



# Как да адаптираме фотографията за хора с когнитивни увреждания

## Основна цел

Целта на този практически лист е да представи как да се адаптират свързаните с фотографията дейности, така че хората с когнитивни увреждания да могат да участват и да разберат по-добре изкуството.

В този практически лист вие ще:

- Научите повече за когнитивните разстройства като цяло,
- Научите повече за това как да създадете подходяща среда за развитие на креативността при хора с деменция
- Научите как да адаптирате артистичните дейности към хора с деменция.

## От какво имате нужда:

**Елементи на фотографията:** подбор на снимки (семейство, домашни любимци, природа...); фотохартия.

**Канцеларски материали:** ножици; ламинатор; маркер; перфоратор; карабинер; двустранна касета; комуникационен бележник XL.

**Компютър:** копирна машина; компютър с различен софтуер (за обработка на текст чрез символи или изображения (напр. SymWriter); за обработка на снимки (напр. lighthroom; photoshop) и за създаване на уебсайтове (напр. Wix, WordPress)); принтер; камера.

## Предизвикателства и настройки

Съгласно Закона от 11 февруари 2005 г. за равенство на правата и възможностите, участието и гражданството на хората с увреждания, увреждането се определя, както следва: „Представлява увреждане по смисъла на закона, всяко ограничаване на дейността или ограничаване на участието в обществото, претърпяно в среда от лице поради съществена, трайна или постоянна промяна на една или повече физически, сетивни, умствени, когнитивни или психични функции,



множествено увреждане или инвалидизиращо здравословно разстройство.

Ето някои ключови цифри относно уврежданията в Европейския съюз:

- 87 милиона души имат някаква форма на увреждане.

- 1/3 от населението или 179 милиона души са засегнати от поне едно мозъчно заболяване.

- Повече от 4,9 милиона души са засегнати от най-честата форма на деменция, болестта на Алцхаймер.

В този информационен лист ще се съсредоточим върху когнитивните увреждания. Този вид увреждане в повечето случаи е "невидимо" увреждане.

„Когнитивните разстройства се определят като набор от симптоми, които включват проблеми с паметта, проблеми с възприятието, забавено мислене и решаване на проблеми.“

Има повече от 250 когнитивни разстройства, ето основните от тях:

-*Амнезия*, която се характеризира с частична или пълна загуба на паметта. Тя може да бъде точна и окончателна, селективна или глобална

-*Делириум*, който се характеризира с повече или по-малко като всеобхватно нарушение на функционирането на ума. Това може да бъде следствие от алкохолна абстиненция или консумация на психотропни вещества.

-*Деменция*, която се характеризира със спад в умствените способности. Симптомите включват загуба на памет, затруднено извършване на дейности, личностни разстройства, трудности при ориентиране, проблеми с използването на езика. Много деменции са прогресивни, тоест симптомите се появяват бавно и прогресивно се влошават.

Болестта на Алцхаймер е най-честата форма на деменция. Според Световната здравна организация в света има повече от 50 милиона души с деменция, като всяка година се появяват 10 милиона нови случая. Деменцията е една от водещите причини за зависимост и увреждане при възрастните хора.

Деменцията е резултат от комбинация на заболявания и наранявания, които увреждат мозъчните клетки. Увредените клетки пречат на мозъка да функционира правилно. В случай на хора с болестта на Алцхаймер, хипокампусът (център за учене и памет) на мозъка е увреден.

В днешно време няма лечение, което да излекува деменцията или да забави нейното развитие. Въпреки това, е възможно да се намалят симптомите и да се подобри качеството на живот на хората с деменция.

Проблемите, свързани с деменцията, могат да се проявят по различни начини. Можем да различим:

-Семейно изключване: Внезапната промяна в поведението и късната диагноза могат да причинят неразбиране в семейния кръг.

-Социалното изключване се разделя по три направления: професионална дисквалификация, страх от болестта от страна на обществото и приемането на човек с деменция като безполезен.

## Адаптация

След като видяхме кратък преглед на различните когнитивни разстройства, сега можем да обсъдим някои от подходите, които могат да помогнат/насърчат изпълнението на художествени дейности за хора с деменция.

Важно е да се разберат нуждите на хората с деменция. Можем да различим различни типове потребности като нужда от яснота и информация за болестта, комфорт, безопасност, приемане, подкрепа, самочувствие, социален контакт, удоволствие и накрая необходимостта от ангажиране в приятни дейности.

**Подход на арт терапия:** Този подход може да помогне за подобряване на качеството на живот на лицето с деменция. Арт терапията се основава на използването на различни художествени медии като рисунки, живопис, скулптура, фотография. Често се използва при хора, които са отслабени от физически и/или психически разстройства. Не е необходимо да имате никакви художествени познания, за да следвате сесия на арт терапия. Единствената цел на този подход е да позволи на лицето с увреждане да се изразява свободно. Финалната работа може да отразява мечта, емоция, мисъл, спомен. Освен това всички негови елементи могат да помогнат да научите повече за личността на лицето с увреждане. Арт терапията подобрява емоционалното и поведенческото благополучие, намалява тревожността и стреса и насърчава положителните емоции.

**Метода на Монтесори:** Този метод, разработен от д-р Мария Монтесори, е предназначен на първо място да насърчава и развива самочувствието у децата. След това в началото на 20-ти век е адаптиран от невропсихолога професор Камерън Кемп за хора, страдащи от болестта на Алцхаймер. Той има за цел да се съсредоточи върху използването на запазените

способности на зависимия човек и има за цел да забави загубата на самостоятелност. Позволява на пациента да намери място в общността.

Екологично-протезен подход: Важно е да се развива дейността на хората, страдащи от деменция. Създаден е през 70-те години на миналия век в Съединените щати. „Целта му е да компенсира когнитивните загуби, присъщи на лица с деменция чрез околната среда“. Подобряването на работното пространство има референтни точки и по този начин се насърчава развитието на творчеството.

## Практически примери и вдъхновение

По-долу ще намерите примери за артистични дейности, адаптирани към хора с деменция:

### Дейност 1: “Фотографска памет”

Създаване на уъркшоп за "фотографска памет" за предизвикване на спомени при хора с болестта на Алцхаймер.

Стъпки за следване

1. Изрежете снимки на любими хора, животни, места
2. Направете фотокопия на избраните снимки
3. Идентифицирайте снимките четливо, като използвате прост речник
4. Ламинирайте всяка снимка (за да не ги повредите при боравене с тях)
5. Прикрепете всички снимки с карабинер.



## **Дейност 2: Комуникационна система за обмен на картини - PECS**

Създаване на уъркшоп на базата на метода PECS (Picture Exchange Communication System). Този метод се състои в общуване чрез обмен на снимки. Тя позволява на хората с когнитивни разстройства - както и на всеки с проблеми със социалното взаимодействие - да общуват. В допълнение, методът PECS помага за развитието на езика, стимулира ученето, насърчава самостоятелността и помага за намаляване на поведенческите проблеми. Например: зависимото лице трябва да има на разположение ясна и проста банка с изображения (представяща обекти, хора или действия от ежедневието). Човекът е този, който инициира обмена, като представя на възпитателя образ, който отговаря на неговите/нейните текущи нужди. Този метод е лесен за разбиране, практичен и евтин.

## **Дейност 3: Уъркшоп за фотография**

Организирайте уъркшоп, където хората с увреждания да правят снимки и да направят фотоизложба. Целта е двойна:

1-Възприятието на другите за талантите на човек с увреждане.

2-Начинът, по който човек, живеещ с увреждане, гледа на света.

Дейностите, предложени по-долу, позволяват на хората с деменция (или други увреждания) да допринесат за поддържането на баланс между техните различни потребности като физиологични нужди, сигурност, принадлежност, самочувствие и самоактуализация.





## Допълнителни източници

Заетост, социални въпроси и приобщаване.

Този източник ще ви позволи да научите повече за основните инициативи, въведени от Европейския съюз за хора с увреждания.

<https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1137&langId=en>

- Деменция

Този източник ще ви позволи да научите повече за деменцията като цяло, както и за действията, предприети от Световната здравна организация (СЗО) за борба с това заболяване.

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia>

В съответствие с приобщаващия характер на проекта Team of art, ето допълнителен източник на FrenchInclusive

Платформа за оцветяване.

Този източник предлага материали за оцветяване. Оцветяването може да бъде забавно занимание, но и инструмент за социализация.

<https://coloriaz.com>