

Краевое государственное автономное учреждение культуры
культурно-социальный комплекс
"Дворец Труда и Согласия им. А.Н. Кузнецова"



**Социально-культурная реабилитация инвалидов:
от терапии искусством к творческому развитию личности**

Материалы практической конференции

г. Красноярск, 2020 г.

Социально-культурная реабилитация инвалидов: от терапии искусством к творческому развитию личности: материалы краевой практической конференции «Социально-культурная реабилитация инвалидов: от терапии искусством к творческому развитию личности» (27 ноября 2019 года, г. Красноярск). Красноярск: КГАУК КСК «Дворец Труда и Согласия им. А.Н. Кузнецова», 2020, 40 стр.

В сборнике представлены статьи участников краевой практической конференции «Социально-культурная реабилитация инвалидов: от терапии искусством к творческому развитию личности», прошедшей 27 ноября 2019 года в Красноярске. Дается всесторонний анализ методологических подходов, технологий и практического опыта вовлечения инвалидов в социально-культурную деятельность и художественное творчество

Составитель и ответственный за выпуск
Вичулене Екатерина Викторовна –
заведующий отделом по работе с инвалидами
КГАУК КСК «ДТиС им. А.Н. Кузнецова»
e-mail: vichulene@kdk.krsn.ru
8(391) 229-93-67

Содержание

Вичулене Е.В. Методы социокультурной реабилитации инвалидов.....	4
Попкова Е.С. АРТ-ДВОР: реабилитационное событие для семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями	8
Карпова Т.Б. Танец как метод социокультурной реабилитации детей с ограниченными возможностями	12
Зернова С.В. Театр моды «Бархатный возраст»	15
Пермякова С.И. Некоторые практики социокультурной деятельности Красноярской краевой специальной библиотеки — центра социокультурной реабилитации инвалидов по зрению	19
Михеева Г.Г. «Умная гимнастика» как эффективный способ социально-психологической реабилитации инвалидов	25
Гореева Л.В. Регуляция эмоционального состояния и оптимизация настроения у людей с особыми возможностями здоровья «Манная Фантазия»	29
Анищенко Г.В. Практическая работа с незрячими и слабовидящими детьми фольклорного отделения детской школы искусств п. Дубинино	33
Зебзеева Н.Ю. Социокультурная реабилитация инвалидов в условиях социально-реабилитационного отделения. Опыт работы	36

Методы социокультурной реабилитации инвалидов

Вичулене Екатерина Викторовна —
заведующий отделом по работе
КГАУК КСК «Дворец Труда и
Согласия им. А.Н. Кузнецова»

В последние годы в стране и крае наблюдается устойчивый рост числа людей с ограниченными возможностями жизнедеятельности. В связи с этим инвалидность как социальное явление становится проблемой не одного человека, а общества в целом. По данным ООН, возникновению инвалидности в основном способствуют такие причины как: ухудшение экологической обстановки, неблагоприятные условия труда, рост травматизма, отсутствие возможностей для здорового образа жизни, высокий уровень заболеваемости родителей.

Как отмечается в Законе «О социальной защите инвалидов» в Российской Федерации: «инвалид — лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеванием, последствием травм или дефектами, приводящее к ограниченной жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты».

Ограничения жизнедеятельности — полная или частичная утрата лицом способности или возможности осуществлять самообслуживание, самостоятельно передвигаться, ориентироваться, общаться, контролировать свое поведение, обучаться и заниматься трудовой деятельностью.

В конвенции о правах инвалидов понятие «инвалидность» рассматривается как взаимодействие между состоянием данного индивидуума (например, находящегося в инвалидной коляске или страдающего нарушениями зрения) и факторами среды обитания (например, негативного отношения или недоступности зданий), которые вместе приводят к инвалидности и отрицательно влияют на участие индивида в жизни общества.

Проблема социальной реабилитации инвалидов и их адаптации к условиям жизни в обществе является одной из основных граней злободневных проблем современного социума. Дополнительную остроту и важность в данном вопросе приносят изменения в подходах к людям с

ограниченными возможностями здоровья. Процесс реабилитации этой категории граждан к основам жизнедеятельности общества изучается на современном этапе развития социальной работы. Реабилитационные процессы определяют эффективность тех коррекционных мероприятий, которые предпринимают специалисты, работающие с инвалидами.

Социокультурная реабилитация — это целостный комплекс мероприятий и процесс, имеющие целью помочь инвалиду достигнуть и поддерживать оптимальную степень участия в социальных взаимосвязях, реализации культурных интересов и запросов, что обеспечивает ему средства для позитивных изменений в образе жизни и полную интеграцию в общество за счет расширения рамок его независимости.

Наряду с тем, что социальный опыт, связанный с инвалидностью, на сегодняшний день недостаточно сформирован, нарушается гармония отношений инвалидов с окружающей средой. Из этого следует, что имеется необходимость формирования нового актуального опыта, во многом отличного от прежнего. Основная цель социокультурной реабилитации — создание путей восстановления связи между инвалидом и окружающей средой за счёт развития у него умения пользоваться новыми способами ориентации. Социокультурная реабилитация позволяет связывать приобретаемые знания и навыки с определенными составляющими формами жизнедеятельности: жизнеобеспечением, социальной коммуникацией, рекреацией и социализацией.

Проведенный анализ позволяет констатировать, что в настоящее время процесс социальной реабилитации инвалидов затруднен по следующим причинам:

- у большинства лиц с ограниченными возможностями здоровья низкий уровень удовлетворенности жизнью;
- отрицательная динамика отражается также в уровне самооценки;
- у инвалидов имеются существенные проблемы в области коммуникации с окружающими, а также во взаимоотношениях с родными и близкими;
- в эмоциональном состоянии инвалидов часто наблюдается тревожность и неуверенность в будущем, пессимистический взгляд на жизнь.

Именно благодаря современным методам социокультурной реабилитации есть большая вероятность избавиться от вышеперечисленных проблем. Социокультурная реабилитация на

сегодняшний день является одним из современных и действенных направлений комплексной реабилитации инвалидов. В связи с этим имеется необходимость в постоянном развитии и усовершенствовании подходов, форм и методов социальной работы с инвалидами.

Низкий уровень и качество жизни у большинства инвалидов сопровождаются серьезными личностными проблемами, обусловленными дезадаптивностью этих людей в быстро меняющейся социокультурной среде.

Жизнь человека невозможна без непредвиденных изменений. К сожалению, эти изменения невозможно предугадать и заранее подготовиться к адаптации в новых условиях. Поэтому для каждого индивида важно быть готовым к критическим периодам, поворотным моментам, сознательному пересмотру своей жизненной позиции в новых обстоятельствах. Это необходимо для подготовки к полноценной активной реабилитации, которая приведет к положительному результату. Как показывает практика, инвалиды находятся во власти тех или иных обстоятельств, которые не позволяют личности раскрыть свой потенциал в полной мере. Поэтому лица данной категории особо нуждаются в четко спланированной и научно-обоснованной системе социально-педагогических и психологических мер, направленных на формирование у них самостоятельности суждений и действий, навыков труда и культуры поведения, достойного духовно-нравственного облика, умения рационально организовывать свой досуг. Подготовив человека с ограниченными возможностями к участию в досуге, можно помочь ему адаптироваться в общественной жизни. Проблема адаптации инвалидов в социокультурную жизнь общества предусматривает разработку и реализацию специальных действенных технологий социальной реабилитации.

Однако огромные возможности социокультурных технологий социальной реабилитации инвалидов реализуются далеко не в полном объеме. Во многих реабилитационных центрах и учреждениях культуры их использование практически не выходит за рамки тех занятий, которые ведутся со здоровыми детьми. При этом существует огромное количество разнообразных форм и методов социокультурной реабилитации.

Разнообразие методов социокультурной реабилитации дает возможность использовать их потенциал в полной мере. Хотелось бы

выделить такие методы, как: арт-терапия, музыкотерапия, библиотерапия, сказкотерапия, игровая терапия.

Вышеперечисленные методы ориентированы на помощь инвалиду в освоении коммуникативных навыков. Использование данных методов социокультурной деятельности способствует улучшению качества жизни инвалидов по показателю психосоциальной реабилитации, развивает доверие и эмпатию к людям, интерес, коммуникативную компетентность, навыки эффективного поведения в социальных ситуациях, формирование реалистичных представлений о себе, адекватной самооценки и самопринятия, расширение сферы интересов, развитие мотивации достижений успеха, формирование базового чувства безопасности.

Главная задача этого реабилитационного направления деятельности — приобщение инвалидов к культурным, духовно-нравственным ценностям, к здоровому образу жизни, гармоничное развитие на основе включения в мир искусства и культуры. Именно такие методы позволяют достичь желаемого результата в данной задаче. В основе рассмотренных методов лежит идея свободной, гармонично развитой личности, которая стремится к постоянному самоопределению, самосовершенствованию, а также приобщению к активному образу жизни.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что социокультурная реабилитация является одной из основных технологий социальной работы по достижению высокого уровня социальной жизни инвалидов. Применение методов социокультурной реабилитации — это эффективный способ изменить позицию общества по отношению к инвалидам и один из путей гуманизации общества в целом. Включение в социум людей с ограниченными возможностями здоровья можно считать одним из факторов развития современного общества.

АРТ-ДВОР: реабилитационное событие для семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями

Попкова Елена Сергеевна –
педагог-психолог отделения
социального сопровождения семей,
воспитывающих детей
с ограниченными возможностями
КГБУ СО Центр семьи «Зеленогорский»

В Центре семьи «Зеленогорский» с 2018 года функционирует отделение социального сопровождения семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями. В отделении обслуживается 92 семьи, имеющие 94 ребенка с инвалидностью. Мероприятия по комплексной реабилитации и оказанию психолого-педагогической помощи проводятся регулярно. При реализации психолого-педагогической поддержки семьи, опираясь на теоретические выводы И.И. Мамайчук и В.В. Ткачевой, выделяем для себя ряд задач:

- 1) снижение эмоционального дискомфорта родителей в связи с заболеванием ребенка;
- 2) поддержание уверенности родителей в возможностях ребенка;
- 3) формирование у родителей адекватного отношения к болезни ребенка;
- 4) сохранение адекватных детско-родительских отношений и стилей семейного воспитания.

Решить обозначенные выше задачи позволяет системный подход, который отражается в программе психолого-педагогического сопровождения семьи и включает в себя индивидуальные и групповые формы работы. Выбор методов психолого-педагогического воздействия осуществляется исходя из проблематики конкретной семьи и ребенка на основе результатов диагностического обследования.

Достаточно распространенным методом психолого-педагогического сопровождения является арт-терапия, которая может быть использована как с детьми, так и с родителями (родственниками): это работа с песком, глиной, деревом, музыкальными инструментами, художественными средствами в рамках творческих мастерских. Подобные встречи помогают родителям отдохнуть, отреагировать на

стресс и переживания, возобновить внутренние ресурсы. А для детей с ограниченными возможностями это способ осознать, что они могут создать что-то интересное своим руками. Это способствует укреплению уверенности в себе, выработке положительного отношения к труду, развитию мелкой моторики, координации движения рук, формированию мышления и воображения, развитию творческого потенциала, стабилизации эмоциональной сферы ребенка.

Реабилитационное событие мы определяем как яркое запоминающееся мероприятие, включающее в себя элементы восстановления способностей семьи и ребенка к социальной жизни.

Реабилитационное событие Арт-двор основывается на двух теоретических подходах – арт-терапевтическом и средовом. Реабилитационное событие актуально для детей с различными особенностями в интеллектуальной и эмоциональной поведенческой сферах с учетом различных медицинских диагнозов.

Арт-двор представляет собой пространство, состоящее из нескольких арт-терапевтических локаций. Приходя в арт-двор, родители и дети могут свободно передвигаться, используя все ресурсы подготовленной среды. При организации Арт-двора, мы учитываем несколько особенностей:

- Выбор – локации должны быть устроены таким образом, чтобы каждый ребенок и взрослый имели несколько вариантов деятельности, при этом каждая деятельность доступна детям с особенностями передвижения и позиционирования. В ходе события семья или каждый ее член может **выбирать** локацию, исходя из собственных интересов и потребностей, выбирать время, которое они проведут в той или иной деятельности, степень активности и участия, т.е. могут наблюдать или включиться в процесс.
- Мало правил, но они есть. Короткий и понятный перечень правил сообщается участникам арт-двора: **береги себя, береги другого, береги пространство**. Эти простые правила с одной стороны обеспечивают безопасность участников, с другой дают максимальную свободу для реализации собственных замыслов детей и родителей.
- **Возможность пробовать** – в пространстве обязательно есть локации с непривычной, нестандартной деятельностью, например,

создание на стене картины при помощи шариков с краской, брошенных в стену с определенным усилием. Важно, чтобы каждый участник мог пополнить копилку ощущений при посещении события, это усиливает эмоциональный эффект, помогает отразить накопившиеся негативные эмоции приемлемым способом.

- **Скрытая терапия и безопасность** – семьи видят реабилитационное событие именно как «событие». Для них не очевидны наши психолого-педагогические задачи, это позволяет снять эмоциональное напряжение и просто быть рядом с ребенком или удовлетворять через арт-терапию свои потребности. В ходе события психологи и педагоги не дают оценки продуктам труда, не интерпретируют и не выдают диагностических заключений – это позволяет детям и родителям расслабиться и получать удовольствие от процесса.
- **Творчество** как процесс создания чего-то личного без заданного контекста. Участники сами решают, что они делают на каждой конкретной локации. Педагог демонстрирует возможности, а далее дети и родители руководствуясь внутренними порывами, выбирают, что, как и чем они делают.

Локации могут быть самыми разными в зависимости от задач психолого-педагогического сопровождения и возможностей организаторов.

Локация с красками и различными инструментами для рисования, а также несколькими вариантами поверхностей традиционно становится самым ярким местом двора. Для ее организации необходимы: кисти разных размеров (в том числе малярные), валики, губки, шарики, щетки. На стены и пол наклеиваются обои, чтобы максимально увеличить площадь поверхности для рисования.

Локация с песком включает в себя песочницы с кинетическим песком, манкой, а также большую песочницу обычного песка. На этой площадке можно не только строить фигуры, но и экспериментировать с телом: оставлять следы, закапываться в песок, закапывать друг друга, прятать и искать клады.

Локация с аквагримом дает возможность поэкспериментировать с рисунками на своем лице, руках, а также на лице и теле другого человека.

Площадка полезна детям с сенсорной дезинтеграцией, расстройствами поведения по типу РАС. Способствует налаживанию коммуникации и взаимодействия.

Отслеживая эффективность и результативность проведения реабилитационного события, учитываем ряд критериев: проявление положительных эмоций, активность, взаимодействие с другими детьми и взрослыми. Наблюдая за детьми в процессе реализации, мы получили результаты, представленные на рисунке 1.

По критерию «Проявление положительных эмоций» до проведения реабилитационного события 20%, а после проведения 80% участников демонстрировали положительные эмоции. Количество участников, проявляющих активность и включающихся в процесс, за время проведения мероприятия увеличилось с 25 % до 85%. Инициаторами взаимодействия стали 68 % участников реабилитационного события. Исходя из выше перечисленного, можно сделать вывод о наличии положительной динамики.

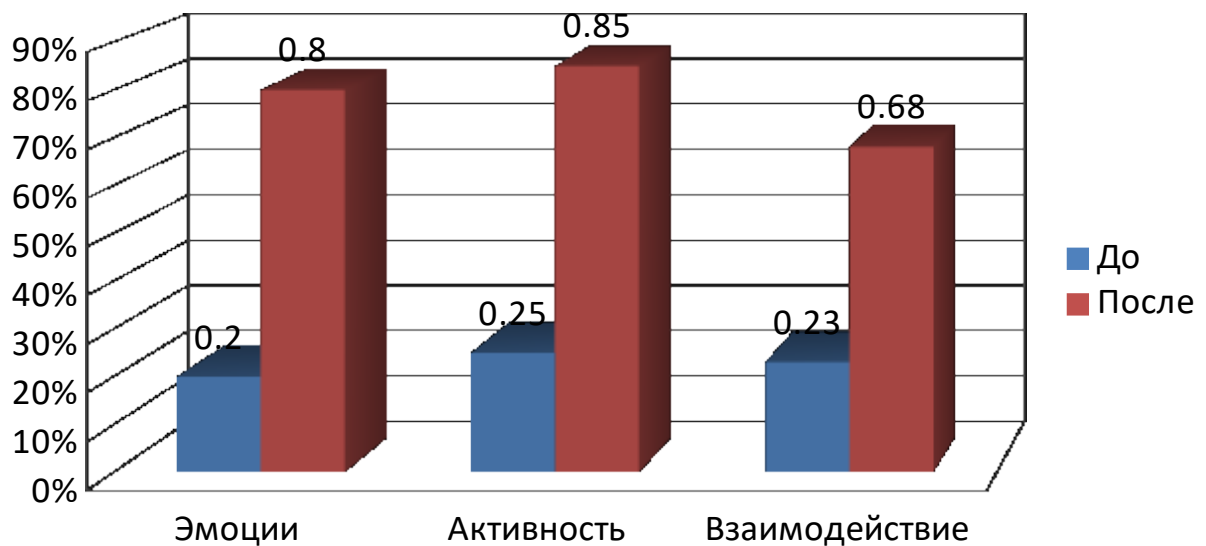


Рис. 1. Динамика показателей результатов участников реабилитационного события Арт-двор

Подводя итог, необходимо отметить, что являясь частью программы сопровождения семей с детьми с ОВ, реабилитационное событие Арт-двор влияет на снижение эмоционального дискомфорта у родителей в связи с заболеванием ребенка, помогает продемонстрировать родителям возможности ребенка и поддержать их уверенность в ребенке,

повышает уровень адекватности отношения родителей к болезни ребенка, позволяет поддерживать оптимальные детско-родительские отношения.

Танец как метод социокультурной реабилитации детей с ограниченными возможностями.

Карпова Татьяна Борисовна –
музыкальный руководитель
КГБДОУ «Березовский детский сад»

Главная задача социокультурной реабилитации детей с ограниченными возможностями – это приобщение их к культурным, духовно-нравственным ценностям, к здоровому образу жизни. Социокультурная реабилитация детей с ОВЗ в настоящее время остается одним из приоритетных направлений педагогики.

Наш коллектив осуществляет свою педагогическую деятельность в КГБДОУ «Березовский детский сад», для детей с тяжелыми нарушениями речи и детей с нарушениями слуха.

Социализация включает в себя разнообразную детскую деятельность: игровую, коммуникативную, познавательную, исследовательскую, творческую, проектную.

В целях наиболее эффективной помощи детям с ограниченными возможностями в настоящее время широкую популярность приобретает реабилитация с помощью танца, которая способствует развитию потенциальных способностей, уверенности в себе и развитию коммуникативных способностей.

Для ребёнка с особыми образовательными потребностями танец является одним из самых привлекательных видов деятельности, возможностью выразить эмоции, реализовать свою энергию через общение со сверстниками и взрослыми. Танец, так же как и музыка, обладает уникальной возможностью воздействия на мировоззрение ребёнка. Музыка и танец, сопровождая человека с первых дней и на протяжении всей жизни, оказывают очень большое влияние на духовное развитие. В.А. Сухомлинский говорил: «музыкальное воспитание — это не воспитание музыканта, а прежде всего воспитание человека».

Танцы — это одно из любимейших занятий в нашем детском саду. Танцую, наши дети настолько переполнены жизненной энергией, что абсолютно не могут усидеть на месте, и обязательно из всех видов деятельности предпочитают ту, где можно подвигаться.

Человеку без слуха очень сложно даётся правильная координация движения. Но если хочешь состояться в жизни – танцуй! Для глухих детей это сопряжено с интеллектуальной работой. Они считают про себя такты, запоминают последовательность движений не под музыку, а под счет. Им требуется помощь педагога, который задаёт ритм и темп.

Музыкальный руководитель выступает в роли «суфлера – сурдопереводчика», находится перед сценой и четко сигнализирует начало каждой музыкальной фразы, нового движения. Есть моменты, когда дети должны обязательно смотреть на «суфлера», это четко отрабатывается, никакого экспромта быть не может. «Вот сейчас ты смотришь и ждешь моего сигнала, а дальше ты сам пошел», — поясняет музыкальный руководитель. Только на память или на звуковые вибрации полагаться нельзя, можно легко сбиться.

Готовый танец – это очень трудоемкая работа. Чтобы увидеть хороший результат, необходимо затратить много времени. Глухие дети, выступая на краевых и районных конкурсах, танцуют в первой линии со слышащими танцорами. Могут вообще без слышащих. Иногда детям хочется обернуться и посмотреть, правильно ли они всё делают. Это при том, что у некоторых хорошее развитие остаточного слуха и танцуют они давно, но все равно иногда чувствуют себя неуверенно.

«Я не скажу, что возникают огромные сложности в работе с детьми. То есть разницы особой между группой детей, которые слышат, и которые не слышат, я не вижу. Ребята также чувствуют движение, выполняют вместе со слышащими. Когда они почувствуют внутри себя вот этот ритм музыки, они могут выполнять и без «суфлера».

Замечено давно: лишённые слуха люди (а дети и подавно) необычайно легко «считывают» информацию о характере человека с его лица. Устойчивое мимическое выражение лица собеседника для таких людей, словно открытая книга. Глядя на мое лицо, они знают, верно или не верно танцуют, какое движение следующее.

В глухих и слабослышащих детей закладываю двигательную базу. Сначала без музыки. Движения разбиты на такты, выполняются на счет. Впрочем, занятия по хореографии не обходятся совсем без музыки.

Конечно, дети не слышат её так, как обычные люди. «Но воспринимают...», - говорят специалисты. Поэтому музыка звучит и во время репетиций.

Для желающих научиться танцевать, отсутствие слуха – не препятствие. «Они чувствуют и слышат начало этой музыки, тональность, вибрации. Низкие вибрации очень хорошо воспринимают, высокие сложнее, но некоторые дети их тоже воспринимают».

Поэтому и занятия по хореографии в нашем детском саду, которые обычно проходят под веселую музыку, кажутся малышам заманчивыми и привлекательными. Танцуют дети не только на музыкальных занятиях, но и в течение всего дня: на зарядке, в перерыве между занятиями, на прогулке, после сна, а на клубном часе бывают дискотеки. К каждому празднику у нас всегда готов новый хореографический номер танцевальной группы «Солнышко».



Ежегодно мы принимаем участие в краевых и районных творческих конкурсах: «Таланты без границ», «Весенняя капель». В Межрегиональном этапе VI Международного благотворительного танцевального фестиваля «Inclusive Dance Siberia», который проходил в г. Красноярске, где танцевальный коллектив «Солнышко» стал дипломантом в номинациях «Народный танец» и «Эстрадный танец», а также завоевал специальный приз за артистичность!

Театр моды «Бархатный возраст»

Зернова Светлана Валентиновна –
заведующий социально-
реабилитационным отделением
КГБУ КЦСОН «Железногорский»

Речь пойдет о театре моды для людей с повышенными потребностями, об их социальной культурной реабилитации.

Политика нашего учреждения полностью направлена на социализацию клиентов с инвалидностью. Мы хотим им дать возможность преодолеть свои настроения ненужности, применить свой опыт и знания, показать и реализовать свои таланты, умение приспособиться жить среди здоровых людей. Создать для инвалидов условия для творческого дружественного коллектива, где они могут оказывать друг другу посильную помощь, совместно отстаивать свои права на равноценную жизнь, суметь реабилитировать себя в обществе, используя для этого огромное разнообразие мероприятий: культмассового, образовательного характера, прикладного творчества. Хотим дать возможность показать себя людьми умелыми, умными, способными на большие дела, что в свою очередь поднимает здоровый дух инвалидов, повышает их самооценку и самоуважение.

Театр моды «Бархатный возраст» создан в 2011 году как один из элементов, составляющих социокультурную реабилитацию клиентов социально-реабилитационного отделения.

Что же это такое «театр моды»?

Театр моды — это симбиоз театра, режиссуры, сценографии и хореографии с модой, подиумом, нестандартным восприятием и осмыслением тенденций в одежде. Это своеобразное модельное агентство с яркими театрализованными показами коллекций на определенные темы.

Название «Бархатный возраст» придумано по аналогии с «Бархатным сезоном». Мы хотели этим сказать, что и осень жизни может быть красивой, комфортной, наполненной творчеством!

Желающие получить навыки во всех этих направлениях приходят в театр моды. Здесь они знакомятся с основами композиции костюма, постигают азы портновского мастерства и дефиле, развивают эстетический вкус, учатся подбирать свой гардероб с учётом требований моды и собственных особенностей, а самое главное – находят много друзей.

Театр моды — это коллективный труд клиентов социально-реабилитационного отделения: от эскиза до последнего шва в модели и демонстрации её на сцене.

Занятия в театре моды помогают решать следующие задачи:

- Оказывают терапевтическое воздействие. Это интеграция инвалидов в общество. Участие в творческих мероприятиях городского и краевого масштаба расширяет культурные горизонты и общий кругозор клиентов, удовлетворяет потребности в признании их достижений. Это позволяет инвалидам реализовать творческий потенциал, раскрыть внутренние возможности, почувствовать себя бодрыми, молодыми, полными сил и перспектив, а также формировать чувство собственной значимости и востребованности.

- Вторым из направлений театра моды является мимическая пластика, язык телодвижения, культура и основы актёрского мастерства, тренинги по сценическому движению. Это служит хорошей физической нагрузкой.

- Третье направление в работе театра моды «Бархатный возраст» предполагает сохранение и развитие памяти через такой вид искусства как рисунок танца.

- Также в практике нашего театра мод используется такой метод как творческие мастерские по конструированию и пошиву одежды от начальных навыков до умения самостоятельно изготавливать сложные индивидуальные изделия, выполненные в различной технике и из различных материалов, а из этого как раз и вытекает четвертое направление:

- развитие мелкой моторики, что является совокупностью скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем в сочетании со зрительной системой. Это оказывает не только стимулирующее влияние на развитие речи, но и является мощным

средством поддержания тонуса и работоспособности коры головного мозга, средством взаимодействия ее с подчинёнными структурами.

За годы работы театра моды «Бархатный возраст» было создано 9 коллекций.

Первая коллекция одежды из искусственных цветов и гофрированной бумаги «Цветочная радуга». С этой коллекции и началась история театра моды. Создавалась эта коллекция как разовое выступление на 8 марта для конкурса среди женщин-инвалидов, членов общественной организации инвалидов «Вдохновение». Все модели выполнены методом муляжного моделирования. Участницы не верили, что что-то получится, но потом просто влюбились в свои костюмы. Вместо одного выступления данная коллекция прослужила нам несколько лет. С ней мы принимали участия и в мероприятиях города – «Ночь в музее», «На паркет приглашаются» «День города», и в краевых мероприятиях и конкурсах.

Вторая коллекция вечерних платьев сделана из полиэтилена «Светский раут». Тканей у нас так еще и не было, впрочем, так же как и денег. Коллекция создавалась из подручных материалов: из мешков под мусор, шторок для ванной, разовых скатертей, пакетов.

Третья коллекция коктейльных платьев из мешковины «Раз мешок, два мешок». На складе нашелся большой рулон мешковины – это была наша первая ткань и самая многочисленная коллекция из 9 моделей. В коллектив вступили новые участники из Всероссийского общества слепых.

Четвертая ситцевая коллекция «Стиляги» (создана совместно с МООИ «Вдохновение» в рамках реализации проекта «Наше исцеление творчество и пение» по краевому гранту «Совместное партнерство во имя развития»). Театр моды с коллекцией «Стиляги» принял участие в краевом фестивале творчества инвалидов «Вера, Надежда, Любовь» 2013 года и стал лауреатом фестиваля. Также с этой коллекцией мы приняли участие в ежегодном спортивно-творческом фестивале «Северские зори» для лиц с ограниченными возможностями в ЗАТО Северск в 2014 году.

История коллекции «Стиляги» имеет продолжение. В Зеленогорске на зональном интеллектуальном турнире «Мои года – моё богатство!» команда из Железногорска называлась «Железногорские стилиаги» и выступала в этих костюмах. Помимо этого, второй год в рамках дней

старшего поколения проводилась игра КВН «Юмор без возраста», и команда «Железногорские стилиаги» дважды принимала участие. В прошлом году команда заняла 2 место и приз «Зрительских симпатий», а в этом году одержала победу! Так что данная коллекция является уже брендом.

Пятая коллекция одежды «Гости из будущего» – совместный проект с «Центром помощи семье и детям». В коллекции приняли участие три поколения: дети из детского реабилитационного отделения, подростки из театральной студии «Родники» отделения профилактики и безнадзорности и три участницы театра моды «Бархатный возраст». Эта коллекция оказалась самой недолговечной. Дети быстро выросли, разъехались.

Шестая коллекция современной одежды создана из русских платков «Ешки-матрешки» (в рамках реализации благотворительного конкурса социальных проектов «ГХК ТОП-20-2015» «От Руси до России»). Созданная коллекция была презентована в Городском дворце культуры на открытии Международной декады инвалидов. Также театрализованное представление «Ешки-матрешки» было показано на праздничном мероприятии МОИИ «Вдохновение», на Краевом фестивале творчества во Дворце Труда и Согласия (г. Красноярск), на Первом городском фестивале «Вместе мы сможем больше» (г. Сосновоборск), в МВЦ «Сибирь» на выставке-ярмарке «Дни старшего поколения 2018» (г. Красноярск).

Седьмая коллекция – вечерние платья «Времена года», изготовлена полностью из интерьерных тканей. Ткани были предоставлены спонсором – сетью магазинов для дома «Сан-Саныч».

Восьмая коллекция одежды в стиле «Милитари» – «Армия прекрасных половинок». У нас уже появился небольшой ассортимент тканей. Все они были отданы безвозмездно горожанам Железногорска.

Девятая – последняя коллекция. Ее история только начинается. Коллекция одежды в стиле «Бохо» – «Сиреневый туман». Это новая коллекция этого года, презентация которого состоится 3 декабря в Городском Дворце Культуры.

Всего за годы существования в театре моды «Бархатный возраст» занимались 27 человек. На сегодняшний день списочный состав театра моды насчитывает 15 человек. Из них 9 человек имеющие инвалидность, 6 человек – пенсионеры. Некоторые бывшие участницы сменили место

жительства, некоторые выбыли по состоянию здоровья, несколько человек, к сожалению, ушли из жизни.

Некоторые практики социокультурной деятельности Красноярской краевой специальной библиотеки – центра социокультурной реабилитации инвалидов по зрению

Пермякова Светлана Ивановна –
заслуженный работник культуры Российской Федерации,
Красноярская краевая специальная библиотека – центр
социокультурной реабилитации инвалидов по зрению

*«Творчество начинается в день твоего появления на свет»
Оскар Уайльд*

Согласно статистике Всемирной организации здравоохранения на земном шаре в настоящее время проживают около миллиарда инвалидов. По статистическим данным Пенсионного фонда Российской Федерации, на 01.01.2019 года в России насчитывается 11277668 инвалидов, что составляет 9,5 % от общего количества населения. Это люди разного возраста с особенностями физического, психического или интеллектуального развития в разной степени: врождённые или приобретённые в течение жизни нарушения зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, состояния психики, умственного развития. Все они нуждаются в специально приспособленных условиях жизни и зачастую требуют посторонней помощи.

В Красноярском крае, по данным Министерства социальной политики, на 01.01.2019 года проживают 177875 инвалидов, что составляет 7,9% от общей численности населения края.

Проблемы слепоты, инвалидности вследствие зрительных расстройств относятся к числу важнейших медико-социальных проблем государства. Обусловлено это достаточно высокой распространённостью слепоты и слабовидения среди населения. По данным Всемирной организации здравоохранения в настоящее время в мире 1,3 млрд, человек имеют стойкие нарушения зрения. В Российской Федерации 20,7 млн. населения имеют проблемы со зрением.

В Красноярском крае инвалидность по зрению среди нозологических причин не входит в число ведущих инвалидизирующих заболеваний. Доля инвалидов по зрению среди всех инвалидов составляет немногим более 3% от всех освидетельствованных граждан, но по тяжести данной нозологии является важной проблемой.

Потеряв зрение, человек может стать полностью беспомощным. Жизнь в замкнутом пространстве своей квартиры приводит к тому, что у человека, потерявшего зрение, постепенно рвётся связь с внешним миром, теряются не только любимая работа и навыки ориентирования в пространстве, но даже способность элементарного самообслуживания. Со временем у него могут появиться признаки социального иждивенчества. Однако проблемы слепоты и слабовидения преодолимы, но для этого необходимо помочь инвалиду по зрению адаптироваться к окружающим социальным условиям, изменившимся в результате потери зрения. Задача общества – преодолеть возникший в результате потери зрения комплекс неполноценности, познакомить с сообществом людей, которые адаптировались и живут полноценной насыщенной жизнью, несмотря на потерю зрения.

Социальная адаптация – это процесс интеграции человека в общество, процесс активного приспособления инвалида к условиям социальной среды, вид взаимодействия личности с социальной средой. Социальная адаптация имеет большое значение и для взрослого человека, и для ребёнка. Она происходит на физиологическом, психологическом и социальном уровнях. В результате адаптации инвалид начинает чувствовать себя уверенно и комфортно, даже в непривычных для него условиях. Социальная адаптация и реабилитация – широкое понятие, включающее в себя социокультурную реабилитацию (реабилитацию средствами культуры и искусства).

В России средства культуры стали использоваться в работе с инвалидами с начала 70-х годов XX века. В 1995 году, обсуждая на государственном уровне программу «Культура и инвалиды», министр культуры Евгений Сидоров отметил, что этот вопрос гуманный, но запущенный. Прошло более 20 лет. Огромный путь! Что же удалось сделать по данному гуманному направлению работы с инвалидами? Прежде всего произошло глубокое теоретическое осмысление проблем социокультурной реабилитации инвалидов. Появились методические рекомендации «Социокультурная реабилитация инвалидов»,

разработанные Министерством труда и социального развития Российской Федерации и Российским институтом культурологии Министерства культуры Российской Федерации под общей редакцией В.И.Ломакина, в которых даётся такое определение: «Социокультурная реабилитация инвалидов – комплекс мероприятий и процесс, имеющие целью помочь инвалиду достигнуть и поддерживать оптимальную степень участия в социальных взаимосвязях, необходимый уровень культурной компетенции и реализации культурных интересов и запросов, что обеспечивает ему средства для позитивных изменений в образе жизни и наиболее полную интеграцию в общество за счёт расширения рамок его независимости». Совсем недавно, с целью изучения и обобщения отечественного и мирового опыта работы по социокультурной реабилитации, небольшим тиражом издан сборник «Притяжение» под редакцией Леонида Тарасова, один из блоков которого носит название «Погружение в культуру». Содержание данного сборника можно бесплатно скачать на сайте ЦСА «Одухотворение» по ссылке: <http://oduhotvorenje.com/images/pritvazhenie.pdf>

В работу по социальной адаптации и социокультурной реабилитации людей с нарушениями зрения в Российской Федерации вовлечены Министерство здравоохранения, Министерство труда, Министерство образования, Пенсионный фонд, региональные ведомства, Всероссийское общество слепых, различные фонды и благотворительные организации. Известный тифлобиблиотековед А.Е. Шапошников говорил: «Подобно тому, как преданный своему служению врач спасает жизнь больному, так силы общественности призваны поддержать обездоленных физически. Помогая им обрести сокровенные силы и таланты неповторимой человеческой души».

В Красноярском крае все краевые государственные учреждения культуры в зависимости от уставной деятельности в той или иной мере проводят работу по социокультурной реабилитации людей с ограниченными возможностями здоровья. Это характерно для музеев, театров, дворцов культуры, для учебных заведений культуры, где обучаются инвалиды Красноярского края, для массовых библиотек Красноярского края. Наиболее полно используются элементы социокультурной реабилитации инвалидов по зрению в деятельности Красноярской краевой специальной библиотеки – центра социокультурной реабилитации инвалидов по зрению.

В настоящее время представление о библиотеке как о консервативном компоненте культуры уходит в прошлое. Стремясь подтвердить свою социальную значимость, разнообразить и улучшить качество предоставляемых пользователям услуг, Красноярская спецбиблиотека осуществляет многофункциональную культурологическую деятельность не только для людей с патологией органа зрения, но и для маломобильных граждан из числа инвалидов других категорий. Услугами библиотеки пользуются почти 5 тысяч человек, в том числе 182 ребёнка-инвалида, а также их родители, другие члены семьи, опекуны, физические и юридические лица, профессионально занимающиеся проблемами инвалидов и инвалидности. Библиотека обслуживает инвалидов по зрению не только в краевом центре, но и имеет сеть внестационарного обслуживания (37 библиотечных пунктов и два филиала: в городах Ачинске и Минусинске). Около двухсот инвалидов по зрению обслуживаются на дому, а также заочно (в отдалённые районы края книги высылаются по почте бесплатно).

Спектр социокультурных технологий, используемых библиотекой для социокультурной реабилитации инвалидов, достаточно широк. В первую очередь это, конечно же, информационная и библиотерапевтическая деятельность, которые осуществляются посредством: организации различных книжных выставок литературы специальных форматов, доступных для чтения инвалидам по зрению, литературных вечеров, чтения вслух специально подобранных отрывков художественной литературы, помогающей избавиться от негативных переживаний, вызванных дефектом или отсутствием зрения. Это развитие самостоятельного литературного творчества самих незрячих и слабовидящих, для которых в библиотеке проводятся занятия литературной студии «Былина», а результатом являются многократные победы незрячих и слабовидящих авторов в различных литературных всероссийских, межрегиональных и краевых конкурсах. Реабилитационный резерв библиотерапии проявляется во влиянии на формирование осознания инвалидом своих проблем, расширении компенсаторных возможностей удовлетворения информационных потребностей, налаживании коммуникативных связей с единомышленниками, творческом соотнесении своей личности с

персонажами художественных произведений, приобщении к культуре страны и мира, развитии речевых возможностей.

С целью социальной адаптации библиотека выполняет, казалось бы, не свойственные для неё функции, например: обучение чтению и письму по системе Брайля, обучение компьютерной грамотности и ориентировке в пространстве. В результате такого обучения к человеку, потерявшему зрение, не только возвращаются утраченные навыки, но и появляются новые.

Главенствующую роль в процессе социокультурной реабилитации незрячих и слабовидящих в условиях библиотеки играют разнопрофильные культурно-досуговые мероприятия (информационно-образовательные, развивающие и т.п.) Так, например, создание в Красноярской спецбиблиотеке творческой театральной социокультурной среды в форме инклюзивного театра «Вектор А», в составе которого на равных занимаются театральной деятельностью инвалиды по зрению и люди с полноценным зрением, способствует развитию процессов инклюзии и помогает инвалидам по зрению не только быстрее адаптироваться, но и развить свои творческие артистические способности. Результатом адаптации инвалидов по зрению с помощью театральной деятельности становятся весьма достойные театральные работы, получающие награды на различных конкурсах.

Примером эффективной социокультурной реабилитации, применяемой в настоящее время в библиотеке, является использование современного инновационного направления деятельности – тифлокомментирования кинофильмов. Тифлокомментирование – это лаконичное описание предмета, пространства или действия, которые непонятны слепому (слабовидящему) без специальных словесных пояснений. Возникновение и формирование тифлокомментирования было практически одновременным и шло параллельно как на Западе, так и в Советском Союзе вплоть до эпохи «Перестройки». Поскольку эти процессы не пересекались, появились два термина, обозначающих эту деятельность: тифлокомментирование – у нас, и аудиодескрипция (для незрячих) – за рубежом.

Так, в 2018-2019 годах сертифицированными тифлокомментаторами из числа сотрудников библиотеки проводилось тифлокомментирование во время просмотра инвалидами по зрению

премьеры спектакля «Три дня в деревне» Красноярского драматического театра им. А.С. Пушкина.

Своеобразным положительным результатом работы библиотеки по социокультурной реабилитации инвалидов по зрению можно считать и успешное участие незрячих и слабовидящих во всероссийских акциях «Тотальный диктант», «Этнографический диктант» и т.п.

Наряду с функциями, соответствующими основным информационным потребностям инвалидов по зрению, библиотека выполняет функции, связанные со специфическими потребностями и интересами личности. Среди них несомненна значимость рекреационной (развлекательной, реабилитационной) функции. Она направлена на полезное проведение досуга и выражается в досуговой деятельности.

Досуговое направление социокультурной реабилитации способствует удовлетворению различных потребностей инвалидов по зрению. Потребности незрячих и слабовидящих в области досуговой деятельности настолько разнообразны, что наряду с многочисленными досуговыми мероприятиями, такими как конкурсы, музыкальные гостиные, встречи с интересными людьми, вечера вопросов и ответов и т.п., для данной категории читателей организованы и успешно работают клубы по интересам: музыкальная студия «Ретро», объединение интеллектуальных игр «Знаток», объединение декоративно-прикладного творчества, участники которого последние три года принимают участие и становятся победителями региональных и всероссийских чемпионатов профессионального мастерства «Абилимпикс». Досуговая адаптационная деятельность библиотеки настолько разнообразна и многопрофильна, что потребовала взаимодействия материальных и интеллектуальных ресурсов различных социальных институтов, то есть активизации межведомственного сотрудничества библиотеки.

Вышеназванные современные социокультурные технологии, используемые в деятельности спецбиблиотеки, способствуют ускорению процессов социальной адаптации инвалидов по зрению. Использование средств культуры и искусства способствует расширению творческого потенциала инвалидов по зрению, ускорению их социальной адаптации, интеграции и возрастанию трудовой активности.

В настоящее время общемировые тенденции, направленные на развитие механизмов защиты инвалидов в системе прав человека, постепенно меняют статус инвалида из получателя социальной и

благотворительной помощи на статус независимых лиц. На одном из заседаний Совета Федерации, член комитета СФ по конституционному законодательству и государственному строительству Елена Афанасьева отметила: «Политика государства в отношении этих людей перестаёт быть исключительно патерналистской, всё более признаёт их правоспособность в вопросах общественного развития».

Благодаря совместным усилиям органов государственной власти, общественных организаций и неравнодушных граждан положения ООН о правах инвалидов находят практическое воплощение в российском законодательстве: изменения затронули вопросы интеграции инвалидов в общественную жизнь, реализацию социокультурных гарантий для этих категорий населения Российской Федерации. Так в закон о кинематографии внесены поправки, в соответствии с которыми художественные и анимационные фильмы, созданные при государственной поддержке, должны в обязательном порядке сопровождаться субтитрами и тифлокомментированием. В текущем году принят закон о налоговых льготах для меценатов, который будет стимулировать благотворителей, позволит привлечь к учреждениям культуры дополнительные внебюджетные средства, в том числе для создания инклюзивной культурной среды.

Мы надеемся, что активно использовать и внедрять новые формы работы в сфере социокультурной реабилитации инвалидов в Красноярском крае можно будет в сквере «Светлый», который в ближайшем будущем должен появиться в Свердловском районе вблизи краевой спецбиблиотеки. Проект создания этого сквера получил большую золотую медаль на экономическом форуме в Санкт-Петербурге в 2019 году.

«Умная гимнастика» как эффективный способ социально-психологической реабилитации инвалидов.

Михеева Гуля Геннадьевна —
психолог социально-реабилитационного
отделения МБУ «Комплексный центр
социального обслуживания населения
города Ачинска»

Гимнастика мозга — это направление образовательной кинезиологии. Образовательная Кинезиология — наука об усовершенствовании процесса обучения через движение. Под обучением имеется в виду не только процесс усвоения академических знаний, но и процесс обучения любой новой деятельности, то есть тот самый процесс познания, делающий человека способным активно учиться на протяжении всей жизни, решать проблемы, задачи, думать, воображать и создавать.

Гимнастика состоит из комплекса специальных «кинезиологических упражнений», которые были разработаны и апробированы американским доктором философии Полом Деннисон, основателем учения «образовательная кинезиология» (от греческого «кинесис» - движение, «логос» - наука).

Пол и его жена Гейл Деннисоны в 1970-х годах обнаружили огромные возможности естественных физических движений, которые могут быть использованы для успешного развития и обучения, как ребенка, так и взрослого. Их открытия легли в основу программы под названием «Гимнастика мозга». В России Гимнастика мозга появилась в 1988 году. И были отмечены необыкновенные успехи у людей разных возрастов и физических ограничений.

С возрастом у людей ухудшается память, внимание и это связано не только с возрастными особенностями, но и перенесенными заболеваниями, травмами. Поэтому как психолог особое внимание уделяю в работе с пожилыми людьми психокоррекции.

Разработала программу «Мои когнитивные процессы», цель которых совершенствование у получателя социальных услуг памяти, внимания, мышления и речи. В ходе работы по данной программе было выявлено, что у людей пожилого возраста когнитивные процессы улучшаются, но жесткая структура работы (тренировки) от «простого к сложному», быстрая смена тренажеров очень негативно воздействуют на эмоционально-волевую сферу получателей социальных услуг. То есть не было полного снятия напряжения, снятия блоков, зажимов в теле. Поэтому стала задумываться о том, что необходимо найти технологию, метод, способ, которые бы включали в себя не только работу с когнитивными процессами и эмоционально-волевой сферой, но и снимали физическое напряжение.

В мае 2019 года в городе Москва прошли курсы повышения квалификации «BG 104: Brain Gym 26 Movements». Курс читала Литвинова Евгения Олеговна — монтеessori-педагог, кинезиолог, международный тренер по Гимнастике Мозга (Brain Gym 101@), член МОО сертифицированных кинезиологов «Ассоциация Кинезиологии» и Королева Светлана Николаевна — педагог-психолог, кинезиолог, международный тренер по Гимнастике Мозга (Brain Gym 101@) член МОО сертифицированных кинезиологов «Ассоциация Кинезиологии».

После курсов разработала вторую программу – «Умная гимнастика», цель которой активизация природных механизмов работы мозга с помощью специальных несложных упражнений.

Гимнастика состоит из простых и доставляющих удовольствие движений и упражнений, которые используются, чтобы повысить навык целостного развития мозга. Эти упражнения облегчают все виды обучения, и особенно эффективны для оптимизации интеллектуальных процессов и повышения умственной работоспособности. Упражнения улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют запоминанию, повышают устойчивость внимания, помогают восстановлению речевых функций, облегчают процессы чтения и письма.

При систематическом выполнении упражнений наблюдаю, что у получателей социальных услуг повышается настроение, улучшается зрительно-моторная координация и пространственная ориентировка, концентрация внимания и даже восстанавливается ночной сон (выявлено из индивидуальных бесед получателей социальных услуг).

Считаю, что данная программа помогает не только активизировать мозг человека (неспособность правого и левого полушарий к интеграции, полноценному взаимодействию — одна из причин нарушения функции обучения и управления своими эмоциями), но и учит контролировать свое тело, отслеживать баланс и дисбаланс, поднимать свой внутренний ресурс (потенциал) как в интеллектуальном, так и в физическом плане, снимает внутреннее напряжение (зажимы в теле), оптимизирует настроение и повышает жизненную активность.

Эта программа является дополнением к первой программе.

В рамках данных программ провожу занятия с получателями социальных услуг как в группе, так и индивидуально. Она включает 15 занятий. Они проводятся 2-3 раза в неделю, не более 60 минут, с

обязательным домашним заданием (повторение изученного комплекса упражнений).

В программу «Умная гимнастика» входят упражнения, которые можно разделить на блоки:

- Упражнения, пересекающие срединную линию тела (вправо/влево); перекрестный шаг, ленивые восьмерки, двойные рисунки, слон, рокер и т. д.

- Упражнения, повышающие энергию тела (энергизирующие) и упражнения, углубляющие позитивное отношение, поднимающие настроение (вверх/вниз): глоток воды, кнопки мозга, крюки, кнопки баланса и т. д.

- Упражнения, растягивающие мышцы тела (вперед/назад): сова, активизация рук, помпа и т. д.

Рекомендации по выполнению упражнений:

- выполнять не торопясь, выбрать свой темп выполнения (обязательна консультация специалиста/врача);

- разучивание комплекса упражнений постепенно как говорится: «от простого к сложному»;

- каждое упражнение подбирать тщательно и помнить о том, что есть определенная система: преддействие – действие — последствие, и помнить, для чего я сейчас делаю то или иное упражнение;

- хочешь результата — делай упражнения еженедельно в течение месяца-двух, затем можно выучить новый комплекс.

Мини-практикум.

Комплекс упражнений «RACE» (темп):

- глоток воды (энергичность);

- кнопки мозга + глаза (ясность);

- перекрестный шаг, ленивая восьмерка (активность);

- крюки + язык к небу (позитивность);

- корзинка (рефлексия).

Далее руки в сторону, мысленно представляем, что в левой руке знания, которые были у вас до выступления, в правой руке знания, которые вы получили сегодня. Теперь нужно хлопнуть и сказать: «спасибо». А также похвалить себя — упражнение «Перекрестные руки на груди».

Литература, используемая для составления комплексов занятий к программе:

1. Гимнастика мозга. Книга для учителей и родителей. Пол Э. Деннисон, Гейл Э. Деннисон. 2010 год.

2. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения. Сиротюк А.Д. - 2003 год.

3. Ильчи Ли Дыхание мозга: путь к личному максимуму. Минск, «Попурри», 2006.

4. <https://studfiles.net/preview/5800121/page:19/>

5. <https://creativekinesiology.ru/o-nas>

6. Пакаты: комплекс упражнений, функции мозга (левое и правое полушарие).

Регуляция эмоционального состояния и оптимизации настроения у людей с особыми возможностями здоровья «Манная Фантазия»

Гореева Лариса Валентиновна —
психолог социально-реабилитационного
отделения муниципального бюджетного
учреждения «Комплексный центр
социального обслуживания населения
города Ачинска»

Эмоциональное благополучие — это своевременное и качественное удовлетворение потребности человека. Сегодня у многих пенсионеров отмечается высокая тревожность, частые проявления общей апатии, чувство одиночества, или наоборот повышенная раздражительность или агрессивность. Всё это приводит к тому, что на сегодняшний момент необходимо искать новые средства психолого-педагогической поддержки предупреждения негативных эмоций у людей старшего поколения и людей с особыми возможностями здоровья.

В работе над коррекцией эмоционального состояния пожилых людей и инвалидов используют метод арт-терапии. Арт-терапия — популярное направление не только в работе с детьми, но и со взрослыми. Термин арт-терапия введен Андрианом Хиллом в 1938 году и означает

«Арт» – искусство, «Терапия» – лечение. Во время арт-терапии важна атмосфера, которая создает творческий процесс. В обычной жизни у нас не так много шансов расслабиться, проявить непосредственность, регрессировать в детство, вернуться к своим живым и ярким чувствам. А творческая и теплая атмосфера арт-терапевтического пространства располагает к игре, к спонтанности и свободе самовыражения.

В своей арт-терапевтической работе использую манную крупу, идея появилась на основе песочной терапии. Свойства манки во многом совпадают со свойствами песка: обладает сыпучестью, шероховатостью, способен заполнять пространство, перемещаться, принимать разную форму и цвет, быть фоном для рисунка. Крупа легко стряхивается и почти не оставляет следов на одежде.

Познакомилась с данным методом на видеозанятиях психолога Елены Тарариной и решила использовать его на практике.

Работая с крупой, получатели социальных услуг соприкасаются и открывают в себе творческое начало, выражают себя как личность, их жизнь наполняется новыми впечатлениями, эмоциями, ощущениями, развивает воображение, фантазию, тактильную чувствительность, снижает эмоциональное напряжение, расслабляет. Использование манки несёт большой психотерапевтический эффект: снимает внутреннюю зажатость, снимает уровень тревожности, напряжение.

На занятиях работы с манкой использую следующие материалы:

- листы А3, на которых каждый получатель осваивает сыпучий материал;
- листы цветной бумаги А4 - «подложка» для создания картин, иллюстраций;
- манная крупа в контейнерах;
- кисточки художественные разных размеров и жесткости;
- мелкие игрушки;
- трубочки для коктейля;
- рисунки — иллюстрации к сказкам.

Каждое занятие начинаю с приветствия, например, «Здравствуйте! Я - ... (имя), я умею ..., и это здорово!», «Меня зовут ...(имя). Здравствуй, мир!», «Я — подарок для человечества, так как я...», «Я радуюсь, когда слышу...», «Передай улыбку по кругу» и другие. Приветствия помогают познакомиться получателям социальных услуг друг с другом, зарядиться хорошим настроением.

С таким положительным настроем прикасаемся к манке. Начинаем работу с мотивационных техник, они вызывают доверие и интерес к этому продукту. Крупа приятна на ощупь. Несколько незатейливых движений по манке, и получатся замечательные манные художества. А если вдруг что-то не получится, можно всё повторить сначала. Обычно в самом начале получатели социальных услуг говорят: «О, я не умею рисовать» или «Я плохо рисую», но соприкасаясь с манкой, переживают восхитительные ощущения погружения в детство с его незамысловатыми играми в песочнице и простыми, но глубокими эмоциями.

В основной части занятий, работая с крупой, использую упражнения и мотивационные игры такие как: «Дневник событий», «Космическое путешествие», «Четыре стихии», «Праздник», «Пальчиковый поход».

Специально организованная игровая ситуация позволяет человеку визуализировать и скорректировать свое поведение. Например, наблюдая в игре «Пальчиковый поход» за действиями получателей социальных услуг, вижу: один «поисковик» топчется у края поля, не смея двинуться вперед, другой ходит взад и вперед, третий бродит вокруг да около, так и не находя предметы. Кто-то начинает нервничать, бросая все на полпути, кто-то сосредоточенно исследует участок за участком, собирая свои призы. Данное поведение в игре наглядно демонстрирует манеру действовать в проблемной ситуации.

Сказки также используют в работе с манной крупой. Рисуем известные сказки или сочиненные получателями социальных услуг. Сказка является одним из способов активизации знаний о законах жизни и способах проявления созидательной творческой силы, о моральных нормах и принципах социальных взаимоотношений. В них описываются положительные опыты проживания эмоциональных кризисов, характерных для человека. Она учит продуктивно преодолевать страх, служит средством встречи с самим собой. Сказка как способ исцеления, излечения.

В заключительной части занятий обязательно провожу рефлекссию, используя такие упражнения как «Кувшин» (наполняем кувшин своим настроением: делимся какие ощущения, эмоции остались от занятий) и «Мое настроение». Участники вспоминают, какие упражнения проводились, и обсуждают, что им больше понравилось и вызвало интерес. Поясняют, что этот трудоёмкий, требующий усидчивости,

предельного внимания, аккуратности и терпения процесс дает невероятный результат.

Данная методика содействует формированию позитивной самооценки и повышению уверенности в себе, все негативные эмоции преобразуются в позитивные.

Приложение

Упражнения работы с манкой: положить руки на крупу, рассыпанную на листе бумаги, ладонями вниз. «Поскользить» ладонями, подушечками пальцев, ребром ладони по поверхности манки, рисуя круги и зигзаги, «пройтись» ладошками по проложенным трассам, представить, что Вы путешествуете. Отдельно каждым пальчиком, затем поочередно правой и левой рукой, а потом одновременно порисовать по поверхности крупы. Описать свои ощущения при соприкосновении с крупой, что при этом испытываете, какие ощущения вызывает контакт с манкой.

Мотивационные игры:

Упражнение 1. Высыпать манку на лист и сформировать из неё кучку.

Упражнение 2. Сделать 3 дождика из крупы: низкий, средний и высокий, набрав манку в ладони и подняв их над листом на разную высоту. Можно отследить, какому дождику соответствует настроение в данный момент.

Упражнение 3. Собрать крупу в кучку и превратить её в блинчик толщиной в мизинчик (способ разравнивания участники выбирают самостоятельно: разглаживают, размазывают, рассыпают).

Упражнение 4. Представить, что блинчик становится тарелкой для декоративной росписи. Разукрасить её узорами, действуя только мизинцами пальцев, притом одновременно обоими. При работе обеими руками слаженно действуют правое и левое полушария мозга. Можно любоваться своим произведением, похвалиться соседям, сфотографировать.

Упражнение 5. Превратить свою тарелку в ровное прямоугольное поле для рисования. Задача: нарисовать свое любимое животное только с помощью отпечатков пальцев и других частей рук. Угадать, что нарисовал сосед. Порадоваться, если угадали ваше изображение. Сфотографировать.

Упражнение 6. Придумать по 5 способов перемещения песочных масс. Работа по очереди, сначала один человек показывает способ, потом второй отвечает. Каждый демонстрирует по 5 вариантов. Упражнение подходит для работы в парах.

Упражнение 7. Придумать по 3 оригинальных способа зарывания разных частей кисти руки в песок.

Упражнение 8. Действие по образцу (работа в паре). Один — ведущий, другой — ведомый. Ведущий делает любые действия с песком, ведомый в точности повторяет за ведущим. Задача: четко, в том же ритме повторять все действия ведущего. Определенное время, например, минуту или две, партнёры работают в одну сторону, затем меняются.

Игра «Пальчиковый поход»

Разравниваем манку в широкий круг. Один участник закрывает глаза, а другой размещает на этом поле 2-3 мелких предмета.

Игрок с закрытыми глазами отправляется на поиски спрятанных предметов. Для этого ставит два пальца на края поля и начинает движение, не размыкая пальцев, «шажками» в полсантиметра. У игрока-поисковика возникает ощущение, что этот круг безразмерный. В момент выполнения этого упражнения активизируется исследовательский интерес, мелкая моторика, тактильные ощущения, чувство пространства, скорость движения, снимается напряжение.

Практическая работа с незрячими и слабовидящими детьми фольклорного отделения детской школы искусств п. Дубинино

Анищенко Галина Владимировна –
преподаватель фольклорного отделения
МБУДО «ДШИ п. Дубинино»

Музыка имеет большое значение для становления личности незрячего или слабовидящего ребенка. Для таких детей это и дополнительный источник информации, и хобби, и возможная профессия, и способ общения.

Музыка в любом случае будет способствовать адаптации ребенка в обществе, даже если не станет его профессией.

На фольклорном отделении обучаются незрячая София Гребешова учащаяся 5 класса и слабовидящая Василина Фартусова учащаяся 3 класса.

Практическая работа фольклорного отделения строится на формировании навыков сольного и ансамблевого пения, музицирования на фортепиано и инструментах фольклорной традиции, т. е. изучение русского народного творчества во всем его разнообразии.

Для учащихся с проблемой зрения создана мною и утверждена педагогическим советом школы адаптированная программа.

В программу обучения незрячих и слабовидящих детей входят предметы:

- ансамблевое народное пение;
- вокал (постановка голоса);
- общий инструмент — фортепиано;
- инструментоведение;
- оркестр инструментов фольклорной традиции;
- народное творчество;
- народный бытовой танец (для слабовидящих).

Ансамблевое пение — это развитие гармонического слуха, обретение навыков ладового и тембрового согласия. А самое главное — это общение со сверстниками, ощущение сопричастности к творчеству. Соня Гребешова первый год обучалась индивидуально, затем мы ввели её в состав учащихся здоровых детей. Выиграли все: ребята научились толерантности, научились сопереживать, помогать, а Соня получила первые уроки коммуникабельности в обществе сверстников. Василина с первого класса обучается в группе. В данное время Соня и Василина чувствуют в обществе ровесников себя комфортно.

Сольное пение (постановка голоса) — это правильное «здоровое» диафрагмальное дыхание, дикция, правильное голосоведение, интонирование. Виден прогресс у Сони Гребешовой, она овладела навыками сольного пения в высшей степени. Поет грамотно, профессионально. Василина еще в процессе становления голоса, осваивает программу отлично.

Общее фортепиано, инструментоведение, оркестр учат незрячих и слабовидящих детей уверенно музицировать как сольно, так и в группе детей. Соня и Василина прекрасно играют на фортепиано, свирелях, калюках, кугиклах, трещотках, косе, рубене, лож и других инструментах

фольклорной традиции. Ребятишки — активные участники уникального в своем роде Ансамбля инструментов фольклорной традиции «Густы».

Важной составляющей практической работы является концертная деятельность незрячих и слабовидящих детей в детской школе искусств.

Соня и Василина активно выступают как солисты и как участники Образцового детского фольклорного ансамбля «Травушка-Муравушка». Ребят приглашают на общешкольные, поселковые, районные и городские мероприятия.

Одним из итогов практической работы является участие в конкурсах и фестивалях различного уровня. Ежегодно девочки участвуют в открытых фестивалях духовной музыки и народного творчества, учредителями которых является Благочиние Церквей Шарыповского округа: «Славим Святое Рождество», «Пасхальная Радость», «Под Покровом Пресвятой Богородицы».

В декабре 2017 года Василина и София стали лауреатами Краевой олимпиады творчества детей-инвалидов «Под парусом надежды», проводимой отделом по работе с инвалидами КАУК КСК «Дворец Труда и Согласия им. А.Н. Кузнецова» в Красноярске.

В школе искусств впервые в 2018 году состоялся конкурс «Полет в творчество», где учащиеся самостоятельно, без помощи педагогов, исполняли свои творческие задумки. Соня сочинила музыку и исполнила её на фортепьяно и свирели, стала лауреатом в номинации «авторское сочинение».

В 2018 году ансамбль «Травушка-Муравушка» фольклорного отделения стал лауреатом зонального фестиваля-конкурса «FOLK – КАРАВАЙ», лауреатом Международного конкурса «Сибирь зажигает звезды».

В апреле 2019 года Соня стала лауреатом Международного конкурса незрячих музыкантов в г. Курске в номинации «Вокальное пение».

В городе Курске с 1945 года существует «Музыкальный колледж-интернат слепых», который по всему ближнему зарубежью и России ищет незрячих талантливых детей и молодежь. Соня приглашена учиться в колледж. Решать ей, а мы пожелаем ребятам удачи.

Социокультурная реабилитация инвалидов в условиях социально-реабилитационного отделения. Опыт работы.

Зебзеева Надежда Юрьевна —
заведующий социально-реабилитационным
отделением для граждан пожилого возраста,
инвалидов и лиц с ограниченными возможностями
КГБУ СО «КЦСОН «Северный», г. Енисейск

Социокультурная реабилитация — это целостный комплекс мероприятий и процесс, имеющие целью помочь достигнуть и поддержать оптимальную степень участия в социальных взаимосвязях, реализации культурных интересов и запросов, что обеспечивает ему средства для позитивных изменений в образе жизни и наиболее полную интеграцию в общество за счет расширения рамок его независимости.

Разнообразие методов социокультурной реабилитации дает возможность использовать их потенциал в полной мере. Хотелось бы выделить методы, которые используются в нашем отделении: декоративно-прикладное искусство, арт-терапия, сказкотерапия, игровая терапия, мастер-класс, спортивные мероприятия, экскурсия, участие в выставках ДПИ, досуговая деятельность. Сейчас расскажу более подробно о каждом из них.

При организации успешной социокультурной реабилитации мы в нашем отделении придерживаемся следующих принципов:

- видеть в каждом уникальную личность, уважать, понимать, и принимать его;
- создавать в процессе совместной деятельности атмосферу доверия;
- помогать людям в обретении уверенности в себе;
- учить видеть личность как в себе самом, так и в окружающих;
- доставлять радость общения, радость познания и совместной деятельности.

Одно из средств социокультурной реабилитации является декоративно-прикладное искусство как средство развития мелкой моторики, средство обучения азам мастерства. Группы получателей на занятиях занимаются бисероплетением, вязанием на спицах и крючком, работают с проволокой, делают папье-маше и многое другое. У каждого есть возможность своими руками создать полезные и интересные

изделия, которые будут дарить тепло, уют и хорошее настроение. Проводимые занятия, способствуют развитию мелкой моторики, что оказывает положительное влияние на речевые зоны коры головного мозга, способствуют развитию логического мышления, воображения, волевых качеств (усидчивости, терпения, умения доводить работу до конца), художественных способностей и эстетического вкуса. На занятиях наши клиенты приобретают практические навыки: владение иглой и ножницами, работа по трафаретам, ориентирование по схеме (мастер-классы, групповые занятия).

Досуговая деятельность — это поле деятельности, где происходит активное всестороннее развитие личности инвалидов. Умения и навыки, полученные в процессе реабилитации, успешно демонстрируют в ходе мероприятий, театрализованных представлений. Человек, имеющий инвалидность так же способен и талантлив, как и не имеющие проблем со здоровьем, и став полноценной личностью, добивается успехов в жизни. Участвуя в мероприятиях, они перестают испытывать чувство скованности, стеснения, что способствует их развитию и социализации. Традиционным стало проведение в учреждении социально-значимых мероприятий, посвященных Дню защитника Отечества, Дню Победы, Международному дню семьи, Международному дню защиты детей, Дню семьи, любви и верности, Дню матери, а также проведение мероприятий в рамках Всероссийской декады инвалидов.

Выставки творчества являются важным моментом в работе с людьми с особыми потребностями. Важно стремиться выявить те способности, которые имеются у них, добиться успехов в их развитии, обязательно акцентировать внимание на этих успехах. Тогда у него появится чувство самоудовлетворения и желание трудиться в этом направлении, появляется новая установка — противовес комплексу неполноценности. Состояние полной увлеченности творчеством помогает справиться с недугом и почувствовать себя активным и нужным обществу. В учреждении используются разнообразные виды творческой деятельности, позволяющие попробовать себя в разных направлениях, выбрать то, которое им по душе, самореализоваться. Результатом творческой деятельности является участие инвалидов в районных и краевых выставках творчества (ПараАртиада, выставки к МБУ «КЦСОН Енисейского района», выставка «Мой край сибирский»).

Сказка — это один из основных жанров фольклора, эпическое, преимущественно прозаическое произведение волшебного, авантюрного или бытового характера с установкой на вымысел. В социокультурной деятельности является одним из ведущих видов и способов эмоционально-психологического и педагогического влияния, социально-нравственного формирования. Применяется в реабилитации как разновидность социокультурных технологий (постановка театральных представлений на групповых занятиях, приглашение для театрализации специалистов).

Игровая терапия — это комплекс реабилитационных игровых методик, форм, средств, ситуаций. Уникальность игротерапии состоит в том, что травмирующие жизненные обстоятельства переживаются в условном, ослабленном виде, хотя эмоциональное отражение (катарсис) их достаточно реально. Игротерапия помогает опробовать типы поведения, выделив наиболее подходящие для конкретной личности, в определенной жизненной ситуации. Именно ролевое поведение отражает психологическое состояние и функциональные тенденции инвалида.

Спортивные мероприятия. Соревнования проводятся с целью пропаганды здорового образа жизни, вовлечение инвалидов в занятия адаптивной физической культурой и организации содержательного досуга. Участники соревнований пробуют себя в таких видах спорта как: стритбол (броски мяча в кольцо), серсо (кольцеброс), бочче (выбивание металлического шара), флорбол (хоккей на траве), гольф, дартс, регби и другие. Необычные по названию, но понятные по содержанию виды спорта заинтересовывают участников соревнований настолько, что даже люди решившие быть зрителями тоже начинают проходить все этапы. К особенностям применения подвижных игр в любом возрасте относятся их эмоциональная насыщенность, на фоне которой значительно возрастают функциональные резервы возможности организма, а рассеянная мышечная нагрузка предупреждает утомление (Мультиспортивные игры, Веселые старты, Фестиваль адаптивного спорта).

Экскурсии формируют навыки культуры общения, сознания необходимости учёбы, совершенствуются навыки делового общения, получатели приобретают социальные знания об устройстве общества, повышается самооценка. Наиболее эффективно этот вид деятельности влияет на развитие эмоциональной сферы людей с инвалидностью,

помогают социализации. Они получают возможность знакомиться с архитектурой и историей города, посещать музеи, выставки, видеть красоту и величие просторов нашей страны, что способствует также воспитанию патриотизма и любви к Родине. Все это способствует расширению кругозора, появлению интереса к окружающей жизни, уверенности в себе, повышению самооценки, появлению новых друзей (экскурсии в музей рубанка, фотоизба, Енисейский районный архив, кузнечная мастерская).

Вышеперечисленные методы ориентированы на помощь инвалиду освоить коммуникативные навыки, необходимые для адаптации в сложном социокультурном окружении. Как показывает практика, использование данных методов социокультурной деятельности способствует улучшению качества жизни инвалидов по показателю психосоциальной реабилитации, развивает доверие, интерес, эмпатию к людям, коммуникативную компетентность, навыки эффективного поведения в социальных ситуациях, формирование реалистичных представлений о себе, адекватной самооценки и самопрятия, расширение сферы интересов, развитие мотивации достижения успеха, формирование базового доверия к миру и чувства безопасности.

Социокультурная реабилитация имеет огромный потенциал положительного воздействия на жизнедеятельность инвалидов. Главная задача этого реабилитационного направления деятельности — приобщение инвалидов к культурным, духовно-нравственным ценностям, к здоровому образу жизни, гармоничное развитие на основе включения в мир искусства и культуры.

Для заметок