

ПРИМЕНЕНИЕ ПОСТУРАЛЬНОГО МЕНЕДЖМЕНТА С ЭЛЕМЕНТАМИ СЕНСОРНОЙ ИНТЕГРАЦИИ ДЛЯ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ТЯЖЁЛЫМИ И МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ (27.01.2023)

Ельцова О.Е., педагог-психолог

1. Добрый день, уважаемые коллеги! Рады приветствовать вас в нашем доме-интернате. Сегодня мы собрались для подведения промежуточных итогов проекта «Поделись заботой», который реализуется при содействии Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

2. Своё выступление хочу начать с небольшой предыстории. Важнейшее место в повседневной поддержке детей с инвалидностью занимает метод развивающего ухода, который активно внедряется в учреждениях социального обслуживания населения Мурманской области. В отдельную практику у нас в учреждении развивающий уход оформился в 2018 году в рамках внутреннего проекта «Спасательный круг».

Своё продолжение практика получила в двух грантовых проектах Фонда поддержки детей. В 2019-2020 годах успешно реализован проект «Радость общения», направленный на формирование коммуникативных навыков у наших воспитанников. Благодаря сотрудничеству с Фондом, в учреждении внедрена и успешно применяется система коммуникации с использованием карточек PECS.

Успешное освоение средств альтернативной и дополнительной коммуникации позволило перейти к решению следующей важной задачи – созданию условий для повседневной двигательной активности воспитанников, что является основной идеей проекта «Поделись заботой». Кроме того с 1 декабря 2022 года вступил в силу Национальный стандарт РФ «Услуги по осуществлению развивающего ухода за детьми-инвалидами». Теперь все изложенные в нем принципы развивающего ухода (которые вы также видите на слайде) будут обязательны к исполнению во всех детских домах-интернатах и других государственных организациях.

3. Ещё одним фактором, который повлиял на выбор основного на сегодняшний день направления работы с детьми стала неблагоприятная эпидемиологическая обстановка, которая не обошла нас стороной. Возникла необходимость восполнить дефицит ежедневной физической активности детей и найти такую форму работы, которая позволит не зависеть от ограничительных мер.

Основную идею данного проекта можно сравнить с домашними микрореабилитационными центрами. Иными словами, всё необходимое для

комплексной реабилитации у ребенка есть там, где он непосредственно проживает, а роль родителя в стационарном учреждении выполняет специалист по социальной реабилитации, который постоянно находится рядом.

Целевой группой проекта охвачены все воспитанники отделения детей-инвалидов, имеющие двигательные нарушения.

4. В рамках реализации проекта мы выделяем основные направления работы, представленные на слайде. Основой проекта «Поделись заботой» стало обустройство на жилых корпусах реабилитационных пространств, с которыми вы познакомились во время экскурсии. Оборудование для них приобретено в известной Санкт-Петербургской компании «Сова-Нянька».

Помимо грантовых средств, неоценимой помощью стали благотворительные пожертвования от наших соисполнителей и спонсоров, позволившие дополнить зоны реабилитации необходимыми техническими средствами.

А теперь давайте подробнее остановимся на каждом этапе нашей работы.

5. Большое внимание в проектной деятельности мы уделяем обучению персонала. В сентябре прошлого года специалисты и педагоги прошли заочное обучение по программе дополнительного профессионального образования «Повышение качества жизни детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья: эффективные практики реабилитации/абилитации» на профессиональной стажировочной площадке Фонда – в Московском городском центре реабилитации.

В октябре повысившие квалификацию сотрудники организовали обучающий семинар для младшего медицинского персонала.

6. И вот мы подобрались к самому интересному. Поговорим о роли движения в нашей жизни. А вы знали, что недостаточная физическая активность является одним из основных факторов риска смерти в мире?

Приведу некоторую статистику. Каждый четвертый взрослый человек недостаточно активен. Дети, в силу своей любознательности и непосредственности, более активны. Однако если сравнивать с точки зрения движения условно здорового и особого ребёнка, то разница будет колоссальной.

Попробуем представить их обычный день. Только за несколько минут после пробуждения здоровый ребёнок успевает совершить множество разнообразных движений: сбежать в туалет, почистить зубы, в идеале -

заправить постель, одеться, позавтракать и т.д., в то время как ребёнок с инвалидностью, просыпаясь, редко успевает осознать, что происходит вокруг.

Появляются люди, которые помогают ему встать с кровати, меняют подгузник, умывают, одевают и сопровождают на завтрак, который ребёнок не только не может выбрать, но и зачастую употребить без посторонней помощи. И это только начало дня. Впереди у обычного ребёнка – огромное разнообразие дел: посещение детского сада или школы, кружки и секции, прогулки с друзьями, домашние занятия и много другое. За это время он в среднем совершает от 5 000 до 15 000 шагов. С нашими детьми ситуация другая: и дело не только в том, что они не могут ходить, но и в том, что в течение дня возможность для совершения самостоятельных движений ограничена.

Измерить такую разницу невозможно, её можно только представить. В обычной жизни мы не задумываемся и не ведём подсчёт тому, сколько раз за день мы встали, присели, поправили одежду или причёску, с удовольствием потянулись в кресле, не говоря уже о количестве пройденных шагов, в то время как повседневная двигательная активность особых детей требует сложной организации, индивидуального подхода и разработки специальных программ физического сопровождения.

В ходе проекта нами разработан паспорт практики «Развитие двигательной активности детей с тяжёлыми и множественными нарушениями развития в специально организованной среде».

На основании паспорта разработаны дневники личных планов и достижений, где для каждого воспитанника целевой группы подобраны игры и упражнения с учетом его индивидуальных способностей. Каждое занятие состоит из двух частей: развивающие упражнения и релаксация, например: развитие навыков ходьбы с использованием многофункциональных модульных опор-ходунков «Мега-Оптим» - релаксация с элементами ароматерапии «Лимон»; Обучение переворачиванию со спины на живот – релаксация с музыкальным сопровождением «Шум моря».

Занятия проходят 2 раза в неделю. На занятиях активно используются средства альтернативной и дополнительной коммуникации. Помощь специалистами по социальной реабилитации оказывают ассистенты отделения молодых инвалидов.

Паспорт, дневники и карточки PECS, которые мы используем на занятиях, представлены здесь в зале, и с ними вы сможете ознакомиться подробнее.

7. О сенсорной интеграции

Несколько слов о сенсорной интеграции. Любая наша деятельность является результатом слаженной работы всего организма. Каждую секунду в мозг поступают многочисленные сигналы (кусочки сенсорной информации) от всего тела. Наша способность к интеграции позволяет объединять поток поступающей информации, упорядочивать его и формировать адекватный ответ. Неспособность интегрировать поступающую сенсорную информацию влечёт за собой многие проблемы в обучении и поведении.

Таким образом, термин «сенсорная интеграция» имеет два основных значения:

- процесс обработки информации и ответная реакция;
- метод терапии.

У детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития ситуация осложняется не только значительными трудностями в выстраивании целостной картины окружающего мира (склеивании кусочков сенсорной информации) и адекватного взаимодействия с ним, но и несовершенной работой сенсорных анализаторов.

Что же можно сделать в ситуации, когда ребенок не понимает, не ходит и не разговаривает? В первую очередь, установить эмоциональный контакт, найти то, что вызывает интерес и использовать это как отправную точку для дальнейшего взаимодействия.

В рамках проекта мы работаем с тремя базовыми ощущениями вестибулярными, проприоцептивными и тактильными, и предоставляем ребёнку испытать такой опыт, который ему наиболее необходим.

Сенсорная интеграция очень похожа на питание: мы ребёнка кормим здоровой пищей, которая насыщает его и ребёнок, благодаря ей развивается.

8. На сегодняшний день в доме-интернате оборудованы четыре реабилитационных пространства, каждое из которых состоит из повторяющихся базовых элементов, но есть вещи, которые делают каждое пространство индивидуальным. Остановимся на этом подробнее.

Основой пространства «Весёлый маршрут» является сенсорная тропа, ходьба по которой создаёт иллюзию прогулки босиком на природе. В современном мире стало модным движение «берефутинг», что в дословном переводе с английского означает «голые ступни». Например, в Европе существуют специальные парки – Berfoot Parks, которые ещё по-другому называют сенсорные, где оборудованы специальные маршруты протяженностью от 1 до 5 км, состоящие из разных природных наземных покрытий: сыпучие древесные материалы, глинистая почва, утрамбованная земля, песчаная поверхность и т.д., которые стимулируют биологически активные точки наших стоп.

У нас в планах оборудовать такую тропу на территории дома-интерната.

Используя сенсорную дорожку в нашем реабилитационном пространстве, можно выкладывать различные маршруты (изогнутые, извилистые, круговые), изменять способ прохождения маршрута (на коленях, на цыпочках), говорить с ребенком о том, что он чувствовал, когда ходил по сенсорной дорожке.

Ещё один уникальный элемент пространства «Весёлый маршрут» - это интерактивное настенное панно «Бесконечность». В последнее время популярность приобрели столы с эффектом бесконечности, которые люди используют не только в качестве необычного предмета интерьера, но и для релаксации. Бесконечный светящийся тоннель используется в сеансах эмоциональной разгрузки, создаёт иллюзию космического пространства и часто дополняется соответствующим музыкальным сопровождением.

Утяжеленный шарф обеспечивает лучшую связь «мозг-тело», которая нарушена у детей с проприоцептивной дисфункцией, тем самым успокаивая и повышая все функции внимания, потому что мозг перестаёт отвлекаться на постоянный поиск тела, и решает актуальные задачи.

9. Главным предметом реабилитационного пространства «Пещера сокровищ» является волшебная пещера, представляющая собой большую палатку из тёмного материала. Пещеру можно использовать в работе с различными фобиями – боязнью замкнутого пространства, боязнью темноты, боязнью одиночества, а также в качестве места для уединения детей, которые в этом нуждаются. Также в волшебной пещере можно проводить сеансы релаксации с использованием проектора и музыкального сопровождения.

Воздушно-пузырьковая колонна снимает психическое напряжение, а подсветка способствует концентрации внимания, развитию зрительной памяти и восприятия. Глядя на колонну, можно проследить движение пузырьков, пытаться поймать их взглядом, сосчитать и т.д. Обхватывая колонну руками можно почувствовать исходящую от неё приятную вибрацию.

Кочки Совы, представляющие собой подушки округлой формы, наполненные мягкими кубиками из вспененного полиэтилена, используются для усиления тактильной и мышечной чувствительности, ускорения формирования схемы тела, развития вестибулярной системы и снятия тревожности. Самое популярное упражнение с кочками называется «Бутерброд». При этом ребёнок лежит между двух Кочек. Наша задача - слегка надавить на верхнюю Кочку, так чтобы немного осложнить

возможность ребёнка освободиться. В такой игре ребёнок лучше чувствует своё тело, учится сосредотачиваться и находиться в настоящем моменте.

Похожее действие оказывает Чулок Совы, или чулок Кислинг, названный так по фамилии автора Уллы Кислинг. Сенсорный мешок изготовлен из специального очень прочного и эластичного материала, который может выдерживать существенные растяжения и не деформируется. Используется в качестве тренажера для развития тактильной, проприоцептивной и вестибулярной систем. Помогает решать проблемы как гипо, так и гиперчувствительности. Находясь в мешке, ребёнок может перекатываться, ползать, угадывать через ткань различные предметы, устраивать театр теней.

10. Пространство «Облачный домик» индивидуально тем, что в нём есть игровой домик «Уютное местечко» и волоконно-оптический модуль «Весёлое облако». «Уютное местечко» - это домик для одного ребёнка, где можно поиграть и отдохнуть. В свою очередь волоконно-оптический модуль «Весёлое облако» используется для развития мелкой моторики и тактильной чувствительности рук.

Соволёт, или сенсорный гамак - отличный тренажер для тактильной реабилитации и развития вестибулярного аппарата. С ним можно проводить огромное количество игр, рассчитанных на детей с разными двигательными нарушениями. Кто-то научится самостоятельно забираться в соволёт, а кому-то доступно только небольшое покачивание, осуществляемое с посторонней помощью.

Ещё один сенсорный инструмент – это мячики Совы, наполненные гранулами. Дети с удовольствием играют с ними не только, благодаря яркой расцветке, но и тому, что их приятно держать в руках, разминать ладони и выполнять несложные упражнения, например, подбрасывать и ловить мяч двумя руками, одной, или каждой попеременно, передавать мяч из одной руки в другую за спиной или партнёру, создавать из мячей импровизированную сенсорную дорожку и ходить по ней, выполнять массаж пальцев рук, ладоней, стоп.

Мега-мячи тренируют крупную моторику, мышцы рук и ног, развивают вестибулярный аппарат. Их можно перекатывать, подбрасывать, на них можно стоять, сидеть, лежать, выполнять различные физические упражнения. Играя с детьми можно пофантазировать и соорудить из мега-мячей снеговика, башню, пирамиду и т.д.

11. В реабилитационном пространстве «Радужные сны» занимаются дети из целевой группы, имеющие самые тяжелые нарушения. Волоконно-оптический занавес из множества светящихся нитей оказывает расслабляющий эффект. Они полностью безопасны для детей всех возрастов.

В работе с воспитанниками мы используем так называемое Яйцо Совы, или просто сенсорное яйцо. Это мягкий шарообразный мешок, в который можно залезть целиком и почувствовать себя в тепле, комфорте и безопасности. Как в животе у мамы. У ребёнка приостанавливается поток импульсов в центральную нервную систему, запускаются процессы стабилизации психики. Мозг самонастраивается.

В процессе работы с сенсорным яйцом большинство специалистов замечают сокращение количества стереотипных движений, снижение тревожности, агрессии и устранение нарушений сна. Дети становятся более внимательными, усидчивыми и больше доверяют миру. Кроме того, Яйцо можно подвешивать и раскачиваться в нём. Таким образом оно превращается в инструмент для вестибулярной стимуляции, ведь так приятно и совсем не страшно качаться в мягком облачке.

Утяжелённая продукция: накидка и плед позволяют детям с ДЦП уменьшать гипертонус, снимать лишнее напряжение, расслабляться и делать отдых или сон более качественными. Даже обычные люди всё чаще покупают утяжеленные одеяла себе домой, это позволяет лучше восстанавливаться после трудовых будней. И накидку, и плед можно использовать как массажный коврик и ходить по нему босиком.

12. Одним из секретов успеха нашей работы является то, что все реализуемые нами проекты дополняют друг друга и позволяют оказывать помощь конкретному ребёнку более эффективно. Сегодня я хочу кратко упомянуть ещё о двух интересных проектах, которые, как и «Поделись заботой», реализуются в доме-интернате с 2022 года и были представлены в прошлом году на XIII Всероссийском форуме «Вместе – ради детей! Доступная и качественная помощь».

Первый – это «Эффект Моцарта». В музыке заложен колоссальный оздоровительный потенциал, поэтому большинство мероприятий проекта «Поделись заботой», которые проводятся в пространстве сенсорных комнат со специальным музыкальным сопровождением, напрямую связаны с проектом «Эффект Моцарта». Подробнее узнать об этом Вы можете на нашем сайте, перейдя по куар-коду на вкладку проекта. Здесь вы найдёте наш авторский буклет с рекомендациями по использованию терапевтической музыки, специальную литературу, подборки музыкальных произведений, которые мы используем в работе (классическая музыка, звуки природы, музыка в стиле нью-эйдж, подборка «Времена года», музыка с видеорядом). Изучайте, используйте, пожалуйста, в своей работе.

Второй проект, о котором я также хочу упомянуть – это «Творчество без границ», благодаря которому в доме-интернате создана модульная мобильная инклюзивная изостудия. В основе её работы лежит идея доступности творческой деятельности для всех воспитанников дома-

интерната. Например, если выраженные двигательные нарушения не позволяют ребёнку посетить изостудию, то часть изостудии сама «придет» к нему. Таким образом, передвижное интерактивное оборудование изостудии и новые средства реабилитации, приобретенные в рамках проекта «Поделись заботой» являются основой доступной творческой среды. Взаимодействие этих двух проектов даёт возможность заниматься в реабилитационных пространствах доступными видами творческой деятельности: нетрадиционными техниками рисования, лепкой, аппликацией и т.д.

13. Наши основные достижения в цифрах представлены на слайдах. За время реализации проекта нами оборудованы 4 реабилитационных пространства, 5 специалистов повысили свою квалификацию, 49 детей занимаются по индивидуальным программам, мероприятия проекта широко освещаются в СМИ.

14. Мониторинг динамики собственной активности проводится для каждой из 4 категорий детей, выделенных нами совместно с медицинским персоналом при подготовке проектной заявки: дети с тяжёлыми двигательными нарушениями, находящиеся на полупостельном режиме; дети с ДЦП, передвигающиеся с помощью кресел-колясок; дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата вследствие органического поражения ЦНС, передвигающиеся с помощью кресел-колясок и дети, способные ходить с поддержкой.

Мы отслеживаем 14 показателей в части развития коммуникативных навыков, двигательных функций и сенсорных процессов.

15. Как видно на слайдах у наших воспитанников можно наблюдать минимальную положительную динамику. В некоторых случаях она не наблюдается вовсе или отрицательная. Те или иные показатели обусловлены разными факторами: в первую очередь, неоднородностью и сложностью данной категории детей, затем – необходимостью изучения специалистами нового реабилитационного направления, специфики приобретённого оборудования и наконец, - временем, которое понадобилось воспитанникам для того, чтобы познакомиться и привыкнуть к новым реабилитационным пространствам. Мы стараемся опереться на любой положительный результат и продолжаем активно работать над формированием и развитием приобретённого навыка. Несмотря на непродолжительный период использования наших новинок, мы рады нашим первым успехам и не планируем останавливаться на достигнутом.

16. Продолжая раскрывать суть нашей практики, остановимся на способах развития двигательной активности с использованием технических средств реабилитации. Постуральный менеджмент уже был внедрён в нашем учреждении в рамках проекта «Спасательный круг» и, у нас есть опыт подбора технических средств реабилитации и практический опыт позиционирования детей с двигательными нарушениями, а также база технических средств реабилитации, которую вы видите на слайде. Благодаря проекту «Поделись заботой» мы смогли расширить имеющуюся базу новым оборудованием для правильного позиционирования и развития двигательных навыков, с которыми я вас сегодня познакомлю.

17. Небольшое отступление. При написании проекта была запланирована покупка системы укладки и позиционирования в положении лёжа Дрима (Дженкс). Её важный плюс – это простота использования, в этой системе есть всё, что нужно. Основанием Дримы является специальный матрас, снижающий нагрузку на тело. Сон и отдых является важной частью жизни наших воспитанников, и Дрима была создана для одной цели-поддерживать суставы, конечности, тело в определённом положении, чтобы человеку было комфортно лежать. По сути, это инновационная, современная кровать для правильного позиционирования.

18. На момент, когда делали заявку стоимость кровати Дрима была 400 тысяч рублей, а когда получили грант, то на этапе закупки Дрима уже стоила миллион рублей. И у нас просто не хватило бы грантовых средств на другое оборудование. Мы стали рассматривать другие варианты, и заменили более дешёвым оборудованием и приобрели 2 комплекта фиксирующих ремней «Салвафикс стандарт» и широко их используем, хотя прямое назначение у них, если вы почитаете инструкцию – фиксировать буйных. Для нас же, это было находкой, выходом из положения. Мы модернизировали использование ремней и используем систему фиксации как укладку - лечение положением. Мы можем применять отдельные части ремней, например, только для фиксации грудной клетки, либо только для фиксации рук или фиксации ног.

На слайде вы видите воспитанника, который сидит в манеже и зафиксирован ремнями к опоре под спину, со столиком и может рисовать. У другой воспитанницы без применения ремней ноги скрещены, руки согнуты в локтях, из-за спастичности приводящих мышц нижних и верхних конечностей. А благодаря системе фиксации ремней, ребёнок находится в правильной позе.

19. Настоящей находкой для нас стала опора под спину. Казалось бы, такой незамысловатый предмет, но здорово помогает в работе с самыми тяжёлыми детьми. Мы используем её для изменения угла обзора

воспитаннику, чтобы заниматься творческой и образовательной деятельностью. Или, например, для удобного положения приёма пищи, гигиенических процедур, так как ребёнок не может самостоятельно сидеть, и помимо этого использование опоры под спину способствует облегчению дыхания, улучшает пищеварение и помогает избежать разного рода осложнений, когда не рекомендуется, например, принимать положение лёжа после приёма пищи.

20. Также в рамках проекта нами были закуплены многофункциональные, мобильные ходунки «Мега-оптим». Ходунки оснащены полным набором приспособлений для фиксации различных частей тела в правильном положении.

21. Следующее наше приобретение – это ходунки-вертикализатор АРДОС. Они представляют собой систему поддержки ребёнка, которая крепится к взрослому. Уникальность ходунков в том, что ребёнок чувствует себя защищённым и уверенным. В рамках проекта были закуплены ходунки двух размеров из расчёта, что рост воспитанника не должен быть выше подбородка взрослого, который с ним занимается, чтобы не закрывать обзор сопровождающему. Комплектацию ходунков можно использовать индивидуально под каждого ребёнка, в зависимости от их двигательных возможностей. Посмотрев сейчас видеоролик, обратите внимание, что для сложного воспитанника необходимо надеть парные сандалии, фиксировать бедро, колено либо голень нога к ноге, то есть взрослый становится вторым телом, каркасом, вторым корпусом для ребёнка. А другому воспитаннику достаточно только использовать ходунки, как ремни поддержки для развития и укрепления вестибулярного аппарата.

22. Ортопедическая подушка «Гнездо». У этих подушек широкий спектр применения, и ранее мы тоже уже использовали подобные подушки. Для нас это было ещё одной находкой, потому что подушку для беременных женщин оказывается можно использовать для правильного позиционирования воспитанников с тяжёлыми нарушениями развития. Принимая удобную позу, воспитанник расслабляется. Подушка легко моется и обрабатывается. Её также можно использовать при кормлении, для придания удобной позы во время занятий, можно поставить столик для рисования. Детям очень нравится, и они любят находиться в данной подушке, чувствуя заботу и уют.

23. Ортопедическая межколенная подушка для ног «Удобный сон» обеспечивает комфортный и здоровый отдых, помогает снять мышечное напряжение с коленных и тазобедренных суставов, имеет удобную эргономичную форму. Подушку можно использовать в нескольких положениях. Например, на слайде вы видите, в положении лёжа на спине, подушку можно разместить между приводящими мышцами ног, чтобы уменьшить спастичность мышц нижних конечностей. А также, мы широко

используем её в комплексе с другими системами укладок и техническими средствами реабилитации.

24. Подводя итог, хочу сказать, всё оборудование мы используем как самостоятельно, так и в комплексе. Работаем с каждым ребёнком индивидуально. Главная наша цель – правильное позиционирование и развитие двигательных возможностей наших воспитанников. И мы медленно, но верно движемся вперёд.

Подробнее со всеми нашими проектами вы можете ознакомиться на нашем сайте по QR-коду на экране презентации, в телеграмм канале, странице в «ВКонтакте».