**Проект "Краски жизни"**

**Участники проекта**

Руководитель: Головушкина Ольга Васильевна – заместитель председателя Ульяновской региональной общественной организации «Онко-патруль»; член регионального отделения всероссийского общественного движения Матери России; член семейного совета многодетных семей Ульяновской области.

Студенты УККиИ по специальности «Дизайн. Педагогика».

Онкопсихолог.

**Место реализации проекта**

Ульяновская область, г. Ульяновск

**Целевые группы**

- онкопациенты взрослые;

- онкопациенты дети;

- члены семей онкопациентов;

Количество участников проекта не ограничено.

**Сроки реализации проекта**

Срок реализации проекта: бессрочный

Начало реализации: 27 марта 2022 г.

**Цели и задачи проекта**

Цели:

Улучшение качества жизни онкопациентов и членов их семей через доступную психологическую помощь методами арт-терапии в период адаптации, лечения и реабилитации.

Задачи:

- Обеспечить доступность психологической помощи для онкопациентов в городе Ульяновске;

- Организовать психологическое сопровождение процесса лечения рака онкопациентов методами ресурсной арт-терапии, так же поддержка стабильного психо-эмоционального состояния у пациентов находящихся в стадии ремиссии;

- Выработка у человека умения фокусироваться на своих эмоциях и ощущениях.

**Обоснование актуальности проекта**

Арт-терапия преследует определенные цели и задачи, которые позволят улучшить качество жизни или подход к ней. Например, одной из основных задач арт-терапии является работа с пациентом, направленная на то, чтобы человек лучше узнал себя, научился прислушиваться к своим желанием.

Проект направлен на оказание психологической помощи онкопациентам на всех этапах лечения и реабилитации.

В настоящий момент психоэмоциональная поддержка онкопациента, психологическая реабилитация после лечения, не входят в перечень федеральных стандартов оказания медпомощи.

Проектом предусмотрена системная работа с психоэмоциональным состоянием пациентов в длительный период. Работа будет проходить в формате арт-терапевтических занятий.

Основным методом работы выбрана арт-терапия. Это действенное средство активизации внутренних резервов и возможностей каждого человека, средство обращения к бессознательному, естественный метод исцеления через невербальное выражение мыслей и чувств пациента. Это важно, потому что из-за слишком интенсивных переживаний в такой ситуации пациентам трудно озвучивать свои страхи, и требуются невербальные методы работы.

В результате реализации проекта его участники станут значительно активнее, увереннее в себе и их социальные и коммуникативные навыки приблизятся к норме.

**Краткая аннотация проекта**

Данный проект инициирован руководителями УРОО «Онко-патруль» и разработан для работы с онкологическими пациентами всех возрастов, а так же членами их семей. В ходе работы взрослые онкопациенты и родители детей с онкологическими заболеваниями, проходят изотерапию по заданным темам. Преподавателями выступают студенты УККиИ по специальности «Дизайн. Педагогика», так же осуществляется контроль онкопсихолога.

Подготовительной работой к реализации проекта было: закупка необходимых материалов: гуашь, кисти, карандаши простые, ластик, палитра, непроливайка, бумага для рисования формата А4.

На первом занятии приняли участие пять человек. Им было предложено выполнить работу «Натюрморт». Работы выполняется в постельных тонах, что было выбрано специально для установления спокойных и дружественных отношений в группе. Участники группы ранее не принимали участия в арт-терапевтических проектах и не занимались рисованием. Предложенный рисунок в начале показался участникам сложным в исполнении и многие думали, что у них ничего не получится. Студентка, выступающая на занятиях в роли педагога, разъясняла группе порядок рисования и при этом рисовала с участниками вместе. Поясняла, как смешивать краски, какую кисть при этом использовать и как наносить мазки, в том числе пояснение производилось и индивидуально.

Результатом первого занятия стало пять выполненных работ. С удивлением участницы проекта отметили, что при использовании одинаковых красок, техники работы, работы у всех получились индивидуальными и неповторимыми. Занятие прошло в очень теплой и дружественной атмосфере и вместо запланированных 1.5 часов, занятие длилось около 3 часов. По отзывам участниц время прошло незаметно. В процессе работы, бесед и обсуждений, организовалась стабильная группа. Часть участниц отметили, что изначально скептически отнеслись к проекту и пришли «просто посмотреть», но участие им понравилось. Отметили изменение настроения на позитивное, внутреннее умиротворение и спокойствие, в процессе рисования происходило отрешение от насущных тревог и проблем, и происходила эмоциональная разгрузка. В конце встречи решили, что на следующем занятии им хотелось бы рисовать подсолнухи, определили дату и время занятия.

Информация о старте проекта, а так же о проведенном первом занятии, отзывы участников размещались в группах месенджеров и социальных сетей общественной организации. В результате чего количество участников увеличилось до 9 человек, с участием 5 первоначальных участников и 4 новых. Солнечная тема «подсолнухи» изначально настроила коллектив на положительные эмоции, работы выполнялись легко и весело.

В результате участия в проекте, отмечается стабилизация эмоционального состояния участников. Изменения происходят в настроении, в отношении к окружающим, появляется чувство умиротворения и спокойствия, которое имеется не только на момент проведения занятия, но и продолжается после. По выражению участников – в порыве хочется и далее творить красивое.

После проведенных двух занятий и запланированным третьим занятием, можно утверждать, что старт проекта был удачным, реализация является перспективной и будет рассчитана на длительный срок, как и планировалось изначально. Так же по результатам работы с взрослыми пациентами, можно предположить, что реализация данного проекта с пациентами детьми так же будет успешной.

**Планируемые результаты**

Стабилизация психо-эмоционального состояния участников. Отвлечение от болезни и тяжелых мыслей. Выработка стрессоустойчивости к обстоятельствам связанным с заболеванием. Совместное творчество дает возможность зарядиться положительными эмоциями друг от друга, люди чувствуют себя уверенней от взаимной поддержки. Уход от раздражительности, агрессивности, уныния и скуки. Вовлечение в креативность проявляет желание созидать и ощущение радости.

В результате реализации проекта его участники станут значительно активнее, увереннее в себе и их социальные и коммуникативные навыки приблизятся к норме.

Популяризация проекта на территории города Ульяновска и Ульяновской области, с привлечением большего количества участников.