

КУРСОВИЙ ПРОЕКТ

2022

ЗМІСТ

ВСТУП.....	2
РОЗДІЛ I. Теоретична частина.....	2
1.1. Соціальна участь особистості (індивідуума).....	2
1.2. Доступність, відсутність бар'єрів страхів.....	3
1.3. Важливість відсутності страху води для індивідуума морського регіону для забезпечення вільної соціальної участі.....	5
РОЗДІЛ II. Практична частина.....	5
2.1. Аналіз стану.....	5
2.2. Методично-дидактичний попередній розгляд.....	6
2.3. Хід проекту.....	8
Презентація зразків відгук по проекту.....	8
Погляд.....	8
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	9
ДОДАТКИ.....	10

ВСТУП

Емоційний стан людини має важливе значення для її соціальної участі. Емоція страху, зокрема, якщо є надмірно інтенсивною, може призвести до зупинки розвитку соціальної сфери або навіть регресу вже сформованих навичок. Страх води — це внутрішній стан, що обумовлений загрозою реального чи передбачуваного лиха. Страх є негативно забарвленою емоцією, а його прояв може істотно відрізнятися як за силою, так і за впливом на поведінку в подальшому це вплине на соціальну участь індивідуума. У моєму проекті найбільша увага приділяється подоланню бар'єру страху води жителем центру Hof Frieden - Марком Мюллером. Дуже важливо подолати страх води, тому що не можна залишати клієнта наодинці з цим бар'єром. Допомога необхідна кожному, хто має таку не просту проблему.

Людині притаманно мати певний набір страхів, який може змінюватися залежно від віку, соціального статусу та багатьох різних факторів. Однак, ці страхи не повинні заважати в повсякденному житті, гальмуючи розвиток особистості чи впливаючи на якість соціальної участі індивідуума. Соціальна участь є формою соціальних зв'язків, коли відбувається взаємообмін між людьми досвідом, інформацією, навичками або діяльністю. Без соціальної взаємодії людина не може одержати ані знань, ані вмінь, які необхідні їй, щоб стати діючим членом суспільства. Без соціальної взаємодії були б неможливі будь-які соціальні інституції чи групи. А тому страх, який відчуває Марк Мюллер ускладнює соціальну участь з іншими жителями центру. Це призводить до відчуження та є шляхом до самотності.

Проект демонструє як обмежують страхи соціальну участь індивідуума, як важливо подолати бар'єр страху води, як важливо допомогати клієнту морського регіону - досягти відсутності страху води для забезпечення вільної соціальної участі, а також як впливають страхи на соціальне середовище індивідуума. Важко уявити, коли людина обмежена в уміннях, але коли вона не може отримати навичку внаслідок страху та бар'єру до нього – з'являється перешкода в соціальній участі відносно оточуючих учасників.

Страхи обмежують особистість у взаємозв'язках з іншими і слугують чинником зниження якості соціальної участі, а іноді призводять до самотнього існування на все життя. Важливість проекту – це досягнення прогресу через створення спеціальної етапної програми, запровадженої для Марка Мюллера у досягненні подолання бар'єру страху води і тим самим збільшити соціальну участь індивідуума у групі з жителями центру, які вміють плавати та не мають страху води.

Процес плавання – відіграє значну роль в регіоні проживання біля моря, де також слугує основним заняттям для людей, а отже головним інструментом для взаємодії з оточуючими. При відсутності навички – з'являються складнощі у комунікації, обміні інформацією чи враженнями після плавання для Марка. Тому дія людини набуватиме характеру соціальної тоді, коли орієнтована на інших, коли передбачає пряму і опосередковану взаємодію з іншими людьми, а відсутність досвіду в умінні плавання знижує можливість Марка на прийняття соціальної участі. Море включає поняття наявності води, але коли людина має гідрофобію – має бути етапний процес на подолання бар'єру страху.

Потрібно пам'ятати про необхідність навчання плаванню для жителів біля моря чи тих, хто вирішив тимчасово відпочити біля нього. Без спеціальної підготовки завжди присутня небезпека для індивідуума, котрий ще не вміє плавати, більш того потрібне терпіння і поступовість дій для правильного алгоритму взаємодії. Певна чітка ритмічність повторів, а також закріплення навички через вправи умінь процесу плавання забезпечать успішне навчання для людей, які мають страх, так як завжди існує ризик тривожності для них при зіткненні з ним наодинці.

Об'єкт проекту: житель центру Hof Frieden - Марк Мюллер.

Постановка цілей:

1. Допомогти клієнту подолати страх води.
2. Дослідити та обґрунтувати шлях подолання бар'єру страху води.
3. Розробка етапної програми, запровадженої для Марка Мюллера.

Постановка питання:

- 1) Подолати бар'єр страху води.
- 2) Важливість соціальної участі для особистості (індивідуума).
- 3) Доступність, відсутність бар'єру.
- 4) Важливість плавання для самого бар'єру.
- 5) Як за допомогою плавання подолуються страхи бар'єру.
- 6) Яке значення води для страху.

Тема: Подолання бар'єру страху води Марком Мюллером як забезпечення вільної соціальної участі

РОЗДІЛ I. Теоретична частина

Основна інформація по темі

1.1. Соціальна участь особистості (індивідуума)

Соціальна участь є формою соціальних зв'язків, що реалізуються в обміні діяльністю, інформацією, досвідом, здібностями, уміннями, навичками у взаємному впливі людей або соціальних спільнот; є системою взаємообумовлених соціальних дій, при якій дія одного суб'єкта це одночасна причина та наслідок у відповідь дій інших суб'єктів.

Важливість наявності соціальної участі в можливості покращити життя індивідуума, можливість приймати участь у комунікації з учасниками соціальної групи чи соціальної організації, полегшення взаєморозуміння між контактними особистостями. Головною особливістю соціального життя є взаємодія індивідів, соціальних груп у межах відповідних соціальних інститутів, тобто соціальна взаємодія. Обов'язковими умовами для виникнення соціальної участі є ця взаємодія, коли учасники взаємодій, жителі центру, повинні бути наділені психікою і органами почуттів, тобто засобами, які дозволяють пізнати, що відчуває інша людина через її дії, міміку, жести, інтонацію голосу тощо. Звичайно, не кожна дія людини є соціальною, оскільки не завжди мета передбачає орієнтацію на інших людей. Індивідуальна мета, що відтворює потреби людини, є початком соціальної дії, орієнтації на інших, сподіванням, що вона буде відповідно сприйнята навколишніми. Має бути умовою наявності соціального зв'язку. Він забезпечує соціальну дію, що виражає залежність і сумісність людей або груп. На особливість соціального зв'язку впливає різке збільшення чи зменшення чисельності його учасників на основі прямого обміну, моральних принципів добросусідства. Він може виявлятися у формі соціального контакту і соціальної взаємодії.

Взаємодія включає три різновиди: фізичну (передача того чи іншого предмета, потиск руки), вербальну (словесна), не вербальну (жести, міміка). Наслідками їх є обрана поведінка людини, що в свою чергу включає уникнення, залагоджування, компроміс чи вирішення проблеми. Під час соціальної взаємодії відбувається обмін діями. При цьому системи дій суб'єктів споріднені, дії кожного — скоординовані, відновлювані, взаємний їх інтерес — стійкий. Соціальна взаємодія є одним із джерел суспільних явищ, оскільки завдяки їй соціальною дією стає поведінка людини — форма діяльності, реакція на соціальне середовище чи на дію іншої людини. Особливо значущі дії реалізуються як діяльність — дії, що постійно орієнтовані на спільні цілі чи окрему ціль. Головною ознакою соціальної діяльності є осмислення індивідом можливих варіантів поведінки осіб, які вступають з ним у взаємодію.

Значення соціальної участі у виявленні назрілих проблем, стимулюванні виправлення недоліків, в сприянні оновленню та покращенню життя, знятті напруження у суспільстві та у сприянні згуртуванню людей. Саме соціальна участь допомагає взаємодіяти з оточуючими людьми індивідууму. При порушеннях чи відсутності соціальної участі можливі такі наслідки як створення стресових ситуацій, поява дезорганізації життя людей-учасників, руйнація соціальних зв'язків,

розкол суспільства чи соціальної групи, соціальної організації. Це призводить до негативного сприйняття індивідуючим соціума і такий хибний шлях може призвести до самотності людини чи до складнощів у комунікації з іншими людьми. Соціальні відхилення мають для суспільства різне значення. Позитивні є засобом прогресивного розвитку системи, підвищення рівня її організованості, подолання застарілих стандартів поведінки. Це соціальна творчість — наукова, технічна, художня, суспільно-політична. Негативні відхилення дезорганізують систему, підриваючи іноді її основи, а індивідуючий залишається самотнім у вирішенні соціальної проблеми.

Отже, соціальна взаємодія характеризується такою рисою, як зворотний зв'язок. Зворотній зв'язок передбачає наявність реакції. Однак ця реакція може й не бути, але вона завжди очікується, допускається як ймовірна, можлива. Соціальні відносини є тим стійким елементом, на основі якого виникають різні соціальні спільноти людей.

Соціальна участь - це основа життєвих потреб людини, оскільки людина, лише взаємодіючи з іншими людьми, може задовольнити переважну більшість своїх потреб і інтересів, реалізувати свої ціннісні і поведінкові потреби у власних справах чи при участі оточуючих.

Основна інформація, але в моєму особливому контексті. Конкретне посилення на контекст

1.2. Доступність, відсутність бар'єрів страхів

Виявлений страх води у Марка Мюллера - одна з найбільш поширених фобій та є бар'єром у соціальній участі. Це не природна обережність і обачність. Це неконтрольований стан людини, коли її переповнюють почуття неспокою та безпричинної тривоги, пов'язані з водою. Що є причиною страху води? Однозначної відповіді на це питання не існує. Дуже часто аквафобія спостерігається у тих, хто не вміє плавати при вигляді або перебування в річці, морі або океані — в результаті задіяння інстинкту самозбереження. Гідрофобія характеризується виникненням ірраціонального страху при вигляді води або безпосередньому контакті з нею. Страх води може виникати навіть при можливості потенційного контакту рідиною, наприклад, коли людина знаходить раціональне пояснення, щоб пропустити роботу або зустріч через те, що на вулиці йде дощ. Такі стани заважають соціальному життю і вимагають поступової корекції. Інші жителі центру вміють плавати та не мають ознак страху води чи наявності бар'єрів у соціальній участі.

Ось чому так важливо, щоб Марк зміг подолати гідрофобію, а також міг би звільнитися від страху, пройшовши крізь нього та подолавши бар'єр. Для того, хто через перебільшений страх уникає ситуації чи якогось предмета, корисно було б застосувати дію навпаки - зустрітися із страхом. Тільки тоді буде змога пересвідчитися, що нічого страшного не відбудеться. Треба пам'ятати, що не все так просто, тому що при зустрічі із страхом — людина втрачає самоконтроль, а отже їй необхідна допомога. Деколи досить один раз пройти крізь страшну ситуацію. Проте найчастіше треба повторювати її протягом тривалого часу, щоб досягти успіху і весь цей час має бути підтримка інших людей. Регулярна фізична активність та вправи для розслаблення протягом тривалого часу послаблюють реакцію страху. Психологи з Каліфорнійського університету довели, що обговорення негативних емоцій допомагає перемогти страх, тобто комунікація з тими, хто не має обраного страху — є шляхом подолання його, але при умовах опрацювання, обговорення чи тривалому взаємообміні інформацією чи умінням щодо типу страху. Іншими словами психологи пропонують людям, у яких виявлений страх до явища чи предмета для початку провести їх дослідження. Це збільшить соціальну участь з боку інших учасників.

В моєму проекті Марк почав самостійно досліджувати воду, але не наважувався на більш рішучий контакт з водою внаслідок відсутності умінь плавання та знаходженні у воді. Наступним кроком, який допомагає уникнути страху — підтримувати ритм дихання. Марку потрібні помічники, які допоможуть подолати страхи. Шведські вчені з Каролінського інституту довели, що спостерігати за тим, як страх не викликає панічного стану у інших людей, дуже корисно. Якщо знову й знову дивитися, що хтось робить те, чого інша людина боїться, страх може відступити. Мозок оновлює свої знання про безпеку, ґрунтуючись на відчуттях. Бар'єр страху можна подолати при дотриманні поступовості ознайомлення з об'єктом чи явищем, які раніше викликали страх чи негативні емоції.

Відсутність бар'єру страху покращує соціальну участь в індивідуума. Це забезпечує відчуття безпеки, уникнення тривоги при новій зустрічі з страхом.

Всі інші жителі вміли плавати, але Марк Мюллер лиш поглядав на воду і боявся до неї наблизитися. Так дуже важко увійти в соціальну групу, де основним заняттям та інструментом взаємодії є процес плавання.

1.3. Важливість відсутності страху води для індивідуума морського регіону для забезпечення вільної соціальної участі.

Побоювання відчутно обмежують повсякденну діяльність і якість життя загалом, тоді вони перетворюються на тривожні розлади, особливо коли ними виявляються – страхи води. Відсутність аквафобії має невід'ємне значення для індивідуума морського регіону для забезпечення вільної соціальної участі. Важко отримати соціальну адаптацію, коли соціальна участь низька внаслідок невміння плавати. Потрібне усвідомлення, що страх води, особливо у індивідуума морського регіону постійно викликати відчуття небезпеки та слугуватиме чинником для тривожних станів, більше того – це шлях, в якому людині такого регіону складно приймати соціальну участь в контакт з іншими жителями. Для тривоги характерна емоційна й фізична напруга. Тому у хронічних випадках звичайне занепокоєння перетворюється на нескінченну гонитву за відчуттям комфорту, безпеки. Неможливо (і не потрібно) захистити себе від усього негативу, але людина, яка постійно відчуває тривожність, схильна уникати відповідальності або навіть найпростіших складнощів. Це призводить до труднощів у спілкуванні з іншими, у відносинах, в навчанні. Раптові та повторювані напади паніки, епізоди сильного страху та дискомфорту характерні для панічного розладу. Такі стани мають переслідувати індивідуума морського регіону, а отже ускладнюватиме якість життя в комунікації.

Головним заняттям для жителів морського регіону є плавання. Моему клієнту дуже важливо отримати навичку плавання, оскільки він не зможе підвищувати рівень соціальної участі, коли він залишається єдиним в соціальній групі, хто не має навички плавання. Особливо, коли він відчуває страх води і йому необхідно долати бар'єр для подолання страху води. Вільна соціальна участь можлива для індивідуума при освоєнні навички плавання та у випадку подолання страху води, тим більше у випадку знаходження у морському регіоні. Регулярні принципи та вправи, які використовуються в процесі навчання плавання клієнта покращують і його соціальну участь. Людина, яка має ціль, готова навчатися новому, бо інтерес пришвидшує навчання і зменшує тривожність.

Вода є чинником страху для деяких людей. Це потрібно пам'ятати, а тому долати бар'єр страху необхідно поступово і згідно чіткого алгоритму. При зустрічі з водою у людей такого типу можливі тривожні розлади, ось чому потрібен час та довіра до людини, що навчатиме такого індивідуума.

Плавання залишається інструментом для зниження рівня занепокоєння для людей з аквафобією, але при умові опрацювання цього страху і більше того сам індивідуум має проявляти зацікавленість до води чи водного середовища, мати бажання чи інтерес до навчання. Важливо спостерігати за емоційними реакціями таких клієнтів як в процесі так і після процесу навчання плаванню. Якщо виникають негативні емоції чи посилення тривожності під час навчання краще зробити паузу, а лише потім знову спробувати при бажанні чи при проявленні інтересу з боку клієнта. Звичайно, важливо досягти відсутності страху води, особливо в морському регіоні жителю чи учаснику взаємодії з іншими людьми. Так відсутність страху до води слугуватиме шляхом для забезпечення соціальної вільної участі індивідуума.

Велика кількість людей з дитинства купається, грається у воді, вчиться плавати. Інваліди ж або люди, які мають страх до води чи індивідууми, які мають складнощі із здоров'ям та інших різних причин, такого досвіду не мають, взагалі або мають мінімальний, а часто негативний досвід спілкування з водою. Стійка негативна асоціація, страх глибокої води, сором'язливість чинять перешкоди введенню інвалідів в оздоровче плавання, часто роблять їх аутсайдерами у водних видах занять. Подолання психологічного бар'єра, фізичної скруті є одним з основних завдань на початковому етапі навчання плавання. Боротьба з проявами стресу, подолання психологічних бар'єрів, страхів — одна з найважливіших цілей, поставлених перед навчальним персоналом.

Користь від занять плаванням в їх легкості і ефективності, особливо під час спілкування та слугує методом розслаблення для багатьох учасників плавання. За рахунок того, що у воді людське тіло втрачає вагу в прямому сенсі, плавання ідеальний варіант для людей із зайвою вагою, артритом чи проблемами з хребтом. Заняття в басейні чи в іншому спеціальному водному середовищі - не надають

великого навантаження. У воді людина відчуває тільки 10% свого тіла, тобто ми практично літаємо. Якщо говорити про те, що дає плавання в басейні, то, в першу чергу, варто сказати про м'язовий тонус. Таким чином, користь від басейну проявляється без зайвих зусиль і навантажень на спину і скелет в цілому це покращить показники здоров'я, а разом з цим прагнення до занять зростатиме у індивідуума морського регіону. Користь від плавання у соціальній участі значно більша, оскільки під час навчання індивідуум постійно вербально та невербально взаємодіє з людиною, що навчає плавати. Це означає, що під час процесу навчання плаванню клієнт постійно знаходиться у взаємодії з іншими людьми. Водні процедури допомагають позбутися стресу, нормалізувати сон і поліпшити настрій. У процесі занять у контактах індивідуума будуть з'являтися схожі учасники соціальної групи, в якій всі отримали навичку раніше, а це означає, що їм буде про що обмінюватися у своїх враженнях в подальшому. Соціальна участь буде вільною, коли мій клієнт буде впевненим у своїх уміннях, а тому йому так важливо продовжувати удосконалювати свої уміння.

2. ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

2.1. Аналіз стану

Конструкції є опорним елементом у нашому фермерському співтоваристві. Щоденні, щотижневі та річні структури є стабілізуючими факторами і дозволяють людям, які потребують допомоги, розвивати безпеку. Це неминуче призводить до можливості орієнтації в часі як у повсякденній рутині, так і в ході тижня. Заходи, ритми та заходи, які необхідно виконувати, впливають автоматично.

Hof Frieden – це сімейний житловий заклад, у якому зараз проживає 7 дорослих та одна дитина.

Мати та дитина проживають у власній житловій кімнаті, інші люди живуть в одномісних кімнатах. Розпорядок дня чітко структурований і кожен може переглядати в тижневому плані. Повсякденний розпорядок дня здійснюється черговими працівниками, що забезпечує безпечний процес для здоров'я та благополуччя мешканців.

Мій клієнт - обраний житель: Марк Мюллер

Для проекту обраний Марк, оскільки, із спостережень, була зафіксована зацікавленість у нього до води на пляжі. Це підкреслює унікальність проекту, адже Марку складно створювати комунікацію з іншими людьми чи приймати соціальну участь в соціальній групі.

Презентація клієнта:

Вік: 34 роки. Комунікаційна поведінка та форми.

Оскільки втрату слуху Марка розпізнали дуже пізно, він дуже погано навчився говорити. Через серйозне порушення слуху у пана Мюллера розвинувся важкий розлад мовлення. Він може чітко сформулювати лише кілька слів, а тому намагається більше спілкуватися за допомогою жестів і міміки, що входять до невербальної взаємодії. Вербальна взаємодія дається Марку складніше, внаслідок вищевказаних причин. Незважаючи на слухові апарати та численні операції на слухових проходах, у пана Мюллера дуже поганий слух. Стороннім навряд чи можливо зрозуміти його словесні висловлювання. Потрібні зусилля, бо інакше зрозуміти клієнта – складно. Крім того, пан Мюллер має виражене порушення зору, тому йому дуже важко чітко сприймати або оцінювати своє оточення. Разом це обмежує вироблення когнітивних і соціальних навичок, що посилює соціальну ізоляцію, що є недопустимо. Як і у випадку трисомії за 21 хромосомою, стопи пана Мюллера нерідкі, дещо деформовані, що змушує його ходити злегка незграбною, нестійкою ногою. При синдромі Дауна поширені м'язові й ортопедичні аномалії. Гіпотонія м'язів та загальна гіперплазія виявляються майже завжди. Плоскостопість, деформація колінного суглоба, нестабільність колінної чашечки є основними причинами проблем з ходьбою у Марка, вони впливають на соціальну участь Марка в спілкуванні, взаємодіях з іншими жителями чи учасниками соціальної групи.

При проведенні з Марком Мюллером певного часу виявилися такі вміння та порушення в соціальній участі:

- Він вербально обмежений.
- Розуміння мови: Він не все розуміє. Його втрата слуху є додатковою перешкодою для комунікації з іншими учасниками.
- Вирази: може говорити, але дуже нечітко. Вираз за допомогою міміки та жестів, що слугують основною невербальною взаємодією з оточуючими. Міміка і жести: дуже виражені. Невербальне спілкування є головним типом для взаємодії Марка, а тому соціальна участь у рівні - низька.
- Читання: може читати назви лише будніх днів.
- Напиши: Не може писати.
- Орієнтація: Добре орієнтується у знайомому оточенні. Дезорієнтований у незнайомому оточенні. Також незнайоме оточення може викликати тривожний стан.
- Плавання: Не вміє плавати (небезпека утоплення). Присутній страх води та бар'єр страху.

Отримані дані підкреслюють необхідність отримання навички плавання для Марка, щоб підвищити рівень соціальної участі у його житті, а також для покращення якості соціальної взаємодії з іншими жителями центру.

2.2. Методично-дидактичний попередній розгляд

Апробовані авторами методи в навчально-виховному процесі поділяють на п'ять груп, деякі з них я використав у представленому проекті.

1. Теоретико-інформаційні методи навчання- логічно – цілісний, усний виклад навчального матеріалу (усне цілісне виклад), (бесіда), пояснення, дискусія, консультування, аудіо-відеодемонстрація, вербальна демонстрація, невербальна демонстрація.

2. Практико-операційні методи навчання - вправи, алгоритм, «роби так, як я», рішення задач, досвід, експеримент, педагогічна гра (пізнавальна або ділова).

3. Пошуково-творчі методи навчання - спостереження, досвід, експеримент, софратівська бесіда, лабіринт, «акваріум», «думай, слухай, пропонуй», , творчий діалог, аналіз конкретних ситуацій (проблемних, звичайних, нетипових) .

1)В моєму проекті присутні теоретико-інформаційні методи навчання.

Я застосовував демонстрацію з допомогою вербальної та невербальної взаємодії , щоб Марк зміг тримати комунікацію зі мною та розумів мене. Говорив з ним під час занять, щоб він міг мене краще чути, хоча і без слухового апарату, у вухах внаслідок хвороби обов'язково були затички від води. Особливо часто використовував ці методи в перші дні наших тренувань. Під час невербальної комунікації застосовував жести та міміку, яку Марк сприймав та розумів як потрібно та без вагань. Саме в перший день Марк показав мені пальцем на себе і басейн, що зрозуміло, як йому хотілось спробувати знайомство з водою.

2) Також були використані практико-операційні методи навчання – це вправи, які ми з Марком розучували, коли тільки починали процес освоєння навички плавання. Так Мюллер отримував поступово досвід і ми повторювали уміння кожного дня для закріплення їх. Крізь алгоритм дій ми досягали досвіду для клієнта в навчанні швидше, ніж порівняно з відсутністю алгоритму, який наведений в ході проекту.

3) Пошуково – творчі методи навчання були під час аналізу конкретних ситуацій. Спостереження за моїми рухами допомагали Маркові також повторювати ці ж рухи. Вони найбільше стали помітними під кінець тижня, в останні два дні. Марк самостійно міг уже до половини тіла заходити у воду. Безпечний перехід, який я створював для мого клієнта також входить до пошуково-творчих методів навчання. Важливо орієнтуватися по ситуації, яка виникає під час процесу. Ці методи дозволяють закріплювати нові навички та вміння, особливо плавання.

Марку завжди потрібне знайоме оточення, щоб відчувати себе в безпеці та зміцнювати впевненість у терапії. Тому було вибрано проводити цей проект, коли Марк з усіма жителями був у відпустці у котеджі у Данії де є басейн. Оточення знайоме, усі жителі притулку в тому числі Марк проводять там щорічно відпустку протягом останніх 5 років (ритмічно кожного року в один і той же час). Наявність басейну безпосередньо там дає можливість щоденно займатися. Регулярно кожен день тижня уроки плавання проходять чітко структуровано і з великою кількістю повторів.

Був обраний саме Марк Мюллер для мого проекту, оскільки, із спостережень, була зафіксована зацікавленість. саме у нього із всього соціального середовища центру до води. Тоді я звернув увагу на інтерес Марка, попри проблеми зі слухом та зором. Кожен навчальний крок підкріплювався методами навчання, без них швидке засвоєння Марком нової навички було б неможливе. Потім почав застосовувати спеціальні принципи для запобігання тривожних станів у клієнта під час навчального процесу.

Важливо враховувати особливості розвитку Марка, так як вони впливають на його сприйняття навчання. Я поступово вводив нові вправи кожного дня, але в перші дні головним завданням було закріплення відчуття безпеки Марком у воді, саме тому я створював йому безпечний перехід та наглядав за його реакцією на воду більш уважніше, ніж в інші дні нашого навчального тижня. Знову застосовував принцип ритмічності, але уже в процесі освоєння Марком навички, тобто кожного дня були вправи, що повторювалися для полегшення навчання.

В проекті я використав чіткий алгоритм дій, що детально описаний у ході проекту. В перші дні ми знайомилися з водою, намагалися підтримувати контакт з нею. З мого боку був застосований метод спостереження, коли я вперше побачив клієнта, бачив, як він намагався показати свій інтерес до води. Індивідууму важко самому подолати страх та подолати бар'єр страху, ось чому я прийняв рішення допомогти клієнту в боротьбі зі страхом води. В початковому етапі сформував за допомогою пошукового та творчого методу спеціальні умови для безпеки Марка – це безпечний перехід для нього, щоб він мав опору, зважаючи на його вади в ходьбі, щоб завжди відчував землю під ногами та мав комфортні умови для продовження отримання навички плавання. Наступний період з другого дня були використані вправи, які мали мету – полегшати процес плавання. Вправи, де ноги клієнта мали тренування, а тому це була етапна підготовка до плавання. В цей час Марк мав позитивну міміку і намагався далі активно тренуватися. Це вказує, що клієнт мав інтерес швидкого навчання плавання. Наступного дня введені вправи для рук, але спочатку однією рукою ще тримаючись за мене. Оскільки різкі зміни могли б травмувати його, а також забрали б відчуття безпеки та довіри до мене. Поступовість на цьому етапі важлива найбільше. На четвертий день я знову застосував творчо-пошуковий метод і додав до наших занять спеціальний пластиковий «інвертар», який допомагав би триматися на воді Марку ще краще та безпечніше. На цьому етапі моєї програми індивідуального навчання плаванню клієнта у Марка з'явилася впевненість підтримки на воді, він лише тримався моїх рук, але самостійно вже не боявся знаходитися у водному середовищі. Тривожності я не спостерігав у нього та негативних емоцій не було також. Наступного дня ми закріплювали всі знайомі Марку дії, він не хвилювався, але намагався все робити правильно. Я помітив, що він приймати більше соціальної участі у взаємодії зі мною, ніж це було на початковому етапі. В цей день він тримався лиш за одну мою руку, демонструючи свої уміння та результати за короткий час навчання. На шостий день я застосував нове завдання для Марка, він тримався на воді в положенні на спині. Я лиш однією рукою знизу під його спиною підтримував його у воді, застосовуючи підтримку. Людина, яка лише вчиться плаванню має відчувати довіру та підтримку постійно, різкі дії можуть порушувати систему довіри. В останній день наших занять Марк також отримував спеціальні підтримувачі для його рук та ніг, але він зміг знаходитися на воді більше не тримаючись за мене. Не відходив від Марка, так як потрібно спостерігати увесь час за його поведінкою та реакцією на воді, до повного оволодіння ним навичкою плавання. Помітив, що він почав вільно приймати соціальну участь у комунікації зі мною, а тому розумію всю важливість постійного процесу подолання Марком страху води.

Пару принципів, які використані в даному проекті більш детально:

1. Ритм, обов'язковий довірений, створює безпеку для об'єкта дослідження. Марку потрібне знайоме оточення, щоб відчувати себе в безпеці та зміцнювати впевненість у терапії. Регулярно кожного дня тижня наші уроки плавання мають проходити структурно і з великою кількістю повторів.
2. Чіткий алгоритм дій, допомагає підтримувати відчуття безпеки у Марка без введення тривожного стану у зв'язку з контактом води, що слугувало би приводом для появи страху у клієнта.

Саме поетапність та чіткий алгоритм дій - дозволили поступове знайомство Марка з водою з уникненням тривоги щодо пізнання взаємодії з новим середовищем. Вода раніше слугувала для клієнта – чинником страху. Важливо не порушувати принцип ритму для клієнта. Місце дій має бути добре знайомим Марку Міллеру, бо недотримання цих правил призведе до його дезорієнтації у просторі та

може викликати підвищену тривожність, що могло б знизити соціальну участь у контакті з його соціальною групою або з іншою соціальною організацією на той час та в майбутньому.

2.3. Хід проекту

Часовий хід - тиждень.

1-ий день – знайомство з водою, знаючи його попередню зацікавленість водою. Важливо в терапії починати із стадії, на якій знаходиться клієнт.

В кімнаті де знаходиться басейн, також знаходиться джакузі, куди Марк вслід за мною, тримаючись за руку, зайшов і сидів поряд.

Я перейшов у басейн, він спостерігав за мною. Тоді він вийшов з джакузі і показав мені пальцем на себе і на басейн. Я підплив до драбинки, він спускався у воду. Тривало це близько пів години у перший день, де страх і зацікавленість боролися між собою у Марка Міллера.

То туди то назад він проводив однією ногою по воді.

Я сформував для нього безпечний перехід. Для нього важливо, з його вадами в ходьбі, завжди відчувати землю під ногами, а я став на драбинку у воді, а він спускався лицем до мене і ставав мені на ступні. Руками обіймав мене за шию, а ногами обкручував на пояс.

Так він був у воді зі мною.

Такий прийом заходу у воду використовувався і надалі, тільки з кожним днем значно швидше Марк це робив, і в останні два дні навіть, якщо я ще не був біля драбинки, він уже сам був до половини тіла у воді. Далі в перший день, Марк так висів на мені і я ходив колами по басейну і говорив з ним, він міг мене краще чути, хоча і без слухового апарату, у вухах внаслідок хвороби обов'язково були затички від води. Це було потрібно, бо він міцно обіймав мене і коли я говорив - то він, мов чув через шию.

Близько години ми ходили по колу.

Періодичність: двічі на день.

2-ий день – захід у воду по аналогії, тобто після формування для нього безпечного переходу. Для нього важливо, з його вадами в ходьбі, завжди відчувати землю під ногами. Я ставав на драбинку у воді, а він спускався лицем до мене і теж ставав мені на ступні. Руками обіймав мене за шию, а ногами обкручував за пояс.

Так він знову був зі мною у воді. Ті ж вправи ходити колами, але уже з частково вільними ногами, тобто його ноги не обкручували мені пояс, а вільно знаходились в плаванні, тільки руками у мене на шиї тримався.

Періодичність: двічі на день.

3-ій день – по аналогії 2 – го дня, після створення для Марка безпечного переходу - це важливо, з його вадами в ходьбі, завжди чітко відчувати землю під ногами. Далі я ставав на драбинку у воді, а він спускався лицем до мене та теж ставав мені на ступні. Своїми руками він міцно обіймав мене за шию, а внизу ногами обкручував за пояс. Тренування ніг продовжувалося.

Так він знову був зі мною у воді. Ті ж вправи ходити колами, але уже з частково вільними ногами, тобто його ноги не обкручували мені пояс, а вільно знаходились в плаванні, тільки руками у мене на шиї тримався. На третій день з'явилися вправи з тим, що Марк показував, як робити руками на воді, і частково пробував ,тримаючись, завжди в премін однією рукою за шию.

4-ий день - обраний пластиковий "інвентар" для підтримування рук Марка на воді.

Захід повністю повторювався по аналогії попередніх днів наших вправ на воді.

Періодичність: двічі на день.

Марку було надано підтримувач в області верхньої частини ніг, та під мишки, що дозволяло йому більш впевнено та вільно знаходитися на воді, тримаючись, всього лиш за мої руки.

5-ий день – Я знов формував для нього безпечний перехід, що для нього важливо, особливо з його вадами в ходьбі, щоб завжди чітко відчував землю під ногами. Я постійно ставав на драбинку у воді, а він спускався лицем до мене кожного дня, далі Марк ставав мені на ступні, а руками обіймав мене за шию, ногами обкручував за пояс для підтримки. Так він знову був у воді зі мною.

Марку показано, як робити ногами під час плавання та руками, частково трималися тільки за одну руку.

6-ий день – Марку було змінено положення для плавання на спині. Тримач під коліна, тримач під руки і шию. Що забезпечувало вільно лежачу позицію на воді і звільнило повністю руки та ноги клієнта для плавання. Надалі ці дії зняли мою присутність в плані, його рука завжди раніше трималася мене, а тепер я стою всього тільки поряд та тримаю руки під його спиною, щоб він відчував мою присутність. І так по колах, частково плавно то доторкаючись легко руками, то тільки поруч тримаючись.

7-ий день – Повний повтор навичок.

Марку було змінено положення для плавання на спині. Також знову був використаний тримач під коліна та тримач під руки, шию. Ці дії добре забезпечували вільно лежачу позицію на воді і звільнили повністю руки та ноги клієнта для процесу плавання. Я поруч з ним ходив, вже не підтримуючи. Цей період продемонстрував прогрес в новому умінні плавання мого клієнта.

Відгуки

Відгук власний:

На жаль, тиждень це замалий термін для закріплення навичок плавання, але при умовах продовження контактних занять з регулярним повторенням, це можливо у подальшому. Стало зрозуміло наскільки важлива довірена особа для подолання бар'єру і до кінця не вдалося дослідити чи буде це 100% працювати з іншими вихователями в подальшому. Для покращення соціальної участі Марка потрібен був час.

Я помітив, що подолання цього страху не тільки покращить його рівень життя, а дає ж нові можливості для розвитку кращої комунікації, оскільки у воді він, на диво, чув і говорив більш чітко. Йому необхідно продовжувати навчання та пізнання нового уміння. Це важливий крок для участі в соціальній взаємодії з людьми.

Відгук Марка Мюллера: У клієнта діагностований синдром Дауна.

Він не говорить добре у зв'язку з особливостями розвитку.

Показник, який вказує, що Марку сподобались заняття - це дії при зустрічі зі мною, він показує на мене, на себе і складає руки разом, аби показати, що я і він - плавати і каже Hurlaub (відпустка). Із впевненістю йде назустріч мені на пляжі до самої води.

Під час вправ хорошим показником було також, коли вправа підходила до закінчення, Марк голосно і впевнено говорив «Noch mal bitte»(ще раз будь ласка), притому що за межами води його мова не наскільки чітка як в період вправ.

Погляд

Для досягнення цілі у вигляді освоєння Марком Мюллером навички плавання - потрібно більше часу для вправ на воді та регулярне їх повторення. Продовження контакту Марка з водою може з часом додати впевненості у власних вміннях об'єкта дослідження. Увага та терпіння, що використовувалися для досягнення цілі у вигляді подолання бар'єру страху води, займають важливе місце в процесі його навчання. Я б рекомендував регулярні та ритмічні повторення вправ для Марка із закріпленням навички плавання, бо тільки такий шлях забезпечить активну соціальну участь в його оточуючому середовищі.

В ході проекту встановлено, що мій клієнт за короткий час підвищив рівень соціальної участі та старанно проявляв інтерес до води. Подолання страху бар'єру води є шляхом до вільної соціальної участі. Вирішені питання про важливість соціальної участі для особистості (індивідуума), розглянуте значення доступності і відсутності бар'єру, їх вплив на соціальну участь. Аргументована важливість плавання для самого бар'єру, подолання за допомогою процесу плавання страхів бар'єру, обмірковане значення води для страху мого клієнта. Досягнуті цілі проекту, а саме: допомогти клієнту подолати страх води, дослідити та обґрунтувати шлях подолання бар'єру страху води, розробка етапної програми, запровадженої для Марка Мюллера. Відмічаю, що етапна програма була індивідуальною та творчою з мого боку для навчання мого клієнта. Це було необхідно для полегшення процесу навчання плаванню клієнта.

За час, який був у мене для проекту я впевнився в необхідності освоєння індивідуумом нової навички, в нашому випадку, плавання щоб підвищити рівень соціальної участі та пізнав, а також застосував головні принципи етапного навчання для прогресу вільної соціальної участі Марка.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Україна. Кабінет Міністрів Про заходи щодо вдосконалення соціальної роботи із сім'ями, дітьми та молоддю: Постанова... 27 серп. 2004 р. № 1126 // Уряд. кур'єр. - 2004. - 10 верес. (№ 170). - С.11.
2. Азарова Т. В. Інформаційне забезпечення процесу рішення соціальних проблем на місцевому рівні - Кіровоград: "Імекс-ЛТД", 2003. - 116 с.
3. Актуальні проблеми теорії і практики соціальної роботи на межі тисячоліть Кн.1 - К., 2001 - 341 с.
4. Андрієць В. Готуємо фахівців для соціальної роботи // Соц. робота в Україні: теорія і практика. - 2003. - № 2. - С.175 - 178.
5. Андрійчук О. Допомогти молоді - потурбуватись про майбутнє // Соц. захист - 2004. - № 4. - С.45 - 46.
6. Браун А. Супервізор у соціальній роботі: Супервізія догляду в громаді, ден. та стаціонар. установах-К.: Пульсари, 2003. - 239 с.
7. Балтянський М. "Чий ми? А нічий. Просто - самі свої // Робітнича газета. - 2004. - 30 черв. - С.2.
8. Баранцова Т. Соціокультурна реабілітація молоді та дітей інвалідів: (Соц.робота з молоддю та дітьми із функціональними обмеженнями) // Соц.політика і соц. робота. - 2004. - № 1. - С.65 - 72.
9. Бойко А. Соціальна робота з клієнтами із залежністю від психоактивних речовин: (Наркоманія) // Соц.політика і соц. робота. - 2001. - № 1. - С.73 - 79.
10. Бондаренко Д. Реалии и перспективы "Паблик Рилейшинз" среди молодежи и их лидеров // Соц.робота в Україні: теорія і практика. - 2003. - № 4. - С.72 - 76.
11. Братусь І. Програма "Школа батьківства": (Проблеми сім'ї і батьківства) // Практ. психологія та соц. робота. - 2002. - № 6. - С.50.
12. Братусь І. Проект "Здоров'я дівчини": (Пробл. репродуктивного здоров'я молодих жінок є актуальною для України) // Практ. психологія та соц. робота. - 2002. - № 6. - С.51.
13. Вайнола Р. Х. Соціальна робота з підлітками та молоддю: Інформаційно-аналітичний звіт за 2000 рік. - К.: УДЦССМ, 2001. - 145 с.
14. Васильєв В. Модель ефективної діяльності та робота з кадрами у системі соціального захисту Дніпропетровської області // Соц. робота в Україні: теорія і практика. - 2003. - № 3. - С.82 - 95.