

Социальная терапия: инновационные формы, виды и методы

Мозговая Татьяна Михайловна
– кандидат социологических
наук, доцент кафедры теории и
технологии социальной работы
ГАУ ИПК ДСЗН г. Москвы

Социальная терапия – это система профессионального воздействия на состояние, поведение, психику лица(группы) с целью их социального и психологического оздоровления, устранения устойчивых нарушений в социальном функционировании.

Социальная терапия –

целенаправленный процесс практического воздействия соответствующих государственных структур, общественных организаций и объединений, в том числе религиозных, на конкретные формы проявления социальных отношений или социальных действий



Решение социальных проблем связано с воздействием на человека, его поведение, деятельность, психику.

Это объясняет, какую важную роль в арсенале социальной терапии играют методы психотерапевтического воздействия.

Психотерапевтическое воздействие может оказываться на различные характеристики внутреннего мира человека.

Эти воздействия включают в себя систематические, целенаправленные меры по оказанию помощи лицу или группе лиц в вопросах урегулирования чувств, импульсов, мыслей, отношений и снятия психологических симптомов, которые вызывают беспокойство, дискомфорт у пациентов.



Основные модели психотерапии:

- Психотерапия как метод лечения, т.е. воздействие на психосоматическое состояние клиента (*медицинская модель*);
- Психотерапия как метод манипулирования и служащий целям общественного контроля (*социологическая модель*);

Основные модели психотерапии:

- Психотерапия как метод , приводящий в действие процесс научения личности (*психологическая модель*);
- Психотерапия как комплекс явлений, возникающих в ходе взаимодействия между людьми (*философская модель*).

Там , где у человека есть, были или будут нерешенные социальные проблемы, активную роль предстоит играть специалистам социальной работы.

Воспринимая человека целостно как индивидуальную самоценность, с его переживаниями, проблемами и трудностями, социальный работник имеет возможность сделать терапевтическую помощь более действенной и гуманной.



В настоящее время имеется несколько направлений социальной работы, которые основываются на различных функциональных подходах.



Первый подход

- основывается на лечебной функции социальной работы.
- Роль социального работника как специалиста заключается в оказании помощи клиенту в решении его общих проблем совместно с медиками.

Второй подход -

- Социальное развитие.
- Эта модель предполагает включение клиента в активную групповую деятельность, например, для решения социальных проблем по месту жительства, учебы, работы и т.д., что положительно влияет на социальное здоровье клиентов

Третий подход

- Основан на функции отстаивания интересов клиента.
- Главная задача сводится к тому, чтобы разъяснять нужды, права притесняемых, социально уязвимых групп, людей обществу

В основе терапевтического воздействия лежит процедура социальной помощи, оказание клиенту поддержки со стороны окружения, ликвидация негативных последствий взаимоотношений.

Социальная терапия предполагает и прямое вмешательство с целью устранения препятствий, мешающих полноценному социальному развитию индивида, социальной группы.

Социальная терапия, как комплекс процедур, мероприятий и действий, направлена **на решение социальных проблем различного уровня** организации общества.

Уровни социальной организации определяют **цели, задачи, ресурсы и методы**, используемые в процессе социально – терапевтического воздействия на конкретный социальный объект.

Социальная терапия реализуется:



• **на макро уровне** – ориентирована на решение проблем общества, как единого объекта воздействия



• **на мезоуровне** – решаются проблемы конкретного социального слоя, группы, общности



• **на микроуровне** – решаются внутриличностные, межличностные проблемы индивида, малых социальных групп и отдельных коллективов

Направления терапевтического воздействия:

- социальная терапия пожилых,
- семейная терапия,
- терапия дезадаптированных детей и подростков,
- терапия лиц с ограниченными возможностями ,
- психотерапия участников военных конфликтов
- и др.

Формы социальной терапии:

Индивидуальная терапия

- Нацелена на оказание помощи конкретному лицу путем непосредственного воздействия на него, без привлечения в этот процесс других лиц. Применяется к тем клиентам, решение проблем которых требует конфиденциальности

Групповая терапия

- Оказание помощи клиенту через передачу группового опыта для развития его физических и духовных сил, формирования социального поведения

Технология работы в группе решает следующие задачи:

- **Исправление, коррекция поведения**
- **Утверждение личности**
- **Обеспечение нормального развития членов группы**
- **Воспитание чувства гражданственности**
- **Предупреждение дисфункций**

Состав группы может быть разнообразным

Учебные группы

Группы совместной
деятельности

Группы для
родителей

Мужские, женские

Восстановления
умений и др.

Методы групповой психотерапии:

- Метод групповой дискуссии;
- Ролевая игра;
- Психологические тренинги;
- Аутотренинги;
- Психодрама и др.

Методы индивидуальной психотерапии

- Консультативно – коррекционная беседа;
- Тренинги социальных навыков;
- Индивидуальные психологические тренинги;
- Медитация;
- Аутотренинги
- И др.

Средствами реализации социально – терапевтической помощи выступают

Слово,

Труд,

искусство(музыка, театр, художественное
творчество, декоративно – прикладное
искусство и др.),

Спорт и методы физической культуры,

Природа,

Животные,

Смех,

Сказка и др.



Виды терапий

Трудовая терапия – основана на оказании лечебного, тонизирующего, активизирующего воздействия процесса труда на индивида.

Труд способствует преодолению деструктивных изменений, отклонений в поведении индивидов и групп; достижению оптимального уровня самостоятельности



**Трудотерапия – активный метод
восстановления и компенсации нарушенных
функций при помощи разной работы,
направленной на создание полезного продукта**

В реабилитационной работе с пожилыми
используются несколько вариантов трудотерапии,
которые различаются по основным задачам,
средствам и методам осуществления :

Общеукрепляющая (тонизирующая). Является средством повышения общего жизненного тонуса пожилого человека и создает психологические предпосылки для реадaptации

Развлекательная (терапия занятостью). Ее цель – уменьшение выраженности отягощающих факторов, обусловленных вынужденным продолжительным пребыванием в ограниченном пространстве

Восстановительная (функциональная) Ее цель – восстановление нарушенной патологическим процессом функции через соответственно подобранные виды трудовой деятельности

Профессиональная . Направлена на восстановление производственных навыков или подготовку (.обучение) новой профессии

Обучение самообслуживанию (бытовая)

Оккупационная терапия(ОК) -

терапия повседневными занятиями, форма профессиональной социальной работы. Это необходимая форма помощи людям, испытывающим отклонения в поведении, взаимодействии.

Ключевой элемент оккупациональной терапии- это выбор видов занятий, которые формируют навыки независимого функционирования и удовлетворение потребностей индивида в контексте его социального окружения

В работе с пожилыми и инвалидами ОК направлена на облегчение привыкания к протезам, увеличение мобильности, помощь в поддержании и развитии выносливости, применяя техники консервации энергии и упрощения работы, стимулирования здоровья и продуктивные взаимоотношения,



Ортобиотика - наука о разумном образе жизни, изучающая технологию самосбережения людьми здоровья и наполнения жизненным оптимизмом.

Здоровье выступает одним из основных, стратегических индикаторов качества жизни человека.

Укрепление, сохранение, восстановление здоровья является основным в рамках валеологической работы с разными категориями населения на всех уровнях социальной терапии.



Предназначение ортобиотики:

- Формирование навыков здорового образа жизни;
- Формирование самооценности личного здоровья;
- Профилактика нежелательных процессов в физическом, нравственном и психическом здоровье человека;
- Привнесение энергии оптимизма через организацию социокультурной деятельности.

Составляющие ортобиоза



Физическое здоровье

- Двигательная активность, состояние позвоночника, рациональное питание, массаж, закаливание



Психическое здоровье

- Устранение из сознания и эмоциональной жизни отрицательных переживаний. Разрушительны чувства злобной агрессии, вины,



Состояние ума

- Интеллектуальное оздоровление: очищение своего сознания от мыслей, несущих тревогу, беспокойство, отчаяние Поиск позитива

Терапия самовоспитания – это собственная деятельность субъекта, направленную на самопознание, самоанализ и самооценку. Самовоспитание — это активный процесс формирования человеком себя как личности в соответствии с поставленной целью на основе социально обусловленных представлений об идеале собственного «Я»



Игровая терапия

- Игровая терапия - это комплекс реабилитационных игровых методик. Являясь уникальным средством комплексной реабилитации, эта технология может выполнять функции социализации, развития, воспитания, адаптации, релаксации, рекреации и др. При этом травмирующие жизненные обстоятельства переживаются в условном, ослабленном виде.

Музыкотерапия



- Музыкотерапия — один из старейших методов воздействия на психику человека, который может использоваться и в лечебных целях. Групповые, индивидуальные музыкотерапевтические занятия с учетом актуальной ситуации в группе, включают в себя музыкальную тему, вызывающую у слушателей переживания, связанные с их прошлым, настоящим и будущим.

Арттерапия



- Арттерапия – терапия искусством. Существует не-сколько вариантов этого метода: использование уже существующих произведений искусства через их анализ и интерпретацию клиентами; побуждение клиентов к самостоятельному творчеству; использование произведений искусства и самостоятельное творчество клиентов; творчество самого специалиста – лепка, рисование и др., направленное на взаимодействие с клиентом.

Психогимнастика



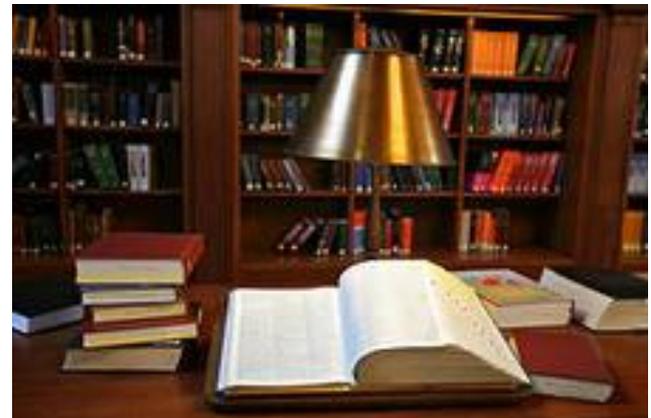
- Психогимнастика – одна из форм психотерапии, при которой взаимодействие основывается на двигательной экспрессии, мимике, пантомиме. Упражнения направлены на достижение двух целей: уменьшение напряжения и сокращение эмоциональной дистанции участников группы, а также выработку умения выражать чувства, желания — свои и другого человека.

Логотерапия или разговорная психотерапия

- Специалист разговаривает с клиентом, вербализируя для него его эмоциональное состояние, с помощью этого клиент сам справляется с трудной ситуацией. В его личности происходит перестройка, которую он самостоятельно обнаруживает как конструктивные изменения в самом себе. Это приносит ему удовлетворение, повышает степень самоуважения, способствует становлению зрелой личности.

Библиотерапия

- В ходе самостоятельного чтения клиент ведет дневник, анализ которого помогает объективно оценить состояние пациента. Список книг психотерапевт подбирает сам в соответствии с проблемой клиента.



Глиноterapia

- Глиноterapia - эффективный способ реабилитации, имеющий в своей основе работу с пластическими материала-лами (глина, пластилин, соленое тесто и т. п.)
- Издавна из-вестно о лечебных свойствах глины. Замечено, что гончары, много работающие с вышеуказанным материалом, ни-когда не имели заболеваний суставов, не знали, что такое отложение солей, гипертония и др. Глина обладает анти-септическими, адсорбирующими свойствами.
- Показателями реабилитационной эффективности глинотерапии служат развитие интеллекта, мелкой моторики, овладение навыками профессионального мастерства.

Гарденотерапия

- Пожилые люди с удовольствием выращивают растения и ухаживают за ними. Особое эмоциональное настроение, связанное с выполнением необходимой работы, психически успокаивает. Этот вид деятельности имеет ярко выраженную психотерапевтическую направленность, что позволяет использовать его при коррекции поведенческих и эмоциональных расстройств, в восстановительном периоде после перенесенных заболеваний, для улучшения психоэмоционального состояния людей. Гарденотерапию можно применять совместно с элементами других технологий социокультурной деятельности - музыка-, изо-, библиотерапией, фото, дизайн, оригами.



Фототерапия



- Фототерапией называют лечебно-коррекционное применение фотографии, ее использование для решения психологических проблем, а также развития и гармонизации личности.
- Она может предполагать как работу с готовыми фотографиями, так и создание оригинальных авторских снимков.
- Основным содержанием фототерапии, таким образом, является создание и/или восприятие клиентом фотографических образов, дополняемое их обсуждением и разными видами творческой деятельности.
- Это может быть сочинение историй, применение дополнительных изобразительных техник и приемов (рисование, коллажирование), изготовление из фотографий фигур и последующая игра с ними и т. д.

Спицетерапия



- Вязание на спицах - это один из популярных видов прикладного искусства. Оно было известно еще в Древне Египте и Древней Греции. Это демократический вид искусства с неограниченными возможностями.
- В работе с пожилыми людьми может **использоваться для профилактики и лечения нарушений высшей нервной деятельности**. Реабилитолог Л.Рабичев оценивал вязание как эффективный прием упорядочения биоритмов. Процесс вязания благодаря упорядоченным движениям рук работающего на спицах человека нормализует ритмическую деятельность, присущую нервной системе. Кроме этого, вязание – это творческая работа, в процессе которой проявляются способности и, возникает целебное творческое вдохновение.
- **Вязание принесет наслаждение, когда изделие будет востребовано** и, ему будут радоваться те, кому оно предназначено. Поэтому начинать занятия по вязанию с пожилым человеком необходимо только тогда, когда сам человек изъявит желание.

Социальный работник может простимулировать занятия вязанием. Для того чтобы желание возникло необходимо предложить пожилому человеку, например, если он умеет вязать оказать помощь дому малютки, детскому дому, или отделению милосердия дома интерната, связать пару носочков. Их можно и купить, но ведь связанные с любовью, они будут не только греть, но и лечить людей.

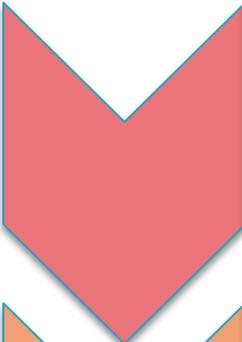
Занятия по вязанию лучше проводить в зимнее время, когда на улице холодно и большую часть времени пожилой человек проводит в квартире. Для того, что бы это не было утомительно можно посвящать вязанию **не более одного часа.** Желательно, чтобы сам социальный работник умел вязать и вместе с клиентом в течение часа занимался этим делом. В процессе совместного занятия важно **вести непринужденные беседы.**

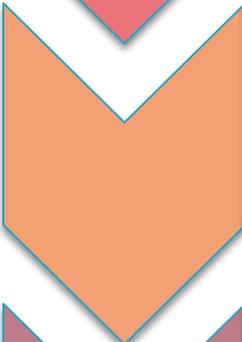


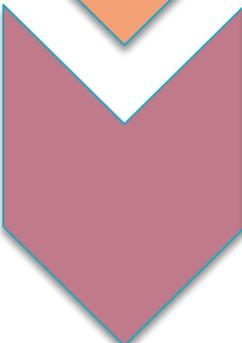
Сказкотерапия, театротерапия

- Сказкотерапия, театротерапия в работе учреждений социальной защиты : чтение, перевод, постановка сказок по ролям;
- разучивание и исполнение песен на английском языке.
- Работа с воспоминаниями (Кемерово, Коньково).
- Работа театральных студий для пожилых.
- Создание условий для проживания, проигрывания травмирующих психологических ситуаций.

Мемуаротерапия

- 
- Написание дневников для «внутреннего» пользования», которые послужат основой для настоящих мемуаров

- 
- Написание статей, ориентированных на публикацию в местных газетах

- 
- Создание книги воспоминаний (может храниться в семье или публиковаться)
 - Участие в работе литературной студии

Подходы к реализации мемуаротерапии

- Описание последовательно каждого года своей жизни;
- Описание событий, которые особо привлекли внимание автора мемуаров;
- Описание только позитивных для автора событий



Работа с воспоминаниями: Музей прошлого быта.

- **Бабушкина комната.** Создание библиотечки Победителей. История моей семьи в истории моего города. Обучение социальных работников и сотрудников ОДП новым формам работы по сбору материалов (фото, вырезки из газет, письма, личные вещи и т.д.). Привлечение членов семьи к работе по технологии «Дерево жизни» .
- **Изучение жизненных историй клиентов** с применением метода биографического интервьюирования с целью выявления эмоционально ярких воспоминаний, связанных с ситуациями преодоления жизненных трудностей.
- **Стимуляция воспоминаний** способствует принятию пожилыми людьми своей жизни; формирует понимание того, что жизнь прожита не зря.

Библиотечка Победителей

Специалисты ТЦСО «Гагаринский» вовлекают ветеранов и участников Великой Отечественной войны в новый вид деятельности, результатом которой является создание библиотечки Победителей.

Для выявления желающих принять участие в создании библиотечки воспоминаний был проведен мониторинг силами социальных работников, которые обслуживают клиентов на дому, специалистами ОДП. Было организовано обучение социальных работников и сотрудников ОДП новым формам работы по сбору материалов (фото, вырезки из газет, письма, личные вещи и т.д.).

- ◎ **Сотрудники Центра изучают жизненные истории клиентов, применяют метод биографического интервьюирования с целью выявления эмоционально ярких воспоминаний, связанных с ситуациями преодоления жизненных трудностей. Стимуляция воспоминаний способствует принятию пожилыми людьми своей жизни, формирует понимание того, что жизнь прожита не зря. Некоторым клиентам (склонным к литературному творчеству) предлагается написать автобиографию, описать яркий, интересный случай из жизни.**

Рациональная терапия

Занятия проводятся на базе ТЦСО «Строгино» в виде лекций, аналитически ориентированных бесед, групповых практических занятий с использованием интеграционных приемов рациональной терапии и различных вариантов поведенческой терапии в рамках гуманистической психологии.

Клиенты учатся преодолевать личностный кризис (кризис идентичности), осмысливать задачи нового периода жизни: принятие своего жизненного пути; формирование и принятие новой социальной роли, поддерживать психофизиологические функции (память, сенсорное восприятие и внимание, повышение контроля за привычными механическими действиями и др.).

Рациональная терапия

Данная социальная практика способствует укреплению психологического здоровья пожилых клиентов социальных служб.



Одним из направлений программы «Академия психологического здоровья» являются тренинги когнитивных функций, групповые занятия, направленные на поддержание функций памяти, внимания, мышления; развитие наглядно-образного мышления.

Программа разработана в ТЦСО «Нагорный» для лиц зрелого и пожилого возраста (55-95 лет). В этом возрастном периоде выделяют две группы – люди от 60 до 70-75 и от 75 и старше.

Цели работы:

- создание условий для продуктивного активного долголетия клиентов ЦСО;
- улучшение качества жизни пожилого человека;
- социально-психологическая реабилитация клиентов ЦСО;

Тренинг когнитивных функций

Данные групповые занятия проводятся еженедельно, по понедельникам в первой половине дня по 50 минут, участвуют 8-15 человек. **Примерный план занятий включает следующие блоки:**

- участники тренинга приветствуют друг друга (например, в форме комплимента или короткого пожелания) 5 мин. по кругу передавая друг другу мячик или другой стимульный предмет,
- ориентируемся во времени (называем дату, обмениваемся новостями, важными событиями – 10 мин),
- объявляется тема занятия, дискуссия 10 мин;
- вспоминаем пословицы, поговорки, притчи по заданной теме (10 мин.) работаем со свободными и ограниченными ассоциациями (10 мин),

Тренинг когнитивных функций

- время «Я-высказываний», например «Я люблю», «Я знаю» и т.д.,
- завершаем занятие ответами на вопросы «Что мы делали?»

В тренингах по развитию наглядно-образного мышления используются различные картины, репродукции; план занятий можно варьировать, учитывая самочувствие клиентов ОДП, пожелания.

В конце занятия оценивается настроение по 5-бальной системе (участникам группового занятия предлагается **«поставить» себе оценку настроения** в начале и после занятий, тренингов по 5-ти бальной системе).

Каждые два месяца проводится плановое анкетирование и диагностика когнитивных функций, с целью выявления наличия динамики мыслительных процессов пожилых людей.

Данная социальная практика позволяет положительно воздействовать на поддержание функций памяти, внимания и мыслительных процессов клиентов социальных служб зрелого и пожилого возраста.



В основе данной социальной практики используется классическая танцевальная терапия, адаптированная для людей пожилого возраста.

Цель танцевальной терапии — развитие осознания собственного тела, создания позитивного образа тела, развитие навыков общения, исследование чувств и приобретение группового опыта.

Данная технология разработана ТЦСО «Нагорный» для лиц зрелого и пожилого возраста (55-95 лет). В этом возрастном периоде выделяют две группы — люди от 60 до 70-75 и от 75 и старше.

Двигательная терапия

- ◎ **Основной задачей групп танцевальной терапии является осуществление спонтанного движения.** Танцевальная терапия побуждает к свободе и выразительности движения, **развивает подвижность и укрепляет силы, как на физическом, так и на психическом уровне.** Тело и разум рассматриваются в ней как единое целое.
- ◎ Главная установка формулируется следующим образом: **движения отражают черты личности.** При любых эмоциональных сдвигах меняется самочувствие, как душевное, так и физическое, и соответственно меняется характер наших движений.



Двигательная терапия

- ◎ **Танцевальная терапия применяется при работе с людьми, имеющими эмоциональные расстройства, нарушения общения, межличностного взаимодействия.**
- ◎ **В начале первого занятия психолог наблюдает за участниками, оценивает сильные стороны и изъяны двигательного репертуара каждого, затем определяется, какие движения подойдут каждому клиенту лучше всего.**
- ◎ **Специальные упражнения танцевальной терапии представляют собой свободное раскачивание, движения, требующие собранности и контроля над телом, чередование расслабления и собранности, связанные с дыхательным циклом.**

Клуб путешественников

Клуб создан инициативной группой пожилых людей на общественных началах, он работает для одиноких и одиноко проживающих пенсионеров и инвалидов на базе отделения дневного пребывания.

Членам клуба предоставляется возможность приобщиться к культурным ценностям заповедного района Замоскворечье и других исторических районов столицы нашей Родины. **Главный принцип работы** оздоровительно-туристического клуба – объединение пожилых людей района на основе общих интересов и увлечений. **Цель Клуба** - повышение активности клиентов социальных служб через совместное времяпровождение.

Задачи Клуба:

- расширение кругозора пожилых людей, обновление интересов и впечатлений и предоставление возможности организовать свой досуг в компании друзей в необычной обстановке (разнообразии форм организации досуга пенсионеров и инвалидов);
- знакомство с новыми людьми;
организация пешеходных экскурсий по Замоскворечью и другим историческим районам Москвы с посещением храмов, музеев, других памятников культуры;
- создание тёплой семейной атмосферы среди членов клуба благодаря организации совместных чаепитий посиделок после экскурсий;
- раскрытие творческих способностей и талантов наших подопечных

Благодарю за внимание !