

СВОИХ НЕ БРОСАЕМ

СВОИ ВОЗМОЖНОСТИ ОТКРОЙ

Такое название получила инициатива, которая реализуется в рамках программы «Действуй без барьеров!», проходящей при поддержке МГО ВОС и Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы. Этой публикацией мы открываем обзор проектов пятого сезона. В интервью «Нашей жизни» руководитель проектной команды Никита АЛЕКСАНДРОВСКИЙ рассказал о возникновении идеи поддержки людей, утративших зрение в ходе Специальной военной операции, и описал ключевые этапы реализации инициативы.

Актуальность и проблематика

Мысль о создании нашего проекта родилась, как часто бывает, из практики. Я сам когда-то через это прошёл и не понаслышке знаю, как чувствует себя человек, внезапно оказавшийся в другом мире, где нужно научиться жить заново. Один из ключевых факторов социализации поздноослепших людей, на мой взгляд, — это передача опыта по принципу «равный — равному», когда тебе помогает такой же незрячий, как и ты сам. Это создаёт большее доверие и ломает барьеры, связанные с новым состоянием, в котором часто хочется отгородиться ото всех вокруг.

Важно дать человеку понять, что жизнь не заканчивается, не становится хуже или лучше, а просто видоизменяется, и к этому необходимо адаптироваться. А вот насколько быстро будет идти такой процесс, во многом зависит от настроения человека и наличия рядом тех, кто готов подсказать и провести по пути, который когда-то проходил сам. В моём случае это заняло семь лет. Поэтому мне искренне хочется вносить свой вклад в дело поддержки тех, кто находится в состоянии принятия нового себя и кому так важно показать личный пример и протянуть руку помощи.

Для людей, ослепших в ходе СВО, это особенно актуально, так как это чаще всего молодые ребята, которые получили не только физические травмы, но и серьёзнейший психологический удар.

У членов нашей команды уже имелся успешный опыт реабилитации людей, потерявших зрение во взрослой жизни. В качестве одного из примеров опишу историю, когда мы с Татьяной Оржеховской помогали молодому человеку, который вышел на нас по рекомендации. Он ослеп в результате аварии. Долгое время перемещался на костылях. Жена его бросила. Можно попробовать представить эмоциональное состояние человека в такой момент.

Мы с ним встретились, начали общаться в неформальном ключе. Рассказали о себе, своих интересах. Показали, какие технологии используем в разных ситуациях. Подарили смартфон, которым научили пользоваться. Дальше продолжали поддерживать связь дистанционно. Через пару месяцев он уже проходил курс реабилитации в Железногорске, а через полгода поступил в Кисловодский медицинский колледж, который впоследствии успешно окончил. Уже год он работает массажистом в своём городе, у него появилась новая семья и смысл жизни.

Такие истории нас вдохновляют на то, чтобы продолжать помогать. Видя такой результат, ты получаешь большое моральное удовлетворение.

Цель нашего проекта — мягкая и бережная социализация людей, оказавшихся в новой реальности из-за потери зрения. Задача в том, чтобы процесс прохождения через все стадии проживания кризиса (отрицание, гнев, поиск компромисса, депрессия, принятие) проходил максимально быстро.

Процесс реабилитации для ослепших в ходе СВО начинается уже в период пребывания в медицинском учреждении. Поэтому свою работу мы также начинаем с посещения госпиталей московского региона. Кроме того, готовим комплекс разноплановых социализирующих мероприятий. В фокусе нашего внимания — работа не только с человеком, но и с его окружением.

Общение с семьёй — не менее важная часть социализации, так как близких необходимо правильно подготовить к возвращению ослепшего человека.

Немного о команде

Проект мы реализуем усилиями сплочённого коллектива единомышленников. Так получилось, что сразу трое из нас имеют музыкальное образование. Это Сергей Бурлаков, Елена Писарева и Алишер Цвид.

Сергей выполняет функцию организатора мероприятий. Среди членов команды он обладает наилучшим остаточным зрением, что немаловажно в процессе организации встреч и посещения различных профильных учреждений.

Елена занимается коммуникацией с партнёрами проекта. В частности, у неё обширные связи в области спортивной реабилитации.

Алишер отвечает за взаимодействие со СМИ, а также организует культурные мероприятия.

Я — руководитель проекта, также веду финансовую отчётность. Имею два образования: менеджмент и экономика. В настоящее время являюсь помощником директора ООО «МПО Электротехника».

Кроме того, в нашей команде в качестве волонтёров есть профессиональные психологи: Татьяна Оржеховская и Александра Туктамишева, которые также имеют инвалидность по зрению.

Что будет происходить

На первом этапе мы провели исследование в формате опроса среди людей, потерявших зрение в ходе СВО, а также их родственников. В результате были выявлены определённые тенденции. Многие из военноослепших спустя месяцы после выписки из медучреждений не были адаптированы к новой жизни. Их постоянными спутниками становились депрессия и отсутствие понимания, что делать дальше.

В результате мы начали формирование фокус-группы из числа тех, о ком уже знали и для кого поддержка была наиболее актуальна. Так как наша

работа подразумевает в основном индивидуальное взаимодействие, в рамках проекта мы не планировали охватить большое число военноослепших. Примерный ориентир был 3—5 человек.

Однако во время посещения госпиталей количество наших благополучателей существенно увеличилось. В процессе взаимодействия с медицинскими учреждениями нам оказывает поддержку проект Движения Первых «Родные-Любимые». Эта организация взаимодействует со всеми госпиталями, где находятся люди после СВО. Договариваясь заранее с администрацией медучреждений, мы проводим индивидуальные встречи и организуем небольшие творческие выступления.

В июле-августе мы совершили более 20 поездок в клинический центр «Вороновское», Национальный медицинский исследовательский центр хирургии имени А.В. Вишневского, Главный военный клинический госпиталь имени академика Н.Н. Бурденко (в том числе в филиал в городе Химки). Постепенно к информированию о проекте подключилось сарафанное радио, и команду начали приглашать целенаправленно по запросу. На нас стали выходить родственники военноослепших и социальные работники, которые слышали, что мы проводим концерты, беседуем с людьми, помогаем разобраться с телефоном и многими другими проблемами. Нам повезло, что ребята, с которыми взаимодействовали, оказались очень контактными и сами помогли с распространением информации.

Кроме того, мы установили прочные партнёрские связи с Благотворительным фондом «Дом слепоглухих», где также успели организовать выступления команды. Несмотря на схожесть целей, мы не конкурируем, а скорее, максимально органично дополняем друг друга в этом процессе.

Мы не проводим реабилитационные мероприятия в том формате и объёме, как в специализированных учреждениях. В то же время помогаем людям, которые не знают, куда обратиться за восстановлением,

сориентироваться. Мы больше выступаем в качестве неких проводников в новый для человека мир, как бы громко это ни звучало.

Тех, с кем уже ведётся работа в рамках проекта, мы объединили в единое информационное пространство. Это помогает не только с точки зрения распространения каких-либо материалов, но и создаёт дополнительный ресурс поддержки людям, которые только начинают свой путь восстановления.

Действительно, взаимодействуя с таким же незрячим, как и ты сам, легче воспринять информацию и поверить, что за этой чертой есть продолжение. Поэтому мы общаемся с людьми и стараемся в первую очередь поддерживать их моральное состояние. На личном примере показываем, какие траектории существуют для развития человека с нарушением зрения, демонстрируем современные технологии, облегчающие различные бытовые задачи.

Наше взаимодействие с человеком не заканчивается стенами медицинского учреждения. После выписки, когда военноослепший возвращается домой и встречается с родными и близкими, вероятность повторного кризиса крайне высока. В этот момент важно быть в контакте и суметь в нужный момент протянуть руку помощи. С этой целью наши психологи проводят дистанционное консультирование. У нас есть партнёрские связи с региональными организациями ВОС, реабилитационными структурами, физкультурно-спортивными учреждениями. Приезжая домой, человек уже имеет определённый набор вариантов, куда ему обратиться.

Когда мы говорим о москвичах, которые выписались и находятся дома в течение определённого времени, то здесь немного иная технология взаимодействия. В этом случае мы делаем акцент на демонстрации возможных путей развития незрячего человека, ориентируясь на его прошлый опыт и круг интересов. Если, например, привлекает работа со звуком, мы организуем экскурсию на интернет-радиостанцию

Всероссийского общества слепых; если есть желание заниматься спортом, показываем современные адаптивные виды на базе Культурно-спортивного реабилитационного комплекса. Отдельное внимание уделяем образовательным организациям, где человек может пройти обучение в той области, которая для него актуальна.

Главная особенность нашего проекта в том, что мы стараемся максимально гибко подходить к каждому конкретному случаю, ориентируясь на индивидуальные потребности.

Что в итоге

Опыт нашей деятельности мы планируем закрепить в методических материалах, которые будут разработаны в рамках проекта. В пособие войдут рекомендации, которые могут быть полезны как для специалистов реабилитационного профиля, так и самих участников СВО, потерявших зрение.

Цель проекта — дать людям новый ориентир, к которому захочется двигаться. Не в наших силах прожить за человека его боль, но мы можем постараться облегчить этот процесс, переключив фокус его внимания на будущее, которое может быть ярким и интересным.

Оказываясь лицом к лицу с теми, кто совсем недавно потерял зрение, важно показать, что все мы, незрячие, тоже разные, со своими проблемами и интересами. Но в любом случае, каждый из нас нашёл себя в этой жизни, а значит, у человека есть все шансы повторить наш путь или, что будет более верным, пройти свой собственный, ориентируясь на наш опыт.

Если получится помочь обрести уверенность в своих силах и сформировать траекторию дальнейшего развития хотя бы одному человеку, мы будем считать нашу задачу выполненной.

Проект продолжает развиваться, и мы открыты к сотрудничеству. Впереди — новые встречи, истории и победы. Ведь самое важное — не просто помочь человеку адаптироваться, а дать ему понять, что даже в темноте можно найти свет. И этот свет — внутри каждого из нас.