



Бюджетное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Методический центр развития социального обслуживания»



РОЛЬ СЕМЬИ В ЖИЗНИ НЕЗРЯЧЕГО ЧЕЛОВЕКА

Практические рекомендации

Сургут
2015

Понимание ситуации

Потеря зрения для человека – это сильное испытание. Ослепший человек не приспособлен к своему новому положению, и поэтому не уверен в себе и беспомощен. Часто это сказывается на душевном состоянии: человек либо раздавлен тем, что с ним случилось, либо возбужден и агрессивен.

Вы чаще всего чувствуете сердцем, когда близкий человек, потерявший зрение, нуждается в помощи, но не знаете, как ее оказать. Стараясь помочь незрячему, вы часто чрезмерно опекаете его, тем самым лишая возможности адаптироваться к изменившимся условиям жизни.

Не опекайте незрячего, а помогите ему проявить себя! Для этого необходимо выработать у незрячего умения, которые помогут вернуть ему самостоятельность. Ведь именно самостоятельность избавит от зависимости окружающих, позволит уменьшить ограничения жизнедеятельности, придаст уверенность в собственных силах, повысит мотивацию к деятельности.

Организация пространства

Для того чтобы незрячий чувствовал себя комфортно и безопасно в квартире, мог выполнять домашние обязанности, необходимо специально организовать пространство квартиры и следовать рекомендациям:

➤ квартира не должна быть загромождена мебелью, лишними предметами;

- двери в квартире всегда должны быть либо закрыты, либо полностью распахнуты. К этому следует приучить всех родственников, друзей и знакомых;
- желательно наличие электроплиты, так как пользование электрической плитой значительно проще и безопаснее, чем газовой;
- каждая вещь должна храниться в определенном для нее месте. Это позволит незрячему при необходимости по памяти легко и быстро найти ее;
- в шкафах желательно установить магнитные защелки, на краях полок в шкафах укрепить небольшие бортики, на полки наклеить брайлевские метки;
- в быту необходимо использовать специальные технические средства для незрячих.

Совет



Незрячему и его близким необходимо помнить, что овладение навыками самообслуживания и ведения повседневной бытовой деятельности без зрительного контроля достаточно долгий и трудоемкий процесс, результатом которого является приобретение незрячим самостоятельности и независимости в быту.

Тифлотехнические средства для организации повседневной жизни незрячего и слабовидящего

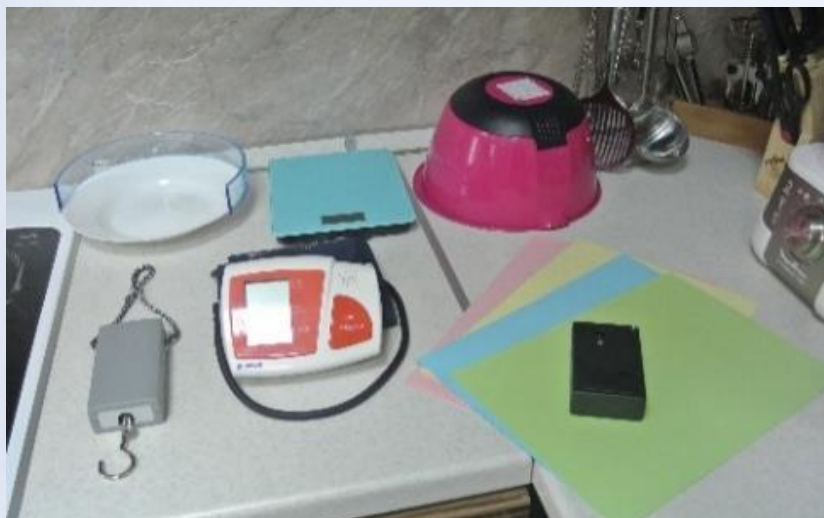
Тифлотехнические средства реабилитации незрячих и слабовидящих представляют собой совокупность специальных средств и приспособлений, позволяющих осуществлять компенсацию выраженных нарушений функций органа зрения и способствующих активному приспособлению человека к окружающей среде.

В настоящее время существует много технических средств, помогающих незрячему в быту, это:

- индикатор уровня жидкости звуковибрационный;
- тактильные настольные часы с крупными цифрами;
- говорящие крышки;
- кухонные весы с речевым выходом;
- говорящий бытовой безмен;
- говорящий калькулятор;
- нож-дозатор для нарезки продуктов;
- дозаторы для сыпучих продуктов;
- приспособления для открывания банок;
- ограничитель для тарелок;
- мера портновская с рельефными делениями;
- определитель цвета;
- набор тактильных меток;
- медицинский тонометр с речевым выходом и др.



*Нож-дозатор, говорящий калькулятор,
говорящая рулетка и др.*



*Говорящий бытовой безмен, медицинский тонометр с
речевым выходом, определитель цвета и др.*



*Пример адаптации предметов быта
тактильными и брайлевскими метками для незрячих и
слабовидящих*

Пространственное ориентирование

Многие незрячие даже после прохождения курса реабилитации и обучения не решаются сделать первый шаг и начать самостоятельно передвигаться по улицам города с помощью белой трости.

Задача близких – убедить незрячего использовать трость, так как это самый совершенный инструмент, помогающий в ориентировании и безопасном передвижении в пространстве. Незрячему необходимо помнить, что ходить с тростью – огромное физическое и психологическое напряжение, но оно дает счастье от ощущения реальной свободы и самостоятельности.

Подбадривайте близкого человека и сподвигните его на самостоятельный выход. Вы можете попросить незрячего сходить в магазин по известному маршруту, пока вы будете на работе.

Незрячему потребуется ваша помощь при освоении новых маршрутов от дома до аптеки, почты, остановки автобуса. Выступите в роли инструктора по ориентированию при освоении нового маршрута: описывайте местность, где проходит маршрут, помогайте запомнить расположение улиц.

Важно помнить!

Осязание, как и слух, имеет огромное значение для ориентирования без зрения. Незрячий ощущает ногами и тростью, по какой дороге он идет: асфальту, грунтовой дорожке, натоптанной в снегу тропинке и т. д. Руками и

тростью можно определить, что находится вокруг тротуара: кусты, деревья, стены домов, заборы. Все эти предметы являются ориентирами для незрячего.

Тифлотехнические средства для пространственного ориентирования



Говорящий маячок, ультразвуковые очки, электронная трость и др.

- электронный компас;
- ультразвуковой фонарь;
- ультразвуковые очки;
- специальные устройства для оптической коррекции слабовидения.

К тифлотехническим средствам, помогающим при пространственном ориентировании, относятся:

- трость тактильная (белого цвета);
- электронная трость;



Оптические лупы, портативный видеоувеличитель и др.

Настольные игры и средства досуга

Потеря зрения не является препятствием к организации интересного досуга.

Существует много способов проведения свободного времени: прогулки, слушание телевизора и радио, посещение концертов и спектаклей, музеев, спортивных площадок, игра в досуговые игры.



Шахматы, шашки и домино для пользования незрячими

Например, игра в домино для слепых отличается от обычной тем, что точки на фишках выпуклые и поэтому легко воспринимаются на ощупь. Линия, разграничивающая фишку на две части, тоже выпуклая. Кроме того, пустая часть фишки (например, на фишке «три-пусто») помечается выпуклой вертикальной чертой.

Шашки для незрячих также имеют свои особенности. Черные поля на шахматной доске приподняты по отношению к белым так, что каждая шашка находится как бы в ячейке. Поверхность черных снабжена выпуклым ободком, в результате чего в центре образуется маленький гладкий круг. Шашки белого цвета никакого ободка не имеют, и на ощупь их поверхность воспринимается как гладкий круг.

Совместное проведение досуга способствует созданию благоприятной атмосферы и формированию положительных отношений между всеми членами семьи.

Уважаемые родные и близкие!

Следование данным рекомендациям поможет вам создать безопасные условия по обеспечению физического и психологического комфорта незрячего члена семьи, что позволит ему успешно адаптироваться в окружающей среде.

Где получить помощь?

Квалифицированную помощь по вопросам обучения навыкам пространственного ориентирования, ведению домашнего хозяйства и самообслуживания, пользованию персональным компьютером, техническими средствами и по многим другим вам окажут в отделе обучения и допрофессиональной подготовки инвалидов по зрению бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания» по адресу: г. Сургут, ул. Лермонтова д. 3/1.

Отдел обучения и допрофессиональной подготовки инвалидов по зрению

Целью отдела является выработка у инвалидов компенсаторной приспособленности к бытовому и культурному самообслуживанию, самостоятельному ведению активной жизни посредством обучения и допрофессиональной подготовки.

Задачи отдела:

1. Создание необходимых условий для выработки у инвалидов компенсаторной приспособленности к бытовому и культурному самообслуживанию, самостоятельной жизнедеятельности.
2. Оказание социально-педагогических услуг инвалидам.
3. Проведение допрофессиональной подготовки и профориентации инвалидов.
4. Осуществление взаимодействия с предприятиями, учреждениями и организациями по вопросам комплексной социальной реабилитации инвалидов.

Функции отдела:

- Обучение пользованию тифлосредствами, доступным навыкам самообслуживания в быту с помощью специальных тифлоприборов.
- Обучение социально-средовой ориентации и адаптации, пространственному ориентированию с помощью белой трости, защитных техник, обучение (восстановление) навыкам передвижения, ориентирования в пространстве, правилам поведения в общественных местах (в магазине, на почте, на остановке, в транспорте и т. п.).
- Обучение (восстановление) навыкам личной гигиены, приему пищи, умению самостоятельно одеваться и обуваться.
- Обучение (восстановление) навыкам повседневной бытовой деятельности (ведение домашнего хозяйства, отработка практических навыков без зрительного контроля по приготовлению пищи, расположению мебели

и необходимых предметов в квартире, глажке белья, чистке обуви, покупке продуктов и др.).

- Обучение чтению и письму рельефно-точечным шрифтом по системе Брайля.

- Обучение инвалидов информационным технологиям, включая пользование персональным компьютером с программами экранного доступа (голосовыми помощниками), в том числе знакомство с социальными сетями, с тематическими, дискуссионными интернет-рассылками для незрячих и слабовидящих пользователей, ознакомление с возможностями и способами самостоятельного выкладывания информации в глобальную сеть и сохранения информации.

- Разработка методик и технологий в сфере социального обслуживания.

- Организация межведомственного взаимодействия, заключение соглашений с организациями образования, культуры, здравоохранения, физической культуры и спорта, общественными организациями инвалидов, иными заинтересованными организациями и ведомствами.

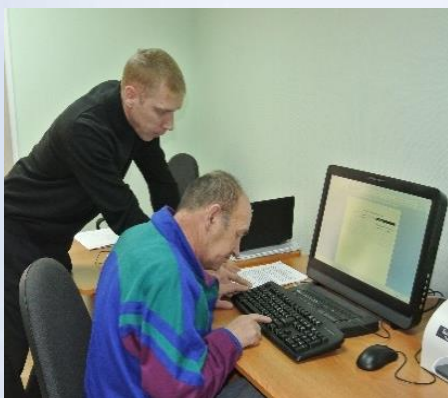
- Реализация мероприятий социальной реабилитации индивидуальной программы реабилитации инвалидов в соответствии с приказами Департамента социального развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, в том числе разработка и реализация межведомственных реабилитационных маршрутов инвалидов.

- Оказание социально-правовых услуг инвалидам.

- Оказание рекреационной и профессиональной реабилитации инвалидов в организациях культуры,

образования, физической культуры и спорта, иных организациях в рамках межведомственного взаимодействия, включая перевозку инвалидов в перечисленные организации.

- Разработка индивидуальных рекомендаций по дальнейшей жизнедеятельности в постреабилитационный период, в том числе в условиях комплексного центра социального обслуживания населения по месту жительства инвалидов.



Директор

Бодак Александра Владимировна, к. п. н., доцент.

Тел./факс 8 (3462) 52-11-94

Заместитель директора

Панкратова Наталья Евгеньевна, к. п. н.

Тел. 8 (3462) 32-33-46

Заместитель директора

Медведева Ирина Алексеевна, к. п. н.

Тел. 8 (3462) 52-11-93

Начальник отдела

**обучения и допрофессиональной подготовки
инвалидов по зрению**

Соломеина Наталья Анатольевна

Тел. 8 (3462) 34-47-90

Адрес учреждения:

628418, г. Сургут, ул. Лермонтова, д. 3/1.

E-mail: zentr@dtszhmao.ru

Веб-сайты: www.methodcentr.ru,

www.socioprofi.com

