

**Министерство труда, занятости и социальной защиты
Республики Татарстан**

**Государственное автономное учреждение социального обслуживания
Республиканский центр социально-психологической помощи населению
«Зеркало»**

Л.А. РАИМОВА

**ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ
С ЛЮДЬМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА:
РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ДОСУГ**

Казань

2013

УДК 364.048.6+159.99

ББК 60.9+88.5

Р 18

Методические рекомендации подготовлены в рамках реализации долгосрочной целевой программы «Повышение качества жизни граждан пожилого возраста на 2011-2013 гг.» (утв. Постановлением КМ РТ от 1 июня 2011 г. № 422), долгосрочной целевой программы Республики Татарстан «Доступная среда» на 2011-2015 гг. (утв. Постановлением КМ РТ от 22 сентября 2011 г. № 786), Комплексной программы демографического развития Республики Татарстан до 2010 г. на перспективу до 2030 г.

Общая редакция:

А.Х. Габдулахатов – зам. министра труда, занятости и социальной защиты Республики Татарстан

Автор:

Л.А. Раимова – научный сотрудник РЦ СППН «Зеркало», психолог

Научный руководитель:

Н.Н. Исламова – директор РЦ СППН «Зеркало», канд. филос. наук

Р 18 Раимова Л.А.

Инновационные технологии в работе с людьми пожилого возраста: реабилитационный досуг / Л.А. Раимова.- Казань: Веда, 2013.- 130с.

В данном пособии предлагается теоретический материал по алгоритму внедрения инновационных технологий, представлены различные аспекты технологии реабилитационного досуга: дан понятийный аппарат, раскрыты цели, задачи, обозначены этапы реализации.

Во второй части предлагаемого издания содержится описание различных программ и методик, разработанных автором в рамках данной технологии, даны методические рекомендации специалистам, внедряющим технологию в практику своей работы с пожилыми клиентами.

Методическое пособие снабжено глоссарием, библиографическим списком и приложением. Адресовано специалистам учреждений социальной сферы, работающим с людьми пожилого возраста.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	5
ГЛАВА 1. ИННОВАЦИОННЫЕ СОЦИАЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ: ПОНЯТИЕ, ФОРМЫ, ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ	7
ГЛАВА 2. РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ДОСУГ КАК ИННОВАЦИОННАЯ СОЦИАЛЬНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ В ОТНОШЕНИИ ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА	12
2.1. Теоретические основы реабилитационного досуга: понятийный аппарат, принципы, цели и задачи, функции.....	12
ГЛАВА 3. СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНАЯ АНИМАЦИЯ В СИСТЕМЕ РЕКРЕАТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ЛЮДЬМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА	15
3.1. История анимации.....	15
3.2. Цели, задачи, функции и формы социально-культурной анимации	17
3.3. Требования, предъявляемые к аниматору.....	23
3.4. Порядок подготовки и реализации анимационного мероприятия	25
3.5. Рекомендации по проведению анимационного мероприятия для людей пожилого возраста.....	31
ПРИЛОЖЕНИЕ:	
Приложение 1. Регламент организации социально-культурной анимации. Порядок подготовки и проведения анимации.....	35
Приложение 2. Физиологические и возрастные особенности пожилых людей.....	48
Приложение 3. Типология анимационных мероприятий.....	50
Приложение 4. Отчет о проведении социально-культурной анимации....	51
ГЛАВА 4. ХОББИ-ТЕХНИКИ В СИСТЕМЕ РЕАБИЛИТАЦИОННОГО ДОСУГА ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА: СКРАПБУКИНГ В ГЕРОНТОЛОГИИ	56
4.1. Что такое скрапбукинг.....	56

4.2.	Исторические аспекты скрапбукинга.....	57
4.3.	тили в скрапбукинге.....	61
4.4.	Материалы и инструменты для скрапбукинга.....	67
4.5.	Программы занятий по скрапбукингу с пожилыми людьми.....	70
ПРИЛОЖЕНИЕ:		
	Приложение 1. МК «Создаем скрап – комодик».....	81
	Приложение 2. МК «Открытка с часами».....	87
	Приложение 3. МК «Шкатулка для драгоценностей».....	91
	Приложение 4. Скетчи для скрап – альбомов.....	96
ГЛАВА 5. АРТ-ТЕРАПИЯ КАК ФОРМЫ РЕАБИЛИТАЦИОННОГО ДОСУГА В РАБОТЕ С ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ.....		
	5.1. Специфика арт-терапевтических подходов в работе с пожилыми людьми.....	103
	5.2. Арт-техники в геронтологической практики.....	105
	ГЛОССАРИЙ.....	120
	БИБЛИОГРАФИЯ.....	128

ВВЕДЕНИЕ

В современном обществе, ориентированном на молодежную культуру, понятие «старость» позиционируется как синоним неудачи, неуспеха, потери, отсталости, консерватизма, из-за чего нередко наблюдаются негативные стереотипы отношения к пожилым людям. Укрепление у пожилых людей чувства защищенности требует постоянного изменения набора предоставляемых им социальных услуг. В этой связи огромное значение принадлежит инновациям, разработке инновационных технологий, направленных на обеспечение активного отдыха, восстановление и укрепление психического и физического здоровья пожилых людей, пропаганду здорового образа жизни.

Под инновационным (от английского «innovation» - введение нового в практику) понимается процесс генерирования новой идеи, разработки, экспериментальной апробации, ее продвижения, распространения и мониторинга. В связи с этим в первой части данного пособия предлагается теоретический материал по алгоритму внедрения инновационных технологий, предусматривающий как первичное внедрение (экспериментальную апробацию), так и накопление опыта – реализацию конкретных программ и мероприятий в рамках отработки технологии.

Среди множества инновационных технологий, направленных на решение проблем людей пожилого возраста, значимое место занимают рекреативные технологии, связанные с организацией реабилитационного досуга, предназначенные для обеспечения и сохранения жизнеспособности пожилых людей и, в конечном счете, создания условий для повышения качества их жизни. Эти технологии должны быть универсальны по своему использованию, основаны на психолого-педагогических закономерностях развлекательно-игровой, физкультурно-оздоровительной, художественно-

зрелищной деятельности и представлять собой комплексную систему социально-культурной адаптации и реабилитации пожилых граждан.

Комплексный подход к проблеме повышения качества жизни пожилых людей средствами досуговой деятельности должен основываться на принципах *независимости* (обеспечение условий для независимой самостоятельной жизни пожилых людей и самообслуживания); *участия* (активное вовлечение лиц пожилого возраста в общественную жизнь общества, социально-культурную деятельность, в любительские объединения); *ухода* (обеспечение пожилых людей уходом и защитой, поддержание оптимального уровня физического, психического и эмоционального благополучия, полное уважение их убеждений и мнений); *реализации внутреннего потенциала* (широкий доступ и возможности в области образования, культуры, искусства, духовной жизни и отдыха); *достоинства* (возможность вести достойный и безопасный образ жизни, не подвергаться каким-либо видам насилия и дискриминации); *обеспечения доступа к информации* (возможность знакомиться с документами, непосредственно затрагивающими права и интересы пожилых людей через публикацию в средствах массовой коммуникации и выпуск специализированных методических материалов).

В данном пособии представлены различные аспекты технологии реабилитационного досуга: дан понятийный аппарат, раскрыты цели, задачи, обозначены этапы реализации.

Во второй части предлагаемого издания содержится описание различных программ и методик, разработанных автором в рамках данной технологии, даны методические рекомендации специалистам, внедряющим технологию в практику своей работы с пожилыми клиентами.

Методическое пособие снабжено глоссарием, библиографическим списком и приложением. Оно адресовано специалистам учреждений социальной сферы, работающим с людьми пожилого возраста.

ГЛАВА 1. ИННОВАЦИОННЫЕ СОЦИАЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ: ПОНЯТИЕ, ФОРМЫ, ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ

Социальные технологии – это способы осуществления деятельности на основе ее рационального расчленения на процедуры и операции с их последующей координацией и синхронизацией и выбора оптимальных средств.

В целом социальные технологии трактуют как:

- способы применения теоретических выводов той или иной науки в решении практических задач;

- совокупность приемов, методов и воздействий, которые применяются для достижения поставленных целей в процессе

Выделяют две формы социальных технологий:

- программы, содержащие процедуры и операции (способы и средства деятельности);

- сама деятельность, построенная в соответствии с данными программами.

Инновационные социальные технологии представляют собой совокупность приемов и методов, направленных на изучение, актуализацию и оптимизацию инновационной деятельности, в результате которой создаются и реализуются нововведения, вызывающие качественные изменения в различных сферах жизнедеятельности, ориентированные на рациональное использование материальных, экономических и социальных ресурсов.

Общий алгоритм работы над инновационными технологиями включает несколько этапов: *подготовительный этап* (разработка технологии, разработка информационной, справочной и методической литературы, организационные моменты); *основной этап* (внедренческий); *аналитический этап* (мониторинг технологии). От степени проработанности каждого из

этих этапов во многом зависит эффективность реализации инновационной технологии.

Подготовительный этап

Необходимость разработки и апробации той или иной инновационной технологии подтверждается анализом ситуации путем социологического исследования, включающего анкетирование и опросы населения. Результаты данного исследования выявляют основные проблемы, их соотнесенность с потребностями современного общества, что позволяет сформулировать актуальность разрабатываемой технологии, определить приоритетные цели и задачи и предложить способы решения проблем.

Помимо выявления проблем на основе анализа ситуации и проведения социологического исследования с целью определения актуальных проблем, первый этап также включает:

- подведение итогов социологического исследования и разработку практических рекомендаций;
- формулирование предложений по решению проблем с учетом отечественного и зарубежного опыта;
- разработку схемы технологии и основных этапов ее реализации;
- описание ресурсного обеспечения (нормативно-правового, материального, технической базы);
- разработку необходимых информационных, справочных и методических материалов по технологии;
- разработку формы отчетности по реализации технологии; описание схемы мониторинга технологии;
- составление прогноза (ожидаемые результаты внедрения технологии);
- формирование предложений по модернизации технологии.

Основной (внедренческий) этап

На этапе внедрения технологии (основной этап) специалистами осуществляются следующие мероприятия:

- подготовка и проведение презентации технологии для руководителей и специалистов, участвующих в реализации инноваций;

- организация методического сопровождения и обучения специалистов и кураторов, ответственных за отработку технологии на местах (обучающие семинары, консультирование специалистов отрасли по проблемам внедряемой технологии, выезды специалистов в территории для проведения стажировок и т.д.);

- составление статистических отчетов по ведению технологии, предоставление сводных отчетов;

- распространение информационно-справочных материалов среди населения.

Кроме того, в рамках реализации социальных технологий в учреждениях составляется план мероприятий по внедрению инноваций, систематически проводятся рабочие встречи и совещания по вопросам отработки инноваций (с обсуждением проблем, предложений по модификации технологий), организуется социальная реклама, предоставляется информация о проводимых мероприятиях в СМИ.

Аналитический этап предполагает мониторинг технологий, заключающийся в:

- отслеживании результатов эффективности технологии;
- подготовке аналитических записок с предложениями о корректировании и модификации технологии;
- доработке, модификации технологии.

На всех этапах реализации технологий огромное значение имеет инновационная диагностика, предполагающая осуществление анализа, диагноза и прогноза относительно конкретного нововведения. Это позволяет не только планировать алгоритм осуществления данной инновации, но и прогнозировать конкретные последствия ее реализации, выявить специфику ее функционирования.

Инновационная технология осуществляется на трех уровнях:

1. До реализации нововведения (фиксация всех возможных проблем, которые могут возникнуть в ходе инновационного процесса).
2. Во время реализации нововведения (конструктивное переосмысление знания, позволяющее проводить оперативную доработку, проектировку реализации нововведения с учетом конкретных ситуативных особенностей).
3. После реализации нововведения (сопоставление целей и полученных результатов нововведения).

Изучение нововведений предполагает широкое использование методов социологического исследования (опросы, наблюдение), а также нетрадиционных способов получения социологической информации (экспертные оценки, инновационные игры и т.д.), что позволяет наиболее полно оценить эффективность внедряемых технологий.

В процессе внедрения инновационных технологий решающее значение приобретают действия руководителя учреждения социального обслуживания по отношению к специалистам, ответственным за реализацию инноваций.

Функции управления инновационными процессами можно сгруппировать по пяти основным направлениям:

- *диагностика* – анализ ситуации, выявление проблем;
- *генерация идей, прогноз* – рассмотрение альтернатив, выбор и коррекция целей, перспектив изменений;
- *программирование (прогнозирование)* – определение этапов, сроков, технологий, средств решения задач;
- *организация* – выстраивание рабочих структур и связей; обеспечение реализации нововведения;
- *контроль и оценка результатов* инновационной деятельности.

В целях эффективного внедрения технологии, руководитель учреждения проводит обучение специалистов, на рабочих совещаниях извещает сотрудников о внедряемой технологии, назначает куратора, ответственного за ведение инновации, обеспечивает условия для апробации

технологии на базе учреждения, осуществляет контроль за ее реализацией; формирует предложения о развитии и дальнейшем распространении технологии.

Специалисты учреждения при реализации технологии:

- разрабатывают технологию;
- осуществляют координацию, курирование, распространение и внедрение передового опыта;
- создают условия для эффективного использования инновационных технологий;
- оказывают методическую и консультативную помощь;
- оценивают эффективность внедрения инновационной технологии в практическую деятельность специалистов отрасли.

Экспериментальными площадками для отработки технологий могут стать республиканские учреждения социального обслуживания. Специалисты этих учреждений:

- изучают и обобщают опыт работы;
- выявляют проблемы;
- предлагают пути решения проблем по внедрению технологии;
- внедряют инновационную технологию в учреждения социального обслуживания территорий;
- собирают информацию о деятельности учреждений на территориях.

ГЛАВА 2. РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ДОСУГ КАК ИННОВАЦИОННАЯ СОЦИАЛЬНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ В ОТНОШЕНИИ ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

2.1. Теоретические основы реабилитационного досуга: понятийный аппарат, принципы, цели и задачи, функции

В настоящее время все большая роль в системе превенции и реабилитации различных категорий населения, в том числе людей пожилого возраста, отводится реабилитационному досугу.

Человек в процессе своей жизнедеятельности занят разнообразными повседневными делами: образованием, профессиональной деятельностью, домашними делами, общением с другими людьми, сном, отдыхом и досугом.

Жизнь человека не будет полноценной, если его право на отдых, на предпочтительные формы проведения свободного времени не реализованы. 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 и самореализации.

Организация досуга является одним из важнейших элементов социально-психологической реабилитации и ухода за больными, инвалидами и пожилыми людьми, особенно – помещенными в стационар, что требует от них адаптации к новым условиям. Под социально-психологической реабилитацией понимается системный процесс восстановления способностей индивида, позволяющих ему успешно выполнять различные социальные роли и иметь возможность быть реально включенным в различные сферы социальных отношений и жизнедеятельности. Из этого следует, что реабилитационный досуг – термин, появившийся в последнее время в системе реабилитации – *это деятельность, направленная на активацию личностных ресурсов, коррекцию ценностных установок и мотиваций, за*

счет включения в новые позитивно ориентированные отношения с целью восстановления социального статуса, утраченных социальных навыков и последующего успешного включения в социум.

От умения направлять свою деятельность в часы досуга на достижение общезначимых целей, реализацию своей жизненной программы, развитие и совершенствование своих сущностных сил, во многом зависит социальное самочувствие человека, его удовлетворенность своим свободным временем.

В процессе коллективного досугового времяпрепровождения происходит упрочение чувства товарищества, возрастание степени консолидации, стимулирование трудовой активности, выработка жизненной позиции, научение нормам поведения в обществе, реализуется заложенное от природы стремление человека к получению удовольствия.

Идея реабилитационного досуга заключается в возможности ресоциализации людей пожилого возраста посредством расширения их способностей к адаптации в социуме через переживание нового опыта, социально ориентированного опыта, для получения которого в повседневной жизни у них нет подходящих условий.

Основными *принципами* реабилитационного досуга являются:

- Добровольность.
- Безопасная среда.
- Позитивная направленность мероприятий, ориентированных на принятие, поддержку, поощрение, обеспечивающих личностный рост и развитие участников мероприятий.
- Учет возможностей, интересов и предпочтений.

Формы реабилитационного досуга

Реабилитационный досуг условно делится на два блока: блок пассивных форм (чтение, просмотр телепередач, слушание радио и др.), наиболее предпочитаемых и популярных в наших учреждениях для пожилых людей и инвалидов, и блок активного досуга.

Вариативность форм последнего весьма разнообразна: это *оздоровительные мероприятия*, спорт, туризм, *арт-терапевтические методы и подходы*, анимация и всевозможные *хобби-техники*, такие как декупаж, скрапбукинг, квиллинг, оригами и др. Рассмотрим некоторые из активных форм реабилитационного досуга.

Глава 3. СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНАЯ АНИМАЦИЯ В СИСТЕМЕ РЕКРЕАТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ЛЮДЬМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

3.1. История анимации

Особое место в системе рекреативных технологий занимает социально-культурная анимация, понимаемая как взаимодействие, основанное на понимании и посредничестве, призванное утверждать отношения равенства, устанавливать взаимоотношения на основе большей свободы и самостоятельности, предоставлять индивидуальный выбор в деятельности, творчестве, общении.. Опыт западных стран, в первую очередь Франции, где эти технологии нашли широкое распространение, свидетельствует о несомненно значимых возможностях анимации.

Используя различные виды художественного творчества в качестве методов «оживления» и «одухотворения» отношений между людьми, социально-культурная анимация является одним из наиболее привлекательных видов досуговой деятельности, основанной на современных началах. Цель анимационных технологий обладает ярко выраженной гуманитарной направленностью - *предотвратить отчуждение личности в культуре общества, в структуре общественных отношений.*

Социально-культурная анимация зарождалась и формировалась под влиянием философских, психологических, медицинских, педагогических взглядов и воззрений на природу и сущность человека. Главным предметом социально-культурной анимации всегда была и остаётся личность как уникальная целостная система, которая представляет собой «открытую возможность» самоактуализации, присущую только человеку.

Между тем вопрос о том, когда и где возникла анимация, до сих пор остается спорным.

Одни исследователи исчисляют возраст анимации тысячелетиями и связывают ее с наскальными изображениями пещеры Ласко во Франции и

пещеры Альтамира в Испании, которые «оживали», когда человек двигался сам или просто переводил взгляд с одного на другое; древнеегипетскими рельефами и росписями на греческих вазах.

Другие исследователи, и их немало, считают, что своим рождением анимация обязана кинематографу и дату ее рождения связывают с 1892 г., с первым сеансом «световых пантомим» в оптическом театре французского изобретателя и художника Эмиля Рейно. Хотя заслуги Рейно перед анимацией переоценить трудно (он впервые применил приемы, ставшие позже основой технологии мультипликации - раздельное рисование персонажей и декораций), его не принято называть «отцом» анимации.

Впрочем, историки кино до сих пор не пришли к единому мнению – кого же считать автором первого настоящего анимационного фильма. Список пионеров анимации весьма представительен и в географическом и количественном выражении: француз Эмиль Коль (1908 г.), англичанин Дж Стюарт Блэктон (1900 г.), американец Уинзор Мак-Кей (1911 г.) и многие - многие другие.

За время существования анимации (кинематографической) на разных континентах, в разных странах появилось и множество ярких имен, и множество крупных школ. Но самый известный среди них, несомненно, Уолт Дисней: он не только разработал технологию производства мультфильмов, которая так и называется диснеевской, поставил первый звуковой, первый музыкальный и первый рисованный полнометражный мультфильм, но и создал настоящую мультипликационную империю. Фильмы Диснея положили начало коммерческой анимации.

Анимация в туризме начала развиваться как таковая с 70-х годов XXв. на Востоке, и только с середины 90-х она появилась в России. Сначала аниматоры освоили Египет и ОАЭ. Позже – Турцию, где музыкальные и цирковые коллективы представляли свои программы преимущественно в отелях. Танцорам и циркачам была предложена несколько иная сфера деятельности – не просто концертные программы, но еще и общение с

гостями в непринужденной обстановке. В середине 90-х годов получили распространение школы аниматоров, где обучались как сами турки, так и иностранцы, в том числе прибывшие из России.

Трудно отследить исторический путь анимации. Но, появившись как технология в мультипликации, став затем самостоятельным экранным жанром, она начала завоевывать различные сферы: индустрию развлечений, туристический и гостиничный бизнес и появилась, наконец, в социально-психологической сфере, в качестве инновационной технологии в работе с различными категориями населения, нуждающимися в социально-психологической поддержке: с детьми с нарушениями развития, подростками с девиантными формами поведения, семьями, находящимися в трудной жизненной ситуации, и др.

3.2. Цели, задачи, функции и формы социально-культурной анимации

Во всех социальных и возрастных стратах общества имеются люди, поставленные на грань «социального умирания», для которых борьба за полноценный социальный статус приобретает смысл борьбы за жизнь, а извечный вопрос «жизнь или смерть» для многих становится решающим. Все это заставляет находить эффективные инновационные технологии преодоления проблем социокультурной дезадаптации.

Одной из них и является социально-культурная анимация. В ней причудливо переплетаются философско-мировоззренческие подходы и различные прикладные практики (от психотехнических до театральных). При этом социокультурная анимация использует традиционные виды и жанры художественного творчества в качестве основных методов «оживления и одухотворения» отношений между людьми, именно это позволяет признать ее сегодня инновационным направлением в развитии социально-культурной деятельности.

Социально-культурная анимация — одно из наиболее интенсивно развивающихся направлений современной социально-культурной деятельности, которое предполагает реализацию программ творческой реабилитации, активного отдыха, социально-психологической консолидации общественных групп на основе ценностей культуры.

В социально-культурной анимации решаются задачи обеспечения условий для свободного развития, творческого самовыражения личности и условий для эффективного социального контроля в сфере культуры.

Ж. Дюмазедье обозначил эти два целевых аспекта социально-культурной анимации как освободительный и регулятивный.

Стремление к свободному социальному творчеству (освободительный аспект анимации) — необходимый момент человеческого существования, имеющий глубинную экзистенциальную основу. «Личность должна отстаивать свое право на свободу, социальную включенность против любых противозаконных, пагубных влияний».

Регулятивный аспект анимации имеет значение, поскольку личность живет в обществе не изолированно, она вовлечена в деятельность социальных институтов, а для регулирования взаимоотношений между ними в свою очередь необходима функция социального контроля. Социальный регулятивный контроль должен способствовать использованию свободного времени для саморазвития и более активного участия личности в социальной и политической жизни общества.

В диалектическом единстве освободительного и регулятивного аспектов анимации Ж. Дюмазедье видит истоки зарождения анимации как социального института. Исходя из этого положения, он выделяет четыре функциональные характеристики социально-культурной анимации.

Во-первых, исторически возникновение анимации было вызвано необходимостью специфического социального контроля свободного времени, способствующего максимальному выражению внутреннего "я" личности.

Во-вторых, в настоящее время свободное время все в большей степени становится временем реализации личностных желаний, поощряемых или отвергаемых семьей, школой, работой. Социальный контроль в форме анимации, поощряя свободное волеизъявление каждого, должен ограничивать, критиковать и направлять рынок потребления культуры, на котором реализуются желания личности.

Установление равновесия между досуговыми запросами личности или коллектива и их социальной включенностью Ж. Дюмазедье определяет в качестве третьей характеристики анимации.

И, наконец, четвертая характеристика — это социальный контроль, направленный на неформальное образование личности, ее самообразование.

Личность в системе анимационной деятельности. В настоящее время в научной трактовке анимационной деятельности подчеркивается её защитная роль по отношению к давлению на личность стандартизированных и коммерциализированных видов деятельности (Д. Рисмен). Анимация создает оптимальные условия для того, чтобы выбор досуговой деятельности в наибольшей степени отвечал запросам индивидуума.

Социокультурная анимация признает личность как уникальную целостность, которая представляет собой не нечто заранее данное, а «открытую возможность» самоактуализации, присущую только человеку.

Принципы социокультурной анимации. Среди основных принципов, на основе которых выстраивается анимационная работа, можно выделить следующие:

- человек должен изучаться и приниматься в его целостности;
- каждый человек уникален, поэтому анализ отдельных случаев не менее оправдан, чем статистические обобщения;
- человек открыт миру, переживания человеком мира и себя в мире являются главной психологической реальностью;
- человеческая жизнь должна рассматриваться как единый процесс становления и бытия человека;

— человек наделен потенциями к непрерывному развитию и самореализации, которые являются частью его природы;

— человек обладает определенной степенью свободы от внешней детерминации благодаря смыслам и ценностям, которыми он руководствуется в своем выборе;

— человек — это активное, интенциональное, стремящееся к самоактуализации, творческое существо.

Задачи социокультурной анимации. Анимация в социальной среде как путь «оживления», «одухотворения» межличностных и межгрупповых социально-психологических отношений, восстановления смысложизненных ориентаций личности средствами культуры и искусства.

Выделяются три взаимосвязанных процесса в анимации:

- процесс создания условий для раскрытия личности или группы;
- процесс установления межличностных отношений;
- процесс творчества как поиск проблем в окружающем мире и их решение.

Анимационная акция решает комплекс взаимосвязанных задач:

- комплексная оценка кризисной ситуации, помощь в осознании индивидом ценностного подтекста ситуации (что хорошо и что плохо);
- помощь в определении и осознании того, какой способ действия в конкретной ситуации подходит для достижения желаемой цели;
- подведение личности к необходимости осознания иррационального подтекста ситуации, т.е. сил, которые стоят за открыто проявленным желанием, осознание собственных неосознанных желаний;
- выявление и помощь в осознании реальных возможностей, между которыми есть выбор;
- помощь в осознании последствий, которые повлечет за собой решение в том или другом случае;
- подведение личности к осознанию того, что осознание как таковое не может изменить кризисную ситуацию без желания действовать.

Социальные функции анимационной деятельности определяются учеными по-разному. Они трактуются следующим образом:

- производство новых знаний, норм, ценностей, ориентаций и значений;
- накопление и хранение новых знаний, норм, ценностей, ориентаций и значений;
- воспроизводство духовного процесса через поддержание его преемственности;
- коммуникативное обеспечение знакового взаимодействия между субъектами деятельности, их дифференциацию и единство;
- создание социализированной структуры взаимоотношений, опосредованных культурными компонентами;
- снятие утомления, восстановление утраченных сил, предоставление психологической разрядки посредством игр и развлечений.

По мнению других специалистов (О Генисаретский, Н. Подунова), анимация осуществляет следующие функции:

- *познавательная функция* ставит целью информацию и организацию познавательной активности населения, распространения комплекса разнообразных социально-гуманитарных знаний.
- *приобщение к материальным и духовным ценностям* способствует распространению культурных ценностей в детской и подростковой среде и вносит свой вклад в развитие эстетических воззрений подрастающего поколения, возникновению у него чувства патриотизма, в развитии культуры.
- *реализация творческого потенциала личности* позволяет найти применение всех умений, навыков несовершеннолетних в каком-либо виде деятельности. При этом удовлетворяются их творческие интересы.
- *организация нерегламентированного общения* участников анимации или *коммуникативная функция* - это организация общения, непринужденного обмена информацией о каких-либо событиях, интересах и увлечениях, сопоставление оценок, мнений.

- *рекреативная функция* максимально способствуют полноценному отдыху, восстановлению физических и духовных сил, организации активных досуговых занятий и развлечений, обеспечивающих разнообразие деятельности, смену впечатлений, положительный эмоциональный настрой, снятие напряжения и усталости.

Из трех главных рекреационных функций (лечебной, оздоровительной и познавательной) социальная анимация призвана выполнять прямым образом две функции - спортивно-оздоровительную и развлекательную. Косвенным образом при соответствующих условиях выполняется и лечебная функция (психотерапевтическая).

Такое разнообразие функций социальной анимации обусловило и многообразие видов анимационной деятельности, а также и большую разновидность анимационных программ и мероприятий.

Формы и виды социально-культурной анимации

Анимация может быть представлена:

- *Анимационными мероприятиями* (праздники, кинофестивали, конкурсные программы, шоу-маскарады, карнавальные шествия и т.д.).

- *Анимационными театральными действиями* (рыцарские турниры, юмористические шоу-клоунады, гладиаторские бои, костюмированные балы, вечера встречи со сказочными героями и т.п.).

- *Анимационными экспозициями* (музейное шоу, костюмированные экспозиции).

Сюда могут входить анимационные шоу-музеи, когда экскурсантов на экспозиции встречают «ожившие» исторические персонажи или когда организуется интерактивные шоу. В качестве примера можно привести музейную анимацию в США: скучный когда-то и редко посещаемый музей первых английских переселенцев в г. Плимуте превратился сегодня в национальное шоу при помощи анимационной организации экспозиции в натуральную величину (деревня с живыми персонажами). Яркими примерами отечественной музейной анимации являются - музеи одного

предмета в г. Мышкин Ярославской области (музей валенка, музей мыши), превратившие этот провинциальный, некогда бесперспективный, городишко в отечественную туристическую Мекку.

- *Спортивной анимацией* (коллективные и индивидуальные спортивные игры, соревнования, состязания, аэробика, шейпинг, йога, танцевальные вечера).

- *Уличной анимацией* (развлекательные, спортивно-оздоровительные мероприятия, вечера отдыха).

Таким образом, формулой анимации в нашем случае можно признать следующий комплекс: использование интереса + оживление экспозиции + включение пожилых клиентов в действие + разнообразие развлечений.

Основная задача – создать пожилому человеку комфорт, чтобы ему было интересно, чтобы он чувствовал себя участником программы, чтобы анимационное мероприятие запомнилось ему как лучшее его времяпрепровождение.

3.3. Требования, предъявляемые к аниматору

Аниматор – профессия в наши дни востребованная, в том числе в социальной сфере. Вариативность профессии достаточно широка: это аниматор-методист, аниматор – менеджер, аниматор – режиссер и т.д. Очень важным в этом списке является аниматор-ведущий. Выбор его во многом определяет динамику и настроение всего анимационного мероприятия.

Основная функция ведущего - быть связующим звеном между всеми частями праздника.

Задача ведущего - вовлечь всех участников и зрителей в общий процесс анимации. Профессионализм ведущего заключается в грамотной подаче игрового аспекта мероприятия, чтобы у каждого возник интерес, желание участвовать в игровом процессе. Когда ведущий хорошо делает свою работу, участники и зрители сразу включаются в игру. Кроме этого, талантливый

ведущий всегда вовремя подметит настроение и желания своих подопечных и, возможно, изменит сценарий на ходу.

Условно ведущих можно разделить на несколько категорий:

- очаровательный молодой человек: очень динамичен, обаятелен, готов к импровизации;

- артист оригинального жанра: клоун, фокусник или специалист, выступающий в данном образе (такой ведущий будет хорош на детском празднике);

- парный конферанс (это могут быть антиподы – плохой/хороший, злой/добрый и др. – или дополняющие друг друга персонажи, например, две сказочные феи);

- ди-джей, прекрасно работающий в формате дискотеки, караоке.

Ведущий может быть любым сказочным персонажем. В этой роли может выступить специалист (педагог, психолог, специалист по социальной работе и т.д.), волонтер.

Помимо некоторых актерских способностей и желания работать в анимации, аниматор должен обладать определенными профессиональными и личными качествами.

- *Профессиональное мастерство:*

1. умение составлять разнообразные грамотные, нешаблонные программы;

2. умение выстраивать взаимоотношения с сотрудниками и клиентами на гуманной основе;

3. сочетать теоретическую и практическую деятельность;

4. учитывать возрастные, психологические, этнические и др. особенности клиентов и т.д.

- *Личные качества:*

1. кураж;

2. артистичность;

3. креативность;

4.коммуникативность;

5.лидерские качества (умение управлять вниманием и направлять его);

6.физические данные (способность держать активный ритм на протяжении многих часов);

7.оптимизм, чувство юмора.

3.4. Порядок подготовки и реализации анимационного мероприятия

Этап 1 . Самоанализ, поиск интересных идей

Прежде чем вплотную приблизиться к разработке анимационного мероприятия, необходимо покопаться в себе и выяснить, чем вы жили и живете сейчас, что для вас было интересно и актуально, что на разных этапах произвело на вас впечатление, изменило жизнь?

Настоящая и результативная анимация получится только тогда, когда созданный в ней нарратив и транслируемые им идея и ценности разделяются вами.

Что такое идея?

Идея - это то содержание, ради донесения которого до участников было организовано данное мероприятие: ценность, знание, способ действия или модель построения отношений. Идея может быть простой и даже банальной. Так большинство замечательных детских книжек и мультфильмов несут очень простые идеи, банальные истины: нужно быть добрым и делиться, нужно жить дружно и защищать слабых и т.д.

Идея может быть сложной, неочевидной, действительно новой для клиента. Например, идеи социальной ответственности, идеи личной свободы и ответственности за других и т.д. Анимация может создать первую встречу с ситуацией, в которой эта идея реально живет: в своих и чужих поступках,

обстоятельствах, объективном мироустройстве. И тогда идея обретает жизненный контекст.

Этап 2. Определение целевой группы и цели игры

Определяем целевую группу, описываем ее:

- возраст;
- пол;
- социальный статус и профессия;
- возможный психологический портрет.

Наша история, идея должны быть актуальны, понятны, близки данной целевой группе, узнаваемы ею.

Далее, описав целевую группу, формулируем цель игры и жанр, в котором мероприятие будет проходить.

В любом случае все начинается с постановки *цели*. Цели, осознанные в процессе анализа проблемы, связь с возрастными особенностями детей и задачами их развития, проблемами общения и т.д. определяют всю стратегию работы над создаваемой анимацией.

При описании целей обычно используют формулировки типа «сформировать ...», «развить ...», «научить ...». На наш взгляд, корректнее говорить о создании условий для проживания и осмысления нового опыта, новых ситуаций жизнедеятельности и общения; о предоставлении возможности; о создании условий, которые благоприятствуют внутреннему принятию этих возможностей. Остальное зависит не от нас.

Этап 3. Оформление идеи нарратива в сюжет, отвечающий особенностям целевой группы

При оформлении идеи следует учитывать актуальные потребности возраста: если сюжетная фабула интересна участникам, с ее помощью можно решить любые поставленные задачи.

И если *детям дошкольного и младшего школьного возраста* интересны сказочные или мультипликационные сюжеты, *младший подростковый*

возраст ориентирован на фэнтези, сюжеты компьютерных игр, приключения и путешествия, *старший подростковый, юношеский возраст* заинтересует научная фантастика и киберпанк, социальная тематика взаимоотношений, правосудия, поиска смысла жизни, то у людей зрелого возраста иные предпочтения. Направленность сюжетной анимационной фабулы для пожилых людей может быть разной, но развитие событий должно быть реальным, отражать реальную действительность. Создавая анимацию для зрелого возраста, следует ориентироваться на создание атмосферы и моделирование состояний, нежели на театрализацию. Необходимо избегать хорошо известных произведений (литературных и кинематографических), так как есть риск, что участники уйдут в стереотипное воспроизведение ролей. Неплохие идеи можно найти в сюжетах известных сериалов («Отчаянные домохозяйки», «Кто в доме хозяин?», «Тридцатилетние» и др.).

Сюжет – воплощенная идея анимации. Логика сюжета должна представлять собой закономерный (с точки зрения участника) процесс проживания идеи и ее осознания. Это логика размышления, совершения осознанных поступков, построения практической деятельности, решения значимой проблемы и др.

В анимации могут быть использованы сюжеты как минимум трех типов: волшебные, метафорические и реальные.

Важным в разработке сюжета являются: определение и разработка конфликта (столкновение основных сил и интересов) и разработка композиции (композиция – организация действия), т.е. реализация конфликта, развитие сюжета в сценическом действии.

Этап 4. Разработка сценарного хода

Анимационный сценарий выстраивается аналогично литературному и имеет те же композиционные моменты. Композиция включает в себя:

- 1) завязку – начало развития сюжета;

2) основное действие – изображение процесса, в котором решается конфликт;

3) кульминацию – точку наивысшего напряжения, когда идея находит наиболее концентрированное выражение;

4) развязку - финал.

Финал любого мероприятия должен быть продуман. Он не должен быть размытым, иначе у участников может возникнуть ощущение незавершенности анимации. Наиболее распространенные формы финала – объединенное выступление всех исполнителей: массовое пение, общий танец, обращение, принятие клятвы и т.д.

Главным объединяющим моментом сценария выступает *драматический конфликт*. Конфликтность как отражение существенных противоречий действительности является фактором, определяющим тематику, идейный смысл, сверхзадачу, форму произведения

Традиционные сценарные приемы

Приводим перечень сюжетных ходов, которые помогут в создании и придумывании сценария для проведения мероприятия.

1. *Путешествие* (автомобиль, вертолет, ракета, корабль, машина времени, ковер-самолет и т.д.).

2. *Музей*. Различные отделы его.

3. *Вернисаж*. Галерея портретов.

4. *Детектив*. Комиссар Мэгрэ, Эркюль Пуаро, мисс Марпл, Шерлок Холмс и др. известные сыщики ведут с ребятами расследование.

5. *Суд*. Строится как воспроизведение уголовного, политического, исторического или фантастического процесса. Персонажи судебного акта – Судья, Защитник, Прокурор, Свидетели, Обвиняемый и т.д.

6. *Кукольный театр*.

7. *Агиттеатр*. Театральные представления: агитмюзиклы, сюжетные композиции, чтецы-ведущие.

8. *Знакомый сюжет*. Разыгрывается как фабула (форма) известных произведений: Приключение Чипполино (все герои фрукты и овощи); Дон – Кихот (Дон-Кихот и Санчо Пансо отправляются на поиски приключений); Незнайка из цветочного города (отправляется в путешествие).

9. *Собрание в детском саду*. Маленькие дети в слюнявчиках, с сосками, бантами спорят, проводят совещание с «включением» взрослых проблем.

10. *Ночь ужасов*. Проводится как съезд оракулов, знахарей, колдунов, магов, ведьм, экстрасенсов.

11. *Алфавит*. Программа строится по пунктам (А, Б, В, Г, Д, Е.....)

12. *Астролог*. Программа строится на том, что зрители вместе с астрологом смотрят в «волшебный фонарь», «телескоп» и т.д.

13. *«Живая» газета*. Строится и проводится как определенные рубрики газеты (журналы), листание страниц.

14. *Коробейники*. Торговля и раздача чего-либо.

Этап 5. Подбор инструментария и оформления

Этот этап имеет огромное значение, так как именно он позволяет воплотить в жизнь весь замысел.

Если по сценарию участники анимации должны оказаться на Марсе, то вряд ли они проникнутся этой атмосферой в обычном зале со стульями. Должны быть, как минимум, некие элементы, напоминающие эту планету.

Целостная картина возникает у участников тогда, когда подключены все каналы восприятия: участник должен чувствовать (ветер, высокая температура, песок...), слышать (звуки Вселенной, необычная музыка...) и видеть (красный свет, кратеры...), что он на Марсе.

Помимо пространства и ведущих игры, участники также должны как-то приобщиться к атмосфере, поэтому важно продумать, какие атрибуты костюмов, грима, предметов получают участники в игре.

Основные элементы оформления анимации:

- пространство;

- декорации;
- костюмы, грим, амулеты и пр.;
- свет;
- звук;
- спецэффекты;
- элементы интерактива (колышущееся небо, взлетающая, ракета, сгорающая дорога и др.);
- инструментарий для конкурсов и заданий в общем антураже (не маркер, а космический карандаш и т.д.);
- видеоряд.

Этап 6. Репетиция сценарного хода, оформление анимационного пространства

Понятно, что, что замысел на бумаге не всегда выглядит так же в жизни, поэтому репетиция вносит свои коррективы в содержание сценария. Чаще это касается технической стороны, но иногда и смысловые моменты меняются.

Кроме того, ведущие анимации только тогда смогут создать необходимый настрой, когда сами проникнутся атмосферой, поэтому оформление пространства и репетиция – это своего рода посвящение в праздник, адаптация к нему.

Этап 7. Подведение итогов и анализ результатов

Очень важен, на наш взгляд, последний, заключительный этап, который мы условно назвали анимационным последствием. Это и взаимодействие участника с персонажами мероприятия – тактильное, визуальное и др. Это и общая фотография на память, и подарки участникам анимации. Все это закрепляет позитивный настрой участников и создает

условия для отреагирования эмоций. Не следует забывать о деролинге – выходе из роли.

Затем наступает момент разбора проведенной анимации с целью выявления слабых и сильных сторон ее и более успешного проведения последующих мероприятий. В ходе этого обсуждения необходимо выяснить: была ли достигнута поставленная цель; какие принципиальные ошибки были допущены, или, наоборот, что нового и интересного было достигнуто; приобретен ли позитивный опыт.

3.5. Рекомендации по организации и проведению анимационного мероприятия для людей пожилого возраста

Как сделать праздник для пожилых людей интересным и запоминающимся? Универсальный совет дать трудно. Ведь у каждого пожилого человека своя индивидуальность.

Для одних – это дорогие подарки и щедро накрытый стол.

Для других – возможность себя показать, свое нарядное платье и сделанную у парикмахера прическу. А иная бабушка охотно выпьет бокал вина и споёт под караоке. Кроме того, люди немолодого возраста быстро устают, не любят новшеств и неожиданностей, порой капризничают, словно дети. Лучше всего праздник пожилых людей проводить в форме «голубого огонька» (например, «Огонек нашей юности»), вечера-встречи «Люди пожилые, пусть года былые станут вам опорой навсегда», вечера интересных встреч «Возраст серебряной пряди» и т.д.

Начать подготовку следует со сбора информации. Необходимо узнать о прошлом участников мероприятия: где они родились, где выросли, чем занимались их родители, как и где произошло знакомство с будущим супругом, как отразились события, которые затронули всю страну, на их жизни и т.д.

Целесообразно посмотреть вместе старые фотографии, отложить те, которые можно использовать на мероприятии. При этом важно быть внимательным и деликатным: есть события, о которых вспоминать неприятно. Но есть и то, чем каждый гордится: грамоты, благодарности, дипломы, награды и медали. Расспросив пожилого человека о том, какие песни они слушали и пели, на какие фильмы ходили много раз, что ставили на стол во времена своей молодости, можно узнать, чем можно порадовать каждого участника праздника.

Например, в рамках вечера, посвященного Дню пожилого человека, можно устроить «Бенефис юбиляров». Эта форма позволяет рассказать о людях, увидеть их способности, таланты. А послушать приятные слова в свой адрес особенно приятно людям зрелого возраста! Если есть возможность, в зале устанавливается большой экран и ноутбук, что позволит сделать слайд-шоу в электронном виде. Благодаря применению технических средств, мероприятие становится более красочным и наглядным. Ведь каждому хочется быть не только услышанным, но и увиденным.

Украсят вечер музыкальные и танцевальные подарки самодеятельных коллективов, особенно детских. Польза от межпоколенческого общения взаимна: молодые видят энергичных, подтянутых, красивых пожилых людей, слушают их рассказы, а те радуются за молодую талантливую смену.

Секрет успешного мероприятия заключается в искреннем уважении к пожилым людям, желании порадовать их. Они могут не заметить погрешностей в сценарии, но не простят равнодушия.

Интересный сценарий – это только одна составляющая часть праздника. Важно учитывать состояние здоровья пожилых людей, запланировать правильное меню, длительность мероприятия.

Нельзя допустить, чтобы радостное волнение, вызванное всеобщим вниманием, закончилось гипертоническим кризом. Пожилые люди быстро утомляются, но часто стыдятся это показать. Если человеку более 70 лет, следует дозировать физические и эмоциональные нагрузки.

Как правильно составить меню? Диетологи советуют каждому пожилому человеку взять на вооружение девиз: «Хорошо продуманное меню – мое здоровое будущее». Рекомендуются закуски из нежирных сортов мяса – говядины, птицы, кролика. Рыбные блюда могут быть представлены также нежирными сортами. На гарнир хороши отварные овощи, крупы. Хорошим украшением стола и полезным десертом будут фрукты, особенно рекомендуются яблоки, апельсины, абрикосы, красный виноград. Следует избегать острых блюд, большого количества мучных сдобных изделий. В качестве напитков можно подать некрепкий чай, сок. Отличным звуковым сопровождением обеда станет музыка прошлых лет. Старым людям всегда приятно услышать голоса Лидии Руслановой, Леонида Утесова, Ларисы Мондрус.

Еще несколько советов по организации праздничного мероприятия:

- Независимо от бюджета мероприятия, соотношение расходов, как показала практика – это два к одному, т.е. две трети бюджета направляются на питание, одна треть – на организацию программы (призы, подарки, оформление).

- Участникам вечера приятно будет получить пригласительные билеты, это создаст ощущение предстоящего праздника, и к тому же напомним о дате волнующего события.

- Удивительно, но уже сам факт наличия праздника, его ожидание может помочь человеку улучшить настроение и физическое самочувствие.

- Развлекательная программа вечера должна соответствовать запросам немолодых людей. Конкурс по перетягиванию каната вряд ли подойдет. А вот игра в фанты – в самый раз для любого коллектива, как и конкурс на «Лучший танец».

- Опытные организаторы праздников советуют на каждый конкурс отводить по 5-7 минут. Это важно для четкой регламентации праздника.

- Но вполне может быть, что празднующие пожилые люди могут в процессе мероприятия развлекать себя сами: рассказывать о памятных событиях, самостоятельно организовывать конкурсы. В этом случае не стоит навязывать настойчиво свою программу. Главное, чтобы все остались довольны и праздник все же удался! Просто заранее продумайте возможные пути выхода из любой ситуации.

- Нельзя насильно заставлять пожилого человека участвовать в конкурсе, «выталкивать» его на сцену. Многим просто нравится смотреть, как состязаются другие люди.

- Не стоит забывать, что соревновательные мероприятия требуют от участников мало-мальски приличной физической подготовки, которой может и не быть у пожилого человека.

- В оформлении праздника (воздушные шары, скатерти, салфетки и т.д.) лучше использовать зелёный цвет: он успокаивает нервную систему, благоприятствует концентрации внимания.

Одним словом, организация праздника для пожилых людей должна быть безупречной, музыка – приятной, угощение – вкусным и полезным. А аудитория - довольной.

РЕГЛАМЕНТ

организации социально-культурной анимации силами добровольцев для пожилых граждан и инвалидов по месту жительства

I. Общие положения

1. Регламент организации социально-культурной анимации (далее анимация) силами добровольцев для пожилых граждан и инвалидов по месту жительства разработан в целях повышения профессиональной компетентности специалистов отрасли, обучения их привлечению волонтеров в анимационную деятельность и определяет алгоритм работы при подготовке и проведении анимационного мероприятия.

2. Социально – культурная анимация — одно из наиболее интенсивно развивающихся направлений современной социально-культурной деятельности, социально – психологической практики, которое предполагает реализацию программ творческой реабилитации, активного отдыха, социально-психологической консолидации общественных групп на основе ценностей культуры.

3. В социально-культурной анимации решаются задачи обеспечения условий для свободного развития, творческого самовыражения личности и условий для эффективного социального контроля.

4. Анимация организуется для различных категорий населения (дети и подростки с ограничениями здоровья; несовершеннолетние, находящиеся в трудной жизненной ситуации; пожилые люди и инвалиды, неблагополучные семьи и др.) и подразделяется на два вида (по месту проведения) – уличная анимация (детские оздоровительные лагеря, городские пляжи, двory и пр.) и анимация в закрытых помещениях (приюты, центры реабилитации для детей и подростков, ЦСОНЫ и другие учреждения социальной сферы).

3. Анимация проводится в различных формах и направлениях (см. Приложение 1).

4. Анимационные мероприятия могут проводиться как силами специалистов учреждения, так и с привлечением волонтеров.

5. Анимация для пожилых людей проводится с учетом их возрастных и физиологических особенностей (см. Приложение 2).

II. Порядок подготовки к анимации

№	Этапность	Содержание этапа	Ответственные
1.	Определение целей и задач анимационной деятельности в целом	<i>Постановка цели:</i> повышение социальной активности граждан, гражданственности, патриотических чувств; рекреация (восстановление физических, психических и духовных сил). <i>Формирование задач,</i> решение которых способствует достижению поставленной цели.	
2.	Определение целевых групп анимационной деятельности	Пожилые граждане и инвалиды: - одинокие граждане пожилого возраста, частично или полностью утратившие способность к самообслуживанию, проживающие в стационарных учреждениях социального обслуживания; ..- инвалиды трудоспособного возраста, проживающие в стационарных учреждениях социального обеспечения	
3.	Составление регламента конкретного анимационного мероприятия	Уточнение места проведения, времени проведения и масштабов мероприятия.	Руководитель учреждения либо ответственный

			за анимационное направление работы учреждения
4.	Формирование команды аниматоров	В состав команды могут войти – волонтеры и специалисты учреждения, среди которых - психолог; социальный педагог; аниматор-сценарист, в качестве которого может выступить специалист с филологическим образованием, волонтер – студент филологического факультета или просто человек, владеющий элементарными сценарными способностями; аниматор-режиссер (приглашенный профессионал либо выпускник/студент образовательного учреждения, готовящего режиссеров, либо человек с режиссерскими задатками); игротерапевт, и танцевальный терапевт (либо специалисты, владеющие данными методами, например, психолог или соц. педагог), музыкотерапевт /музыкальный работник. В мероприятиях для детей с ОВ обязательно присутствие медицинского работника.	Руководитель учреждения либо ответственный за анимационное направление работы учреждения
4.1.	Определение состава команды аниматоров		
4.2.	Разработка критериев	1.Критерии отбора:	Руководитель

	отбора и сам отбор в команду аниматоров	<p>1.1. <i>Личное желание</i></p> <p>1.2. <i>Личные качества</i> (артистичность; креативность; коммуникативность; лидерские качества; физич. данные; оптимизм, чувство юмора).</p> <p>1.3. <i>Проф. мастерство</i> (умение выстраивать взаимоотношения с сотрудниками и клиентами на гуманной основе; сочетать теоретическую и практическую деятельность; учитывать возрастные, психологические, этнические и др. особенности пожилых граждан и инвалидов)</p>	учреждения либо ответственный за анимационное направление работы учреждения
5.	Организация комнаты (кабинета) анимации	<p>Отдельное светлое, просторное помещение. Если не позволяют условия, используется арт-студия, комната - штаб волонтеров и др.</p> <p>Требования к организации комнаты анимации для работы с детьми идентичны требованиям СанПиН)</p>	Администрация учреждения
6.	Оборудование комнаты (кабинета) анимации	<p>Оборудование комнаты/кабинета:</p> <ul style="list-style-type: none"> - рабочие столы, стулья; - шкафы, контейнеры для хранения реквизита; - платяные шкафы для хранения театральных костюмов и аксессуаров к ним; - небольшая сцена для репетиций; - грим-оборудование: зеркала, стулья, столы с ящиками для красок, кисточек и пр. 	

7.	Материалы и реквизит	<p>1.Мультимедийное оборудование: экран и проектор, ноутбук, флеш-карты и др.</p> <p>3.Музыкальное оборудование и музыкальные инструменты.</p> <p>4.Мольберты.</p> <p>5.Куклы (ростовые, марионетки и др.)</p> <p>6.Канцтовары (краски, кисточки, мелки, маркеры, фломастеры, бумага цветная и офсетная, клей, ножницы и др.).</p> <p>7.Спортивный инвентарь (мячи, кегли, скакалки, канат для перетягивания, самокаты, велосипеды и пр.).</p> <p>8.Декорации и театральные реквизит (парики, грим, костюмы и др.)</p>	Руководитель учреждения, завхоз
8.	Мозговой штурм по поиску концепции и интересных идей	2.Формирование концепции, идеи мероприятия.	Все члены команды
9.	Определение целевой группы	<p>1.Определение группы с учетом: возраста; пола, социального статуса и профессии.</p> <p>2.Создание психол. портрета участников.</p>	<p>Все члены команды</p> <p>Психолог</p>
10.	Постановка целей и задач конкретного анимационного мероприятия	<p>1.Постановка целей, которые:</p> <ul style="list-style-type: none"> -осознаются в процессе анализа проблемы; -связываются с возрастными особенностями и задачами развития, проблемами общения и т.д.; -определяют всю стратегию работы над создаваемой анимацией <p>- направлены на полное или частичное решение проблемы, свойственной данной целевой</p>	Все члены команды

		<p>аудитории (пожилые граждане и инвалиды)</p> <p>2.Формирование задач, решение которых способствует достижению цели.</p>	
11.	<p>Формулирование жанра, в рамках которого будет проходить мероприятие</p>	<p>Предлагаемые жанры – карнавал, фестиваль, ярмарка, дискотека, конкурс (см. Глоссарий) и др., исходя из психологических и физических особенностей целевой аудитории.</p> <p>Наиболее предпочтительные жанры для пожилых людей – литературно-музыкальные гостиные, ретро-дискотеки, посиделки, вечера встреч и т.д.</p>	<p>Все члены команды</p>
12.	<p>Создание сюжетной фабулы в зависимости от возраста, психологических и физических особенностей участников</p>	<p>Использование реальных сюжетов, напр., сюжеты известных сериалов</p>	<p>Все члены команды</p>
13.	<p>Разработка сценарного хода анимационного мероприятия</p>	<p>1.Выбор сюжетных ходов из предлагаемого перечня:</p> <p>1.1.Путешествие (автомобиль, вертолет, ракета, корабль, машина времени, ковер-самолет и т.д.).</p> <p>1.2. Музей. Различные отделы его.</p> <p>1.3. Вернисаж. Галерея портретов.</p> <p>1.4. Детектив (известные сыщики ведут расследование).</p> <p>1.5.Суд. Персонажи судебного акта – Судья, Защитник, Прокурор, Свидетели, Обвиняемый и</p>	<p>Все члены команды</p>

		<p>т.д.</p> <p>1.6. <i>Кукольный театр.</i></p> <p>1.7. <i>Агиттеатр.</i> (агитмюзиклы, сюжетные композиции, чтецы-ведущие)</p> <p>1.8. <i>Ночь ужасов.</i> Проводится как съезд оракулов, знахарей, колдунов, магов, ведьм, экстрасенсов.</p> <p>1.9. <i>Алфавит</i> Программа строится по пунктам (А, Б, В, Г и т.д.)</p> <p>1.10. <i>Астролог</i> (зрители вместе с астрологом смотрят в «волшебный фонарь», «телескоп» и т.д.).</p> <p>1.11. <i>«Живая» газета.</i> Строится и проводится как определенные рубрики газеты (журналы), листание страниц.</p> <p>1.12. <i>Коробейники.</i> Торговля и раздача чего-либо.</p>	
14.	Выстраивание сценария	Алгоритм выстраивания сценария аналогичен литературному и состоит из завязки, развития действия, кульминации, развязки.	Аниматор-сценарист
15.	Наполнение сценария конкурсами, играми	Подбор конкурсов, игр, викторин и пр. в зависимости от возрастных, физических, психологических, этнических и др. особенностей целевой группы	Игротерапевт (либо соц. педагог)
16.	Наполнение сценария музыкой, танцами	Подбор музыкальных и танцевальных упражнений и игр, исходя из целей и задач мероприятия и особенностей целевой группы (возрастных, физических, психологических, этнических и т.д.).	Музыкотерапевт/музыкальный работник. Танцетерапевт/соц. педагог
17.	Психолого-педагогическое сопровождение	Анализ сценария с точки зрения психологической и педагогической грамотности	Психолог. Педагог.

	сценария мероприятия		
18.	Подбор инструментария	<ul style="list-style-type: none"> • инструментарий для конкурсов и заданий в общем антураже; канцтовары; • видеоряд. 	<p>Все члены команды Завхоз</p> <p>Программист</p>
19.	Оформление игровой зоны	<p>Основные элементы оформления анимации:</p> <ul style="list-style-type: none"> • пространство; • декорации; • костюмы, грим, амулеты и пр.; • свет; • звук; • спецэффекты; • элементы интерактива (напр., колышущееся небо, взлетающая ракета, сгорающая дорога и др.); • и др. 	Все члены команды
20.	Обучение волонтеров методам социокультурной анимации	<ol style="list-style-type: none"> 1. Игра как метод социокультурной анимации. Функции игр, виды игр, учёт возрастных особенностей при выборе игр, виды игр (подвижные игры, ролевые игры, игры на развитие когнитивных функций; игры на развитие координации движений, мелкой моторики; игры на регуляцию психофизического и психоэмоционального состояния; игры на снятие агрессии и др.). 2. - Работа с лидерским потенциалом. 3. Виды рукодельного 	Специалисты в области психологии, педагогики

		<p>искусства как метод социокультурной анимации (оригами; поделки из дерева; декупаж; скрапбукинг и др.).</p> <p>4. Танец как метод социокультурной анимации:</p> <p>5. Арттерапия как метод социокультурной анимации (изотерапия, в т.ч. аква-грим; сказкотерапия; архетипические маски и др.).</p> <p>6. Музыкалотерапия как метод социокультурной анимации (активная и пассивная формы музыкалотерапии)</p>	
21.	Проведение экономических расчетов	<p>Составление сметы затрат, связанных с 1) оформлением мероприятия; 2) приобретением призов, подарков; 3) приобретением необходимого реквизита.</p> <p>Определение источников финансирования; сроков и плана поступления денежных средств и др.</p>	Бухгалтер
22.	Методическое оформление анимационной программы	<p>Пункты программы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Название мероприятия, форма проведения. 2. Название организаций-участников. 3. Место и обстоятельства проведения. 4. Время проведения. 5. Целевая группа с указанием количества, возраста и особенностей (поведенческие, 	Методист (если такового нет, - аниматоры)

		<p>психические, соматические, этнические).</p> <p>6. Цели и задачи мероприятия.</p> <p>7. Концепция программы, идеи.</p> <p>8. Оформление (художественное - задник, зал, пригласительные билеты и др.- и музыкальное).</p> <p>9. Необходимое оборудование и материалы.</p> <p>10.Сценарий мероприятия.</p> <p>11.Экономические расчеты</p>	
23.	Репетиция сценарного хода, репетиция танцевальных и музыкальных номеров	<p><i>Репетиция как:</i></p> <p>1.Внесение коррективов в содержание сценария (техническая сторона, смысловые моменты и т.д.).</p> <p>2.Создание необходимого настроения, погружение аниматоров в атмосферу мероприятия, посвящение в праздник, адаптация к нему.</p>	<p>Аниматор-режиссер.</p> <p>Музыкотерапевт/музыкальный работник.</p> <p>Танцетерапевт/соц. педагог</p>
24.	Оформление анимационного пространства	<p><i>Оформление игровой зоны:</i></p> <p>- оформление сцены, зала;</p> <p>- музыкальное сопровождение;</p> <p>- видеоряд;</p> <p>- и др.</p>	<p>Все члены команды</p> <p>Программист</p>

III. Порядок проведения социально-культурной анимации.

№	Этапность	Содержание этапа Цель	Ответствен ные, исполнители
1.	Подготовка к празднику: костюмы, нанесение грима	Настрой на праздник (дыхательные упражнения, танцевальные упражнения и т.д.)	Волонтеры
2.	Погружение в игровое пространство	1.Комплекс игр на сплочение и разогрев <i>Цель:</i> Настрой на праздник, создание командного духа, актуализация творческого начала и т.д.	Игротерапевт (психолог, соц. педагог), волонтеры
3.	Анимационное действие с учетом физических и психологических особенностей пожилых людей и инвалидов (минимизация активных спортивных игр, доминирование игр на мелкую моторику, тактильные ощущения и т.д.)	Проведение мероприятия по сценарию. <i>Цель:</i> Цели и задачи, заявленные в анимационной программе. <i>Специфика</i> анимационных подходов: - желательное проведение анимации в утреннее время; - компенсирова ние возрастных факторов (дополнитель	Все члены команды. Участники анимации Волонтеры Психолог Медицинский

		ное освещение, художественн ые материалы крупных размеров и т.д.).	работник
3.1.	Психолого-педагогическое сопровождение анимационного мероприятия	Отслеживание психоэмоциональ ного состояния пожилых участников мероприятия и инвалидов, оказание психологической помощи в случае необходимости	
3.2.	Медицинское сопровождение анимационного мероприятия	Создание безопасной среды с медицинской точки зрения. Оказание медицинской помощи в случае необходимости	
4.	Анимационное последствие, отреагирование эмоций, деролинг	<i>Цель:</i> Создание условий для отреагирования эмоций и выхода из роли.	Психолог
5.	Анализ анимационного мероприятия	Разбор проведенного мероприятия с целью выявления слабых и сильных сторон	Руководитель учреждения. Методист. Все члены команды

		его и более успешного проведения последующих мероприятий	
--	--	--	--

Физиологические и возрастные особенности пожилых людей

1. *Быстрая утомляемость пожилых людей.* В связи с этим все мероприятия целесообразнее проводить в утреннее время и периодически организовывать длительные перерывы.

2. *Замедленность реакций* людей пожилого возраста, что диктует необходимость приспособливаться к этому: отводить больше времени объяснению заданий и их выполнению.

4. *Сужение поля внимания и усиление чувствительности* к посторонним помехам. Это делает людей более рассеянными при выполнении какой-либо деятельности и предполагает хорошую звукоизоляцию помещения (если анимация проходит в помещении), чтобы не создавать поводов для различных отвлечений от мероприятия.

5. *Ухудшение памяти*, соответственно, следует большее внимание уделять подаче материала, время от времени возвращаться к уже пройденному материалу для лучшего запоминания.

Особенности работы с пожилыми людьми

Предварительная тщательная оценка физического и психологического состояния (Медискрин, Адаптолог).

Формирование одновозрастных групп с учетом возрастных требований, проблем, специфических потребностей.

Непродолжительность занятий, утреннее время и обязательные длительные перерывы.

Компенсирование возрастных факторов (дополнительное освещение, художественные материалы крупных размеров и т.д.).

Основной акцент – на воспоминаниях, обзоре жизненного пути, положительных моментах существования (обращение к прошлому, чтобы увидеть смысл в событиях собственной жизни).

Предпочтение групповых форм работы с учетом специфики формирования возрастных групп:

1. не рекомендуется включать в группу лиц, страдающих психозами;
2. с осторожностью – находящихся в острой фазе депрессии, поскольку маловероятно, что занятия в группе принесут им пользу;
3. нежелательно также присутствие в группе людей, неадекватно реагирующих на критику и проецирующих на других свои негативные эмоции.

Типология анимационных мероприятий

	Тип анимации	Формы анимации
1.	Спортивно-оздоровительная	■ Спортивные соревнования, эстафета, спартакиада
2.	Туристическая	■ Поход, слет, туристское соревнование
3.	Познавательно-обучающая	■ Экскурсия, лекция, беседа, диспут, краеведческие чтения, викторина, литературная гостиная, состязания знатоков, брейн-ринг и др.
4.	Зрелищно-развлекательная	■ Праздник, конкурс, фестиваль, карнавал, ярмарка, дискотека, тематические дни, перфоманс и др.
5.	Комплексная	■ Комбинированная экскурсия, праздник-путешествие, поход выходного дня и др.

ОТЧЕТ

О ПРОВЕДЕНИИ СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ АНИМАЦИИ № _____

I. Общая характеристика мероприятия

1. Полное наименование, адрес учреждения:

2. ФИО ведущего (-их) мероприятия:

3. Дата проведения группового мероприятия:

4. Тема мероприятия, ее актуальность и ценность в рамках апробации новой технологии:

5. Цель мероприятия:

6. Задачи мероприятия

7. Форма мероприятия:

8. Количество участников мероприятия: _____ человек

9. Примерный возраст участников мероприятия:

0-6	7-11	12-17	18-22	23-35	36-54	55-65	66 и ст.
чел.	чел.	чел.	чел.	чел.	чел.	чел.	чел.

10. Особенности социального статуса участников мероприятия:

Статус	Чел.	Статус	Чел.
Дети с ограниченными возможностями		Инвалиды трудоспособного возраста	
Безработные граждане, граждане, испытывающие трудности в поиске работы, ищущие работу впервые и т.д.		Ветераны боевых действий трудоспособного возраста, ликвидаторы ЧАЭС и др.	
Взрослые члены многодетных, неполных, опекунских, приемных семей, др. семей, находящихся в ТЖС, в т.ч. состоящих на учете, социальном патронаже		Лица БОМЖ, лица, освобожденные из мест лишения свободы	
Ветераны и инвалиды ВОВ, ветераны труда, пенсионеры		Родители детей - клиентов учреждения	
Беженцы, вынужденные переселенцы, мигранты и др.		Специалисты учреждений	
Дети-сироты, дети без попечения родителей, из опекунских и приемных семей, безнадзорные дети, дети из семей группы риска, патронатных семей, дети с девиантным поведением, дети и подростки, входящие в группу риска по употреблению ПАВ, воспитанники и выпускники социальных приютов, детских домов и др.		Другое: _____	

12. Соответствие данного мероприятия физическим и психологическим особенностям данного контингента (их интересам, познавательным возможностям, активности и самостоятельности)

II. Психолого-педагогический анализ хода мероприятия:

Насколько организованным и своевременным было начало мероприятия:

1. Как убранство помещения и внешний вид участников содействовали цели данного мероприятия

2. Все ли участники были увлечены ходом мероприятия? В чем проявлялась эмоциональная реакция участников, и в какие моменты?

3. Какова была дисциплина участников?

III. Организация мероприятия:

1. Совместная деятельность команды, реализующей мероприятие

2. Инструкторско – методическое обеспечение (разработка сценария; текстовая часть; подбор игр, упражнений, заданий и др.)

3. Режиссерская работа (распределение ролей, постановка)

4. Техническое обеспечение (оформление сцены, реквизит, костюмы, декорация, освещение, музыкальное сопровождение)

5. Временные характеристики (соблюдено ли запланированное время, причина отклонения от запланированного времени)

IV. Общая оценка мероприятия:

1. Насколько достигнута цель мероприятия?

2. Как проявили себя непосредственно организаторы и участники мероприятия?

3. Какие коррективы были внесены в ход мероприятия по сравнению с задуманным? Чем это обусловлено - объективными или субъективными причинами? Что было не учтено в обосновании мероприятия при его планировании?

4. Каковы пожелания на будущее относительно содержания и форм организации подобных анимационных мероприятий?

Дата « ____ » _____ 20__ г.

Подпись организатора (ов) социально-культурной анимации

_____ Ф.И.О. _____

Глава 4. ХОББИ-ТЕХНИКИ В СИСТЕМЕ РЕАБИЛИТАЦИОННОГО ДОСУГА ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА: СКРАПБУКИНГ В ГЕРОНТОЛОГИИ

4.1. Что такое скрапбукинг

Скрапбукинг (англ. *Scrapbooking*: *scrap* — вырезка и *book* — книга, букв. «вносить в книгу») — вид хобби, ручного творчества, заключающийся в изготовлении и оформлении семейных или личных фотоальбомов, открыток, рамок, шкатулок и т.д. с использованием различных аксессуаров (пуговицы, бусинки, ракушки, стразы, цветы и различные остатки от рукоделий).

Этот вид творчества представляет собой способ хранения личной и семейной истории в виде фотографий, газетных вырезок, рисунков, записей и других памятных мелочей, используя своеобразный способ сохранения и передачи отдельных историй с помощью особых визуальных и тактильных приёмов вместо обычного рассказа. Основная идея скрапбукинга — сохранить фотографии и другие памятные вещи о каких-либо событиях на длительный срок для будущих поколений.

Специальным образом декорированный фотоальбом состоит из отдельных листов, каждый из которых представляет законченную мысль, выраженную фотоколлажем. Обычно такой альбом охватывает какую-то одну тему: свадьбу, юбилей, рождение ребёнка, каникулы на море и так далее.

Следует заметить, что скрапбукинг не ограничивается созданиями классических альбомов — в коллекциях мастеров скрапбукинга встречаются также альбомы-аккордеоны, альбомы в виде домиков, альбомы в виде коробочек/корзиночек, и даже отдельные открытки.

4.2. Исторические аспекты скрапбукинга

Первые упоминания о скрапбукинге датируются 1598 годом. В то время начали собирать поэмы, цитаты и собственные наблюдения и вклеивать их в обычные книги. В Англии становились популярными тетради для записи любимых стихов, памятных афоризмов и цитат (англ. *commonplace books*). Так, в 1706 году была напечатана книга философа Джона Локка под названием *New Method of Making Commonplace books*. Примерно в то же время появились так называемые книги друзей (англ. *friendship books*): в Германии девушки собирали волосы своих подруг и свивали из них сложные узоры, украшая их лентами и цветами. Вместе с тем, тетради для записей отличались от современного скрапбукинга, поскольку содержали только некую разрозненную подборку текстов, в то время как в скрапбуках обычно уделяется внимание и подчёркивается определённый человек или событие.

Свою современную форму скрапбукинг принял в XVII веке.

В 1775 году в свет вышла книга об истории Англии, автором которой стал Джеймс Грейнджер. Книга осталась бы незамеченной, если бы не один факт: её последние страницы остались пустыми для заполнения читателями. Вскоре многие авторы стали прибегать к таким уловкам, тем самым намекая, что книга хоть и имеет конкретный тираж, но персонализировать её может каждый. Кроме того, чуть позже известные книгопечатники занялись тиражированием ежедневников и школьных дневников, которые очень полюбились женской части населения Европы. Теперь юные леди делали в своих тетрадках необходимые записи и пометки, не забывая при этом и всячески украшать их.

Первый скрапбукинг 1800-х годов имел много отличий от известного нам с вами. Тогда люди собирали в своих тетрадках различные сувенирчики, поэмы, религиозные карточки, любовные письма, рекламные проспекты, анонсы, личные записи и другие памятные вещички.

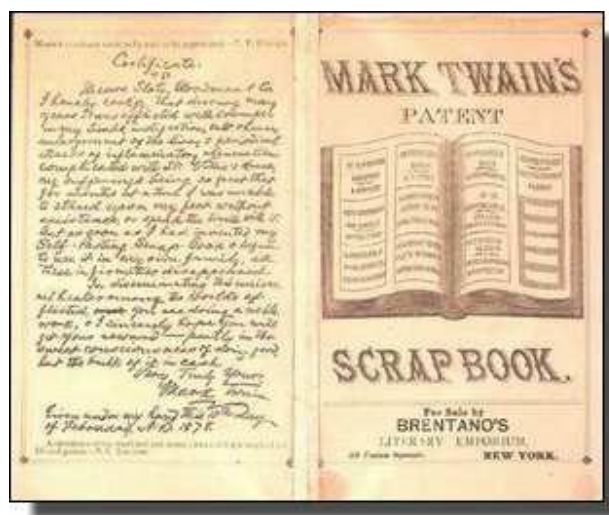
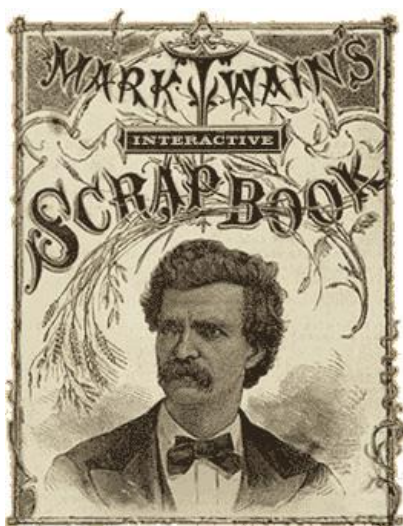
В далеком 1825 году было выпущено первое периодическое издание книг о скрапбукинге, которое называлось «The Scrapbook». В книгах можно было найти интересные идеи о том, как использовать различные картинки и газетные вырезки при оформлении блокнотов или дневников.

Через год в 1826 году была опубликована книга "Manuscript Gleanings and Literary Scrapbook", автором которой был мужчина John Poole. Книга рассказывала о том, как собирать вырезки и что с ними можно сделать, а так же включала в себя напечатанные гравюры и поэмы. John Poole создал настоящую эпидемию! «Скрапомания» захватила весь средний класс населения Америки.

С увеличением интереса к скрапбукингу, издатели быстро уловили спрос, и альбомы (не для фотографий, а с пустыми страницами для заполнения) начали пользоваться огромной популярностью. Так же начали появляться материалы «cut and pasted» (вырезал и вставил), которыми можно было украсить эти альбомы. Элементы обычно печатались на кусочках бумаги с красивыми узорами.

Поворотным моментом в истории скрапбукинга стало изобретение в 1837 году Louis-Jacques Daguerre дагеротипа. Позже этот год стал всемирно известным, как год рождения фотографии.

Одним из первых серьезных скраперов, как это ни странно, был хорошо известный нам это Марк Твен.



Оказывается, где бы он ни путешествовал, он всегда брал с собой записную книжечку. М. Твен заполнил более 300 томов с картинками, сувенирами и статьями о его книгах и поступках. Но его все время раздражал процесс вклеивания вырезок и картинок.

Поэтому в 1872 году он изобрел и запатентовал свою клейкую тетрадку под названием "Mark Twain's Patent Scrapbook". К 1901 году он продавал как минимум 57 различных типов тетрадок и сделал на этом состояние в 50.000\$.

Но в начале 20 века скрапбукингу пришел конец. Из-за Первой Мировой Войны скрап-компании были вынуждены закрыть свой бизнес.



Новая волна популярности вернулась к скрапбукингу только к 40-м годам. Это было вызвано запуском массового производства альбомов. До наших дней сохранились редкие экземпляры

альбомов, в которых описываются военные действия:

Но когда же появился скрапбукинг с безкислотными товарами и материалами архивного качества?

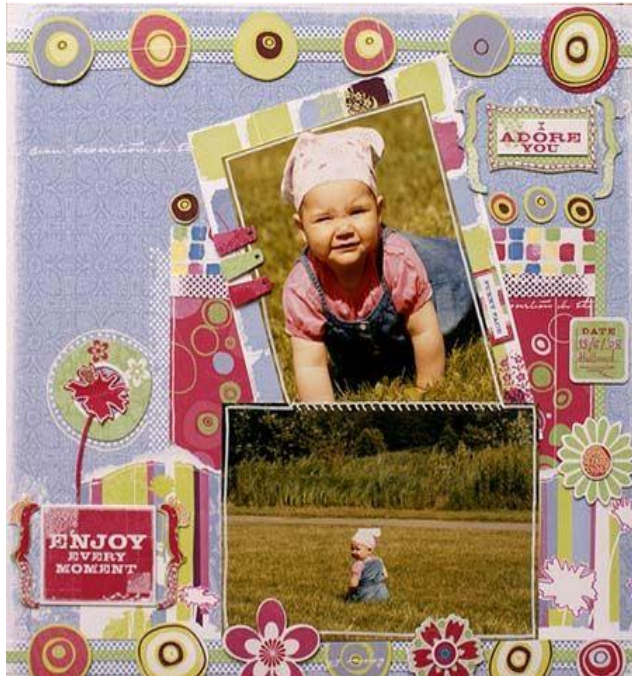


1980 год стал точкой отправления современного скрапбукинга. Женщина по имени Marielen Christensen на конференции рекордов в штате Юта показала 50 томов ее семейных воспоминаний. Это был настоящий общественный "бум". Так много людей хотело заняться скрапбукингом, что Marielen открыла магазин Keeping Memories Alive (сохраним воспоминания), который стал первым в истории скрап-магазином.

В середине 90-х скрапбукинг быстро набирал обороты и стал одним из наиболее развивающихся хобби в Америке. А благодаря интернету он стал проникать в различные части нашей планеты и приобрел всемирно известную популярность. И на сегодняшний день скрапбукинг является мульти-миллиардной индустрией.

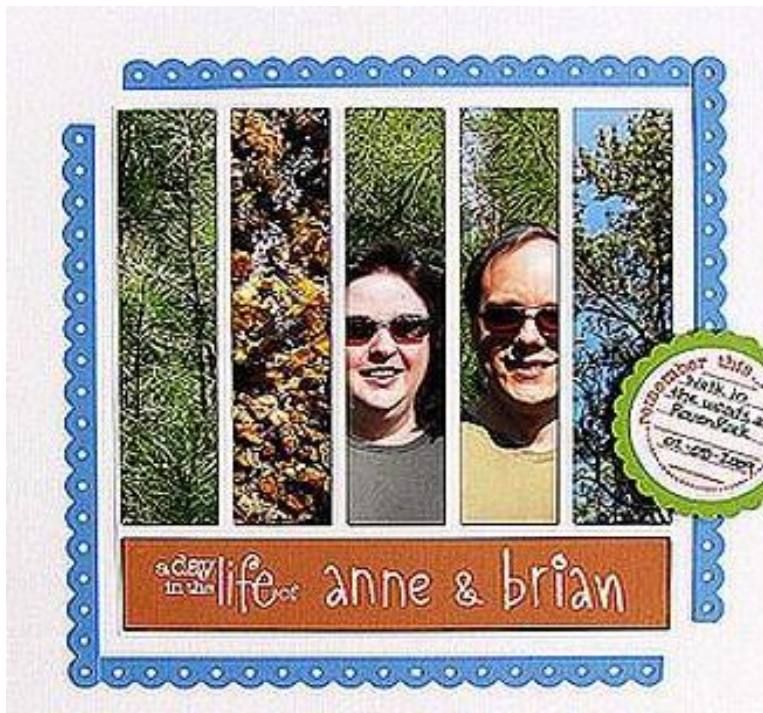
4.3. СТИЛИ В С КРАПБУКИНГЕ

Американский стиль



American. Американский стиль является классическим в скрапбукинге, его главное отличие — большое количество самых различных украшений, которое тем не менее является сбалансированным для текущей странички, не доминирует над фотографией.

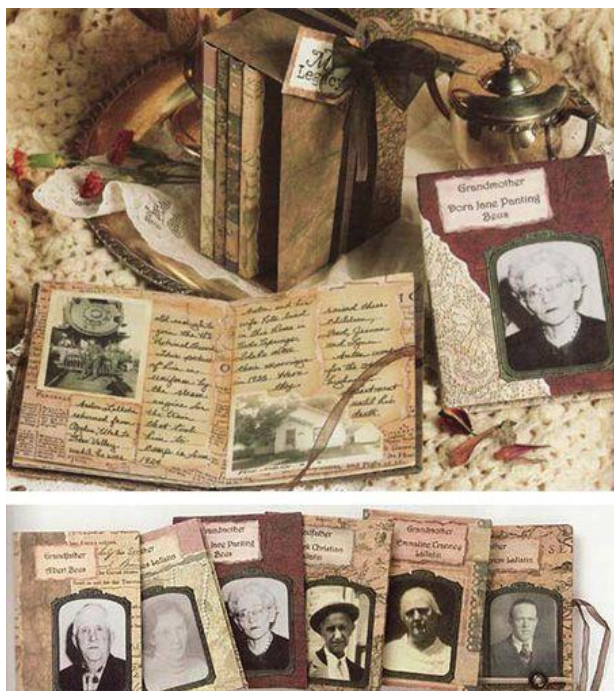
Европейский стиль



European. Европейский стиль, основной признак — строгость и сдержанность. Основная используемая техника — разрезание фотографий с помощью специальных инструментов. Обычно отличаются единым принципом и сюжетом фотографий и минимумом украшений.

Отличительная черта — значительное (обычно больше трех) количество фотографий на одной страничке.

Стиль «Херитаж»



Heritage (Наследие). Стиль херитаж посвящен наследию, нашим предкам, родственникам, их жизни и эпохе. Поэтому оформление у него соответствующее: черно-белые и тонированные фотографии, рукописные листочки, старинные вещицы и украшения. Легче сделать скрап-страничку "херитаж" в цифровом виде (есть много наборов для скачивания в интернете), но многие берутся и за реальные

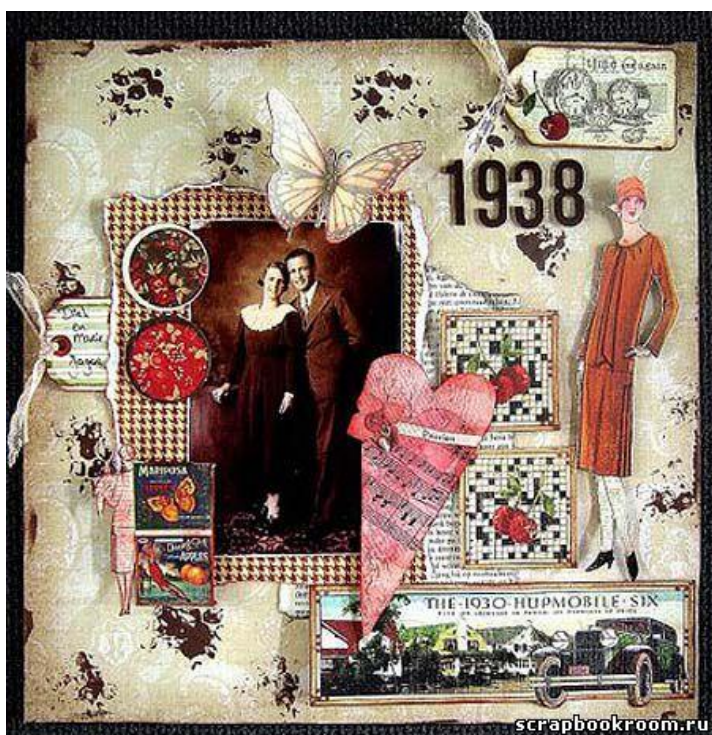
альбомчики: окунуться в историю семьи, покопаться в бабушкиных шкатулках - особенно приятно.

Используется для оформления старинных фотографий. Характерная особенность — использование цветовых гамм, характерных для тех периодов, из которых заимствованы фотографии.

Стиль «Шабби шик»

Shabby chic (Потёртый шик). Также известен как «ложностарый», «ложноиспользованный» с элементами шика. Основное отличие от других стилей — использование ложносостаренных, с эффектом продолжительного использования, элементов: ленточек с разлохмаченными краями, надорванных фонов, с различными потертостями, примятые. В качестве фонов чаще всего используются умеренные цвета (нежно-розовые, салатные, пастельные).

Стиль «Винтаж»



Vintage (Ложностаринный стиль). Для этого стиля характерно использование старинных фотографий или картинок из состаренных элементов, а также любых «исторических» предметов: старых открыток, марок, украшений, актуальных в период, по которому формируется страничка. Цветовую гамму обычно

подбирают под статью времени, которое отражает страничка в винтажном стиле.

Многим сложно определить с отличием стиль Винтаж от Херитаж и Шабби-шик. Но представить разницу можно на простых примерах: например, антикварные книги определенно передают стиль Херитаж, журнал 50-х годов с рисунками модных платьев - стиль Винтаж, а современная книжка в приглушенных, нежных тонах в цветочек - стиль Шабби, который даже почти не притворяется ретро...

Специфические особенности

- силуэты платьев и вырезки из старых журналов
- вырезки из книг и открыток (или их копии и распечатки) подойдут почти ко всему.

- шрифт "пишущей машинки"

- состаривание бумаги

- старые пуговицы

- кружево, кусочки тканей

- изображения часов (намекнут на время), ретро-машин, картинки чугунных решеток и старых дверей, тесьма с бахромой, ноты, старая сантиметровая лента, детали механических часов (если не жалко), эскизы старых вышивок (особенно крестиком), бумажная салфетка (затонировать), кусочки газет (кто там поймет, какого она года) - добавят "винтажности".

- поставьте дату или просто год крупными цифрами

Стиль «Минимализм»

Clean and Simple (Чисто и Просто). Используется минимум простых украшений. Главное отличие от других стилей — «квадратность» его



элементов, четкость линий, простой графический подход, единый используемый шрифт (возможна вариация размеров шрифта для выделения различных элементов странички). Обычно в качестве фона используется светлый однородный цвет. Зачастую странички в этом стиле выглядят как собранный пазл — ничего лишнего.

Свободный стиль(free style).

Основные черты — светлый фон, смелые цветовые сочетания, заголовок и журналинг, сделанные вручную при помощи карандашей или фломастеров
Фристайл - один из ярких и выразительнейших скрап-направлений.



Среди постоянных тем Фристайла - личность человека (много страничек про себя), дети, спорт, путешествия, архитектура, бытовые моменты. Необычно выглядят страницы

Один из базовых приемов - сочетать нарядное-пафосное и подручное, чумазое-лохматое. Тут нужен баланс. Если вы делаете розочку из ткани, то не из атласной розовой, а из марли и мешковины, грязно-белую, и вставляете в центр старинную красивую пуговку/брошку (конечно ненужную) в потертом металле. Тогда баланс будет соблюден.

Смешанный стиль



Mixed media. Смешение стилей, материалов и различных техник.

Самое главное и самое сложное — не перегрузить страничку избытком стилей, а также не пытаться сочетать несочетаемое.

Стиль "Микс" - один из самых сложных, он выходит за рамки скрапбукинга и становится на грани хобби и искусства. Эти работы, во-первых, многозначны, в них меньше фото и больше абстрактных картинок (из журналов, ретро-изображения), они

выходят за пределы "семейного пользования" и интересны большому кругу людей. Часто используется раскрашивание и вообще применение красок.

Самое главное и самое сложное — не перегрузить страничку избытком стилей, а также не пытаться сочетать несочетаемое. Это что-то очень театральное и одновременно личное.

Некоторые работы более проникновенны и заставляют задуматься о прошлом, чем в стиле "эритаж". Наверное потому, что в них более выражено личное отношение автора. Кроме того, копирование чужих работ в этом стиле не распространено, а вот сами авторы часто повторяют любимившуюся композицию.

Стиль «Стимпанк»



Термин «*стимпанк*» был придуман в 1987 году писателем Кевином Джетером, и изначально являлся пародией на «киберпанк».

Характерными элементами мира стимпанка можно считать:

- технологии, основанные на принципах механики и паровых машинах

- начальный уровень

развития электричества

- оружие времён промышленной революции;

- информационные технологии викторианской эпохи: уличные газеты, напоминающие кассовые аппараты, неэлектронные счётные машины.

4.4. Материалы и инструменты для скрапбукинга

Инструменты

Для склеивания материалов и элементов используются различные виды клея и клеящих средств: универсальный клей для приклеивания мелких металлических и пластмассовых деталей (например, пуговиц или ключиков), клей-карандаш для бумажных деталей и приклеивания фотографий, клей-спрей для больших деталей и фонов, клеящие подушечки с различными размерами, формами и толщиной для приподнимания элементов над поверхностью, клеящий пистолет, двухсторонний скотч и так далее.

Для разрезания бумаги используются ножницы и резак разных видов. Ножницы бывают с фигурными краями, например волнообразными, зигзагообразными, в виде фестонов. Края бумаги можно оформить фигурными дыроколами, они могут фигурно обрезать край или сделать декоративные отверстия по краю, помогут добиться эффекта кружева или фотоплёнки. Кроме того, при помощи фигурных дыроколов можно быстро вырезать круг, листочек, сердечко, веточку и так далее. Из таких «надыроколенных» элементов легко сложить, например, букетик цветов для украшения скрап-страницы.

Конечно же, важную роль в скрапбукинге играют и пишущие инструменты: карандаши (например, акварельные), ручки (архивного качества, то есть с невыцветающими чернилами), маркеры (лаковые, которые пишут по фото), маркеры с эффектами — бархата, объёма, с блёстками. Клей-глиттер также помогает оформить буквы или украсить элементы. Существуют маркеры с двумя наконечниками: тонким для письма, и кистью — для раскрашивания картинок, букв, оттисков штампов. Надписи можно также делать каллиграфическим пером или ручкой с имитацией каллиграфического наконечника.



Материалы

Бумага для скрапбукинга выпускается специальная, чаще всего в формате 30х30 см; это цветная и узорная бумага, которая может быть также украшена блёстками, лаковыми или бархатными деталями. Кроме бумаги, можно использовать кальку (веллум) разных цветов и узоров, а также картон (в том числе гофрированный), цветную бумагу для пастели, акварельную бумагу, плёнку, крафт-бумагу (упаковочную). Часто применяется и плотный картон: например, для создания обложек к альбому. Кроме того, в Сети есть множество ресурсов, где можно скачать бесплатно или за небольшую сумму фоны для скрапбукинга в хорошем качестве, и распечатать их.

Для украшения скрап-страниц можно использовать как производимые промышленным способом наборы объёмных элементов (брадсы, люверсы, стразы, половинки «жемчужинок»), готовые цветочки и заготовки к ним, объёмные буквы, рамочки, чипборд, различные виды пуговиц, в том числе отдельные выпуски в виде пчёл, сердечек, звёздочек, ключиков, рыбок, корон, часиков, ракушек, чашечек, даже очков — такие пуговицы могут не иметь дырочек или ножки для пришивания, то есть существуют

исключительно для декоративного приклеивания), так и найденные дома порванные цепочки, ракушки и плоские камешки с моря, колёсики от часов, плоские серёжки и термонаклейки для одежды, бантики от подарков и упаковки, бумажные салфетки с тиснением — всё идет в дело. А в специальных наборах для скрапбукинга в дополнение к бумаге и картону зачастую вкладываются готовые объёмные наклейки, ярлычки, украшения и прочие декоративные элементы. Можно разнообразить свою работу и картинками, узорами и надписями (обычных или в виде так называемых «натировок», переводных картинок).

Особой популярностью пользуются памятные элементы: ярлычки от одежды, авиабилеты, билеты в кино и обычные билеты, буклеты, визитки, меню, карты местности, записки и списки, письма и конверты, вырезки из журналов, страницы из старых книг, упаковочные пакеты, кусочки тканей, лент, кружев и так далее. Например, в детском альбоме можно сохранить бирочку из роддома, в конвертике — локон волос, в свадебном альбоме — пример приглашения или гостевой карточки с праздничного стола.

4.5. Программа занятий по скрапбукингу в работе

с пожилыми людьми

Методическое обоснование программы занятий

Цели и задачи: Повышение самооценки, снятие психоэмоциональной напряженности, развитие креативности.

Участники:

Участники группы – пожилые люди.

Форма работы: Групповая работа. Наполняемость групп – 5-8 человек. Группы закрытые.

Временные рамки:

Периодичность: ежедневно

Длительность одного занятия: от 1 часа до 2 часов.

Практическое обоснование программы занятий

Курсы по скрапбукингу включают в себя обучение всем необходимым техникам, стилям и работе с инструментами для того, чтобы начать с нуля или расширить свои базовые знания. Курсы состоят из 11 тематических мастер-классов (МК), и этот список постоянно пополняется.

Основная идея занятий: Скрапер (человек, увлеченный скрапбукингом) практически к любому празднику сможет сделать уникальный, индивидуальный подарок близкому человеку. Следовательно, его межличностные отношения (детско-родительские, сиблинговые, партнерские и др.) становятся более гармоничными и адекватными.

Скрапер постоянно занят поиском новых тем, идей и образов. Следовательно, он начинает более внимательно и трепетно относиться к окружающему миру, к природе и приходит к некоему согласию с ними, а значит и с собой.

Скрапер, занимаясь этим уникальным рукодельным искусством, актуализирует свой творческий потенциал, свое креативное начало.

Следовательно, он становится более адаптивным, более толерантным к неожиданностям, которыми полна наша жизнь, и всегда сможет найти выход из любой, казалось бы, тупиковой ситуации.

КРАТКИЙ ОБЗОР ЗАНЯТИЙ

Занятие 1. Мастер-класс для начинающих

Материалы и инструменты:

- Мультимедийное оборудование.
- Скрап-бумага.
- Штампики.
- Скетчи (распечатанные из Интернета).
- Украшения: цветы, листья, ветки, пуговицы, жемчужинки, бусинки, остатки кружева, тесьма и др. остатки от рукоделия.
- Бадсы.
- Ножницы фигурные, простые, резак.
- Дыроколы (линейные, угловые, круговые).
- Скрап-коврик для резания.
- Ножи канцелярские.
- Клеевые материалы (карандаш, ПВА, Момент, «Горячий пистолет», двусторонний скотч).
- Карандаши, ручки, маркеры.

Теоретический МК. Разговор пойдет о стилях в скрапбукинге и их отличиях, о специальных терминах и скрап-материалах, о применяемых инструментах и оборудовании, о различных клеевых средствах и т.д.

1. *Знакомство* друг с другом (специальные упражнения на знакомство «Снежный ком», «Поем имя», тренинг командообразования и др.), с ведущими, с режимом работы. Выработка норм групповой работы.

2. *История* скрапбукинга. Скрапбукинг в России - компьютерная презентация.

1. *Основы скрапбукинга*. Обзор стилей, техник, инвентаря, материалов, специфических скрап-терминов – компьютерная презентация и демонстрация материалов (расходных и нерасходных).

Занятие 2. Мастер-класс по состариванию. ВИНТАЖ

Материалы и инструменты:

- Мультимедийное оборудование.
- Скрап-бумага.
- Штампики.
- Скетчи (распечатанные из Интернета).
- Наждачная бумага.
- Цветы, пуговицы, жемчужинки, бусинки, остатки кружева, тесьма и др. остатки от рукоделия.
- Бадсы.
- Ножницы фигурные.
- Дыроколы (линейные, угловые, круговые).
- Клеевые средства (клей-карандаш, клей ПВА, универсальный, «горячий» пистолет).
- Фотографии 2-3 одной тематики из личного архива участника группы.
- Скрап-коврик для резания.
- Ножи канцелярские.

Вместе с ведущим вы обсудите отличия этого стиля от других. Поговорите о техниках, с помощью которых можно добиться эффекта «старинной вещи». Попробуете в работе инструменты, которые могут помочь вам добиться эффекта потертости или подпаленности бумаги.

Техники: штампинг, тонирование, композиции по скетчу, создание странички.

1. *Особенности винтажного стиля* – компьютерная презентация, беседа.
2. *Скрап-страничка*. Построение скрап-странички, ее элементы, композиция, цветовое решение - показ.
3. *Изготовление странички с использованием разнообразных материалов*.

Занятие 3. Мастер-класс для экономных

Материалы и инструменты:

- Скрап-бумага – по одному листу на участника.
- Остатки цветной бумаги для украшений.
- Высечки (готовые картинки)
- Ножницы простые.
- Клей.
- Циркуль.
- Карандаш простой.
- Пуговицы.
- Тесьма, остатки кружев.
- Фотография участника группы.
- Скрап-коврик для резания.
- Ножи канцелярские.
- Фоновая бумага (эконом-вариант) – обои, оберточная, упаковочная бумага, фантики, фольга из чайных упаковок и т.п.
- Йодовые карандаши, ватные палочки.
- Карандаши, ручки, маркеры.

Скрапбукинг – увлечение весьма затратное в финансовом плане, достаточно посмотреть на цены в специализированных магазинах. Но выход из этой ситуации есть. Его вам подскажет ведущий. Вы узнаете, как, используя минимум материала и максимум фантазии, можно сделать

маленький шедевр, которым будут восхищаться все, кому посчастливиться подержать его в руках.

1. *Обзор скрап-инструментария.* Способы, виды замены его.

2. *Обзор скрап-материалов.* Использование подручных, бросовых материалов (бумага и картон от старых коробок, упаковок и т.д.).

3. *Экономное изготовление украшений, деталей* (цветы из бумаги и ткани, этикетки из картона, надписи (журналинг) на компьютере или от руки и т.д.).

4. *Создание «экономной» скрап-странички.*

Занятие 4. Мастер-класс по минимализму.

ОТКРЫТКА-ПЯТИМИНУТКА

Материалы и инструменты:

- Мультимедийное оборудование.
- Альбом с открытками.
- Штампики.
- Цветы, пуговицы.
- Ножницы простые.
- Скрап-коврик для резания.
- Нож канцелярский.
- Картон дизайнерский.
- Клей-карандаш.
- Скрап-коврик для резания.
- Ножи канцелярские.

Минимализм достаточно обманчив своей простотой. Вы обсудите, что такое стиль минимализма («клинд энд симпл»), что можно использовать в

таких работах и как избежать нагромождения деталей, как создать фон без скрап-бумаги и многое другое.

Самое главное – на этом МК вы создадите несколько простых, но эффектных открыток в стиле минимализма.

1. *История открыток* – компьютерная презентация. *Мини-музей открыток* из личного архива ведущего. Виды открыток, темы, сюжеты, символика. Открытки, выполненные в рамках разных стилей – демонстрация.

2. *Особенности стиля «минимализм»*, особенности композиции, техники, применяемые в данном стиле и др.

4. *Изготовление открытки в стиле «чистота и простота»* (пошаговая работа).

Занятия 5-6. Мастер-класс по стилю «шабби-шик».

ШКАТУЛКА ДЛЯ ДРАГОЦЕННОСТЕЙ

Материалы и инструменты:

- Бобина для шкатулок.
- Картон дизайнерский.
- Скрап-бумага.
- Штампики.
- Цветы, пуговицы, жемчужинки, бусинки, остатки кружева, тесьма и др. остатки от рукоделия.
- Брадсы.
- Ножницы фигурные и простые, циркуль, линейка.
- Дыроколы (линейные, угловые, круговые).
- Клеевые материалы (клей универсальный, клей-карандаш, «горячий» пистолет).
- Скрап-коврик для резания.
- Ножи канцелярские.

Сочетание пастельных тонов и цветочных мотивов с пожелтевшим от времени кружевом или облупившейся краски с блеском страз придает этому стилю особую элегантность и роскошь с налетом потертости за прошедшие годы, но оставляя его изящным и легким.

Вы узнаете о происхождении стиля, на примере работ разберете его основные характеристики и отличия от других стилей, узнаете о применяемых материалах и их сочетаниях, о техниках и секретах. Вы научитесь делать мини-шкатулки и украшать их в рамках предложенного стиля.

1. *Знакомство со стилем*, его особенностями, техниками, применяемыми в рамках «шабби-шика»: тонирование, штампинг, кракелюр и т.д. – компьютерная презентация+демонстрация изделий, выполненных в данном стиле.

2. *Знакомство с техникой* изготовления шкатулок.

3. *Обзор* необходимых материалов и инструментария.

4. *Самостоятельное изготовление* шкатулок.

Занятие 7. Мастер-класс по ретро-стилям.

РЕТРО-ОТКРЫТКА

Материалы и инструменты:

- Мультимедийное оборудование.
- Альбом с ретро-открытками.
- Скрап-бумага.
- Картонные заготовки для открыток.
- Штампики.
- Скетчи для открыток (распечатанные из Интернета).
- Наждачная бумага.
- Украшения и детали: цветы, пуговицы, жемчужинки, бусинки, остатки кружева, тесьма и др. остатки от рукоделия.

- Брадсы.
- Ножницы фигурные и простые.
- Линейки (желательно, металлические).
- Дыроколы (линейные, угловые, круговые).
- Скрап-коврик для резания.
- Ножи канцелярские.

На этом МК вы закрепите ранее полученную информацию о ретро-стилях (винтаж, шабби – шик) – см. Занятие 2, 5-6, узнаете о техниках, которые можно использовать в рамках ретро-стилей. Познакомитесь со скетчами (шаблонами), облегчающими новичку работу над созданием открытки. С помощью ведущих изготовите свою, неповторимую ретро-открытку

1.*Ретро-открытки.* Демонстрация открыток, ретро-стили при изготовлении открытки (винтаж, шабби - шик), детали, украшения, цветовое решение – компьютерная презентация.

2.*Техники при изготовлении ретро-открыток.* Техника состаривания, техника тонирования, техника эмбоссинга. Знакомство, закрепление, отработка.

3.*Знакомство со скетчами,* выбор «своего» скетча.

4.*Изготовление* открытки в одном из предложенных стилей.

Занятие 8. ЭТНИКА. ОТКРЫТКА

ПО ЯПОНСКИМ МОТИВАМ

Материалы и инструменты:

- Набор с японскими открытками (из личного архива ведущего).
- Костюмы для ведущих.
- Детали для оформления интерьера ширмы, японские фонарики, гравюры, икебана, веры и т.д.

- Магнитофон и диски с японской музыкой.
- Томик стихов японского поэта.М.Басё.
- Скрап-бумага.
- Картонные заготовки для открыток.
- Штампики.
- Скetchи для открыток (распечатанные из Интернета).
- Украшения и детали в японском стиле: цветы, иероглифы, мини-вееры, жемчужинки, вырубki (картинки) по японским мотивам.
- Брадсы.
- Ножницы фигурные и простые.
- Линейки (желательно, металлические).
- Дыроколы (линейные, угловые, круговые).
- Скрап-коврик для резания.
- Ножи канцелярские.

На этом МК вы погрузитесь в атмосферу Японии (ведущие в японских костюмах, соответствующий интерьер – ширмы, японские фонарики, гравюры, японская музыка, японские стихи и т.д.). Познакомитесь с особенностями японского стиля: темы, композиция, детали и украшения (веер, иероглифы и др.), цвета. Все это позволит вам изготовить собственную «японскую» открытку.

1.*Знакомство с японской поэзией (хайку) – краткий обзор, чтение стихов.*

2.*Подбор и изготовление материалов и аксессуаров (ветка сакуры, веер, иероглиф и т.д.).*

3.*Изготовление открытки по мотивам хайку Басё.*

Д/З: Определиться с тематикой будущего альбома и принести 2-4 фотографии (10x15).

Занятия 9-10. АЛЬБОМ МОЕЙ ЖИЗНИ. ОБЛОЖКА. СТРАНИЧКИ

Материалы и инструменты:

- Заготовки картона для обложек (по две на каждого участника).
- Скрап-бумага.
- Штампики.
- Скetchи (распечатанные из Интернета).
- Цветы, пуговицы, жемчужинки, бусинки, остатки кружева, тесьма и др. остатки от рукоделия.
- Брадсы.
- Ножницы фигурные.
- Дыроколы (линейные, угловые, круговые).
- Клеевые средства (клей-карандаш, клей ПВА, универсальный, «горячий» пистолет).
- Скрап-коврик для резания.
- Ножи канцелярские.
- Скрап-коврик для резания.
- Ножи канцелярские.
- Фотографии для оформления страничек.

На этих занятиях вы узнаете, какие существуют скрап-альбомы по тематике, оформлению, креплению. Под руководством ведущего изготовите обложку для своего мини-альбома и оформите несколько страничек по предлагаемым скетчам (шаблонам).

1. *Разнообразие форм, видов и тем скрап-альбомов – демонстрация образцов.*

2. *Виды креплений.*

3. *Изготовление обложки по шаблону (скетчу).*

4. *Знакомство с различными скетчами. Выбор «своих» скетчей.*

5.Изготовление страничек по скетчам.

Д/З: Подготовить творческие подарки для других участников группы, выполненные в скрапе: открытки, шкатулки, закладки для книг, блокноты, шкатулки и т.д.

Занятие 11. Итоговое.

СКРАП-ВЕРНИСАЖ

Материалы и инструменты:

- Домашние заготовки - творческие подарки для других участников группы, выполненные в скрапе: открытки, шкатулки, закладки для книг, блокноты, шкатулки и т.д.
- Творческие продукты, изготовленные участниками группы на мастер-классах.

1.*Выставка* творческих продуктов участников группы.

2.*Обмен* подарками.

3.*Обратная связь.*

Мастер-класс

«Создаем скрап-комодик»



Необходимые материалы:

- один лист скрапбукинг-бумаги формата 30*30;
- лист белой бумаги А4 (либо бумага для черчения);
- 20*10 см очень толстого картона;
- 8 спичечных коробков;
- цветочки;
- пуговицы;
- брадс;
- фетр;
- чернильные подушечки.



Шаг 1. Для начала нарежем 4 полоски бумаги из скрапбумаги, размером с самую маленькую стенку коробка (та, которая будет лицевой частью), до 8 таких полосок. Но если не выкладывать коробочки внутри фетром, то понадобится их в два раза больше.



Шаг 2. Тонируем края этих полосок. Можно выбрать для тонировки чернильный мел.



Шаг 3. Наклеиваем полоски на коробочки. И обязательно вокруг этих полосок еще раз тонируем, только уже коробки, чтобы вид получился красивый и аккуратный.

Шаг 4.

Затем делаем небольшие разрезы и вставляем бадс. (Вместо бадс можно использовать бисер или бусины, нанизанные на проволоку).



Шаг 5. Склеиваем «крышечки» коробков между собой по две штуки.

Шаг 6. Далее нам нужно вырезать основу, на чем будет стоять комодик, и его крышку. Основа и крышка должны быть одного



размера и выступать с каждой стороны на 5-10 мм (в нашем случае на 5 мм). Вырезаем из очень толстого картона и примеряем, не промахнулись ли мы с размерами.

Шаг 7.

Далее крышку и основу с обеих сторон обклеиваем скрапбумагой и тонируем теми же чернилами.



Шаг 8.

Теперь приклеиваем коробки к основе. Сделать это нужно как можно плотнее.



Шаг 9.

Теперь для прочности и удобства дальнейшей работы, к коробкам приклеиваем сверху обычную бумажку. Пока клей схватывается, сдавливаем коробки с боков.

Шаг 10.

Из картона вырезаем которые закроют коробков.



прямоугольники, оставшиеся стенки



Шаг 11.

Каждый из этих прямоугольников обклеиваем с одной стороны скрапбумагой, и сразу думаем о том, как у нас будет украшен комодик.

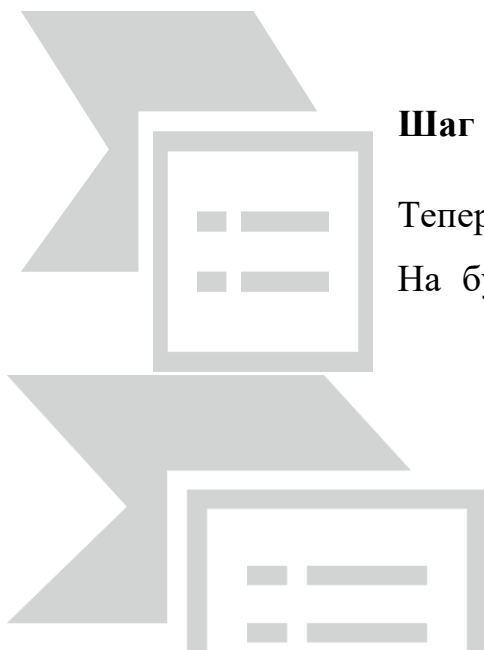
Шаг 12.

Теперь эти прямоугольники приклеиваем к комоду. Их можно сразу украсить, как задумывалось.



Шаг 13.

Теперь нужно сделать верхнее большое отделение. На бумаге для черчения рисуем вот такую схему.



Площадь центрального квадрата равна площади склеенных коробков. Ширину боковых стенок выбираем на свое усмотрение (например, 4 см). После того как нарисовали, разрезаем в указанных на схеме местах.

Шаг 14. По остальным линиям сгибаем, склеиваем и получаем вот такую коробочку.

Шаг 15.

Далее, эту коробочку нужно с боков обклеить скрапбумагой. Делаем мы всё точно так же. Сначала вырезаем из картона 4 прямоугольника, затем наклеиваем на них скрапбумагу, тонируем края, рисуем, если нужно от руки, и приклеиваем к коробочке.



Шаг 16.

Делаем крышку для коробочки. Крышка может быть с креплением на лентах. Отрезаем два кусочка лент и приклеиваем их на крышку с внутренней стороны, оставляя с того конца, который не будет открываться, то расстояние, на которое крышка должна выходить за пределы комода (например, – это 5 мм).



Шаг 17. Затем оставшиеся части ленты (не приклеенные), клеим к боковой стороне коробочки.



Шаг 18.



Вот такая получилась коробочка. На фото видно, что крышка со всех сторон выступает за пределы коробочки.

Шаг 19.

Далее, обклеиваем внутренности коробочки фетром или бумагой, а можно вообще ничем не обклеивать.



Шаг 20.

Теперь всю эту собранную коробочку приклеиваем к первой части комодика (к спичечным коробкам).



Шаг 21. Украшаем комодик. Вот такой он получился.



Мастер-класс
«Открытка с часами»



Использованные материалы:

- Бумага.
- Штампы.
- Дистресс - чернила.
- Цветы, украшения.
- Мягкая ленточка, бечевка.
- Двусторонний скотч.
- Объемный скотч.

ШАГ 1. Из листа бумаги с часами вырезаем самый большой циферблат, прошиваем по кругу.



ШАГ 2. Из листа розовой бумаги вырезаем круг диаметром примерно на полсантиметра больше циферблата. Прошиваем по кругу (вручную или на машинке), отступив от края 1,-1,5мм

ШАГ 3. Состариваем края круга и часов при помощи ножниц или специального инструмента.



ШАГ 4. Тонируем края.

ШАГ 5. Приклеиваем циферблат на розовый круг при помощи двустороннего скотча. В середину вставляем брадс в виде шурупа.



ШАГ 6. Подбираем красивые обрезки бумаги и подготавливаем полоски длиной 15 см и шириной 1,5-

3 см. Обрываем с одного края.

ШАГ 7. Зачищаем белые участки оборванной бумаги и тонируем края.



ШАГ 8. Склеиваем 3 полоски в одну большую при помощи двустороннего скотча. Ширина готовой полоски 5 см.

ШАГ 9. Из листа бумаги с текстом вырезаем прямоугольник 12x15 см. На этом этапе можно подготовить дырочки для ручной строчки по периметру прямоугольника (этого не нужно делать в случае машинной строчки).



ШАГ 10. Наклеиваем цветную полоску на прямоугольник с отступом 2-2,5 см. Добавляем строчку с ровного края полоски.



ШАГ 11. Прошиваем прямоугольник по периметру и тонируем его края, затрагивая нитки. Не забываем про торцы прямоугольника.

ШАГ 12. Украшаем открытку.



Мастер-класс

«Шкатулка для драгоценностей»



Необходимые материалы:

1. Плотная бумага.
2. Кусочки скрап-бумаги.
3. Украшения.
4. Дистресс-чернила.
5. Клей.
6. Ножницы.
7. Акриловая краска.
8. Бобина от скотча.

ШАГ 1. Берем бобину - что для других мусор, для нас - повод к творчеству, и обрываем остаток липкой ленты с её поверхности



ШАГ 2. Кладем бобину на бумагу и обводим её карандашом снаружи. Получившуюся окружность вырезаем не по контуру, с припуском в 1,5-2 см. На припуске делаем надсечки клинышком с вершиной, упирающейся в контур обведенной окружности. Получается такое "солнышко".



ШАГ 3. Припуски у круга надо загнуть внутрь. Чтобы удобнее и точнее сделать сгибы, сначала лучше продавить контур окружности чем-то не острым:



ШАГ 4. Теперь нам нужно вырезать полоску, высотой ровно в высоту бобины, и длиной, равной длине внутренней окружности

рулона плюс сантиметр на припуск (примерно -3,7 на 25 см).

ШАГ 5. Полоску бумаги приклеиваем внутрь бобины, прикладываем её к бумаге и обводим контур внутреннего круга - это будет дно шкатулочки:



У нас есть три детали: бобина с приклеенной внутри полосой, "солнышко" - внешнее дно, и круг - внутреннее дно.



ШАГ 6. Вставим бобину во внешнее дно и приклеим снаружи "лучики". Внутреннее дно приклеиваем внутрь шкатулочки, приклеив под него еще одно дополнительное для жесткости.

ШАГ 7. Теперь вырежем еще одну полоску по высоте бобины, и по длине больше, чем была внутренняя полоса (примерно на 2 см). Эту полоску приклеим снаружи, чтобы закрыть "лучики", и чтобы при обклеивании красивой бумагой снаружи, следы от лучей не портили нам вид.



ШАГ 8. Далее вырезаем дно и полоску для боковинки из красивой цветной бумаги и приклеиваем ко дну и боковинке нашей заготовки. Если приклеенное доньшко немножко торчит, можно подрезать его маникюрными ножницами.



ШАГ 8. Берем низ, уже обклеенный красивой бумагой, переворачиваем дном вверх и обводим две детали круга. Один круг вырезаем по контуру, а из второго делаем уже знакомое нам "солнышко" с припусками - "лучиками". Также нам понадобится две полоски, равные обхвату низа шкатулки, плюс сантиметр на припуск. Ширину полоски надо сделать примерно в половину низа от шкатулки - это будет глубина крышки.



ШАГ 9. Полоску прикладываем к верхней части низа от шкатулки. Обхватываем шкатулочку плотненько полоской и приклеиваем только на припуске, замыкая полоску в кольцо, чтобы оно снималось. Получилось кольцо, которое вставляем в "солнышко", "лучики" которого приклеиваем снаружи полоски. Вторую полоску приклеиваем снаружи получающейся

крышечки, клеим надо намазать всю поверхность полоски.

ШАГ 10.
второй круг и



Внутри крышечки вставляем приклеиваем.

ШАГ 11. Обводим крышку на изнанке бумаги для декора верха. Вырезаем из красивой бумаги полоску для боковинки крышки и круг, точно по ее высоте, и по длине больше на сантиметр для припуска. Приклеиваем полосу к боковинке крышки.



ШАГ 12. Теперь можно отдельно задекорировать верх шкатулки, как подскажет фантазия, и приклеить на крышку.



Скетчи для скрап-альбомов





ГЛАВА 5. АРТ-ТЕРАПИЯ КАК ФОРМА РЕАБИЛИТАЦИОННОГО ДОСУГА В РАБОТЕ С ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ

Ни для кого не секрет, что люди, которые вышли на пенсию, не всегда могут возместить потерю своей профессиональной деятельности каким-нибудь равным ей в психологическом смысле занятием, и в подавляющем большинстве случаев начинают болеть различными болезнями. Хорошо известно и прямо противоположное явление: активная жизнь людей пожилого возраста, наполненная решениями разнообразных конкретных задач, не только оказывает благоприятное влияние на психическое состояние таких людей, но и позволяет избежать очень многих заболеваний.

Для мироощущения и поведения пожилых людей первостепенное значение имеют взгляды, господствующие в обществе, а не биологические факторы. Иначе говоря, самочувствие и жизненная активность пожилых во многом определяются ожиданиями, которые возлагает на них общество.

В пожилом возрасте, как и в детстве, активно функционирует интуитивно-образное мышление. Люди пожилого возраста лучше, чем молодежь, контактируют с детьми на эмоциональном уровне (недаром говорят: «Что старый, то и малый!»). Они тонко чувствуют и понимают других людей, опираясь на развитые навыки невербальной коммуникации. Пожилые люди обладают богатым жизненным опытом.

Использование в работе с пожилыми людьми методов, апеллирующих к творческой стороне личности, способности неформального постижения человеком действительности с помощью интуитивного чувственного начала, дает впечатляющие и обнадеживающие результаты как в лечебно-коррекционной работе, так и в развивающем плане.

Творческий потенциал заложен самой природой в структуре внутреннего «Я» человека. В основе арт-терапевтических (творческих) методов лежит идея об активизации, стимуляции функций правого

полушария с помощью приемов, развивающих интуитивное творческое мышление и формирующих творческие умения и навыки. В работе с пожилыми используется язык поэзии, музыки, визуальной и пластической экспрессии, метафоры. Постепенное усиление потенциальности и творческих способностей пожилого человека приводит к преодолению проблемных элементов его психики.

Известно, что прямое терапевтическое воздействие на пациента вызывает у него сопротивление. Приемы, использующие художественные средства, обладают свойством «мягкого намека», непрямого, косвенного воздействия. Мы часто встречаемся с явлением «отсроченного эффекта» - пожилой человек осознает связь художественного материала со своей проблемой не сразу, а через какой-то срок. Можно сказать, что влияние методов, связанных с художественным творчеством, является глубинным и стойким, так как затрагивает не только поведенческие аспекты, но и ценностную структуру личности. Творческие (арт-терапевтические) методы - это, по существу, «синтетическая» методология, учитывающая достижения научной мысли, интеллект человека и его чувства, опыт искусства, план духовный и план телесный.

Мы в работе с пожилыми людьми ориентируемся на арт-терапию во всем многообразии ее форм и подходов (арт-терапия – исцеление целостности с помощью искусства). Предлагая зрелым людям такие, казалось бы, детские модальности, как куклотерапия, сказкотерапия, песочная терапия и т.д., мы руководствуемся следующими положениями.

1. Положением Эрика Берна (Бернс Э, 1996) о том, что личность человека включает в себя три условных аспекта: детское «Я» - прообраз эмоциональной сферы, которая заложена в момент рождения и руководствуется принципами «хочу - не хочу», «нравится - не нравится»; родительское «Я», олицетворяющее волю человека и выражающееся в понятиях «можно – нельзя», «хорошо – плохо»; и, наконец, взрослое «Я», прообраз интеллекта, который позволяет двум первым началам прийти к

компромиссу. В разные периоды жизни преобладают те или иные «Я». В последний период многие становятся беспомощными, психологически нередко превращаются в ребенка: его детское «Я», бессильное, зависимое, подчас капризное, нередко берет верх над другими аспектами личности. Для пожилого человека именно модель детского поведения становится нередко спасительной. Без излишней дидактики, нравоучений и «добрых» советов, она уводит от пугающих мыслей и позволяет отключиться от всего, с чем не справляется логика.

2. Положением А.В. Гнездилова (Гнездилов А.В., 2004) о том, что мы живем, условно говоря, в двух мирах – в мире реальном, внешнем, объективном и мире внутреннем, мире желаний, грез, надежд и упований. Никакими научными достижениями не отменить мир фантазий, и только в равновесии внешнего и внутреннего мира может протекать нормальная жизнь, причем, чем труднее и конфликтнее в одном из миров, тем больше человек опирается на мир противоположный. Проводником между этими двумя мирами и являются кукла, сказка, маска и т.д.

3. Положением Т.Ю. Колошиной (Колошина Т.Ю., 2001) об арт-терапии, апеллирующей к любому клиенту, в том числе, зрелому. Об арт-терапии, пробуждающей в клиенте креативность, а значит открытость новому опыту, возможность устойчивой адаптации к среде, наличие резерва сил для преодоления стрессовых ситуаций, активное творческое отношение к действительности и в конечном счете – интерес к жизни, что весьма актуально в работе с пожилыми людьми.

Таким образом, предпочтительность арт-терапии в работе с пожилыми людьми обусловлена как их психическими особенностями, так и особенностями самого метода.

В работе с пожилыми людьми с применением творческих методов существуют свои особенности, своя специфика, свои правила, которые доводятся до сведения всех участников этого процесса. Работа в целом носит не директивный характер. Психолог, ставя перед собой задачу помочь

человеку в решении определенных психологических проблем, не предлагает ему готовых рецептов. В самом начале участникам объясняет, в чем будет заключаться их работа, что они могут, а чего не могут делать (оценивать, критиковать). Подчеркивается, что эта работа не предполагает наличия каких-либо творческих (художественных, музыкальных, хореографических) способностей или навыков и не ставит своей целью создания высокохудожественных произведений. Акцент делается, прежде всего, на свободном самовыражении, искренности в выражении своих чувств. При этом пожилым людям объясняют, что такое свободное самовыражение весьма желательно для того, чтобы помочь им в устранении тех или иных проявлений их болезней, решить их внутренние проблемы или улучшить их состояние. Не все пожилые люди способны сразу включиться в творческую работу. Иногда проходит некоторое время, прежде чем пожилой человек преодолеет стереотипы привычного для него поведения. Некоторые пожилые воспринимают происходящее как детскую игру («Да я уж и забыла, как рисовать, это внук у меня лучше умеет»), либо, напротив, как ответственное испытание его художественных способностей («Правильно я рисую?», «Ох, у меня некрасиво получается...»).

Постепенно пожилые люди начинают работать все более раскрепощено, с увлечением. В процессе работы оживают самые разнообразные ассоциации, чувства и воспоминания. В такие моменты очень важна глубина контакта психолога с группой, полное доверие ко всему, что пожилые люди делают и чувствуют. В этом - надежные «границы», удерживающие от выплескиваний на себя или на других людей сильных переживаний (например, обиды, гнева, вины). Переживания, облекаясь в мягкую опосредованную художественную форму символических образов, постепенно начинают осмысляться пожилым человеком. Во многом осмыслению помогает корректное, мягкое обсуждение продуктов творческой деятельности пожилого человека с психологом. Важно не мешать работе замечаниями и комментариями, не объяснять, а прояснять

все, что пожилой человек делает, время от времени задавая ему те или иные вопросы.

В отличие от других приемов эта работа затрагивает как сознательные, так и бессознательные сферы психической деятельности. Она направлена на изменение мироощущения человека и системы его отношений с окружающим миром и самим собой, достижение им лучшего понимания своих переживаний, либо такое изменение их качества, которое делает человека более свободным, творческим, счастливым. При такой работе изменения происходят «во внутреннем плане» и не всегда имеют своим результатом конкретные проявления в поведении. В большинстве случаев динамика изменений налицо:

- понижается артериальное давление;
- повышается жизненный тонус;
- повышается физическая и психическая активность;
- улучшается общее и эмоциональное состояние.

Арт-терапия - это сплав наиболее эффективных психологических технологий, образующий единый контекст, который способствует интеграции личности, раскрытию творческих навыков, изменению стереотипов мышления и поведения, совершенствованию способов взаимодействия с окружающим миром, самообучению, самодиагностике, и самокоррекции.

5.1. Специфика арт-терапевтических подходов в работе с пожилыми людьми

Классическая арт-терапия предполагает самовыражение через визуальные искусства: живопись, графику, фотографию, рисование, лепку. Но сегодня к этому методу относят и другие виды искусств, используемые в психотерапевтических целях, такие, как библиотерапия, сказкотерапия, музыкотерапия, терапия творческим самовыражением и т.д.

При работе с пожилыми людьми могут использоваться разнообразные формы арт-терапевтической работы, как индивидуальные, так и групповые. Особенностью таких форм работы является то, что они не носят «психотерапевтического» характера. Участие в них является сугубо добровольным и не предполагает заключения психотерапевтического контракта.

Специфическими задачами арт-терапии в работе с пожилыми людьми являются преодоление социальной изоляции, повышение самооценки пожилого человека, создание условий для актуализации его жизненного опыта, признание его ценностей, реализация его творческого потенциала, понимание им своих внутриличностных конфликтов. Пожилые люди в большинстве случаев имеют соматические заболевания, и поэтому нуждаются в предварительной оценке физического состояния. Арт-терапевтическая работа с ними может строиться по-разному, но желательно отдавать предпочтение групповым формам.

Групповая арт-терапия имеет ряд преимуществ: она позволяет работать с более широким кругом клиентов, является более «экономичной». М. Liebmann указывает, что групповая арт-терапия позволяет развивать ценные социальные навыки; связана с оказанием взаимной поддержки членами группы и позволяет решать общие проблемы; дает возможность наблюдать результаты своих действий и их влияние на окружающих; позволяет осваивать новые роли и проявлять латентные качества личности, а также

наблюдать, как модификация ролевого поведения влияет на взаимоотношения с окружающими; повышает самооценку и ведет к укреплению личной идентичности; развивает навыки принятия решений.

Работать в арт-терапевтической группе с пожилыми людьми сложно, так как они испытывают трудности в вербализации мыслей и чувств. Многие не могут отличить мысль от чувства, считают, что это одно и то же. Кто-то испытывает страх перед публичным высказыванием, обязательно ждет оценок, испытывает чувство стеснения, беспокоясь о том, что не умеет рисовать. Иногда бывает сложно сломать сложившиеся стереотипы и убедить пациентов заниматься чем-то новым для них. Однако многие и не подозревают о своих скрытых творческих способностях.

В работе с пожилыми людьми желательно делать акцент на позитивных воспоминаниях, обзоре жизненного пути.

Перед началом занятия членам группы надо сказать, чтобы они открыто выражали чувства и не беспокоились о художественных достоинствах своих произведений. Особенно важен этот момент при работе с пожилыми людьми. Проводя занятия с элементами арт-терапии с пожилыми людьми, необходимо учитывать такие моменты, как снижение остроты зрения и слуха, тугоподвижность суставов и т.д. Компенсировать имеющуюся функциональную недостаточность в какой-то мере могут дополнительное освещение, крупные листы бумаги, крупные кисти или мелки.

Для проведения занятий с элементами терапии творчеством необходимо заранее подготовить все необходимые материалы в нужном количестве (карандаши, листы бумаги, воду, пластилин, кисти и пр.) и продумать рабочие места для участников тренинга (столы, стулья, достаточную освещенность и т.д.).

5.2. Арт-техники в геронтологической практике

Завтрак – Обед – Ужин (В.Л. Кокоренко)

Цель: развитие самосознания личности, опосредованная диагностика личности; развитие навыков анализа; развитие внимания, наблюдательности, сенситивности.

Материалы:

- листы ватмана (по одному на каждую группу);
- краски (гуашь, акварель);
- стаканчики с водой, кисточки.

Ход занятия

1.Объединить участников в группы по 5-6 человек. Объявить тему занятия, при этом каждая группа выбирает, что будет рисовать: завтрак, обед или ужин. Важно, чтобы участники при выборе не стали обсуждать и договариваться - кому что рисовать, поэтому на выбор много времени давать не рекомендуется. Чтобы минимизировать влияние участников друг на друга, необходимо ввести временный запрет на вербальное общение. Задание каждому участнику – представить себя в виде какого-либо блюда на завтраке (обеде или ужине). Время на работу – 15-20 минут.

2.Эмоциональное отреагирование. Индивидуальное обсуждение: какое блюдо нарисовано, какие грани личности, черты характера, привычки отразились в нарисованном образе? Уточняющие вопросы:

- Какой это продукт? Какое блюдо?
- Было ли оно приготовлено и как долго это делалось, или это фрукт/овощ, который достаточно помыть и съесть?
- Как часто этот продукт появляется у вас на столе – каждый день или по большим праздникам?
- Это блюдо привычной для нашей культуры кухни или относится к экзотическим?

- Как оно оформлено на столе – в какой посуде автор подал его к столу?

- Какие еще предметы (если они есть) принадлежат кисти (образу) автора?

- Какую функцию они выполняют и о каких индивидуально-типологических и личностных особенностях автора говорят?

3. Заключительный этап – беседа о семейном и общекультурном уровне проблем, традиций, связанных с едой. Обсуждение в кругу:

- Что значит для человека еда?
- Какие обычаи обряды традиции связаны в нашей культуре с едой?
- Какие воспоминания, связанные с едой, возникают у вас из детства, из родительских традиций?

- Сохранили ли вы в своей семье культуру питания и традиции вашей родительской семьи?

- Каких элементов культуры питания в будущем вы хотели бы придерживаться?

4. Обратная связь – 5-10 минут.

Техника «Мертвой и живой воды»

(Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, 2001)

Цель: учить проживать ситуации освобождения и созидания на более глубоком уровне.

Материалы:

- бумага форматом А-4 на каждого клиента;

- цветные карандаши, фломастеры;

- ящик (горшки) с землей;

- семена травы или зерна злаков;

- лейка для полива.

Ход занятия

Участникам предлагается выполнить рисунки на одну из предложенных тем:

- Это мне хотелось бы убрать из моей жизни.
- То, что мешает мне чувствовать себя спокойно.
- Заколдованный
- Чего я боюсь.

Далее участники группы рассказывают о своих рисунках, о том, от чего им хотелось бы освободиться, что они желают «полить мертвой водой».

Затем желающим предлагается сжечь свои рисунки. То есть сжечь то, что им мешает. Для этого берется большая огнеупорная ваза, в которой разводится огонь. Участники мнут свои рисунки, в каждое движение вкладывается мысль об освобождении от разрушительных тенденций. Затем комок, в который превратился рисунок, бросается в огонь. Когда все, кто хотел сжечь свои рисунки, сделали это, огонь заливается символической «мертвой водой».

Теперь то, что мешало, превращено в пепел, «мертвая вода» сделала его безопасным, нейтральным. Что делать с ним дальше? Когда-то этот пепел был нашими переживаниями, заблуждениями. Теперь он стал нашим жизненным опытом.

Осмысленный опыт может стать прекрасным удобрением для роста новых идей, начинаний. Кроме того, пепел полезен земле. Итак, этот пепел послужит удобрением для новых созидательных тенденций.

Участникам группы предлагается взять по одному или несколько зернышек или семян.

Ведущий. В ваших руках сейчас зернышко, семя, из которого вырастет новая жизнь и возможности. Подумайте, помечтайте о том, что бы вам хотелось сделать полезное в жизни. Представьте исполненным свое

созидающее желание. А теперь я прошу подойти вас к ящику с землей и посадить свои зерна.

Если есть возможность выйти на улицу и посадить зерна в саду, это прекрасно. Если такой возможности нет, необходимо заранее подготовить ящик с землей.

После того как все зерна будут посажены, каждый участник поливает землю «живой водой». Также «живой водой» полезно умыться. После этого в землю закапывается пепел, ибо теперь он удобряет ее.

Ведущий: Дорогие волшебники! Сегодня удивительный день. Мы не просто нарисовали и осознали то, что мешает нам созидать, мы превратили это в пепел. Но не просто развеяли его по ветру, а нашли ему важное применение. Сегодня мы посадили зерна нового и полили его «живой водой». Будем же доверять естественному темпу прорастания зерен. Не будем поддаваться суете и торопиться. Закон жизни, закон созидания гласит: «На доброй земле обязательно будут всходы». Мы умылись «живой водой» и заберем это чудесное ощущение с собой из сказочной страны.

Спонтанное рисование (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, 2001)

Цель: выражать свои чувства на бумаге (отыгрывать агрессию, освобождаться от депрессивных чувств); видеть свой мир со стороны; снимать психологическое напряжение; актуализировать внутреннее чувство меры.

Материалы:

- бумага различного формата и формы;
- краски, карандаши, фломастеры;
- старые журналы для вырезок;
- природные материалы;
- овощи (листья капусты, кружочки моркови);
- клей;
- ножницы;

-музыкальное оформление.

Рекомендации ведущему:

Для проведения занятий подобного рода необходимо выполнение трех условий.

1. Многообразие предметов (см. перечень материалов).

2. Создание особой комфортной среды: подбор соответствующей музыки, ароматов, освещения.

3. Принятие темпа клиента. Важно не ограничивать его во времени и средствах самовыражения, необходимо, чтобы он, опираясь на собственные ощущения (внутреннее ощущение меры), сам понял, что процесс завершен.

Ход занятия

1 вариант. В руки берется лист бумаги, выбирается формат, наиболее созвучный в данный момент: вертикальный или горизонтальный; выбирается форма листа: круг; квадрат; треугольник, прямоугольник.

Включается спокойная музыка, глаза чуть прикрываются. Таким образом создаются условия для спонтанного рисования: рука рисует сама. Постепенно рисунок можно дополнять аппликацией из вырезок, природных материалов, овощей (листья капусты, кружки моркови). Процесс спонтанного рисования занимает от 20 до 45 минут.

Безусловно, непросто выражать себя без задания, действовать без образца. Но это важно: так можно научиться слушать себя, а затем и другого.

По завершении процесса организуется обсуждение: важно рассмотреть работы и поделиться чувствами, возникшими в процессе творчества. Таким образом человек начинает познавать внутренние миры себя и другого, без чего невозможно позитивное взаимодействие между людьми. В процессе систематического использования техники спонтанного рисования развивается способность к концентрации внимания, стабилизируются процессы возбуждения и торможения, проявляется навык слышать себя и

другого. Все это ляжет в основу формирования навыков коммуникативной компетентности, в основу успешной социальной интеграции.

Далее с работой можно делать следующее:

1. Подобрать соответствующие настроению работы стихи, афоризмы.
2. Сочинить историю про художника этой картины – то есть историю о самом себе, переосмысляя свой жизненный путь, принимая свой опыт.
3. Сочинять музыку и играть ее на спонтанно созданных музыкальных инструментах, в качестве которых выступают жестяные банки с крупами, свистульки, барабаны, то есть все то, что оказалось под рукой и не требует специального музыкального образования.

2 вариант. Технику спонтанного рисования можно подать и под сказкотерапевтическим «соусом». Человек, имеющий перед собой чистый лист и многообразные изобразительные средства, подобен Творцу, творящему мир. Возьмем за основу идею сотворения мира и обыграем технику спонтанного рисования следующим образом.

Ведущий ставит спокойную музыку и просит участников группы разместиться поудобнее. Под мелодекламацию ведущего участники создают свои работы. Ведущий неторопливо говорит примерно следующий текст.

«Когда-то давным-давно на этой планете ничего не было. Не было гор и равнин, лесов и полян, рек и озер, морей и океанов. Не было травы и деревьев, животных и людей. Даже солнце, месяц и звезды не светили здесь. Кому-то эта планета показалась бы унылой и безжизненной, кто-то бежал бы оттуда, думая, что сделать там что-то невозможно. Но на самом деле огромную силу таила в себе эта планета для того, кто умеет увидеть в белом листе тайну Непроявленного. И пришел на эту планету творец, каждой клеточкой тела своего он ощутил потенциал «белого листа», и было у него множество средств, чтобы сделать видимыми для всех тайны этой планеты. И зажег он на небе солнце, месяц и звезды, и создал он условия на планете, пригодные для жизни. Населил планету разнообразными существами. И радовались они тому, что могут видеть и быть видимыми...»

Таким образом, сказочная инструкция актуализирует в человеке потенциал Творца. По окончании процесса творения можно обсудить то, что создано. Важно сделать акцент на том, что какие миры мы создали, пригодны ли они для жизни, уютно ли в них, есть ли перспективы у тех, кто в них живет.

Эта техника дает возможность увидеть либо осознать свою скрытую созидательную силу и найти пути ее применения в жизненной практике, либо обнаружить в себе разрушительные тенденции и задуматься о том, каким образом лучше использовать свой потенциал.

Техника «Передача листа» (К. Дрюкер, США)

Техника используется в групповой работе.

Цель: сближение членов группы через совместное действие.

Инструкция: Нарисуйте что-нибудь (композиция либо знакомый всем образ). Через 10 минут работы каждый передает свой рисунок соседу справа. Тот что-либо добавляет к изображению и передает его дальше по кругу, пока оно не возвратится к своему автору.

Техника «Завершение каракулей» (К. Дрюкер, США)

Цель: развитие воображения.

Участники группы получают заранее приготовленные листы с изображениями извилистых линий, среди которых нет повторяющихся. Задача каждого – превратить извилистую линию в какой-либо образ. Закончив работу, клиенты показывают друг другу свои рисунки и обсуждают их.

Техника овощных печатей (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, 2001)

Участники группы вырезают из овощей печати и с их помощью создают композиции.

Опыт овощного рисования может показаться нелепым, однако именно он способствует процессу формирования адекватной самооценки на бессознательно-символическом уровне. Ведь печати обычно ставят те, кто обладает соответствующим социальным статусом, а следовательно, и адекватной самооценкой. Так, исподволь, мы помогаем клиентам конструктивно и творчески самоутверждать себя.

Техника «коллаж» (И.В. Макарова, Ю.Г. Крылова, 2004)

Одним из вариантов арттерапевтических методов является техника коллажа, заключающаяся в наклеивании на основу материалов, отличающихся от нее по цвету и фактуре. Детям предлагается создать образы, картинку с помощью вырезанных из журналов картинок и открыток, фрагментов изображений, фотографий и открыток. Обычно картинки, вырезки из журналов наклеиваются на лист бумаги, размер которого может варьировать от размера А1 до А4.

Техника коллажа может использоваться как проективный метод, так же как рисунок. В коллаже передаются переживания, представления, стремления, чувства, ценности человека. То, что для человека является важным, значимым, обязательно найдет свое отражение в работе, а второстепенному будет уделено гораздо меньше внимания.

Как и другие арттерапевтические техники коллаж одновременно выполняет как терапевтическую, так и психодиагностическую функции. Коллаж весьма информативен, в его создании и анализе находят отражение как сознательные установки человека, так и бессознательные переживания, потребности, отношения.

Коллаж выполняется индивидуально или в мини-группе (2-4 человека). Условия его создания варьируются: от жестко заданных временных рамок до полного отсутствия ограничений времени. Педагог-психолог может принимать участие в создании коллажа в качестве

наблюдателя или участника группы (возможно самостоятельное выполнение в качестве домашнего задания).

Большой потенциал использования техники коллажа в практической работе до сих пор мало реализован, в основном из-за трудностей формализации и стандартизации его интерпретации. Анализ коллажа – сложный творческий процесс, он всегда оригинален и субъективен. В настоящее время нет литературы и экспериментальных исследований, направленных на построение психодиагностической схемы анализа результатов.

Этапы использования техники коллажа

1. Предварительный этап – знакомство с техникой коллажа, подготовка материалов для его создания (ватман, вырезки из журналов, клей, ножницы, фломастеры и т.д.). Основная цель – организация работы, создание творческой установки.

2. Инструктивный этап предполагает четкое объяснение темы задания и создание особой творческой атмосферы, дающей ощущение безопасности, доверия, отсутствия социального давления (отсутствие критических замечаний, запретов на выбор журналов, вырезок, картинок, благожелательное отношение, поощрение раскованности, творческого беспорядка).

3. Этап выполнения задания. При этом психолог выступает либо в роли пассивного наблюдателя, стараясь минимизировать свое влияние на процесс, либо в роли активного наблюдателя, взаимодействуя с группами, высказывая свое мнение, подбадривая, поощряя и пр., либо как непосредственный участник творческого процесса.

4. Этап обсуждения и анализа, включающий презентацию работ группами и обратную связь от участников других групп. Педагог-психолог на этом этапе – фасилитатор: стимулирует участников к обсуждению, организует дискуссию, направляет беседу.

5. Интерпретация коллажа, даваемая психологом, сформулирована в тактичной форме и содержит позитивную оценку.

Стандартизированной системы интерпретации не существует, однако, по аналогии с анализом графических методик можно предложить следующую схему.

Схема психологической интерпретации коллажа

Количество и качество деталей, их соединение

Большое количество разнообразных вырезок – демонстративность, живое воображение, творческая направленность.

Повышенная тщательность, большое количество однотипных деталей, вырезок – ригидность, тревожность.

Небрежность – импульсивность, низкая мотивация, отрицательное отношение к работе над коллажем.

Малое количество вырезок, схематичность – низкая эмоциональность, отрицательное отношение к обследованию, интровертность, замкнутостью

Использование, в основном, крупных, больших вырезок – экспансивность, стремление быть в центре внимания, склонность к тщеславию.

Использование, в основном, мелких, маленьких вырезок – тревога, эмоциональная зависимость, неуверенность, чувство собственной малозначимости и незначительности, чувство дискомфорта, скованности.

Разное содержание, многопланность коллажа – воображение, эмоциональность.

Стирание, исправление, наклеивание одной вырезки на другую, штриховка – тревожность, стрессовое состояние, эмоциональная напряженность, неуверенность в себе; художественный прием.

Линии разреза (интерпретация способа вырезания деталей)

Четко следует форме листа – стеснен нормами своего окружения, но подчиняется им; конформизм.

Заостренные линии – агрессивность (проявляемая или скрытая), плохая адаптация.

Зубчатые, неровные линии – дерзость, враждебность.

Прямые и четкие линии – решительность, деятельность, активность.

Кривые, поспешные линии – ловкость (в решении проблем, в избегании чего-либо), находчивость

Разные линии при вырезании одной картинки – вариативность состояний из-за внутренних противоречий.

Четкие геометрические вырезки – тенденция к систематизации мыслей, деятельности.

Преобладание картинок с определенным выражением лица у человека

Грустное – сниженное настроение, астения, чувство одиночества, возможно, депрессия.

Растерянное – неуверенность, тревога, ощущение бессилия.

Отстраненное – интровертированность, склонность к фантазированию.

Мрачное – депрессия, негативизм, асоциальность, отрицательное отношение к работе над коллажем.

Агрессивное – агрессивность, импульсивность, отрицательное отношение к работе над коллажем.

Неприятное, отталкивающее – негативизм, асоциальность, отрицательное отношение к работе над коллажем.

Преобладание картинок с определенной позой человека

Со спины – негативизм, конфликтностью

В профиль – иногда негативизм, замкнутостью

В три четверти – творческая направленность.

Идет (бежит), занят какой-либо работой – творческая направленность, высокая активность.

Сидит – иногда пассивность.

Лежит – пассивность, астения.

Человек в слепом бегстве – страхи, желание убежать, скрыться.

Использование картинок с изображением каких-либо персонажей

Шут, клоун – сниженная самооценка, иногда негативное самопредъявление.

Король, принц, граф, вельможа – высокий уровень притязаний.

Военный – иногда агрессивность.

Антисоциальный персонаж (вор, грабитель, пьяница и т.д.), отрицательный сказочный герой – негативизм, асоциальность, иногда негативное самопредъявление.

Старик, старуха, нищий – сниженное настроение, депрессия.

Кукла – уступчивость.

Богач, бедняк – неудовлетворенность своим материальным положением.

Робот, инопланетянин – интровертность, чувство одиночества, сниженная конформность.

Вырезки, акцентирующие отдельные части тела человека

Глаза – страхи, подозрительность, созерцательная позиция, потребность в информации.

Уши – подозрительность, настороженность.

Рот – болтливость.

Зубы – вербальная агрессия.

Губы – высокая значимость сексуальной сферы.

Голова – склонность к мечтам, фантазиям.

Руки, расставленные в стороны – экстравертность, общительность.

Руки за спиной, в карманах, скрещены на груди, уперты в бока – негативизм, уход от общения.

Большая ладонь, кулак, острые ногти – агрессивность.

Широко расставленные ноги – экстравертность, иногда потребность в опоре.

Подчеркнуты ступни – потребность в опоре, защите.

Подчеркнуты признаки пола – интерес к сексуальной сфере.

Изображение полового члена – негативизм, асоциальность.

Раны, шрамы на лице или теле – невротическое состояние, иногда асоциальность.

Внутренние органы – неврозы.

Дополнительные детали

Оружие – агрессивность, страх за себя и близких, стремление агрессивно защищаться.

Украшения, шляпы, необычные прически и одежда – демонстративность.

Сигареты, рюмка, выпивка – негативизм, асоциальность.

Крылья – мечтательность, склонность к фантазиям.

Пейзаж – чувствительность, сентиментальность.

Экзотический пейзаж – жажда путешествий, демонстративность.

Тучи – боязливая тревога, опасения, депрессия.

Преобладание определенного цвета

Зеленый – чувство уверенности, настойчивость, иногда упрямство, гибкость ума, гибкость волевых усилий. Много зеленого цвета - потребность иметь чувство безопасности, спокойствия.

Красный – волевое усилие, агрессивность, возбуждение; сила воли, стремление к деятельности и эффективности. Много красного цвета – тревога, напряженность, иногда конфликтность.

Желтый – активность, стремление к общению, экспансивность, способность к активному созиданию, предвкушение результатов работы и стремление к новым интересным занятиям.

Синий – спокойствие, удовлетворенность, рациональность, доверие и верность. Много синего цвета – снижение настроения, усталость, иногда депрессия.

Малиновый (фиолетовый) – желание приукрасить себя, желание очаровывать, восхищать других и вызывать восторг; стремление следовать правилам и нормам; иногда депрессия.

Серый – сдержанность, надежность, стабильность, деловитость; усталость, стремление уменьшить возбуждение.

Черный – тревога, страх, отрицание, протест; успокаивающий, защищающий цвет.

Преобладание мягких (светлых) тонов, использование тонких оттенков цвета – сензитивность, иногда тревожность.

Преобладание темных тонов (особенно черного с коричневым) – депрессия.

Обедненная цветовая гамма (один-два основных цвета) – пассивность, депрессия.

Приведенная схема не охватывает всех параметров интерпретации и носит ориентировочный характер. Она не является жестко заданной и однозначной. Схема может использоваться только в качестве дополнительного психодиагностического средства.

Техника «Три дерева»

Методика разработана Э.Клессманн и адаптирована на российской почве Я.Л.Обуховым. Основана на образах, символах и цвете. Работает как с детьми, так и с взрослыми, особенно с молчащими или плохо говорящими.

Интерпретация данной методики допускается только на уровне г и п о т е з ы, вероятность которой будет либо повышаться, либо понижаться в ходе интерпретации других рисунков, сновидений, анализа семейной истории и актуальной личностной ситуации.

Анализ рисунка включает в себя интерпретацию основного цветового фона изображения, цвета отдельных элементов, цвета надписи и содержание надписи.

Символика цвета определяется множеством факторов, как наследуемых, так и формирующихся при жизни. Всегда необходимо уточнять у клиента, с чем ассоциируется тот или иной образ, цвет т.д. Важный аналитический принцип симвообразования – принцип амбивалентности, когда у символа существует несколько прямо противоположных значений. При интерпретации учитывается порода деревьев (если деревья разной породы – хвойные и лиственные – возможно имеется конфликт); количество деревьев (символика чисел); размер деревьев и то, что клиент хочет сделать по отношению к дереву. Большое количество деталей (листья, плоды) может означать застревание на проблеме.

Перед тестированием с клиентом проводится предварительная беседа:

Сколько вам лет? С кем живете? И т.д.

Алгоритм работы

1.Инструкция: «Нарисуйте, пожалуйста, три любые дерева».

2.Подпишите деревья.

3.Выбор дерева:

- Самого большого («Какое самое большое дерево?»).
- Самого маленького.
- Самого молодого.
- Самого старого.
- Самого красивого.

4.Представьте себя садовником /садовницей и ответьте на вопрос «Что можно было бы сделать для каждого дерева». Задаем варианты – полить, подкормить, украсить, убрать сухие ветки и т.д. (Если клиент ничего не хочет в этом плане, отмечаем этот факт).

5.Просим клиента сравнить каждое дерево с членом его семьи и подписать это определенным цветом, таким, каким он хотел подписать (определить доминирующее отношение к членам семьи).

ГЛОССАРИЙ

Адаптация - процесс приспособления индивида к окружению и целенаправленного приспособления индивидом элементов этого окружения к удовлетворению собственных потребностей и запросов; осуществляется с помощью навыков, полученных в ходе социализации и инкультурации.

Анималотерапия – (в пер с лат. – живое существо, животное) – лечение и оздоровление человека через связь с животным, при котором биоэнергетическая аура человека вступает в резонанс с биоэнергетическим полем здорового животного.

Анимация (от лат. *anima* - душа; *animatus* - одушевление) рассматривается как деятельность по разработке и представлению специальных программ проведения свободного времени. Анимационные программы включают спортивные игры и состязания, танцевальные вечера, карнавалы, игры, хобби, занятия, входящие в сферу духовных интересов и т.п.

Аниматор - специалист, занимающийся разработкой индивидуальных и коллективных программ проведения досуга, ориентирующий человека в многообразии видов досуга, организующий полноценный досуг.

Арт-терапия – система методов практического воздействия на психологию и поведение человека посредством художественного творчества; использование искусства как терапевтического фактора (Карвасарский, 1999).

Библиотерапия – воздействие на психику человека при помощи чтения книг, ведения дневника, создания собственных авторских произведений; форма психотерапевтического воздействия с использованием чтения специально подобранной литературы (Г.С.Абрамова, 1999).

- применение всех литературных жанров в терапевтическом процессе, включая опубликованный, неопубликованный и аудиовизуальный материал (Р.Корсини, А.Ауэрбах, 2003).

Брадс – декоративные гвоздики с загибающимися креплениями, как правило, металлические. Вставляются в отверстие бумаги и закрепляются за счет сгибания креплений. Бывают различных форм, размеров, цветов.

Винтаж – стиль в скрапбукинге. Винтаж в дизайне – это вещь предыдущего поколения (не моложе 20 лет, но не старше 50). Винтажный стиль отличается тем, что в нем четко просматривается писк моды для времен его появления.

Высечка (вырубка) – картинки или фигуры на картоне, которые можно легко выдавить из картона путем нажатия пальцами.

Декупаж – техника декорирования различного рода поверхностей (дерево, стекло, фарфор, мебель и т.д.) с использованием декупажных карт, декупажных салфеток, ткани и т.д. с многослойным покрытием лаком.

Депрессия – состояние психологической подавленности индивида, характеризующееся снижением его активности, общего жизненного тонуса и преобладанием в его психологии отрицательных эмоций.

Дискотека — культурно-развлекательное танцевальное мероприятие, проводимое в специально отведённом месте (зрелищном или увеселительном учреждении) либо на открытом воздухе (танцплощадке).

Дистрессинг – техника состаривания предмета в скрапбукинге, например, бумаги.

Досуг – часть свободного времени, которую индивид расходует по собственному усмотрению не на непреложные обязанности, а на реализацию индивидуальных интересов.

Драматерапия – исцеление целостности с помощью драматического искусства (Т.Ю.Калошина, 2007);

- арт-терапевтическое направление, связанное с искусством театра, искусством драмы, которое является основным инструментом коммуникации.

Дырокол – в скрапбукинге, как правило, фигурный. С помощью его можно вырезать на бумаге, картоне и пр. фигурные отверстия различных форм и размеров. Существуют дыроколы линейные (для декора края бумаги), угловые (для декора углов) и круговые.

Жизнеобеспечение - деятельность, связанная с включением людей в процессы хозяйственной жизни, прежде всего в систему общественного развития труда, финансовых обменов, в домашнее хозяйство.

Журналинг – заметки и комментарии к фотографиям.

Игротерапия – метод лечебно-педагогического воздействия на детей и взрослых, страдающих различными эмоциональными нарушениями, страхами и неврозами. В основе лежит признание игры как важного фактора развития личности (М.М.Безруких и др., 2003).

Идея - это то содержание, ради донесения которого до участников было организовано данное мероприятие: ценность, знание, способ действия или модель построения отношений.

Изотерапия – терапевтическое воздействие средствами искусства (прежде всего – изобразительными).

Интеграция – полноценное включение человека в социум.

Карнавал (от carne vale, «прощай, мясо» либо car val- «корабль шутов») — праздник, связанный с переодеваниями и красочными шествиями.

Кинотерапия – лечебное воздействие специально подобранных фильмов или фрагментов фильма на клиента.

Клин энд симпл - стиль в скрапбукинге, характеризующийся простотой и лаконичностью.

Когнитивные процессы – познавательные процессы человека, включая его ощущения, восприятие, внимание, воображение, память, мышление, речь.

Конкурс (лат. *concursum*) — соревнование, соискательство нескольких лиц в области искусства, наук, спорта и прочего, с целью выделить наиболее выдающегося (или выдающихся) *конкурсанта*-претендента на победу.

Консультирование психологическое – метод психологической реабилитации, способ оказания психологической помощи клиенту, обратившемуся по поводу личных психологических проблем.

Коррекционная работа – профессиональная деятельность специалиста, рассчитанная на практическое решение специфических проблем, с которыми в своей жизни сталкивается человек.

Креативность – творческие возможности (способности) человека, которые могут проявляться в мышлении, чувствах, общении, отдельных видах деятельности, характеризовать личность в целом и ее отдельные стороны, продукты деятельности, процесс их создание.

Куклотерапия – раздел частной психотерапии (арт-терапии), использующий в качестве основного приема психокоррекционного воздействия куклу как промежуточный объект взаимодействия ребенка и взрослого.

Люверс – отверстие на бумаге или ткани, отделанное металлическим или пластиковым кольцом (кольцо может быть как простое, круглое, так и фигурное).

Маскотерпия – метод терапевтического использования различных масок в целях психокоррекции и психотерапии.

Медитация – система духовной практики, которая позволяет приблизиться к центру своего Я и тем самым принять на себя ответственность за содержание своих мыслей.

Микс-медиа - стиль в скрапбукинге, заключающийся в использовании различных средств, техник и приёмов в одной работе.

Мотивация – ее составляют побуждения, вызывающие активность организма и определяющие ее направленность. Осознаваемые или неосознаваемые психические факторы, побуждающие индивида к совершению определенных действий и определяющие их направленность и цели.

Музыкотерапия – использование музыки с лечебными целями, чаще всего в сочетании с другими видами психотерапии.

Нормализация жизни – максимально возможное развитие способностей и функциональных навыков во всех сферах жизнедеятельности (личность, мотивация, мобильность, самообслуживание, социальное взаимодействие, осведомленность, специальные умения: -читать, считать, писать, творческие способности и др.).

Оверлей - плёнка с рисунком для использования в декоративных целях, предназначена для наклеивания на бумагу или фотографию.

Парад (от *parade*) – торжественное прохождение (войск и военной техники).

Перформанс или *перформанс* (от англ. *Performance*) – форма современного искусства, разновидность акционизма, берущего начало в концептуализме 60-х годов XX в. Перформанс – короткое представление, заранее планируемое и протекаемое по заранее задуманной программе, состоящей из действия одного или нескольких исполнителей (перформансистов). Перформанс – это пространство, время и положение тела.

Песочная терапия - невербальная форма психотерапии, позволяющая установить доступ к глубоким довербальным уровням психики (Вейнриб, 1983).

Праздник— день торжества, установленный в честь или в память кого-нибудь, чего-нибудь. День или ряд дней, отмечаемых церковью в память религиозного события или святого. Выходной, нерабочий день. День радости и торжества. День игр и развлечений.

Психодиагностика – область психологической науки, разрабатывающая принципы, пути и приемы распознавания, оценки и измерения индивидуально-психологических особенностей личности (А.В.Петровский, М.Г.Ярошевский, 1990).

Психодрама – метод психотерапии, который позволяет исследовать жизненные ситуации и конфликты в действии, с помощью актерских приемов. С помощью психотерапевта и других участников группы разыгрываются значимые ситуации из жизни клиента, исследуются его внутренний мир, социальные отношения, сновидения. Основатель метода - Якоб Морено (1889–1974).

Психокоррекция – одно из трех направлений в деятельности практического психолога (наряду с психодиагностикой и психологическим консультированием), включающее в себя использование психологических методов прямого воздействия на клиента для исправления недостатков в его психологии и поведении.

Психологическая безопасность – состояние и соответствующая обстановка, при которой человек не боится быть самим собой, ведет себя достаточно адекватно, не опасается быть неправильно понятым или осмеянным.

Психологическая помощь – обеспечение эмоциональной, смысловой и экзистенциальной поддержки человеку в трудных ситуациях, возникающих в ходе его личностного или социального бытия. Включает в себя психопрофилактику, психодиагностику, психокоррекцию и т.д.

Психотерапия – метод психологической реабилитации, комплексное лечебное вербальное и невербальное воздействие на эмоции, суждения, самосознание человека при многих психических, нервных и психосоматических заболеваниях.

Реабилитация – система мер, направленных на компенсацию или устранение ограничений возможностей индивида; совокупность мер, направленных на компенсацию или устранение функциональных ограничений у инвалида с опорой на совокупность его физических и психических способностей и задатков. *Реабилитация медицинская* - восстановление здоровья. *Реабилитация профессиональная* – подготовка людей с ОВ к трудовой деятельности. *Реабилитация психологическая* – реабилитация инвалида как личности: восстановление психических функций, процессов целостного адекватного поведения и личности инвалида в целом, осуществляемое психологическими средствами и методами. *Реабилитация социальная* – развитие навыков самообслуживания.

Рекреация - процесс восстановления жизненных сил, которые утрачиваются в сфере трудовой деятельности и при выполнении повседневных функций.

Релаксация – общее состояние покоя, мышечной расслабленности.

Скетч – эскиз, шаблон будущей работы. Используется для создания скрап-страничек и открыток.

Скрапбукинг – вид рукоделия, подразумевающий ручное изготовление семейных альбомов, открыток, дневников, блокнотов, шкатулок и т.п.

Социально-культурная анимация — одно из наиболее интенсивно развивающихся направлений современной социально-культурной деятельности, которое предполагает реализацию программ творческой реабилитации, активного отдыха, социально-психологической консолидации общественных групп на основе ценностей культуры. В социально-культурной анимации решаются задачи обеспечения условий для свободного развития, творческого самовыражения личности и условий для эффективного социального контроля в сфере культуры.

Социализация - процесс освоения индивидом социально значимых норм, ценностей, стереотипов поведения, их корректировка при освоении различных форм социального взаимодействия; осуществляется на протяжении всего жизненного цикла.

Стимпанк - стиль в скрапбукинге, основанный на направлении научной фантастики, моделирующем альтернативный вариант развития человечества, при котором были в совершенстве освоены технология паровых машин и механика.

Стресс – стойкое, эмоционально отрицательное психологическое состояние человека, возникающее в результате фрустрации, серьезных, постоянно преследующих его жизненных неудач, и крайне неблагоприятно сказывающееся на его психологии, поведении и состоянии здоровья.

Сюжет – воплощенная идея анимации. Логика сюжета должна представлять собой закономерный (с точки зрения участника) процесс проживания идеи и ее осознания. Это логика размышления, совершения осознанных поступков, построения практической деятельности, решения значимой проблемы и др.

Текстура - визуальное и тактильное качество поверхности предметов и материалов.

Графарет - это универсальный инструмент, который можно использовать с чернилами, красками или пастелью для создания контурных изображений на бумаге или с инструментом для тиснения.

Тэг – ярлык, карточка в скрапбукинге. Может нести информационную функцию, декоративную. Место для фотографии, украшение.

Фестиваль – (от фр. *festival*, от лат. *Festivus* –праздничный) означает — массовое празднество, показ (смотр) достижений музыкального, театрального, эстрадного, циркового или киноискусства.

Фототерапия – применение фотографии для решения разного рода психологических проблем, а также для развития и гармонизации личности.

Предполагает работу как с готовыми фотоматериалами, так и создание оригинальных авторских снимков.

Фристайл - стиль в скрапбукинге, характеризующийся яркостью красок, смелой композицией фотографий и украшений, свободным самовыражением автора.

Херитаж - стиль в скрапбукинге, характерный для оформления ретро-фотографий.

Чипборд – детали из очень плотного картона. Это могут быть буквы или различные объемные украшения в скрапбукинге.

Шебби-шик – потертый шик. Стиль в скрапбукинге. В нем применяется техника состаривания, мятая бумага, пятна, потертости, романтическая небрежность, светлые и пастельные тона и т.д.

Эмбоссинг – создание трехмерного изображения на бумаге или других материалах с помощью тепла (горячий эмбоссинг) или надавливания (холодный эмбоссинг). Техника в скрапбукинге.

Ярмарка (польск. *jarmark*, нем. *Jahrmarkt* — ежегодный рынок) — ежегодно повторяющаяся распродажа товаров, иногда с ограничениями на определённый сезон, товар (например, вино) или тематику (например, православные ярмарки).

БИБЛИОГРАФИЯ

Андерсен–Уоррен М. Драматерапия: практикум /М.Андерсен-Уоррен, Р. Грейнджер: пер. с англ.- СПб.: Питер, 2001.-288с.

Выготский Л.С. Психология искусства /Л.С.Выготский.- Минск: Современное слово, 1998.

Гребенщикова Л.Г. Основы куклотерапии. Галерея кукол /Л.Г.Гребенщикова.- СПб.: Речь, 2007.- 80с.

Демчог В. Самоосвобождающаяся игра /В.Демчог.- М.: ООО «Изд-во АСТ», 2004.-403с.

Дмитриевский В.Н. Театр и зрители. Отечественный театр в системе отношений сцены и публики: от истоков до начала XX века /В.Н.Дмитриевский.- СПб, 2007.

Драматерапия /под ред. С. Митчелл: пер. с англ.- М.: Эксмо-Пресс, 2002.-320с.

Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по креативной терапии /Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. - СПб.: Речь; ТЦ «Сфера», 2001.-400с.

История зарубежного театра. Театр западной Европы: учебник / под общ. ред. Проф. Г.Н.Бояджиева.- М.: Просвещение, 1971.-360с.

Карвасарский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия /Б.Д. Карвасарский.- СПб.: Питер, 2000.

Колошина Т.Ю. Арт-терапевтические техники в тренинге: характеристики и использование: практическое пособие для тренера /Т.Ю.Колошина, А.А.Трусь.- СПб.: Речь, 2010.-189 с.

Колошина Т.Ю. Marionетки в психотерапии /Т.Ю. Колошина.- М.: Ин-т Психотерапии, 2001.

Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии / А.И.Копытин. - СПб.: Питер, 2002.-368с.

Крайг Г. Психология развития /Г.Крэйг. - СПб: Питер, 2000.

Лаптева Т. Скрапбукинг. Основы искусства оформления фотографий /Т.Лаптева.- М.: Эксмо, 2011.

Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий /Л.Д.Лебедева - СПб.: Речь, 2003.-256с.

Мадонова Е.Н. Арттерапия в решении задач психологической коррекции /Е.Н.Мадонова //Журнал прикладной психологии.-2005.-№5.-С.25-29.

Макарова И.В. Педагог-психолог. Основы профессиональной деятельности /И.В. Макарова, Ю.Г. Крылова.- Самара: БАХРАХ-М, 2004.-288с.

Метод библиотерапии в работе с подростками и взрослыми людьми: методические рекомендации для специалистов социально-психологической и педагогической сферы /авт.-сост. Л.А. Раимова.- Казань: Веда, 2009.-32с.

Сивова О. Композиция в скрапбукинге /О. Сивова //Скрап - инфо, 2011.- №6 (Приложение к журналу).

Скрапбукинг как форма реабилитационного досуга в геронтологической практике /авт.-сост. Л.А. Раимова, Н.В. Чухина.- Казань: Веда, 2011.-87с.

Томэ Х. Формы изменения личности /Х. Томэ // Психология старости и старения: Хрестоматия.- М., 1999.

Шахматов Н.Ф. Психическое старение: счастливое и болезненное /Н.Ф.Шахматов.- М., 1996.

Эриксон Э.Г. Детство и общество /Э.Г.Эриксон.- СПб.: Ленато, 1996.