

Таланова Кристина Сергеевна

педагог дополнительного образования

МБОУ ДО Центр творчества «Содружество»

г. Краснодар, Краснодарский край

магистрант

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

Научный руководитель

Попова Юлия Ивановна

канд. психол. наук, преподаватель

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ ЛЮДЕЙ С МЕНТАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ СРЕДСТВАМИ ТЕАТРАЛИЗИРОВАННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

***Аннотация:** социально-культурная деятельность является одним из методов успешной реабилитации людей с ментальными нарушениями. Включение в программу реабилитации упражнений с использованием театрализованной деятельности является эффективным инструментом для развития их личностных качеств, успешной социализации и интеграции в общество. В статье приведен пример деятельности Краснодарской межрегиональной автономной некоммерческой организации Центра развития, обучения и социальной реабилитации «Время вперед», которая реализует комплексный подход к развитию, обучению и социальной реабилитации людей с ментальными расстройствами.*

***Ключевые слова:** социально-культурная реабилитация, инклюзивный театр, ОБЗ.*

Ментальные нарушения – это тяжелые нарушения психического развития, при которых, прежде всего, страдает способность к социальному взаимодействию и поведению (международная статистическая классификация болезней и проблем, связанных со здоровьем. Десятый пересмотр (МКБ-10)).

По данным ВОЗ, каждый четвёртый-пятый человек в мире имеет психическое или поведенческое расстройство. Проблемы развития коммуникативных навыков и интеграции в социальную среду людей с ментальными нарушениями являются актуальными для России. Согласно последним данным, в России на 1 апреля 2025 среди постоянных жителей страны, около 4 млн человек имеют инвалидность вследствие психических расстройств и ментальных нарушений (Федеральная служба государственной статистики (Росстат)). Следует учитывать, что реальная доля людей с такими нарушениями может быть выше официальной, так как не все обращаются за диагностикой и оформлением инвалидности.

Ментальные расстройства эндогенны (патологический процесс в организме, обусловленный внутренними (эндогенными) факторами, а не вызванный внешними воздействиями), влекут изменения и нарушения в сфере чувств, мышления, поведения, и, наряду с этим, по некоторым утверждениям, почти всегда происходят изменения соматических (телесное заболевание, в отличие от психического заболевания) функций организма [1].

К ментальным нарушениям относятся (психические расстройства и расстройства поведения описываются в разделе V Международной классификации болезней 10-го пересмотра, разработанного Всемирной организацией здравоохранения (в России эта классификация принята с 1997 года)): умственная отсталость, расстройства аутистического спектра, органическое поражение ЦНС, шизофрения, синдром Дауна и некоторые другие генетические заболевания. Это стойкие, необратимые нарушения преимущественно познавательной сферы, возникающим вследствие органического поражения коры головного мозга, имеющего диффузный (разлитой) характер [2].

Люди, имеющие инвалидность и нарушения в ментальной сфере, имеют разные диагнозы и особенности функционирования, однако всех их объединяет уровень восприятия информации, поступающей из внешнего мира – он отличается от обычного. Они затрудняются в понимании собственных эмоций, эмоций других людей, сложные явления социального характера вызывают трудности [3].

Особенности в развитии ментальной сферы не всегда связаны со снижением интеллекта, но всегда создают определенные трудности в восприятии информации в понятном всем обычным людям режиме и формате. Необходимо учитывать эти особенности при построении коррекционных программ, в технологиях преподавания, в самом процессе общения с такими людьми.

Социально-коммуникативные навыки людей с ментальными нарушениями нуждаются в регулярной поддержке с применением как медикаментозных способов, так и нелекарственных. К последним можно отнести методы психотерапии, медитации, оптимизацию питания, нормализацию сна, арт-терапию, музыкотерапию (рекомендации кафедры нервных болезней и нейрохирургии лечебного факультета ФГАОУ ВО «Первый Московский государственный медицинский университет им. И.М. Сеченова»).

А. Финк, и М. Бенедек в ходе исследований подтверждают, что занятие творческой деятельностью активно влияет на работу мозга [10]. Авторы исследовали нейрофизиологические механизмы творческого процесса, которые продемонстрировали, что креативная деятельность задействует различные области мозга, особенно лобные и височные доли, гиппокамп. Появились публикации и рекомендации по использованию учебных творческих дисциплин из широкого спектра сценических искусств. Практика показывает положительные результаты использования театрализованной деятельности в различных ее формах, влияющей на формировании познавательной, двигательной, эмоциональной сферы [4], что особенно важно при осуществлении коррекционной работы и психологического сопровождения лиц с ментальными нарушениями.

Специальная психологическая коррекция – это комплекс наиболее эффективных для достижения конкретных задач формирования личности и отдельных

ее свойств приемов, методик и организационных форм работы с клиентом или группой клиентов одного возраста [5]. Занятие данной деятельностью способствует развитию когнитивной гибкости, нестандартного мышления, улучшает память и поддерживает внутреннюю концентрацию и спонтанность мышления. Включение упражнений с элементами театрализованной деятельности или сценических искусств является эффективным способом создать вовлеченность лиц с ментальными нарушениями в процесс коррекционной работы.

Занятия сценическими искусствами происходит как правило в групповом формате. Возрастной ценз у людей с ментальными нарушениями почти отсутствует: поскольку их знания и опыт накапливаются медленно, уровень развития может сильно различаться даже среди ровесников с одним диагнозом. Практика показывает, что такие люди могут свободно общаться вне зависимости от возраста, что позволяет формировать смешанные возрастные группы. Однако следует разделять группы детей и взрослых. Подростки могут находиться в любой группе, учитывая их уровень знаний и поведения.

Занятия сценическими искусствами проходят в форме специальных театральных упражнений. Специальные театральные упражнения обучают способности «преднамеренно регулировать свои эмоции и чувства, стимулируя действия одних и затормаживая другие» (В.И. Селиванов) [6]. Тренируется самоконтроль личности, что является главным условием социализации. Эффективность занятий повышается, когда психолог учитывает эмоциональность учеников, их терпимость к другим, черты характера и уровень активности, оказывает необходимую моральную поддержку в ходе выполнения специального упражнения.

Специальное театральное упражнение – это импровизация, но не амплуа в спектакле. Это сам человек в ситуации «здесь и теперь». Внутренняя структура психологической готовности участника занятий включает интуитивное осмысление ситуации, озарение (нахождение своего действия, поступка), осмысление хода решения проблемы или адаптации к стрессовой ситуации; выбор способа решения. В некоторых источниках это носит название «психологии актера», и подразумевает умение актера анализировать действия и поступки другого человека.

Коррекционная работа проводится по следующим направлениям: повышение эмоционального, познавательного и коммуникативного уровня развития; формирование социальных представлений; развитие предпосылок для формирования творческой деятельности; улучшение динамики развития внеситуативно-познавательного общения; развитие речи, расширение словарного запаса [7].

Развитию речи следует уделить особое внимание, поскольку оно вызывает активацию моторных зон коры головного мозга и любое активное участие в процессе восприятия речи оказывает позитивное влияние на формирование и поддержание структур мозга, вовлеченных в речь и коммуникацию (исследование ученых из Стэнфордского университета (США). Опубликовано в журнале *Proceedings of the National Academy of Sciences (PNAS)* в 2016 году).

Говоря о программе обучения различным видам сценической и театрализованной деятельности, следует подчеркнуть, что каждая дисциплина должна преподаваться в полном объеме преподавателем, имеющим соответствующую профессиональную подготовку.

В программу обучения сценическими искусствами могут включаться.

1. Актерское мастерство, предполагающее демонстрацию коротких «этюдов», имитирующих реальные жизненные ситуации;
2. Работа с речью, направленная на улучшение дикции, четкость произношения и развитие голосовых данных;
3. Музыкально-танцевальные занятия, способствующие развитию ритма, координации движений и эстетическому восприятию.

Также это могут быть занятия вокалом, обучение кукловодению, цирковым номерам, навыкам изготовления реквизита и бутафории и другие.

Результаты проведенного обзора позволяют сделать выводы, что использование сценических дисциплин в ходе психологического сопровождения и коррекции с лицами с ментальными нарушениями дает положительный результат для людей с высоким уровнем тревожности, неуверенности в себе, с комплексом неполноценности, и прочим. Эти занятия служат важным средством развития личности, способствуют повышению эффективности деятельности. Основная

цель использования театральных методик – сформировать у участников позицию активного познающего субъекта, способного осознанно управлять своими эмоциями и достигать внутреннего равновесия.

Далее рассмотрим пример организации, занимающейся развитием, обучением и социальной реабилитацией людей с ментальными нарушениями. Реабилитационный центр «Время вперед» функционирует с 2024 года на территории города Краснодара. Программа обучения делится на два крупных блока: театрализованную деятельность и работу с психологом.

Основная группа участников – люди старше 18 лет, посещающие центр регулярно, четыре раза в неделю. Центр предлагает реабилитационные мероприятия, включающие занятия актерскому мастерству, кукловодению, вокалу (в группе и индивидуально), а также психологические консультации (в группе и индивидуально). Данные мероприятия направлены на развитие коммуникативных навыков, творческих способностей и улучшение психофизического состояния участников.

На базе центра создан инклюзивный музыкальный театр кукол, на базе которого проходят читки и репетиции. В постановке участвуют люди, не имеющие проблем со здоровьем, и инвалиды. При распределении ролей, учитываются индивидуальные качества каждого участника.

Работа с педагогом-психологом проводится дважды в неделю. В форме групповых тренингов участники выполняют нейрогимнастику, а также задания, направленные на развитие коммуникативных навыков, умения работать в команде и совладание с эмоциональными нагрузками. Индивидуальные сессии позволяют глубже изучить личностные особенности каждого участника, корректировать возникающие трудности и поддерживать внутреннее равновесие, что чрезвычайно важно для людей с ментальными особенностями.

По итогам шести месяцев занятий у участников, имеющих ментальные особенности, отмечается ощутимый прогресс. Коллектив успешно сплотился в процессе совместных творческих проектов и репетиций. Участники стали более открыты и разговорчивы, включая тех, кто ранее испытывал серьёзные социально-

коммуникативные трудности. Произошли значительные улучшения памяти участников и координации движений.

Таким образом, при использовании сценических искусств для развития коммуникативных навыков у людей с ментальными нарушениями, можно отметить существенные изменения. Занятия позволяют формировать положительную динамику развития личности, регулировать эмоциональные состояния.

Список литературы

1. Виттхен Г.-У. Энциклопедия психического здоровья / Г.-У. Виттхен; пер. с нем. И.Я. Сапожниковой, Э.Л. Гушанского. – М.: Алетейа, 2006. – 552 с.
2. Кулагина И.Ю. Эмоциональные реакции детей с задержкой психического развития в оценочной ситуации. Дефектология / И.Ю. Кулагина. – М., 2007.
3. Занков, Л.В. Психология умственно отсталого ребенка: книга для студентов / Л.В. Занков. – М.: Учпедгиз, 1939.
4. Медведев Е.А., Левченко И.Ю., Комиссарова Л.Н., Добровольская Т.А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании. – М.: Академия, 2001. – 245 с.
5. Крыжановская Л.М. Психологическая коррекция в условиях инклюзивного образования / Л.М. Крыжановская. – М.: Владос, 2013. – 143 с.
6. Рыжов Б.Н. Системные основания психологии / Б.Н. Рыжов // Системная психология и социология. – 2010. – №1. – С. 6–43. – EDN OJEVBP
7. Романова Е.С. Развитие социальных представлений как одна из задач гражданского и профессионального становления школьников / Е.С. Романова // Вестник практической психологии образования. – 2010. – №2 (23). – С. 50–55. – EDN VZTHIP
8. Трошин О.В. Основы социальной реабилитации и профориентации / О.В. Трошин, Е.В. Жулина, В.А. Кудрявцев. – М.: Сфера 2005. – 383 с. EDN QXNWAZ
9. Дзикини, А. Творчество в науке / А. Дзикини. – М., 2001.

10. Нейронные корреляты творческого познания: выводы из исследований МРТ о дивергентном мышлении. Прогресс в исследованиях мозга. – Т. 221. – С. 175–196.