

АУДИОВИДЕОПРОГРАММЫ ДЛЯ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ, ПЕРЕЖИВШИХ ЧРЕЗВЫЧАЙНУЮ СИТУАЦИЮ

Аннотация. В работе приводятся анализ и метод реабилитации детей и подростков, попавших в чрезвычайную ситуацию. Использование компьютерных программ, составленных в аудио-видео формате (например, цвето-звуковом) – как метод целенаправленного корригирующего воздействия на эмоциональную составляющую ребенка с целью снятия стресса и гармонизации его межличностных процессов.

Ключевые слова: пострадавшие дети и подростки, социальная реабилитация, страх, чрезвычайная ситуация, стресс, цвето- и звукотерапия, аудио-видео-программы

В результате экономических, социальных и политических процессов последних 15-20 лет внимание психологов, педагогов, социальных работников направлено на изучение травматического влияния разнообразных чрезвычайных ситуаций на психику человека, особенно детей.

В Федеральном законе «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ) дано определение чрезвычайной ситуации: «Чрезвычайная ситуация – это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иных бедствий, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной зоне, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей» [1].

В научно-педагогической литературе достаточно подробно рассмотрены многие аспекты негативных последствий чрезвычайных ситуаций, изучены основные стрессогенные факторы, проанализированы особенности поведения участников трагических ситуаций. Особое внимание исследователями уделяется последствиям психотравмирующих событий, аспектам проявлений посттравматических стрессовых расстройств детей и подростков,

предлагаются различные коррекционные мероприятия, осуществляемые во время проведения реабилитационных мероприятий [2, 3].

В последние годы, в связи с нестабильной ситуацией в соседних странах, возникла дополнительная проблема с детьми, связанная с перемещением в Россию большого числа беженцев. При этом положение определенной части детей можно охарактеризовать как социальное сиротство, к которому приводит отчуждение ребенка от общества, от родных и близких ему людей. Нет достоверных научных данных о психологических особенностях детей и подростков, попавших в подобную ситуацию, об эффективных методах решения проблем социального сиротства, психического и личностного развития пострадавших. Не найдены оптимальные способы психолого-социальной профилактики стрессов и психолого-педагогической помощи этим детям.

Одной из важных проблем изучения остается состояние ребенка, пережившего чрезвычайную ситуацию. Особое место в изучении вопросов переживания ребенком травматических событий занимают исследования, посвященные проблеме психической травмы ребенка различного генеза [4].

Помощь детям, ставшим жертвами насилия (бытового, сексуального, обусловленного военными действиями), жертвами природных катаклизмов (землетрясение, наводнение), техногенных аварий или просто жертвами социальной агрессивной среды, для определения правильного подхода к реабилитации начинается со сбора информации и диагностического обследования и часто этим и заканчивается, в крайнем случае, пострадавшим оказывается материальная и правовая поддержка. Эта помощь не будет иметь никакого смысла (если не принесет еще и вреда ребенку), если основной целью всех мероприятий не будет психосоциальное содействие в его реабилитации и осознания ребенком нового смысла жизни после пережитого.

Само участие ребенка в трагическом событии (какой бы природы оно не было) рассматривается в рамках теории пост-травматического стрессового расстройства как факт психической травматизации - «психическая травма» [5, 6]. В нынешнее время это понятие используется исследователями и учеными все чаще и чаще для обозначения состояний переживших ситуацию, выходящую за рамки обычного человеческого опыта.

С каждым днем социальная реабилитация детям и подросткам становится все более актуальной. Если же учесть, что, согласно исследованиям российских ученых [7] по установлению психологического личностного профиля детей с различными ограниченными возможностями жизнедеятельности (врожденного или приобретенного характера) по методу Дж. Голланда, социальный тип характерен для 57% детей (конвенциональный - 23%, реалистический - 13%, предприимчивый - 7%, интеллектуальный - 1%), то становится понятной роль социальной адаптации для детей в большинстве стрессовых ситуаций.

В отличие от взрослого ребенок или подросток не всегда может адекватно воспринимать и оценивать происходящее с ним и вокруг него, не всегда может описать произошедшую ситуацию и, конечно, он не всегда сможет пояснить, то, что чувствует

и переживает. Ведь ребенок или подросток может получить интенсивный стресс, даже если он оказался простым свидетелем трагедии. Доминирующим в эмоциональном состоянии пострадавшего ребенка является сильный страх, беспомощность, растерянность, ужас, опасение за свою жизнь и жизнь близких ему людей и даже агрессия, часто направленная на любого, кто пытается напомнить о происшедшем.

В таких ситуациях для оказания помощи следует проводить мероприятия, направленные в первую очередь на работу со страхами, беспокойством и чувством опасности пострадавшего. Для обеспечения эффективности оказанной помощи пострадавшему ребенку важным является установление психологического контакта с ним. Обычное собеседование - планируемый разговор между взрослым и ребенком, преследующий определенную взрослым цель, может дать непредсказуемый отрицательный или нулевой результат и еще больше травмировать ребенка. Замечено, что при работе с детьми при реабилитации после чрезвычайных ситуаций, практически в 70 % случаев наиболее быстро контакт с ребенком устанавливается с помощью игровой формы.

Игровая форма может применяться как для получения информации о произошедшем, так и для проработки чувств и эмоций пострадавшего ребенка, помогая определить так называемые его «болевы зоны» и остановить свой выбор на дальнейшем векторе мероприятий в рамках оказания ребенку содействия.

Используемые методики зачастую не решают до конца проблемы, так как в решении каждой проблемы очень важны не только отработанные оптимизированные приемы и методы, но и индивидуальный подход с учетом многих нюансов конкретной ситуации.

В наше время развивается и набирает темпы в социальной и врачебной практике вибрационная биология и медицина, рассматривающие человеческий организм как сложный многомерный комплекс взаимосвязанных синхронизированных биологических ритмов.

Исследованиями биоритмологов [8, 9] было показано, что стрессовое воздействие ведет к существенному изменению биоритмологической деятельности функциональных систем организма, возникновению десинхроноза, проявляющегося в физиологических и психологических сбоях. При этом, степень нарушения биологических ритмов тем больше, чем тяжелее и продолжительнее воздействие [10]. Отсюда вытекает необходимость применения в психосоциальной реабилитации корригирующих мероприятий, действие которых направлено на элиминацию биоритмических нарушения организма.

При работе с детьми продуктивные методы биоритмической коррекции чаще определяются в диапазоне цвето-звуковых вибраций. Семь видимых и невидимых цветов, должны вибрировать, чтобы поддерживать гармоничное равновесие и ритмическое функционирование. Любое нарушение этой ритмической гармонии уже само по себе сначала вызывает разбалансировку, а затем полное отсутствие баланса, что даже может стать причиной смерти человека. Цветовая гамма имеет зачастую определяющее значение при корригирующей терапии.

Изучение цвето-звуковых влияний на организм проводится со времен древнейших цивилизаций. Однако только в последнее время терапевтические свойства звука и цвета начали привлекать внимание научной и медицинской общественности. Организованы Международное общество развития звукотерапии и ассоциация «Медицина и искусство», объединившие врачей и ученых в области цвето- и звуколечения [11]. В основе звукотерапии лежит принцип резонанса, основанный на подборе «здоровой» резонансной частоты звуковых колебаний присущей от природы каждой функции организма каждому органу, каждой ткани, клетке и молекуле [12, 13]. В теоретических «нано»-исследованиях ДНК установлены энерго-цвето-звуковые характеристики построения нуклеотидной цепи, определяющиеся закономерностями диатонической гаммы [14]. При этом механизмы «вырожденности» и «мультиплетности» генетического

кода могут быть связаны с возможностью одного и того же участка ДНК в определенных пределах изменять диапазон акустико-музыкальных характеристик [15]. Эти исследования еще раз подтверждают многоуровневость и иерархию регуляции внутренней и внешней синхронизации функционирования отдельных систем организма и позволяют утвердиться в предположении, что организм, как открытая система, при десинхронозных нарушениях способен откликаться на «внешнюю настройку» баланса частот [10].

Предпосылками к разработке методики явилось осмысление того, что десинхронозные нарушения можно элиминировать, определив «здоровую» частоту органа и направив на него волну этой же частоты. Физический аспект звука имеет большое влияние на человеческое тело. Весь механизм тела – мускулы, циркуляция крови, нервы — все приводится в движение силой вибрации. И в нем существует резонанс для каждого звука, так что тело человека является живым звуковым резонатором.

В соответствии с литературными сведениями каждая гласная А И У Е О имеет присущий ей вибрационный ряд, отражающий определенный диапазон свойств и явлений. Ученый Гельмгольц, исследуя звучание этих пяти гласных звуков, пришел к выводу, что они резонируют с определенными частями тела. Звук АААА исходит из сердца, звук ЕЕЕЕ – из горла, ИИИИ – из лба, ОООО – из пупка, УУУУ – по позвоночнику. Следовательно, слоговые сочетания (гласных и согласных букв) не случайны. Они несут смысловую нагрузку, заключающуюся в том, что согласный звук (буква) несет в себе силу вибрации произношения, а гласный звук несет идею, целенаправленность действия [16, 17].

Это понимание процессов явилось основанием выбора частотного цвето-звукового воздействия (мультимедийная программа для стимуляции активности отдельных органов и систем, разработанная в Международном Университете природы, общества и человека «Дубна», Россия).

При этом, если учесть, что корректирующие мероприятия для нормализации нарушенных ритмов должны быть контролируемы и адекватными индивидуальным особенностям организма ребенка, понятно, что обеспечить это могут только индивидуально подобранные сочетанные цвето-звуковые игровые комплексы.

Перед началом работы с ребенком преподаватель должен определить вид и причины кризисной ситуации, проявления кризиса, факторы, влияющие на протекание и преодоление кризиса, провести, если возможно, экспресс-диагностику и экспресс-коррекцию состояния ребенка, определиться с формами пролонгированной коррекционной работы, возможностью использования методов арт-терапии, звукоцветотерапии, использования суггестивных и рациональных методов.

Предложенная методика, включающая в себя аудиовидеопрограммы, состоит из трех частей: *логопедической, музыкальной и игровой.*

Логопедическая часть состоит из произношения звуков, соответствующих нотному ряду диатонической гаммы. Например: произносится звук А-А-А с одновременным проигрыванием на музыкальном инструменте (пианино, синтезаторе) ноты ДО в соответствующей октаве. Далее упражнения усложняются до произношения слогов, отдельных ключевых слов и разговорной речи. В процессе занятий принципиальным является подбор комплементарных пар: буква—звук.

Музыкальная часть состоит из пропевания отдельных нот, соответствующих центрам чувственного восприятия и прослушивания музыкальных фрагментов классической музыки. В процессе пропевания и прослушивания музыки ребенок или подросток рисует простые фигуры, например, круги, цветом, комплементарным звуку, либо звуковой тональности произведения. Подбор комплементарных пар-звук-нота, производится в соответствии с индивидуальностью пострадавшего.

Игровая часть состоит из просмотра компьютерной программы, включающей мультимедийные интерактивные средства

активации центров чувственного восприятия звука и цвета, осуществляемого генерированием звуковых колебаний и цветовых эффектов, введенных в компьютер. Звук и цвет подаются и воспринимаются одновременно в комплементарной паре. Комплементарные пары подаются последовательно в расчетном временном диапазоне.

Способ предусматривает одновременное (синхронное) воздействие на организм ребенка звука и цвета. Активация чувственного восприятия звуком и цветом осуществляется генерированием звуковых колебаний резонансной частоты, соответствующей природной «здоровой» индивидуально подобранной частоте вибрации. Комплементарные пары звук-цвет подаются последовательно в порядке чисел «золотого сечения», что обеспечивает гармоничное воздействие на организм ребенка, делает метод безопасным, удобным в применении. Использование мультимедийной программы включает проигрывание звуков определённой тональности, вывод на экран изображения (видео) с разверткой изображения на весь экран (при разрешении экрана при демонстрации видео не менее 800x600), с демонстрацией каждой картинке, сопровождающейся звуком, продолжительностью не менее 12 сек. Общая продолжительность одного сеанса минимальна 10 мин, в процессе работы подбирается индивидуально. Программа разработана и апробирована профессором Кулаковой М.А. (имеются лицензия на применение и международный патент на открытие, зарегистрированный 14 мая 2014г. в Международном Институте Интеллектуальной Собственности при МУФО и Международном Парламенте Безопасности и Мира).

Анализ опыта практического использования разработанных программ в различных возрастных группах детей (3-6 лет, 7-9 лет, 10-14 лет) с различными психологическими проблемами позволяет судить об эффективности предложенных технологий в подготовке детей к школе, в снятии стрессов, страхов, асоциальных проявлений, в повышении когнитивных

способностей, а также рекомендовать использование этого метода для социальной реабилитации детей и подростков, переживших чрезвычайную ситуацию.

Наш опыт показывает, что именно рисование, лепка пластилином, пропевание нот, просмотр красочных смысловых программ помогают отвлечься от происходящего, перенаправить свои чувства на предмет, с которым совершаются манипуляции, и, в результате творческой работы, успокоиться и сконцентрироваться на позитивных моментах ситуации.

Программы предназначены для реабилитации детей и подростков, переживших чрезвычайную ситуацию, способствуют развитию речи, убиранию заикания, развитию коммуникабельности.

Кроме того, методы такой терапии позволяют направить сознание пострадавшего на работу с травмой, «отреагировать» и пережить приобретенный негативный опыт. Описанная выше методика позволит повысить эффективность работы по оказанию социальной помощи детям, которые стали жертвами чрезвычайной ситуации.

Предложенные методы с использованием компьютерных программ, составленных в аудио-видео формате, способствуют восстановлению природной частоты функциональной активности органов и систем организма, внешней и внутренней синхронизации их работы, что позволяет восстановить нарушенные ритмы организма ребенка, снизить или полностью элиминировать стрессовые проявления – последствия пережитых чрезвычайных ситуаций.

Список литературы

1 21 декабря 1994 года N 68-ФЗ. Российская федерация. Федеральный закон. О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера <http://base.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?req=doc;base=LAW;n=166115>

2 Соколова Е.Т. Влияние на самооценку нарушений эмоциональных контактов между родителем и ребенком и формирование аномалий личности // Семья

и формирование личности / Под ред. Бодалева А.А., Столина В.В. - М.: Изд-во МГУ, – 1981. – С. 15-21.

3 Черепанов Е.М. Психологический стресс: Помоги себе и ребенку: книга для школьных психологов, родителей и учителей. - 2-е изд. - М.: Академия, – 1997. – 96 с.

4 Юл У. Уильяме Р.М. Стратегия вмешательства при психических травмах, возникших вследствие масштабных катастроф // Детская и подростковая психотерапия / Под ред. Д.А. Лейна, Э. Миллера – СПб.: Питер, – 2001. – С. 275-308.

5 Венгер А.Л., Морозова Е.И., Морозов В.А. // Московский психотерапевтический журнал. – 2006. – № 1. – С. 131-159.

6 Кризова психолопия: Навальный пошбник / За заг. ред. проф. Тшченка О.В.. - Харюв: НУЦЗУ; Мьюка друкарня, – 2010. - 383 с.

7 Тест Голланда Дж. (Холланда Дж.) в модификации. Резапкиной Г.В на определение профессионального типа личности http://do.nkse.ru/index.php?catid=15:profor&id=64:toprtl&option=com_content&view=article

8 Halberg F. Chibisov S.M., Radysh I.V. et al. Time structures (Chronomes) in us and around us. -Moscow : PFUR, – 2005. – 186 p.

9 Шишко Е.Д., Гамалея Н.Ф., Минченко А.Г. Суточный ритм, циркадианные гены и злокачественные новообразования // Онкология. — Украина,– 2010. — 12, N 4. — С. 316-320.

10 Гончарова Т.Г. Десинхронозные показатели организма как лимитирующие факторы гомеостаза и пути его нормализации в противоопухолевой терапии //Проблемы эволюции открытых систем / X Международная научная конференция, Алматы, 2008.- С.35-36.

11 Исцеление гармониками. Медицина будущего <http://overtone.ru/shamanizm/?content=item&item=52>.

12 Фролов М.В. Влияние сопровождающей музыки на результаты операторской деятельности у лиц с различным уровнем тревожности. // Физиология человека. – 2005. – Т. 31. №2. – С.49-57.

13 Инайят Х.Х. Мистицизм звука. Москва: «Сфера», – 2002. – 202с.

14 Кулакова М.А., Полынцев Д.А. Волновые характеристики природных систем. Расчетные таблицы: Справочник. / Под редакцией Ю.А. Рахманина, – М.: «Офорт», –2009. –151 с.

15 Гавриш О.Г. Гурвич А.Г.: Подлинная история биологического поля. // medem.kiev.ua/page.php?pid=295.

16 Менли П. Холл. Пифагорейская теория музыки и цвета из книги Энциклопедическое изложение символической философии. – Новосибирск «Наука». – 1997. – С. 283-298.

17 . Гоникман Э. И Даосские целительные звуки. – // М.– Изд. дом МСП; Гельмгольц Г. ayurvedabest.ru/sound/sound-1.php

Принято в печать 3.06.14

А.С. Гончарова

Международный Университет природы, общества и человека «Дубна», г. Дубна, Россия

АУДИОВИДЕОПРОГРАММЫ ДЛЯ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ, ПЕРЕЖИВШИХ ЧРЕЗВЫЧАЙНУЮ СИТУАЦИЮ

Аннотация. В работе приводятся анализ и метод реабилитации детей и подростков, попавших в чрезвычайную ситуацию. Использование компьютерных программ, составленных в аудио-видео формате (например, цвето-звуковым) – как метод целенаправленного корректирующего воздействия на эмоциональную составляющую ребенка с целью снятия стресса и гармонизации его межличностных процессов.

Ключевые слова: пострадавшие дети и подростки, социальная реабилитация, страх, чрезвычайная ситуация, стресс, цвето- и звукотерапия, аудио-видео-программы

A.S. Goncharova

International University of Nature, Society and Man «Dubna», Dubna, Russia
soulromance@list.ru

AUDIOVIDEOPROGRAMS FOR SOCIAL REHABILITATION OF CHILDREN AND TEEN-AGERS EXPERIENCED EMERGENCY SITUATION

Abstract: The paper presents the analysis and the method of rehabilitation of children and adolescents experienced an emergency situation. The use of computer programs made in the audio-video format (for example, color and sound) - the real way of purposeful corrective effect on the emotional component of a child for the purpose of relieving stress and harmonize its interpersonal processes.

Keywords: affected children and adolescents, social rehabilitation, disaster, fear, emergency situation, stress, color therapy and sound therapy, audio-video programs.