вовремя прочесть умело подобранный книгу или рассказать, подходящую к случаю, чтобы помешать укоренению какой-нибудь дурной привычки. Это ярко и образно показывает замечательный русский писатель и врач А.П. Чехов в своем рассказе "Дома". Герой рассказа неожиданно обнаруживает, что его семилетний сын Сережа начал курить. Суровые внушения не помогают. И тогда он рассказывает сыну сказку о прекрасном и добром царевиче, который испортил здоровье курением и умер в юном возрасте, оставив родных в глубоком горе. И нехитрая, но рассказанная к месту сказка, оказывается гораздо действенней серьезных бесед. Сережа навсегда отказывается от курения. Влияние художественных произведений особенно сильно потому, что оно сохраняет приятное чувство свободы выбора решения, а не подчинение чьей-то воле.

Беседы о книгах - это чтение с пояснениями, где главная цель помочь воспринять содержание, понять главную мысль автора, обращая внимание на то, какими лексическими средствами она выражена. В процессе беседы задаются вопросы, которые побуждают выражать свое отношение к прочитанному: О чем книга? Понравилась ли она? Почему? А кто там самый хороший? А плохой? Почему этот герой поступил так? Вы бы тоже так поступили? А почему книжка так называется? и т.д.  
Беседу после чтения лучше проводить не сразу, а когда улягутся первые впечатления, если только читаемый не захочет сам сразу поделиться своими переживаниями после прочитанного.

Среди причин, по которым литература может быть использована для "терапии духа", называются следующие: отвлечение от грустных мыслей, нежелательного самокопания и страхов; снятие ненужного равнодушия или нетерпения, повышение управляемости, побуждение к рассмотрению собственных проблем со стороны; помочь в проведении времени (в больнице).

Оформление итоговой беседы. Лекции оформляются самостоятельно. Лекции читаются в актовом зале ОДП иногда с музыкальным сопровождением.

## **Техническое оснащение занятий.**

-хорошее освещение

**Для занятий необходимо иметь:**

- Наличие книг

**Правила поведения в читальном зале. Правила обращения с книгой:**

- выключите свой мобильный телефон; если вам надо позвонить, выйдите в коридор;
- старайтесь аккуратно двигать стул, когда встаёте; не шумите, когда достаёте свои вещи из сумки или когда собираетесь домой;
- сидите прямо, не разваливайтесь на стуле; читая, старайтесь не наклонять голову слишком низко: так вы сохраните правильную осанку и хорошее зрение.

Книга — это источник знаний. Из книг мы узнаём о прошлом человечества, о достижениях науки и культуры, об особенностях обычаях и нравов других народов, об увлекательных путешествиях и приключениях, о талантливых людях.

Библиотечными книгами пользуются многие ученики. Поэтому, чтобы и после вас книгу могли читать другие, обращайтесь с ней бережно:

- не мните, страницы книги (тем более не вырывайте их), не загибайте уголки страниц;
- не делайте заметок на полях книги; ничего не подчёркивайте, ничего не пишите и не рисуйте на её страницах;
- листайте книгу осторожно, стараясь не повредить её; не бросайте книгу;
- взятые домой книги возвращайте в библиотеку вовремя;
- относитесь к библиотечным книгам также бережно, как к своим собственным.

**Главное условие для атмосферы чтения — это тишина. В библиотеке должно быть спокойно и тихо, здесь нельзя мешать другим читающим, а**

**Не кричите, не шумите, не разговаривайте со своими соседями даже шёпотом!**