**Использование социально-ориентированных практик для успешной самореализации лиц с ограниченными возможностями здоровья.**

**(Опыт работы ОГБУ «Многопрофильный центр реабилитации»)**

***Ерохина Оксана Александровна,*** *заместитель директора по реабилитации*

*ОГБУ «Многопрофильный центр реабилитации», г.Белгород*

В современной России проблема самореализации лиц с ограниченными возможностями здоровья является актуальной и значимой. Политика Российской Федерации направлена на полноценную интеграцию, ориентирована на модель гражданских прав, что ведёт за собой активное включение лиц с ограниченными возможностями здоровья в политическую, социальную, творческую жизнь.

Самореализация представляет собой определенные действия, которые ставит перед собой индивид для осуществления своей цели, поэтому каждый акт самореализации завершается специфической эмоциональной реакцией, как положительной (при удаче и успехе), так и отрицательной (в случае неудачи или поражения). Что касается самореализации лиц с ограниченными возможностями, то необходимо заметить, что развитие личностного потенциала таких людей помогает их социализации. А социализация людей с ограниченными возможностями означает возможность полноценного существования в окружающей обыденной жизни при соблюдении нравственных норм [3]

Для успешной самореализации в ОГБУ «Многопрофильный центр реабилитации» применяются социально-ориентированные практики, которые включают в себя как психологические, так и социальные и культурные варианты. Практика – разумная человеческая деятельность, основанная на сознательном целеполагании и направленная на преобразование действительности (в том числе и самого человека). Практикой в частности называют деятельность, служащую для достижения необходимой опытности в каком-либо деле, а также индивидуальный опыт того или иного специалиста в своей области, в том числе его частную профессиональную деятельность [2] Использование социально-ориентированных практик ведёт к успешной самореализации и интеграции лиц с ОВЗ.

Процесс самореализации – это активный процесс, который включает в себя все сферы жизни человека. Чтобы личность могла успешно реализовать себя в обществе, раскрыть свой потенциал, участвовать в социальной жизни, интегрировать в социум, необходимы определенные условия, факторы, способствующие этому, например, такие, как образование, воспитание, психологическая обстановка в семье и другие. [2]

ОГБУ «Многопрофильный центр реабилитации» использует в своей работе комплексный подход и уделяет особое внимание самореализации лиц с ОВЗ в процессе реабилитации, затрагивая широкий спектр реализационных форм.

Развитие потенциала лиц с ОВЗ происходит в ходе активной деятельности: творческой, профессиональной, досуговой и т.д.

Особое внимание в процессе реабилитации лиц с ОВЗ обращается на психологическую составляющую, на настрой и ресурсы человека, на его готовность к самореализации. Психологи в своей работе применяют психофизиологический тренинг на системах БОС (БОС-«Колибри», БОС-«Реокор»), который способствует эффективному научению навыкам релаксации и саморегуляции. Использование классических терапевтических подходов: когнитивно-поведенческой терапии (например, ведение «Дневника автоматических мыслей»), гештальт-терапии (метод «Горячего стула»), диалектической поведенческой терапии (обучение навыкам саморегуляции, межличностного общения и т.д.) наряду с песочной терапией и метафорическими картами позволяют найти нужный подход к каждому для выявления ресурсов личности.

В Учреждении работает клуб общения молодых инвалидов «Диалог», который обеспечивает участникам психоэмоциональную поддержку, развитие коммуникативных навыков. В игровой форме диалоговцы развивают когнитивные функции, реализуют творческий потенциал с помощью арт-терапевтических техник. Раскрашивание мандал (особых детализированных узоров) и практика упражнений на релаксацию, дыхательных техник, помогают привести в норму эмоциональное состояние, расслабиться и отдохнуть. Сказкотерапия в групповом формате позволяет обнаружить зоны потенциального роста участников и совместно, в метафорической форме, обсудить пути решения сложных ситуаций.

Социальная реабилитация, участие в общественной деятельности, творческий подход является важной составляющей процесса самореализации. Культурно-досуговая деятельность выступает процессом формирования условий для организации свободного времени, связанного с реализацией потребностей и интересов, обладающего личностно-развивающим характером, социальной ориентацией и самореализацией. В ОГБУ «Многопрофильный центр реабилитации» работают различные творческие студии: вокальная студия «Ремикс», хореографическая студия «Ритм» и коллектив инклюзивного танца «Тандем», театральная студия «А-Фишка» и «Амплуа», студия «Художественное слово».

Участие в студиях, изучение нового, реализация творческого потенциала способствует успешной социализации, самоутверждению и самореализации лиц с ОВЗ. Занятия в театральной студии направлены на формирование навыков вербального и невербального общения, понимания и выражения эмоций и чувств, как собственных, так и окружающих, развитие уверенного поведения во взаимодействии с другими людьми. Работа вокальной студии направлена на эффективное развитие речи получателей услуг, развивается дыхание, голос, формируется чувство ритма и темпа речи, улучшается дикция, координируется слух и голос, тренируется память. [1]

Хореографическая студия позволяет активизировать скрытые заблокированные чувства и устремления личности, укрепить и развить психофизический аппарат. Танец в реабилитации рассматривается в качестве средства невербальной коммуникации, изучает, как эмоции и чувства человека отражаются в его телесных состояниях, обучает человека их осознаванию с целью дальнейшей коррекции. С помощью занятий в танцевальной студии люди с ОВЗ раскрывают себя, свои эмоции, чувства, желания, убирают зажимы и реализуют свой творческий потенциал.

Получатели услуг участвуют в различных конкурсах, фестивалях, концертах, что является важнейшим источником для самореализации личности. ОГБУ «Многопрофильный центр реабилитации» ежегодно организует и проводит фестиваль самодеятельного творчества пожилых граждан и инвалидов «Верю в себя», который включает различные направления от вокала до декоративно-прикладного творчества.

Одной из продуктивных форм самореализации личности является её профессиональная и трудовая деятельность. Студия «Деко» успешно реализует программы проведения мастер-классов по изготовлению украшений и элементов декора в различных техниках и с использованием традиционных и современных материалов. Предлагаются мастер-классы: в технике «бисероткачество» - изготовление женских украшений – гердан; флористика из фоамирана и в технике конзаши; роспись по ткани – «батик», а также в старинной традиционной технике нанесения рисунка на ткань при помощи деревянной печатной доски с рельефным орнаментом – «набойке»; изготовление картин в технике «шерстяная акварель» (сухое валяние), а также изготовление предметов декора в технике «декупаж», «лоскутное шитье», «сухое валяние». В рамках повышения коммуникативного потенциала личности проводятся занятия по обучению навыкам компьютерной грамотности разной степени сложности и продолжительности, а также отдельный блок по обучению пользованием смартфонами. Специалисты учреждения также оказывают помощь в организации обучения лиц с ОВЗ, содействие в трудоустройстве.

Большое значение в самореализации лиц с ограниченными возможностями имеет также спорт, так как в спортивной деятельности заложены огромные возможности для творческого проявления сил и способностей человека. [3] В данном направлении проводятся занятия по адаптивной и лечебной физической культуре, которые направлены на поддержание и усовершенствование физического состояния, что несомненно сказывается и на самооценке личности и на интеграции.

Таким образом, рассмотрев вопрос самореализации лиц с ограниченными возможностями здоровья, нами сделаны выводы о необходимом применении социально-ориентированных практик в процессе реабилитации. Важным условием самореализации личности является наличие у человека развитого самосознания и рефлексии с актуализированной способностью познавать себя и окружающий мир, реальные и потенциальные способности и возможности, интересы и ценности, перспективы личностного и профессионального роста.

Для лиц с ОВЗ вопрос самореализации является актуальным, требующим сопровождения и направленности, наиболее оптимальными формами самореализации являются культурно-творческая деятельность, спорт, общественная и профессиональная деятельность. Опыт работы ОГБУ «Многопрофильный центр реабилитации» свидетельствует об успешном применении социально-ориентированных практик работы, позволяющих привести получателей услуг к самореализации и раскрытию потенциала.

**Список используемой литературы**

1. Батищева, О. А. Развитие творческой индивидуальности детей с ограниченными возможностями здоровья в вокальной студии / О. А. Батищева // Педагогика сегодня: проблемы и решения: материалы VII Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, март 2021 г.). — Санкт-Петербург: Свое издательство, 2021. — С. 23-25. — URL: https://moluch.ru/conf/ped/archive/389/16410/ (дата обращения: 24.10.2022).
2. Цой, Л. П. Самореализация лиц с ограниченными возможностями в современных социокультурных условиях / Л. П. Цой// Молодой ученый. — 2017. — № 13.2 (147.2). — С. 22-25. — URL: https://moluch.ru/archive/147/42015/ (дата обращения: 25.10.2022).
3. Кудинов, С. Самореализация как системное психологическое образование / С. Кудинов// Научно-культурологический журнал. – 2017. – № 16.–URL:http://www.relga.ru/Environ/WebObjects/tgu-www.woa/wa/Main?textid=2092&level1=main&level2=articles (дата обращения: 24.10.2022).
4. Социокультурная реабилитация инвалидов: метод. рекомендации /Мин. труда и соц. развития РФ, Рос. институт культурологии Мин. культуры РФ; под общей ред. В.И. Ломакина. – М.: РИК, 2002. – С. 144.
5. Суслова М.Ю. О социализации молодых инвалидов / Суслова М.Ю. // Социс. №6, 2000. – С. 137-139.
6. Ткаченко В.С. О проблемах интеграции людей с инвалидностью в российском обществе// Общество и личность: интеграция, партнерство, социальная защита. Мат.1 Международной научно-практической конференции. – Ставрополь: СКСИ, 2004. – с. 328-329.