



# Hand made як серйозна реабілітаційна методика

15 січня відбувся цікавий майстер-клас з пошиття іграшок із фетру для дітей, підлітків та молодих мам, котрий провела активна учасниця МК «Позитив» – Ольга Чорнобров.

Спеціалісти ЦСПР часто влаштовують різноманітні майстер-класи для клієнтів Центру з метою профілактики дитячої бездоглядності. Важливо також пам'ятати, що це відпрацьована реабілітаційна методика з елементами артотерапії.

Психологи вже давно помітили, що хенд мейд (з англ. «hand made» – зроблено вручну) вкрай ефективний при стресі, оскільки допомагає людині заспокоїти нервову систему, стати більш врівноваженою, зібраною, зосередженою, уважною. Особливо такі заняття корисні для діточок, адже під час роботи з різними матеріалами відбувається і розвиток дрібної моторики рук, розвиток фантазії та уяви. Це також сприяє ефективній взаємодії «мама – дитина», налагоджує між ними зв'язок, покращує стосунки, прищеплює навички змістовного дозвілля. 

Основне правило хенд мейду в тому, що будь-яка річ обов'язково повинна вироблятися вручну. При цьому можна використовувати будь-які матеріали – тканину, папір, глину тощо. Цього разу використовували фетр для вироблення симпатичної м'якої іграшки, символу мудрості – сови. 

Деякі відгуки учасників про майстер-клас:

- Антон Лупич (22р.) та Влад Слепов(20р.): «Чудове проведення часу. Дуже цікаве заняття. Ми вперше працювали з цим матеріалом. Як виявилось, в нас дуже гарно виходить. Тим паче, що сова зараз у тренді»);
- Роза Мартіросян (28р.): «Велике спасибі за запрошення на заняття. Майстер-клас мені та моїй донечці дуже

- сподобався. Сова вже прикрашає нашу ялинку. Чекаємо наступної зустрічі з нетерпінням»;
- Каміла Мусаєва (16р.): «Мені дуже сподобався майстер-клас. Я вперше робила іграшки з фетру. Вкрай захоплююча справа. Дуже класно. Я хочу, щоб ці майстер-класи продовжувалися»;
  - Даша Піук (14р.): «Мені дуже сподобалося займатися хенд мейд. Я класно провела час. Дуже зацікавилася і тепер теж хочу цим займатися»;
  - Аня Клименко (14р.) : «Дуже сподобалося наше заняття»;
  - Олена Лисенкова (30р.): «Мені та моїй донечці Софійці дуже сподобалося. Це цікаво та пізнавально. Софійка навіть попросила, щоб я купила фетр, і ми спробували робити іграшки вдома. Хочу, щоб таких занять було якнайбільше».
  - Від імені всіх учасників майстер-класу висловлюємо вдячність нашій Ользі Чорнобров! Ми всі отримали безліч позитивних емоцій, навчилися робити вироби з фетру, відпочили душею та чудово провели час. Чекаємо на нові цікаві майстер-класи!

Оксана СЛЄПОВА