

Притяжение

СБОРНИК ЛУЧШИХ РОССИЙСКИХ
ПРАКТИК СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ
РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ



Москва, 2018

Притяжение Притяжение

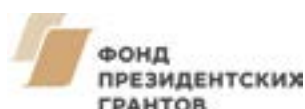
СБОРНИК ЛУЧШИХ РОССИЙСКИХ
ПРАКТИК СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ
РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ

МОСКВА, 2018

ПРИТЯЖЕНИЕ

СБОРНИК ЛУЧШИХ РОССИЙСКИХ ПРАКТИК СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ

Сборник издан на средства гранта № 17-2-000170,
полученного от Фонда президентских грантов.



Составители: Л.В. Тарасов, кандидат педагогических наук,
Е.И. Зотова, кандидат филологических наук.

Главный редактор: Л.В. Тарасов.

Редактор: Е.И. Зотова.

Корректор: Т.А. Подгорная.

Дизайн и верстка: А.В. Макарова.

Иллюстрации: в оформлении использованы иллюстрации,
предоставленные авторами статей.

При перепечатке текстов, фотографий, а также цитирования ссылка на
Сборник лучших российских практик социально-культурной реабилитации
инвалидов «ПРИТЯЖЕНИЕ» обязательна.

Подписано в печать 06.11.2018. Формат 60x90/8.

Тираж 500 экз.

Отпечатано в типографии ОАО «Подольская фабрика офсетной печати»

Адрес: 142100, Московская область, г. Подольск, Революционный пр-т, д. 80/42,
тел. (496)769-97-22.

Для некоммерческого распространения.

© Центр социокультурной анимации «Одухотворение», 2018.

© Коллектив авторов.

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ (Зотова Е.И.).....	5
ВВЕДЕНИЕ	
От ликвидации дефекта – к преодолению социального барьера (Тарасов Л.В.).....	8
ВДОХНОВЛЕННЫЕ СЦЕНОЙ	
Искусство, реабилитация, волонтерство – три кита инклюзивного танца (Тарасов Л.В., Москва).....	16
«Протеатр» – пространство жизни (Попова Н.Т., Москва).....	23
Импровизация – наш стиль (Аксенова Е.И., Осипова Е.А., Москва).....	29
Инклюзион: движение вперед (Никитина Л.А., Москва).....	35
Пространство пластики (Рудик А.В., Москва).....	41
В танце мы едины! (Тимофеев А.А., Саратов).....	44
Музыка души (Бирюкова И.В. и др., Москва).....	48
Танцующий дом (Фурсов С.А., Москва).....	54
Отражение творчества (Серебрякова Т.Е., Журавлева О.И., Миасс).....	60
Мелодия движения (Гнусарева Е.П. Верх-Нейвинск).....	63
Солнечный мир (Злобина Е.А., Романова Т.Г., Красноярск).....	67
Венский вальс для Юли и Вани (Бойко Г.А., Смоленск).....	72
Сказка идет в гости (Абрамова Е.А., Чебоксары).....	77
Ты – моя радость! (Афонасенко М.П., Сыктывкар).....	83
Театр, где все на равных (Маламура В.И., Воронеж).....	87

ПОГРУЖЕНИЕ В КУЛЬТУРУ

Путем эволюции (Государственное бюджетное учреждение культуры города Москвы «Государственный Дарвиновский музей», Москва).....	90
Доступный музей (Киселева Е.И., Москва).....	97
Художник в каждом из нас (Дрезнина М.Г., Москва).....	101
Дворцовые тайны Царицыно (Сергеева Ю.М., Москва).....	105
Тринадцать друзей (Черкасова Н.В., Москва).....	109
Скрипичное настроение (Федорова А.М., Гайфуллина Н.И., Москва).....	113
Мир в движении (Благотворительный фонд «Цвет Жизни», Москва).....	119
Волшебная песочница (Михайлина Е.В., Москва).....	123
Прикосновение творчества (Косухина Н.И., Москва).....	128
Магия литературы (Тупова Е.В., Москва).....	131
Сказка для Шарика (Аракчеева Н.А., Москва).....	135
Творчество без границ (Абрамова Л.П., Крель Н.В., Москва).....	139
На крыльях успеха (Прудникова Л.Д., Красноярск).....	146
Сказка в каждом из нас (Волкова М.Л., Шубина И.Е., Москва).....	152

ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

Реабилитация – это... (Зотова Е.И.).....	158
---	------------

ПРИЛОЖЕНИЯ

Телесный тренинг (Осипова Е.А., Москва).....	168
Тренинги по работе со звуком (Аксенова Е.И., Москва).....	175

ПРЕДИСЛОВИЕ

ЕКАТЕРИНА ЗОТОВА,

составитель сборника, кандидат филологических наук.

С конца 90-х годов XX века социокультурная реабилитация инвалидов проделала огромный путь от экзотического западного течения, известного в России единицам специалистов-культурологов, до направления работы с инвалидами, официально поддержанного Правительством Российской Федерации, которое с 1 января 2019 года будет финансироваться из госбюджета. Вместе с ней этот путь прошел и Центр социокультурной анимации «Одухотворение».

Он был основан в 2002 году группой энтузиастов, которые объединились вокруг выпускника Московского института культуры, тренера по спортивным бальным танцам Леонида Тарасова, увлеченного идеями социокультурной работы с инвалидами. Стартовой площадкой центра стал московский Городской дом культуры для инвалидов «Надежда», на тот момент – ведущее учреждение Департамента культуры города Москвы в направлении социально-культурной работы с инвалидами. Директор «Надежды» Людмила Борисовна Медведева очень умело и активно сотрудничала с НКО города, благодаря чему на базе учреждения постоянно реализовывались очень интересные и перспективные программы.

Основными направлениями деятельности новой организации стали бальные танцы и литературное творчество. Умению танцевать здесь могли научиться все желающие, независимо от возраста, состояния здоровья и особенностей развития. Так с самого начала деятельность ЦСА «Одухотворе-

ние» приобрела инклюзивный характер. А издательство «Луч Фомальгаута», которое придумала и возглавила молодой поэт, инвалид первой группы из Рязани Ирина Позднякова, быстро привлекло внимание авторов с инвалидностью со всей России. С 2002 по 2013 год было издано почти 20 книг и 11 выпусков одноименного журнала, благодаря чему имена десятков авторов стали известны многим любителям литературы. Сегодня всё это можно прочитать на сайте <http://www.izdat-luch.ru/>.



МИССИЕЙ ЦЕНТРА
«ОДУХОТВОРЕНИЕ» ВСКОРЕ
СТАЛО СОЗДАНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ И
МОЛОДЕЖИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
УСЛОВИЙ ДЛЯ ПОЛНОЦЕННОЙ
ЖИЗНИ.

Создатели Центра быстро поняли, что их начинание не только приобщает людей с инвалидностью к отдельным видам творчества, но и активно способствует их социализации. Недаром одними из самых преданных их сторонников стали родители молодых людей с инвалидностью, которые сразу оценили перемены, происходящие в повседневной жизни их детей. Поэтому миссией Центра «Одухотворение» вскоре стало не просто развитие творчества, а создание для детей и молодежи с ограниченными возможностями здоровья условий для полноценной жизни. И когда для ее выполнения потре-

бывался качественный скачок, выводящий работу на всероссийский уровень, Леонид Тарасов и его коллеги сделали его.

“ ЦСА «ОДУХОТВОРЕНИЕ» СТАЛ ИНИЦИАТОРОМ ЕЖЕГОДНОГО МЕЖДУНАРОДНОГО БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОГО ТАНЦЕВАЛЬНОГО ФЕСТИВАЛЯ «INCLUSIVE DANCE», МЕЖДУНАРОДНОГО СИМПОЗИУМА «СОЦИАЛЬНО–КУЛЬТУРНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ИНВАЛИДОВ: ОТ ТЕРАПИИ ИСКУССТВОМ – К ТВОРЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ЛИЧНОСТИ», КОНКУРСА НА СОИСКАНИЕ ИНКЛЮЗИВНОЙ ЛИТЕРАТУРНО–ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ ПРЕМИИ «ЗОЛОТОЕ СЕРДЦЕ», ПРОЕКТА «ДОСТУПНАЯ КУЛЬТУРНАЯ СРЕДА»

В начале 2013 года ЦСА «Одухотворение» стал инициатором и организатором ежегодного Международного благотворительного танцевального фестиваля «Inclusive Dance». С самого начала определилось, что в программу фестиваля должны входить не только танцевальные соревнования и показательные выступления, но и мастер-классы, практические занятия по инклюзивному танцу, творческие мастерские с ведущими отечественными и зарубежными специалистами, а также круглые столы, посвященные теоретическим вопросам развития инклюзивного танца.

Идея была поддержана «снизу». В первом же фестивале приняло участие около 2000 человек, в том числе 58 коллективов и пар из 22 регионов России, а также из Италии, Белоруссии, Казахстана, Демократической Республики Конго. С тех пор количество участников неуклонно растет.

Заявки на участие в VI фестивале «Inclusive Dance» подали уже около 200 коллективов.

Два года спустя, почувствовав необходимость более глубокого теоретического осмысления проблем социокультурной реабилитации инвалидов, ЦСА «Одухотворение» выдвинул инициативу проведения Международного симпозиума «Социально-культурная реабилитация инвалидов: от терапии искусством – к творческому развитию личности». Она была одобрена Всероссийским обществом инвалидов, Московским государственным институтом культуры, Российской государственной специализированной академией искусств, РОО социально-творческой реабилитации детей и молодежи с отклонениями в развитии и их семей «Круг» и Благотворительным фондом «Филантроп». Симпозиум стал отправной точкой процесса консолидации усилий отечественных специалистов и представителей некоммерческого сектора, занятых в сфере социокультурной реабилитации инвалидов. В ноябре 2017 года состоялся третий симпозиум, по итогам которого был издан Вестник симпозиума (доступен на сайте <http://www.scri.ru/index.php/ru/materialy/vestnik>).

В 2015–2016 годах был проведен конкурс на соискание Инклюзивной литературно-просветительской премии «Золотое сердце», направленной на поддержку не только творчества авторов с инвалидностью, но также волонтеров и НКО, работающих в этой сфере. Издан сборник «Я выбираю жизнь», в который вошли произведения детей и молодежи – лауреатов премии, а сами лауреаты получили награды на гала-концерте в Центре оперного пения им. Галины Вишневской.

2018 год для Центра социокультурной анимации «Одухотворение» проходит под

знаком нового масштабного проекта «Доступная культурная среда», поддержанного Фондом президентских грантов.

В январе–марте 2018 года в рамках проекта в Сыктывкаре, Красноярске, Симферополе, Волгограде и Саратове прошло пять семинаров «Социально-культурная



2018 ГОД ДЛЯ ЦЕНТРА
СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ АНИМАЦИИ
«ОДУХОТВОРЕНИЕ»
ПРОХОДИТ ПОД ЗНАКОМ
НОВОГО МАСШТАБНОГО ПРОЕКТА
«ДОСТУПНАЯ КУЛЬТУРНАЯ СРЕДА»,
ПОДДЕРЖАННОГО ФОНДОМ
ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ.

реабилитация инвалидов: технологии, методики, успешные кейсы». «Первоначально намечалось, что в каждом семинаре примет участие не менее 30 человек, – подчеркивает директор ЦСА «Одухотворение» Леонид Тарасов, – однако интерес к ним сильно превзошел наши ожидания. На семинары пришло более 400 человек, 314 из них прослушали весь двухдневный курс и получили сертификаты. Мы говорили о теории СКРИ, об успешных методиках, выработанных в различных регионах страны, а также занимались проектированием, искали ресурсы для работы как внутри, так и вне организаций. Одной из самых востребованных тем стала борьба с профессиональным выгоранием. Мы даже включили в программу тренинг, позволяющий специалистам социально-культурной сферы справиться с эмоциональным выгоранием».

Соведущими семинаров стали крупные специалисты, признанные эксперты в своей сфере: доктор педагогических наук, профессор Московского государствен-

ного института культуры Н.Н. Ярошенко; доктор культурологии, профессор Российского государственного социального университета Е.И. Григорьева; кандидат психологических наук, сотрудник ЦСА «Одухотворение» Е.В. Михайлина; кандидат психологических наук Т.В. Редина; руководитель Ресурсного центра НКО ЦАО г. Москвы, эксперт Конкурса президентских грантов Е.К. Алиева.

25 апреля в рамках проекта в столичном Центре развития благотворительности и социальной активности «Благосфера» состоялся II форум «Доступная культурная среда». На нем столичные организации показали практики, которые они применяют в сфере СКРИ.

В ноябре планируется провести фестиваль Inclusive Art Week. Это – площадка для свободной коммуникации, на которой в течение недели будут происходить различные события: и диалоги для специалистов, и показ достижений лучших инклюзивных коллективов.

Во время работы на семинарах и форуме у их участников возникало множество интересных идей, завязывались новые контакты. Чувствовалась большая потребность в аккумулировании и систематизации информации по этой теме. На ее удовлетворение и направлено издание данного сборника. В нем собраны более 30 статей, рассказывающих об уникальных методиках социокультурной работы с инвалидами и масштабных проектах, реализуемых российскими НКО в этой сфере. Авторы сборника живут в разных регионах страны, но они едины в одном: доступная культура – неотъемлемая часть общества, комфортного для всех его членов!

От ликвидации дефекта –

к преодолению социального барьера

ТАРАСОВ ЛЕОНИД ВИКТОРОВИЧ,
директор Центра социокультурной анимации
«Одухотворение»,
кандидат педагогических наук,
председатель оргкомитета Международного
фестиваля «Inclusive Dance»,
член президиума Всемирной ассоциации
инклюзивного танца (WIDA).



Еще в конце 90-х гг. XX в России стал формироваться подход, связанный с реабилитацией человека с инвалидностью средствами культуры и искусства. Его разработки велись в тесном сотрудничестве Всероссийского общества инвалидов, Российского института культурологии, Московского государственного университета культуры и искусств. Благодаря этой работе, было издано первое методическое пособие по социально-культурной реабилитации инвалидов¹. В нем был представлен ряд методик, использующих разнообразные средства культуры и искусства, и обозначаемые как «музыкотерапия», «танцетерапия», «библиотерапия» и т.д. Термин «терапия» указывал на предполагаемый лечебный эффект от использования данных подходов.

1. Социокультурная реабилитация инвалидов: методическое пособие // М-во труда и соц. развития РФ, Рос. ин-т культурологии М-ва культуры; Под общ. ред. В.И. Ломакина и др. – М., 2002.

Однако в последние десятилетия появился целый ряд практик, основанных на различной методологии – не только лечебной, медицинской, но и психотерапевтической, психолого-педагогической, социально-культурной, культурологической. И здесь значение имеет не только то воздействие, которое искусство оказывает на организм («как пилюля от болезни»), но и на социально-психологическое и духовное состояние человека, что и является первичной функцией культуры. И это очень важно, ведь почему-то в отношении к инвалидам функции культуры были сведены к узкому лечебному эффекту, в то время как у человека с инвалидностью оставались неудовлетворенными базовые потребности в деятельности и общении, познании и творчестве. Культура и искусство оказываются здесь незаменимым инструментом, так как в условиях фактической изоляции человека с инвалидностью от привычного ритма жизни и социальной включенности в основные жизненные процессы (учебы, работы, семейной жизни) они дают ему материал для активного житнетворчества и тем самым позволяют не только сохранить себя как личность, но и открыть уникальную дорогу в социум, заняв там достойное место.

Спектр технологий и методик социально-культурной реабилитации инвалидов оказывается гораздо более широким, чем изначально предполагалось. Он может классифицироваться исходя из целого ряда оснований: по целевым группам (люди с различными видами нарушений), по используемым средствам культуры и искусства, по методологическим подходам (научно обоснованная система деятельности) и т.д. Так, например, «Терапия

творческим самовыражением» М.Е. Бурно имеет психотерапевтическую основу, направлена на людей с психическими особенностями, использует средства литературы и изобразительного искусства. «Особый театр» А.Б. Афонина имеет психологическую и культурологическую основу, направлен на людей с ментальными особенностями, применяет средства театра. Современный «инклюзивный музей» имеет культурологическую основу, направлен на людей с самыми разными особенностями и использует средства музейной педагогики. Существует множество оттенков в практических методиках, реализуемых теми или иными организациями и учреждениями. И всё это делает социально-культурную реабилитацию инвалидов очень широким полем подходов, технологий, методик.

Особенность технологического подхода в данной сфере заключается в том, что здесь не всегда возможно перенесение технологии из одного места в другое без

“ ИМЕННО СОЦИАЛЬНО–КУЛЬТУРНЫЙ ПОДХОД ОТВЕТСТВЕНЕН ЗА КОНТЕКСТ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА С ИНВАЛИДНОСТЬЮ ЗА ПРЕДЕЛАМИ МЕДИЦИНСКОГО УЧРЕЖДЕНИЯ.

соответствующей настройки на новую аудиторию, реализацию в условиях иного учреждения, использование специалистами разных профилей подготовки. В то же время, средства культуры и искусства могут успешно использовать как неспециалисты в области культуры, прошедшие специальную подготовку по определенным видам творческой деятельности (в том числе специалисты, работающие с инвалидами), так и специалисты в области



культуры, если они проходят обучение взаимодействию с человеком с инвалидностью и адаптируют свои программы для них.

Степень профессиональной подготовки или переподготовки зависит от задач, которые ставятся перед специалистом или учреждением. Но, переходя к современным задачам СКРИ, важно понимать, что подходы к пониманию инвалидности очень сильно изменились за последние 20–30 лет, соответственно меняются и приоритеты в деятельности, направленной на реабилитацию человека с инвалидностью. Если долгое время задачей реабилитации было фактически «исправить» человека, сделать его таким, как все, вернуть к «нормальному состоянию», то на данный момент акцент сместился с «дефекта» на «социальный барьер», мешающий человеку с инвалидностью максимально использовать имеющиеся у него возможности в обществе, и помочь заново включить его в общественную жизнь. Такой подход называется инклюзивным.

В этом случае вырастает значение социально-культурного подхода, так как

именно он ответственен за контекст жизни человека с инвалидностью за пределами стен медицинского учреждения. За пределами больницы проходит большая часть жизни инвалида, и если этот фактор не брать во внимание, то успехи медицинской реабилитации сводятся на нет сложным социально-психологическим состоянием, в котором оказывается человек, вычеркнутый из всех социальных связей, растерявший друзей, не нашедший новых целей и ориентиров в жизни.

Технологии СКРИ могут не просто выполнять функцию «подсобного рабочего» медицинской реабилитации, добиваясь какого-то лечебного эффекта, а брать ответственность за инклюзию человека в обществе, за его жизнь вне больничных стен. И если такую задачу СКРИ выполняет, тогда можно сказать, что она достигает своих целей. Если же она решает задачу «законсервировать» человека с инвалидностью в состоянии изоляции, в котором он находится, просто отвлечь его от проблем, чем-то занять или развлечь – то она не реализует своих возможностей.

Современные технологии СКРИ – это не просто кружки по интересам, где люди с инвалидностью зачем-то все время лепят из глины, вышивают крестиком, танцуют и поют. Это слишком упрощенный, даже примитивный взгляд на возможности средств культуры и искусства. Для того чтобы понять возможности СКРИ, необходимо посмотреть на роль, которую они способны играть в достижении основных жизненных задач человека с инвалидностью: получение качественного образования, реализацию своего призвания, реализацию в любимой работе с достойной оплатой труда, создание семьи, включение в широкий спектр возможностей для хобби и путешествий.

Люди с инвалидностью очень различны по своему интеллектуальному развитию и со-



ОГРАНИЧЕННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ПРИ УМЕЛОМ ИСПОЛЬЗОВАНИИ МОГУТ СТАТЬ ПРЕИМУЩЕСТВАМИ, ПОЗВОЛЯЮЩИМИ ВЫДЕЛИТЬСЯ ИЗ МАССЫ И СТАТЬ УНИКАЛЬНЫМИ.

циальным компетенциям, и путь к инклюзии у каждого может быть свой. Но этот путь иногда может оказаться короче, если мы правильно поставим цель и используем средства культуры и искусства, помогающие нам организовать благоприятное социальное окружение вокруг человека с инвалидностью.

В эпоху, когда усредненность, нормальность является скорее минусом, чем плюсом, ограниченные возможности при умелом использовании могут стать преимуществами, позволяющими выделиться из массы и стать уникальными. Певица Виктория Модеста активно использует

образ человека с инвалидностью в своем творчестве. Ее специальный протез – не только средство технической реабилитации, но и визитная карточка ее стиля. Он помогает сформировать образ борца за право быть не такими, как все, с точки зрения физической полноценности. Это позволяет ей не только преодолеть собственную проблему, но стать узнаваемой и востребованной певицей. Другой пример – Ник Вуйчич, сумевший стать мотиватором для миллионов людей. Здесь главную роль играют уже не атрибуты инвалидности, а его личностные качества – способности к пониманию другого человека и к сопереживанию, ораторские способности. В том, насколько человек с инвалидностью может быть профессионален в области культуры, искусства и спорта, также можно убедиться, посмотрев ролик «We are superhumans», снятый в Лондоне к Паралимпийским играм 2016 года и признанный на данный момент лучшей социальной рекламой.

ИНКЛЮЗИЯ (В ШИРОКОМ СМЫСЛЕ) – МЕЖСЕКТОРНОЕ ПАРТНЕРСТВО В РЕШЕНИИ ПРОБЛЕМ ИНВАЛИДОВ.

В 2012 году Российская Федерация ратифицировала Конвенцию ООН о правах инвалидов, что ознаменовало кардинальный поворот в отношении к ним: инвалидность является «результатом взаимодействия, которое происходит между имеющими нарушения здоровья людьми и отношенческими и средовыми барьерами и которое мешает их полному и эффективному участию в жизни общества наравне с другими».

Конвенция вводит важные термины, подчеркивающие социально-культурный характер ее концепции:

- ▶ «общение» включает использование языков, текстов, азбуки Брайля, тактильного общения, крупного шрифта, доступных мультимедийных средств, равно как печатных материалов, аудиосредств, обычного языка, чтецов, а также усиливающих и альтернативных методов, способов и форматов общения, включая доступную информационно-коммуникационную технологию;
- ▶ «язык» включает речевые и жестовые языки и другие формы неречевых языков;
- ▶ «дискриминация по признаку инвалидности» означает любое различие, исключение или ограничение по причине инвалидности, целью или результатом которого является умаление или отрицание признания, реализации или осуществления наравне с другими всех прав человека и основных свобод в политической, экономической, социальной, культурной, гражданской или любой иной области. Она включает все формы дискриминации, в том числе отказ в разумном приспособлении;
- ▶ «разумное приспособление» означает внесение, когда это нужно в конкретном



случае, необходимых и подходящих модификаций и корректив, не становящихся несоразмерным или неоправданным бременем, в целях обеспечения реализации или осуществления инвалидами наравне с другими всех прав человека и основных свобод;

- ▶ «универсальный дизайн» означает дизайн предметов, обстановок, программ и услуг, призванный сделать их в максимально возможной степени пригодными к пользованию для всех людей без необходимости адаптации или специального дизайна. «Универсальный дизайн» не исключает ассистивные устройства для конкретных групп инвалидов, где это необходимо».

В настоящее время в нашей стране реализуется концепция комплексной реабилитации инвалидов, интегрирующая в себе медико-социальный и социально-культурный подходы. В государственной программе «Доступная среда» предусмотрены расходы на проведение мероприятий для инвалидов по комплексной реабилитации. Министерство культуры РФ является регулирующим органом по развитию социально-культурной реабилитации инвалидов, а Российская государственная специализированная академия культуры и искусств – научно-методическим центром по данному направлению. Государство сделало шаги и в практическом направлении – разработана модельная программа СКРИ, которая в 2017 году в пилотном режиме была реализована в двух регионах России, а дальнейшем будет внедряться и в других регионах.

Не остаются в стороне и негосударственные организации, оказывающие помощь

инвалидам. В проектах многих из них социально-культурные программы являются уже привычной и естественной формой работы. Наиболее распространенный – проведение досуговых мероприятий для инвалидов, который еще с начала 90-х годов стал широко применяться. Но в данный момент большей востребованностью пользуются практики, которые не просто развлекают инвалидов, а добиваются качественных изменений в их жизни. Поддержку данные практики могут получить на конкурсах Фонда президентских грантов. В направлении «Поддержка проектов в области культуры и искусства» довольно широко представлена тематика «реабилитация людей с ограниченными возможностями здоровья средствами культуры и искусства», что полностью совпадает по направленности с технологиями социально-культурной реабилитации инвалидов и с инклюзией в культуре.

Социально-культурная реабилитация инвалидов развивается в условиях межведомственного и межсекторного взаимодействия. Культура и социальная защита, медицина и образование призваны сотрудничать для полноценной реализации данного подхода. В 2017 и в 2018 гг. Центр «Одухотворение» провел межрегиональные этапы фестиваля «Inclusive Dance» в Красноярске при поддержке главы города. Примечательно, что мы очень тесно сотрудничали с разными ведомствами (социальная защита, культура, физкультура и спорт), что дало очень сильный эффект. По словам руководителей ведомств, они впервые так успешно работали на межведомственном уровне при проведении крупного фестиваля для инвалидов.

Опыт ЦСА «Одухотворение» показывает: сотрудничество государственных учреждений и негосударственных организаций взаимовыгодно. Многие НКО мотивированы на работу с людьми с инвалидностью, обладают яркими творческими идеями и актуальными проектами, умеют собирать вокруг себя людей, работать с волонтерами, привлекают финансовые ресурсы. Содействие органов власти разных уровней поможет им выстроить более системную работу, охватить своей деятельностью большее число людей, нуждающихся в поддержке. С другой стороны, сотрудничество с НКО дает возможность сотрудникам государственных учреждений культуры и социального обслуживания преодолеть привычные стереотипы, освоить новые методы и подходы в работе с инвалидами.

Только совместными усилиями можно в перспективе добиться окончательной ликвидации социальных и культурных барьеров, стоящих между инвалидом и обществом.

МЕТОД, ПРОЕКТ, ТЕХНОЛОГИЯ, КЕЙС.

Понятие «технология» пришло в социальную сферу из производства. Еще в начале XX века Генри Форд создал конвейеры, которые совершили индустриальную революцию в мире. Возможность разделить процесс создания чего-либо на части, специализировать производство каждой детали и наладить масштабное тиражирование этих частей, а затем сборку в целое – суть технологического процесса. Однако в социальной сфере производственные технологии неприменимы, так как человек и общество намного более сложны, чем машина. Соци-

альная технология только создает условия для того, чтобы в человеке или обществе происходили какие-то процессы, и не более того. Но чем более сложный социальный процесс организован и чем выше квалификация и мастерство специалистов, тем выше результативность.

Социальная технология – это система целей, задач, методов, ориентированная на получение измеряемого результата. «Техно» – мастерство. «Логия» – учение. То есть «технология» – это учение о мастерстве, совокупность знаний о каком-то процессе. В социальной технологии соединяется система знаний (научных и опытных) об объекте и процессе, а также сама система действий, процедура получения результата, которую возможно воспроизводить и тиражировать.

Говоря о технологии, нельзя оставить в стороне такие термины, как «метод», «методика», «проект» и «кейс». Метод – это способ достижения какой-либо цели. Вопрос «как?» позволяет определить и сформулировать метод при поиске способа решения задачи. В большинстве наук и устоявшихся практик уже существует сложившаяся система методов. В сфере технологий социально-культурной реабилитации инвалидов также могут применяться данные методы, но не ограничиваются ими. Дело в том, что социальные технологии могут быть очень разнообразными и по целевым аудиториям, и по системам действий, и по нацеленности на результаты. Поэтому использовать одни и те же методы под решение любых задач неправильно. Это не приведет к получению результата или сделает это достижение формальным. Поле способов решения задач огромно, их



выбор зависит целиком от задач, которые ставятся, а также результатов, которые планируется получить. И авторы технологий, и те, кто использует их в своей работе, должны творчески, неформально подходить к поиску адекватных методов.

Термин «методика» близок к понятию «технология», так как в нем также предполагается знание о процедуре и владение самой процедурой действий. Однако данный термин пришел из образования и науки, тем самым в нем акцент сделан не на организации неких «производств», а раскрывается какая-то значимая процедура, система действий по решению важной задачи. В связи с важностью тиражирования успешного опыта в социальной сфере в большей степени стал использоваться термин «технология». Еще один новомодный термин – «кейс», что означает «случай» или некий опыт. Этот опыт может быть «проектным», в том случае если технология только еще проходит апробацию и внедрение. И опыт может быть «технологическим», в том случае, если

уже разработанная и внедренная технология начинает тиражироваться и у нее накапливается опыт применения в иных условиях – разными специалистами, в различных учреждениях, регионах и странах. И «проектный кейс», и «технологический кейс» могут быть использованы для накопления и передачи того важного знания о технологии, которое позволяет доступно и наглядно их показать.

Если внимательно присмотреться к системе данных терминов, то мы увидим явный зазор между сложившимися научными и практическими методами и реализуемыми в данный момент технологиями. Дело в том, что сохраняется масса социальных проблем, которые еще никак не решаются, а значит, решения для них еще не придумано, а если придумано, то не реализовано. Эта пограничная сфера между «идеальными» методами решения и отработанными социальными технологиями лежит в плоскости проектирования. «Проект» – это «брошенный вперед». Другими словами, в проекте мы создаем то, что еще не делалось нами в такой последовательности действий, это некий вызов самим себе и той проблеме, которую мы

пытаемся решить. В процессе реализации проекта он может быть не реализован, может быть сильно скорректирован, а если реализован успешно, то может и не стать значимым инструментом, который обязательно надо превращать в технологию и тиражировать. И только в том случае, если проект успешен и востребован всеми участниками, процедуры понятны, а сама система действий не банальна и включает в себя уникальные черты (инновационна), – возможно формирование новой социальной технологии для решения проблемы.

С моей точки зрения, технологии социально-культурной реабилитации инвалидов в большей степени лежат в плоскости «проектирования». Получается, что проектирование новых технологий СКРИ – это в то же время проектирование инклюзивной культурной среды – культурной среды, открытой для людей с ограниченными возможностями здоровья и ориентированной на решение социальных задач. Проектирование инклюзивной культурной среды является ступенькой в разработке технологий СКРИ на основе современного подхода, в центре которого лежит не «дефект», а «социальный барьер».

ВДОХНОВЛЕННЫЕ СЦЕНОЙ



ВДОХНОВЛЕННЫЕ
СЦЕНОЙ

Искусство, Реабилитация, Волонтерство — три кита инклюзивного танца

ТАРАСОВ ЛЕОНИД ВИКТОРОВИЧ,
директор Центра социокультурной анимации
«Одухотворение»,
кандидат педагогических наук, председатель
оргкомитета Международного фестиваля
«Inclusive Dance»,
член президиума Всемирной ассоциации
инклюзивного танца (WIDA).

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Люди с инвалидностью с различными видами особенностей (опорно-двигательными, интеллектуальными, сенсорными), люди с ограниченными возможностями здоровья, пациенты (возрастная граница – от 3 лет и до глубокой старости).

ТЕХНОЛОГИЯ

Инклюзивный танец – совместное танцевальное творчество людей с инвалидностью и без инвалидности. Данная технология предназначена не только для людей на колясках, но и для людей с интеллектуальными особенностями, с аутизмом, с нарушениями зрения и слуха, слепоглухих. Особенное значение она имеет для инвалидов I и II групп.





Методологической основой моего подхода является социально-культурная деятельность как направление педагогической науки, в частности технология социально-культурной анимации, целью которой является преодоление социального и психологического отчуждения личности от общества и культуры. Более подробно с этим подходом можно познакомиться в монографиях «Социокультурная анимация: истоки, традиции, современность» (2008), «Социокультурная анимация в XXI веке: концепция поддержки гражданских социально-поддерживающих инициатив» (2012). Мой научный авторский подход в работе с инвалидами отражен также в концепции формирования жизненной устойчивости инвалидов в процессе социально-культурной анимации (2005), а также в разработанных технологии социокультурной анимации молодых инвалидов (2002), технологии анимационной работы со случаями пренебрежения интересами ребенка-инвалида в семье (2010), техно-

логии анимационной добровольческой помощи (2011).

Технология инклюзивного танца и танцевальной реабилитации сконцентрировала в себе всё самое лучшее, что было накоплено в научном и практическом плане в Центре социокультурной анимации «Одухотворение». Я начал свою работу с инвалидами в 1999 году как волонтер, а в 2002 году создал Центр «Одухотворение» и постепенно отработывал интеграционный и реабилитационный подход средствами танца как педагог и организатор. К 2010–2011 гг. был приобретен солидный опыт работы с людьми с инвалидностью средствами танца, а также организации крупных мероприятий, реализации сложных проектов. Также стал понятен весь комплекс проблем, с которыми сталкиваются в своей жизни люди с инвалидностью. Моя танцевальная студия для людей с инвалидностью сама столкнулась с проблемой сегрегации и отчуждения, существовала

как вещь в себе, без возможности полезного обмена с обществом. Поэтому было задумано проведение Международного благотворительного танцевального фестиваля «Inclusive Dance» как пространства для коммуникации и взаимодействия, развития инклюзивного танца, для презентации и обмена опытом между его участниками.

Инклюзивный танец – не просто «танец для инвалидов», а совместное творчество, в котором человек без инвалидности и человек с инвалидностью являются творческими единицами одного процесса. Они создают совместный творческий продукт, и через это между ними образуется общение, стирающее барьеры взаимодействия. Оно дает человеку с инвалидностью необходимые по глубине, качеству и широте охвата контакты, а человеку без инвалидности – возможность оказать бескорыстную помощь, сделать что-то действительно важное для другого человека. Инвалид не выделяется и не рассматривается отдельно, напротив, он полноценный субъект танцевального творчества, важны и его двигательные особенности, и его отноше-

ние к миру как личности, и его творческий потенциал для создания чего-то нового.

Технология инклюзивного танца и танцевальной реабилитации базируется на трех китах: Искусство, Реабилитация, Волонтерство.

Искусство дает возможность человеку проявить свою индивидуальность, реализовать свою «особость», представить свое уникальное видение мира и свой внутренний мир. Оно позволяет стирать барьеры между людьми, так как творческий процесс одинаково сложен для каждого человека, вне зависимости от физических и интеллектуальных особенностей.

Основой инклюзивного танца является систематическая работа с людьми с инвалидностью. Еженедельные занятия позволяют организовать развитие человека, обеспечить его максимальную социализацию, реализовать реабилитационный потенциал инклюзивного танца. Восстановление социальных или психологических функций человека средствами танца происходит постепенно и как бы «само собой» во время увлекательных занятий, наполненных музыкой, движением, общением, юмором. Человек задействован на занятиях инклюзивным танцем целостно, и поэтому позитивные изменения наглядны и устойчивы.

Волонтерская деятельность является основой социализации инвалидов на наших занятиях в студиях, так как к совместному танцевальному творчеству с инвалидами привлекаются неравнодушные люди, готовые не только танцевать с ними, но и общаться, поддерживать их и вне танцевальных занятий. В данном случае участвуют как



профессиональные танцоры и хореографы, так и люди без танцевальной подготовки, те, кто вместе с людьми с инвалидностью изучает танцы. И здесь важно в первую очередь не владение техникой, а желание принести пользу Другому, сделать что-то по-настоящему хорошее, найти новых друзей, заниматься искусством.

Организационной основой технологии инклюзивного танца являются:

► Работа в студиях инклюзивного танца и танцевальной реабилитации в дифференцированных по заболеваниям группах, в интегрированных по заболеваниям группах, в инклюзивных группах (совместно «здоровые» и инвалиды).

► Система конкурсов фестиваля по инклюзивному танцу (Международный фестиваль «Inclusive Dance») в течение года.

Студии и фестиваль являются двумя сторонами одного творческого процесса, которые не могут существовать друг без друга. Студия – это непрерывное изуче-

ние возможностей и ограничений человека с инвалидностью, выстраивания коммуникации, свободного творческого поиска, долгих и упорных тренировок, не всегда ориентированных на быстрый результат. Фестиваль – это процесс самовыражения, презентации созданного творчества, результатов работы в студиях, это пространство общения, развития, благодаря которому происходит взрывное социальное развитие ребят с инвалидностью. Они в короткий промежуток времени приобретают десятки новых контактов и новых друзей, уезжают с фестивалем с желанием еще более упорно и целеустремленно заниматься танцем и саморазвитием. Эта диалектическая связь между углубленной работой в студии и яркой, насыщенной общением жизнью на фестивалях создает самую благоприятную социальную среду, оказывающую огромное позитивное воздействие на физическое, психологическое и социальное самочувствие людей с инвалидностью, вовлеченных в занятия инклюзивным танцем.





Инклюзивный танец представлен всеми направлениями танцевального искусства – от балета до хип-хопа, а также существует в несоревновательных и соревновательных формах.

Несоревновательные формы: мастер-классы, выездные школы инклюзивного танца, перформансы, инклюзивные пластические спектакли, обучающие семинары для специалистов «Основы инклюзивного танца и танцевальной реабилитации».

Соревновательные формы: международный онлайн-конкурс, конкурсы среди пар по спортивному бальному танцу и танцевальной импровизации, конкурсы команд по разным танцевальным направлениям, специальные конкурсы для художников, журналистов, фотографов, режиссеров видеофильмов об инклюзивном танце.

В конкурсной программе Международного благотворительного танцевального фестиваля «Inclusive Dance» условно представлен ряд танцевальных направлений, по

которым проводятся конкурсы: «Классический танец», «Народный танец», «Современный танец», «Эстрадный танец», «Бальный танец», «Клубный танец», «Уличный танец», «Акробатический танец», «Исторический танец», «Социальный танец». Также проводятся конкурсные соревнования по инклюзивному танцу среди пар в направлениях «Спортивный





бальный танец» и «Танцевальная импровизация». В данные форматы допускаются пары, в которых один танцор – с инвалидностью, а другой – без инвалидности.

Важнейшим элементом реализуемой нами технологии является ежегодное проведение завершающих мероприятий фестиваля инклюзивного танца, в рамках которых проходит Большой кубок «Inclusive Dance», а также гала-концерт фестиваля, на котором представлены лучшие инклюзивные танцевальные номера текущего года.

РЕЗУЛЬТАТЫ

В 2018 году нами было проведено шесть межрегиональных фестивалей «Inclusive Dance» в крупных городах России: Санкт-Петербурге, Сочи, Екатеринбурге, Красноярске, Саратове, Владивостоке. Всего в мероприятиях нашего фестиваля в течение года (по итогам проведенных конкурсов) приняло участие около 2000 танцоров, занимающихся инклюзивным танцем. Для каждого из них инклюзивный танец стал дорожкой в общество, помог поверить в себя, пре-

одолеть страх, получить поддержку и признание.

На данный момент в инклюзивном движении нашей страны участвует около 150 танцевальных коллективов из 53 регионов России.

Нами издается ежегодный альманах «В танце равные!».

На сайте фестиваля www.inclusive-dance.ru не только публикуются результаты конкурсов, но и рассказывается об уникальном опыте зарубежных и российских коллективов.

В фестивале активно принимают участие коллективы и эксперты со всего мира: из Австрии, Австралии, Аргентины, Великобритании, Словакии, Венгрии, Мальты, Германии, Нидерландов, Беларуси, Украины, Казахстана, Узбекистана, Латвии, Эстонии и др. Это позволяет еще полнее и шире осуществлять процессы интеграции и инклюзии.

Информацию о текущих проектах, реализуемых Центром «Одухотворение», можно получить на сайте www.oduhotvorenie.com.

ВДОХНОВЛЕННЫЕ
СЦЕНОЙ

«Протеатр»

как пространство жизни

как пространство жизни

ПОПОВА НАТАЛЬЯ ТИМОФЕЕВНА,
председатель правления Региональной
общественной организации социально–
творческой реабилитации детей и молодежи
с отклонениями в развитии и их семей
«Круг»;

руководитель структурного подразделения,
педагог дополнительного образования
ГБОУ ДО ЦДТ «Строгино», структурное
подразделение социокультурной
реабилитации «Круг».

ОБ ОРГАНИЗАЦИИ

В течение 30 лет деятельность «Круга» направлена на
создание условий, необходимых для инклюзии детей и
молодежи с ограниченными возможностями здоро-
вья (ОВЗ) и их семей в культуру и общество.

РОО СТР «Круг» осуществляет проекты в
рамках систематической инициативы по
поддержке, развитию и популяризации
творческой деятельности лиц с огра-
ничениями здоровья.





С 1997 года специалисты «Круга» осуществляют педагогическую деятельность на базе учреждения дополнительного образования ГБОУ ДО ЦДТ «Строгино» в рамках структурного подразделения социокультурной реабилитации «Круг», в котором работает 12 педагогов дополнительного образования. Осуществляется более 35 образовательных программ, в том числе инклюзивные, специальные (для детей с ОВЗ), а также программы, реализующиеся с участием родителей.

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Мы работаем с детьми и молодежью от 3 до 40 лет, с условной нормой и с интеллектуальной недостаточностью, в том числе генетически обусловленными формами, с проблемами психического развития и эмоционально-волевой сферы, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с соматическими заболеваниями, с нарушением зрения, с нарушением слуха.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Мы объединяем культурологические, педагогические, театральные направления, прикладные дисциплины, связанные с культурной, досуговой деятельностью, возможной для детей и молодых людей с ограниченными возможностями здоровья,

в единый программный блок и обосновываем правомочность такого подхода в современной культурной ситуации. Для каждого ребенка создается «пространство жизни», включающее труд, отдых, творческую деятельность, общение – особая социокультурная среда. Культурно-динамический подход определяет концептуальные положения, лежащие в основе проектирования и организации образовательной и социокультурной среды, способствующей формированию внутренних механизмов самоорганизации обучающегося – рефлексивного типа поведения ребенка в процессе занятий разнообразной творческой деятельностью.

В многосторонней деятельности «Круга» невозможно выделить одно направление для детального описания. Но есть фундамент, на котором выстраиваются и образовательные, реабилитационные программы в структурном подразделении Круга при ЦДТ «Строгино», и различные проекты РОО СТР «Круг».

Основные положения социокультурной реабилитации «Круга»:

1. Человек не развивается вне группы подобных себе индивидуумов. Развитие конкретного человека, его индивидуально-

го сознания, происходит одновременно и совместно с развитием группы, к которой он принадлежит, становлением ее самосознания. Выпадение человека из «своей» группы (субкультурной, референтной и т.д.) может спровоцировать потерю себя – кризис идентичности.

2. Инвалиды в современной культуре находятся в искусственной среде. И хотя культура стремится выполнять социальные обязательства в отношении данной категории людей и, казалось бы, учитывает их социальные потребности (для них разрабатывается особая система сопровождения, дополнительных поддерживающих мер, помогающих вписать их в современный социокультурный контекст), но при этом очень часто не принимаются во внимание культурные потребности данной группы, которые могут значительным образом отличаться от потребностей людей современной культуры.

3. Культурно-динамический подход дает в руки специалисту дополнительный инструментарий. В этом случае специалист может использовать знания об исторических культурных формах и моделях существования человека. Это позволяет обеспечить стимулирующие и наиболее адекватные условия для развития ребенка и паритетного взаимодействия с ним.

4. Образование и реабилитация детей с проблемами эмоционального, психического и интеллектуального развития возможны только тогда, когда вокруг них организуется целостная система жизни – совершенно особый мир со своими иерархиями, связями, способами взаимодействия и т.д. В этом случае ребенок погружается в полноценную, адекватную его потребностям среду. Современному человеку такой мир может показаться несколько архаичным, но он необходим ребенку, а при отсутствии его вовне (в





культурном пространстве) ребенок вынужден придумывать его внутри себя, и этот придуманный мир очень часто принимает причудливые, иногда уродливые, пугающие стороннего наблюдателя формы. В подразделении ведется поиск особых путей вхождения в культуру.

5. Воздействие средствами культуры медленное и тонкое, но оно приводит к стойким изменениям внутри самого ребенка.

6. Изначально каждому человеку присущи чувственно-эмоциональные способы постижения мира и фиксация результатов этого постижения образными средствами и в образной форме. Мир творчества, фантазии, развития воображения – не роскошь для детей и молодежи с ОВЗ, а практически единственная возможность



войти в мир культуры, социум, «стать человеком». Любая деятельность необходимо должна быть пронизана собственными творческими импульсами ребенка. Именно поэтому в подразделении главное внимание уделяется различным творческим видам деятельности.

7. Ядром социокультурной деятельности является театр.

ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

С 1998 года РОО СТР «Круг» были инициированы и в настоящее время реализуются семь масштабных долгосрочных проектов. Их участники – жители Москвы и России, специалисты в области инклюзии, дети и молодежь с инвалидностью, а также члены их семей.

► Всероссийский фестиваль особых театров «Протеатр» – проходит раз в три года (2000, 2004, 2007, 2010, 2013, 2016) на разных театральных площадках Москвы. В рамках Шестой фестивальной недели «Протеатр» приняло участие около 5000 человек. Следующая фестивальная неделя будет в сентябре 2019 года в КЦ ЗИЛ.

- ▶ Фестиваль особого театра «Протеатр. Международные встречи» – проводится ежегодно, реализуется совместно с Театрально-культурным центром им. Вс. Мейерхольда (2015, 2016, 2017, 2018).
- ▶ Начиная с 2001 года в рамках фестиваля «Протеатр» проходила Всероссийская научно-практическая конференция, посвященная ключевым вопросам особого искусства, научно-методическому анализу и практикам использования искусства в образовательной, социальной и культурной инклюзии лиц с ОВЗ, проблемам субкультуры инвалидов, перспективам социокультурной реабилитации инвалидов. Опубликовано пять выпусков сборников-реестров (2001, 2004, 2007, 2010, 2013 гг.) с информацией об «особых» театрах России.
- ▶ С 2011 проходит ежегодный семинар «Искусство. Терапия. Инклюзия».
- ▶ Интегрированная театральная студия ИТС «Круг» (существует с 1995 г.) – участник европейских фестивалей: Scintillae – Fundacion Manantial (Мадрид), International Biennale Theatrical Meetings Therapy and Theatre VIII, X (Лодзь), International Festival of Theatres for the Disabled Domino



(Люблин), Live it Up – Χορεύοντας για τη ζωή (Кавала), Viva La Vida (Париж), VIII Internacional Festival Escena Mobile (Севиля). Актеры студии ежегодно проводят мастер-классы и реализуют образовательные программы в городах России и Европы, представляя методики подготовки актера с ОВЗ – тренинги и постановочные технологии, совмещающие решения эстетических и реабилитационных задач в инклюзивных театральных коллективах. В настоящее время реализуется проект «Базовые технологии здоровьесбере-



гающего движения в исполнительской практике» для студентов старших курсов в рамках образовательной мастерской актерского факультета Московской международной киношколы № 40.

▶ «Музей, открытый для всех» – с 2008 года в рамках сотрудничества с образовательным отделом «Новой Третьяковки» на Крымском валу проводится комплекс мероприятий для людей с ОВЗ. Были организованы выставки «От архаики до авангарда», «Протография» (3–13 июня

2010 г.), выставка работ арт-мастерской «Персонимаж» города Париж, (12–22 ноября 2010 г., в рамках года Франции в России).

▶ С 2018 года реализуется новаторский инклюзивный проект «Суть вещей. Натюрморты начала XX века» для учащихся школ VIII вида и их здоровых сверстников. Проект включает в себя интерактивные экскурсии, создание перфоманса, художественную интерпретацию произведения искусств.

Импровизация — наш стиль

АКСЕНОВА ЕКАТЕРИНА ИГОРЕВНА,
педагог–психолог, специалист РОМОО
«Равные возможности»,
ОСИПОВА ЕЛЕНА АНДРЕЕВНА,
клинический и специальный психолог,
специалист по социокультурной
реабилитации РОМОО «Равные
возможности».

О ТЕАТРЕ

Интегрированный театр-студия «КРУГ II» (МОРОО «Равные возможности») существует 20 лет и за это время успел реализовать более десятка серьезных театральных проектов, среди которых – спектакли, поставленные совместно с профессиональными музыкантами, танцорами, актерами, работающими в разных театральных жанрах, режиссерами и коллективами из Швейцарии, Германии и Греции, а также усилиями исключительно нашего интегрированного коллектива. Все спектакли театра не похожи друг на друга, но объединяет их

общий принцип – импровизация. Импровизация – наш стиль жизни. В ее основе – навык пребывания в новой ситуации, где важно чутко взаимодействовать с партнером и контекстом, быть восприимчивым к тому, что происходит вокруг. Свободно импровизировать могут те, кто обладает психической пластичностью, кто привык хорошо чувствовать себя, своего партнера и всю ситуацию в целом, кто способен использовать свой разносторонний жизненный опыт во взаимодействии с миром вокруг.



Кажется, что для того, чтобы освоить принцип импровизации, нужно иметь особый талант, что не каждый способен на это. На самом деле это – иллюзия, и наш опыт показывает, что любой человек, независимо от его изначальных возможностей, в процессе работы способен освоить такой сложный принцип. Для этого каждый участник должен овладеть своими ресурсными возможностями.

Основная цель театральной деятельности – культурная. Театр является социальным институтом и развивает общество. В нашем театре мы также ставим личные цели для каждого из участников, в первую очередь, профессионализм в актерском ремесле, но дополнительно преследуем и социальные цели. Такое внимание к социальной теме в театре вызвано потребностью в создании ресурсного общества, в котором человек с особенностями психофизического развития может чувствовать свою социальную значимость, где его интересы учитываются и где он способен принимать и транслировать правила, существующие в этом обществе. Такое общество может иметь функции «проводника» или «буфера» в отношении «большого» социума. Такая субкультура, как и любая другая субкультура, несет в себе

функцию социальной поддержки и защиты для ее участника.

Кроме театра с его серьезными профессиональными проектами, в рамках работы нашего творческого пространства существуют еще две театральные категории: «театральная студия» и «подготовительная театральная студия», которые посещают соответственно дети от 8 до 14 лет и подростки от 14 до 20 лет. Такие группы могут посещать любые участники, главное – иметь желание заниматься творчеством и общаться с другими людьми. Они тоже соприкасаются с принципом импровизации, как и актеры театра. Все ребята и подростки, которые посещают занятия в студии, в той или иной форме знакомятся с этим принципом и начинают в нем «жить».

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Основная цель программы «Театральная студия» и «Подготовительная театральная студия» – социальная поддержка детей и подростков путем включения их в активную и продуктивную творческую деятельность. В рамках работы этой группы мы ставим перед собой такие задачи:

Социальную. Предполагается, что участник программы включается в «плотную»





социальную среду, где основой группы являются люди, чьи интересы, а также социальные потребности совпадают. Чаще всего в таких группах ребята чувствуют себя равными участниками группы, становятся способны вступать в дружеские отношения, иметь общие интересы и дела с другими, что позволяет активно накапливать опыт взаимодействия и общения, и это положительно влияет на развитие личности всех участников.

Развивающую. Все виды деятельности по данной программе являются развивающими по отношению к актуальному состоянию участников как в отношении конкретных навыков, так и в отношении психоэмоционального тона в целом. Развивающий подход провоцирует участника к расширению количества и качества имеющихся навыков, способствует самостоятельному анализу происходящего и, в соответствии с этим, реагированию как в творческой деятельности на конкретном

материале, так и в целом в жизни. Тем самым реализуется принцип импровизации.

Продуктивную деятельность. Подчеркнем, что для достижения цели нужно создать продуктивную деятельность с необходимостью личного вклада каждого участника, в отличие от досуговой деятельности, не предполагающей личного вклада в процесс и влияния участников на результат.

Творческую. Все виды деятельности предполагают знакомство участников с новым материалом, новым «языком» самовыражения, актуализируют познавательную активность, способствуют самопознанию и саморегуляции, вовлекают воображение, учат психоэмоциональной пластичности.

Предлагаем два блока тренингов, тесно связанных друг с другом: телесный тренинг и тренинг по звуку. Телесные тренинги всегда являются базовыми для всей



дальнейшей работы, тренинги по звуку являются вытекающим и дополняющим, ведущими к решению уже своих конкретных социальных и творческих задач.

ТЕЛЕСНЫЙ ТРЕНИНГ

Телесные практики занимают важное место в подготовке актера интегрированного театра. Много внимания им уделяется и на театрализованных занятиях для детей и подростков с ментальной инвалидностью.

Осваивая свое тело, «особый» актер совершенствует свой основной выразитель-

ный инструмент и постоянно возвращается к собственному ресурсу.

Большинство телесных тренингов имеют разностороннюю направленность: объединяют в себе цели укрепления соматического тонуса, работают с психоэмоциональными процессами, помогают интегрировать отдельные функции тела в общую схему тела, работающую над общей телесной задачей. В рамках телесной работы решаются индивидуальные проблемы соматического здоровья, оживляется представление об осях тела, происходит глубокая дифференциация и интеграция телесного опыта, который усваивает человек, начиная с самого раннего этапа двигательного развития.

Исходя из разных целей и задач, мы рассмотрим разные типы разминочного комплекса, который необходимо использовать в начале каждого занятия, а также осветим основные теоретические аспекты.

В результате освоения разминочного комплекса происходит интеграция телесного опыта, которая приводит к возможности освоения более сложных и комплексных



движенческих схем, укрепляется психо-эмоциональный тонус.²

ТРЕНИНГИ ПО РАБОТЕ СО ЗВУКОМ

Работа со звуком является как одним из важных элементов общей системы работы с телом, так и значимым акцентом в социокультурной реабилитации. Такая работа требует уже «проработанного» тела. Общий принцип работы представляют собой постепенное продвижение от тела к звуку. Тело рассматривается как музыкальный инструмент, а работа с ним – как настройка музыкального инструмента. Возникает цепочка «тело – дыхание – звук», после чего уже следует работа над интонированием и, как таковым, вокалом. Важно искать пути звучания, чтобы начать чувствовать звук телом, через тело его проводить наружу и делиться им с окружением, так, чтобы человек мог почувствовать себя и частью целого, и индивидуальностью, и слушающим, и звучащим для других. Для тренингов необходимо, чтобы участники могли долгое время удерживать вертикальную ось тела. В младших группах подобная работа должна быть устроена в максимально игровой образной форме, где задача формулируется не «прямо», а больше в эмоционально-образной форме.

Умение владеть звуком содержит множество аспектов, необходимых для социализации и коммуникации, для взаимного сотрудничества и сотворчества, например: хотеть, чтобы услышали; говорить так, чтобы услышали; хотеть, чтобы поняли; говорить так, чтобы поняли; уметь чувствовать подходящую для ситуации громкость; слышать общий тон

звучания; уметь как встраиваться в общий тон, так и проявить индивидуальное звучание. Принцип «поделиться звуком так, чтобы тебя услышали», заложен в фольклоре, поэтому мы часто используем фольклорный материал, методы работы. «Звуковое» состояние человека в общем кругу является доступным и в то же время очень «говорящим» диагностическим инструментом, используя который можно планировать следующий шаг в сторону зоны его ближайшего развития.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ

► Использовать «ритуалы» – музыкальные приветствие и прощание.

Один из вариантов приветствия таков: хоровод, руки участников сначала опу-



щены вниз. Начинает первый участник, беря за руку соседа, при этом поют все: «Петя дал руку Маше, Маша дала руку Коле, Коля дал руку...» и далее по кругу, пропевая имена, таким образом, наращивая цепочку из рук. Когда все собрались в хоровод, поём: «Собрался народ в боль-

2. Набор тренингов см. в разделе Приложения, стр. 169.

шой хоровод». Потом можем поменять направление, темп и первого начинающего. Для прощания чаще всего используются народные композиции – «До свиданья, до свиданья!», а также «Ура, ура – вся компания хороша».

- ▶ Использовать образы в работе над звуком.

Технологию воспроизведения конкретного звука намного проще передать через простой образ, например, животного. На этапе усложнения материала необходимо все занятие целиком выстраивать на цепочке образов, из которых можно складывать простую «сказку».

- ▶ Соединять движение со звуком.

Движение может помогать звуковому раздражению, если человек не может воспринять подробную словесную инструкцию извлечения определенного звука. На начальных этапах работы со звуком движение может являться необходимой опорой, на более продвинутых уровнях связанные со звуком движения можно уменьшать и убирать. Это связано с тем, что в момент извлечения звука наиболее благоприятна ситуация с наименьшей дополнительной работой мышц. В работе с более сложными группами для возникновения звука следует начать с преодоления участниками физического сопротивления, из которого естественным образом может рождаться звук (ведущий использует физическое давление/сжатие, в результате которого участник должен оттолкнуться/подняться/освободить часть тела, используя для преодоления и силу звука).

- ▶ Уделять внимание работе друг с другом (пары, мини-группы, групповые, солист – группа).

- ▶ Использовать фольклорный материал. Настройка и координация с простыми движениями хоровода помогает включить всех участников.

- ▶ Учитывать последовательность этапов обучения.

- ▶ После овладения навыком необходимо научиться его варьировать, (менять длительность, высотность, ритмичность, громкость, способ звукоизвлечения и т.д.), затем комбинировать освоенные навыки, например, соединять звуки в короткие «композиции», затем импровизировать: самостоятельно создавать «правила» звучания и варьировать их, ориентируясь на обстоятельства.

- ▶ Относиться к общему звуковому/песенному материалу как к фактору, способствующему эмоциональной сплоченности группы³.

РЕЗУЛЬТАТЫ

В заключение подчеркнем, что развитие и интеграция телесного опыта укрепляют психоэмоциональную составляющую, создают условия для проявления пластичности организма как на физическом, так и на психическом уровнях, предоставляют прочную основу для развития коммуникации и социализации и, конечно, являются базой для развития творческих способностей участников.

3. Набор тренингов см. в разделе Приложения, стр. 176.

ВДОХНОВЛЕННЫЕ
СЦЕНОЙ

ИНКЛЮЗИОН:

движение вперед

ИНКЛЮЗИОН:

движение вперед

НИКИТИНА ЛАРИСА АЛЬБЕРТОВНА,
куратор Инклюзион Школы (г. Москва),
актриса, хореограф,
педагог по пластике.

ОБ ОРГАНИЗАЦИИ

«Театральная школа Инклюзион» – одно из направлений развития «Центра творческих проектов Инклюзион». Началом работы театрального направления можно считать 2015 год – год начала театральных лабораторий и создания театральных проектов при фонде «Со-единение». Официальная презентация «Центра творческих проектов Инклюзион» (при поддержке фонда «Со-единение») состоялась в феврале 2017 года, когда была набрана основная группа школы, сформирован педагогический состав, разработаны творческие обучающие программы, определены цели и задачи направления.





Основными целями Центра Инклюзион являются:

- ▶ развитие профессионального инклюзивного театра и системы образования для актеров с разными возможностями;
- ▶ формирование устойчивого интереса зрительской аудитории к инклюзивному искусству;
- ▶ поиск новых театральных форм и выработка соответствующей методологии для различных инклюзивных групп.

В настоящее время «Инклюзион. Центр» развивается по двум направлениям: «Инклюзион. Школа» (московская школа и пять региональных филиалов) и «Инклюзион. Театр» (в репертуаре – шесть спектаклей). <http://inclusioncenter.ru>

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

«Инклюзион. Школа» – театральная школа, в которой могут обучаться взрослые люди с 18 лет с особенностями развития: слепоглухие, глухие, с частичной потерей зрения и слуха, с ментальными особенностями и забо-

леваниями опорно-двигательного аппарата. В настоящий момент в Школе занимаются: 6 человек с ментальным спектром, 6 человек глухих и глухих слабовидящих, 4 слепоглухих. Возраст – от 25 до 65 лет.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Один из главных принципов школы – поиск взаимодействия и совместного существования в театральной практике участников с разными возможностями. Поэтому процесс обучения в школе максимально открыт. На занятия имеют возможность прийти все желающие и заинтересованные творческим процессом лица. В занятия Школы и репетиции театральных проектов мы активно включаем профессиональных актеров московских театров, музыкантов, перформеров, танцовщиков. Опыт работы Инклюзиона с 2015 года показал, что взаимодействие с профессиональными театральными школами расширяет диапазон творческого поиска и для студентов, и для профессиональных актеров, и создает продуктивную основу для дальнейшей творческой коммуникации.

Программа инклюзивной театральной школы рассчитана на 20 академических часов в неделю (занимаемся 5 раз в неделю), 16 ч из которых – занятия по основной программе: 6 ч – актерское мастерство (два педагога); 4 ч – речь-вокал; 2 ч – пластическая выразительность; 4 ч – музыкальная импровизация/ритмика. 4 оставшиеся часа в неделю предназначены для лабораторий, цель которых – междисциплинарные исследования накопленного опыта и материала: драматургии, музыкального контента, телесной практики. Это могут быть репетиции совместных междисциплинарных открытых уроков, перфомансов, любые возможные вариации «выходов школы в свет»: уличные действия, показы открытых уроков в образовательных учреждениях, центрах, творческие встречи, спектакли и другие театральные действия.

В школе ведется работа по подготовке и выпуску спектаклей. Участники должны иметь возможность представить свои работы публике – это важная часть обучения. Такие постановки являются зоной эксперимента, поэтому создаются в школе в результате лабораторных поисков. Итоговой работой Школы за полтора года обучения (2017–2018) стал спектакль «Гроза – среда обитания» (режиссер Фейгин М.Л., премьера 7 мая 2018 г.)

Принципы взаимодействия в группе

Основной принцип в работе – равенство. В группе все равны. Нет плохо соображающих или слабо реагирующих. Двигаемся вместе, помогаем друг другу, слушаем друг друга. Ход урока – результат не только опыта, чуткости и требовательности педагога, но и степени доверия студентов

друг к другу, готовности вступить в коммуникацию. Над этим работаем постоянно.

Каждый урок начинаем с некоего ритуального, объединяющего группу приветствия (у каждого из педагогов вырабатываются свои приемы). Это ряд коммуникативных упражнений, которые помогают в последующем объединить группу на любом этапе работы или репетиции, включить в круг внимания вновь пришедших людей, сфокусировать на главном.

Очень важно на уроке или репетиции располагать группу в пространстве класса с удобной для всех локацией переводчиков. Количество переводчиков зависит от состава группы и сложности репетиционного процесса.

Если в занятие включается новый участник – обязательно проходим «ритуал» знакомства со всей группой. Для слепоглухих этап приветствия особенно важен – им необходимо точно понимать, кто сейчас находится в зале, с кем предстоит взаимодействовать.



Если приходим в новое пространство – обязательно изучаем все особенности зала, «смотрим», изучаем тактильно, проводим тренинг на круги внимания.

Всегда заканчиваем урок или репетицию общим «спасибо». Это касается и оценки упражнений по ходу урока – студенты таким образом понимают, в правильном ли направлении они двигаются или нет: слепоглухие люди оценивают полученный опыт через стук «спасибо» в пол, ментальные студенты получают моральную поддержку и укрепляют степень доверия к процессу и людям, задействованным в коммуникации.

Нет никакой скидки на «особенности», никаких заигрываний с заболеванием – если есть задание, его выполняют все, каждый в меру сил на данном этапе. Стараемся исключить страх наступить на слабое место наших подопечных, пожалуй, сделать скидку на «особенность» – это очень обманчивое чувство. Не боимся ставить



планку выше, чем кажется, – в школе занимаются люди, настроенные брать невероятные рубежи. Конечно, очень важно «разложить» сложную задачу на составляющие, чтобы достижение было реальным. Но это уже труд и размышление педагога: сделать, казалось бы, нереальное – достижимым.

Каждое упражнение должно быть одинаково доступно для людей с разными особенностями. В одном и том же задании можно использовать различные вариации, удобные и безопасные для разных участников: стоя на ногах, сидя на стульях, лежа на полу.

Нельзя бросать упражнение или задание на полунепонимании. Лучше начать с простого и усложнять, когда есть понимание, что первый этап восприятия пройден с успехом. Если сомневаемся, обязательно возвращаемся назад и уточняем пройденный материал.

Расширяем свой творческий кругозор: все вместе регулярно посещаем театры, музеи, выставки, фестивали. Обсуждаем увиденное, обмениваемся новыми идеями.

Как можно чаще выходим на зрителя, проверяем накопленный опыт публичности, рассказываем о себе и о Школе, ищем каналы взаимодействия с внешним миром.

Особенности работы переводчиков в процессе занятий и репетиций

- ▶ Переводчики для глухих и слепоглухих – их уши и глаза. Многие в качестве перевода зависят от педагога, формирующего задание, на него, прежде всего, ориентируются переводчики: важны глаголы, обозначающие действие; прилагательные, расшифровывающие качество, – они должны быть на языке у педагога по возможности точны, адресованы конкретно к смыслу задания.
- ▶ Корректность перевода. Театральный язык порой напоминает «птичий», люди в обыкновенной жизни не общаются терминами вроде «театральный этюд» или «импульс движения». Как это перевести корректно? Предлагаем каждому из педагогов сформировать свой словарь и обсудить точность его перевода со всеми переводчиками, которые включаются в нашу работу.
- ▶ Личный словарный запас переводчика – успех формирования точного образа и задач педагога/режиссера у слепоглухих или глухих. Здесь всё, как в жизни, – если у переводчика словарный запас отличается от уровня первоклассника, это хорошо. В противном случае с переводчиком приходится расставаться. Как это понять? Слепоглухой сам даст подсказку своей реакцией и качеством выполнения задания.
- ▶ Способность включаться в творческий процесс. Не всё можно объяснить дактилем или жестами. «Переводить» телом на занятиях по пластике, существовать вместе со слепоглухими и глухими в упражнениях на ритм – важный навык переводчика.

ПРОМЕЖУТОЧНЫЕ ИТОГИ

С момента формирования группы (февраль 2017 г.) необходимо было, прежде всего, выстроить систему, которая помогала бы ребятам находиться в постоянном процессе не только творческого, но и качественного человеческого взаимодействия друг с другом, с педагогами, интересными людьми из «внешней» творческой среды. Например, ребятам с ментальными особенностями непросто дается прямой контакт и коммуникация. Доверие, тепло и даже личная симпатия к педагогу, партнеру – всё это играет огромную роль в процессе: организует или вносит дисгармонию, ограничивает круг общения. Слепоглухие и глухие люди сложно выстраивают взаимоотношения с внешним миром, в своих суждениях, в первую очередь, ориентируются на близких людей и личного переводчика, сложно вырабатывают доверие к ментальным студентам. Снятие барьеров коммуникации – основная задача, которая стояла перед педагогическим составом и режиссерами группы.

За период работы Центра все участники процесса сделали ощутимый качественный рывок в способности взаимодействовать не только внутри группы, но и с внешней средой. Регулярные занятия по творческим предметам позволяют студентам постепенно накапливать опыт публичности, расширять зоны внимания, справляться с зажимами в теле, проблемами телесной и пространственной координации, коммуникативными страхами. Развитие речевой техники, навыков работы с драматургическими текстами, стихотворной формой, междисциплинарное сое-



динение предметов в практике открытых уроков и перформансов постепенно создают у студентов общее взаимосвязанное представление о том, как использовать накопленный опыт не только в сценических пространствах, но и в повседневной жизни. Активность, решительность, выносливость, смелость, уверенность, стрессоустойчивость – важные составляющие развития психофизического аппарата студентов, и каждый из участников на данный момент уже может положить в личную копилку подобные навыки.

Ребята показали, что способны включать в свое творческое пространство посторонних людей; доверять партнеру, слушать общий темпоритм группы, координировать свои действия и движения в сложной конструкции театрального урока (репетиции), слышать реплики (жестовые, текстовые, музыкальные, пластические, тактильные)

и реагировать на них ответной репликой. Также важно отметить развитие способности студентов запоминать последовательность сценического действия, которое длится около часа и более, следовать выстроенным мизансценам и сохранять внимание к происходящему на сцене.

В настоящий момент мы пробуем расширять диапазон инструментов работы со слепоглохими и ментальными студентами через различные телесные и музыкально-ритмические практики. Продолжаем экспериментировать с поэтическим и драматургическим материалом, создаем не только крупные театральные формы (спектакли), но и небольшие перформативные проекты, коммуникативные мастер-классы. Активно включаемся в фестивальные проекты, ночи искусств, образовательные модули для педагогов инклюзивной сферы и соцработников.

ВДОХНОВЛЕННЫЕ
СЦЕНОЙ

Пространство пластики

РУДИК АЛЕКСАНДРА ВАДИМОВНА,
хореограф Центра творческих инициатив
«Инклюзион».

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

В 2017 году я была приглашена для постановки пластического спектакля «Анима Chroma/Живые картины» с участием слепоглухих и зрячеслышащих актеров.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Основные этапы деятельности:

- ▶ пластические тренинги;
- ▶ тренинги на импровизацию и личное высказывание каждого участника спектакля;
- ▶ тренинги на партнёрство и поиски различных способов коммуникации между исполнителями;
- ▶ собирание пластического-хореографического материала в художественную форму.



Во время репетиционного периода актеры решали задачи на телесную выразительность, пространственное ощущение и передачу информации зрителю, наблюдателю через язык тела. Через искусство танца и индивидуальную телесность мы стремились раскрыть возможности личного высказывания для каждого человека.

Во время проведения тренингов создавалось благоприятное творческое пространство. Шла индивидуальная настройка каждого участника на процесс (через практику дыхания, партнеринг, мобилизацию суставов и мышц, поиск опоры и работу с техникой floorwork, телесные настройки с использованием принципов танцевальной соматики);

– работа с партнером (тактильный контакт, пробуждение телесного языка через взаимодействие с партнером, поиски различных телесных коммуникаций для передачи информации партнеру на невербальном уровне, работа с пространством, перемещение в пространстве и работа с различными уровнями пространства);



– творческие лабораторные задания для группы, настройка общего тела группы.

Проведение репетиций спектакля:

- задачи на освоение пространства площадки;
- работа с материалом спектакля и его смыслом в телесном выражении;
- задачи на партнерство и взаимодействие между исполнителями соответственно их линиям в спектакле;
- создание общего тела группы и тела спектакля.

Очень важным этапом для меня стало общение после завершения репетиции и вербализация корректировок, инструкций и откликов исполнителей на действие.

РЕЗУЛЬТАТЫ

На протяжении одного года и трех месяцев (мое участие в работе центра Инклюзион) были созданы спектакли:

Международная версия постановки «Прикасаемые». Участники: слепоглухие актеры и зрячеслышащие актеры из России и Великобритании. За это время спектакль был показан около 20 раз в России, а также в Национальном театре Англии (Лондон) и доме ЮНЕСКО (Париж).



«Anima Chroma/Живые картины» – пластический спектакль, созданный совместно со студией анимации А.К. Петрова.

Я наблюдала качественные изменения в коммуникации между актерами и их интересе друг к другу, важность быть вместе в одном пространстве.

Во время работы был виден личностный и профессиональный рост каждого исполни-

теля, актера через внимание друг к другу, через коммуникацию и художественную форму.

Шло формирование понимания телесной индивидуальной проявленности актера и телесного выражения в процессе игры.

Для меня очевидна художественная ценность совместных тренингов, репетиций и спектаклей слепоглухих и зрячеслышащих актеров.



ВДОХНОВЛЕННЫЕ
СЦЕНОЙ

В танце мы едины!

ТИМОФЕЕВ АНАТОЛИЙ АНАТОЛЬЕВИЧ,
педагог хореографических дисциплин,
специалист по реабилитации отделения
социально-культурной и социально-
бытовой реабилитации
ГАУ СО ЦАРИ «Парус надежды»
г. Саратова.

ОБ ОРГАНИЗАЦИИ

Студия инклюзивного танца «Вдохновение» ГАУ СО ЦАРИ «Парус надежды» г. Саратова образовалась в сентябре 2013 года. Изначально в ней занималось всего четыре танцора на колясках, но спустя три года количество участников возросло, и на сегодняшний день в ней 12 участников с ограниченными возможностями здоровья и 5 постоянных участников, а не волонтеров, из числа

выпускников и студентов – участников ансамбля современной хореографии «Art-mix» СНИГУ им. Н.Г. Чернышевского. Возраст участников – от 18 лет и старше. Коллектив стал инклюзивным, потому что «Вдохновение» объединило людей с ограниченными возможностями здоровья и танцоров-любителей, единых и равных в танце. Руководителем является Анатолий Анатольевич Тимофеев и педагоги-хореографы: Олеся Игоревна Алимпиева и Вероника Сергеевна Дьякова.



Ансамбль «Вдохновение» является единственным инклюзивным коллективом в Саратовской области. Он работает в различных танцевальных направлениях: современном, эстрадном, народном и бальном. За пять лет танцоры достигли значительных успехов, яркие выступления ансамбля-студии инклюзивного танца «Вдохновение» неоднократно были отмечены высокими наградами на региональных, всероссийских и международных конкурсах и фестивалях, таких как: Пардельфийские игры, Всероссийский фестиваль хореографии и пластики «ВВЕРХ», всероссийский фестиваль современной пластики «Птицы», Общероссийский фестиваль творчества людей с инвалидностью «Парафест», международный фестиваль INCLUSIVE DANCE. Участие коллектива в различных мероприятиях и акциях, проводимых на различных площадках города и области, всегда является



заметным событием для общественности и с радостью принимается благодарными зрителями.

Репертуар ансамбля «Вдохновение» насчитывает более 25 постановок, в число которых входят дуэты и ансамблевые композиции различного характера. Темы разнообразны и актуальны своим наполнением, в них отражается взгляд исполнителей на сегодняшнее отношение к жизни, мечты, представление будущего, размышления о прошлом, демонстрируется позитивность и юмор, предлагается свой собственный взгляд на себя, на других, на мир. Переживания и мысли, заложенные в хореографических композициях, исполняемых коллективом, не оставляют зрителей равнодушными и всегда находят отклик в сердцах любой аудитории.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Участники коллектива имеют возможность высказаться на сцене как настоящие артисты благодаря владению различными техниками танца, выразительности, артистизму и искренности. В процессе репетиционно-тренировочной работы происходит не просто обучение различным направлениям и стилям хореографии, а вживание в





характер и образ персонажа исполняемого танцорами, принятие и анализ различных жизненных ситуаций, выражение собственного мнения и умение доносить до зрителя свои суждения средствами хореографии, движения и пластики. Для этого в систему организации занятий включены классический и народный, современный и бальный танцы, работа по импровизации и партнерингу с использованием элементов танцевально-двигательной терапии, актерского мастерства, сценического движения, различных телесно-ориентированных техник движения, тренажей культуры движения и исполнительской культуры.

Инклюзивный танец – это искреннее искусство, которое открывает новые возможности человека, превращая все его ограничения в достоинства. «Вдохновение» – это постоянно развивающийся коллектив, потому что в студию привлекаются новые участники из числа людей с ОВЗ и студентов-участников ансамбля современ-

ной хореографии «ArT-mix». Пробуются новые формы хореографических композиций, например, в 2016 году был поставлен спектакль-коллаж с использованием фольклорного русского народно-стилизованного танца на песни Ж. Бичевской. С недавнего времени в коллективе начали осваиваться новые техники движения и танца: некоторые композиции стали включать в себя акробатические элементы, ставятся танцы на основе техник модерн-танца, основ театрального джаза, contemporary, работы с предметом (пойи). Перенимается опыт известных коллективов, посвящающих свои постановки различным социальным проблемам: на основе экспериментальной хореографии в этом году поставлен мини-балет «#безграниц», интересный тем, что в нем артисты концентрируют внимание зрителя на проблеме адаптации человека в современном обществе. В этой постановке проводится параллель между миром людей с ОВЗ и миром здоровых, утверждается толерантность, сила преодо-

ления и вера в себя и в отсутствие ограничений у каждого, желающего добиться своей цели.

Участники коллектива своим примером показывают, насколько легко человек способен найти свой путь, стоит лишь посмотреть вокруг, сделать первый шаг и ты встретишь близких по духу людей, приобретешь новое интересное занятие и хобби. Все участники коллектива имеют семью и работу, и это не мешает им в свободное время заниматься бисероплетением, резьбой по дереву, вокалом, различными видами вязания и вышивки, рисовать акварелью и мелками, участвовать в конкурсах фигурного вождения и в спортивных соревнованиях, – жить полноценной жизнью, радостью которой они делятся друг с другом и с теми, кого встречают на своем пути.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Насыщенная творческая деятельность коллектива пробудила у участников активную жизненную позицию, которая

позволяет чувствовать себя полезным обществу, ими создана Саратовская региональная общественная организация инвалидов спортивный клуб «Волна 2015», которая делает первые шаги. Также танцоры «Вдохновения» принимают участие в работе других общественных организаций, работающих с интернатами, школами и другими учреждениями, охватывающими большое количество разнообразных социальных слоев общества, где можно рассказать о том, как на них повлияли занятия в студии инклюзивного танца «Вдохновение». Стремление и сила энергии этих людей зажигает многих. Например, Сергей Мурзаков будучи студентом физического факультета и участником вышеупомянутых коллективов, по окончании обучения по техническому направлению поступил в магистратуру института искусств СНИГУ им. Н.Г. Чернышевского на хореографическое направление и два года изучал особенности обучения хореографии людей с ограниченными возможностями здоровья, чему были посвящены его научные статьи и магистерская работа. А в этом году он принял участие во Всероссийском конкурсе молодежных проектов среди молодежных коллективов и выиграл грант на получение субсидии, представив проект «В танце мы едины». Средства планируется потратить на приобретение танцевальных колясок и организацию поездок коллектива с концертной программой, показы плодов своего прикладного творчества, спортивных достижений и встречи со зрителями в различных районах саратовской области с целью популяризации своего творчества и привлечения большего количества людей с ОВЗ к активному образу жизни.



Музыка души

БИРЮКОВА ИРИНА ВИКТОРОВНА,
руководитель программы профессиональной
переподготовки по танцевально–двигательной
психотерапии НОЧУ ДПО «Институт практической
психологии и психоанализа»,
танцевально–двигательный терапевт в РБОО «Центр
социально–психологической и информационной
поддержки “Семья и психическое здоровье”»,
вице–президент Ассоциации танцевально–
двигательной терапии (ТДТ).

В РАБОТЕ НАД СТАТЬЕЙ УЧАСТВОВАЛИ:

Горбунова Арина Павловна, психолог-консультант в Центре
«Психологии и логопедии» (Москва, Люберцы), соведущий тан-
цетерапевтических групповых занятий в РБОО «Центр социаль-
но-психологической и информационной поддержки “Семья и пси-
хическое здоровье”», профессиональный член Ассоциации ТДТ.

Дидигова Яна Азаматовна, психолог-консультант частной
практики, соведущий танцетерапевтических групповых
занятий в РБОО «Центр социально-психологиче-
ской и информационной поддержки “Семья и
психическое здоровье”», профессиональный
член Ассоциации ТДТ.

Дыбовская Евгения Вячеславовна, пси-
холог-консультант частной практики, сове-
дущий танцетерапевтических групповых
занятий в РБОО «Центр социально-психо-
логической и информационной поддержки
“Семья и психическое здоровье”», професси-
ональный член Ассоциации ТДТ.



Виноградова Анна Владимировна, психолог-консультант, соведущий танцетерапевтических групповых занятий в РБОО «Центр социально-психологической и информационной поддержки “Семья и психическое здоровье”» в психоневрологическом интернате № 11, профессиональный член Ассоциации ТДТ.

Шпакова Валентина Владимировна, психолог-консультант частной практики, инструктор по йоге для беременных в фитнес-студии «Eastetica», соведущий танцетерапевтических групповых занятий в РБОО «Центр социально-психологической и информационной поддержки “Семья и психическое здоровье”», член Ассоциации ТДТ.

О ПРОЕКТЕ

Волонтерский проект групповой танцевально-двигательной терапии «Танец Души» для людей с психическими заболеваниями 18–60 лет реализуется в социально-психологическом клубе «Анима» Региональной благотворительной общественной организации «Центр социально-психологической и информационной поддержки «Семья и психическое здоровье» г. Москвы с апреля 2010 года на базе библиотеки № 27 им. М.А. Волошина (г. Москва).

Его возглавляет Ирина Викторовна Бирюкова, BC-DMT, CAGS – основательница и вице-президент Ассоциации танцевально-двигательной терапии (АТДТ), руководитель Института ТДТ-супервизоров АТДТ, супервизор клинической ТДТ-практики и руководитель специализации по танцевально-двигательной психотерапии отделения танцевально-двигательной психотерапии НОЧУ ДПО «Институт Практической Психологии и Психоанализа» (ИППиП).

Активное участие в проведении занятий принимают студенты и выпускники ИППиП. Командная работа в открытой группе в условиях терапевтического сообщества

пациентов с психическими заболеваниями и регулярные супервизии являются необходимыми условиями качества терапии.

Все мы, ведущие данного проекта, верим в целебные возможности танцевально-двигательной терапии (ТДТ), и нам бы хотелось, чтобы мировой опыт применения ТДТ и опыт коллег-танцетерапевтов, работавших в социальном клубе «Анима», нашел более широкое применение в комплексной реабилитации людей, страдающих психическими расстройствами.

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Проект групповой танцевально-двигательной терапии «Танец Души» реализуется в сфере социально-психологической реабилитации людей с хроническими психическими заболеваниями. Когда «болеет душа», очень трудно встречаться с собственными сильными чувствами, с чувствами других людей, вступать в контакт, поддерживать диалог и расставаться. Трудно, а порой невозможно, разрешать конфликты, противостоять стрессам и эмоциональному отвержению.

Особенность заболевания проявляется в рассогласованности частей тела, скован-



ности, нарушении чувства ритма, обедненном репертуаре движений. В силу этих телесных особенностей танец оказывается одним из самых сложных видов искусства для людей, страдающих шизофренией. Но в то же время, именно танец как первичный способ коммуникации помогает восстанавливать диалог и взаимопонимание с самим собой и окружающим миром, обращаясь к самым ранним этапам человеческого развития, где основная коммуникация происходит через язык движения и включает дыхание, ритм.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

В танцевально-двигательной терапии не стоят задачи обучения танцу или создания танцевальных постановок. Танец и движение применяются в психотерапевтическом контексте, для того, чтобы укрепить психологическую, физическую и социальную составляющие личности. Целью работы является предоставление участникам группы опыта взаимодействия, поддержка их контакта с миром, с людьми вокруг,

развитие навыков коммуникации и способов саморегуляции психофизического и психоэмоционального состояния, принятия ограничений, связанных с заболеванием.

С 2010 года танцевально-двигательная терапия проходит один раз в неделю в одно и то же время с перерывом на два месяца летом в июле и августе. В терапевтической сессии может принять участие любой член сообщества, не имеющий противопоказаний к занятиям. Поскольку работа осуществляется в открытой группе, состав участников может меняться. Количество может варьироваться от 8 до 20 и даже 25 человек.

Особенностью программы групповой танцевально-двигательной терапии «Танец Души» является максимальное использование ресурса движения и танца по методам Мэриан Чейс и Труди Шуп, применение анализа движения Лабана (АДЛ). Данные подходы были адаптированы к специфике их применения для работы с людьми, страдающими пси-

хическими расстройствами, в открытых группах в условиях сообщества И.В. Бирюковой.

Для поддержки чувства стабильности и безопасности, очень важных для участников, занятия имеют четкую структуру. Сначала проводится ритуал встречи, придуманный участниками, – это волна по кругу, что помогает со-настроиться друг с другом. В начале занятия обязательно уделяется время развитию навыков правильного дыхания и «заземления», которые помогают справляться с тревогой. Затем проходит разминка, например, в стиле боди-джаз, чтобы участники смогли почувствовать свое тело. После этого реализуется основная тема занятия с учетом потребностей участников группы. Например, личное пространство, встреча, принятие и отпущение, сила и слабость, плавность и резкость и т.п. Заканчивается занятие ритуалом завершения.

Особое внимание уделяется диалогу между участниками на вербальном и

невербальном языке, при этом двигательное взаимодействие является основным. Ведущие группы обращаются к базовому языку общения – языку тела, чтобы внутренние переживания, которые сложно выразить вербально, можно было передать через ритм и символическое движение. Движение рассматривается целостно, и в нем важны не только форма, ощущения, но и чувства, образы, фантазии. Любое движение наделено смыслом и является отражением личности – ее потребностей, намерений.

Одной из форм работы может быть «Танец состояний», при котором участники стараются найти более точное отражение своего состояния в движении или, наоборот, благодаря движению найти слово, более точно отражающее их состояние.

Чтобы лучше понять особенности своего способа взаимодействия с другими людьми, танцетерапевт может предложить участникам перемещаться по пространству, встречаясь в парах, взаимодействуя, завершая контакт, продолжая движение,



меняясь в парах. После завершения упражнения происходит обсуждение полученного опыта.

Один или два человека не смогли бы справиться с такой сложной задачей при работе с особым контингентом людей, имеющих тяжелые психические заболевания. Поэтому работает команда ко-терапевтов – 5 человек, а также супервизор. Наличие команды позволяет при необходимости сопровождать участников в кругу индивидуально, помогать, пояснять, успокаивать, воодушевлять, замечать, что происходит с тем, кто стоит рядом.

РЕЗУЛЬТАТЫ

В ходе обобщения шестилетнего опыта работы танцевально-двигательной терапевтической группы в клубе «Анима» И.В. Бирюковой, М.В. Киселевой и Т.А. Солохиной (исполнительный директор РБОО «Центр социально-психологической и информационной поддержки «Семья и психическое здоровье», д.м.н.) было подготовлено учебно-методическое пособие «Танцевально-двигательная терапия при шизофрении: технология работы в открытых группах в условиях сообщества», которое вышло в свет в 2016 году.

Довольно часто на занятиях собирается групповая хореография, в которой за каждым движением стоит определенный

образ, чувство или настроение, отражающее то, что происходит в группе. Поскольку содержание занятий конфиденциально, созданные хореографии не становятся публичными. Однако в развитии группы наступил такой момент, когда появилась потребность рассказать о сообществе, о той поддержке, которую получают участники друг от друга, и о ценности быть увиденным и принятым в своем жизненном самовыражении. В 2017 году родилась идея создания танцевального перформанса, поэтического послания и документального фильма «Групповая танцевально-двигательная терапия «Танец Души».

На протяжении шести месяцев в конце каждого занятия участниками выбиралось одно движение, которое является метафорой основной темы занятия; последовательно, движения одно за другим, складывались в единую хореографию, отражающие развитие групповых тем. «Танец Души» – поэтическое двигательное высказывание, отражающее ценности участников группы, их потребность быть увиденными и принятыми. Это также танец о радости движения и о том, что важно в жизни каждого.

Так появился документальный фильм «Групповая танцевально-двигательная терапия «Танец Души», в который вошло поэтическое послание «Танец души».

Поэтическое послание

Танец Души

Видишь – я на своей волне.

Слышишь – из-за этого я волнуюсь,
и чувства меня переполняют. Много чувств.

Знаешь – я могу принять это, то, какой я.
Я чувствую свое пространство.

И поэтому я могу встречаться с другими.

Такими особенными и непохожими на меня.

Я двигаюсь – и могу ощутить единство с теми,
кто рядом со мной.

Смотри – я могу поделиться своими чувствами
и принять чувства другого.

Я умею дарить и принимать.

И тогда я чувствую, что я есть. Я живой.

Это свобода. Свобода действовать. Играть. И жить.
Это мой фристайл!

ВДОХНОВЛЕННЫЕ
СЦЕНОЙ

Танцующий
ДОМ

Танцующий ДОМ

ФУРСОВ СЕРГЕЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ,
кандидат наук,
педагог высшей квалификационной
категории,
режиссер, хореограф,
эксперт международного инклюзивного
творческого движения,
лауреат всероссийских и международных
конкурсов.

О СТУДИИ

Студия «Танцующий дом» работает с 2005 года и объединяет более 100 семей из Москвы и Московской области. Наши воспитанники – это дети и молодые люди (от 2,5 до 35 лет), в первую очередь, с синдромом Дауна, аутизмом и другими особенностями развития, а также их нормотипичные сверстники, сиблинги и профессиональные танцоры.

Более подробную информацию о студии можно получить на сайте и в социальных сетях:

<http://domhodunom.ru>

[https://www.facebook.com/
domhodunom.ru/](https://www.facebook.com/domhodunom.ru/)

[https://www.instagram.com/
domhodunom/](https://www.instagram.com/domhodunom/)



Основные направления работы студии: индивидуальные и групповые музыкально-двигательные тренинги; семинары и вебинары по развитию инклюзивного танца в Москве и регионах России; организация и проведение благотворительных творческих мероприятий, концертов, фестивалей и праздников, творческих лагерей и гастролей (в том числе и зарубежных); постановка танцевальных номеров любой сложности под заказ; благотворительные тренинги для воспитанников детских домов; подготовка волонтеров для работы в творческой сфере; методическая работа и консультация педагогов и родителей; супервизии творческих номеров.

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

В «Танцующий дом» приглашаются все желающие, специально разработанная программа музыкально-двигательных тренингов и массовых творческих мероприятий рассчитана на детей разного возраста, позволяет людям с различными особенностями развития гармонично развиваться и социализироваться в творческом коллективе. На тренингах артист развивается комплексно: мы работаем с крупной и мелкой моторикой, занимаем-



ся становлением базовых танцевальных способностей, движений, музыкального слуха, чувства ритма; развиваем память, мышление, внимание, речь воспитанников; одной из важных задач в развитии ребенка и студии в целом мы считаем социализацию наших воспитанников и представление качественного творческого продукта широкой аудитории.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

За более чем десять лет работы сложилась четкая структура и понимание основ работы с особыми людьми в творческом коллективе. И сегодня наши артисты готовятся к работе на сцене, опираясь на методическую модель, созданную педагогами студии. Она основана на тех принципах, на которых базируется любой профессиональный коллектив: системность, доступность, требовательность, нацеленность на успех, равенство, постепенное усложнение материала, интереса и контакта и т.д.



На первых этапах включения ребенка в коллектив педагог должен быть достаточно гибким в отношении воспитательных моментов. С кем-то можно изначально вести серьезный диалог на равных, с другим надо занять строгую и требовательную позицию, с третьим – мягкую, ласковую. Во всех случаях важно сохранять баланс и внимательно наблюдать за реакцией ребенка, особенностями его поведения и восприятия социальных ролей. Люди с синдромом Дауна очень разные, и работать с ними нужно по-разному. Когда руководитель студии добился интереса со стороны воспитанников и готовности работать, он может вести занятие в удобной для него манере, а игровые моменты использовать в конце занятия как стимул и награду за труд. Опыт показывает, что большая часть танцоров, даже самых маленьких (ребята 2,5–3 лет), проходит стадию адаптации за 2–5 занятий, но всегда есть и те, для кого требуется гораздо больше времени.

Когда этап адаптации пройден, необходимо определить позицию родителей в коллективе. Родители играют большую роль в жизни каждого ребенка, и именно поэтому привлекать их к работе студии следует осторожно, сохраняя определенную дистанцию. Это связано с тем, что воспитанники, независимо от наличия/отсутствия инвалидности, в том числе люди с синдромом Дауна, часто зависимы от своих родителей и в их присутствии ведут себя по-другому. Близким родственникам непросто находиться в одном творческом коллективе, работать в паре еще сложнее, они не воспринимают друг друга равнозначными партнерами, им трудно избавиться от своих социальных ролей. Кроме того, родители значительно старше своих детей, а разновозрастные группы часто выглядят неэстетично. Следует также учитывать, что родители имеют склонность вмешиваться в творческий процесс, комментировать методы работы, сравнивать танцоров между собой.

Сегодня в студии разработана разноуровневая гибкая система подачи материала, открыты группы семи уровней сложности. На первых, ознакомительных занятиях происходит индивидуальная диагностика возможностей воспитанника, и он зачисляется в группу, в которой ему будет комфортно работать, а его развитие будет более актуально. Если ребенок быстро осваивает программу, например, первого уровня, по решению педагога и родителей он может быть переведен на более сложную ступень.

В работе коллектива важными являются режимные моменты, например, понимание примерного количества человек в группе:

- ▶ 2–3 года – 4–5 человек;
- ▶ 4–5 лет – 6–7 человек;
- ▶ 6–8 лет – 8–10 человек.



Продолжительность занятий составляет не менее 40 минут:

- ▶ 40–60 мин. – дошкольники и начальная школа;





► 90–120 мин. с перерывом – средняя и старшая школа.

При этом важным является чередование нагрузок и смена видов деятельности, работа по схеме, понятной воспитанникам. Оптимальное количество занятий в неделю: два-три.

Все группы артистов «Танцующего дома» делятся на младших дошкольников (от 2 лет), дошкольников (от 5 лет), начальную школу (от 7 лет), среднюю школу и молодежь (от 12 лет и старше). Практически в каждой возрастной группе имеются группы развития и ансамбль. В первых происходит базовое развитие артиста в соответствии с актуальными задачами возраста и особенностями его личности. В ансамбль принимаются артисты, прошедшие несколько этапов подготовки и готовые к выходу на сцену. Продолжительность занятий ансамбля увеличивается

до 1,5–2 часов и более в зависимости от поставленных творческих задач, воспитанники этих групп также продолжают посещать группы развития в дополнение к нагрузке ансамбля и занимаются минимум 2–3 раза в неделю. Сегодня в студии три ансамбля – дошкольники, школьники и молодежь. Именно эти ребята представляют студию на конкурсах и фестивалях различного уровня.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Такая модель работы позволяет нам добиваться серьезных успехов в развитии каждого конкретного воспитанника и коллектива в целом. Как правило, попадая в студию, ребенок проходит несколько последовательных этапов личностного и профессионального развития. Из закрытого, застенчивого, зависимого и ведомого, неспособного сделать осознанный выбор и выполнить простые упражнения, с года-

ми он постепенно становится свободным, открытым, активным и самостоятельным на сцене и в жизни, проявляет инициативу, предлагает новые формы и движения, поддерживает педагога, помогает ему в работе с начинающими артистами, самостоятельно и качественно исполняет задачи, поставленные режиссером. Ежегодно воспитанники студии участвуют более чем в 10 фестивалях всероссийского и международного уровня (инклюзивных и открытых), становятся лауреатами или

получают гран-при, организуют сольные концерты и благотворительные праздники. Традиционно и с большим социальным резонансом проходят наши семинары, выездные творческие лагеря и гастролы, в том числе и международные. В нестандартных условиях конкурсов и гастролей наши артисты получают бесценный опыт коммуникации, творческого развития, становятся независимыми и ответственными, полноправными участниками творческого сообщества и социума в целом.

ВДОХНОВЛЕННЫЕ
СЦЕНОЙ

Отражение творчества творчества

СЕРЕБРЯКОВА ТАТЬЯНА ЕВГЕНЬЕВНА,
координатор Челябинской региональной
общественной организации
Центр социокультурной реабилитации
«Отражение».

О КОЛЛЕКТИВЕ

Инклюзивный коллектив «Отражение» живет и работает уже пять лет. Это единственный коллектив в городе Миасс, который занимается танцевальной реабилитацией

людей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Мы принимаем активное участие в городских, областных, региональных, а также международных фестивалях и конкурсах. В 2017 году «Отражение» получило Гран-При V Международного фестиваля «Inclusive Dance» в Москве.



ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Начинал коллектив свою деятельность с трех человек, а сегодня количество участников более сорока пяти. Это люди разного возраста, с разными видами и группами инвалидности: с нарушением опорно-двигательного аппарата (в том числе колясочники), с ментальными нарушениями, с нарушением зрения, дети-инвалиды.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

На занятиях танцевальной реабилитацией люди учатся взаимодействовать друг с другом, преодолевать свои комплексы, точно выполнять элементы танца. И, наблюдая за выполнением тех или иных заданий, для достижения более полного раскрепощения каждого участника коллектива, появилась идея расширить виды реабилитационной деятельности внутри коллектива, применяя современные методики реабилитации.

Так, для воспитания выносливости и выполнения сложных физических и тех-



нических упражнений, развития гибкости и координации возникла необходимость организации спортивных занятий и состязаний с элементами лечебной физкультуры и экстремального владения коляской. Для того чтобы слышать музыкальный ритм и научиться подчиняться музыке, выполняя движения в такт, возникла идея организации музыкальных занятий и вокального коллектива. Для преодоления страха перед зрителями и сценой, свободного самовыражения собственных мыслей и эмоций, обучения искусству импровизации, умению чувствовать и взаимодействовать с партнером создаются театральные постановки. Для развития творческой фантазии, яркости идей, развития мелкой моторики и креативного мышления внутри коллектива регулярно проводятся творческие мастер-классы по рисованию картин с применением различных современных методик и изготовлению интересных поделок.



А для самых маленьких участников коллектива организована группа «Мать и дитя». Это полное взаимодействие ребенка с мамой, которое дает ощущение целостности и возврата некоторых моментов, присутствующих во время внутри-тробного развития, так необходимых для полноценной жизнедеятельности особенных детей.

Также для участников коллектива проводятся праздничные мероприятия, организуются развлекательные поездки в цирк, зоопарк, театр и т.д.

Все виды дополнительно организованной реабилитации могут функционировать как отдельные, самостоятельные кружки, участники которых демонстрируют свои достижения на выставках, соревнованиях, в концертах и конкурсах. Они раз-

вивают творческие способности людей, повышают их культурный уровень, укрепляют, позволяют повысить уровень владения танцевальным искусством, способствуют легкому общению и приобретению новых друзей, упрощают процесс социализации, а также сокращают количество трудностей, которые составляют ограничения в жизни людей с ОВЗ и позволяют повысить качество их жизни в целом.

РЕЗУЛЬТАТЫ

С каждым годом коллектив крепнет, расширяется, подтверждает свою деятельность, необходимую для многих людей, новыми и новыми победами, завоевывает признание и известность не только в своем городе, но и среди других коллективов России и зарубежных стран

ВДОХНОВЛЕННЫЕ
СЦЕНОЙ

Мелодия движения

Мелодия ДВИЖЕНИЯ

ГНУСАРЕВА ЕЛЕНА ПАВЛОВНА,
руководитель студии инклюзивного танца
«Виват»,
член всемирной ассоциации инклюзивного
танца WIDA,
член оргкомитета международного
фестиваля «Inclusive ART».

О СТУДИИ

Танцевальная студия при Автономной некоммерческой организации научно-практическом социально-педагогическом объединении «Благое дело» была основана в октябре 2009 года как составная часть инклюзивного театра «Искреннее искусство». В том же месяце состоялись первые репетиции. Нынешнее название появилось в августе 2013 года, когда студия стала работать независимо от театра.





ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Участниками коллектива являются люди с инвалидностью в возрасте от 10 до 60 лет с самыми разными нарушениями. Это и незрячие люди, и те, кто имеет ментальную инвалидность, и страдающие расстройствами опорно-двигательного аппарата. Ограничений, по сути, нет никаких. Изначально работа студии строилась по классическим принципам преподавания танцевального искусства, однако на этом пути возникали известные сложности. В первую очередь из-за того, что занимающимся в «Вивате» ребятам было сложно запоминать и разучивать предлагаемые



элементы и упражнения. Поэтому начиная с 2016 года методика обучения претерпела изменения, и за основу была взята танцевальная импровизация. Теперь подготовка и освоение нового материала строятся по следующей схеме:

Сначала участникам коллектива предлагаются на выбор 5–7 разноплановых мелодий для будущего танцевального номера, которые прослушиваются и из них выбирается одна. Причем выбор этот определяется общим решением и должен устраивать абсолютно всех – в противном случае подыскиваются новые варианты. Затем производится анализ мелодии, в ходе которого у ребят формируется видение танца. Идет обсуждение – какой это может и должен быть танец: медленный или быстрый, сколько человек его могут танцевать – один или пара, или это танец для большого коллектива, должен ли это быть четкий постановочный номер с определенным рисунком или больше уместна импровизация. Какой танцевальный стиль больше соответствует этому номеру – классический или современный.

Определяется ритм, композиция, делается предварительный подбор танцевальных элементов и состава участников. Следующий этап – первичная проработка номера в движении. Каждый из ребят придумывает под музыку свои кажущиеся уместными элементы, которые потом совместно просматриваются и либо одобряются, либо отклоняются. Кроме того, обсуждается сюжет, та история, которая рассказывается с помощью танца и должна быть донесена до зрителей. И только после этого все фрагменты собираются воедино и номер репетируется как единое целое.

Именно так появились «Клоуны», «Крылья мечты», «Сердце». Все эти номера создавались самими ребятами. Задача руководителя-хореографа – собрать воедино все идеи, предложенные ребятами, и выстроить их композиционно, выстроить номер музыкально и логически, внести коррективы в элементы с учетом танцевальной техники. И тогда происходят чудеса. Рождаются номера с неповторимой харизмой и удачной судьбой.

Занятия в студии «Виват» проходят три раза в неделю по два часа. Каждое состоит из нескольких частей, подразумевающих смену деятельности, так что далеко не все время уходит на отработку номера



как такового. Первые 15–20 минут идет работа с ритмом, разминка, затем следуют хореографические упражнения, а также задания на равновесие, синхронность, координацию движений. Только после этого танцоры переходят к освоению или закреплению элементов репетируемого танца.

Дважды в месяц в студии проводятся занятия по изучению обязательной программы – классических балльных, латиноамериканских танцев и т.д. Это делается для того, чтобы обогатить арсенал танцевальных приемов, которыми владеют ребята, еще более усовершенствовать технику. При этом важно отметить, что все занятия являются инклюзивными и в них участвуют как люди с инвалидностью, так и волонтеры.

РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате участия в занятиях студии у людей с инвалидностью заметно улучшается самочувствие и настроение, повышается тонус, а многие говорят о том, что на них танцы действуют успокаивающе. Кол-

лективная и индивидуальная работа над номерами развивает мышление ребят, тренирует их память, вырабатывает привычку к концентрации и осознанному действию. Примерно каждый второй из постоянных участников заметил, что стал меньше болеть, а три человека, ранее практически не говоривших, стали больше разговаривать и общаться с товарищами. У всех появилось больше уверенности в себе и своем теле, что для людей с инвалидностью чрезвычайно важно. Еще одним значимым итогом занятий танцами стало то, что ребята увидели для себя хорошую возможность самовыражения, невзирая на ограничения по здоровью, а некоторые вообще впервые стали танцевать, чего никогда не пытались делать раньше.

Работа студии благоприятно отразилась также на общей атмосфере общения не только внутри организации, но и за ее пределами. Стало больше доверительного общения, сплоченности, взаимовыручки и взаимоуважения. Кроме того, занимающиеся в студии начали проводить больше времени вместе вне «Благого дела».

Немалые плюсы для себя находят и волонтеры, занимающиеся в «Виват». Многие из них говорят о том, что полученный опыт позволил им не только лучше налаживать контакт с людьми, имеющими инвалидность, но и способствовал преодолению личной боязни сцены и выступлений на публике.

Что же касается самой публики, приобщающейся к творчеству студии, то у нее происходит позитивное изменение отношения к людям с инвалидностью и их креативным возможностям. Имеющиеся стереотипы переосмысливаются, и таким образом



культура выводится на качественно иной, более высокий и глубокий уровень восприятия и понимания.

Танцевальная студия «Виват» – лауреат городских, областных, межрегиональных и международных фестивалей и конкурсов. Она ведет активную концертную деятельность. В репертуаре коллектива более 20 номеров: бальные, народные, современные и эстрадные танцы.

В дальнейших планах студии «Виват» – продолжение творческого экспериментирования, проба новых стилей и направлений танцевального искусства, благо в настоящее время коллектив стал более стабильным по своему составу. Было бы очень желательным привлечение новых волонтеров, особенно мужчин, для усиления инклюзивной составляющей. Также назрела потребность в расширении взаимодействия с профессионалами – хореографами, художниками по костюмам, декораторами и т.д., поскольку именно высокого профессионализма студии пока недостает. Конечной же целью тут видится переход к выступлениям на профессиональной сцене и достижение того, чтобы в зрительском восприятии «Виват» лишь в самую последнюю очередь понимался как творческий коллектив людей с инвалидностью.

ВДОХНОВЛЕННЫЕ
СЦЕНОЙ

Солнечный мир

Солнечный мир

ЗЛОБИНА ЕКАТЕРИНА
АЛЕКСАНДРОВНА,
РОМАНОВА ТАТЬЯНА ГЕННАДЬЕВНА,
старшие воспитатели
КГБУ СО «Психоневрологический интернат
для детей «Подсолнух».

ОБ ОРГАНИЗАЦИИ

Мы представляем интернат для детей с нарушениями развития. Думая над вопросами их социализации, мы опираемся на концепцию нормализации жизни, отдавая предпочтение интеграции различных форм и методов, людей и мнений в реализации творческого процесса. Вместе с тем, под социокультурной реабилитацией мы понимаем

комплекс мероприятий и процесс, имеющий целью помочь человеку с особенностями в развитии достигнуть оптимальной степени участия в социальных взаимосвязях, необходимого уровня культурной компетенции реализации культурных интересов и запросов, а затем поддерживать их. Это обеспечивает ему средства для позитивных изменений в образе жизни и наиболее полную интеграцию в общество за счет расширения рамок его возможностей, что в свою очередь подразумевает формирование независимости.



ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Социокультурная реабилитация детей и подростков в КГБУ СО «Психоневрологический интернат для детей «Подсолнух» решает задачи социально-личностного развития воспитанников с умственной отсталостью, позволяет улучшить их адаптивные навыки. Преподавание танцев в интернате обусловлено необходимостью осуществления деятельности, направленной на преодоление дефицитов психического и физического развития воспитанников интерната средствами музыкально-ритмической деятельности. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с ограниченными возможностями здоровья часто наблюдается нарушение двигательных функций. Также отмечается отсутствие ловкости и плавности движений; излишняя скованность и напряженность; ограничение амплитуды движений. Специфические особенности моторики обусловлены, прежде всего, недостатками высших уров-



ней регуляции. Отсутствие или ограничение двигательной активности тормозит естественное развитие ребенка, вызывая цепь негативных реакций организма: ослабляется сопротивляемость к простудным и инфекционным заболеваниям. С учетом изложенного выше понятна актуальность достижения умственно отсталыми детьми такого уровня физического развития, который позволит им адаптироваться к социальным нормам и предстоящей самостоятельной жизни.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

С целью организовать системную работу в реализации программ социокультурной реабилитации в интернате шесть лет назад была создана хореографическая студия «Пора радости» (художественный руководитель студии – Тропина Татьяна Петровна). Преподаватель создал и реализует программу художественно-эстетического направления «Солнечный мир танца».

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, сценическое движение, художественное слово. Они даются детям в игровой форме и адаптированы для детей с умственными отклонениями. Ее отличительной особенностью является активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса.

Программа состоит из четырех разделов.

Раздел «Азбука танца» раскрывает для детей мир танцевальных движений, направлен на привитие навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. Изучение



основных положений рук и ног, изучение рисунков танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, исправляют осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии. Упражнения в разделе подготавливает детей к изучению более сложных элементов, этюдов, танцев.

Раздел «Танцевальный экзерсис».

Включенные в раздел упражнения способствуют развитию и укреплению мышц, исправлению физических недостатков в осанке, вырабатывают умение владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, позитивно влияют на работу органов дыхания и кровообращения.

Раздел «Ритмические упражнения»

включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для воспитанников, слушание и разбор танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формированию восприятия музыки, развитию чувства ритма и лада, обогащению музыкально-слуховых представлений, развитию умения координировать движений с музыкой.

Раздел «Репетиционно-постановочная работа»

включает изучение народных танцев, плясок и современных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы воспитанники исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.



Занятия по программе проводятся 2 раза в неделю с младшей группой (7–10 лет), 3 раза в неделю – со средней группой (10–14 лет), 4 раза в неделю – со старшей группой (14–18 лет).

ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ

В качестве главных методов программы избраны следующие:

- ▶ Словесный метод – универсальный метод обучения, с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приемов использования слова в обучении: рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

- ▶ Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися програм-

мы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию видеозаписей, рисунков, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

- ▶ Практические методы основаны на активной деятельности самих воспитанников.

- ▶ Игровой метод используется при проведении музыкально-ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определенного результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

- ▶ Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с

животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Все занятия проходят с применением здоровьесберегающих технологий, с соблюдением всех принципов специальной педагогики, с учетом индивидуальных особенностей организма каждого ребенка, на основе личностно-ориентированного, дифференцированного, разноуровневого подхода.

На протяжении всего времени с начала реализации программы наблюдается положительная динамика в развитии воспитанников. Дети научились общаться в группе сверстников, соотносить с ними свои интересы, расширились рамки культурного развития, воспитанники освоили нормы нравственности, научились работать в команде, нести ответственность за выполнение поставленной задачи, что, в свою очередь, улучшило их возможности в самоорганизации. У ребят, занимающихся в студии, наблюдается умение переносить культуру поведения и общения в танце (танцевальный этикет) на межличностное общение в повседневной жизни.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Все поставленные программой задачи реализуются в полном объеме, о чём свидетельствуют полученные награды за выступления на различных творческих площадях города, страны. Танцевальный коллектив вокально-хореографической студии принимает участие в фестивалях,

конкурсах, смотрах различного уровня. За время существования творческий коллектив студии «Пора радости» добился больших успехов.

В 2018 г. в Санкт-Петербурге прошел 11-й Международный творческий фестиваль «Шаг навстречу!» для детей с ограниченными возможностями. По итогам фестиваля коллектив хореографической студии «Пора радости» награжден дипломом первой степени лауреата фестиваля. Они уже дважды были участниками Международного благотворительного фестиваля танца «Inclusive Dance». Неоднократно ребята участвовали в краевых и городских фестивалях. Все достижения стимулируют участников хореографической студии «Пора радости» к дальнейшим тренировкам, репетициям, стремлению достигнуть новых высот.

Мы видим следующим этапом развития включение в работу студии инклюзивных номеров, участниками которых станут успешные профессиональные танцоры и дети с тяжелыми множественными нарушениями развития, с развитием двигательных навыков детей, восприятия музыкально-ритмических композиций, умения быть участником совместной деятельности. В качестве наставников для младших и более слабых партнеров станут участники студии «Пора радости». Мы полагаем, что это выведет работу ребят и хореографов на совершенно новый качественный уровень, позволит ребятам почувствовать себя в качестве наставников и профессионалов, а также реализовать себя творчески, становясь активными участниками подготовки танцевальных номеров.

ВДОХНОВЛЕННЫЕ
СЦЕНОЙ

Венский вальс для Юли и Вани

БОЙКО ГАЛИНА АЛЕКСАНДРОВНА,
председатель Заднепровской районной
организации Смоленской областной
организации ВОИ,
руководитель коллектива «Дети XXI века».

ОБ ОРГАНИЗАЦИИ

Я была избрана председателем Заднепровской районной организации СОО ВОИ в 2010 году. В организации меня приняли очень тепло. Она состояла исключительно из пожилых людей – более 2 000 человек. Вскоре я уже не могла дня представить без них, без решения их проблем, которых было много. Но, как бы ни загружала себя работой, я скучала по детям, с которыми как учитель начальных классов проработала много лет. Их там просто не было. Детей-инвалидов не было и на улице, их просто не было видно в городе...



ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

У меня в друзьях были и учителя, и врачи. К ним-то я и обратилась, и попала в самую точку. Дети наблюдались у врачей, обучались на дому. Очень больные детки, все колясочники, с серьезными диагнозами. Получив разрешение на встречи, я пошла, так сказать, в гости. Шло всё по одному сценарию. Встречали меня дети, истосковавшиеся по общению, показывали игрушки, предлагали поиграть, часто непонятной речью что-то пытались рассказать. И я вдруг поняла, что не только они меня ждали, но и мне они необходимы. Будто я была рождена именно для того, чтобы их выслушать, с ним поиграть, вот так просто войти и подружиться. Милые, открытые...

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Первой проблемой оказались их родители. Как я ни пыталась найти сравнение помягче, кроме кошки, защищающей своего котенка, я ничего не находила. Настороженность, нежелание общаться, даже просто входить в контакт. А я продолжала приходить каждый вечер в гости, разрешая за мной наблюдать. Я понимала, что никакой работы с ребенком не будет, если меня не примут родители, если не поверят, если я их не отопрею, если не смогу дать понять, что в их дом я пришла с добром.

Когда набралось десять семей, я рискнула предложить родителям пообщаться вместе. К моей радости, ни одна семья не отказалась. Мы просто пили чай. Ни слова о проблемах, ни слова о горе. Мы просто отдыхали. Лед тронулся. Был смех, всё более непринужденный, смешные истории. А не повторить ли нам это в конце каждой недели? ПОВТОРИТЬ!.. И так несколь-



ко раз. Я ничего не навязывала, только старалась угадать каждую маму, составить портрет, найти сравнение, найти общее у моих новых друзей.

На откровенный разговор вышли они сами. Вот так и спросили: «Галина Александровна, что дальше?» Вопрос был настолько неожиданным, что я смутилась... Я стала «своей». Ответ мой был прост: «Мы будем жить, только жить будем весело, так, как каждый из вас мечтает». Детей мы долго не трогали, я просто приходила к ним по-прежнему в гости. А вот с родителями встречались очень часто. Круглые столы, тренинги, которые я придумывала сама, так как уже знала родителей.

Первое мероприятие, которое я подготовила с детьми, – это маленький концерт, всего из 15 участников. Со сцены я не сошла ни на минуту. Очень трудно было подготовить номера. Но свою радость я не забуду до конца. Девочка, плохо говорившая, вдруг запела. Не было фальши,



и слова получались чище, чем при обычном разговоре. Определился и прекрасный чтец. Нашелся мальчик, играющий на флейте. А главным номером оказался танец. Танцем его назвать было трудно, но он оказался первым, где была девочка-колясочница, а партнёром быть пришлось мне... Много фестивалей прошло с тех пор. Мы собираем полные залы в лучших культурных центрах Смоленска, даем много выездных концертов, но первый наш фестиваль мы помнить будем всегда. Так родился коллектив «Дети XXI века».

А дальше пошло легко. Родители приводили новые семьи и уже без меня вводили во все наши интересные дела. Уже сами поддерживали, сами рассказывали. И детей становилось всё больше. Не только инвалидов, но и их здоровых братьев и сестер, а позже – и просто детей из знакомых семей.

Новый год – любимый праздник для всех детей. Но как его сделать особенно ра-

достным? Задолго до праздника узнавала у каждого ребенка, кем бы он хотел быть. Конечно, получалось много зайцев, медведей и других персонажей. Только после этого писала сценарий, чтобы дети были не зрителями, а участниками. Придумывалась сказка, в которой каждому была своя роль. Только Снегурочка была одна – девочка-колясочница. Однажды вышло так, что еще одна девочка очень хотела быть Снегурочкой. И тогда была поставлена сказка «Межгалактический Новый год» Одна Снегурочка с планеты Земля, другая – с другой планеты. Встретились, подружились...

В нашем коллективе проходит много мастер-классов на разные темы, экскурсий, мы изучаем свой край, вместе ходим на концерты, в кино. Есть у нас одно правило. У нас много колясочников, но мы никуда не пойдем, если хоть один колясочник, желающий посетить мероприятие, не может этого сделать. Тогда подключаемся все и решаем эту проблему.

Что еще отличает нас от других организаций? Со многими детками этой категории занимаются специалисты «со стороны». У нас же используется нерастраченный опыт родителей. Они проводят все мастер-классы, все занятия. Это – тоже специалисты, но свои, родные. Есть у нас и старшее поколение со своими традициями. Они очень тепло относятся к детям, а те – к ним. Не забыты ветераны, которые получают подарки, сделанные ручками детей. Вот и получилась крепкая семья, связь между поколениями, что очень важно при воспитании.

Отдельная история с танцами. Мы трудно шли к ним... Я ходила к одной девочке с тяжелой формой ДЦП. Она не может даже управлять коляской, но при вопросе: «Что бы ты, Настенька, хотела?» был один ответ: «Танцевать». КАК? Вот тогда и пришло в голову таких деток переодеть в чайки (белые платьица) и при закрытом занавесе усадить на «море», большой кусок голубой ткани, который дети поднимали, имитируя волны. Казалось бы, примитивно, но радость ребенка подняла зал... На искаженном болезнью личике не уходила улыбка, Настя ТАНЦЕВАЛА. Вот оно, счастье, ради которого можно не спать, не бояться усталости и творить дальше.

Наша главная цель – прожить в танце свою жизнь, справиться с болью, показать, что мы чувствуем, рассказать о своих мечтах. Каждый танец – это история.

Например, Юлечка. Девочка, победившая злокачественную опухоль спинного мозга, перетерпевшая все муки. Теперь она передвигается на коляске. У нее в коллективе появился верный друг – Ваня. Мальчик,



никогда не занимавшийся бальными танцами, до изнеможения учил вальс, джайв, самбу у знакомой студентки, будущего хореографа, – только для того, чтобы Юля забыла свои беды. Еще дома мы называли её нашей принцессой. А когда в 2017 году поехали на Инклюзив Дэнс, приложили все усилия, чтобы одеть ее как можно красивее. Женщина, член организации,



заслуженная артистка, подарила ей перед поездкой свою диадему. Для Юли и Вани мы поставили танец «Венский вальс» – рассказ о бале, на котором она была со своим принцем. На фестивале девочку заметили, и все называли принцессой...

Маленький Витя два года назад не ходил. Семилетний ребенок перенес более десяти операций. Желание танцевать на ногах помогло Вите покинуть коляску. Танец «Мама, я вернулся!» рассказывает об этом. Желание победить, мамино ожидание оставляет коляску одинокой на сцене, Витя уходит с мамой на ногах.

В танце «Молитва» девочки, танцуя, не могут сдерживать слёз. В каждой роли – судьба каждой. Запутавшаяся, страдавшая девочка-сирота идет доверчиво на зов ангела, зная, что всё в жизни получится, надо правильно жить.

Работать с детьми не трудно, а еще и интересно, если у человека будет «одно» – любовь к этим детям. Тогда сердце подскажет, как поступать, а

зарплатой станет улыбка, их радость, счастливые возгласы при встрече с вами. У нас нет помещения для репетиций. Но есть возможность ходить друг к другу в гости, репетировать частичками, а потом соединять и радоваться, как из малого получается великое. Не надо зазывать детей в организацию, надо просто подружиться с родителями, отмечая с ними праздники, отдыхать от проблем вместе или просто вместе с ними прокатить коляску с ребёнком по городу.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Где бы мы ни участвовали в значимом мероприятии, жить ребенку в родном городе. Одна из главных наших целей – ввести его в жизнь города, сделать его узнаваемым. Мы добились того, что ни один праздник в Смоленске не проходит без участия коллектива «Дети XXI века». Нас ждут, нам рады. Все ребята учатся в школах. Все после школы получают профессии. Мы за них спокойны, город их принял.

ВДОХНОВЛЕННЫЕ
СЦЕНОЙ

Сказка идет

В ГОСТИ

Сказка идет В ГОСТИ

АБРАМОВА ЕЛИЗАВЕТА АРИЕВНА,
директор Чувашского государственного
театра кукол,
заслуженный работник культуры Чувашской
Республики.

О КОЛЛЕКТИВЕ

Активная деятельность по социально-культурной реабилитации инвалидов в профессиональном творчестве нашего театра (с выделением в целое направление – социальная работа) началась в 2008 году с реализации первого социального проекта при поддержке Минкультуры России «К тебе сказка в дом пришла», адресованного лежачим детям-инвалидам. Реализация этого проекта стала отправной точкой деятельной работы в системе грантов, среди которых особое место стали занимать социальные целевые проекты, направленные на улучшение качества жизни особенных людей.



ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Сегодня театр проводит работу по социально-культурному обслуживанию различных групп людей с особенностями развития: слабослышащие, слабовидящие и незрячие (дети и взрослые), лежачие и колясочники, онкобольные (дети и взрослые), постинсультные и постинфарктные (взрослые), дети с ДЦП, с синдромами РАС (аутизм) и Дауна.

Социально-культурная реабилитация инвалидов для нашего коллектива – это различные практики, реализованные как в театре или на площадках социальных партнеров, так и в квартирах, где живут лежачие дети-инвалиды.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Первая практика – обслуживание лежачего ребенка-инвалида на дому

Слово «детство» вызывает в нашем сознании ностальгические воспоминания о самой замечательной поре человеческой жизни. Но, к сожалению, есть и другое детство, когда ребятишки вследствие различных заболеваний прикованы к по-



стели, инвалидной коляске. Окружающий мир сосредоточился для них в обычной типовой квартире. Им не дано играть во дворе дома с друзьями, отдыхать летом на природе, купаться в речке, заниматься активным спортом... Наш долг – делать все возможное, чтобы привнести в их однообразные серые будни пусть небольшую, но осязаемую радость бытия, веру в человеческую добродетель и надежду на лучшее.

В 2008 году Чувашский театр кукол вышел с необычным проектом «К тебе сказка в дом пришла» для участия в Федеральной целевой программе «Культура России (2008–2010 гг.)». Целью проекта было создание и прокат выездных спектаклей как средства реабилитации лежачих детей-инвалидов. Минкультуры России поддержало проект, в рамках которого в 2009 году режиссером – заслуженным артистом Чувашской Республики Юрием Филипповым были созданы две камерные постановки («Наивный Суслик» и «Белая кошка») для показа в обычной жилой квартире.

Аналога данному проекту в то время еще не было, наш опыт был первым. Проект «К тебе сказка в дом пришла» обратил на себя внимание широкой общественности, им заинтересовались театры кукол других регионов, так как он открыл новые (немедикаментозные) технологии в реабилитации лежачих детей-инвалидов с помощью нетрадиционной «сказочной терапии».

Осенью 2009 года журналисты канала «Russia Today» посетили Чувашию для съемок особо значимых событий. Из предложенных главных республиканских новостей они крайне заинтересовались реализацией нашего проекта. Съёмочная группа побывала в гостях у особенного

ребенка – Леночки Машенцевой, к которой театр кукол приехал в гости с моноспектаклем «Наивный Суслик».

Наша практика «Сказка на дому» положительно зарекомендовала себя не только в Чувашии, но и за ее пределами (Литовская Республика, Волгоградская, Ульяновская, Курганская и Владимирская области, Ханты-Мансийский автономный округ (Югра), республики Татарстан, Башкортостан, Коми). Пока есть дети, которые не могут в силу физического недуга посмотреть сказочный спектакль на профессиональной сцене, данная практика культурного обслуживания будет социально востребована, а у маленького особенного зрителя и его родителей будет надежда, что «сказочная терапия» дома обязательно поможет ребенку в длительном реабилитационном процессе.

Вторая практика – совместные просмотры особенных и обычных зрителей

В 2012 году в федерально-целевом проекте при поддержке Минкультуры России театр выпустил спектакль «Носорог и жирафа» Х.Гюнтера (режиссер – Владимир Куприн, приглашенный из Волгоградского театра кукол). Новый проект, направленный на совместные просмотры спектакля особенными и обычными зрителями, стал переходом на новый этап в обслуживании людей с особенностями развития и их интеграции в здоровую среду.

В современном цивилизованном обществе практика совместных просмотров крайне целесообразна: особенные дети интегрируются в обычную среду, а у обычных – воспитывается толерантное, гуманное отношение к детям с особенностями развития.

Пьеса «Носорог и жирафа» для реализации проекта выбрана не случайно: ее основные герои (неуклюжий Носорог и грациозная Жирафа) такие разные, но это ничуть не мешает им дружить, быть искренне привязанными друг к другу. Добрый спектакль о дружбе Жирафы и Носорога подкупает искренностью и чистотой чувств, что настраивает обычных детей к положительному восприятию особенных ребят и формирует здоровый климат в зале, где есть особенные и обычные дети.

Практика совместных просмотров – наиболее распространенный сегмент в работе по социальной адаптации особенных людей, которая осуществляется постоянно.

Третья практика – обслуживание стационарных больных с сосудистыми заболеваниями

Второй социальный (пилотный) проект 2012 года родился в партнерстве с ОО «Союз женщин Чувашии» и Минздравсоцразвития Чувашии при поддержке Благотворительного фонда «РЕНОВА». В рамках проекта создан специальный спектакль-водевиль «Беда от нежного сердца» В.Соллогуба (режиссер – заслуженный артист Чувашской Республики Юрий Филиппов) для взрослых, находящихся на стационарном лечении после перенесенного инсульта или инфаркта.

Водевиль – легкий музыкальный жанр драматического искусства, неизменно включающий в себя незамысловатый комический сюжет, веселые песенки-куплеты и танцы. Подобное игровое действие, как правило, положительно воспринимается зрителем. Театральная «лечебная терапия» в виде задорного смеха, душевного подъема, вызван-

ного радостными эмоциями, а также приятных на слух мелодичных песен, которым хочется подпевать, повышает у больных позитивную мотивацию к жизни и помогает в социальной реабилитации.

Четвертая практика – обслуживание незрячих и слабовидящих

В апробированной практике социально-культурной реабилитации инвалидов есть и обслуживание особенных детей с проблемами зрения. Эта работа началась с социального проекта «Потрогай сказку», направленного на незрячих и слабовидящих детей. В реализации проекта была создана адресная постановка «Что такое настоящий сюрприз?» З.Алегриной, премьера которой состоялась 15 октября 2015 года в Чебоксарской специальной (коррекционной) общеобразовательной школе-интернате для детей с нарушением зрения в рамках III Международного особенного фестиваля для особенного зрителя «Одинаковыми быть нам необязательно».

«Что такое настоящий сюрприз?» – совместная игра профессиональных акте-

ров и слабовидящих или незрячих детей, вовлеченных в игровое действие, основанное на восприятии звуков и запахов, на тактильных ощущениях. В интерактив спектакля одновременно можно привлечь четырех особенных зрителей – непосредственных участников театрального действия, а также от десяти до пятнадцати сидящих в первом ряду зрительного зала. Кроме того, сочная палитра красок, яркие планшетные куклы, привлекательные, в африканских мотивах, костюмы актеров дают возможность слабовидящим детям увидеть постановку, если они находятся не в игровой (сценической), а в зрительной зоне.

Режиссер и художник особенной постановки – главный художник Набережночелнинского государственного театра кукол, заслуженный деятель искусств Республики Татарстан Алексей Митрофанов. До нас он уже имел опыт создания такого спектакля в качестве художника-постановщика. Для эффективной реализации данного проекта программка спектакля и текст пьесы были набраны шрифтом Брайля.

Этот спектакль театр показывал в специализированных детских садах и общеобразовательных школах Чувашской Республики и Республики Татарстан.

Пятая практика – обслуживание детей с аутизмом

В рамках федерально-целевого проекта: «Театр + общество: театральные постановки для детей с ограниченными возможностями» театр выпустил спектакль «Сколько цветов у радуги?» А.Бродичанского, адресованный детям с аутизмом и





повествующий о мальчике с синдромом РАС (аутизм). Апробация проекта прошла на двух площадках: в Реабилитационном центре для детей Минтруда Чувашии и детском стационарном (реабилитационном) отделении Республиканской психиатрической больницы. Премьера спектакля состоялась 17 октября 2016 года в дни проведения в Чебоксарах IV Международного особенного театрального фестиваля-форума для особенных зрителей «Одинаковыми быть нам необязательно». Постановщик спектакля – приглашенный из Франции режиссер-кукольник Мишель Розенманн.

Добрую театральную сказку с реальным жизненным «лицом» о двух братьях, один из которых был, как и они, ребенком-аутистом, особенные зрители смотрят с живыми детскими эмоциями, с активным восприятием действия. По реакции большинства детей чувствуется, что они понимают, о чём спектакль, и что их волнует происходящее.

Практика работы с данной группой особенных детей проходит чаще всего в социально-реабилитационных центрах (в привычной для них обстановке) с показом спектакля группе детей с аутизмом и их родителям или, при необходимости, одно-



му ребенку в сопровождении взрослого. Бывает, что просмотры проходят и на сцене Чувашского театра кукол в рамках совместных акций с социальными партнерами или в декаде благотворительных спектаклей, посвященных Международному дню инвалидов.

Шестая практика – творческая мастерская

Автор целого ряда проектов – Елизавета Абрамова является членом Президиума Союза женщин Чувашии. В партнерстве с этим общественным движением был реализован целый ряд проектов, поддержанных грантами Президента Российской Федерации для НКО. Последний из них – «ОСОБЫЕ – РАЗНЫЕ – РАВНЫЕ» – творческая семейная мастерская-студия для детей с ограниченными возможностями здоровья как средство образовательной и социальной инклюзии – получил поддержку в 2018 году и подтверждает в очередной раз постоянную системную работу коллектива театра по «Терапии театральным искусством».

РЕЗУЛЬТАТЫ

На сегодняшний день из 23 успешно реализованных театром целевых проектов 15 имеют социальную направленность, призваны помочь особенным людям ин-



тегрироваться в здоровую среду. Выполняя многолетнюю миссию по культурному обслуживанию людей с ограниченными возможностями здоровья, театр получил огромный опыт, бесценные положительные наработки в различных практиках. Многим из наших зрителей «театральная прививка» помогает взглянуть на мир вокруг другими глазами и почувствовать себя равноправными гражданами в обществе.

Сегодня у театра много последователей среди коллег-кукольников, мы делимся опытом, учимся друг у друга. В конечном

итоге растет и качество нашей совместной работы в культурном обслуживании особой категории граждан России, нуждающихся не только в эмоциональной, духовной поддержке, но и гораздо больше в том, чтобы мы в них верили, давая возможность воплощать свои замыслы.

Заслуженный авторитет, положительный имидж Чувашского государственного театра кукол, сложившийся за последние годы в российских театральных кругах кукольников – это тоже результат значимой системной работы коллектива по социальной реабилитации особенных людей.



ВДОХНОВЛЕННЫЕ
СЦЕНОЙ

Ты – моя радость!

АФОНАСЕНКО МАРИНА ПЕТРОВНА,
режиссер ФГБОУ ВО «Сыктывкарский
государственный университет им. Питирима
Сорокина».

О КОЛЛЕКТИВЕ

В 2010 Министерство образования республики Коми
предложило мне организовать коллектив для незрячих
детей в Республиканском центре дополнительного обра-
зования. Так появился театр «Радость моя».



ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Затем он перешел в вуз, где я работаю, к незрячим актерам присоединились ребята с другими особенностями в возрасте от 10 до 40 лет, которые живут в семьях. Диагнозы самые разные: эписиндром, органическое поражение головного мозга, незрячие, ДЦП, несахарный диабет, пангипопитуитаризм, синдром пустого Турецкого седла, гемипарез, синдром Дауна, астигматизм второй степени, отставание в развитии, врожденный порок ЦНС, синдром Арнольда-Киари, спинномозговая грыжа, туберозный склероз.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Основная деятельность коллектива – создание театральных постановок (спектаклей, миниатюр). Кроме того, мы танцуем, проводим балы, занимаемся декоративно-прикладным творчеством, делаем поделки к различным праздникам, ходим в походы, совершаем паломнические поездки.

Занятия проводятся строго по расписанию два раза в неделю. Дополнительные встречи и мероприятия организуются вне репетиционного времени.

Занятия проходят в виде актерских тренингов, по той же схеме, как в обычном театральном коллективе:

- ▶ приветствие;
- ▶ сообщение режиссера о плане работы (чем мы сегодня займемся, новости, разбор предыдущих событий);
- ▶ начало занятия.

Коллектив стоит в «стайке» (свободно по сцене). К сцене ребят надо приучать сразу, иначе многие потом откажутся подниматься на нее из страха. Актеры понятие «стайки» осваивают быстро.

Начинаем с упражнений по речи: сначала артикуляционная гимнастика. Ребятам надо показывать упражнение, объяснять и помогать своими руками. Как это – сморщить лоб или найти языком щечку? Затем тренируем голос. Здесь тоже всё показываем, объясняем, помогаем. Затем речевые упражнения (стихи, рифмовки). Упражнения на речевую координацию. Упражнения в парах и т.д. Надо следить, чтобы актер правильно понимал упражнение, необходимо добиваться верного выполнения задания. Хвалить актера нужно за малейшее его достижение, важно, чего именно он добился. Если не получается – попробовать другие варианты выполнения.

Затем идут упражнения на движение. Учим танцевальные комбинации под счет, совсем простые, но очень важные для развития ритма, слуха, памяти. Например: на «раз» – шаг вправо, на «два» – ножку приставить, руки выполняют в это время движение «паровозик», «три» – хлопок, «четыре» – пауза. В другую сторону так же. Ребята благодаря таким упражнениям хорошо усваивают танцевальный счет.

Комплекс упражнений в парах: «Зеркало», «Зеркало с повтором», «Скульптор и глина», «Тень»...

Упражнения в группах: «Тройки», «Скамейка», «Трое», «Кукла», этюды, «Крокодил», озвучка...

Упражнения коллективные: хлопки, ритм, треугольник, шифровка, цифры, предмет.

Упражнения в полукруге (сидя): «Машинка», «Арифмометр», «Японский веер», «Картинки», «Кинолента видений», «Оправдание предмета».

С каждым занятием упражнения усложняются. Учим скороговорки, проговариваем их с выполнением разных заданий. Учим рифмовки, детские стихи поэтов А.Усачёва, П.Синявского, М.Бородицкой, Г.Остера, стихи с повторами, игровые. Такие стихи могут вылиться в этюды, миниатюры, небольшую сценическую программу.

Многие упражнения проходят с музыкальным сопровождением. Даже если у актера большое интеллектуальное отставание, музыку он понимает, музыка ему помогает, дает опору.

Затем начинаем работу над постановкой спектакля. Режиссер знакомит актеров с материалом для постановки. Разъясняет, разбирает незнакомые слова, выслушивает мнения ребят о материале. Затем идет распределение ролей. Каждую роль разбираем на общих занятиях. После этого начинаются репетиции. Они проходят каждый раз после актерского тренинга. Задача режиссера – чтобы каждый актер имел роль.

Роли распределяются в соответствии с возможностями особых актеров и таким образом, чтобы эти особенности были малозаметны для зрителя. Главное – чтобы актер в своей роли был успешен. Это самое главное условие! Еще важно, чтобы актер, даже если он не понял задачу своей роли, почувствовал ее, например, эмоционально. Репетиция проходит не быстро. Маленькими шажками мы движемся к результату. Важно каждый раз закреплять пройденный материал.

С первой же репетиции мы используем музыку, это важно для особых актеров. Важно также научить актеров ориентироваться в сценическом пространстве. Они овладевают понятиями: кулиса, авансцена, задник, кар-



ман. С незрячими актерами надо это пространство хорошо «рассмотреть» и выучить. Через небольшое время особые артисты хорошо ориентируются на сцене.

Спектакли в театре «Радость моя» продолжают 20–25 минут, первые спектакли были по 15 минут. Время постепенно увеличиваем. Но больше 25 минут спектаклей не будет: для участия в конкурсах и фестивалях работы большей продолжительности не принимаются.

Обратим внимание на материал для постановок спектакля. Сначала работа велась над детскими коротенькими стихами, над детским фольклором, над миниатюрами с игрой слов. Актерам это понятно, и работать над таким материалом им интересно, даже весело. Затем стихотворения для работы были более объемные. Взяли стихи С.Маршака «Багаж» и «Вот какой рассеянный». Стихи актерам понравились, и за работу взялись с удовольствием. Для этого спектакля были сшиты красивые

костюмы, самооценка у артистов сразу поднялась: «Я – настоящий артист». В спектакле много движений, перестроений, всё это под музыку. Все актеры с полученной задачей справились, и спектакль оказался очень успешным.

Затем взялись за творчество замечательного автора С. Козлова. Его истории о Ёжике и Медвежонке всем артистам необыкновенно понравились. Каждый актер получил роль либо Медвежонка, либо Ёжика. В спектакле пять Медвежат и пять Ёжиков, и каждая пара рассказывает свою историю. Еще в спектакле есть Звёзды, Осенние листья, гриб Лисичка и разные насекомые: бабочки, стрекозы... Сами актеры искренне верят в ту историю, которую рассказывают, переживают за своих героев и сочувствуют другим. В спектакле использована фортепианная музыка. Актеры хорошо помнят, какая музыка в каком отрывке звучит. Спектакль тоже успешен.

Следующий спектакль – «Серая шейка» по одноименной сказке Д. Мамина-Сибиряка. В этом спектакле главную роль играла девочка на коляске. Но так как она не могла передвигаться самостоятельно по сцене и говорить, коляской управляла и озвучивала Серую шейку студентка, актриса студенческого театра. В спектакле летали снежинки и осенние листики в исполнении актеров театра, прыгал друг Серой шейки – Заяц и пыталась съесть ее Лиса. А дедушка в исполнении актера студенческого театра спас уточку и забрал ее домой.

В нашем репертуаре есть и сказка по одноименной пьесе В. Лифшица и И. Кичановой «Таинственный Гиппопотам». Героя, бегемотика Борю, играет девочка на



коляске, удава Устина – незрячий актер... Самое удивительное, что юный зритель никогда не удивляется, что бегемотик на коляске, для зрителя это не важно. Важно то, что происходит с героем и его друзьями.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Каждый год в театре проходит премьера одного спектакля. Несколько миниатюр в год готовятся к различным концертам. Актеры знают танцы для бала: вальс, три разные польки, краковяк, русский лирический, котильоны, контрдансы, кадрили.

Однако для нас не менее важны и другие результаты. Два актера стали говорить и самостоятельно передвигаться по сцене, все без исключения улучшили качество речи. Участники научились распределять свое время, приобрели новых друзей, новое окружение, научились грамотно проводить свой досуг, приобрели новые знания, умения, принимают участие в организации мероприятий, то есть стали благотворителями, а не «благополучателями». Иными словами, стали полноценными членами общества.

ВДОХНОВЛЕННЫЕ
СЦЕНОЙ

Театр, где все на равных

МАЛАМУРА ВАЛЕРИЯ ИГОРЕВНА,
продюсер АНО «Центр развития
творчества» («Театр равных»),
г. Воронеж.

О ТЕАТРЕ

В сферу СКРИ я пришла в декабре 2013 года с собственным проектом «Театр равных», который начала создавать с нуля. Цель проекта: создание безбарьерной творческой среды для всех людей вне зависимости от физических ограничений. В настоящее время являюсь продюсером АНО «ЦРТ» и директором «Театра равных».





ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ

В нашем коллективе играют 15 человек в возрасте 20–40 лет с различными физическими ограничениями: незрячие, тугоухие, ДЦП, травма головного мозга, замедленный рост, легкая степень

ЗПР, синдром Уильямса, травма позвоночника.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Вместе мы решаем несколько задач:

- популяризация идей инклюзии;
- постановка спектаклей, способных конкурировать с любительскими театрами;
- создание условий для творческого взаимодействия людей с инвалидностью и без нее.

Деятельность в театре проходит в нескольких вариациях:

- ▶ Постановка спектакля. Спектакль ставится режиссером-постановщиком, ведущим деятельность с момента выбора пьесы до выпуска постановки. Режиссер работает с каждым артистом, а также определяет самостоятельно сценографию спектакля. Репетиционный процесс занимает от двух до пяти месяцев в зависимости от сложности спектакля.



► Образовательный процесс. Артисты постоянно заняты в образовательных программах, проводимых как в индивидуальном, так и в групповом варианте. Актерское мастерство, техника речи, сценическое движение – всему этому артисты театра учатся непрерывно по два-три раза в неделю.

► Гастрольная деятельность. В данном случае происходит полномасштабная организация гастрольного выезда с момента согласования площадки выступления до самого показа спектакля. Определяются спектакль, способ перевозки артистов и декораций, место жительства, и решаются иные вопросы организационного плана.

РЕЗУЛЬТАТЫ

За четыре года «Театр равных» поставил 6 спектаклей, был в 20 субъектах Российской Федерации, постоянно принимает участие в федеральных и международных фестивалях и конкурсах.

Спектакли для людей с ОВЗ проходят бесплатно и привлекают к себе внимание представителей соседних регионов.

В Воронеже все мероприятия театра проходят в Театре юного зрителя. «Театр равных» функционирует при поддержке Правительства Воронежской области. В городе мы рассматриваемся не как инклюзивный проект, а как один из семи региональных театров, входящих в реестр региона.





ПОГРУЖЕНИЕ В КУЛЬТУРУ



ПОГРУЖЕНИЕ
В КУЛЬТУРУ

Путем ЭВОЛЮЦИИ

Государственное бюджетное учреждение культуры города Москвы «Государственный Дарвиновский музей».

ОБ ОРГАНИЗАЦИИ

На протяжении всей своей истории наш музей был открыт для широкой публики, в том числе посетителей с ограниченными возможностями здоровья. Еще в двадцатых годах прошлого века основатель и первый директор музея Александр Федорович Котс проводил экскурсии для незрячих посетителей. В своих залах Дарвиновский музей принимал выздоравливающих бойцов Гражданской и Великой Отечественной войн, помогая восстановлению общественных связей человека и наполняя его жизнь новым смыслом. Директор музея и его супруга Н.Н. Ладыгина-Котс взяли шефство над некоторыми московскими госпиталями, где читали лекции. С собой они приносили многочисленные экспонаты и наглядные пособия, помогавшие слушателям познакомиться с темой рассказа. Надежда Николаевна, будучи профессиональным психологом, проводила реабилитационную работу с ранеными женщинами, пострадавшими во время войны 1941–1945 гг.



В конце прошлого века, после того как музей получил собственное здание, нынешним директором Анной Иосифовной Ключиной было принято решение сделать его доступным для посещения маломобильными посетителями. Здание и подъезды к нему были оборудованы пандусами для посетителей на колясках, установлен подъёмник и оснащён всем необходимым туалет.

С 2003 года, благодаря инициативе заведующей справочно-библиографическим отделом Ольги Павловны Ваньшиной в сотрудничестве с генеральным директором НУ ИПРПП «Реакомп» Сергеем Николаевичем Ваньшиным, работа по приспособлению музея для инвалидов стала осуществляться более целенаправленно. Совместная работа продолжается и сейчас на основе заключенного между музеем и НУ ИПРПП «Реакомп» «Соглашения о сотрудничестве», подписанного 4 мая 2003 года. Это взаимодействие положило начало методически обоснованному комплексному приспособлению Государственного Дарвиновского музея для посещения инвалидами различных категорий. Уже с 2005 года в нашем учреждении реализуется долговременный проект по социокультурной реабилитации инвалидов музейными средствами. Это совместная работа сотрудников музея и реабилитационных учреждений, направленная на создание комфортной среды и разработку методов, помогающих интеграции инвалидов в культурное пространство.

Осуществляя координационную деятельность, музей разработал и внедрил собственную программу «Музей без барьеров». В рамках реализации Комплексной целевой программы «Социальная интегра-



ция инвалидов и других лиц с ограничениями жизнедеятельности города Москвы» музей постоянно сотрудничает с Департаментом социальной защиты населения. А 21 февраля 2013 года было подписано соглашение об установлении долгосрочного взаимовыгодного сотрудничества с Общероссийской общественной организацией «Всероссийское общество инвалидов».

На сегодняшний день музею есть чем гордиться: оба здания приспособлены для самостоятельного осмотра посетителями с инвалидностью, и создаваемые новые экспозиции строятся по принципу универсального дизайна. Постоянно разрабатываются новые программы и занятия, активно ведется выставочная деятельность, организуются праздники и массовые мероприятия, развивается методическая работа. Всё это направлено на включение психологических механизмов, способствующих внутреннему росту, развитию и адаптации инвалидов в различных социокультурных ситуациях. Посещение музея – это не

только познавательная составляющая, а, в первую очередь, эмоциональная мотивация активного образа жизни. Положительные эмоции и непосредственное общение разрушают внутренние барьеры и вовлекают людей в социум.

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Наш музей знают и постоянно посещают взрослые и дети со стойкими нарушениями здоровья, ежегодно их число превышает восемь тысяч человек (и это только посетители, имеющие официальный документ, подтверждающий инвалидность). Учесть же всех посетителей с особыми потребностями просто невозможно. Каждому человеку в течение всей его жизни бывают нужны особые условия (в силу возраста или временного нездоровья). Музей старается обеспечить такие условия и стать доступным для всех.

ТЕХНОЛОГИИ РАБОТЫ

Государственный Дарвиновский музей – крупнейший в мире и единственный в России инновационный культурный центр, популяри-

зирующий законы Природы, где экспозиция целиком посвящена процессу эволюции.

Музей постоянно разрабатывает и внедряет в практику инновационные проекты (как по информационному, так и по техническому воплощению), предоставляющие максимальный доступ населения к культурному наследию: система обучающих гидов, свето-видео-музыкальная программа «Живая планета», информационный центр «ЭкоМосква», единственная в России мультимедийная экспозиция «Пройди путем эволюции», доступная для самостоятельного осмотра незрячими посетителями, интерактивный центр «Познай себя – познай мир», созданный по принципам универсального дизайна, учебная и изобретательская лаборатории.

Музей является методическим центром естественнонаучных музеев России, распространяя свой передовой опыт на всей территории нашего государства.

Основополагающей задачей музея является передача духовных и культурных ценностей подрастающему поколению, способствуя формированию экологического мировоз-





зрения, содействуя воспитанию гуманной и социально ответственной личности.

Индивидуальные посетители в основной экспозиции могут воспользоваться аудиогидом на двух языках (на основе мобильного приложения), интерактивными экспонатами (для тактильного осмотра имеются подписи шрифтом Брайля), все видеофильмы в экспозиции имеют субтитры. Они могут посетить временные выставки с адаптированными образовательными программами или послушать лекции.

При групповом посещении музея можно узнать о законах Природы на тематических экскурсиях и занятиях, провести познавательно свой день рождения в музее. Ежегодно в музее проводятся массовые инклюзивные праздники для посетителей, организуются вечера встреч, мастер-классы и проходят познавательные программы. Более подробно познакомиться с ним можно на сайте музея <http://www.darwinmuseum.ru>

Для посетителя знакомство с музеем происходит гораздо раньше, чем человек попадает в его стены, поэтому на официальном сайте музея есть отдельный раздел. Здесь описывается приспособленность зданий музея, услуги, которые предлагаются и перечень дополнительных возможностей: <http://www.darwinmuseum.ru/section/muzej-bez-bar-erov>.

В разделе «Доступный музей» мы рассказываем о наших программах, делимся новостями о событиях, в том числе размещаем фото и видеофайлы наших посетителей. Важной составляющей работы сайта является его доступность для людей с ослабленным зрением или незрячим.

Во входной зоне Дарвиновского музея оборудован стенд, где имеется необходимая для посетителей с инвалидностью информация о помещениях и услугах музея. Здесь же указаны внутренние телефоны учреждения, по которым можно связаться с сотрудником музея. Он всегда сможет оказать помощь или дать необходимую консультацию. Бегущая строка и мультимедийный комплекс, размещённый возле касс, помогают посетителям сориентироваться и узнать о текущих и предстоящих событиях. Расписание работы выставок, время демонстрации фильмов и иных мероприятий позволяют посетителям оптимально спланировать свое пребывание в музее. На входной двери, в помещениях и залах музея размещены пиктограммы, сообщающие о возможности знакомства с экспонатами различными способами (например, с помощью тактильного осмотра).

Длительное время создание экспозиций музея ведется с учетом возможности

восприятия инвалидами различных категорий. Основная экспозиция музея приспособлена для осмотра слабовидящими и незрячими посетителями. Сотрудником музея О.П. Ваньшиной разработаны специальные маршруты для данной категории инвалидов и выбраны экспонаты, демонстрирующие этапы развития живой природы в залах музея. Все скульптуры доступны для тактильного осмотра, имеются рельефно-графические планы этажей музея и схемы экспозиции. Весь этикетаж доступных экспонатов продублирован шрифтом Брайля. В каждом разделе экспозиции есть интерактивные экспонаты, доступные, в том числе, и незрячим посетителям. В экспозиции под открытым небом («Экологическая тропа») установлены таблички с названиями растений, продублированные шрифтом Брайля.

Дополняет экспозицию тактильный осмотр специально подобранных экспонатов в методическом кабинете. Здесь можно внимательно «рассмотреть» чучела птиц и зверей, отдельные перья и шкурки животных, раковины моллюсков и окаменевшие



остатки древних организмов. Большим популярностью у посетителей (в том числе и с инвалидностью) пользуется живая экспозиция музея «МиниЗоо». Взрослые и дети с удовольствием знакомятся с живыми насекомыми. Это непосредственное взаимодействие с экзотическими представителями фауны оставляет яркое эмоциональное впечатление у посетителей.

Выставочная деятельность музея представлена несколькими направлениями:

- ▶ приспособление выставок музея для инвалидов различных категорий;
- ▶ организация выставок творческих работ людей, имеющих стойкие нарушения здоровья;
- ▶ разработка и демонстрация передвижных выставок на других площадках;
- ▶ представление деятельности музея на специализированных выставках.

При создании выставок в музее учитываются возможности знакомства с ними разных категорий посетителей: разрабатываются культурно-образовательные программы, учитывающие потребности каждой группы.

Ежегодно сотрудниками музея проводится более 100 специализированных экскурсий и занятий для посетителей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, глухих и слабослышащих, слепых и слабовидящих, с нарушением ментального развития и РАС. Музей принимает гостей из центров социального обслуживания, интернатов, специальных детских учреждений и экскурсионные группы из различных уголков России. Многие из них становятся нашими друзьями и посещают музей регулярно.

Музеем разработано несколько тематических программ. «Мир в руках» – программа Государственного Дарвиновского музея для незрячих, слабовидящих и слепоглухих посетителей. Интерактивные занятия с использованием тактильного дидактического материала по изучению видового многообразия живого проходят в экспозициях музея и методическом кабинете на основе коллекций Государственного Дарвиновского музея. Участники программы откроют для себя окружающий мир, привычный и необычный, познакомятся с живыми представителями флоры и фауны, узнают о законах природы и научатся различать виды живых организмов.

С 2012 года в музее действует программа «Другие» для людей с расстройствами аутистического спектра, включающая циклы занятий для детей «Времена года», «Птицы и звери Москвы и Подмосковья». Уже четыре года в Дарвиновском музее работает «Семейный клуб» для детей с тяжелыми нарушениями аутистического спектра и членов их семей. Цель создателей клуба – совместное включение детей и подростков с РАС, их родителей, братьев, сестер и других членов семей в общество. Участие в различных адаптированных мероприятиях, подготовленных сотрудниками и проводимых на площадке музея, служит расширению кругозора, лучшему взаимопониманию и сплочению семьи и укреплению дружеских отношений между всеми участниками программы.

Некоторые программы музея финансируются дополнительно. Так, в 2014 году в рамках программы «Музей без барьеров», поддержанной Департаментом социальной защиты населения, курс реабилитационных занятий прошли 60 детей вместе с родителями из всех округов Москвы. Благодарные

отзывы участников программы позволили продолжить эту работу и с 2015 года (совместно с МГО ВОС) для учреждений, где воспитываются незрячие и слабовидящие дети, организованы специализированные занятия в Дарвиновском музее. Также в 2015 году получен грант от Фонда «Со-единение» на разработку модельной программы для слепоглухих посетителей музеев. Проект реализован при участии института «Реакомп» ведущего в России учреждения по работе со слепоглухими инвалидами. Регулярно проходят тематические экскурсии и занятия при поддержке различных благотворительных фондов.

ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Музей и его программы приспособлены для разных категорий посетителей, в том числе с инвалидностью. Ежегодно музей посещают более 600 тысяч человек (из них более 8 тыс. – с инвалидностью). Музей ежегодно проводит более 100 тематических экскурсий и занятий, организует выставки и инклюзивные праздники для посетителей. Регулярно на имя директора А.И. Клюкиной приходят благодарности из центров социального обслуживания, общественных организаций и специализированных школ. Дарвиновский музей был награжден Правительством Москвы дипломом победителя городского смотра-конкурса «Город для всех» за особые достижения по приспособлению городской инфраструктуры для инвалидов. Директор музея Анна Иосифовна Клюкина награждена благодарственным письмом от Министра культуры Российской Федерации В.Р. Мединского за активное участие в работе по обеспечению доступности культурных благ для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

ПОГРУЖЕНИЕ
В КУЛЬТУРУ

Доступный музей

КИСЕЛЕВА ЕВГЕНИЯ ИГОРЕВНА,
руководитель Отдела инклюзивных программ
Государственного музея изобразительных
искусств им. А.С. Пушкина,
кандидат культурологии,
член Международного совета музеев ICOM
(комитеты CECA, MPR).

ОБ АВТОРЕ

С 2016 года – инициатор и участник рабочей группы «Доступный музей» ГМИИ им. А.С. Пушкина. Продюсер образовательных проектов: «Энциклопедия искусства на русском жестовом языке. 10 шедевров импрессионизма и постимпрессионизма» (2016), «15 шедевров искусства Древнего мира и живописи старых мастеров» (2017). Куратор «Инклюзивного фестиваля» в ГМИИ им. А.С. Пушкина (2017–2018). Автор идеи и куратор «Летней школы инклюзивных практик» ГМИИ им. А.С. Пушкина (2018). Куратор проекта «Карты сенсорной безопасности» ГМИИ им. А.С. Пушкина.

Специализация – образовательные и просветительские проекты для детей и взрослых с особыми потребностями; адаптация музейных проектов для посетителей с ОВЗ.





ТЕХНОЛОГИИ РАБОТЫ

Для Государственного музея изобразительных искусств имени Пушкина обеспечение доступности – особая задача. В архитектурном плане музей соответствует нормам комфорта и доступности рубежа XIX–XX веков, когда он проектировался. С тех пор он ни разу не подвергался реконструкции, этот этап нам только предстоит. Уже сейчас в развитии проекта Музейного городка ГМИИ им. А.С. Пушкина участвует комитет по архитектурной доступности, куда входят эксперты из крупнейших общественных организаций. Для обеспечения комфортного посещения музея сегодня в Музее работают Отдел по работе с посетителями, центр «Музейон», Отдел инклюзивных программ, служба смотрителей и администраторов, служба безопасности, а также волонтеры инклюзивного направления. На сайте музея есть специальный

раздел «Доступный музей», с которым мы рекомендуем познакомиться перед визитом в музей. Там есть описание регламента использования ступенехода для маломобильных пассажиров, расписание тактильных мастер-классов, экскурсий на жестовом языке и многое другое. Посетителям с ограниченной мобильностью и проблемами зрения мы очень признательны за предварительный звонок или письмо на адрес Museum4all@arts-museum.ru. Это помогает нам наилучшим образом подготовить визит.

У музея богатая история работы с посетителями с ОВЗ. Первые показы незрячим людям произведений искусства предпринимались И.А. Антоновой еще в 70-е годы. В 80-е и 90-е годы среди сотрудников музея появились люди с инвалидностью. В 2006 году открылся Центр эстетического воспитания детей «Музейон», в котором

работают арт-мастерские. В этих студиях арт-терапевты занимаются с детьми и взрослыми, имеющими особенности развития, проблемы зрения и слуха. С августа 2016 года директор ГМИИ им. А.С. Пушкина Марина Лошак утвердила программу «Доступный музей», призванную объединить все достижения музея в отношении работы с посетителями с ОВЗ и сделать музей более доступным для широкой аудитории.

В октябре 2016 года в Пушкинском музее прошла первая лекция с переводом на жестовый язык, которая вызвала интерес публики. С этого момента экскурсии и лекции с переводом на русский жестовый язык стали проходить в музее постоянно. В 2017 году мы смогли предложить нашим посетителям экскурсионные маршруты, разработанные totally глухими экскур-



соводами, прошедшими обучение в музее. Мы поняли, насколько важно обращать внимание на особенности нозологий при планировании мероприятий. Так, мы осознали, что экскурсии для людей с нарушениями зрения лучше делать в дневное время. Для людей с нарушениями слуха мы стали проводить экскурсии не только с переводом на жестовый язык, но и непосредственно на русском жестовом языке. При этом мы заметили всплеск интереса наших обычных посетителей к жестовому языку и к самой проблеме организации работы для людей с различными особенностями.

Еще одна важная тема – обучение сотрудников. Важно помочь не только посетителям, но и сотрудникам музея преодолеть социально-психологические барьеры. У нас в музее особые хранительские требования, есть ограничения не только по количеству людей, одновременно находящихся в зале, но и по уровню влажности и количеству децибел. Самым сложным моментом стал вопрос о пропуске в музей собаки-проводника, однако этот вопрос был решен, и сейчас мы принимаем посетителей с обученными собаками-проводниками.

В музее разработана и постоянно реализуется в течение года программа инструктажа для сотрудников по работе с посетителями. Это целая психологическая система дружелюбного отношения к посетителям, которая должна формироваться на протяжении долгого времени.

В марте 2018 года в ГМИИ появился Отдел инклюзивных программ. Целью его является разработка стратегий развития инклюзии; расширение спектра услуг и

программ, доступных посетителям с разными возможностями; проектная, образовательная работа. Мы разрабатываем и реализуем комплексные инклюзивные программы к выставкам-блокбастерам музея, организуем специальные проекты, направленные на знакомство посетителей «особых групп» с постоянной экспозицией и временными выставками музея.

Мероприятия программы «Доступный музей» проходят в Главном здании, Галерее искусства стран Европы и Америки XIX–XX вв., Центре «Музейон» ГМИИ им. А.С. Пушкина. В реализации мероприятий помогают научные сотрудники, экскурсоводы, педагоги центра «Музейон», сотрудники Отдела инклюзивных программ ГМИИ им. А.С. Пушкина. Стратегический партнер программы «Доступный музей» – Благотворительный фонд «Абсолют-Помощь».

ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате развития программы «Доступный музей» ГМИИ им. А.С. Пушкина оптимизировал организационное взаимодействие с фондами и специализиро-



ванными организациями, решил вопрос архитектурной доступности Главного здания и Галереи искусства стран Европы и Америки XIX–XX вв., значительно увеличил количество мероприятий, доступных для посетителей с особыми потребностями. Для организации более комфортного пребывания в музее посетителей с ОВЗ в музее реализуется волонтерская программа «волонтеры инклюзивного направления».

ПОГРУЖЕНИЕ
В КУЛЬТУРУ

Художник в каждом из нас

ДРЕЗНИНА МАРИЯ ГРИГОРЬЕВНА,
старший научный сотрудник ГМИИ имени
А.С. Пушкина, арт-терапевт,
автор книг и учебных пособий по развитию
детей с помощью искусства.

ОБ АВТОРЕ

С маленькими детьми я начала работать в 1978 году в Краснопресненской художественной школе Москвы. Эта деятельность сопровождает всю мою жизнь. С начала 90-х работала в УВК № 1698 для детей с нарушением речи компенсующего типа. Создавала специальные задания для этих детей, используя живопись и графику. Они помогали детям в общении с окружающим миром и другими людьми.

В 1997 году в серии «Эмоционально-развивающие игры и задания» вышла моя первая книга по этой авторской методике «Игры на листе бумаги. Открой в себе художника».





С 2006 года я стала работать старшим научным сотрудником и арт-терапевтом в ГМИИ имени А.С. Пушкина в отделе эстетического развития детей и юношества «Музейон». Веду постоянные занятия с детьми и взрослыми с особыми потребностями и их близкими.

В 2014 году вышло большое учебное пособие «Семейная палитра», в котором детально прописана методика проведения семейных творческих проектов. Отдельный раздел книги посвящен социокультурной реабилитации семей, имеющих ребенка с инвалидностью, даны программы для восстановления мам и близких. В последние 15 лет я веду обучение специалистов, педагогов, психологов, музейных сотрудников методам и приемам работы с такой категорией людей.

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

В центре «Музейон» мы работаем с детьми из интернатов и приютов, попавшими в трудную жизненную ситуацию, детьми с синдромом Дауна, с РАС (школьники с тьюторами), детьми с разными диагнозами из коррекционных школ VIII вида, взрослыми и детьми с проблемами опорно-двигательного аппарата, взрослыми людьми с шизофренией из специальных подмосков-

ных интернатов, а также с людьми третьего (пенсионного) возраста.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Цели нашей работы:

Помочь детям и взрослым с особыми потребностями и их родителям приобщиться к великим и значимым памятникам мирового искусства, что позволит им полноценно участвовать в общественной и культурной жизни общества и страны в целом.

Помочь этим людям через творчество обрести уверенность в собственных силах, дать возможность выразить свои таланты и способности через искусство.

Создавать для них пространство для общения с окружающим миром и другими людьми. Выстраивать и организовывать специальные события, где будет зарождаться в каждом человеке надежда на будущее, где они будут чувствовать себя абсолютно здоровыми и счастливыми.

Моя деятельность заключается в проведении регулярных занятий с детьми и





взрослыми с особенностями в развитии здоровья в залах Пушкинского музея и в творческой студии детского музейного центра «Мусейон».

Структура построение такого занятия всегда одинакова:

- ▶ Идем в музей (30–40 мин.).
- ▶ Продолжаем общение в творческой мастерской (творческое задание) – 1,5 часа.
- ▶ Чаепитие за одним столом и обсуждение увиденного в музее и в работах друг друга.

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ

За полгода до занятий учреждение, психологический центр, благотворительный фонд или коррекционная школа пишет официальный запрос в музей, где обозначает свою задачу для посещения данной группы.

Специалист, психолог, организатор таких выездов или социальный работник приезжает на встречу в музей. Идет согласова-

ние нескольких вопросов: возраст, количество участников (от 5 до 12 человек), тема в музее, тема в творческой студии. Они всегда связаны между собой. Намечается график посещения занятий на весь учебный год – от 5 до 8 занятий в год. Они проходят в постоянной экспозиции музея и на выставках. Музей помогает в организации таких занятий, всегда бесплатных для такой категории посетителей.





РЕЗУЛЬТАТЫ

Книги М.Г. Дрезниной

Игры на листе бумаги. Открой в себе художника. М.: Искатель, 1997.

Каждый ребенок – художник. Ювента, 2002.

Учимся рисовать. Обучение композиции: Рабочая тетрадь. Ювента, 2004.

Навстречу друг другу. Линка Пресс, 2007 (в соавторстве с О. Куревинной).

Открытки к праздникам руками детей. Ювента, 2008.

Путешествие во времени в пространстве музея. ЮНИСЕФ, 2011.

Люблю рисовать: Рабочая тетрадь. Ювента, 2012 (издана в рамках Федеральной программы «Разноцветная планета»).

Семейная палитра. Обруч, 2014.

ПОГРУЖЕНИЕ
В КУЛЬТУРУ

Дворцовые тайны Царицыно

СЕРГЕЕВА ЮЛИЯ МИХАЙЛОВНА,
координатор программ ГБУК города Москвы
«Государственный историко–архитектурный,
художественный и ландшафтный музей–
заповедник «Царицыно».

ОБ ОРГАНИЗАЦИИ

Для ГМЗ «Царицыно» доступность музея является одним из целевых приоритетов деятельности и понимается как приспособленность музея в широком смысле (его пространств, инфраструктурных объектов, квалификации сотрудников и контента мероприятий) для посетителей с самыми разными особенностями.



ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

В целях создания доступной среды для посетителей с инвалидностью в музее ведется работа в нескольких направлениях:

- ▶ обучение сотрудников, которые напрямую взаимодействуют с посетителями;
- ▶ создание комфортных условий в музее для посетителей с инвалидностью;
- ▶ оснащение выставок и экспозиций музея дополнительными, специальными средствами;
- ▶ адаптация экскурсий и интерактивных музейно-образовательных программ;
- ▶ разработка дополнительных услуг и сервисов.

Инклюзивная деятельность музея развивается в двух направлениях. Первое – это проведение специализированных программ для посетителей с особыми потребностями (например, ментальными, физическими, возрастными). Второе – это организация и проведение программ, мероприятий, участниками которых могут стать все посетители музея. Проведение подобных программ способствует включению в социум людей с инвалидностью. Инклюзивная деятельность направлена на то, чтобы каждый человек, пришедший в музей, мог найти возможности для самореализации.

Экскурсии и интерактивные музейно-образовательные программы музея адаптированы для посетителей с различными категориями инвалидности: слепых и слабовидящих, глухих и слабослышащих, посетителей на инвалидной коляске и маломобильных граждан, посетителей с РАС и ментальными особенностями.



На данный момент в нашем музее адаптировано около 20 музейно-образовательных программ: «Сказка императрицы», «Кто самый нужный», «Секреты старого садовника», «Охотники за ароматами», «На языке цветов», «Сказ о золотой чаше», «По следам дворцового Снеговика», «Сад из Российских произрастений», циклы практических занятий «Чудесные превращения», «В гостях у царицынских дачников», «Из глубины веков», «Смотри картину», «Маскарад. Из XXI в XVIII», «Жизненные формы растений», а также обзорные экскурсии по дворцовой части территории, Большому Дворцу и оранжерейному комплексу.

В основном адаптированные программы состоят из двух частей: экскурсия по выставке или экспозиции музея и мастер-класс. В ходе второй части участни-

ки могут поближе познакомиться с предметами научно-методического фонда. Смысл этих занятий – задействовать все органы чувств людей с особыми потребностями.

Инклюзивная деятельность ГМЗ «Царицыно» была бы малоэффективна без партнеров. Партнерами, в первую очередь, стали сами посетители с особыми потребностями, а также сопровождающие их лица (родственники, тьюторы, переводчики, медицинские работники, педагоги). Сотрудники музея находятся в постоянном диалоге с этой категорией гостей, стараясь оперативно реагировать на оставленные отзывы.

В 2017 году музей вступил в программу «Аутизм. Дружелюбная среда», которая реализуется фондом содействия решению проблем аутизма в России «Выход». В рамках сотрудничества проведено обучение сотрудников и адаптирована обзорная экскурсия для детей с РАС. Также разработаны социальные истории, которые размещены на официальном сайте музея. Социальная история – это последовательное описание всех этапов и шагов при посещении музея. Регулярное чтение истории позволяет людям с инвалидностью подготовиться к посещению музея, чтобы оно прошло более гладко. В сотрудничестве с коммерческими компаниями разработа-



ны бесплатное мобильное приложение с экскурсиями по территории и экспозициям музея, а также мобильные квесты.

Важным партнером в реализации инклюзивных программ для нашего музея является проект «Колесо обозрения», который организует посещение московских музеев семьями с детьми, имеющими разные формы инвалидности.

Весомый вклад в инклюзивную деятельность музея вносит партнерство с коммерческими организациями. В 2017 году на спонсорские средства в музее оборудована сенсорная комната для посетителей с РАС – это тихий уголок, куда посетитель с особенностями ментального развития может уйти на время, если обстановка для него станет невыносимой, чтобы восстановить силы.

В 2017 году музей выиграл грант на разработку интерактивной программы для детей с особенностями ментального развития «Фарфоровая история» по экспозиции «Искусство большого стиля» в рамках проекта «Инклюзивный музей», который реализуется ICOM (Международный совет музеев) России совместно с социальным проектом «Колесо Обозрения» при поддержке Благотворительного фонда Сбербанка «Вклад в будущее».

Интерактивная инклюзивная программа «Фарфоровая история» состоит из двух частей: экскурсии и мастер-класса. Она поможет реализовать творческий потенциал и развить профессиональные навыки, которые станут первой ступенью для получения профильного образования. Программа разработана для разных детей, в том числе и для детей с нормативным раз-

витиём или с физической инвалидностью. Она направлена на семейную аудиторию, так как совместная работа детей с родителями поможет укрепить их внутрисемейные отношения.

В рамках реализации данного проекта для консультации был привлечен психолог, разработаны социальные истории, а также визуальное расписание программы и мастер-класса. Изготовлен лифлет с заданиями для детей, которые они должны выполнять во время экскурсии. Он необходим для того, чтобы дети фиксировали внимание на просмотренных предметах в экспозиции во время экскурсии и могли еще раз посмотреть эти же предметы, вернувшись домой, восстановить впечатления, закрепить полученную информацию – как фактическую, так и «визуальную».

РЕЗУЛЬТАТЫ

Инклюзивная среда создается в ГМЗ «Царицыно» при полной поддержке администрации и лично директора. В созданный в музее «Координационный совет по орга-



низации работы с посетителями с инвалидностью» вошли представители разных служб. Музей сегодня, как инклюзивное пространство, становится площадкой для социального тренинга для посетителей с особыми потребностями, может воздействовать на общественное мнение, чтобы преодолеть негативные стереотипы.

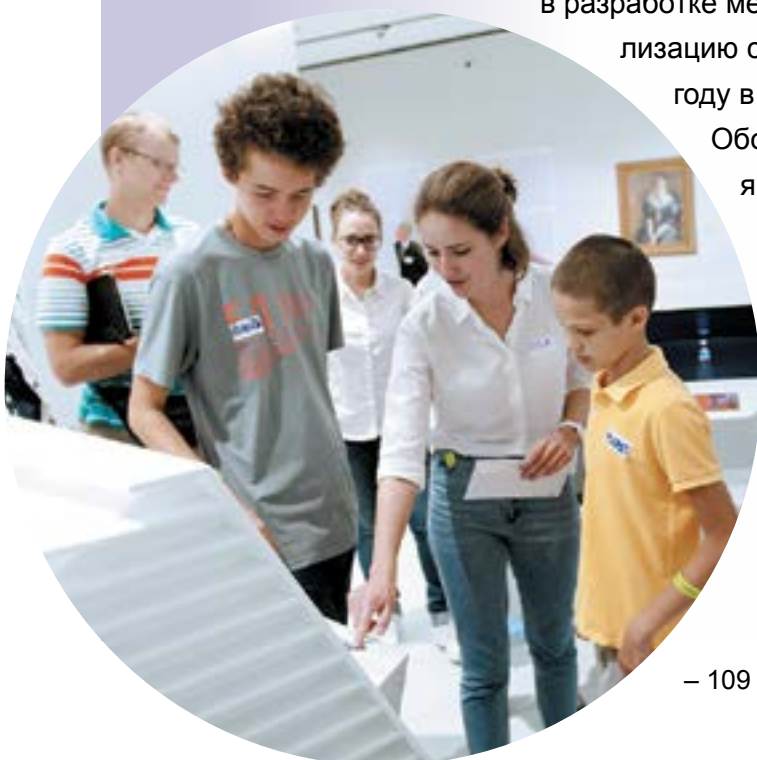
ПОГРУЖЕНИЕ
В КУЛЬТУРУ

Тринадцать друзей

ЧЕРКАСОВА НАТАЛЬЯ ВАЛЕНТИНОВНА,
директор АНО по социокультурной
реабилитации людей с инвалидностью
«Колесо Обозрения».

ОБ АВТОРЕ

Так сложилось, что 2011 по 2013 год я была волонтером в музее Museum of Contemporary Art Atlanta, где решала административные вопросы, а также принимала участие в разработке мероприятий, направленных на реализацию социальной миссии музея. В 2013 году в Москве основала проект «Колесо Обозрения» и в настоящее время являюсь директором одноименной некоммерческой организации.



ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Основная целевая аудитория – это дети с ограниченными возможностями здоровья (кроме глухих и слабослышащих, слепых и слабовидящих) 6–18 лет, прежде всего, дети с особенностями психического развития и их родители, а также братья и сестры.

Большинство участников нашего проекта (79%) – это дети с особенностями психического развития и ДЦП (ДЦП – 13,4%, РАС – 28,5%, синдром Дауна – 23,1% и другие особенности психического развития – 14,0%).

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Цель проекта – привлечение семей, в которых есть дети с ограниченными возможностями здоровья (прежде всего дети с особенностями психического развития), к участию в экскурсионных и образовательных программах в музеях, помощь в социализации, арт-реабилитация, а также привлечение к проекту музеев, не имеющих опыта или имеющих незначительный опыт в проведении инклюзивных программ.



Задачи:

- ▶ привлечение целевой аудитории через социальные сети (собственная страница, размещение информации в группах, где присутствуют семьи, воспитывающие детей с особенностями развития), «сарафанный» маркетинг, фонды, занимающиеся помощью детям с ограниченными возможностями здоровья, специальные мероприятия (например, инклюзивный фестиваль «Люди как люди»);
- ▶ привлечение музеев к сотрудничеству;
- ▶ помощь музеям в адаптации программ, консультации и тренинги по пониманию инвалидности;
- ▶ организация занятий в музеях (экскурсия, мастер-класс, чаепитие).

Кроме того, «Колесо Обозрения» организует творческие конкурсы и другие специальные проекты (арт-проекты: «Вверх», «Открытка другу – искусство детям») с



привлечением известных деятелей культуры (писателей, поэтов, музыкантов, художников) и участников проекта.

Мы проводим регулярные занятия для семей, в которых есть дети с ограниченными возможностями здоровья, прежде всего с особенностями психического развития, в 13 музеях г. Москвы:

- Государственный музей изобразительных искусств им. А.С. Пушкина;
- Государственный историко-архитектурный, художественный и ландшафтный музей-заповедник «Царицыно»;
- Государственный музей Востока;
- Московский музей современного искусства;
- Мультимедиа Арт Музей, Москва;
- Музей русского импрессионизма;

- Институт русского реалистического искусства;
- Музей военной истории РВМО «Стрелечки-е палаты»;
- Еврейский музей и центр толерантности;
- Музей «Интеграция» им. Н.А. Островского;
- Музей Вадима Сидура;
- Музей Анатолия Зверева;
- Музей моды.

В организации занятий помогают сотрудники инклюзивных отделов музеев, если они есть, или сотрудники музеев, отвечающие за работу с посетителями. Средства на реализацию проектов поступают за счет специальных фандрайзинговых мероприятий нашей организации и поддержки частных доноров.

В месяц в разных музеях проходит 12–14 занятий.

Занятия длятся около двух часов. Сначала проходит экскурсия в музей, затем дети и родители участвуют в творческом мастер-классе. По окончании мастер-класса проходит чаепитие, за которым у всех есть возможность пообщаться и обсудить увиденное.

На занятиях обязательно присутствует координатор. Он договаривается с музеями, составляет график, набирает группы, на занятиях встречает группу, помогает во время экскурсии и мастер-класса, проводит чаепитие.

РЕЗУЛЬТАТЫ

В 2017 году нами реализовано более 130 мероприятий в музеях Москвы, в которых приняло участие более 1000 человек, конкурс детского творчества «Я художник – Я так вижу» и выставка работ.

Совместно с девятью музеями запущен образовательный и просветительский проект «Инклюзивный музей» (совместно с ICOM Россия), в рамках которого проведена всероссийская акция «Музей для всех! День инклюзии» с участием более 250 музеев страны, а также тренинги по пониманию инвалидности для сотрудников более 40 музеев.

На сегодняшний день в нашем проекте участвует 188 семей, общее количество участников – более 470 человек.

Согласно опросу участников проекта «Колесо Обозрения», 25% наиболее мотивированных участников, которые регулярно посещают занятия, отмечают, что посещение музеев благоприятно отражается на эмоциональном состоянии как детей, так и родителей, расширяет их кругозор, помогает в социализации, учит лучше осознавать эмоции, раскрывает творческие способности.

ПОГРУЖЕНИЕ
В КУЛЬТУРУ

Скрипичное настроение

ФЕДОРОВА АЛЕКСАНДРА МАРКОВНА,
кандидат психологических наук, доцент,
ГАЙФУЛЛИНА НЕЛЛИ ИГОРЕВНА,
преподаватель, методист Инклюзивной
Творческой Мастерской «ФилИн».

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Инклюзивная Творческая Мастерская «ФилИн» проводит музыкальные занятия для детей с РАС (расстройство аутистического спектра), СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности), ТМНР (тяжелые и множественные нарушения), ДЦП, синдромом Дауна. Возраст детей – от 2 до 18 лет.

Мастерская работает с мая 2017 года.

Н.Гайфуллина ведет две группы детей – дети с РАС и СДВГ. Занятия проходят один раз в неделю. В каждой группе не более 5 человек, а также тьютор (специалист, сопровождающий детей и помогающий им выполнять задания). При необходимости родители принимают участие в занятиях вместе с детьми.





ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Как известно, феномен влияния музыки на человека очень многослоен. Первый, базовый слой – это физический звук как таковой, он воздействует на человека как вибрационная волна, вызывая колебания и изменения в тканях. Второй слой – действие на уровне эмоционального состояния, когда в резонанс с музыкой входят эмоции человека, причем этот процесс может быть неосознанным. Третий, более сложный уровень воздействия музыки – это драматургическое сопереживание, катарсис как высшая точка эстетического воздействия. В нашей работе мы стремимся к активизации всех трех уровней воздействия с опорой на базовые психофизические механизмы. В данной статье мы опишем кратко технологию музыкотерапевтической работы в рамках занятий в Мастерской «ФилИн» с использованием скрипки как основного инструмента воздействия и музыкальной коммуникации.

Обоснуем эффективность применения скрипки в музыкотерапевтической практике. Такой инструмент, как скрипка эффективен в работе музыкотерапевтом по следующим причинам:

Этот инструмент небольшой по объему, что дает возможность передвигаться в пространстве без ограничений, проводить занятия на разных площадках, держать зрительный контакт во время сеанса музыкотерапии.

Инструмент обладает разнотембровым звуком, открывая огромную палитру звучания, тем самым вызывая у человека разные эмоции и резонирующие состояния.

Благодаря использованию смычка мы имеем возможность тянуть один звук столько времени, сколько потребуется, что необходимо при работе с голосом и речью.

Благодаря резонирующему корпусу и вибрации струн инструмент воздействует на уровне физиологического резонанса, звукотерапии.

Скрипка используется и как солирующий инструмент, и в различных камерных и симфонических составах, поэтому написано огромное количество произведений для скрипки, что дает возможность подбирать произведения, наиболее подходящие для той или иной ситуации.

Скрипка является инструментом, менее распространенным, чем, например, гитара и фортепиано, поэтому вызывает больший интерес и является более эффективным звуковым раздражителем.

Скрипка представляет собой предмет для сенсорного изучения. Ее можно потрогать, подергать струны пальцами и водить

смычком. На более высоком уровне игра на скрипке – это сложная координационная работа слухо-двигательного аппарата и мозга. Асимметрия движений левой и правой рук скрипача стимулирует межполушарные связи.

Поскольку диапазон звучания инструмента близок человеческому голосу, это дает возможность работать на уровне резонанса и со-настройки.

Мы предлагаем педагогам свой вариант применения скрипки в музыкотерапии. Он может быть актуальным не только для музыкотерапевтов, но и для педагогов, занимающихся с детьми дошкольного и школьного возраста.

Разработанные занятия направлены в большей степени на социализацию и развитие музыкальности, а также на развитие слуха, ритма, способности слушать музыку и друг друга и взаимодействовать друг с другом посредством музыки, что, в свою очередь, будет влиять на другие важные жизненные способности ребенка.

Методика включает в себя:

- ▶ Четкую структуру урока.

Поскольку занятия проходят с детьми с особенностями развития, необходимо соблюдать постоянную последовательность



заданий. Для таких детей важно знать четкий алгоритм занятия, чтобы чувствовать себя комфортно. Начинается урок с приветствия. Все дети, педагог и тьютор сидят в кругу (в кругу создается атмосфера доверия и защищенности, мы все видим друг друга), и вся группа по очереди вокально приветствует каждого члена круга. «Здравствуй, здравствуй, Аня, как твои дела?». Тот ребенок, которому спели приветствие, выбирает себе шумовой музыкальный инструмент, который будет помогать ему петь ответ – «Хорошо». Далее этому ребенку предлагается изобразить свое настроение на музыкальном инструменте. Если ребенок невербальный, он может пропускать ритм «хо-ро-шо» в три удара и/или показать свое настроение в виде игры на инструменте. Таким образом, мы здороваемся со всей группой.

- ▶ Совместное музицирование на скрипке, блокфлейтах и различных шумовых и ударных инструментах (бубны, шейкеры, металлофоны, колокольчики, треугольники, ложки), совместное пение.

Цель нашего музицирования – играть вместе, прислушиваться к остальным. Педагог управляет процессом, изменяя динамику, темп, характер. Затем каждому исполнителю предлагается играть соло, в то время как остальные играют тише, подыгрывают, как в джаз-бэнде.

Мы также музицируем, исполняя песни. Чтобы задействовать ребенка в игре на скрипке, можно взять песню, в основе которой лежит квинта. Например, русская народная песня «Во поле береза стояла». Песня по диапазону укладывается в чистую квинту, и поскольку струны скрипки настроены по чистым квинтам, это позволя-

ет создать простейший аккомпанемент на скрипке, играя по двум открытым струнам. Ребенок, играющий на скрипке с сопровождением педагога, тянет открытые двойные ноты половинными длительностями. Куплетное строение дает возможность менять инструменты детям так, чтобы все успели поиграть на скрипке. После того как ребенок поиграл на скрипке, вся группа ему хлопает. Так мы развиваем лидерские качества, веру в собственные возможности, ведь его старания одобрили и оценили и взрослые (не родители), и вся группа сверстников.

Также можно раздать всем детям деревянные ложки и предложить стучать ими различными вариантами, что будет помогать в работе с развитием ритма: 2 удара ложка о ложку, 2 удара по полу или по бубну.

Группа детей играет на шумовых и ударных инструментах во время того, как педагог исполняет мелодию на скрипке. Тьютор, показывая наглядно, может помогать детям в это время выполнять разные варианты исполнения аккомпанемента на шумовых инструментах. Например, стучать определенными длительностями, или стучать только в сильные доли и т.д.

► Прослушивание классической музыки с выполнением заданий.

Самый простой способ прослушивания музыки, не требующий ничего от детей, – это пассивное прослушивание. Цель такого прослушивания заключается в том, чтобы успокоить неконтролируемую активность детей после энергичного задания и дать возможность отдохнуть, чтобы после отдыха вновь были силы на выполнение упражнений.

Есть и другой способ отдыха от активных заданий. Детям предлагается слушать знаменитую пьесу «Лебедь» из цикла Камиля Сен-Санса «Карнавал животных» и плавно двигаться под музыку, медленно соединяя руки над головой и опуская их. Непрерывная лирическая мелодия действует умиротворяюще, и, если в самом начале задания дети еще могут делать резкие и быстрые движения, то к середине прослушивания произведения все двигаются плавно. Такое задание присутствует практически на каждом уроке, потому что в середине занятия дети утомляются и нужна пауза для отдыха.

Слушая произведение Лео Делиба «Полька-пиццикато» из балета «Сильвия», мы выполняем один из вариантов пальчиковой игры. Во время проведения шестнадцатых нот детям предлагается изображать насекомых, бегущих по рукам и ногам, а во время звучания восьмых нот, которые исполняются аккордами, нужно сделать два хлопка в ладоши, тем самым как бы поймать насекомых. Это упражнение на развитие координации, внимания и чувства ритма.

Исполнение композиций, в которых быстрый темп держится на протяжении всего произведения, целесообразно включать в занятия, если нужно активизировать двигательную деятельность. Например, 3-я часть «Лета» из цикла «Времена года» Вивальди. В этом произведении от начала до конца выдерживается один темп и ритм. Это произведение исполняется на уроке вживую эпизодами с остановками. Во время звучания скрипки детям предлагается бегать и подыгрывать на шумовых инструментах. Когда исполнитель на скрипке прерывает свою игру, детям нуж-

но остановиться и стоять без движения. Через несколько секунд педагог снова начинает играть, и дети продолжают бегать и играть на шумовых инструментах. Движение помимо игры нужно, во-первых, для большего интереса и вовлеченности, а во-вторых, так ребенку легче понять правила игры, ведь можно просто повторять за тем, что делает вся группа.

Более сложный вариант этого упражнения можно сделать, добавив элемент сенсорики, заменив игру детей на шумовых инструментах сборанием заранее разбросанных по комнате мелких предметов в определенную емкость в углу комнаты. В качестве мелких предметов подойдут макаронные изделия, крупные пуговицы и другие предметы, которые по размерам помещаются в ладонь. Сложность состоит в том, чтобы заставить себя отвлечься от дела и среагировать на отсутствие музыки.

Во время прослушивания Марша из балета «Щелкунчик» П.И. Чайковского детям предлагается маршировать под звучание труб и бегать под звуки скрипок. Это упражнение на слух, саморегуляцию и координацию.

Неаполитанская песенка из балета «Лебединое озеро» звучит на уроках в живом исполнении и имеет похожий смысл с предыдущим заданием, целью которого является среагировать на музыку и двигаться в соответствии с ней. Детям предлагается ходить по кругу во время проведения шестнадцатых нот и подпрыгивать после восьмой ноты, за которой следует пауза.

РЕЗУЛЬТАТЫ

За один учебный год мы наблюдаем следующие результаты у детей: в целом –



улучшение взаимодействия между детьми, улучшение качества речи у нескольких детей (речь стала понятнее, стали больше говорить), проявление интереса к классической музыке вне уроков у нескольких детей, улучшение саморегуляции у детей с СДВГ, улучшение качества сна у одного ребенка, имевшего с этим проблемы до занятий, уменьшение чувства тревожности у нескольких детей.

После уроков, каждую неделю в течение последних трех месяцев мы устраивали концерты классической музыки. Результатом таких концертов в целом послужило постепенное увеличение времени, которое ребенок может сосредоточиться на концерте.

Также наблюдался один исключительный случай. Девочка с множественными нарушениями, придя на первое занятие, выполняла все упражнения, в основном только повторяя за другими детьми, не понимая обращенную к ней речь. По словам родителей, после занятия ребенок находился в состоянии перевозбуждения еще следующие пять дней, после чего наступил мощный скачок в развитии – значительно улучшилась речь, ребенок стал больше понимать и выполнять просьбы.

Рассмотрим отслеживание прогресса на примере одного ребенка.

Мальчик девяти лет с РАС, вербальный. В году посетил 35 занятий. В начале занятий говорил очень мало, невнятно, тихо. Зрительный контакт плохой. Занимался только под контролем мамы. Быстро уставал, не хватало сил на выполнение одного задания, прекращал движения, ложился на пол или бегал по комнате со смехом.

Рассмотрим изменения в его поведении на примере некоторых упражнений. Приветствие. Первые занятия не реагировал на обращенное к нему музыкальное приветствие, не понимал, в какой момент нужно ответить и что требуется. Мама его руками стучала по бубну и сама пела ответ приветствия. Не понимал, что поют именно ему.

Через три занятия начал улыбаться, когда слышал, что в приветствии поют его имя. Через семь занятий без помощи мамы выполнял полностью задание. Сам брал бубен, сам стучал и проговаривал ответ, до протяжного пения дойти не удалось.

Слушая произведение Л. Делиба «Полька-пиццикато», в начале занятий движения пальцами рук были минимальными, медленными, не удавалось делать хлопки в ладоши вовремя, был один хлопок вместо двух. Через шесть занятий охотнее работал пальцами рук, хлопал два раза, но по-прежнему не вовремя. На двадцать четвертом занятии выполнял хлопки иде-

ально, но на последующих занятиях не удалось добиться такого же результата.

Во время общего музицирования в начале обучения было недостаточно мотивации, чтобы играть в группе, помогала мама. С десятого занятия играл самостоятельно, с небольшой помощью тьютора. С шестнадцатого занятия заметно улучшилось чувство ритма, начал стучать в доли.

Во время музицирования под песню «Во поле береза стояла» с седьмого занятия стал повторять подпевку. С тринадцатого – стал пропевать, отчетливее произносить слоги. Улучшилось качество речи, стал говорить больше, но по-прежнему тихо.

В начале обучения не испытывал желания играть на скрипке. Играл только пиццикато несколько секунд. С десятого занятия играл смычком, получал удовольствие от процесса. Стал внимательнее слушать музыку, особенно медленную. По слова мамы, дома также проявлял интерес к классической музыке. С двадцатого занятия выдерживал полностью урок. Увеличилась концентрация внимания, усидчивость. Улучшился зрительный контакт. Мальчик стал готов заниматься без помощи мамы.

Мы видим, как позитивно влияют занятия по музыкотерапии с применением скрипки на детей с особенностями развития. Более подробное описание всех эффектов требует дополнительных исследований и тщательного всестороннего наблюдения.

ПОГРУЖЕНИЕ
В КУЛЬТУРУ

Мир Мир В ДВИЖЕНИИ В ДВИЖЕНИИ

Благотворительный фонд «Цвет Жизни»

О ПРОЕКТЕ

Благотворительный фонд «Цвет жизни» занимается помощью детям с ограниченными возможностями здоровья с 2008 года. Президент фонда – Елена Анатольевна Хорс.

«Жизнь в движении» – проект, направленный на развитие двигательной активности ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на основе стимулирования работы зеркальных нейронов с помощью сенсорной приставки.

Цель проекта «Жизнь в движении» – способствовать физическому развитию детей с ОВЗ.



Задачи:

- ▶ Расширение представлений детей о видах спорта.
- ▶ Развитие физических способностей и координации движений.
- ▶ Развитие познавательной деятельности.
- ▶ Развитие социальных и коммуникативных навыков.

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Проект ориентирован на детей с ограниченными возможностями здоровья от 4 лет с диагнозами:

- ▶ детский церебральный паралич;
- ▶ расстройства аутистического спектра;
- ▶ синдром Дауна;
- ▶ речевые патологии;
- ▶ нарушение слуха.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Каждый ребенок вне зависимости от своего диагноза имеет право на собственное развитие, достижение возможных личных результатов, поиск и выбор интересов. Занятия по предлагаемой методике основаны на поддержке любых даже самых маленьких успехов детей.

Адаптивная физкультура помогает развивать интеллектуальные возможности детей через движение. Сенсорная приставка для таких детей является не игрой, а инструментом помощи им в достижении новых результатов. Занятия в игровой форме в группе помогают детям забывать о своих особенностях и неудачах, дают мотивацию на новые



достижения и возможность соревнования со сверстниками. Анимация привлекает внимание, звуковые эффекты помогают удерживать заинтересованность и дают поддержку.

Программа адаптивной физкультуры для детей с ОВЗ с использованием сенсорных приставок стартовала в тестовом режиме в 2015 году. В 2016–2017 гг. программа работала при субсидиарной поддержке Комитета общественных связей г. Москвы. В настоящее время в программе на регулярной еженедельной основе участвуют более 200 детей с ОВЗ из коррекционных школ-интернатов г. Москвы. Составлена доступная и легкая в освоении методика, зафиксирована положительная динамика результатов участников программы. Учебные организации-партнеры, на базе которых организованы занятия, подтверждают заинтересованность в продолжении сотрудничества.

Преимущества методики:

- Игровая среда для детей – эффективная возможность запустить компенсаторные функции головного мозга.

- Используя новые технологии, мы вовлекаем детей с ОВЗ и их семьи в современный мир, тем самым расширяя познания и опыт, что делает пространство инноваций доступным и применимым в жизни каждый день.

- Виртуальная реальность сенсорной приставки создает реалистичное окружение, которое стимулирует вовлеченность ребенка в процесс игры, и обеспечивает достижение необходимых результатов.

- Адаптационные игры разработаны под разные нозологии и с учетом сложности коррекционных задач, состояния здоровья и индивидуальных особенностей ребенка.

- Визуальное подкрепление стимулирует активность зеркальных нейронов. Эти нейроны взаимодействуют с участками мозга, отвечающими за планирование деятельности. При дополнительной стимуляции зеркальных нейронов, расположенных в моторной коре головного мозга, происходит естественное побуждение ребенка к мышечной активности; улучшается координация движений, так как связи между нейронами во время визуальной поддержки резко усиливаются.

Большим преимуществом данного метода является мобильность и удобство сенсора, который не требует сложных технических знаний при установке и управлении им.

Занятие с помощью с сенсорной приставки длится от 30 до 45 минут (в зависимости от количества детей в группе; мы рекомендуем группы от 4 до 6 человек). Перед игрой обязательно проходит разминка. Ей мы уделяем огромное внимание, так как надо подготовить организм к физической

активности, она является неотъемлемой частью занятия.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Было закуплено оборудование – телевизоры и сенсорные приставки, адаптеры, шнуры, удлинители.

На регулярной основе проект работал на пяти площадках в коррекционных школах-интернатах и ЦССВ города Москвы, и более 250 детей приняли участие в нашем проекте.

Были созданы видеоуроки, которые в свободном доступе размещены на наших ресурсах.

Была разработана методика программы.

За весь период в проекте было привлечено более 50 волонтеров, которые помогали нашим сотрудникам на регулярной основе.

Проведены родительские собрания в школах-интернатах, на которых мы доступно





рассказывали о методике, целях и планах фонда по развитию занятий в проекте «Жизнь в движении».

Получены заявки от региональных коррекционных заведений в обучении и внедрении проекта.

Разрабатывается свой программный продукт с учетом наших дефектологических задач.

Мы постоянно развиваемся и занимаемся профессиональным ростом сотрудников и волонтеров проекта.

ПОГРУЖЕНИЕ
В КУЛЬТУРУ

Волшебная песочница

МИХАЙЛИНА ЕЛЕНА ВЛАДИМИРОВНА,
арт-терапевт ЦСА «Одухотворение».

О СТУДИИ

В 2017 году в центре «Одухотворение» была создана студия «Волшебная песочница» для занятий с детьми песочной терапией.

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Мы занимаемся с детьми 4–12 лет, объединенными в группы по 4–7 человек. Все они имеют инвалидность, связанную со множественными диагнозами, чаще всего это ментальные нарушения и нарушения опорно-двигательного аппарата.





ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Наши уроки сильно отличаются от того, что проводится в классической юнгианской песочной терапии. Это связано с некоторыми особенностями проводимой нами работы, а именно:

- ▶ задачами, которые мы перед собой ставим;
- ▶ особенностями наших маленьких клиентов.

Классики песка обращаются к внутренним переживаниям, помогая человеку выразить их и отреагировать метафорически. Например, в ситуациях, когда эмоции связаны с сильной психологической травмой. Основным методом песочной терапии всегда было и остается свободное от каких-либо ограничений творчество на песке. Здесь терапевт выполняет скорее роль наблюдателя, очень редко вступая во взаимодействие с клиентом для того, чтобы услышать историю клиента и прояснить в ней некоторые моменты.

В первую очередь, перед нами встал вопрос: «Чего мы хотим добиться в этой работе, какие цели перед собой ставим?» Ответ был прост: цель – реабилитация.

Выбор пал именно на песок в связи с тем, что такие занятия способствуют развитию мелкой моторики, которая тесно связана с развитием головного мозга в целом, всех высших психических функций, особенно речи. Существует ряд теорий на тему того, как именно мелкая моторика способствует развитию речи. Мы исходим из того, что, осуществляя целенаправленную деятельность, которая должна увенчаться определенным результатом, ребенок планирует свою моторную деятельность. Приобретая навык такого планирования, он может в дальнейшем применить его и в речевой деятельности. Артикуляция тоже включает в себя моторное планирование произнесения звуков, требующее слаженной работы мышц речевого аппарата. А само по себе планирование – это сложная аналитико-синтетическая деятельность, требую-

щая надлежащего развития всех отделов ЦНС и высших психических функций.

Отсюда нам стало ясно, что мы должны подобрать материалы и выстроить занятия таким образом, чтобы ребята получили возможность не только поиграть в песок, но и научиться чему-то новому, развить такие высшие психические функции, как мышление, воображение, память, речь, ощущение и восприятие, мелкую моторику, самоконтроль и контроль выполняемых действий. А еще – чтобы наши воспитанники получили стимул к дальнейшему творческому и эстетическому развитию.

Таким образом, задач было много, и все они носили не столько психологический характер, сколько смешанный – психолого-педагогический. Психотерапия, в том числе и классическая песочная терапия, не ориентирована на результат. Ее больше интересует процесс. Педагогика ориентирована больше на результат, у нее есть очень четкие показатели достижения учениками учебных целей. Но в педагогике есть система оценивания, и все дети должны достичь какого-либо результата, получить оценку. Это неприемлемо в нашей работе.

Поэтому мы решили дерзнуть объединить ориентированность и на процесс, и на результат. Для нас имеет огромное значение то, что происходит во время занятий, мы отслеживаем динамику ребят, их предпочтения, особенности поведения и многие другие вещи, которые происходят в работе. Но при этом мы имеем очень четкие представления о том, куда мы идем с ребятами, чего каждый из них может достигнуть в процессе занятий.

Второй не менее важный вопрос, который мы решали: «Как организовать пространство для смешанных групп, где занимаются разные по возрасту и нозологиям дети, имеющие очень неодинаковый уровень развития?» Первым ответом на этот вопрос стал выбор песка. Это не простой речной песок, а кинетический, основное преимущество которого в том, что он не рассыпается, не разлетается, не попадает в глазки и рты ребятешек. Затем придет еще одно осознание – этот песок, в силу его упругости, идеально подходит для работы с ребятами со спастикой пальцев рук или, наоборот, со слабыми руками, что часто бывает при ДЦП.

Второй ответ на вопрос – это четкая организация занятия, с планом урока, почти как в школе, только веселее. Сначала мы разминаем песок и руки, потом вспоминаем основные приемы работы, которые ребята уже знают. Затем обязательно проходим что-то новое, какой-нибудь новый образ или знакомимся с новым способом использования наших предметов. И в кон-



це урока каждый ребенок в своей песочнице создает произведение.

Третий ответ заключается в выборе дополнительных материалов для таких занятий. Они должны быть воспроизводимы, трансформируемы, просты, безопасны, побуждать творческую активность детей. Поэтому в нашей работе, помимо одноцветного кинетического песка, мы используем обычные формочки, кисточки для рисования, счетные пластиковые палочки, цветную бумагу, картон, декоративные камни.

На занятии у каждого ребенка есть своя песочница – прозрачный пластиковый контейнер с высокими бортиками, что позволяет детям заниматься, не боясь просыпать песок или уронить игрушку. Начинали мы с простых действий: катали шарики из песка, мы их называем «колобками» и «сосисками».

Сейчас такими незамысловатыми упражнениями мы разогреваем песок и руки. Но на первых порах они давались с трудом. Все эти упражнения основаны на противоходе ладоней по горизонтальной или вертикальной плоскости, контроле напряжения мышц кистей рук, амплитуды их движений и давления. Для того чтобы управлять двумя руками одновременно, но в разных направлениях, ребенку надо научиться чувствовать их, обрабатывать кинетические сигналы, идущие от кожи и мускулатуры кистей, сопоставлять их с видимой картиной и желаемым результатом. И сегодня большинство ребят уже умеют выполнять эти действия без особых затруднений.

Далее мы повторяем те способы работы с песком, которые уже знаем. Это необ-

ходим по двум причинам: не все дети, в силу ментальных нарушений, способны вспомнить через неделю, чему их учили ранее; для отработки навыка нужно многократное повторение действия, что мы и делаем каждый урок.

Например, играем в формочки. Кинетический песок нельзя совочком насыпать в формочку. Его нужно туда набрать руками, а затем убрать излишки, выровнять дно фигуры пальчиками. Это требует навыка определенным образом держать пальчики, оказывать нужное давление на песок, понимать границы формочки и, конечно, усидчивости, чтобы наполнить всю формочку.

Не у всех сразу все получалось, показывали детям на себе. А если мы говорим о ментальных нарушениях или сильной спастике кистей рук, нужно брать ручки ребенка в свои и обучать, непосредственно управляя движениями ребенка. Впоследствии большинство ребят научатся делать формочки самостоятельно. Это позволит повысить точность, амплитуду и арсенал мелких движений рук ребят, развить самоконтроль.

Далее, поскольку фигуры могут долго сохранять свою форму, мы украшаем их различными способами. На данном этапе работы мы активизируем работу воображения. Дети могут взять любой предмет: кисточку, совочек, счетную палочку, камушек – и украсить свою формочку. Поначалу мы просто показывали, что можно сделать тем или иным предметом. Сейчас уже многие наши ребята могут самостоятельно придумать узор и создать его, используя сразу несколько вспомогательных материалов. Например, сделать

украшения обратной стороной кисточки в виде отверстия или узора, нарисованного на песке. Затем могут что-то отрезать или «отполировать» счетной палочкой, сделать ее оттиск, расположить камни определенным образом.

В конце сезона мы освоили выполнение мелких «колобков» и «сосисок», которые можно также использовать как дополнительное украшение или материал для изготовления картины. И вот здесь нас ждало открытие! Не всякий взрослый человек с сохранным интеллектом и развитыми движениями кистей рук может их сделать, по крайней мере, у волонтеров это получилось не с первого раза. А наши ребята справляются, да еще как!!!

Важно, чтобы некоторые действия были непривычными для ребенка. Именно поэтому в каждом занятии у нас есть новый элемент, который дети изучают, открывая для себя новые возможности.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Все дети, посещающие студию, стали более дисциплинированными, усидчивыми, у некоторых улучшилась речь, владение руками, ребятам стали доступны многие операции по самообслуживанию.

Но самое главное наше достижение – это то, на что в начале работы мы даже не рассчитывали. Уже сегодня большинство



из наших ребят освоили для себя выполнение действий по визуально предъявленному образцу. До начала занятий педагогом из песка делается картина или фигура с использованием разных способов ее украшения, а ребята должны это в своих песочницах повторить. И они справляются. Некоторым, конечно, еще нужна небольшая помощь. Но в целом это огромный шаг вперед в их развитии. Это означает, что мы можем говорить о наличии произвольности в их действиях, развитии у них способностей к анализу и синтезу, саморегуляции. Это еще раз говорит о правильности выбора метода и способов работы с ребятами.

ПОГРУЖЕНИЕ
В КУЛЬТУРУ

Прикосновение творчества

КОСУХИНА НАТАЛЬЯ ИГОРЕВНА,
педагог студии валяния
ЦСА «Одухотворение».

О СТУДИИ

Возникновение новых форм взаимодействия с клиентами с ограниченными возможностями здоровья способствовало созданию программы по работе с шерстью «Художественное валяние и элементы нунофелтинга». Работа нашей студии направлена на повышение социализации и личностного развития занимающихся.

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Особенность данной программы в том, что художественным войлоком могут заниматься практически все категории людей с ОВЗ. Валяние и валяние на ткани (нунофэлтинг) – это несложный вид рукоделия, с помощью которого можно создавать как простые, так и сложные работы: игрушки, поделки для дома, панно, бижутерию, сумки и иные аксессуары.



Актуальность данного вида деятельности в работе с детьми и взрослыми с ОВЗ заключается в том, что простой ручной труд помогает развить фантазию, творческое мышление, а также способствует развитию мелкой моторики рук, координации общих движений, развитию глазомера, формированию произвольного внимания, знакомит с секретами создания работ из шерсти. На занятиях люди осваивают основные приемы и материалы, а также различные техники войлоковаления.

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Благодаря своим природным особенностям натуральная шерсть способна сваливаться и приваливаться к тканям из природных материалов, а также, смешиваясь с другими натуральными волокнами, создавать неповторимые по оригинальности и красоте узоры.



На первом занятии мы знакомимся с видами шерсти, инструментами и принадлежностями. Обсуждаем технику безопасности при работе с шерстью и инструментами.

Второе занятие мы посвящаем цвету и цветовому кругу. Узнаём, кому какие цвета больше нравятся, какие подчеркивают или приглушают друг друга.

На третьем занятии мы узнаём, какие основы композиции используются в работе с шерстью.

Четвертое занятие посвящено базовым элементам валяния.

На пятом занятии мы экспериментируем с сочетанием базовых деталей, рассматриваем наглядные образцы и придумываем свое изделие.

После пятого занятия, овладев базовыми элементами, мы переключаемся на изготовление войлочных плоских рисунков, освоение техники шерстяной акварели как в сухом, так и в мокром вариантах и изготовление объемных изделий.



РЕЗУЛЬТАТЫ

Студия валяния при НКО «Одухотворение» работает с марта 2018 года. Но уже сейчас на примере тех работ, которые создаются ребятами и взрослыми, посещающими нашу студию, можно говорить о том, что им дает работа с шерстью.

Ребята осознают, что выполнение работы может быть не только «полезно», но и приносить удовольствие от самого процесса. У детей развивается умение концентрироваться на выполнении заданных действий довольно продолжительное время. Занятия способствуют привитию определенных трудовых навыков и умений, которые автоматически переходят на бытовой уровень, давая им возможность взаимодействовать в домашних условиях с членами семьи, успешнее учиться в школе и иных образовательных учреждениях. Постепенное

развитие художественного вкуса и цвето-восприятия раскрывает им яркость красок окружающего мира.

Особенно показательным для тех, кто начинает работать с войлоком, то, что на каждом занятии в процессе работы происходит незаметное преодоление своих физических ограничений, так как техника предполагает приложение определенных усилий в процессе валяния, следовательно, оказывает терапевтическое воздействие.

Так как данным видом деятельности можно заниматься и в домашних условиях, при получении базовых навыков в студии может быть решена проблема досуга и занятости ребенка и взрослого. Это увлекательное занятие также способствует релаксации и развитию творческих способностей.

ПОГРУЖЕНИЕ
В КУЛЬТУРУ

Магия литературы

ТУПОВА ЕКАТЕРИНА ВЛАДИМИРОВНА,
аспирант–филолог,
магистр по специальности «русская
литература в кросс–культурной перспективе»
НИУ–ВШЭ,
ведущая литературной студии
«Станция называлась»
ЦСА «Одухотворение».

О СТУДИИ

Литературная инклюзивная студия «Станция называлась» работала с апреля по июнь 2018 года. Она была объявлена для молодежи 12–25 лет, однако в качестве гостей к нам заходили посетители разных возрастов. Занятия в студии проходили бесплатно, по предварительной регистрации. Периодичность встреч – раз в неделю; продолжительность встречи – два часа с перерывом на чай. Слушатели получали индивидуальное домашнее задание, которое могли выполнить письменно или устно.





ТЕХНОЛОГИИ РАБОТЫ

Предполагая, что кружок может стать местом встречи и общения людей с разным уровнем владения языком, разного возраста и разным опытом, мы изначально стремились к тому, чтобы концепция курса и вложенные в него задания и задачи были максимально адаптивны.

Так были найдены первые координаты: мы будем искать точные имена для предметов, событий, людей, переживаний и эмоций. Опираясь на чувственный, зрительный, осязательный и обонятельный опыт, охватывать сначала вещественный мир, а затем абстракции.

Другой задачей, выявленной с самого начала, было продемонстрировать участникам вариативность словесного творчества, показать разнообразие техник и стилей, помочь сознательно использо-

вать свои сильные стороны и «спрятать» слабые.

Эти установки и задачи продиктовали изначальную структуру курса и каждого отдельного занятия, которые, как показал опыт, в принципе оказались адекватными запросам пришедших на занятия.

Изначальная структура курса предполагала восемь занятий. Первые три занятия («Скажи мне, кто я», «Вымышленные и реальные истории», «Неидеальный герой») знакомили студийцев с разными стратегиями описания людей и событий, одинаково полезными для вымышленных и реальных историй. Мы учились выделять главное, избавляться от словесного мусора, находить «критические» детали в облике собеседника и наделять его «вероятными магическими способностями». Первым шагом на этом пути стало говорение о себе через интерес – что действительно

интересно рассказать о себе и услышать о собеседнике. Второй шаг – замечать интересные и интригующие детали в другом, строить предположения о том, откуда у собеседника эта вещь, что он любит, чем занимается и т.п.

Одним из психологически важных моментов оказалось принятие страха, раздражения, огорчения и других «человеческих» проявлений у вымышленных положительных героев и у себя.

Вторая часть курса («Громко-тихо-шепот-свист», «Идея», «Правила хранения и пересказа историй») претерпела сильные концептуальные изменения из-за сильной ориентации участников в сторону художественного творчества. Первоначально планировавшаяся как небольшой обзор правил пересказа идей, а также выражения несогласия/согласия с собеседниками, эта часть курса была в итоге посвящена правилам циркулирования и иллюстрации идей в рассказах: мы учились показывать, а не рассказывать важные идеи, сталкивать носителей разных мировоззрений, заставлять их спорить и мириться по-настоящему.

Последняя часть курса («Поэтическая дегустация», «Солнце, снег, песок и другие оранжевые чувства») познакомила студийцев с поэзией и ее нетрадиционными формами – белым стихом, графической поэзией, медиапоэзией

Каждый урок делился на четыре части по 25 минут, между двумя такими частями – перерыв. В начале класса мы проверяли домашние задания, обсуждали и высказывали мнения о работе друг друга. Делились ассоциациями по новой теме, обсуж-

дали план того, что хотим сделать на этом уроке и как это может пригодиться нам в жизни и/или в творчестве. Вторые 25 минут – небольшое практическое задание или игра в парах по теме лекции. Перерыв. Работа с раздаточным материалом, где только что усвоенная во время игры информация зафиксирована в простых теоретических положениях. Последняя часть – индивидуальная работа по заданию и ее обсуждение. Дома участник мог продолжить работу над начатым на занятии фрагментом или написать что-то другое.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Оценивать результат работы, мне кажется, можно на примере двух достаточно разных постоянных студийцев.

Николай испытывал большие сложности с концентрацией внимания, которые отражались на структуре письма и речи. Благодаря редактированию и



введению строгих алгоритмов записи (например – все строки, кроме последней, должны начинаться на «Р») ему удавалось сконцентрировать внимание и передать яркие и оригинальные образы. Николай каждое занятие возвращался к теме метро и города, что мы использовали для составления эссе про город, превратив, таким образом, отвлекающий фактор в центр притяжения творческого замысла.

Анастасия – двадцатилетняя девушка, испытывающая сложности с устной речью и тревожностью, но, несомненно, обладающая развитым художественным миром и богатым словарным запасом. Настя принесла на занятие несколько почти завершенных замыслов, которые мы вместе редактировали и совершенствовали. Попутно удалось проговорить и тем самым смягчить некоторые психологические проблемы девушки.

ПОГРУЖЕНИЕ
В КУЛЬТУРУ

Сказка для Шарика

АРАКЧЕЕВА НАТАЛЬЯ АЛЕКСАНДРОВНА,
советник директора ФГБУК «Российская
государственная детская библиотека».

ПОСТАНОВКА ЗАДАЧИ

С 2016 года одно из направлений моей деятельности как заместителя директора по обслуживанию пользователей РГДБ – это проект «Доступная среда». Основной его задачей является создание доступной среды в библиотеке для всех категорий пользователей. В понятие доступности входит архитектурная доступность, формирование фонда книг в специальных форматах, организация и проведение инклюзивных и специальных мероприятий для детей с особенностями развития.





ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

В начале 2016 года в РГДБ был разработан план мероприятий («дорожная карта») по повышению значений показателей доступности для инвалидов объектов и услуг ФГБУК «Российская государственная детская библиотека». На основании этой «дорожной карты» закупаются необходимые ассистивные приспособления, формируется фонд, организуются мероприятия и специальные проекты в библиотеке.

Большое место в работе уделяется проведению совместных мероприятий с общественными организациями и благотворительными фондами, поддерживающими детей с особенностями. Кроме разовых мероприятий, в библиотеке реализуется несколько проектов, носящих инклюзивный характер («Читаем вместе с собакой», «Клуб русского жестового языка», «Школа волонтера»), а также проект, организованный специально для детей с особенностями, – «Школа профессий» для детей с ОВЗ. Все эти проекты проводятся совместно с фондами и некоммерческими организациями, и каждый проект координируется специалистами РГДБ.

Проект «Читаем вместе с собакой» работает с ноября 2015 г. для дошкольников и

младших школьников. Два раза в неделю с нашими маленькими читателями занимаются собаки-терапевты и волонтеры из благотворительного фонда «Я свободен». Все собаки фонда – собаки-терапевты, которые прошли специальное обучение и тестирование, а хозяева собак – логопеды, канистерапевты, социальные работники. Занятия проводятся по предварительной записи по электронной почте, адрес которой указан в анонсе этого мероприятия. Каждый ребенок занимается (читает или общается с собакой) по 15 минут. В комнате он находится наедине с собакой и волонтером. Родители присутствуют в комнате как зрители.

Цель занятий:

- ▶ научить ребенка читать;
- ▶ привить любовь к чтению;
- ▶ научить не бояться читать вслух.

На занятия приходят «особенные» детки с особенностями здоровья. С ними занимается канистерапевт, прошедший специальное обучение.

«Клуб русского жестового языка» начал свою работу осенью 2017 года. Это семейный клуб, в нем участвуют как глухие, так и слышащие дети и родители. Основ-

ная деятельность клуба направлена на улучшение общения между слышащими и глухими людьми. В рамках клуба проходят мастер-классы по русскому жестовому языку для детей и взрослых; цикл «Смотрим сказки на РЖЯ», где участвуют целые семьи, которые готовят костюмы, реквизит и инсценируют сказку, используя только жесты; лекции для глухих родителей, воспитывающих слышащих детей и для слышащих родителей, воспитывающих глухих детей; мастер-классы по искусству визуального языка с актером Театра мимики и жеста Игорем Стрелкиным. Занятия проводят носители русского жестового языка из АНО «Слышащие дети в семье глухих».

Проект «Школа волонтера» направлен на работу с детьми, попавшими в трудные жизненные обстоятельства, находящимися на долгосрочном лечении в медицинских учреждениях и не имеющими возможности посещать библиотеки и другие культурные центры. Проект «Школа волонтера» пропагандирует чтение и распространение культурных ценностей вне стен библиотек.

В «Школе волонтера» принимают участие студенты московских вузов. Студенты проходят подготовку по программе, разработанной учебным центром РГДБ. С каж-



дым волонтером заключается соглашение. После обучения по программе «Школа волонтера» и прохождения практики в течение года в одной из больниц столицы каждый волонтер получает характеристику и благодарность от РГДБ.

ФОРМЫ РАБОТЫ:

- ▶ подбор и чтение книг в медицинских учреждениях;
- ▶ организация и проведение благотворительных концертов и других мероприятий;
- ▶ показ диафильмов в медицинских учреждениях;
- ▶ проведение творческих мастер-классов;
- ▶ отбор лучшей современной детской литературы для персонала медицинских учреждений и родителей детей, находящихся на долгосрочном стационарном лечении в медицинских учреждениях.

«Школа профессий» для детей с ОВЗ реализуется НФ «Пушкинская библиоте-



ка» совместно с РГДБ и образовательным проектом «Школа профессий» с использованием гранта президента РФ.

Литературно-практические занятия в «Школе профессий» включают знакомство с книгами о профессиях, общение с настоящими мастерами своего дела, практическую работу, творческую деятельность, игру. Программа рассчитана для детей от 8 до 13 лет с расстройством аутистического спектра и нарушением слуха. Каждое занятие знакомит детей с одной из профессий, которые были выбраны на основании классификации Е. Климова, который выделил пять основных типов профессий в зависимости от отношения человека к предмету своего труда: «библиотекарь – человек», «робототехник – техника», «художник-иллюстратор – художественный образ», «столяр – знак» и «пекарь – природа». Во время проведения занятий с детьми для родителей были организованы консультации психолога по вопросам социальной адаптации детей.

Проект «Школа профессий» для детей с ОВЗ оказывает социокультурную поддержку семьям, где растут дети с особен-

ностями развития, помогает детям получить представления о разных профессиях, изучить свои возможности и развить свои способности. В октябре 2018 года прошла серия вебинаров с целью трансляции опыта на региональные учреждения культуры. В вебинарах участвовали ведущие занятий по профессиям: специалисты-профессионалы, психологи, переводчики русского жестового языка.

РЕЗУЛЬТАТЫ

О деятельности, возможностях и предоставляемых услугах Российской государственной детской библиотеки узнаёт всё большее количество людей, в том числе с особенностями, увеличивается количество посетителей библиотеки с различными нарушениями здоровья, и, как следствие этого, расширяется социокультурная интеграция и адаптация людей с особенностями и инвалидностью в обществе. Проведение совместных специальных и инклюзивных мероприятий с организациями, которые поддерживают семьи, где растут дети с инвалидностью, улучшает качество жизни этих семей и детей в особенности.

ПОГРУЖЕНИЕ
В КУЛЬТУРУ

Творчество без границ

АБРАМОВА ЛИДИЯ ПАВЛОВНА,
президент Общероссийского союза общественных
объединений «Национальный Парадельфийский
комитет России» (НПДКР);
вице–президент Всероссийского общества слепых;
член рабочих групп Комиссии при Президенте
Российской Федерации по делам инвалидов,
международный эксперт в области доступной среды.

КРЕЛЬ НАТАЛЬЯ ВАЛЕРЬЕВНА,
исполнительный директор НПДКР,
вице–президент Федерации спортивных танцев на
колясках России,
член Управляющего совета Абилимпикс,
международный технический эксперт в области
доступной среды.

ОБ АВТОРАХ

Л.П. Абрамова

Потеряв в 17 лет после аварии зрение и став инвалидом I группы, я прекрасно понимаю трудности, с которыми часто сталкиваются люди с инвалидностью, в частности инвалиды по зрению. Я посвятила свою жизнь общественной деятельности. Более 30 лет занимаюсь социальными проектами. Начинала в Комитете по труду и социальной защите населения администрации г. Иркутска, а в 1989 году, переехав в Москву, вступила в должность вице-президента Всероссийского общества слепых (ВОС).





В ВОС курирую направление работы по социальной поддержке и защите инвалидов по зрению, их комплексной реабилитации, внесению изменений в российское законодательство и др. С 2006 года на общественных началах параллельно с основной деятельностью возглавила Национальный Парадельфийский комитет России (НПДКР), основная задача которого – проведение проекта в области культуры для инвалидов всех нозологий Парадельфийские игры. В настоящий момент являюсь членом трех рабочих групп, Комиссии при Президенте Российской Федерации по делам инвалидов, вхожу в состав многих общественных советов при министерствах России, отстаивая интересы людей с инвалидностью.

Н.В. Крель

Педагог по образованию, более 30 лет я работаю в благотворительной сфере. Занимаюсь вопросами изменения законодательства в интересах людей с инвалидностью, поддержки и реализации проектов в области культуры, спорта и трудоустройства, связанных с улучшением качества жизни людей с инвалидностью и организации помощи детским домам и больным детям по всей России. Являюсь междуна-

родным техническим экспертом в области доступной среды для инвалидов, привлекалась ко многим серьезным экспертным оценкам в России и за рубежом.

О ПРОЕКТЕ

Испокон веков люди соревновались между собой, и уже в древности мудрые греки поняли, что лучше биться между собой на спортивных и поэтических ристалищах, чем обгагрять кровью оружие. И появились великие древние Олимпийские и Пифийские Игры, ставшие прообразом современных Олимпийских и Дельфийских Игр.

Люди с ограничениями по здоровью – полноценная и полноправная часть нашего общества, среди них очень много одаренных талантов, которые щедро дарят свое искусство миру. Веками они вносили и вносят огромный вклад в развитие мировой культуры. К сожалению, этот факт часто вызывает удивление на уровне открытия («Ах, да! Точно!») или недоверие – неприятие («Не может быть? Неужели?»). Мы часто «забываем», что вся история культуры пронизана деятельностью, творчеством людей с инвалидностью.

Давайте просто вспомним некоторые имена: Гомер, Людвиг ван Бетховен, Мигель Сервантес, Франсиско де Гойя, Джордж Гордон Байрон, Иоганн Себастьян Бах, Роберт Шуман, Лина По, Питер Лонгстафф, Диана Гурцкая...

Профессор Эфроимсон подсчитал, что гениями рождаются один на 10 тысяч, а становятся – один на 5–10 миллионов. Это означает, что уже сегодня, в начале XXI века, около ста тысяч людей на миллиард жителей планеты могли бы развиваться до уровня гения. Но, как убе-

ждают психологи, никакие биологические «допинги» вроде редких болезней не срабатывают, если гения не любят, плохо воспитывают и скверно обучают. Это как семечко растения прекрасного сорта и качества, за которым, если не ухаживать, то оно погибнет.

Задачи парадельфийского движения очень просты: научить общество ценить и беречь творчески одаренных людей из числа инвалидов; помочь им «найтись» в современном, часто жестоком, очень суженном конкуренцией, культурном пространстве; преодолеть самые сложные на сегодня культурные и эстетические барьеры. Только системное развитие парадельфийского движения в целом откроет для таких талантливых ребят дорогу в профессию, позволит на равных делиться своим творчеством с обществом, даст новые техники социокультурной реабилитации. Творчество людей с инвалидностью из замкнутого пространства «для себя» станет открытым для всех. Мы научимся принимать в особых людях их талант, а не жалеть за особенности.



И в этом движении, безусловно, важны состязания сильнейших. Состязания, в которых будет интересно сразиться в творческом поединке людям с инвалидностью, показав миру свои уникальные таланты, ощутить яркую радость победы. Состязания, в которых ограниченные возможности здоровья талантливых танцоров и музыкантов, певцов и актеров, художников и фотографов, поэтов и журналистов перестают их ограничивать. Состязания, которые привлекают внимание многомиллионной аудитории зрителей, прессы, видных деятелей культуры и дают возможность на самых лучших культурных площадках соединить воедино творчество очень разных по многим причинам, но одинаково творчески одаренных людей. Такими состязаниями и должны стать Парадельфийские игры.

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Идея проведения Парадельфийских игр родилась в 2006 году. Тогда Всероссийское общество слепых (ВОС) и Национальный Дельфийский совет России создали в Москве Общероссийский союз общественных объединений «Национальный Парадельфийский комитет России» (НПДКР), основной задачей которого было проведение комплексных творческих состязаний для инвалидов всех категорий (инвалиды по зрению, слуху, инвалиды с поражением опорно-двигательного аппарата (ПОДА), инвалиды вследствие психических заболеваний и др.) – Парадельфийских игр – инклюзивных состязаний людей с инвалидностью в области высших достижений в искусстве.

ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ

Парадельфийские игры проводятся в целях поддержки творчески одаренных лю-



дей, имеющих инвалидность различных нозологий, реализации их вклада в российскую и мировую культуру. Игры направлены на приумножение художественных богатств современного общества, сохранение и развитие национальных культурных традиций стран и народов.

Парадельфийские игры способствуют выявлению и поддержке одаренной творческой молодежи и других лиц, имеющих инвалидность, развитию инклюзивного общества, равноправному участию людей с инвалидностью в культурной жизни страны, формированию новых подходов к социокультурной реабилитации людей с инвалидностью, к их профессиональному обучению творческим профессиям и открывают широкие возможности для трудоустройства инвалидов.

Особенностью Игр является то, что участники – люди с инвалидностью и творческие инклюзивные коллективы – соревнуются в составе сборных команд и представляют субъекты Российской Федерации и другие страны. Команды фор-

мируются по итогам отборочных туров, проходящих в регионах России и странах зарубежья. В Играх, в основном, участвуют лауреаты международных и всероссийских фестивалей и конкурсов.

Парадельфийские игры планируется проводить в режиме биеннале, один раз в два года в различных регионах России при активной поддержке органов государственной власти.

Продолжительность Парадельфийских игр составляет 5–7 дней, с общим количеством участников от 1000 до 1500 человек – представителей большинства субъектов Российской Федерации и многих стран мира. На сегодняшний день возраст участников Игр – от 18 лет и старше, однако в планах НПДКР – проведение детских и молодежных Парадельфийских игр.

На протяжении десяти лет НПДКР совместно с ВОС и другими общественными организациями инвалидов проводили различные социокультурные мероприятия. В ноябре 2016 года впервые в мировой



истории Москва приняла участников Первых Международных Парадельфийских игр! На игры приехали более 650 участников из многих регионов России и 12 стран мира.

Парадельфийские игры вызвали живой интерес сообществ инвалидов не только в нашей стране, но и за рубежом. Сегодня количество сторонников Игр, желающих принять участие в очередных творческих состязаниях, значительно выросло. Ожидаемое количество российских и зарубежных участников на Вторых Парадельфийских играх составит 1500–2000 человек.

Вторые Международные Парадельфийские игры состоятся в городе Ижевске Удмуртской Республики с 11 по 17 ноября 2018 года. Творческие состязания пройдут в восьми видах искусств по 29 номинациям: академическое инструментальное исполнительство, вокальное искусство, музыкальный фольклор народов России и мира, живопись и графика, декоративно-прикладное искусство, дизайн, компьютерная графика; документальное, художественное и мультипликационное кино; фото-, радио- и тележурналистика, печатные СМИ, малый спектакль, поэзия, проза, авторство, жестовая песня (сольное исполнение, дуэты, ансамбли), бальные танцы (европейская, латиноамериканская программы), балет, эстрадный

танец, народный танец, оригинальный жанр, иллюзия, фокусы, эксцентрика, чревовещание, жонглирование, клоунада и дрессура мелких животных.

В каждой номинации конкурсной программы Игр формируется свое профессиональное жюри. В состав жюри входят видные деятели и работники культуры, образования и науки, общественной сферы, специалисты социокультурной реабилитации, представители общественных организаций инвалидов, профессорско-преподавательские кадры учреждений культуры высшего образования и др.

Вторые Международные Парадельфийские игры проводятся совместно с Правительством Удмуртской Республики с использованием гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов.

Игры поддерживаются как системное мероприятие Министерством культуры Российской Федерации, депутатами Государственной Думы ФС РФ, видными деятелями искусств и общественными организациями инвалидов России и мира.

Во время Игр предусмотрены масштабные церемонии открытия и закрытия Игр, гала-концерт лауреатов с участием звезд

эстрады и видных деятелей культуры, деловая программа, семинары, мастер-классы, международная конференция, экскурсионные программы и др. Участников ждут сложные конкурсные выступления и живой обмен опытом, возможность выйти на «большую сцену» и разговор со своими коллегами из разных регионов России и стран мира на волнующие их вопросы.

Важное наследие оставляют игры и на территории их проведения. Когда целый регион каждый день на протяжении почти года живет одной идеей подготовки Игр, соединяя в едином пространстве все ветви власти, различные министерства и ведомства, все религиозные конфессии и представителей различных культурных направлений, самые разные общественные организации инвалидов и благотворительные фонды, все учреждения культуры, образования и здравоохранения, социально ответственный бизнес и волонтерское движение, происходят очень серьезные, фундаментальные изменения в обществе в целом. Меняются ценности, пространство жизни реально становится единым для всех. Люди учатся принимать друг друга, учатся диалогу и пониманию. Изменяется отношение в обществе к творчеству людей с инвалидностью: его начинают принимать, им интересоваться, в нем соучаствовать. Появляется приятие необходимости формирования доступной среды для лиц с инвалидностью и ОВЗ; понимание того, в чём ее универсальность и удобство для всех. Приходит понимание того, почему так важны эти самые миллиметры разницы в бордюрах или углах наклона пандусов, правильность разметки на лестничных маршах и точное соблюдение правил укладки

тактильной плитки, постоянно дублирующая звуковую зрительная информация и присутствие переводчиков жестового языка на всех этапах общения.

По данным, полученным в ходе проведения Первых Международных Парадельфийских игр, около 70% инвалидов активно интересуются темой творчества, каждый второй в итоге социокультурной реабилитации становится активным членом общества. Однако человеку с особыми потребностями очень часто нужна помощь извне в тот момент, когда он впервые выходит на большую сцену, впервые демонстрирует свой талант публично, впервые говорит с так долго ожидаемым им «своим» зрителем. Порой такая помощь нужна и самому зрителю, ведь очень часто язык, на котором с ним начинают говорить, для него – неизученный, новый. Если не выстроить эту коммуникацию профессионально и своевременно, наше общество теряет целый культурный слой, теряет людей, которые вносят вклад в развитие культуры и сохранения культурного наследия. Нарушается гармония, распадаются связи, оказываются невостребованными уникальные таланты. Парадельфийские игры могут и должны изменить эту ситуацию, активизировать и усовершенствовать в регионах системную массовую социокультурную работу с инвалидами, усилить внимание к их проблемам и поддержку со стороны всех ветвей и уровней государственной власти, популяризировать достижения людей с инвалидностью, показать эстетическую, культурную и нравственную ценность их творчества.

В настоящее время парадельфийское движение в России является самосто-

ятельным и самодостаточным, оно может реально соединить в инклюзивном пространстве творческие силы лучших представителей культуры из числа инвалидов для реализации их возможностей. Государственная поддержка инвалидов с целью содействия развития их творческого потенциала – необходимое условие создания равноправного гражданского общества. Сегодня, когда так высок интерес к развитию творческого потенциала людей с инвалидностью, когда всё больше творчески одаренных людей из числа инвалидов мечтают и стремятся получить творческие профессии, когда серьезной потребностью у них становится увеличение различных фестивалей творчества и, как доказательство уникальности своего таланта, участие в Парадельфийских

играх, всё более актуальным становится положение Конвенции ООН о правах инвалидов о готовности обеспечить инвалидам возможность развивать и использовать свой творческий, художественный и интеллектуальный потенциал (ст. 30, п. 2). Деятельность Национального Парадельфийского Комитета России, поддержанная всеми ведущими общероссийскими организациями инвалидов (ВОС, ВОИ, ВОГ, «Клуб психиатров», Фонд поддержки слепоглухих «Со-единение», ВОРДИ и др.) и международным сообществом, в полной мере направлена на реализацию данных положений Конвенции ООН и на реальное воплощение права каждого человека на творчество и равное участие в культурной жизни общества независимо от любых ограничений.

ПОГРУЖЕНИЕ
В КУЛЬТУРУ

На крыльях успеха

ПРУДНИКОВА ЛЮДМИЛА
ДМИТРИЕВНА,
социальный педагог муниципального
бюджетного учреждения социального
обслуживания «Городской
реабилитационный центр для детей и
подростков с ограниченными возможностями
«Радуга».

ОБ АВТОРЕ

Основной сферой моей деятельности в центре «Радуга» является организация социокультурных мероприятий различной направленности (досуговые, культурно-массовые, спортивно-оздоровительные) как для детей-инвалидов, так и для их родителей.

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Мы работаем с детьми 4–18 лет, имеющими множественные нарушения развития, а также сложную структуру дефекта (ДЦП в сочетании с выраженными нарушениями психического развития, дети с эмоционально-личностными отклонениями, эпилептическими припадками, дети с РАС, дети с синдромом Дауна).





ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

Работа ведется по нескольким направлениям.

Организация тематических экскурсий в учреждения и организации города.

Благотворительные познавательные и развлекательные экскурсии для детей с ограниченными возможностями и их родителей организуются в течение года в различные учреждения культуры, организации города: в Парк чудес «Галилео», Ньютон-парк, краевой краеведческий музей, музей космонавтики, музей речного пароходства, музей пожарного дела МЧС, культурно-исторический центр при Успенском монастыре, парк флоры и фауны «Роев ручей», парк аттракционов «Остров сокровищ», на фабрику «Сибирская игрушка», кондитерскую фабрику «Краскон», ООО «Кока-кола». Ежегодно экскурсии посещают более 500 детей и их родителей.

Ежемесячно для детей, находящихся в группах дневного пребывания центра, для

детей, находящихся на домашнем обучении, а также для других получателей социальных услуг центра «Радуга» проводятся спортивные, досуговые мероприятия, праздники, посвященные знаменательным датам календаря. В их числе День русских забав, посвященный былинному богатырю Илье Муромцу, Рождественские посиделки, «Сударыня Масленица». Праздники проводятся при участии культурно-исторического центра «Успенский», детской музыкальной школой № 1, волонтеров.

В рамках мастер-класса «Творческая весна» родители детей-инвалидов провели для детей и родителей мастер-классы по мыловарению, макияжу, изготовлению творческих поделок, прическам, маникюру. В проведении мастер-классов также участвовали волонтеры Красноярского алюминиевого завода.

В Пушкинские дни родители и дети участвуют в литературном проекте Сторисек («Мешок историй»). Семьи своими руками изготавливают иллюстрации, декорации к произведениям Пушкина, народным сказкам «Машенька и медведь», «Курочка Ряба», «Сказка о рыбаке и рыбке». Дети с родителями читают сказки вслух на фоне декораций и иллюстраций. Созданные «мешки историй» используются для литературно-театральных постановок во время летних смен в лагере «Гренада».

Проведение мероприятий для семейного отдыха в учреждениях культуры.

В течение года родители детей-инвалидов могут заказать льготные билеты в музыкальный театр, театр оперы и балета, ООО «Квадрофильм», цирк, ежемесячно получить бесплатные билеты в рамках

программы «Доступная среда» на концерты краевой филармонии. Институтом искусств и краевой филармонией часто проводятся благотворительные концерты для семей, имеющих детей-инвалидов. Договорные отношения «Радуги» с библиотеками им. Островского, «Лукоморье», краевой детской библиотекой, КГБУК «Красноярская краевая специальная библиотека – центр социокультурной реабилитации инвалидов по зрению» дают возможность детям и родителям посещать праздники и различные мероприятия.

Организация и проведение городских массовых мероприятий с участием разных категорий граждан.

Задача развития творческого потенциала детей с ограниченными возможностями и вовлечение их в социально-культурную деятельность ежегодно решается на городском творческом фестивале «Крылья успеха». На фестивале происходит со-



вместное (инклюзивное) участие детей с ограниченными возможностями здоровья, нормотипичных сверстников, участников профессиональных и детских образцовых коллективов в творческой и общественно значимой деятельности.

«Городской творческий фестиваль «Крылья успеха» проводится командой специалистов центра «Радуга» с 2010 года. Если в первый год в нем приняло участие всего пять ребят с ограниченными возможностями здоровья, в 2011 году – 40, то в 2017 году – свыше 500 человек.

Фестиваль «Крылья Успеха» состоит из трех блоков:

1. Творческие площадки (перед концертом): игровая программа аниматоров со зрителями, мастер-классы, настольные игры, музыкальные площадки. Площадки организуются на благотворительной основе родителями детей с ограниченными возможностями, агентствами по организации праздников, специалистами центра «Радуга», студентами-волонтерами Красноярского государственного института искусств, детскими музыкальными школами.
2. Выставка творческих работ «Добрым людям на загляденье» детей с ограниченными возможностями здоровья – победителей и лауреатов конкурса.

В рамках фестиваля среди детей с ограниченными возможностями, находящихся на обслуживании в муниципальных учреждениях социального обслуживания населения г. Красноярска, проводится творческий конкурс «Добрым людям на загляденье». Цель конкурса заключается в раскрытии творческого потенциала детей-инвалидов и членов их семей, а также в формирова-

нии новых социальных навыков, способствующих их интеграции в среду здоровых сверстников.

В рамках конкурса дети изготавливают творческие работы, картины и поделки согласно тематике, обозначенной в положении. Работы участников оцениваются составом жюри, который формируется из числа представителей главного управления социальной защиты населения администрации города Красноярск, художников и специалистов художественно-прикладного творчества. По итогам голосования выбираются победители в каждой возрастной категории. Все работы участников конкурса «Добрым людям на загляденье» представлены на выставке в день проведения фестиваля, где каждый желающий может полюбоваться результатом творчества детей.

3. Гала-концерт фестиваля «Крылья Успеха».

В рамках фестиваля проходят отборочные творческие площадки для детей с ограниченными возможностями по номинациям: вокал, хореография, художественное слово, театральное искусство. Все творческие номера оцениваются членами жюри, в состав которого входят приглашенные эксперты – деятели культуры. По итогам отборочных площадок в каждой номинации определяются победители, получающие право выступления в концертной программе городского творческого фестиваля «Крылья Успеха». Дети, не прошедшие в финал, награждаются дипломами фестиваля за участие в творческой площадке.

Традиционно фестиваль посвящается теме, соответствующей тематике года в



России. Так, 2017 год был объявлен Годом экологии, поэтому фестиваль и его конкурсы были посвящены этой тематике.

На протяжении восьми лет концертная программа гала-концерта фестиваля формируется из инклюзивных номеров, в которых принимают участие профессиональные коллективы, артисты ведущих театров, краевой филармонии г. Красноярск, студенты и преподаватели Красноярского института искусств и дети с ограниченными возможностями.

В качестве зрителей на фестивале присутствуют более 400 участников: семьи с детьми с ограниченными возможностями здоровья, участники и победители конкурса «Добрым людям на загляденье», воспитанники психоневрологических интернатов и общеобразовательных школ, а также нормативные сверстники, ученики образовательных учреждений, волонтеры.

В 2018 году Городской творческий фестиваль «Крылья успеха» занял второе место в кон-

курсе «Инклюзивная перспектива» в рамках Городского форума инклюзивных практик.

Развитие творческой инициативы детей с ограниченными возможностями осуществляется через включение детей с ограниченными возможностями в социально-значимые акции.

Включение детей-инвалидов в программу Городского патриотического фестиваля с презентацией «Достопримечательности г. Красноярск», Всероссийский фестиваль «Вертикаль» дает им возможность раскрытия своего творческого потенциала, повышает собственную самооценку, расширяет социальные границы общения со сверстниками.

Организация летнего отдыха семей в санаторно-оздоровительном комплексе «Гренада».

МБУ СО «Центр «Радуга» организует летние смены для детей-инвалидов и их родителей для 110 семей. С целью организации досуговой деятельности детей

и родителей в летний период специалистами центра составляется программа на каждую смену и на каждый день.

Программа разрабатывается с учетом режима лагеря, посещением оздоровительных процедур, участием детей в общелагерных мероприятиях.

Программа насыщена мероприятиями, в ней предусмотрена смена деятельности: утренняя зарядка, общий круг, оздоровительные процедуры, подвижные игры, спортивные эстафеты чередуются со спокойными занятиями, мастер-классами, обучающими семинарами. В лагере всегда высока активность родителей и детей: физкультминутки, сказочные карнавалы, концертные программы на закрытии лагерной смены, спортивные эстафеты, – всё это способствует развитию творчества, активности и самостоятельности как детей, так и взрослых, созданию благоприятной психологической атмосферы в детском и родительском коллективах.





Дети с ОВЗ наряду со здоровыми детьми имеют возможность участвовать в общелагерных мероприятиях, посещать кружки, библиотеку, бесплатно посетить и кино, и цирк, живой контактный зоопарк, планетарий.

Чтобы летний отдых был ярким, запоминающимся и интересным, к его органи-

зации привлекаются благотворительные фонды, спонсоры. На каждую смену (9 дней) привлекается более 11 спонсоров-организаций, агентств, которые приезжают в лагерь к детям с целью проведения спортивных, игровых или развлекательных мероприятий.

Сказка в каждом из нас

ВОЛКОВА
МАРИНА ЛЕОНИДОВНА,
председатель Правления Международного
Благотворительного фонда
«Подари Любовь Миру»,
ШУБИНА
ИРИНА ЕВГЕНЬЕВНА,
попечитель БФ «Подари Любовь Миру».

О ПРОЕКТЕ

Основные психологические проблемы людей с ограниченными возможностями – это одиночество, ощущение ненужности и отсутствие элементарного человеческого общения.

Для решения этих проблем Благотворительный Фонд «Подари Любовь Миру» разработал инновационный фотопроjekt «Когда крылья важнее, или Сказка в каждом из нас».

Большое количество фотоматериала с различных мероприятий фонда должны были рано или поздно вылиться в него. К тому же фотограф Фонда Ольга Шуть делает по-настоящему сказочные фото. Сначала это вылилось в студийную съемку с участием нашей маленькой звездочки Маргаритки. Потом прошла фотовыставка в Женеве. А затем у наших милых женщин Волковой Марины, Волоховой Елены, Шубиной Ирины, и, конечно же, той самой Ольги Шуть прозвучало то самое «Эврика!»...





ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Проект представляет собой студийную фото- и видеосъемку костюмированной постановки сцен различных сказок, участниками которой являются как люди с ограниченными возможностями, так и здоровые люди. При этом это могут быть как взрослые, так и дети любых возрастов.

Пилотная часть, состоявшая из восьми съемок, прошла на одном дыхании. Было создано несколько видеороликов о съемках в проекте. И тут оказалось, что проект востребован не только в среде людей с инвалидностью!

ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ

В рамках проекта мы приглашаем к участию в фотосъемках людей с инвалидностью, разрабатываем под них персональный фотосюжет. Далее организуем процесс съемок, в котором участвуют люди с инвалидностью, обычные люди и известные личности.

На основе снятых материалов мы:

- ▶ готовим фотосказки и оформляем их в книгу;
- ▶ создаем видеоролики по мотивам каждой сказки;
- ▶ готовим короткометражный документальный фильм о героях проекта, их жизни и непосредственном участии в фотопроекте.

Проект позволяет решить следующие задачи:

- ♦ помогает людям с инвалидностью погрузиться в творческий процесс фотосъемок, получить позитивные эмоции, улучшить общее физическое состояние, интегрироваться в общество, что способствует эффективной социализации и реабилитации;
- ♦ фото- и видеопродукты, полученные в результате съемок, используются в социальной рекламе для изменения настроения и отношения общества к инвалидам на более толерантное и позитивное.



В основе фотопроекта лежат сказки.

Сказкотерапия как метод психологической коррекции личности показала свою высокую эффективность. Она позволяет погрузить человека в ситуации, где он может на примере историй персонажей осознать свои собственные проблемы и варианты решений, увидеть себя под другим углом.

Мы можем выбрать одну из множества готовых историй, которая подходит к конкретной ситуации человека с инвалидностью, а можем придумать свою, соответствующую поставленной задаче.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Полученные фото- и видеопродукты мы распространяем среди всех участников проекта и заинтересованных лиц, организуем презентацию и прокат короткометражного фильма на партнерских площадках и в Интернете.

Лучшие фотографии используются для создания социальной рекламы по изменению отношения к людям с инвалидностью, а также организации фотовыставок.

Кроме того, полученные материалы можно использовать и для фандрайзинговой кампании Фонда.

Еще одна бесценная составляющая проекта – в том, что, узнав истории людей с ограниченными возможностями, здоровые люди по-настоящему задумываются о ценности жизни, о том, как важно бережно к ней относиться и не полагаться на авось в своих поступках.

Общение между людьми, имеющими ту или иную инвалидность, помогает им узнавать о различных хитростях и приспособлениях, облегчающих жизнь, а также о возможности заработка доступными способами.

На съемочной площадке и во время подготовки к съемке люди с ограниченными возможностями взаимодействуют с различны-





ми специалистами фото- и кинобизнеса, которые своей работой придают людям несвойственные им в обычной жизни образы, обогащают их внутренний мир, дают возможность увидеть их скрытые возможности. Это дизайнеры, визажисты-стилисты, режиссер, оператор, фотограф. Всё это позволяет увидеть себя по-новому. Участники проекта, возвращаясь в привычную среду, приходят в нее другими людьми уже с мощным стержнем осознания себя сильным воодушевленным человеком.

Вот отзыв о проекте Александра Логунова, главного редактора журнала «Социальная защита. Подмосковье»: «Что значило для меня участие в проекте «Сказка в каждом из нас»? В первую очередь, это невероятная ответственность, так как был я на одной сцене с теми, кто всегда сможет отличить искренность от фальши, с теми, кто знает о жизни гораздо больше, чем многие из нас, с теми, кого не обхитрить и не взять притворством. Даже эпизодическая роль, доставшаяся мне, потребовала полной концентрации и самоотдачи. Но взамен она подарила мне невероятное человеческое счастье. Счастье видеть, как, минуя



всё рациональное и рассудительное, в наше будничное пространство проникло самое настоящее волшебство. Его можно было видеть рядом-рядом, дотронуться до него, обнять его. Я наблюдал за этой магией перевоплощения, за удивительным вхождением в игру, за единением силы искусства и торжества человеческой воли. Я не верил своим глазам, наблюдая за этим действием, за этой фантастической малышней и «сумасшедшими» взрослыми, что так тонко, чутко и невероятно талантливо открыли двери в наши сердца,



отряхнули их от пыли брэнности и быта и позволили разглядеть в них самую настоящую сказку».

Отзыв Галины Пашковой, врача-стоматолога, участницы съемок в проекте: «Мне очень повезло попасть в сказку и побыть на этот раз не ряженой Зубной Феей, а спокойной и сдержанной феей. Обидно и скучно так часто слышать интервью и читать унылые посты о том, как сложна стала жизнь, какие люди скоты, знакомиться с классификацией и методом выявления говнюков. Обидно, потому что неудивительно. Грустно слышать из уст умных и образованных людей фразы типа «Глаза-это зеркало души», «Жизнь прожить – не поле перейти»... Остается добавить: «Волга впадает в Каспийское море». А чу-



деса рядом. Целый коллектив энтузиастов с жизнью – не полем и глазами, в которых душа. У некоторых глаза не те, что были раньше. Трагедия. Травма. Взрыв. Ампутация. И всё заново, только уже с «урезанными возможностями». Эти люди не ругают врачей и жестокосердных сограждан. И выборы не обсуждают. Их выбор – жить. Они и живут: в другом измерении – соизмерении самых необходимых дей-

ствий тому физическому статусу, который имеют. Бег – нет, прыжок – на одной ноге, объятие – щекой, на щеке слеза – сохни быстрее, нечем утереть. Были страшные времена, когда эти люди без телефонов, в домах без лифтов сидели на пятом этаже на диванчике. Весь день в одиночестве. Современные средства связи позволяют общаться, адаптироваться, получать новые знания. И в обществе – колоссальные перемены. Мы, наконец, поняли, что не мы нужны им – этим людям с меньшим количеством костей и мышц, а они нужны нам для того, чтобы чувствовать силу, добро и возможности. Деньги? Да, деньги. Деньги? Нет, не деньги!!! Любовь, улыбка, юмор, веселье, драйв и адреналин, общие интересы и хобби. Спроси меня: чем я могу быть интересен (не полезен!!!)».

Отзыв Дмитрия Павленко – психолога-реабилитолога, председателя учредительного совета АНО «МИР Человека – Реабилитационное сообщество», первого в России сертифицированного дайвера с четырьмя ампутациями, организатора реабилитационного марша-пробега «МИР Человека»: «Я хочу рассказать о новом, потрясающем по своей силе проекте БФ «Подари Любовь Миру», в котором с удовольствием принял участие и я, – «Сказка в каждом из нас». По своей сути, проект уникальный, такого еще никто не делал. Можно много говорить о его красоте, поэтичности, о волшебстве, в которое погружаются участники и зрители. О красоте участников, о таланте режиссера и фотографа...

Но мне хотелось бы сказать о другом. О том, что лично мне кажется основополагающим, о том, что наделяет этот проект особой



силой. В нем Личность человека выходит на первый план. Именно она, эта личность, проявляется во всей своей безграничной красоте и полноте. Стираются любые разграничения, условности, уходят стереотипы. Человек открывает себя для себя же и для общества в новой роли. Мы с детства привыкли, что Золушка – милая, добрая, прекрасная девушка, которую обязательно в жизни ждет счастье. И так оно и есть. А то, что она, возможно, передвигалась на коляске, так это то обстоятельство, которое в сказке не считалось важным, поэтому о нем и не упомянули. Оно и в жизни не важно. Передвигается ли человек на коляске, на протезе, имеет ли какие-то иные особен-

сти здоровья – всё это, по сути, не важно, если научиться видеть в нем Личность.

Проект «Сказка в каждом из нас» учит именно этому. По моему глубокому убеждению, в этом и заключается истинный смысл реабилитации. В нем заложено важнейшее условие реабилитации – поддержка со стороны общества и построение такой формы взаимоотношений, которые способствуют духовно-нравственному и творческому развитию людей – всех без исключения, не имеет значения с инвалидностью или без. «Сказка в каждом из нас» – проект, дающий жизненные силы и вдохновляющий на развитие».

ВМЕСТО
ПОСЛЕСЛОВИЯ

Реабилитация — ЭТО... ЭТО...

ЗОТОВА ЕКАТЕРИНА ИГОРЕВНА,
журналист,
кандидат филологических наук.

Тысячи людей ежедневно ищут в Интернете информацию, посвященную тем или иным вопросам реабилитации инвалидов. Поисковые системы выдают сотни тысяч ссылок на ресурсы, на которых зачастую размещены устаревшие, а то и вовсе некорректные сведения. А многие и не ищут, а просто вкладывают в это понятие свой смысл, иногда весьма далекий от того, который закреплен в российском законодательстве. Например, считают реабилитацией любые занятия с инвалидами. Попробуем разобраться и найти наиболее точные и актуальные ответы на самые распространенные вопросы. И первый из них — что такое реабилитация инвалидов?

РЕАБИЛИТАЦИЯ ИНВАЛИДОВ

Согласно статье 9 Закона о социальной защите инвалидов в РФ № 181-ФЗ, это – «система и процесс полного или частичного восстановления способностей инвалидов к бытовой, общественной, профессиональной и иной деятельности».

В последней редакции Закона к понятию «реабилитация» добавлено не менее важное понятие «абилитация», которое, в первую очередь, касается инвалидов с детства. «Абилитация инвалидов – система и процесс формирования отсутствовавших у инвалидов способностей к бытовой, общественной, профессиональной и иной деятельности». Тут же уточняется: «Реабилитация и абилитация инвалидов направлены на устранение или возможно более полную компенсацию ограничений жизнедеятельности инвалидов в целях их социальной адаптации, включая достижение ими материальной независимости и интеграцию в общество».

ВИДЫ РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ

Как известно, реабилитация может решать различные конкретные задачи и использовать самые разные методы и средства. В статье 9 Закона о социальной защите инвалидов в РФ № 181-ФЗ перечислены основные виды или направления реабилитации и абилитации инвалидов. Они включают в себя:

- ▶ «медицинскую реабилитацию, реконструктивную хирургию, протезирование и ортезирование, санаторно-курортное лечение;
- ▶ профессиональную ориентацию, общее и профессиональное образование, про-

фессиональное обучение, содействие в трудоустройстве (в том числе на специальных рабочих местах), производственную адаптацию;

- ▶ социально-средовую, социально-педагогическую, социально-психологическую и социокультурную реабилитацию, социально-бытовую адаптацию;

- ▶ физкультурно-оздоровительные мероприятия, спорт».



ЧТОБЫ БЫТЬ БОЛЕЕ УСПЕШНЫМ, ПРОЦЕСС РЕАБИЛИТАЦИИ ДОЛЖЕН СОПРОВОЖДАТЬСЯ СОЗДАНИЕМ УСЛОВИЙ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ИНВАЛИД МОГ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПОЛУЧЕННЫЕ НАВЫКИ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ.

Там же отмечается: «Реализация основных направлений реабилитации, абилитации инвалидов предусматривает использование инвалидами технических средств реабилитации, создание необходимых условий для беспрепятственного доступа инвалидов к объектам социальной, инженерной, транспортной инфраструктур и пользования средствами транспорта, связи и информации, а также обеспечение инвалидов и членов их семей информацией по вопросам реабилитации, абилитации инвалидов».

Таким образом, чтобы быть более успешным, процесс реабилитации должен сопровождаться созданием условий для того, чтобы инвалид мог использовать полученные навыки в повседневной жизни.

ФОРМЫ РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ

Помимо термина «виды», достаточно рас-

пространен и другой термин – формы реабилитации. Однозначного его определения найти не удалось. Во многих источниках под формами подразумеваются те же виды реабилитации (медицинская и т.д.).

В других источниках формы реабилитации выделяются по разным основаниям: по количеству людей и составу группы (индивидуальная/групповая/семейная реабилитация), по форме предоставления реабилитационных услуг (стационарно/ полустационарно/ на дому/комплексно).

Рассмотрим более подробно основные виды реабилитации.

МЕДИЦИНСКАЯ И МЕДИКО-СОЦИАЛЬНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ИНВАЛИДОВ

Основная цель медицинской реабилитации – полное восстановление здоровья человека после перенесенного заболевания или травмы при помощи медицинских средств. Если это невозможно, следует говорить о медико-социальной реабилитации – комплексе медицинских мер, направленных на преодоление ограничений жизнедеятельности человека, вызванных инвалидностью.

Этот вид реабилитации средствами современной медицины решает социальные задачи по сохранению и расширению возможностей человека. Например, операция по вживлению ушного импланта неслышащему ребенку направлена, прежде всего, на устранение социальных последствий глухоты, а протез ноги не заменяет утраченную конечность, но, тем не менее, помогает человеку вести более активный образ жизни.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ИНВАЛИДОВ

Профессиональная реабилитация включает комплекс мероприятий по профессиональной ориентации, профессиональной подготовке и переподготовке, подбору соответствующей профессии, обеспечению условий труда, отвечающих состоянию здоровья, приспособлению рабочего места к возможностям конкретного человека с инвалидностью и т.д. Он направлен на восстановление профессиональной трудоспособности инвалида в доступных для него условиях труда, на достижение им материальной независимости.

С 1 января 2019 года вступает в силу Закон РФ о сопровождаемой занятости, который сделает профреабилитацию более доступной для людей с ментальной инвалидностью. Тем более четко следует разграничить понятия профессиональной и трудовой реабилитации.

ТРУДОВАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ИНВАЛИДОВ

Не только в быденном сознании, но и в литературе понятие трудовой или социально-трудовой реабилитации порой совпадает с понятием «профессиональная реабилитация». Однако есть и другое значение этого термина. Согласно ему, трудовая реабилитация – комплекс реабилитационных средств и методов, направленных на подготовку инвалида к трудовой или общественно полезной деятельности.

Этот процесс осуществляется преимущественно в специализированных центрах реабилитации наряду с проведением лечебно-восстановительных и физических реабилитационных мероприятий. Соци-

ально-трудова́я реабилитация способствует не только рациональному трудоустройству человека, но и повышению его социального статуса в семье и обществе при помощи участия в общественно-полезных делах и акциях.

СРЕДОВАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ИНВАЛИДОВ

Средовая реабилитация или, точнее, социально-средовая реабилитация, предполагает создание для инвалида оптимальной среды жизнедеятельности, которая включает в себя условия проживания, условия передвижения, доступ к социально значимым объектам жизнедеятельности. Она осуществляется в двух направлениях.

1. Приспособление объектов окружающей среды к потребностям инвалидов (специально оборудованные квартиры, тротуары, подземные переходы, пандусы, широкие лифты, настенные поручни в жилых помещениях, обеспечение инвалидов протезно-ортопедической помощью, слуховыми аппаратами, средствами для труда и быта, обучения, досуга, физкультуры и спорта и т.д.).

2. Приспособление инвалида к окружающей среде, развитие навыков, позволяющих обслужить себя. Для этого используются специальные устройства для чтения, поднятия предметов с пола, для настенной фиксации приборов личного пользования (электробритв, зубных щеток, расчесок и т.д.), для фиксации посуды на столе, для надевания одежды и т.д.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

Социально-психологическая реабилитация предусматривает адаптацию инвали-

да к социальному окружению, повышение самосознания путем формирования адекватного отношения к своему заболеванию или физическому дефекту, повышение способностей к решению психологических проблем, налаживанию взаимоотношений с окружающими, в семьях, трудовых коллективах. Социально-психологическая помощь, эмоциональная поддержка должна присутствовать на всех этапах реабилитации инвалида.

СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ИНВАЛИДОВ

Социально-культурная реабилитация – это комплекс мероприятий, направленных на восстановление, возмещение нарушенных или утраченных возможностей инвалида для самореализации и самоутверждения в разных видах творчества и досуга, а также на удовлетворение его потребностей в культурно-досуговой сфере, поддержание уровня культурной активности.

Основной задачей ЦСА «Одухотворение» является создание оптимальных условий для социокультурной реабилитации людей с разными формами инвалидности посредством коллективной творческой деятельности, в первую очередь – танцевальной. Для привлечения внимания общества к социокультурной реабилитации и развития движения инклюзивного танца ЦСА «Одухотворение» ежегодно проводит международные фестивали Inclusive Dance, различные семинары и тренинги.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ИНВАЛИДОВ

Физкультурно-оздоровительная реабилитация инвалидов – это реабилитация или

абилитация человека с помощью вовлечения его в занятия физической культурой и спортом. Чтобы этот вид реабилитации был доступен большинству людей с инвалидностью, разработаны специальные игры для людей с различными заболеваниями: бочка, флорбол, баскетбол на колясках и др. – для опорников, футбол для слепых, адаптивные варианты плавания и лыжных видов спорта, а также настоль-

“ В ХОДЕ РЕАБИЛИТАЦИИ ВАЖНО НЕ ТОЛЬКО УСТРАНИТЬ ПРИЧИНУ, ПРИВЕДШУЮ К ИНВАЛИДНОСТИ (ПОРОЙ ЭТО ПРОСТО НЕВОЗМОЖНО), НО И ПОМОЧЬ ЧЕЛОВЕКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ В НОВОЙ СИТУАЦИИ.

ные спортивные игры. Для спортсменов-инвалидов проводятся соревнования различного уровня. Самые крупные из них – паралимпийские и сурдлимпийские игры, а также игры Special Olympic для людей с ментальной инвалидностью.

КОМПЛЕКСНОСТЬ РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ

Заболевание и инвалидность меняют социальное положение человека и создают новые проблемы. Они могут возникать в самых разных сферах его жизни, ограничивая возможности обучения, трудоустройства, общения с другими людьми. В ходе реабилитации важно не только устранить причину, приведшую к инвалидности (порой это просто невозможно), но и помочь человеку адаптироваться в новой ситуации, решив целый комплекс задач, связанных как с лечением, так и с образованием, трудоустройством, участием в культурной, спортивной и общественной

жизни своего города или деревни, а в отдельных случаях – и с освоением навыков самообслуживания и самостоятельного ведения хозяйства.

Именно поэтому принято говорить о комплексной реабилитации как наиболее эффективном способе возвращения человека с инвалидностью к полноценной жизни. Пример комплексного подхода – деятельность ЦСА «Одухотворение». Основное направление работы – инклюзивный танец. Однако кроме этого в организации работают студии валяния из шерсти, литературного творчества, вокала, песочной терапии. Ведется активное взаимодействие с семьями детей и молодых инвалидов, организуются творческие лагеря. Это обеспечивает семьям социальную поддержку, помогает развить их социальную активность.

Особенно важен комплексный подход к реабилитации при работе с такими группами, как дети-инвалиды и пожилые люди.

РЕАБИЛИТАЦИЯ И АБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ-ИНВАЛИДОВ

При наступлении инвалидности с рождения или в первые годы жизни многие основные умения и навыки у ребенка не формируются или формируются гораздо медленнее, чем у здоровых сверстников. Поэтому в последнюю редакцию Закона о социальной защите инвалидов, наряду с понятием реабилитация, введено и понятие абилитации. Абилитация – это система и процесс формирования отсутствовавших у инвалидов способностей к бытовой, общественной, профессиональной и иной деятельности. Цель абилита-

ции ребенка-инвалида – устранение или возможно более полная компенсация ограничений жизнедеятельности в целях его социальной адаптации и интеграции в общество.

В ЦСА «Одухотворение» работают детские танцевальные группы, в том числе группа танцев на колясках, а также студии песочной анимации, валяния из шерсти и литературного творчества.

РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

С уходом человека на пенсию объективно меняется его социальный статус, вызывая необходимость менять привычный образ жизни. С возрастом к этому добавляются хронические заболевания, приводящие к росту неуверенности в себе и потере жизненного тонуса. Всё это часто приводит к тому, что пожилой человек чувствует себя слабым, никому не нужным и неинтересным, порой замыкается в себе.

На предотвращение и устранение такого взгляда на жизнь и направлена реабилитация пожилых людей. Как правило, она включает в себя элементы психологической, физкультурно-оздоровительной и социокультурной реабилитации, которые создают у человека положительный эмоциональный настрой, поддерживают интерес к окружающему миру, помогают занять активную жизненную позицию.

Люди старшего возраста принимают активное участие в большинстве мероприятий ЦСА «Одухотворение» как в качестве занимающихся в группах, так и в качестве волонтеров. Кроме того, работает танцевальная студия для людей с болезнью Паркинсона.

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ИНВАЛИДОВ

Несмотря на то, что многие реабилитационные мероприятия проводятся в форме групповых занятий, сам процесс реабилитации человека всегда индивидуален. При прохождении комиссии по установлению или подтверждению инвалидности в бюро медико-социальной экспертизы разрабатывается Индивидуальная программа реабилитации или абилитации инвалида (ИПРА), в которой должны быть указаны все виды реабилитации, необходимые человеку.

Согласно статье 11 Закона о соцзащите инвалидов в РФ № 181 ФЗ, «индивидуальная программа реабилитации или абилитации инвалида является обязательной для исполнения соответствующими органами государственной власти, органами местного самоуправления, а также организациями независимо от организационно-правовых форм и форм собственности». Поэтому следует заранее составить список нужных человеку реабилитационных мероприятий и технических средств реабилитации и попросить комиссию внести их в ИПРА.

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА РЕАБИЛИТАЦИИ

Согласно статье 11.1 Закона о социальной защите инвалидов в РФ № 181-ФЗ, «индивидуальная программа реабилитации или абилитации инвалида (ИПРА) – это комплекс оптимальных для инвалида реабилитационных мероприятий, включающий в себя отдельные виды, формы, объемы, сроки и порядок реализации медицинских, профессиональных

и других реабилитационных мер, направленных на восстановление, компенсацию нарушенных функций организма, формирование, восстановление, компенсацию способностей инвалида к выполнению определенных видов деятельности. Федеральные учреждения медико-социальной экспертизы могут при необходимости привлекать к разработке индивидуальных программ реабилитации или абилитации инвалидов организации, осуществляющие деятельность по реабилитации, абилитации инвалидов. Порядок разработки и реализации индивидуальной программы реабилитации или абилитации инвалида и ее форма определяются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере социальной защиты населения».



ПОСЛЕ ВЫХОДА НА ПЕНСИЮ
ПОЖИЛОЙ ЧЕЛОВЕК ЧУВСТВУЕТ
СЕБЯ СЛАБЫМ, НИКОМУ НЕ
НУЖНЫМ И НЕИНТЕРЕСНЫМ,
ПОРОЙ ЗАМЫКАЕТСЯ В СЕБЕ. НА
ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ И УСТРАНЕНИЕ
ТАКОГО ВЗГЛЯДА НА ЖИЗНЬ И
НАПРАВЛЕНА РЕАБИЛИТАЦИЯ
ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ.

По форме ИПРА – это многостраничный документ с таблицами, в которых, помимо анкетных данных инвалида, отмечено всё, в чём, по мнению комиссии, он нуждается для возможно полной реабилитации. Ее составляют либо при освидетельствовании / переосвидетельствовании человека в бюро МСЭ, либо – по заявлению инвалида о необходимости разработать ИПРА или внести изменения в уже разра-

ботанный документ. Это заявление нужно сделать участковому терапевту (педиатру), который направит инвалида на МСЭ для разработки ИПРА. (Нужно следить, чтобы в посыльном листе было подчеркнуто именно это словосочетание, а не переосвидетельствование!)

ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ

Один из самых важных разделов ИПРА касается потребности инвалида в технических средствах реабилитации. К ним относятся «устройства, содержащие технические решения, в том числе специальные, используемые для компенсации или устранения стойких ограничений жизнедеятельности инвалида». (Закон о социальной защите инвалидов в РФ № 181-ФЗ, статья 11.1).

Основные технические средства реабилитации (ТСР), включенные в «Федеральный перечень реабилитационных мероприятий, технических средств реабилитации и услуг, предоставляемых инвалиду», который утверждается распоряжением Правительства РФ, выдаются инвалидам бесплатно, если они вписаны в Индивидуальную программу реабилитации и абилитации инвалида (ИПРА). В некоторых регионах России приняты дополнительные Региональные перечни ТСР.

ПОРЯДОК РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ

Чтобы реализовать свое право на бесплатную реабилитацию, закрепленное в ИПРА, инвалид или его представитель с паспортом, ИПРА и документом, подтверждающим инвалидность, должны обратиться в управление соцзащиты по месту жительства, где им разъяснят поря-

док получения услуги. К примеру, путевки на санаторно-курортное лечение инвалидам выдают в порядке очереди и в соответствии с рекомендациями лечащего врача.

СПЕЦИАЛИСТ ПО РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ

В ходе реализации своих прав инвалид часто сталкивается со специалистом по реабилитации инвалидов. Это сотрудник широкого профиля с высшим медицинским, психологическим, социальным, юридическим или педагогическим образованием, который осуществляет проведение комплекса оптимальных для инвалида реабилитационных мероприятий по восстановлению и компенсации нарушенных функций организма.

Согласно Профессиональному стандарту специалиста по реабилитационной работе в социальной сфере, утвержденному приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.11.2013 № 681н, он должен выполнять следующие трудовые действия:

- ▶ «Диагностика и оценка психосоциального статуса, педагогической запущенности, реабилитационного потенциала несовершеннолетнего;
- ▶ Выявление и оценка ресурсов семьи, значимого для реабилитанта окружения;
- ▶ Составление прогноза социально-психологической и социально-педагогической реабилитации несовершеннолетнего, согласование его со специалистами реабилитационной команды, при необходимости – корректировка прогноза;
- ▶ Разработка социально-психологического раздела индивидуального маршрута

реабилитации и согласование его с руководителем подразделения (организатором реабилитационного случая), членами реабилитационной команды, реабилитантом и его законными представителями;

- ▶ Доведение до сведения реабилитанта и(или) его законных представителей алгоритма и процедуры реализации социально-психологического и социально-педагогического разделов индивидуального маршрута реабилитации, получение письменного согласия на ведение случая;
- ▶ Консультирование реабилитанта, его законных представителей, специалистов образовательных, социозащитных и медицинских организаций по вопросам социально-психологической реабилитации несовершеннолетнего;
- ▶ Разработка рекомендаций и оказание помощи реабилитанту-инвалиду в организации реабилитационной среды, обустройстве его жизненного пространства, преодолении психологических барьеров при использовании реабилитационного оборудования; психологическая адаптация к техническим средствам реабилитации;
- ▶ Консультирование семьи, формирование группы психологической поддержки для реабилитанта и членов его семьи, в том числе с участием семей других реабилитантов;
- ▶ Выбор программы социокультурной реабилитации, реабилитационного досуга и обеспечение реабилитанту доступа к этим программам;
- ▶ Мониторинг и оценка результатов социально-психологической и социально-педагогической реабилитации;

- ▶ Оценка степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработка рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации;
- ▶ Отслеживание динамики психосоциального статуса реабилитанта;
- ▶ Документирование хода социально-психологической и социально-педагогической реабилитации несовершеннолетнего и составление отчета по их результатам для целей аудита и передача их в соответствующие инстанции».

ОРГАНИЗАЦИИ, ЗАНИМАЮЩИЕСЯ РЕАБИЛИТАЦИЕЙ ИНВАЛИДОВ

Услуги по реабилитации инвалидов предлагают организации разного профиля и форм собственности, работающие как круглосуточно, так и в определенные дни и часы.

Прежде всего, это государственные учреждения и организации разной ведомственной принадлежности (здравоохранения, общего и профессионального образования, культуры, труда и социального развития и др.). Они оказывают широкий спектр услуг по медико-социальной, профессиональной, социокультурной и психологической реабилитации. Если услуга прописана в ИПРА инвалида, она оказывается ему бесплатно. В то же время, многие государственные учреждения оказывают и платные услуги.

Почти такой же по широте спектр услуг предлагают и коммерческие реабилитационные центры. При этом нужно помнить, что центр, осуществляющий медико-социальную или профессиональную реабилита-

цию, должен иметь лицензию на соответствующие виды деятельности. Другие виды реабилитации лицензирования не требуют.

Большую работу по социальной и социокультурной реабилитации проводят общественные и некоммерческие организации. Среди них – и ЦСА «Одухотворение», в котором созданы условия для социокультурной реабилитации людей с любой формой инвалидности.

В заключение рассмотрим еще два понятия, тесно связанные с темой реабилитации.

АДАПТАЦИЯ ИНВАЛИДОВ

Под адаптацией инвалида понимается его приспособление к существующим условиям жизни. Так, чтобы облегчить людям на колясках перемещение по городу, проводятся курсы по обучению пользования коляской активного типа. В современном мире такой подход признается ущемляющим права людей, более прогрессивным считается адаптация окружающей среды под возможности инвалида.

СОЦИАЛИЗАЦИЯ ИНВАЛИДОВ

Социализация – это процесс и результат освоения человеком знаний и навыков общественной жизни, общепринятых стереотипов поведения, ценностных ориентаций, позволяющий полноценно участвовать в различных ситуациях общественного взаимодействия. Процесс социализации важен как для инвалидов с детства, так и для людей, ставших инвалидами в зрелом возрасте. Оказавшись в новых для себя условиях жизни, они нередко теряют старые связи, выпадают из прежнего круга общения и в результате оказываются в социальной изоляции.

Один из успешных инструментов социализации – организация групповой творческой или спортивной деятельности, которая позволяет каждому члену сообщества проявить свои способности, реализовать возможности и почувствовать себя нужным другим людям.

Основным средством социализации в ЦСА «Одухотворение» являются занятия танцами, многие из которых проходят в инклюзивных группах, где вместе занимаются люди с инвалидностью и без нее. Такой подход многократно усиливает эффект социализации.



ПРИЛОЖЕНИЯ



ТЕЛЕСНЫЙ ТРЕНИНГ

ОСИПОВА ЕЛЕНА АНДРЕЕВНА

ТЕЛЕСНЫЙ ТРЕНИНГ

Разминочный комплекс для участников подготовительных групп студии (возраст от 8 до 14 лет).

Основная цель комплекса для этого возраста детей – повлиять на их активность, научить ребят регулировать свои эмоциональные состояния через свое тело и образ.

Такая цель рождается из актуальной задачи, стоящей перед каждым ребенком – освоение культурных форм взаимодействия друг с другом и контроля своего поведения, желаний и возникающих в процессе взаимодействия эмоций. Очень часто в таком разминочном комплексе участник будет «получать» воздействие (похлопывание, поглаживание) в большей степени, чем действовать самостоятельно и единолично. Это связано с частым отсутствием волевых механизмов у ребенка, которые нам только предстоит помочь сформировать. Очень важно научить ребят возможности самостоятельно отдыхать и участвовать в действии и чередовать эти состояния.

ТЕЛЕСНАЯ АКТИВНОСТЬ:

СОЦИАЛЬНЫЙ БЛОК

► **«Волшебный тоннель».** Ребенок проползает путь, который приводит его на занятие, в тоннеле из стульев. Стулья начинаются от самого входа в зал, и дорожка или тоннель, который они создают, может изгибаться, подталкивая ребенка к использованию «неудобных» движений, таких, которые тело редко использует. Такой

«волшебный тоннель» помогает направить внимание ребенка на свое тело, активизировать процессы восприятия и актуализировать использование телесного ресурса.

На финише проползания тоннеля ребенка ждет взрослый, который встречает его и здоровается с ребенком с помощью взаимного взгляда, слова и хлопка в ладони. Чтобы поддержать необходимую стратегию «напряжение – расслабление», группа или взрослый аккуратно катает ребенка на одеяле по полу пространства. Очень часто такое завершение приветствия очень эмоционально захватывает ребят и приносит положительные эмоции.

► **«Встреча»** – это набор круговых игр, где все ребята двигаются и поддерживают общий темп и ритм песни, движение осуществляется по кругу или из периферии к центру с разной скоростью и эффективно. Для разминки мы используем такие игры: «Еле-еле», «Я точку», «Вырос в поле дом».

Такие игры фиксируют внимание ребенка на общем центре, позволяют охватить вниманием всю «плотность» группы, кроме того, дают физическое представление о пространстве (сжатие, расширение, круговое движение в разные стороны).

Такие игры позволяют ребенку буквально пережить разные качества движения и их эмоциональный контекст.

► **«Приветствие»** – эта игра содержит в себе разные роли. В одной роли ребенок приветствует другого с помощью прикосновения и похлопывания, пропевая песню, а

в другой роли сам является тем, кого приветствуют. Часто у ребят возникает трудность проявлять инициативу и прикасаться к другому, так же, как и быть в центре внимания и получать прикосновение.

Группа приветствует участника, пропевая песню и называя его имя: «Здравствуй _____, ты сегодня к нам пришел.

Здравствуй, _____, ты сегодня к нам пришел. Здравствуй, _____, ты сегодня к нам пришел. Здравствуй, _____, как живешь?» Затем тот, кого приветствовали, встает в полный рост и, приветствуя остальных, сообщает, как у него дела.

Это помогает ребенку осваивать первые волевые действия и диалог, предполагающий «вопрос-ответ на вопрос». Для многих ребят, не владеющих речью, такая плотная среда и яркие телесные впечатления могут спровоцировать речевую экспрессию. Но ни в коем случае не стоит упорствовать в том, чтобы ребенок непременно участвовал. Для некоторых ребят важно сначала

произвести действия по отношению к другому, а затем согласиться быть «испытываемым» самому.

ТЕЛЕСНАЯ АКТИВНОСТЬ: ДВИГАТЕЛЬНЫЙ БЛОК

В рамках этого блока осваиваются разные способы движения, которые «оживляют» телесную активность и способствуют телесной и сенсорной интеграции. Все упражнения также выполняются в рамках взаимодействия друг с другом, что сохраняет стратегию последовательного освоения ребенком социальных компетенций.

Этот блок будет последовательно с точки зрения онтогенеза охватывать движения человека, вплетая их действие, построенное на поочередной смене напряжения и расслабления. В данном блоке очень важно следить за тем, чтобы ребенок, в первую очередь, справлялся с эмоциональным напряжением в упражнениях, тогда освоение всего двигательного цикла будет



последовательным, а это необходимо для формирования целостного движения.

► **«Гусеница».** Задание можно предъявить в игровой форме, например, используя образ волшебника, который превратил всех в «гусениц», которые не могут ходить и сидеть, а также не имеют рук. Важно обратить внимание ребят на то, что двигаться можно как угодно, помогая себе разными частями тела, кроме рук. А также можно двигаться на спине, опираться на плечи и толкаться ногами. Для того чтобы развить отдельные двигательные навыки в слитный двигательный процесс, необходимо предложить задание, где навык будет применим. Таким заданием может являться «перекат через бревнышко».

► **«Перекат через бревнышко».** Это упражнение позволяет участникам вступать во взаимодействие друг с другом, учитывая личный телесный опыт и ориентируясь на тело партнера. Это задание можно дать на предыдущем этапе, тогда «гусеница» может ползать по пространству и заползать на встречаемые ей «бревнышки». В момент встречи один из участников берет на себя роль «бревнышка», затем участники могут поменяться. Важно сделать процесс безопасным и полезным, поэтому нужно дать некоторые отдельные установки в образ задания, наделить роли качествами. Например, «гусеница» заползает только на те «бревнышки», которые лежат на животе, делает это медленно, так же сползает. А «бревнышко» при этом лежит спокойно, ощущая давление и не сбрасывает «гусеницу».

► **«Перекат через подвижное бревнышко».** Это упражнение – следующий этап усложнения взаимодействия. Его необходимо вводить в программу через некоторое



время после предыдущих упражнений, поскольку оно требует некоторого привыкания к процессу всех участников. Условия задания те же, что и в упражнении «Перекат через бревнышко», но в какой-то момент можно предложить «бревнышку» помочь «гусенице» преодолеть препятствие. Для этого «бревнышко» может развернуться с живота на спину в момент переката. В этом упражнении также существуют тонкости в безопасном выполнении задания. Нужно выполнять это упражнение максимально медленно и расслабленно; возможно, что на начальных этапах, пока участники не научатся выполнять это упражнение безопасно для себя и партнера, будет необходим контроль взрослого. Также промежуточным по безопасности может стать этап, когда «подвижным бревнышком» является взрослый, а дети – «гусеницами». Потом можно поменяться, и в этом случае ребенок почувствует безопасные условия процесса.

► **«Ночь».** После интенсивного телесного процесса необходимо дать участникам время для отдыха и осознания. Для этого в «сказочной стране волшебника» наступает ночь: все ложатся, закрывают глаза и «спят». Многие дети испытывают трудности в выполнении этого задания, поскольку не обладают собственной системой регуляции. Для таких детей будет проблемой не только переключаться между процессами «напряжение» – «отдых», но и вступать в какой-либо из этих процессов. Потребность в отдыхе осознаётся не сразу, но всегда более успешно на контрасте с напряжением. Именно поэтому «ночь» наступает только после того, как вся группа включится в совместную работу и каждый из ребят будет выполнять предыдущие упражнения в возможной для них форме. В качестве образа-помощника можно предложить ребятам стать заколдованными, то есть на образном уровне лишить их выбора. Также можно предлагать лечь на руки к взрослому, или положить на взрослого голову, тогда взрослый может стать проводником к механизму саморегуляции ребенка. Когда ребенок почувствует возможности, который дает ему процесс отдыха, он начнет к нему возвращаться самостоятельно, и тогда это действительно может стать для него ресурсом.

► **«Бычок».** Утром «волшебник» снова превратил всех в сказочных животных. И на этот раз в «быков». «Бык» ходит на четырех ногах и может аккуратно, но плотно бодаться. Это упражнение решает несколько телесных задач. Во-первых, задействует механизм перемещения на четвереньках, способ, который активно используется детьми для исследования

мира. Такой способ предполагает прямую физическую связь всего позвоночника: от копчика до макушки, в этот момент голова является естественным продолжением позвоночника, выполняет «требования» всего тела, что, в свою очередь, разгружает сознание человека и устанавливает «фильтр» на восприятие, ведь обзор у «быка» не так уж и широк. Это помогает некоторым детям сосредоточить внимание на конкретных «объектах» в пространстве, а при подключении всего тела к встрече с этими «объектами» происходит интеграция сенсорных каналов восприятия и тела. Во-вторых, встреча с другим «бычком» – всегда «столкновение», как бы мягко оно ни происходило, оно призвано встретить ребенка с сопротивлением, которое необходимо пережить. Здесь важно обратить внимание на то, чтобы ребенок не выходил из позы «четверенок», поскольку именно эта поза наиболее безопасна для переживания сопротивления и баланса. Если ребенок, в момент «столкновения быков» стремится к выходу из этой позы (сесть на ноги, лечь), нужно уменьшить «напор» при взаимодействии с ним, поскольку пока он не способен «давать отпор».

В этом упражнении также важно подсказывать ребятам, что «бодаться» можно в разные части тела, и тогда задача участников – создавать сопротивление давлению в то место, куда оно приходит. Это упражнение способствует телесной интеграции, а также учит ребят отвечать адекватно ситуации.

Во всех вариантах упражнения «Бычок» необходимо следить, чтобы участники справлялись с напряжением и чтобы они

попробовали себя в разных ролях: «нападающего» и «дающего отпор».

▶ **«Ночь».** Это упражнение предлагается нами всякий раз после очередного комплекса нагрузки. Оно помогает телесному осознанию и развитию внимания к телесным процессам.

▶ **«Под мостом».** Участникам предлагается исследовать пространство на четвереньках, как в упражнении «Бычок», всякий раз, при встрече выбирать один из видов взаимодействия – быть «мостиком» или «гусеницей». Один из ребят остается на четвереньках, другой пролезает «под мостом». Следует обратить внимание ребят на необходимость побывать в разных ролях и повстречаться со всеми участниками. Это упражнение провоцирует участников использовать разнообразный телесный опыт для достижения взаимодействия.

▶ **«Под одеялом».** Это упражнение является усложненным вариантом упражнения «Под мостом». В нем участникам предлагается дополнить роль «моста», превратив его в «одеяло», которое мягко укрывает «гусеницу». Для этого ребенку, который был в роли «мостика», необходимо из положения «четвереньки» перейти в положение «на локтях» и положить колени, тем самым прижав телом ребенка, проползающего под ним. Большинство ребят с РАС (расстройство аутистического спектра) с трудом переживают опыт физического ограничения. Любое сжатие или плотное прикосновение вызывает аффективное состояние. Для того чтобы проработать этот опыт и сформировать адекватное представление о телесных границах, необходимо



встречаться с такой формой телесного опыта. Поэтому особенно полезно для таких детей будет упражнение «Под одеялом». Но важно, чтобы каждый из участников был внимателен к тому, что происходит с его партнером. Здесь понадобится участие взрослого, особенно на начальных этапах выполнения упражнения. Также дополнительную помощь может оказать внимание к образу «одеяла», мягко, но плотно укрывающего «гусеницу».

▶ **«Ночь».**

▶ **«Поезд».** Это упражнение помогает воспроизвести опыт сидения и движения, исходя из этого опыта. Ребятам предлагается сесть и попробовать ритмично двигаться, перемещая таз в одну и в другую сторону с помощью смены центра тяжести. Можно двигаться как самостоятельно, так и в парах, интегрируя движения друг друга в общую схему. Очень важно помочь сформировать правильное движение тем, кто в силу разных проблем не может понять принцип движения. Для этого необходимо сесть с ним в пару, сзади, и с помощью общего импульса сформировать совместное движение.

Это упражнение – энергозатратное, и выполнить его может помочь ритмичная песня. Таким способом движения можно собраться в общую «цепочку» и преодолеть путь совместно.

► **«Под высоким мостом».** Это упражнение является усложненным вариантом упражнения «Под мостом». Передвижения всех участников производятся из положения «треугольника» (таз поднят максимально вверх, руки и ноги стоят на полу, голова продолжает линию позвоночника). Такое положение позволяет исследованию переживания смещенного центра тяжести, который распределен между ногами и руками, минуя таз. Это необычное переживание появляется в преддверии самостоятельной вертикализации в онтогенезе человека. Таким образом ребенок развивает и варьирует появившуюся в процессе ползания устойчивость. В позе «треугольника» важное место занимает внимание к стопам, необходимо стремиться к тому, чтобы поставить их на пол полностью, это гарантирует большую устойчивость. Также важно убрать излишнее напряжение с колен и предлагать их выпрямлять только в статичной позе «высокого моста».

Как и в упражнении «Под мостом», при встрече ребятам необходимо распределить роли: один встает в статичную позу, наблюдая, а другой проползает «под высоким мостом». Это упражнение также можно варьировать: прибавлять «проходы» для пролезания: поперек тела, вдоль тела через проход, образующийся между руками и ногами, то есть, используя любые варианты.

► **«Ночь».** Во время этого упражнения нужно подготовить ребят к тому, что

теперь упражнения меняются и что необходимо хорошо отдохнуть перед новыми задачами. Это поможет заново сконцентрировать внимание на том опыте, который уже есть в теле.

► **«На горе».** Это упражнение стоит включать в разминочный блок только в том случае, если группой успешно пройдено упражнение «Под одеялом».

В рамках упражнения участники снова оказываются на четвереньках, только теперь вместо того, чтобы пролезть «под мостом», одному из пары нужно залезть на «гору» и спуститься с нее с другой стороны. Для успеха этого упражнения вначале необходимо, чтобы дети попробовали выполнить это задание со взрослым. Это связано с тем, что детям безопаснее отдавать вес тела тому, кто физически сильнее них.

При взаимодействии между участниками в этом упражнении нужно уделить особое внимание медленному темпу, в котором стоит выполнять задание. Тот, кто «взбирается» на «гору», должен мягко перенести вес тела на партнера, не «уронив» его, так гарантируется безопасность тому, кто принимает вес. При этом ребенку, который находится в роли «горы», важно принять вес и сохранить устойчивость. Для этого необходимо проследить, чтобы руки упирались в пол на ширине плеч, не сдвигаясь относительно основной оси тела. Колени при этом также должны быть строго перпендикулярно основной оси тела и находиться на расстоянии ширины таза.

Если упражнение выполняется правильно, никто из пары не испытывает дискомфорт.

Тому участнику, который находится «на

горе», можно предложить расслабиться свесить вниз руки и ноги, оставив на горе центр тела, а затем, плавно перемещая вес на руки, опереться на них и, опуская поочередно одну, а затем другую ногу на колени, слезть с «горы». Затем партнерам можно предложить поменяться ролями.

Это упражнение является очень важным в системе разминки. Оно позволяет использовать разные половины тела для выполнения разных действий, при этом фиксируя внимание на переживании центра тела. Такие переживания помогают становлению телесной интеграции. Также это упражнение позволяет использовать основные механизмы опоры для достижения максимальной устойчивости, что дает переживание тела как целого.

► Итогом всего комплекса будет совмещение всех возможных вариантов взаимодействия в произвольной форме. Такое упражнение может стать важным этапом для перехода к целостному движению, которое предполагает разнообразие в выборе схем действия и готовности к принятию разнообразных телесных переживаний и форм взаимодействия.

Таким образом, мы представляем начальный этап двигательного блока. Время, которое потребуется для усвоения этого блока, зависит от многих факторов. Мы рекомендуем использовать этот разминочный комплекс 2–3 раза в неделю не менее чем полгода. Затем возможно дальнейшее углубление в целостное движение через переживание растяжения, давления, веса, темпа и других телесных переживаний.

Весь разминочный комплекс мы рекомендуем закончить игровым упражнением, объединяющим всех участников в круг, либо упражнением, направленным на переживание общего процесса. Здесь мы предлагаем вариант упражнения «Ночь», но в зависимости от актуального состояния завершающим упражнением может быть любимая группой народная игра.

► **«Ночь».** Ведущий может дать установочный образ, помогающий охватить вниманием все тело целиком, например, предлагая лечь, как «морская звезда», раскинуть ноги и руки и представить себя на волнах океана. Такой завершающий отдых можно продлить с помощью колыбельной или просто спокойной песни, которую может спеть ведущий.

ТРЕНИНГИ ПО РАБОТЕ СО ЗВУКОМ

АКСЕНОВА ЕКАТЕРИНА ИГОРЕВНА

ЭТАПЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ РАЗВИТИЮ ПРАВИЛЬНОГО ЗВУКОИЗВЛЕЧЕНИЯ

► Настройка тела

Когда в теле много напряжения, сила исходящего звука «теряется по дороге» и расходуется на эти участки перенапряжения. При уменьшении напряжения в теле звук проходит свой путь легче и достигает цели, используя свою максимально возможную силу.

- скелет, мышцы, суставы.

Прямое положение туловища (желательно стоя или сидя на краю стула с прямой спиной, не облокачиваясь). Верное положение тела позволяет равномерно распределить нагрузку на все мышцы и мускулы, мобилизует нервную систему. На начальных этапах мы можем ситуативно менять положение из стоячего в сидячее, сохраняя вертикаль, но давая телу небольшой отдых в виде смены положения.

Упражнение «Шалтай-Болтай» может помочь расслабить корпус и руки, укрепив при этом вертикальную ось. Необходимо зафиксировать ноги, немного согнуть колени, а затем вращательными движениями раскрутить руки за счет инерции от поворота корпуса влево-вправо.

Сбросить напряжение поможет **упражнение «Вытряхиваем пыль»**. Необходимо свесить верхнюю половину туловища от пояса свободно вниз, чтобы руки падали свободно, тело пружинило в коленях. Таким образом снимается напряжение с

рук и спины. Лучше делать это с громким звуковым выдохом.

Упражнение «Пружина» тоже помогает снять напряжение. Тело выпрямлено, колени чуть сгибаются и разгибаются не до конца, оставаясь мягкими, добавляется «трясущийся» звук «а».

Упражнение «Лыжник». Размахиваем руками со звуком – колени в положении полуприседа, руки как у лыжника, который отталкиваемся палками, корпус наклонен чуть вперед, звук «вжииих».

Упражнение «Кидание мячей». Делаем резкие «выбрасывания» рук от плеча в разные стороны на резкий гласный звук-выдох (далее можно усложнять таким образом, что если рука кидает мяч более низко, то и звук более низкий, чем выше рука кидает мяч, тем выше звук).

Упражнение «Тяжелые сумки» – озвученный долгий выдох.

- голова: мышцы челюсти, щек, лба, губ.

Прямое положение головы на расслабленной шее влияет на качество исходящего звука, свободу гортани и глотки. Упражнение «Жвачка» помогает расслабить мышцы лица. Делаем хаотичные гримасы всеми возможными мышцами лица и жевательные действия с воображаемой жвачкой.

Освободить челюсть поможет опускание расслабленной челюсти вниз со звуком «уаааа». Можно помочь себе руками – про-

водя ими по бокам лица сверху вниз, как бы помогая мягко открываться челюсти. При этом важно, что остальные мышцы лица не задействованы. Обратное возвращать челюсть будем на звуке: «хааам».

Освободить мышцы губ можно с помощью **упражнения «Хобот»**. Губы вытягиваем трубочкой вперед, крутим трубочку по часовой стрелке или против нее.

Упражнение «Улыбка – поцелуй»: губы поочередно складываем то в улыбку, то в поцелуй, можно помочь себе звуками: на улыбке – «и», на поцелуе – «мммо».

Упражнение «Тпруу, поехали». Чтобы создать быструю вибрацию расслабленных губ, под щеки подставим три пальца с каждой стороны, они будут помогать освобождать напряжение мышц, делая губы более свободными. Далее добавим звук «Тпруу» в градации от шепота до громкого звучания. Упражнение следует делать около трех минут, чтобы по окончании чувствовалось небольшое онемение на губах. Это необходимо также для того, чтобы мышцы губ при звукоизвлечении не забирали на себя много энергии. Такими «уставшими» губами полезно сразу пробовать звучать, чтобы уловить независимость звука от напряжения мышц.

- язык.

Упражнение «Уборка». С закрытыми губами язык по наружной стороне зубов делает круги в обе стороны.

Упражнение «Уколы». С закрытыми губами язык внутри рта делает «укол» в щеки поочередно.

Упражнение «Змея – лопата». Язык



напрягается и вытягивается максимально собранно вперед, а потом убирается в открытый рот и ложится в обычное положение, максимально расслабленно.

Упражнение «Часы». Язык при открытом рте делает круговые движения влево-вправо.

- нос.

Упражнение «Китайский разговор». Сморщиваем нос, затем расслабляем – мышцы носа подтягиваются к переносице, добавляем слог «ним».

НАСТРОЙКА ДЫХАНИЯ

Подготовительным этапом является полное вытягивание тела с руками вверх со вдохом, а также растягивание грудной клетки – соединение лопаток, голова назад. Если упражнения на дыхание были включены в общую физическую разминку до тренингов, этот этап можно сократить или использовать только ритмическую дыхательную разминку. Владение ритмом дыхания является важным элементом настройки.

- Дыхание с открытым ртом.

Упражнение «Шпион». В этом упражнении важно почувствовать себя инстру-

ментом, через который просто проходит воздух, без задействования большинства мышц. Поможет образ духового инструмента – флейты, дудки. Упражнение помогает почувствовать движение воздуха по дыхательным путям без использования других мышц.

Упражнение «Согревание рук». Дышим на ладони, добавляя шепот на выдохе.

Упражнение «Улей». Бесшумно вдыхаем, а на выдохе добавляем гудящий призыв.

На этих этапах можно почувствовать, как вдох «приходит сам», не нужно тратить специально силы на вдох, он приходит автоматически.

- Носовое дыхание.

Делаем аккуратный и безопасный выдох в закрытый нос – не резко, при максимальной аккуратности к давлению в ушах. Затем дышим со сменой ноздрей – вдох через одну, выдох через другую, вдох через нее же, и снова смена. Делаем «душ» носом для подушечек больших пальцев – они подставляются почти вплотную к ноздрям, и делаются резкие выдохи, как бы отталкивая пальцы. «Поём» на ноздрях, когда одна ноздря закрыта, а на второй наигрывается любая известная мелодия. Поём с открытым и закрытым носом так, чтобы звучание не менялось: воздух должен выходить сразу изо рта наружу, не доходя до носа.

- Дыхание низом живота.

В упражнении «Ха-ха» работает нижняя диафрагма. Руки фиксируем на поясе. При трудностях с нижним дыханием мы используем положение лежа – участнику на нижнюю часть живота кладется небольшой бубен, он резко выдыхает, и если все

выходит верно и хватает усилия, бубен чуть подпрыгивает и издает звон.

- Дыхание ребрами.

Дышим нижними ребрами, надуваясь как шар.

- Дышим грудью.

В упражнении «Змея поедает яйцо» челюсть открывается максимально широко с огромным вдохом, после чего делается выдох. В упражнении «Выныривание для вдоха» подбородок приподнимается вверх, как будто мы заходим глубоко в море, и вода уже достала до линии рта. Стараемся вдыхать ртом – три резких коротких вдоха, далее спокойный выдох.

- Синхронизируем дыхание и ритм.

Ритм может быть задан ногами и/или хлопками. Необходимо сначала синхронизировать вдох и выдох на удар. Далее используются вариации на удлинение вдоха и/или выдоха, постепенно добавляя удары (вдох на 2, 4, 6, 8 ударов и так далее, то же самое с выдохом, и далее любые комбинации). Эти упражнения способствуют контролю над своим дыханием, что является одним из важнейших элементов телесного самоконтроля, непосредственно связанного с контролем эмоций, что так необходимо для развития участников.

НАСТРОЙКА ЗВУКА

- отдельные звуки.

Настройка звука следует уже после настройки тела и дыхания, когда возможностей для работы со звуком становятся больше. В упражнении «Скричать» (из фольклора), помогающем увидеть состоя-

ние человека относительно себя и группы, мы вначале выкрикиваем слог «эй». То, как человек пускает голос, может стать для нас экспресс-диагностикой коммуникации человека с миром, с собой, с кругом, в котором он находится. Звук может лететь до цели, может оставаться внутри или резко обрываться по дороге, может нарушать границы других чрезмерной громкостью и так далее.

В **упражнении «Свой тон»** каждый может найти удобный для себя тон, а преподавателю это помогает понимать, на какой примерно звуковой высоте работать. Свой удобный природный тон ищется на издании резкого звука после полного выдоха (согнувшись в поясе вниз). Это очень важный этап, необходимый нам до этапа интонирования, так как мы можем работать пока только в максимально удобном диапазоне для человека. Его природный тон «плюс-минус» несколько тонов по обе стороны дают нам первоначальный звуковой диапазон для работы.

Упражнение «Мычание с закрытым ртом» – чередование открытой гласной и мычания. Губы смыкаем, зубы не смыкаются, внутри формируем округлость – резонатор создается в голове, проверяем это рукой, которая лежит на темени. При правильном звукоизвлечении рука чувствует вибрацию). Звук «мммм» является хорошей внутренней настройкой, звук отправляется внутрь себя, при том, что можно услышать и общее внешнее звучание.

Дальше переходим к пропеванию гласных звуков. Гласные звуки обладают лечебными эффектами, связаны с вибрациями внутренних органов, поэтому само по себе

протяжное пропевание является полезным. Гласные звуки напрямую связаны с равномерным выдохом. Дополнительно простучим грудь на протяжных гласных, таким образом потренируем грудной регистр.

ЗВУКОВЫЕ КОМБИНАЦИИ:

Упражнение «Медведь» – рычим низким грудным басом (примерно на звуке «а»), а в **упражнении «Мышь»** – пищим головным звуком (на звуке «и» или «пиии»), если не удастся войти в головной звук). Затем «медведь гонится за мышью», «мышь гонится за медведем», соединяя образ, получаем переход из регистра в регистр.

ИЗМЕНЕНИЕ ВЫСОТЫ ТОНА БЕЗ ТОЧНОГО ИНТОНИРОВАНИЯ.

Упражнение «Лифт» – плавный звуковой подъем в грудном регистре, **«Мяч»** – коротко выкидываем звуки, **«Горка»** – создаем плавный звуковой спуск в грудном регистре, **«Волна»** – объединяем звуковой подъем и спуск, **«Море – чайки»** – делаем звуковые подъемы и спуски разной интенсивности в промежутке с криками чайки, **«Колыбель»** – отрывисто качаем колыбель на звуке «а» на низкой, средней, высокой звуковой высоте. Вибрируем гласной на тряске руками (ровной звук, пока не трясем, и вибрирующий, когда начинаем трясти).

ЗВУКОВЫЕ ВЫСКАЗЫВАНИЯ.

В **упражнении «Кახетинское пение»** все тянут один тон не слишком громко, создавая фон, а один солирует, импровизируя. Потом солист меняется. Это упражнение очень важно в социальном контексте – уметь быть на равных, быть ведущим,

не заглушить ведущего. Здесь мы имеем много точек внимания работы со звуком как с коммуникацией всей группы.

После долгого звучания необходимы **упражнения** на расслабление связок: скрипение связками («**Дерево**»), ржание («**Конь**»).

АНО «Центр социокультурной анимации «Одухотворение»
www.oduhotvorenie.com

