

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ

ИНВАЛИДНОСТЬ В РЕЗУЛЬТАТЕ ТРАВМЫ ИЛИ ЗАБОЛЕВАНИЯ РЕЗКО МЕНЯЕТ ЖИЗНЬ ЧЕЛОВЕКА: ОН СТАНОВИТСЯ ЗАВИСИМЫМ ОТ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ, РАЗВИВАЕТСЯ ЧУВСТВО НЕПОЛНОЦЕННОСТИ. КАК С ЭТИМ СПРАВИТЬСЯ? НА ВОПРОС ОТВЕЧАЮТ ПЕРВООТКРЫВАТЕЛИ СИСТЕМЫ РЕАБИЛИТАЦИИ В ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ, РУКОВОДИТЕЛИ И СПЕЦИАЛИСТЫ РЦ «РУСЬ» И «ПРОТАЛИНКА».



Александр Лобанов, директор РОЦ «Русь»:

– На самом деле в Оренбургской области множество организаций – государственных и негосударственных, включенных в процесс восстановления инвалидов. Поскольку мы говорим о психологической реабилитации, то ее в нашем Центре проводят Екатерина Ховятская и Татьяна Касьянова.

На занятиях с пациентами специалисты решают серьезные задачи – это стабилизация нервно-психического состояния, развитие положительной «Я»-концепции, обучение конструктивному взаимодействию с окружающими, повышение и укрепление социальной активности, позиции личности. Работа строится по следующим направлениям: психодиагностика, психокоррекция, психопросвещение.

В РОЦ «Русь» ежегодно проходят курс реабилитации более 500 инвалидов, и для большинства из них характерны психологические проблемы. По современным методикам Екатерина Ховятская оценивает психический статус пациента, после чего дает рекомендации по профилактике и коррекции когнитивных нарушений, то

есть связанных с обработкой информации сознанием человека.

Психокоррекция также включает различные методы и направления. Например, психологическое консультирование. Оно чаще проходит индивидуально, так как у наших клиентов, как правило, снижен слух и слабое зрение. В современной практической психологии актуальны сказкотерапия и арт-терапия, которые мы включаем в программы реабилитации. Если первая ориентирована на развитие духовных и творческих компонентов личности, то вторая позитивно воздействует на эмоциональную сферу. На групповых занятиях реабилитируемые отдают предпочтение куклотерапии. Они с удовольствием изготавливают кукол под названием «Домовушка», «Кубышка-травница», «От худого слова», «Колокольчик».

По словам психолога Татьяны Касьяновой, такой метод позволяет снизить эмоциональное напряжение, повысить самооценку, раскрыть творческие способности, а также развивать и восстанавливать утраченные или нарушенные функции координации движений, памяти, внимания и мышления.

– Большое значение мы придаем психологической саморегуляции, – продолжает рассказ Александр Валерьевич. – Обучаем инвалидов контролировать напряжение, расслабляться. Для этого психологи проводят сеансы релаксации. В ходе таких занятий граждане обучаются приемам аутогенной тренировки, снятия нервно-мышечного напряжения.

Работа по психопросвещению ведется на протяжении всего периода реабилитации. На все возникающие вопросы психологи дают подробные ответы и практические рекомендации, например, как использовать методы саморегуляции в домашних условиях. Обязательно подберут упражнения для самостоятельных занятий и методический материал по интересующим пациентов темам. После кропотливой работы, проведенной психологами, инвалиды говорят об улучшении здоровья. Это отмечаем и мы, специалисты. В результате продуманной, профессионально грамотной реабилитации нормализуется психоэмоциональное состояние человека; происходит выработка конструктивных стратегий поведения; улучшается память, работоспособность; формируются навыки преодоления жизненных трудностей за счет развития адаптационных возможностей.

Родные, друзья, коллеги часто спрашивают нас о том, как вести себя с инвали-

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА

- **Никогда не опускайте руки!** Помощь придет к тому, кто ее ждет.
- **Не замыкайтесь на своей проблеме. Поделитесь переживаниями с близкими.**
- **Поставьте себе цель выздороветь и добивайтесь этого во что бы то ни стало.**
- **Дайте себе установку на выздоровление. Постоянно внушайте себе, что вы здоровы, а ваши недомогания – дело временное и излечимое.**

дом. Главное, что от них требуется, — это терпение, а также поддержка и похвала даже за малые достижения. Это помогает создать атмосферу доверия и улучшить моральное самочувствие. А вот оказание помощи должно быть сбалансированным и дозированным. Это стимулирует инвалида к обретению независимости и вселяет веру в успех.

Среди специализированных учреждений области «Проталинка» — единственный центр, который осуществляет комплексное восстановление здоровья детей-инвалидов от 3 до 18 лет. Здесь оказывают медико-психолого-педагогическую помощь. О психологической реабилитации рассказывает **Людмила Пайна, директор РЦ «Проталинка» в Оренбурге:**



— В нашем учреждении для психологической реабилитации детей-инвалидов имеется сенсорная комната с уникальным оборудованием, позволяющим психологу мягко работать с подопечными, проводить профилактику и лечение нервной системы и органов чувств. Помещение предназначено для релаксации, снятия стресса и расслабления воспитанников. Занятия здесь проходят как в индивидуальной, так и в групповой форме. Для развития сенсорного и тактильного ощущения, мелкой моторики, логического и пространственного мышления мы используем декоративно-развивающие панели Монтессори. Это настенные и напольные модули, способствующие развитию у ребенка наблюдательности, координации движений, зрительно-моторной координации, формированию причинно-следственных связей.

А компьютерный комплекс «НС-Психотест» — это гордость нашего Центра.

...*Девочка сидит перед монитором.*

Когда на экране появляется картинка или слышен звук в наушниках, она нажимает кнопку на приставке. Умный прибор тут же определяет скорость реакции тестируемой, анализирует ее и выдает уровень интеллекта маленькой пациентки, в зависимости от этого специалист составляет коррекционную программу.

— Инновационная техника содержит около 200 психодиагностических и психокоррекционных методик, — продолжает Людмила Васильевна, — очень эффективна в работе с детьми с гипердинамическим синдромом, с легкой степенью умственной отсталости и ЗПР, нарушениями слуха, зрения и речи. Результаты обследования машина сохраняет, и это позволяет наблюдать объективную динамику развития или реабилитации детей. И для нас особенно важно то, что с помощью этой чудо-техники мы можем выявлять психофизиологические задатки у обследуемых, то есть определять врожденную подвижность процессов в центральной нервной системе. Наши психологи также активно применяют дидактический развивающий материал — различные пособия, игры, игрушки, которые помогают научиться анализировать, мыслить, формируют воображение и память у детей с ограниченными возможностями здоровья. Психологическая реабилитация вносит вклад в снижение социальной депривации, то есть восполняет недостаток общения, расширяет интеллектуальные возможности, корректирует и развивает личность ребенка, помогая ему справиться со страхами, неуверенностью в себе, обогащая его положительным эмоциональным опытом.

— Давно установлено, что дети-инвалиды достигают гораздо лучших результатов, когда в реабилитационном и коррекционно-развивающем процессе участвуют и родители, — вступает в разговор **заведующая стационарным отделением социальной реабилитации Лариса Баталова.** — Многолетние наблюдения показывают, что мамы и папы не всегда понимают проблемы ребенка и не хотят принять их. Но когда они входят в ситуацию, начинают строить жизнь с учетом того, что в семье «особый» ребенок. Для того чтобы правильно адаптировать родителей, научить общаться с ребенком-инвалидом и развивать его, в «Проталинке» организован и плодотворно работает родительский клуб «Доверие», проводятся различные беседы, семинары, дискуссии, а также тренинги на снятие психоэмоционального и мышечного напряжения у родителей. Проходят празд-

ники «Дни семьи». Использование таких форм сотрудничества Центра и семьи способствует выстраиванию положительных и искренних отношений между участниками реабилитационного процесса, позволяет убедить взрослых в том, что они в жизни учреждения необходимы. Это важно как для их ребенка, так для них самих.

Создание в «Проталинке» творческой детско-родительской мастерской «Ромашка» стало одной из интересных и эффективных форм работы в решении проблем в отношениях между ребенком-инвалидом и родителями, по сохранению в семье благоприятной дружеской обстановки и в реабилитации детей с особенностями здоровья и развития. Два раза в неделю в «Ромашке» собираются дети-инвалиды и их родители. Под руководством квалифицированного специалиста они изготавливают поделки из папье-маше, пряжи, ниток и природного материала. Такая трудотерапия — незаменимое средство в коррекции психофизических недостатков, стабилизации эмоционального состояния личности ребенка для успешной социализации и адаптации. Это не просто увлекательные семейные занятия, но и полезные: они дают возможность мальчишкам и девочкам повысить свою самостоятельность, уверенность в собственных силах, а родителям — научиться методам и приемам совместного творчества и реально оценить потенциал своего ребенка. Причем такие занятия можно успешно проводить как в Центре, так и дома. ■

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА РОДИТЕЛЯМ:

- Находитесь в сотрудничестве с психологом.
- Будьте инициативными, обращайтесь с вопросами, консультируйтесь.
- Закрепляйте результаты дома, применяя все рекомендации специалиста, по возможности старайтесь перенять его опыт и наработки.
- Не ограждайте ребенка от проблем и обязанностей, делая все за него. Дайте ему возможность быть самостоятельным.