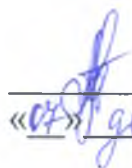


СОГЛАСОВАНО  
Заведующая отделением  
социальной реабилитации

  
А.А. Лебедеико  
«04» декабря 2016 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Зам. директора по общим вопросам  
ОГБУСО «Ново-Ленинский дом  
интернат для престарелых и  
инвалидов»

  
Е.В.Вакарина  
«04» 12 2016 г.

## **Методическая разработка по трудотерапии: Рукоделие/ Вязание/ Ателье Куклы**

**в оккупациональной терапии и организации досуга и свободно времени  
пожилых людей и инвалидов «Ново-Ленинский дом – интернат для  
престарелых и инвалидов»**

Иркутск, 2016 г.

## **I. Актуальность реабилитации пожилых людей и инвалидов.**

Основные методы, формы и цели реабилитации пожилых людей и инвалидов не отличаются от общепринятых и включают различные аспекты реабилитационного процесса (медицинский, социальный, психологический и др.). Однако реабилитация пожилых и инвалидов имеет свои особенности, которые обусловлены возрастными функциональными изменениями организма и жизненной ситуацией, в которую попал человек. С возрастом у пожилых людей резко возрастают потребности в уходе и необходимость медицинской помощи, психологической поддержки и социальной защиты. Людям пожилого возраста и инвалидам не всегда хватает необходимых стимулов для активного включения в общественную жизнь. Восстановительное лечение требует от пожилого человека и инвалида веры в необходимость и эффективность реабилитационных мероприятий, энергии и силы воли, терпения. Весь процесс реабилитации протекает медленно и поэтому следует проявлять большую настойчивость в работе с такими людьми, учитывать их физическое и эмоциональное состояние. Их воля является наиболее важным элементом реабилитации и тем, кто ухаживает за ними, часто необходимы большие усилия, чтобы пробудить у них чувство собственного достоинства, научить его думать о себе как о личности.

Большое психотерапевтическое значение имеет заранее составленный план реабилитации с уведомлением получателя социальных услуг о его деталях. Обоснование плана реабилитации укрепляет решимость человека бороться за свое здоровье, снимает депрессию. Основными элементами реабилитации пожилых людей и инвалидов являются:

- активный образ жизни;
- организация посильной трудовой деятельности;
- организация досуга и отдыха;
- восстановление утраченных функций и навыков.

**Целью** реабилитации является сохранение, поддержание, восстановление функционирования пожилых и инвалидов, стремление к достижению их независимости, улучшение качества жизни и эмоциональное благополучие.

## **II. Оккупациональная терапия - метод реабилитации**

**Ее цели, принципы.**

1. Одним из современных методов реабилитации является оккупациональная терапия.

Термин "окупиациональная терапия" происходит от occupational therapy - лечение занятием. Окупиациональная терапия (ОТ) предусматривает деятельность, направленную на реабилитацию лиц, которые по состоянию здоровья нуждаются в помощи при уходе за собой, проведении досуга и выполнении трудовой деятельности. Все эти виды занятий объединяют понятие окупиациональной деятельности.

Работа специалистов по ОТ направлена на помощь лицам, чья окупиациональная деятельность страдает вследствие травмы, психических или эмоциональных нарушений, врожденных или приобретенных заболеваний, либо в результате возрастных изменений.

## 2.Целью ОТ является:

- расширение независимости и автономности человека в перечисленных занятиях;
- обеспечение успешного и независимого выполнения окупиациональных действий.

Объектом ОТ являются люди, нуждающиеся в восстановлении и нормализации окупиациональной деятельности. При этом проявление клинических нарушений рассматривается только с учетом взаимосвязи с окупиациональной деятельностью.

Медицина накапливает информацию о признаках и симптомах заболеваний, нарушений или травм и разрабатывает способы лечения. ОТ собирает информацию о самообслуживании, проведении досуга и трудовой деятельности пациентов и осуществляет стратегию, направленную на восстановление и нормализацию окупиациональной деятельности. В процессе реабилитации ОТ оценивает также психологические, социальные и экологические факторы, которые оказывают влияние на окупиациональную деятельность.

ОТ может пользоваться различными методами, чтобы помочь пациенту восстановить независимый образ жизни. Это могут быть и медицинская реабилитация, и социальная адаптация, и восстановление деятельности за счет использования вспомогательных приспособлений.

Таким образом, ОТ исходит из представления о том, что состояние здоровья человека определяется рядом факторов, которые лежат за границами понятий о болезни или патологическом состоянии. Наличие болезни является важным, но не единственным фактором в определении окупиационального здоровья. Как правило, человек, окупиациональная деятельность которого ограничена по состоянию здоровья, будет хорошо поддаваться терапии, которая сочетает медикаментозное лечение и компенсаторные приемы окупиациональной терапии.

### 3. Принципы оккупациональной терапии

ОТ руководствуется следующими принципами:

- Участие в оккупациональной деятельности жизненно необходимо. Такое участие позволяет человеку удовлетворять природные потребности, приобретать навыки и способности, необходимые для преодоления жизненных проблем, достигая чувства удовлетворенности и значимости.
- Участие в оккупациональной деятельности является важным компонентом социальной адаптации человека. Оккупациональная деятельность людей осуществляется в определенной социальной и культурной среде. Нарушение оккупациональной деятельности может повлиять на способность человека исполнять социальные обязанности.
- Участие человека в оккупациональной деятельности зависит от воздействия ряда факторов, которые включают индивидуальные особенности, характер и смысл оккупациональной деятельности, социальную и окружающую среду, на фоне которых осуществляется эта деятельность. Представление об индивидуальной оккупациональной деятельности складывается на основании тщательной оценки всех этих факторов и взаимоотношений между ними.
- Каждый человек активно вовлекается в процесс ОТ. Взаимоотношения между получателем соцслужб и специалистом по ОТ носят характер сотрудничества. И тот, и другой вносят в этот процесс свои знания, умения и опыт, участвуют в разработке и осуществлении приемов ОТ.
- Каждый человек имеет возможности для своего развития и совершенствования. Хотя возможности и способности могут быть ограничены по разным причинам, человек всегда имеет потенциал к развитию и совершенствованию. Люди, страдающие недееспособностью, все же располагают резервами для удовлетворительной оккупациональной деятельности.
- Между элементами, составляющими занятия, должен быть баланс, который необходим для обеспечения здорового и благоприятного образа жизни. Уход за собой, досуг и трудовая деятельность образуют определенную структуру в повседневной жизни человека. Возможность деятельности в каждой из трех областей обеспечивает удовлетворение потребностей человека в занятиях. Например, человек, у которого уход за собой занимает слишком много времени, не сможет участвовать в трудовой деятельности и, следовательно, удовлетворять потребность в значимой социальной сфере или достичь экономической независимости.

- Оккупациональные занятия, а также требования и обязательства, связанные с оккупациональной деятельностью, изменяются на протяжении жизни и должны рассматриваться в перспективе развития. Специалисту по ОТ необходимо учитывать возрастные особенности человека.
- Вовлечение человека в оккупациональную деятельность считается нормальным и социально оправданным. Она может проводиться в той форме, которая позволяет человеку интегрироваться в социальную жизнь. Поэтому во внимание должны приниматься как возможности пациента, так и особенности окружающей обстановки.
- Оккупациональная деятельность используется в качестве терапии. Оккупациональные занятия позволяют развивать способности и навыки человека, которые могут быть использованы в повседневной жизни. Они позволяют пожилым людям и инвалидам адаптироваться к окружающей обстановке.

Оккупациональная терапия состоит из комплекса знаний, умений и навыков, которые помогают лицам с ограниченными возможностями сохранять здоровье, уменьшать последствия инвалидности и старости и вести независимый образ жизни.

### **III. Основные направления реабилитации пожилых людей и инвалидов:**

- Медицинская реабилитация
- Просветительская реабилитация
- Геронтологический уход
- Социальная реабилитация
  - Ресоциализация пожилых и инвалидов (возвращение в общество, их социальная активность, преодоление изоляции).
  - Социальная помощь.
  - Максимальное развитие и использование способностей пациента к самообслуживанию, самопомощи и самообеспечению.
  - Адаптация жилищных условий к нуждам пожилых.
  - Организация досуга и отдыха для пожилых людей и инвалидов
  - Обеспечение техническими средствами реабилитации для создания бытовой независимости пожилых людей и инвалидов.

#### **IV. Методика по трудотерапии: Рукоделие / Вязание / Ателье Куклы/ в оккупациональной терапии и организации досуга и свободного времени пожилых людей и инвалидов.**

В процессе нормальной жизнедеятельности человек занят разнообразными повседневными делами: профессиональной деятельностью, образованием, домашними делами, общением с людьми, сном, отдыхом, досугом.

Досуг подразумевает такой род занятий, которые дают человеку ощущение удовольствия, приподнятого настроения и радости. Люди проводят досуг для того, чтобы расслабиться, снять стресс, почувствовать физическое и психологическое удовлетворение, разделить свои интересы с друзьями и близкими, завязать общественные контакты и получить возможность самовыражения или творческой деятельности.

Досуг и отдых могут включать следующие виды деятельности:

- спорт или разнообразная физическая активность (роль зрителя, участника, тренера или какая-либо другая организационная деятельность);
- художественная деятельность (живопись, рисование, литературное творчество);
- поделки (вышивание, вязание, плетение различных изделий и другое ручное творчество);
- забота о животных;
- хобби (разнообразная деятельность по интересам);
- посещение музеев, театров, галерей, экскурсии;
- игры (настольные игры, компьютерные игры)
- развлечения (просмотр телепередач, фильмов, чтение литературы, прослушивание радиопередач);
- общение с другими людьми (телефонные разговоры, написание писем, приглашений, организация и посещение вечеров и других развлекательных мероприятий).

Жизнь человека не является полноценной, если не реализуется его право на отдых, на предпочтительные формы проведения свободного времени. Досуг и отдых играет особо важную роль в жизни людей пожилого возраста и инвалидов, особенно когда их участие в трудовой деятельности затруднено. Организация досуга является одним из важных элементов реабилитации и ухода за больными, инвалидами и пожилыми.

Социокультурная реабилитация больных, инвалидов и пожилых - это система организационных приемов и методов воздействия средствами

культурно-досуговой деятельности и предоставления услуг, применяемых с целью оказания им помощи в восстановлении (компенсации) нарушенных или утраченных способностей к деятельности в соответствии с их духовными интересами, потребностями и потенциальными возможностями.

При планировании досуга и отдыха приоритет принадлежит развивающим технологиям, связанным с вовлечением пожилых людей и инвалидов в различные виды художественного, технического и прикладного творчества. Они оказывают на них социализирующее влияние, расширяют возможности для самоутверждения и самореализации, социальной адаптации.

Предназначение досуговых технологий - помочь пожилым освоить навыки общения, необходимые для адаптации в социокультурном окружении. Существуют психологические закономерности, ускоряющие интеграционные процессы в общество, социальную адаптацию. Важно уметь выбрать и предложить человеку такое интересное занятие, которое не позволяло бы ему сосредоточиться на своих болезненных ощущениях и переживаниях. Чаще всего такие занятия связаны с прикладным художественным и техническим творчеством, благодаря им у пожилых людей улучшается самочувствие, облегчается болезненное состояние.

Основными занятиями пожилых являются физические упражнения, экскурсионный туризм, прогулки, посещение кинотеатров, театров, концертных залов, выставок, чтение книг, просмотр телепередач, встречи с родственниками и друзьями, ухаживание за растениями и животными.

Однако не все виды досуга и отдыха приемлемы для пожилых людей и инвалидов с ограниченной подвижностью. В этом случае нужно помочь человеку определиться в выборе формы досуга, внимательно изучить его интересы и наклонности, определить способы модификации и адаптации больного для облегчения его участия в проведении досуга и отдыха. Некоторые формы досуга могут помочь пожилому человеку и инвалиду в восстановлении утраченных функций. Например, составление картинок с использованием мозаики или пазлов развивает внимание, память и мелкую моторику рук, что особенно важно при параличах верхних конечностей. В качестве досуга для лежачего больного можно рекомендовать легкую ручную работу, например, вязание крючком или спицами, вышивание, рисование (если больной к этому способен).

Рукоделие всегда было популярным и остаётся неотъемлемой частью для людей любого возраста, как в повседневной жизни, так и в определении жизненных ориентиров, в выборе профессии. В последнее время у многих наблюдается повышение интереса к разнообразию видов рукоделия и стремление сделать для себя и своей семьи что-то собственными руками.

Вязание имеет громадное преимущество перед другими видами рукоделия, так как этот вид художественного творчества всегда доступен и актуален. Он не только создаёт красоту и уют, но и приносит и не с чем несравнимую радость, доставляет удовольствие, как тому, кто это создает так и тем, кто видит результаты этого кропотливого труда.

В каждом человеке от природы заложены огромные возможности. Помочь реализовать их, преодолеть барьер боязни нового, увлечь, развить способности легче всего в интересном занятии, в деле. Обучение вязанию прививает людям художественный вкус, любознательность, развивает фантазию, глубокое понимание красоты и значения красок, вырабатывает трудолюбие, терпение, усидчивость и аккуратность.

Занятия рукоделием оказывает терапевтическое воздействие: даёт возможность отвлечься от своих переживаний, успокаивает, приводит в порядок мысли и эмоции, снимает нервное напряжение.

**Данная методическая разработка, «Ателье Куклы», рассчитана на 40 часов занятий.**

### **Цель:**

1. Реабилитация функционирования пожилых и инвалидов, улучшение качества жизни и эмоциональное благополучие.
2. Познакомить с одним из видов декоративно-прикладного творчества – вязание Кукол.

### **Задачи:**

- Развить познавательную деятельность;
- Способствовать формированию интереса к занятиям рукоделием;
- Способствовать развитию трудовых и эстетических качеств личности.

### **Приёмы и методы:**

- словесный,
- практическая работа под контролем инструктора по трудотерапии,
- наглядно-демонстрационный,



- объяснительно- иллюстративный,
- репродуктивный,
- метод релаксации.
- практическая работа по технологической карте,
- метод рефлексии (метод открытого коллективного анализа),

**Наглядный и дидактический материал:** готовые изделия из серии «Куклы»

**Оснащение:** ножницы, иглы, булавки, копировальная бумага, карандаши, нити для вязания, технологические карты, метровая лента

### Программа Ателье «Куклы»

№ п/п	Мероприятие	Срок исполнения, место проведения
1.	<b>Вводная часть</b> 1. Организация рабочего места. 2. Техника безопасности. 3. История создания кукол у разных народов мира. 4. Копилка рисунков для вязания, «Сочетание цветов»	Февраль ( 4 занятия) Кабинет по трудотерапии
2.	1. Организация рабочего места. 2. Техника безопасности 3. Знакомство с понятием: Технологическая карта 4. Русская народная «Кукла-столбик» 5. русская народная « Кукла-набивная»	Март (4 занятия) Кабинет по трудотерапии
3.	1. Организация рабочего места. 2. Техника безопасности 3. Занимательная История –«Обереги» (Видео) 4. Русская народная «Кукла-закрутка»(оберег) 5. История создания народного костюма (Видео) 6. Изготовление народного костюма	Апрель ( 4 занятия) Кабинет по трудотерапии
4.	1. Организация рабочего места. 2. Техника безопасности 3. История создания куклы «Вербница» (Видео :Православная Пасха) 4. Традиционная кукла «Вербница» 5. Презентация «Кукольные истории»	Май ( 4 занятия) Кабинет по трудотерапии
5.	1. Организация рабочего места. 2. Техника безопасности 3. История создания кукол «На ложке», «На венике» (Лекция) 4. Традиционная кукла «На ложке» 5. Традиционная кукла «На венике»	Июнь( 4 занятия) Кабинет по трудотерапии

6.	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Организация рабочего места.</li> <li>2. Техника безопасности</li> <li>3. Кто такие «Неразлучники»? (Лекция, Дискуссия)</li> <li>4. Традиционная кукла «Неразлучники»</li> <li>5. Традиционная кукла «Кубышка»</li> </ul>	август( 4 занятия) Кабинет по трудотерапии
7.	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Организация рабочего места.</li> <li>2. Техника безопасности</li> <li>3. «Увлекательное путешествие в историю имен» (Лекция, беседа)</li> <li>4. Кукла «Любаша»</li> <li>5. Кукла «Даша»</li> </ul>	сентябрь ( 4 занятия) Кабинет по трудотерапии
8.	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Организация рабочего места.</li> <li>2. Техника безопасности</li> <li>3. «Волшебные шары» (Артишок). История создания Сувениров (лекция, дискуссия)</li> <li>4. Кукла «Артишоки»</li> <li>5. «Восток - дело тонкое» (видео: создание кукол в восточном стиле)</li> <li>6. Кукла «Зухра»</li> </ul>	октябрь ( 4 занятия) Кабинет по трудотерапии
9.	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Организация рабочего места.</li> <li>2. Техника безопасности</li> <li>3. Кукла «Таня»</li> <li>4. «Сказочные персонажи» (видео)</li> <li>5. Кукла «Царевна Лебедь»</li> </ul>	ноябрь ( 4 занятия) Кабинет по трудотерапии
10.	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Организация рабочего места.</li> <li>2. Техника безопасности</li> <li>3. «Кто такая Шмаханская царица?» (видео)</li> <li>4. Кукла «Шмаханская Царица»</li> <li>5. Подготовка к выставке Ателье «Куклы»</li> <li>6. Выставка Ателье «Куклы»-«Кукольный подиум»</li> </ul>	декабрь ( 4 занятия) Кабинет по трудотерапии Актальный зал

Методику по трудотерапии: Рукоделие / Вязание / Ателье Куклы/  
разработала :

Инструктор по трудотерапии

*С.И. Тарханова*

С.И. Тарханова