**Трудовая терапия терапии как метод социально-психологической реабилитации пожилых людей.**

Трудотерапия, трудовая терапия, использование трудовых процессов с лечебной целью. При некоторых заболеваниях трудотерапия применяют для повышения тонуса организма, нормализации обменных процессов, используя при этом труд на свежем воздухе, требующий участия многих мышц (например, работа в саду). В травматологии и ортопедии для восстановления функций конечностей используют спец. виды труда с определённым объёмом движений и участием определённых групп мышц. Наиболее широко трудотерапия применяют в психиатрии с целью благотворного воздействия на психику больных. Трудовые процессы, подобранные в зависимости от состояния больного, оказывают активизирующее или успокаивающее действие.

Трудотерапия применятся и при работе с пожилыми людьми. При выходе на пенсию пенсионеры зачастую утрачивают социальные связи, начинают чувствовать себя ненужными и бесполезными. Поэтому, в последнее время учреждения, занимающиеся работой с пожилыми людьми открывают у себя мастерские, цветники и т.д., где работают пожилые люди, обратившиеся за помощью. Это могут быть как стационарные учреждения, так и учреждения дневного пребывания. В штат этих мастерских входят медицинские сестры и врачи, которые наблюдают за состоянием клиентов, дают трудовые рекомендации, проводят медикаментозное и психологическое лечение.

**Этапы трудотерапии:**

**1 этап. Подготовительный.**

На этом этапе специалист устанавливает первичный контакт с клиентом:

1. выстраивает доверительные отношения;
2. выявляет психо-эмоцианальное состояние клиента;
3. изучает его медицинскую карту (противопоказания, хронические заболевания);
4. узнает у клиента сферу его интересов, навыки и умения.

**2 этап. Проведение терапии.**

1. Знакомство с коллективом.

* + - 1. специалист знакомит клиента с коллективом;
			2. показывает ему его рабочее место и объясняет суть работы;
			3. для эффективности работы клиента, а также для улучшения его интеграции в коллектив, специалист прикрепляет к клиенту наставника (из числа работающих там пенсионеров).

2. Проведение трудотерапии.

1) перед началом работы специалист проводит разминку:

- дыхательные упражнения;

- проводят приветствие (упражнение для улучшения настроение, где пенсионеры рассказывают о своих планах на день;)

- измеряются медицинские показатели (давление, пульс);

2) трудовой процесс сопровождается медленной классической музыкой;

3) пенсионеры работают по 4 часа в день. После продолжительности работы в 2 часа делают перерыв на чаепитие;

4) после окончание трудового дня специалист повторно фиксирует медицинские показатели.

**3 этап. Мониторинг.**

Это условно 3-ий этап, т.к. он осуществляется параллельно с 1-ми двумя.

На этом этапе систематически ведется работа с каждым отдельным клиентом, для измерения влияния трудотерапии на физическое и психологическое здоровье пожилого человека:

1. снимаются изменение медицинских показателей здоровья;
2. измеряются психо-эмоциональнае показатели (с помощью проведения психологических методик и тестов);
3. фиксируется настроение клиента и его самоощущение.