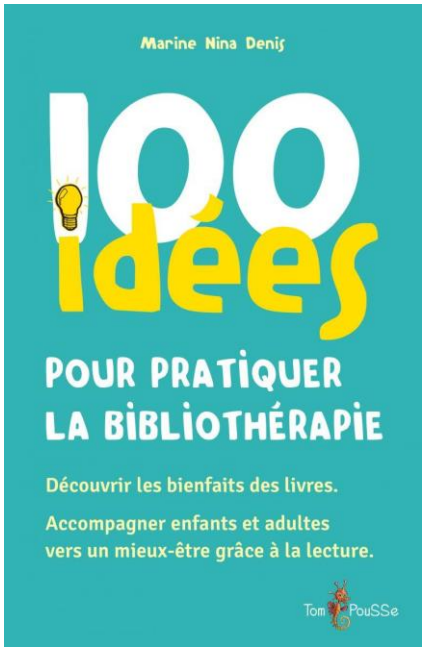

100 idées pour pratiquer la bibliothérapie

Découvrir les bienfaits des livres. Accompagner enfants et adultes vers un mieux-être grâce à la lecture.

Marine Nina Denis

Tom Pousse, 2023

ISBN : 9782353452699

Contenu

Concentration, diminution du stress, amélioration de l'humeur, développement de l'empathie, de nombreuses études démontrent les bienfaits de la lecture pour les petits et grands. Mais pourquoi lire fait-il autant de bien et comment la lecture peut-elle devenir un outil de développement personnel et d'accompagnement vers un mieux-être ?

100 idées pour pratiquer la bibliothérapie présente les bienfaits de la lecture de la naissance jusqu'à la fin de vie et propose des outils pratiques pour :

• Utiliser le livre et la lecture comme outil de médiation bibliothérapeutique ;

• Réconcilier avec la lecture les publics qui s'en sont éloignés et/ou sont en difficulté ;

• Constituer une bibliothèque bibliothérapeutique ;

• Animer des ateliers de bibliothérapie créative.

Ce livre est destiné aux soignants, thérapeutes, professionnels de l'enfance et du livre et à tous les passeurs de livres qui souhaitent utiliser la bibliothérapie pour accompagner enfants et adultes et compléter leur « boîte à outils ».

Sujets

Bibliothérapie

Mieux-être et lecture

Développement personnel