



Институт дополнительного  
профессионального  
образования работников  
социальной сферы



Сфера

# ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ

социальной сферы

2022



Институт дополнительного  
профессионального  
образования работников  
социальной сферы



**Сфера**

## **МАРАФОН «СФЕРА»**

# **ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ 2022**

**Выражаем благодарность всем участникам марафона,  
а также авторам практик, чьи работы вошли в сборник.**

**Над проектом работали:**

**Дизайнер** — Ольга Ромашова

**Редактор** — Алина Мельникова

**PR-менеджер** — Александра Шушлина

**Координатор** — Виктория Собко

**Руководители проекта** — Игорь Тимофеев, Анастасия Вяткина

**Москва, 2022**

---

# СОЗДАЕМ ПРОСТРАНСТВО ДЛЯ ОБМЕНА ОПЫТОМ

ИДПО развивает сотрудников социальной сферы и создает пространство для обмена опытом. Делиться успехами и перенимать знания — значит профессионально расти. И марафон лучших социальных практик «Сфера» помогает в этом, объединяя и вдохновляя! Он еще раз показал, что в социальной сфере работают креативные, любящие свое дело люди, которые узнают больше о работе друг друга, учатся новому.

В сборник вошли лучшие практики по 8 направлениям социальной работы. Авторы и участники не только представили достижения широкой аудитории, но и получили экспертную оценку и признание, а также улучшили навыки публичных выступлений.

**Давайте и дальше развивать экспертизу, создавать лучшие проекты и практики — ну а ИДПО поможет рассказать о них миру!**

Директор ИДПО  
**Ирина Германова**

**ФОТОРЕПОРТАЖ  
С КОНФЕРЕНЦИЙ  
МАРАФОНА**



**ЗАПИСЬ ТРАНСЛЯЦИЙ  
КОНФЕРЕНЦИЙ  
МАРАФОНА**



**2**  
ДНЯ

**95**  
ПРОЕКТОВ

**28**  
ПРОЕКТОВ  
В ФИНАЛЕ

**3500**  
ЗРИТЕЛЕЙ

**8**  
НАПРАВЛЕНИЙ

РЕАБИЛИТАЦИЯ  
И АБИЛИТАЦИЯ

ПОДДЕРЖКА СЕМЬИ  
И ДЕТСТВА

ОПЕКА И ПОПЕЧИТЕЛЬСТВО

ОБУЧЕНИЕ И ВОСПИТАНИЕ

ПРАКТИКИ АКТИВНОГО  
ДОЛГОЛЕТИЯ

УПРАВЛЕНЧЕСКИЕ  
ПРАКТИКИ

ПРАКТИКИ  
ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ  
СОЦИАЛЬНОГО  
ОБСЛУЖИВАНИЯ  
В СТАЦИОНАРНОЙ ФОРМЕ

ПРАКТИКИ СИСТЕМНОЙ  
ПОДДЕРЖКИ И ПОВЫШЕНИЯ  
КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ГРАЖДАН  
СТАРШЕГО ВОЗРАСТА  
И ИНВАЛИДОВ

Команда Института будет рада, если сборник лучших практик поможет найти полезные идеи, познакомит с достижениями коллег и вдохновит на создание собственных проектов!

Спасибо, что выбираете ИДПО!

# СОДЕРЖАНИЕ

## РЕАБИЛИТАЦИЯ И АБИЛИТАЦИЯ

- 6 Движение в танце
- 11 Социокультурная реабилитация детей с инвалидностью. Программа «Мир открытий»
- 18 Кудобум
- 26 Тропа здоровья
- 31 Мастерская хорошего настроения
- 36 Музыкальная терапия
- 40 Школа «Победим инсульт вместе»
- 46 КИНЕКТикум
- 53 Коррекция эмоционального фона и социального поведения с использованием арт-терапевтических технологий в реабилитации детей с интеллектуальными нарушениями
- 60 Живописный проект «Рисуем в стиле "Русский лубок"»
- 64 ЭМО-коммуникация для жизни

## ПОДДЕРЖКА СЕМЬИ И ДЕТСТВА

- 70 Медиация в социальной сфере
- 75 Проработка деструктивных отношений в семье зависимого как основа трезвой жизни
- 80 ЗД: Доступ. Дело. Драйв

## ОПЕКА И ПОПЕЧИТЕЛЬСТВО

- 85 Профилактика социального сиротства и семейного неблагополучия

## ОБУЧЕНИЕ И ВОСПИТАНИЕ

- 90 Профессиональная траектория студента
- 98 Создание коррекционно-развивающей среды с помощью средств АДК у детей с тяжёлыми множественными нарушениями развития, имеющими ментальные нарушения

**105** Комплексная адаптация студентов первого курса к новым образовательным условиям в Колледже добрых дел

**114** Профориентационные экскурсии «ПрофПуть»

**122** Проект «На грани»

## **ПРАКТИКИ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ**

**128** Практика создания сетевых мероприятий для старшего поколения на примере хора «Московского долголетия»

**133** Психологические практики как основа долголетия

**137** Передача «Время встречи изменить нельзя»

## **УПРАВЛЕНЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ**

**140** Развитие гибких навыков как компонент повышения компетенций воспитателя

**145** Энергия команды

**148** Практика создания в семейном центре профессиональных служб

## **ПРАКТИКИ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ В СТАЦИОНАРНОЙ ФОРМЕ**

**152** ПОСТСКРИПТУМ. Новый подход в гериатрии

## **ПРАКТИКИ СИСТЕМНОЙ ПОДДЕРЖКИ И ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ГРАЖДАН СТАРШЕГО ВОЗРАСТА И ИНВАЛИДОВ**

**158** Маршрут «ЗОЖ-путешествие»

**164** Я — нестандартный ребенок

**173** Экологический проект «ЭкоРостокино»

# ДВИЖЕНИЕ В ТАНЦЕ

**Сидорова Ю. И.**  
специалист по комплексной  
реабилитации

Государственное бюджетное  
учреждение «Комплексный  
реабилитационно-  
образовательный центр»

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Содействие всестороннему развитию личности учащихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата вследствие детского церебрального паралича.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Программа разработана для учащихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата вследствие детского церебрального паралича. Занятия проводятся в рамках дополнительного образования.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

В настоящее время, в связи с ростом больных с детским церебральным параличом (в СССР 2,5 на 1000, в России 4–4,7 на 1000 рождённых), как никогда актуальным становится процесс реабилитации и абилитации лиц с данной патологией. Учитывая историю развития данных областей, содержание правовых документов, которые регламентируют работу с данным контингентом, современные проблемы и образ жизни в мегаполисе, актуальными становятся методики, включающие в себя мультидисциплинарные подходы.

**Актуальность же самой программы обусловлена тем, что в настоящее время занятия различными танцевальными направлениями по анализам в теоретической и практической деятельности педагогов, психологов и врачей, способствуют повышению ряда различных показателей.**

## ОПИСАНИЕ

В оценке принимали участие занимающиеся отдела трудовой занятости ГБУ «КРОЦ».

**Средний возраст воспитанников:**

**24,5** лет

**Для танцевальных направлений положительное влияние можно выделить в педагогическом, психологическом и в медицинском аспектах.**

**Программа занятий представляет собой ритмические движения под музыкальное сопровождение, с различными предметами, такими как: гимнастические палки, обручи, ленты и мячи. Программа рассчитана на 68 часов.**

**Такие методики должны выполнять ряд задач из различных областей, например:**

- увеличивать мобильность суставов,
- расширять кругозор,
- повышать мотивацию занимающихся к регулярным занятиям,
- улучшать настроение.

Для решения этого множества мультидисциплинарных задач на базе «КРОЦ» была создана методика «Движение в танце».



**С педагогической точки зрения,** во время занятий танцевальными направлениями, при правильной постановке целей и задач педагогом, среди воспитанников возможно развитие коллективизма, проактивности, лидерских качеств, специальных умений и навыков, необходимых для работы в команде, координации движений и двигательных возможностей организма.

**С психологической точки зрения,** танцевальные направления, которые относят к арт-терапии, положительно влияют на переживание эмоций во время танца, способствуют самовыражению, развитию творческого потенциала воспитанников.

**С медицинской точки зрения,** направление положительно влияет на межполушарное развитие за счет выполнения координационных движений.

**Танцевальные направления оказывают комплексное воздействие на организм не только на физическом уровне, но и на уровне формирования личности.** У занимающихся развиваются множество личностных качеств, которые необходимы в процессе социализации и адаптации к внешним условиям окружающей среды. Это лидерство, коллективизм, работа в команде, умение взять ответственность за себя и партнера по танцу и т. д.

## **ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ**

**Цель программы — содействие всестороннему развитию личности.**

**Задачи программы:**

- повышение и поддержание координационных способностей воспитанников;
- повышение и поддержание чувства ритма;
- повышение и поддержание физической гибкости;
- повышение уровня коммуникативных навыков;
- приобретение необходимых знаний, умений и навыков, а также, повышение уровня владения ими;
- повышение мотивации к регулярным занятиям адаптивной физической культурой, лечебной физической культурой;
- повышение мотивации к выработке нормы индивидуальной двигательной активности;
- развитие волевых лидерских и командных качеств.



## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Данная методика может быть применима в реабилитационных и реабилитационно-образовательных центрах в рамках дополнительного образования, внеурочной деятельности, социокультурной реабилитации.

## РЕЗУЛЬТАТЫ

### ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАБЛЮДЕНИЯ И УСТНЫЕ ОПРОСЫ ПОКАЗЫВАЮТ, ЧТО УЧАСТНИКИ:

- при выполнении двигательных действий **стали двигаться четче и ритмичнее;**
- **понимают ритм**, в какой момент нужно ускориться или замедлиться, чтобы двигаться в такт музыке;
- **проявляют лидерские задатки:** помогают отстающим участникам, показывают, частично руководят группой под присмотром специалиста;
- **в свободное время активно общаются:** обсуждают пройденный материал, репетируют малыми группами, выбирают музыку для танцев.

**Все это говорит о повышении уровня мотивации к двигательной активности и коммуникативных навыков, развитии лидерских и командных качеств.**

## ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ДЕМОНИСТРИРУЕТ УЛУЧШЕНИЕ МОБИЛЬНОСТИ СУСТАВОВ ВЕРХНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ ЗАНИМАЮЩИХСЯ

Показатели для плечевых  
суставов выросли на:

**12°**

при отведении

**10°**

при сгибании

**10°**

при  
разгибании

**11°**

при наружной  
ротации

Показатели для лучезапястных  
суставов выросли на:

**11°**

при приведении

**5°**

при отведении

**12°**

при тыльном

**1°**

при ладонном

Показатели для локтевых  
суставов выросли на:

**13°**

при супинации

**3°**

при сгибании

Показатели включенности  
пальцев рук выросли на:

**13%**

для правой  
руки

**8%**

для левой  
руки

При оценке мелкой моторики использовались перчатки «Аника», которые позволили количественно оценить динамику амплитуды движений пальцев рук.

## **СОЦИОКУЛЬТУРНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ. ПРОГРАММА «МИР ОТКРЫТИЙ»**

**Балабанцева Т. Б.**  
заведующий Отделения  
социальной реабилитации  
детей-инвалидов

*Государственное бюджетное  
учреждение Территориальный  
центр социального  
обслуживания «Жулебино»*

### **ЦЕЛЬ ПРОЕКТА**

Обеспечение социального, эмоционального, интеллектуального и физического развития ребенка, имеющего нарушения, и максимальное раскрытие его потенциала для развития и обучения.

### **КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ**

Социально-культурная реабилитация детей с ограниченными возможностями — это комплекс мероприятий и процесс с целью помочь детям с ограниченными возможностями здоровья достигнуть и поддержать оптимальную степень участия в социальных взаимосвязях.

**Одним из приоритетных направлений социальной политики российского государства является предупреждение детской инвалидности.**

## **АКТУАЛЬНОСТЬ**

**В современных условиях становится актуальной проблема успешного управления процессом социокультурной реабилитации детей с ограниченными возможностями.** Поиск эффективных средств психолого-педагогической коррекции и социокультурной реабилитации детей с ограниченными возможностями — одна из основных задач, стоящих перед современным обществом.

**Предлагаемая программа направлена на повышение эффективности деятельности в сфере реабилитации детей-инвалидов,** имеющих различные ограничения здоровья, состоящих на обслуживании в отделении социальной реабилитации детей-инвалидов филиала «Выхино» ТЦСО «Жулебино» средствами искусства и путем организации работы по социокультурной реабилитации.

Это будет способствовать профилактике пассивного образа жизни, активации скрытых резервов организма детей, способствовать укреплению эмоционального фона, расширению познавательной активности, развитию мыслительных процессов и творческих способностей, а также выступать дополнительным стимулом социализации и проявлению личной активности.

## **ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ**

**Цель проекта** — обеспечение социального, эмоционального, интеллектуального и физического развития ребенка, имеющего нарушения, и максимальное раскрытие его потенциала для развития и обучения.

**Вторая цель социально-реабилитационной работы** — абилитация членов семей с детьми, имеющими задержку развития, для достижения максимально эффективного удовлетворения потребностей ребёнка как им самим, так и родителями, выбирающими правильный, индивидуальный стиль поведения.

**Третья важная цель** — не допустить появления вторичных дефектов у детей с нарушениями развития.

### **Вторичные дефекты могут возникать по нескольким причинам:**

- рекомендованное лечение и его воздействие;
- обучение и взаимоотношения с одноклассниками и педагогическим составом;
- взаимоотношения между ребенком и семьей, искаженные в результате «не оправдавшихся надежд» родителей относительно ребенка.

## **ОПИСАНИЕ**

Отделение социальной реабилитации детей-инвалидов филиала «Выхино» ТЦСО «Жулебино» работает по предоставлению услуг комплексной социальной реабилитации детям с ограниченными возможностями здоровья. Одним из важнейших направлений является социокультурная реабилитация.

Дети с ограниченными возможностями имеют полное право на разностороннее развитие, полноценное культурное и духовное развитие, активное вовлечение в социальную жизнь. Зачастую они лишены этой возможности из-за отсутствия связи с миром, ограничений мобильности, недостаточности контактов со сверстниками, отсутствия доступа к культурным ценностям. Наша работа призвана преодолеть эти трудности.

**В программу «Мир открытий» входит индивидуальная работа сотрудников с особенными детьми, кружковая работа и организация экскурсий, посещения театров, музеев и мастер-классов вне отделения.**

### **Социокультурная реабилитация будет способствовать:**

- профилактике пассивного образа жизни;
- активации скрытых резервов организма детей;
- укреплению эмоционального фона;
- расширению познавательной активности;
- развитию мыслительных процессов и творческих способностей;
- социализации и проявлению личной активности.

Дети с ограниченными возможностями должны успешно адаптироваться в социуме. Современный подход связан с их адаптацией и абилитацией в социальной среде.

**Одним из условий успешной реабилитации является поэтапное введение ребенка с ограниченными возможностями в социум.** Для этого необходимо знать проблемы ребенка, выстроить программу

коррекционной помощи, подобрать соответственно его возрасту, возможностям и индивидуальной нуждаемости коррекционные методы и приемы.

**Формы и методы разнообразны и зависят от состояния здоровья, развития и возраста ребенка:**

- занятия лепкой, тестопластикой;
- развитие изобразительной деятельности;
- расширение кругозора с помощью книг;
- коррекция проблем с помощью игры;
- наблюдение и уход в живом уголке;
- развитие музыкального восприятия;
- вовлечение в специализированные культурные и досуговые мероприятия.

В социокультурной реабилитации детей принимают участие все сотрудники нашего отделения. Специалисты рассматривают реабилитационную работу в контексте жизненного маршрута ребенка.

**Важна работа каждого: психолога, инструктора АФК, культурного организатора, специалиста по социальной работе.**

Введение ребенка в детский коллектив, в учреждения культуры имеет особое значение для интеграции ребёнка с ограниченными возможностями в общество. Только так он может научиться общаться, дружить. Только так у него расширится круг общения, он сможет реализовать свои способности, интересы, потребности.

**И здесь важно помочь родителям преодолеть некий порог, помочь поверить в способности своего ребенка, предоставить возможность раскрыть талант!**

## **МАСШТАБИРУЕМОСТЬ**

Данная программа доступна и может широко использоваться в социокультурной реабилитации детей с инвалидностью.



## **В ПРОГРАММУ «МИР ОТКРЫТИЙ» ВХОДИТ ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА СОТРУДНИКОВ С ОСОБЕННЫМИ ДЕТЬМИ, КРУЖКОВАЯ РАБОТА И ОРГАНИЗАЦИЯ ЭКСКУРСИЙ, ПОСЕЩЕНИЯ ТЕАТРОВ, МУЗЕЕВ И МАСТЕР-КЛАССОВ ВНЕ ПОМЕЩЕНИЯ ОТДЕЛЕНИЯ:**

→ **С 2018 года наши дети активно участвуют в проекте «Особая семья»** региональной общественной организации инвалидов «Здоровье человека». Для детей проводят занятия по москвоведению, музыке, экологии.

→ **Мероприятия, позволяющие интегрировать детей в социум, проводим совместно с учреждениями образования** (ГБОУ Школа № 1363) — это концерты и мастер-классы в стенах нашего отделения, где дети с инвалидностью становятся не только зрителями, но и активными участниками мероприятий.

Результат получается взаимовыгодный: дети с ограниченными возможностями социализируются, а школьники (дети без ограничений) учатся общению, помощи, восприятию особых детей как равных.

→ **Многие театры Москвы отзываются на наш запрос и на благотворительной основе погружают наших детей в атмосферу творчества.** Это центральный академический театр кукол им. С. Образцова, театр Иллюзии, театр под руководством Г. Чихачева, Цирк чудес, Цирк танцующих фонтанов «Акварин», театр «Пилигрим» и другие.



- **Наши дети регулярно посещают экскурсии** в детской библиотеке №109, музей им. Константина Паустовского. Также мы бываем в Храме Влахернской иконы Божией Матери в Кузьминках и воскресной школе при Храме.
- **Наши подопечные принимают участие в инклюзивных фестивалях:** «Инклюзивная Москва», «Особые таланты», «Радуга», «Апельсиновая тыква», конкурсах образовательного портала «Ника», «Блистающие облака».
- **В 2019–2022 году мы провели для детей пешеходные и автобусные экскурсии на благотворительной основе. Мы посетили:** музей-усадьбу Кусково (приняли участие в интерактивном квесте «Тайны Кусковского сфинкса»), музей-квартиру Константина Паустовского, эко-школу Кусково, эколога-просветительский центр «Кузьминки», Москвариум, Московскую усадьбу бабушки Мороза в Кузьминках и другие.
- **Для проведения автобусных экскурсий Всероссийское общество инвалидов (ВОИ) предоставляет нам комфортабельные автобусы. С этой помощью родители с детьми посетили:** Гжельский фарфоровый завод, где приняли участие в мастер-классе по росписи изделия из фарфора, Музей «Федоскино», где приняли участие в мастер-классе по росписи дощечки и других.
- **В сентябре 2022 года нас любезно приняли в образовательно-воспитательном парке** НКО «Пространство детской мечты».

# РЕЗУЛЬТАТЫ

## ПО ИТОГАМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «МИР ОТКРЫТИЙ»:



**расширена сеть партнеров, задействованных в работе с детьми:**

- **в 2018 году 6 организаций;**
- **с 2019 года и по настоящее время — 13 организаций;**



**расширился спектр предоставляемых услуг** социокультурной реабилитации;



**увеличился охват получателей социальных услуг, участвующих в программе:**

- **40–60 мероприятий проводится ежегодно;**
- **более 20 детей принимают участие** в каждом из мероприятий.

Дети, посещающие мероприятия программы, приобрели новые социальные связи с другими детьми и взрослыми, раскрыли творческий потенциал и получили навыки работы с разными материалами. Родители поверили в неограниченные возможности своих детей.

## 45%

детей сформировали навыки самостоятельного поведения;

## 60%

научились регулировать свое поведение на различных мероприятиях;

## 50%

освоили выполнение творческих работ совместно со специалистами и здоровыми детьми;

## 55%

сформировали общую культуру поведения и коммуникативные навыки;

## 7%

приобрели готовность показывать свои таланты на праздничных мероприятиях и конкурсах.

# КУДОБУМ

**Солянова И. Н.**  
педагог-организатор

**Симанькин К. А.**  
инструктор по АФК

*Государственное бюджетное  
учреждение Центр содействия  
семейному воспитанию  
«Юнона»*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Реабилитация детей с интеллектуальной недостаточностью средствами адаптивной физической культуры и спорта

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Проект предназначен для организации реабилитационной работы, проведения занятий по адаптивной физкультуре с использованием элементов адаптивного спорта паракудо, направленных на укрепление и восстановление здоровья, психологическую поддержку, а также популяризацию здорового образа жизни среди детей с интеллектуальной недостаточностью.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

Детей с интеллектуальными нарушениями необходимо социализировать и интегрировать в общество. Им необходимо овладевать навыками социального поведения, взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Средства адаптивной физической культуры (АФК) и спорта имеют большое значение в интеграции особых детей в социум.

Ввиду ограниченности своих двигательных, интеллектуальных, сенсорных и других возможностей, особые дети нуждаются во внедрении специальных программ по привлечению их к спорту.

Такие программы направлены на нивелирование пространственных, социально-психологических и социокультурных ограничений.

## ОПИСАНИЕ

В рамках проекта проводятся регулярные занятия по адаптивной физической культуре, адаптивному фитнесу и паракудо, а также выездные информационно-просветительские и социокультурные мероприятия. Проект существует более пяти лет и развивается при участии Федерации КУДО России, направлен на личное участие и работу тренеров федерации с детьми-инвалидами.

**Уникальность проекта заключается в занятиях АФК с элементами паракудо, разработанных при обследовании детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.**

**Большое внимание уделяется профессиональной компетенции и практической работе инструкторов АФК, обмену опытом и совершенствованию адаптивной физкультуры и адаптивного спорта.**

**Целевая группа:**

**34**

ребенка с инвалидностью с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

**6-18 лет**

возраст детей, проживающих в учреждении.

Все участники имеют сочетанную патологию психофизического развития (ДЦП, тяжелое нарушение речи, в отдельных случаях психопатия), что усугубляет выраженность основного интеллектуального дефекта.

# ПРОЕКТ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ В 3 ЭТАПА

# 1

# ЭТАП

## **ОРГАНИЗАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЙ** сентябрь-октябрь 2022 года

**Проведение организационных мероприятий**, направленных на создание условий для реализации проекта.

### **Осуществляется:**

- формирование рабочей группы исполнения проекта;
- разработка локальной документации;
- предварительная работа по комплектованию целевой группы;
- организация и проведение диагностических процедур для отбора участников;
- составление договоров и их заключение с организациями-соисполнителями;
- разработка сценариев мероприятий;
- встречи с партнёрами;
- информирование о реализации проекта в учреждении, социальных партнеров, распределение функций, планирование общих дел, мероприятий;
- повышение уровня компетентности специалистов по вопросам формирования социального поведения с использованием АФК с элементами паракудо;
- методическое обеспечение реализации.

# 2 этап

## **ПРАКТИЧЕСКИЙ**

октябрь 2022 года - май 2023 года

**Создание единого реабилитационного пространства и благоприятной среды**, посредством системного и индивидуального подходов при проведении комплекса занятий по АФК с элементами паракудо; создание условий для расширения кругозора детей-инвалидов, посредством участия в спортивных, экскурсионных и познавательных мероприятиях.

**Наибольшее значение на данном этапе уделяется инклюзии, проводятся основные мероприятия проекта, осуществляется:**

- апробация 3-х линий проекта по направлениям;
- промежуточная диагностика уровней физического и психологического состояния, социального поведения и жизненных компетенций;
- сбор, анализ и обсуждение результатов практического этапа реализации в рабочей группе, доработка проекта.

# 3 этап

## **ПРОВЕРКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЕКТА** май 2023 года

**Подведение итогов реализации проекта.** Оценка эффективности предусматривает проведение итоговой диагностики, итогового контроля и анализа реализации, во время которого будут выявлены положительные стороны, а также проблемы и пути их устранения.

### **Осуществляется:**

- анализ реализации проекта;
- представление результатов внедрения проекта на совещании при директоре ЦССВ «Юнона»;
- трансляция опыта реализации Проекта в ГАУ ИДПО ДТСЗН;
- подготовка материалов для размещения на сайте ЦССВ «Юнона», в печатном издании.

## ПРОЕКТ ПРЕДСТАВЛЯЕТ СОБОЙ ТРИ НАПРАВЛЕНИЯ:

1

### Образовательно-просветительское направление «Мы — команда!»

В Центре будут проведены шесть просветительских мероприятий по изучению правил паракудо, мастер-классов с участием вице-чемпиона мира, пятикратного чемпиона России, сенсея Дениса Синютина и тренеров спортивного клуба «Додзе».

**Формат проведения: интерактивные занятия, встречи со спортсменами, мастер-классы.**

2

### Спортивно-реабилитационное направление «За Здоровье!»

Направление предназначено для детей с интеллектуальными нарушениями: это адаптивная физическая культура с элементами паракудо.

Важной задачей направления является включение сформированных двигательных и речевых функций в повседневную активность ребенка. Формирование движений ребенка ведется по классической схеме, отражающей онтогенетическую последовательность.

**Формат проведения: занятия по АФК с элементами паракудо. Всего проведено 12 реабилитационных комплексов по 10 занятий.**

3

### Расширение кругозора участников посредством спортивных, экскурсионных и познавательных мероприятий — «Открывая мир!»

За 5 лет реализации проекта у воспитанников появилась возможность выезжать за пределы Москвы, принимать участие в мероприятиях. Дети получают позитивные эмоции и впечатления, а также заряд бодрости и здоровья.

Совместно с ближайшим окружением участники посетили: Московский Океанариум на ВДНХ, «Цирк на проспекте Вернадского», детский музыкальный театр им. Н. Сац, Московский зоопарк, Парк «Мечта» и др. Также запланированы участия в международных и всероссийских мероприятиях единоборств и параединоборств.

**Формат проведения: выездные мероприятия.**



# РЕЗУЛЬТАТЫ

**Создана оптимальная реабилитационная среда:**

**> 400**

человек участвует  
в проекте;

**16**

коммуникационных занятий  
проведено;

**120**

занятий по АФК  
с применением паракудо  
проведено;

**12**

выездных спортивных  
и социокультурных  
мероприятий проведено.

**Участники приобрели компетенции в области  
самообслуживания и пространственного ориентирования:**

**30 %**

детей приобрели новый  
социальный опыт;

**на 22 %**

выросла способность  
применять навыки  
самообслуживания  
и пространственного  
ориентирования.

**18 %**

детей целевой группы  
приобрели навыки паракудо;

**Создан механизм привлечения социальных партнеров  
к решению проблем детей с интеллектуальными нарушениями:**

**3**

новых социальных партнера  
привлечено;

**12**

мероприятий с социальными  
партнерами проведено.

**5**

партнерских договоров  
заключено;

**Созданы условия для повышения эффективности реабилитационной и социальной адаптации детей:**

**18%**

детей показали положительную динамику показателей индекса здоровья;

**до 12%**

активизации всех систем организма и моторной коррекции, сформирован ряд необходимых двигательных компонентов.

**А также:**



у инструкторов, тренеров федерации и педагогов учреждений появился колоссальный опыт совместной работы с детьми данной категории.



увеличилось количество детей с положительной динамикой двигательных, коммуникативных навыков, повысился потенциал ребенка к самостоятельной жизни.

## **МАСШТАБИРУЕМОСТЬ**

**С 2017 года ГБУ ЦССВ «Юнона» является инициатором общегородского спортивно-развлекательного мероприятия «Олимпионик» в г. Москве детей-инвалидов в возрасте от 10 до 18 лет. Ежегодно в мероприятии принимают участие семь ЦССВ и ЦСПР.**

Апробация Проекта проходила на Фестивале инклюзии им. Фридриха Йозефа Гааза в сентябре 2017 года, на III международной конференции 28–29 марта 2018 года — «Диагностика, коррекция, сопровождение при аутизме: поиск общих решений — Россия и Франция» и других мероприятиях. Данный проект был представлен на городском конкурсе социальных проектов (г. Москва) в 2019 году и получил «Специальный приз» профессионального конкурса. В 2022 году опыт работы Проекта был представлен в всероссийском вебинаре ТЦ «Сфера».

**В ноябре 2022 года состоялось традиционное мероприятие «Олимпионик - 2022» с участием партнеров проекта.**



# ТРОПА ЗДОРОВЬЯ

**Полякова Т. Г.**  
начальник отдела

*Государственное бюджетное  
учреждение Социальный дом  
«Ступино»*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Вовлечение получателей социальных услуг в активную социальную жизнь, создание благоприятных условий для физической и психологической реабилитации.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Программа «Тропа здоровья» — инновационная технология реабилитации методами адаптивной физической культуры на основе метода терренкур (лечение местностью) с элементами экологического воспитания.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

Реализация данной программы положительно отражается на динамике в развитии получателей социальных услуг (ПСУ), укрепляет их здоровье. Участие в мероприятиях позволит ПСУ формировать культуру общения, доброжелательные отношения к более слабому члену команды, приобретать навык передвижений в зависимости от условий местности.

## ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ:

- улучшение физического состояния получателей услуг, активизация побудительных мотивов самовоспитания, ведение здорового образа жизни;
- физическое развитие и оздоровление, формирование и совершенствование моторной и сенсорной ориентировки, создание условий активного включения в процесс комплексной реабилитации;
- увеличение объема движений — совершенствование двигательной активности, развитие моторики рук;

**Терренкур — одна из форм ЛФК, которая осуществляется путем естественного физического упражнения: ходьбы по определенному маршруту**

- профилактика обострений — укрепление и улучшение психического здоровья путем организации надлежащей природной и общественной среды, соответствующего режима и образа жизни;
- увеличение речевой активности — развитие вербальных коммуникативных навыков. Участие в проводимых физкультурных занятиях умственно отсталых лиц положительно сказывается на их интеллектуальном развитии;
- формирование умения быстро и правильно занять место в паре, соблюдать интервал и скорость во время передвижения.

## ОПИСАНИЕ

Оздоровительная деятельность рассматривается как средство вовлечения инвалидов в активную социальную жизнь, создание благоприятных условий для физической, психологической реабилитации.

Терренкур — одна из форм ЛФК, которая осуществляется путем естественного физического упражнения (ходьба по определенному маршруту).

**Проводится терренкур в естественных природных условиях, на свежем воздухе, что способствует закаливанию, повышению физической выносливости, нормализации психоэмоциональной деятельности.**

Для выполнения программы используются природные условия — лесной массив вокруг социального дома.

**Для реализации разработаны два маршрута в форме петли протяженностью**

**1 км и 1,5 км**

**с остановками (станциями) на лесных полянах, где с ПСУ** проводятся игры, конкурсы, исполняются любимые песни и стихи.

**На территории «Тропы здоровья» во время оздоровительной прогулки проводятся адаптированные занятия,** расположены станции для выполнения различных заданий: площадки для игры в бадминтон, шахматы, настольный теннис, лабиринт. Сама дорожка выложена тротуарной плиткой и оборудована поручнями, что дает возможность путешествовать по тропе в инвалидной коляске. По пути следования по тропе здоровья можно сделать привал в двух беседках.

В основе оборудования тропы здоровья лежит метод и принцип терренкура. Этот термин возник в 80-е годы XIX века и означает лечение местностью. Для того чтобы не было скученности на тропе, для занятий составляется график, по которому специалисты по реабилитационной работе формируют группы участников по согласованию с лечащим врачом.

**Занятия с применением тропы здоровья проводятся круглогодично,** зимой край тропы используется для прокладки лыжни.

«Тропа здоровья», также служит объектом для привлечения ПСУ к занятиям по трудотерапии. Это уборка и очистка дорожек от листвы и снега с мест занятий.

**В процессе физического воспитания** на основе многократного повторения движений идет формирование и совершенствование моторной и сенсорной ориентировки.

**В процессе выполнения эстафетных заданий** программой предусматривается слежение за правилами передвижения, поведения, соблюдения гигиенических условий, техники безопасности, чтобы избежать травматизма и получения отрицательного эффекта.

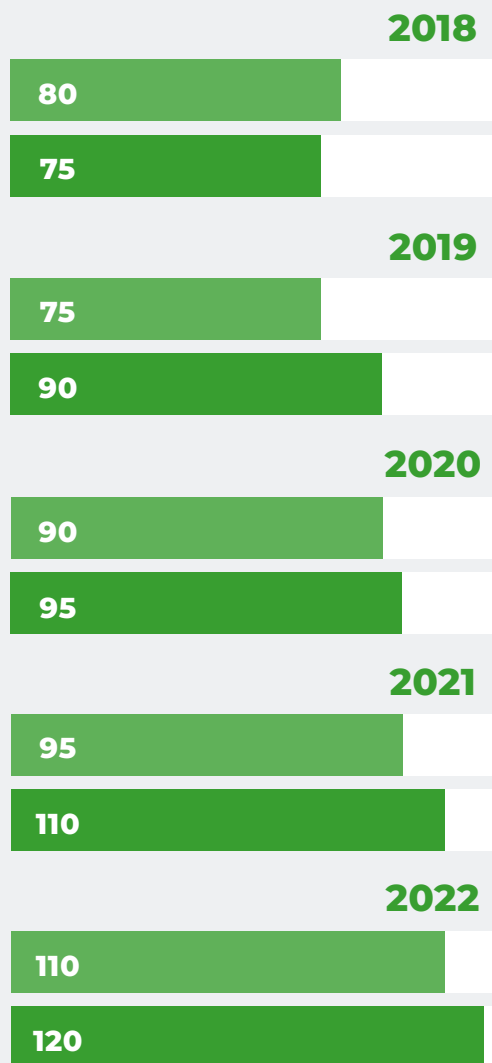
**Релаксационная зона отдыха** в проекте «Тропа здоровья» создается для устойчивой мотивации к пребыванию на свежем воздухе, стимулирования двигательной активности, проведения групповых психотерапевтических занятий для всех категорий получателей социальных услуг, в том числе, маломобильных граждан.

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

При наличии специалистов, территории, природных условий (расположение рядом парка и пр.) может быть реализована в любом учреждении.

## РЕЗУЛЬТАТЫ

**С 2018 по 2022 год зафиксирован рост числа вовлеченных в занятия получателей услуг:**



На диаграмме отображена динамика количества участников программы «Тропа здоровья» в начале и конце каждого года.

**Реабилитационный эффект программы «Тропа здоровья»** — это не просто физическая активность и развлечение, но и возможность проявить свои силы, выносливость, почувствовать радость личных побед и работы в команде, научиться ставить и достигать цели, проявлять самостоятельность и научиться заботиться о других.

**Эти упражнения требуют атмосферы поддержки и создания ощущения значимости каждого участника.**

- 1 У получателей социальных услуг повышается двигательная активность. Активизируется умственная деятельность,** что способствует выработке интереса к другим видам занятий, способствует адаптации и стимулирует стремление к изменению своей жизни.
- 2 Реализована возможность в доступной и игровой форме обеспечить формирование потребности в ежедневной физической нагрузке, а также организовать командообразующие тренинги и тренинги личностного развития.**
- 3 Опыт реализации данной программы показал положительную динамику в развитии подопечных, укреплении их здоровья,** и, как следствие, улучшение качества жизни.
- 4 Подбор необходимой дозированной физической активности, возможность преодолеть себя, создание устойчивой мотивации к занятиям спорта,** как итог — преодоление «госпитализма», создание социально значимой оздоровительной реабилитационной среды.

# МАСТЕРСКАЯ ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ

**Жукова М. В.**  
психолог отделения  
социальной реабилитации  
инвалидов

Государственное бюджетное  
учреждение Территориальный  
центр социального  
обслуживания «Мещанский»

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Повышение жизненного потенциала и качества жизни инвалидов и лиц с ОВЗ, членов их семей в постковидный период, активизация их жизненных ресурсов.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Проект социально-психологической реабилитации «Мастерская хорошего настроения» рассчитан на инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, сохраняющих способность к самостоятельному передвижению и членов их семей.



**Проект «Мастерская хорошего настроения» помогает людям с инвалидностью увидеть в себе имеющиеся ресурсы и двигаться вперёд, преодолевая препятствия!**

## **АКТУАЛЬНОСТЬ**

Проект социально-психологического тренинга «Мастерская хорошего настроения» помогает людям с инвалидностью и лицам с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) свести проявление субъективных составляющих негативного психического состояния к минимуму, что особенно актуально в постковидный период.

**Участники проекта приобретают навыки, позволяющие самостоятельно справляться с задачами самоактуализации, максимально используя имеющиеся ресурсы.**

## **ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ**

**Первый этап реализации проекта — диагностический.**

Предварительная диагностика позволяет получить сведения о эмоционально-личностной и когнитивной сфере клиента. Дальнейшая промежуточная диагностика позволяет посмотреть изменения, произошедшие за время коррекционного и обучающего воздействия, и оценить его эффективность и, если необходимо, продолжить психологическую поддержку.

**Последующие этапы проекта — коррекционный, обучающий и поддерживающий.**

**Диагностические методики, применяемые в проекте:**

- «Уровень быстроты мышления и подвижности нервных процессов» — Карвасарский Б. Д.
- «Умеете ли Вы слушать?» — Фомин Ю. А.
- «Уровень субъективного контроля (УСК)» — Бажин Е. Ф., Голынкина Е. А., Экиндр Л. М.
- «Шкала самоуважения» — Розенберг М.

## **В процессе реализации используются следующие формы и методы работы:**

- интерактивные групповые и индивидуальные занятия в рамках когнитивно-поведенческой терапии и арт-терапии (практические упражнения, игры, работа с художественными материалами);
- просветительские и профилактические беседы и лекции, расширяющие кругозор о психологической науке и возможностях, современных психологических исследованиях;
- когнитивный тренинг;
- тренинг коммуникативных умений;
- нейрогимнастика и танцевальная нейропластика;
- дыхательная гимнастика;
- прогрессивная мышечная релаксация;
- диагностика эмоционально-личностных особенностей и когнитивной сферы.

**Проект «Мастерская хорошего настроения» помогает людям с инвалидностью увидеть в себе имеющиеся ресурсы и двигаться вперёд, преодолевая препятствия!**

## **ОПИСАНИЕ**

**Мастерская хорошего настроения» — это цикл групповых психологических занятий.**

В группе реализуется принцип «открытого функционирования», предполагающий самодостаточность и законченность каждого занятия, что дает возможность участникам включаться в работу группы на любом этапе, а также единично пропускать групповые встречи по каким-либо причинам без потери эффективности.

**Оптимальная численность группы:**

**10–12 человек**

Группы смешаны по гендерной представленности.

Встречи в малых группах проводятся в определенные дни и часы, что дисциплинирует участников.

**Время одного занятия**

**45–90 минут**

**Для поддержания устойчивого интереса к проекту** при выборе практических упражнений учитываются увлечения участников и динамика достигнутых результатов по определенным показателям.

**Из материально-технического обеспечения потребуется:** просторная комната с зеркалом, ковер, стол и стулья, аудио и видеосистема, канцелярия.

Мультифакторная модель поддержки жизненного тонуса и позитивного самовосприятия — **психологическая работа идет сразу в нескольких направлениях:**

- устойчивая позитивная самооценка;
- умение контролировать свое психоэмоциональное состояние;
- двигательная активность, стимулирующая процессы нейрогенеза;
- удовлетворение от взаимоотношений с окружающими;
- восстановление и поддержка когнитивных ресурсов.

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Возможно тиражирование проекта в других учреждениях социальной и медико-социальной реабилитации, подведомственных ДТЗН г. Москвы. Одно из основных условий — это возможность подопечных регулярно посещать занятия, то есть, территориальная доступность.



## РЕЗУЛЬТАТЫ

Групповые занятия проходили еженедельно с февраля 2021 по декабрь 2022 года. Группа менялась по составу, и участники посетили не все встречи проекта.

**258** психологических услуг было оказано в ходе реализации проекта.

**92%** участников отмечают, что у них появилось более ровное, спокойное, доброжелательное отношение к миру и самому себе.

А ведь позитивное восприятие мира и самого себя — это не просто некое эмоциональное состояние, а фактически залог здоровья!

**Проводимая первичная и промежуточная диагностика (с посетившими не менее 10 занятий) говорит о положительной динамике как в эмоционально-личностных характеристиках, так и в общем самочувствии подопечных:**

**1 у 75% участников повысилась общая интернальность — в среднем с 4–5 до 7 стенов.**

Высокий показатель по этой шкале (до 10 стенов) соответствует высокому уровню субъективного контроля над любыми значимыми ситуациями: интернальный контроль, интернальная личность. Такие люди считают, что большинство важных событий в их жизни есть результат их собственных действий, что они могут ими управлять, и, таким образом, они чувствуют свою собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом. Их отличает более позитивная система отношений к миру и большая осознанность смысла и целей жизни;

**2 у 70% участников улучшились показатели шкалы интернальности в отношении здоровья и болезни — с 3–4 до 6–7 стенов.**

Это свидетельствует о повышении ответственности за свое здоровье и уверенности в том, что самочувствие во многом зависит от действий самого человека;

**3 у 80% участников наблюдается положительная динамика в улучшении скорости психических познавательных процессов — с 16–18 баллов до 26–30 баллов.**

Это позволит в дальнейшем эффективно участвовать не только в привычных событиях своей жизни, но и быстрее включаться в новые виды деятельности.

**Эффективность данной практики также подтверждается и самооценкой своего общего состояния участниками проекта.**

Обратная связь показывает востребованность такого формата тренинговых занятий. Именно очные групповые занятия позволяют, обучаясь приемам и методам психической саморегуляции, приобретать навыки, необходимые для ведения успешных межличностных коммуникаций, за счет формирования позитивного образа «Я» повышается самооценка.

# МУЗЫКАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ

**Цыхоцкая И. Ю.**  
учитель музыки

*Государственное бюджетное  
учреждение «Комплексный  
реабилитационно-  
образовательный центр»*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Развитие певческих навыков и музыкальных способностей воспитанников с ДЦП.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Данная программа разработана для учащихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата вследствие детского церебрального паралича. Занятия проводятся в рамках дополнительного образования.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

В связи с ростом больных с детским церебральным параличом, учитывая правовую документацию в сфере образования и реабилитации, специалистам, работающим с данным контингентом детей, предлагается вышеупомянутая методика, которая решает множество мультидисциплинарных задач.

**Данная методика должна выполнять ряд задач из различных областей, например:**

- увеличивать диапазон голосового аппарата;
- увеличивать объём вдоха и выдоха;
- способствовать уменьшению бронхолёгочных и простудных заболеваний;
- расширять музыкальный кругозор;
- улучшать настроение и развивать в себе уверенность.

Для решения этих задач на базе Комплексного реабилитационно-образовательного центра была создана методика «Музыкальная терапия».

**В настоящее время актуальными становятся методики комплексного воздействия, которые решают ряд метапредметных задач.**

## ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ

**Задачи программы:**

- 1.** Знакомство воспитанников с певческим дыханием, с артикуляционным аппаратом и разнообразием жанров музыки.
- 2.** Формирование мотивации и устойчивого интереса к музыкальным занятиям.
- 3.** Формирование чувства ритма.
- 4.** Закрепление приобретенных умений и навыков.

5. Развитие памяти.
6. Улучшение психоземциональной сферы.
7. Формирование коммуникативных навыков в группе по интересам.
8. Формирование лидерских качеств воспитанников.
9. Формирование основ личностной продуктивности.
10. Развитие эстетически-художественного вкуса, нравственности, фантазии, абстрактного мышления.
11. Повышение качества интонирования звуков.
12. Увеличение объема дыхания.

## ОПИСАНИЕ

В оценке принимали участие занимающиеся отдела трудовой занятости Центра.

**Средний возраст участников:**

**20,6 лет**

**Количество воспитанников:**

**45 человек,**

**21 мужчина и 24 женщины.**

**Программа рассчитана на 68 часов теоретических и практических занятий, во время которых участники:**

- познакомились с устройством голосового аппарата и разными видами техник дыхания;
- занимались дыхательной гимнастикой, делали упражнения, разучивали скороговорки, песни-распевки и песни по желанию;
- изучали разные виды музыки (эстрадную, духовную, фольклор и т. д.), разные виды пения;
- совершенствовали дикцию, артикуляцию;
- учились пользоваться микрофоном и осваивали звуковедение;
- развивали воображение и не только.

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Данная методика может быть применима в реабилитационных и реабилитационно-образовательных центрах в рамках дополнительного образования, внеурочной деятельности, социокультурной реабилитации.

## РЕЗУЛЬТАТЫ

Приемы педагогического наблюдения, опроса и беседы с участниками помогли выявить следующие результаты по сравнению с началом занятий:



количество участников за время проведения методики увеличилось — сформировался интерес к музыкальным занятиям;



участники активно общаются друг с другом, делятся впечатлениями от занятий, вместе слушают музыку;



при выполнении распевок звуки стали громче, дикция четче, попадание в такт точнее;



участники быстрее запоминают тексты песен и быстрее осваивают многие упражнения;



участники стали больше знать о вокальном искусстве;



на занятиях присутствует положительная атмосфера;



многие участники помогают своим одноклассникам, поддерживают их;



многие действия даются проще.

Также у воспитанников увеличился объем дыхания:

**+3–5 см** на вдохе

**-1–2 см** на выдохе

В связи с положительными значениями и динамикой, можно сделать вывод, что все задачи программы выполнены, соответственно, программа выполняет свою цель.



# ШКОЛА «ПОБЕДИМ ИНСУЛЬТ ВМЕСТЕ»

**Гаража А. С.**  
главный специалист  
Центра

*Государственное бюджетное  
учреждение Территориальный  
центр социального  
обслуживания «Ярославский»*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Повышение качества жизни лиц, перенесших инсульт, и членов их семей.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Школа «Победим инсульт вместе» создана как новая форма социально-реабилитационной работы с лицами, перенесшими инсульт и членами их семей.

**Человеку, перенесшему инсульт, и членам его семьи необходимо как можно раньше начинать реабилитационные мероприятия, в том числе, и в социальном ключе.**

## **АКТУАЛЬНОСТЬ**

**Ни для кого не секрет, что инсульт молодеет. Если раньше инсульт был болезнью пожилых людей, то теперь возрастной порог снизился до 35–45 лет. Смертность от инсульта занимает второе место после сердечно-сосудистых заболеваний.**

К сожалению, восстановление после инсульта занимает довольно длительное время, и оно не заканчивается только на медицинской реабилитации. И конечно же, данное заболевание касается всех членов семьи. Участники проекта приобретают навыки, позволяющие самостоятельно справляться с задачами самоактуализации, максимально используя имеющиеся ресурсы.

## **ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ**

**В зависимости от направления восстановительной работы и оказываемой помощи, реабилитация подразделяется на сферы, в которых оказываются следующие задачи.**

**В сфере медико-социальной реабилитации:**

- определение физического статуса человека с инвалидностью, диагностика физических нарушений;
- определение индивидуального реабилитационного потенциала, прогнозирование результата и информирование человека о перспективах реабилитации;
- информирование человека с инвалидностью об особенностях заболевания и способах его реабилитации;
- разработка индивидуального маршрута реабилитации;
- проведение реабилитационных мероприятий при помощи различного восстановительного оборудования.

### **В сфере социально-психологической реабилитации:**

- диагностика личностной сферы человека с инвалидностью, степени его активности и мотивированности в реабилитационном процессе, факторов окружающей среды для формирования реабилитационных программ;
- психотерапевтическое и коррекционное воздействие на неадекватные личностные установки, перестройка отношений личности, общеневротический фон заболевания, психоэмоциональные расстройства;
- диагностика и коррекция нарушений высших психических функций, формирование новых знаний, умений и навыков в соответствии с заболеванием;
- раскрытие перед человеком с инвалидностью его скрытых потенциальных возможностей, обучение навыкам коммуникации, гибкому адаптивному поведению, выведение его на более высокий уровень социальной активности и мотивированности;
- психологическое сопровождение.

### **В сфере социально-бытовой адаптации:**

- работа с ближайшим окружением человека с инвалидностью для формирования оптимальной реабилитационной среды;
- определение психологической готовности человека с инвалидностью к использованию различных технических изделий;
- обучение человека с инвалидностью навыкам использования технических средств в соответствии с особенностями заболевания;
- формирование у человека адекватной перестройки иерархии мотивов по типу переподчинения новому смыслообразующему мотиву — сохранению жизни, здоровья, возможности самообслуживания.

### **В сфере социально-средовой адаптации:**

- определение социального статуса с учетом новых социально-ролевых возможностей, социально бытовых условий и социокультурных запросов.

### **В сфере социокультурной реабилитации и досуговых мероприятий:**

- активное вовлечение человека с инвалидностью в различные социокультурные мероприятия с учетом его физических возможностей;
- мотивирование на участие в мероприятиях.

### **В сфере профессионально-трудовой реабилитации:**

- определение профессионального статуса человека с учетом ограничений в данной сфере жизнедеятельности и возможности обучения, переобучения, а также трудоустройства и адаптации к новой профессии (условиям труда).

### **В сфере общереабилитационных мероприятий:**

- преодоление установочного психологического сопротивления человека с инвалидностью на реабилитацию, снижение уровня тревожности;
- активирование личности человека с инвалидностью в отношении участия в реабилитационном процессе;
- динамический контроль над процессом реабилитации и оценка ее эффективности.

## **ОПИСАНИЕ**

**Школа «Победим инсульт вместе» создана как новая форма социально-реабилитационной работы с лицами, перенесшими инсульт, и членами их семей.**

### **Целевые группы проекта:**

**1** лица, перенесшие инсульт и проходящие курс комплексной реабилитации в Отделении социальной реабилитации инвалидов в ТЦСО «Ярославский»;

**2** родственники лиц, перенесших инсульт и проходящих курс комплексной реабилитации в Отделении социальной реабилитации инвалидов в ТЦСО «Ярославский».

Все направления работы с лицами, перенесшими инсульт, курируются ответственными специалистами и заведующим Отделением социальной реабилитации инвалидов.

**Благодаря этой Школе люди, которые перенесли инсульт, имеют возможность получать немедицинскую социальную реабилитацию тогда, когда им это необходимо, что соответственно способствует повышению качества жизни не только их, но и членов их семей.**

## Школа включает в себя:

- организационное направление;
- медико-социальное направление, куда входят мероприятия по физической (немедицинской) реабилитации;
- психологическое направление;
- информационное направление;
- культурно-досуговое направление;
- методическое направление.

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Данная практика может быть применима другими учреждениями, имеющими в своем штате специалистов по социальной и реабилитационной работе, психолога и инструктора по физической или лечебной культуре, а также необходимой материально-технической базой (тренажеры, оборудование для механотерапии и прочее).

Также данная практика может быть применена и для лиц, имеющих заболевания опорно-двигательного аппарата, ДЦП, неврологии.



# РЕЗУЛЬТАТЫ

## БОЛЕЕ 11 626 РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПРОВЕДЕНО:

**674** занятия  
лечебной физкультурой;

**229** консультаций  
с членами семьи;

**448**  
психологических  
консультаций  
с лицами, перенесшими  
инсульт;

**200** групповых занятий;

**112** лекций и пр.

## 328 МОНИТОРИНГОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ, ОЦЕНИВАЮЩИХ ПОКАЗАТЕЛИ НА ВХОДЕ И ВЫХОДЕ ИЗ ПРОЕКТА, ПРОВЕДЕНО.

**659**  
людей с инвалидностью,  
перенесших инсульт,  
взяты на курс с 2018 года

на **85%**  
произошло снижение  
уровня конфликтности  
и изолированности;

у **83%**  
участников проекта  
отметился регресс  
симптомов;

у **90%**  
произошло улучшение  
психоэмоционального  
состояния.

# КИНЕКТИКУМ

**Куркин А. В.**  
*психолог в социальной сфере*

**Коваленко А. В.**  
*инструктор адаптивной  
физической культуры*

**Жданов М. В.**  
*завотделением социальной  
реабилитации инвалидов*

*Государственное бюджетное  
учреждение Территориальный  
центр социального  
обслуживания «Жулебино»  
филиал «Выхино»*

*Отделение социальной  
реабилитации инвалидов*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Коррекция двигательных нарушений с сохранением достигнутых изменений и повышение качества жизни получателей услуг отделения реабилитации, через улучшение общего физического и психоэмоционального самочувствия.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Программа VR-терапии «КИНЕКТикум», использующая в своей основе возможности современных цифровых технологий, в частности систему дополненной реальности. Используется как средство физической и психологической реабилитации/коррекции в достижении положительных изменений в физическом и эмоционально-психологическом статусе человека.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

Программа направлена на оказание индивидуальной помощи получателям социальных услуг отделения социальной реабилитации инвалидов, имеющим двигательные нарушения.

## ОПИСАНИЕ

**Проект предполагает комплекс индивидуальных занятий с использованием игровой системы Xbox 360 и приставки Kinect.**

Метод дополненной реальности основан на взаимодействии игрока и персонажа на экране телевизора в реальном времени, соблюдении четкой инструкции и правил игры.

Предполагается лишь частичное погружение человека в игровую реальность, сохраняя контакт с внешним миром, в отличие от полноценных VR-систем, использующих виртуальный шлем.

**Продолжительность занятия в каждом случае индивидуальна, устанавливается специалистом и составляет, с учетом предполагаемых пауз, от 20 до 45 минут.**

**Вовлеченность в игровой процесс позволяет переключиться с негативных переживаний на позитивное происходящее в моменте, здесь и сейчас.**

В зависимости от степени выраженности двигательных нарушений, получателю социальных услуг предлагается на выбор ряд игр, для каждой из которых существует возможность выбора уровня сложности. При желании, уровень сложности может быть изменен.

Результаты каждого выполненного задания доступны игроку в режиме реального времени и могут быть сохранены до следующего занятия, с целью анализа и сравнения с новыми в будущем. В процессе занятия, с разрешения участника, можно фиксировать происходящее в игровом пространстве на видео для последующего разбора, анализа и коррекции реабилитационных мероприятий совместно со специалистом.



### **Преимущества данного метода:**

- доступность, невысокая стоимость и компактность оборудования;
- простота использования;
- не требует отдельного помещения (кабинета);
- полная интерактивность;
- не требует специальных навыков, обучение происходит в моменте игры;
- узкий перечень противопоказаний/ограничений;
- широкий выбор игрового контента, в том числе, рассчитанного для детей;
- высокий уровень мотивации и вовлечения участников в игровой процесс;
- отличное средство снятия психического напряжения, эмоциональной разрядки, опосредованно через физическую активность;
- рефлексия в режиме реального времени (получение обратной связи в моменте, здесь и сейчас).

### **ФИЛЬМ О ПРОЕКТЕ «КИНЕКТИКУМ»**



### **КАК ПРОХОДЯТ РЕАБИЛИТАЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СИСТЕМЫ ДОПОЛНЕННОЙ РЕАЛЬНОСТИ KINECT**



### **МАСШТАБИРУЕМОСТЬ**

При наличии нужного оборудования, помещения и специалистов, данная программа может применяться во всех реабилитационных центрах (отделениях реабилитации) по желанию получателей услуг.

# РЕЗУЛЬТАТЫ

Для анализа показателей результативности программы, было принято решение взять за основу период в 6 месяцев посещения занятий с использованием системы дополненной реальности Kinect.

- 1 За прошедший период с июня по декабрь 2022 г. в программе приняло участие 3 человека.** Согласно характеру имеющихся ограничений, особенностей физического здоровья, показаний и противопоказаний к определенным видам двигательной активности подбирался индивидуальный план занятий для каждого из участников, с учетом предпочтений при выборе упражнений (игр), уровня сложности выполняемых заданий и времени продолжительности занятия.
- 2 В каждом из случаев, получатель услуг проходил первичное анкетирование,** задачей которого являлось получение информации о субъективном состоянии здоровья получателя услуг, его эмоциональном состоянии и ожиданиях от посещения данных занятий
- 3 Первое занятие — обучающее, направлено на снятие психологического барьера при взаимодействии получателя услуг с интерактивным персонажем,** знакомство с основными движениями и действиями. В рамках данного занятия получателю услуг представляется возможность познакомиться с рядом упражнений (игр) и выбрать для себя наиболее интересные (не более трех), выполнение которых адекватны допустимой физической нагрузке.

# ДИНАМИЧЕСКОЕ НАБЛЮДЕНИЕ ПОЛУЧАТЕЛЕЙ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПО ПРОГРАММЕ «КИНЕКТИКУМ» 2022 ГОД

**ЕВГЕНИЙ Л. — 20.11.1952 Г. Р.**

Начало занятий — 06.06.2022 года,  
курс 6 месяцев.

- **При поступлении ПСУ на курс реабилитации, наблюдались явные нарушения** координации левой верхней и нижней конечности, а также нарушение равновесия и периодические «заносы» при передвижении. Также отмечена пониженная выносливость и слабость в мышцах, одышка, он быстро уставал.
- **За время посещения занятий был выявлен ряд улучшений** в координации движений. Движения левой верхней конечности стали более корректны и точны. Так же у получателя услуги наблюдается уверенность в походке, благодаря тренировкам на координацию, направленную на коррекцию движений верхних и нижних конечностей.
- **Благодаря занятиям наблюдается повышение выносливости организма.** Если в начале курса участник мог выдерживать от 5 до 15 минут, то сейчас достижения приблизились к 45–60 минутам. **Уменьшилась утомляемость, увеличилась сила в мышцах.**
- **Евгений остановил выбор на играх из комплекса «Kinect adventures»:** сплав по горной реке на плоту и прохождение препятствий на движущейся вагонетке. Выбор был аргументирован тем фактом, что в прошлом Евгений активно занимался туризмом, в частности, в составе команды профессионалов покорял горные реки, сплаваясь по ним на плотах.

## **АЛЕКСАНДР Р. — 23.02.1977 Г. Р.**

Начало занятий — 05.09.2022,  
курс 3 месяца.

- **При поступлении Александра на курс реабилитации был запрос** на координацию тела в пространстве, вертикализацию (запрос от мамы получателя услуг), так как он находился в лежачем состоянии 8 месяцев, недавно поднялся с кровати, но ещё плохо управляет своим телом при передвижении.
- **Был разработан индивидуальный план занятий, подобраны игры в соответствии с запросом** Александра и его интересами. Выбран щадяще-прогрессирующий алгоритм нагрузки. Первые занятия проводились преимущественно в сидячем положении, по причине слабости косно-мышечного аппарата и наличия лишнего веса.
- **На протяжении 2-х месяцев увеличивалось время продолжительности занятий и вместе с тем корректировался уровень нагрузки, что мотивировало Александра больше времени проводить на ногах.** По окончании 3-х месяцев мы наблюдаем, что он самостоятельно может находиться на ногах во время полной партии игры в настольный теннис, **количество пауз в процессе занятия сокращено с 5 до 2-х.**
- **Александр выбрал игру в настольный теннис и боулинг.** Свой выбор он аргументировал своими успехами в данных дисциплинах в прошлом, ему было интересно вспомнить былые навыки уже в виртуальном формате и сравнить ощущения с реальной игрой.

**Говоря о результатах программы, следует отметить дисциплину и регулярность посещения занятий получателями услуг, их заинтересованность в продолжении занятий по окончании курса реабилитации.**



При общении с психологом и при анкетировании, оценивая свое внутреннее состояние, **участники программы отмечают возможность получения заряда положительных эмоций, ощущение приятной усталости.** Вовлеченность в игровой процесс позволяет переключиться с негативных переживаний, на позитивное происходящее в моменте здесь и сейчас.

Таким образом мы можем смело полагаться и на тот факт, что **занятия с использованием системы дополненной реальности «Kinect» являются отличным средством психологической профилактики.**



В ресурсном плане это отличное средство и вместе с тем, **выход из цикла борьбы с негативными мыслями, которые питают депрессию.**

**1.** Проведение занятий с использованием системы дополненной реальности, наряду с традиционными реабилитационными мероприятиями, помогают участникам в коррекции двигательных нарушений и тренировке вестибулярного аппарата и координации движений.

**2.** Используя игру как эффективный метод психологической разгрузки, мы можем предполагать улучшение общего физического и психического самочувствия получателя услуг.

**3.** Занятия позволяют участникам выработать устойчивую мотивацию к достижению успеха, обретению уверенности в себе и своих возможностях.

**4.** Занятия позволяют получателям услуг справиться с неуверенностью и обрести новую перспективу в понимании собственного недуга и изменению своего отношения к проблеме здоровья и подвижного образа жизни.

**5.** Благодаря занятиям получатели услуг получают возможность исследовать границы внутреннего потенциала, возможность анализировать в реальном времени и корректировать свои действия.

**6.** Благодаря занятиям участники получают новый инструмент возможностей на пути к осознанным изменениям в жизни.

## **КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ФОНА И СОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ**

**Шарлотт В. В.**  
педагог-психолог

*Государственное  
бюджетное учреждение  
Центр социальной  
поддержки и реабилитации  
детей-инвалидов  
имени Г. И. Россолимо*

### **ЦЕЛЬ ПРОЕКТА**

Достижение положительного эмоционального фона, усиление мотивации к совместной деятельности, улучшение социальных навыков детей с ТМНР, развития эмоционально-волевой сферы.

### **КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ**

Проект посвящен мотивации к учебной и развивающей деятельности, освоению социальных навыков для детей с тяжелыми множественными нарушениями, которая во многом зависит от их позитивного эмоционального состояния.

**Очень важно включать детей в совместную увлекательную и повышающую настроение деятельность, которая также имеет развивающий характер.**

## **АКТУАЛЬНОСТЬ**

**Эмоционально-волевая регуляция детей с тяжелыми множественными нарушениями (ТМНР) характеризуется неустойчивостью и подвижностью эмоций, сниженным эмоциональным фоном.**

**Дети часто имеют слабый познавательный интерес и низкую мотивацию к развивающим и учебным занятиям, испытывают сложности в овладении навыками социального поведения.**

**Применение арт-терапевтических методик** в коррекции

онной работе, улучшая эмоциональное состояние ребенка, является профилактикой агрессивных действий, пробуждает интерес и стремление к совместной со взрослым развивающей деятельности, взаимодействию со сверстниками, способствует снятию эмоционального и физического напряжения и формированию навыков коммуникативного поведения, улучшает способность к эмоциональной регуляции и контролю за своим поведением, раскрывает творческие способности, заложенные в каждом ребенке.

## **ОПИСАНИЕ**

Реализация данной практики призвана улучшить эмоциональное состояние ребенка, найти дополнительную мотивацию деятельности, максимально раскрыть творческие возможности ребёнка, обучить на доступном уровне нормам и правилам взаимодействия с другими людьми, тем самым увеличив ресурс для социализации.

Практики осуществляются воспитателями групп и специалистами с использованием ИЗО-терапии, музыкальной терапии и пальчикового театра.

## Этапы проекта:

- 1 театрализованная деятельность** — знакомство с персонажами сказки «Заюшкина избушка», изготовление героев сказки из фетра;
- 2 рисование в технике Эбру** — знакомство с танцующими красками, рисование, выставка рисунков;
- 3 подвижная игра** — знакомство с правилами игры, знакомство с сюжетом, обыгрывание ролей;
- 4 шумовой оркестр** — знакомство с музыкальными инструментами и их звучанием, игра на разных музыкальных инструментах.

**ИЗО-терапия** была выбрана потому, что эта методика имеет огромное коррекционное значение при развитии мелкой моторики и способствует созданию положительной мотивации, помогает преодолеть страхи детей перед трудностями, помогает создать ситуацию успеха. Также ИЗО-терапия способствует укреплению уверенности, создает благоприятные условия для развития общения замкнутых детей, способствует саморегуляции, отреагированию негативных эмоций, помогает детям развивать фантазию, используя различные цветовые гаммы и материалы для работы.





**Техника Эбру** была выбрана потому, что она подобна игре: позволяет детям чувствовать себя свободнее, смелее, непосредственнее. Здесь невозможно сделать что-то неправильно. Любая попытка даст неизменно положительный результат.

**Музыкотерапия** формирует положительный эмоциональный настрой, позволяет сохранять устойчивое внимание, повышать результативность усвоения материала, развивать фантазию.

**Шумовой оркестр** — это несложная техника, которая очень увлекательна для детей, предусматривает групповую форму обучения, влияет на развитие высших психических функций, воспитывает интерес и любовь к музицированию.

**Пальчиковый театр** — это прекрасный материал для развития у детей воображения, мышления и речи, развития мелкой моторики: в ходе игр у детей вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

**Дидактические, театрализованные и подвижные игры** — являются важнейшим методом обучения и развития детей с ментальными нарушениями. Игра способствует формированию и развитию у детей памяти, произвольности поведенческих реакций, навыков общения, овладению детьми способами усвоения общественного опыта.



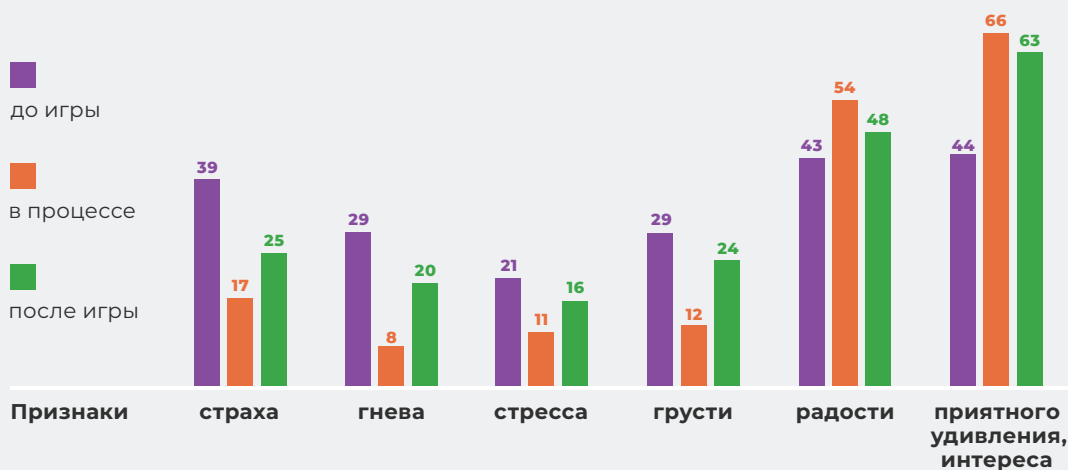
## **МАСШТАБИРУЕМОСТЬ**

Данная практика может быть применена в других детских учреждениях, в курсах возрастной, педагогической и коррекционной психологии. Материалы практики могут быть использованы в деятельности педагогов, психологов, воспитателей.

Распространена на нормотипичных детей. Ограничения по географии реализации отсутствуют.

# РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате осуществления практик существенно улучшилось настроение и мотивация детей, они стали более активны, улучшилось взаимопонимание с воспитателями, дети начали чаще взаимодействовать друг с другом. Полученные в ходе эксперимента данные подтверждают эффективность положительного влияния арт-терапии на детей с нарушениями эмоциональных состояний.



В исследовании участвовали

**7** детей,

постоянно находящиеся в одной группе, которые принимали участие во всех этапах обучающей игры «Заячья избушка»: представление персонажей; эбру — краски, которые танцуют; воспитанники в роли художников; подвижная игра «Зайцы и лиса»; воспитанники в роли героя; шумовой оркестр.

**Как опросник, так и анкету заполняли воспитатели группы.**

**Первый раз** опросники были заполнены за неделю до начала проведения программы.

**Второй раз** — во время проведения обучающей игры.

Обучающая игра проводилась

в течение **5** дней.

**И последний раз** опросники были заполнены в течение следующих 2-х дней после проведения игры на основе наблюдений воспитателей в группе.

**Показатели оценивались по частоте наблюдаемости, было выбрано 4 степени:**

0 — никогда, 1 — редко, 2 — иногда, 3 — часто, 4 — всегда.

Мы не ставили задачу изучить период затухания проявленных эффектов, поэтому наблюдение после завершения методик осуществлялось один раз.

## В РЕЗУЛЬТАТЕ ПРИВЕДЕННЫХ НАБЛЮДЕНИЙ БЫЛИ ВЫЯВЛЕНЫ СЛЕДУЮЩИЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ:

1

Все признаки позитивных эмоций (радость, приятное удивление и интерес) в процессе и после игры повышались. Но показатели в процессе игры были выше, чем после ее окончания. То есть, позитивные эмоциональные эффекты были склонны к затуханию.

- Исходный показатель уровня позитивного эмоционального фона (совокупность позитивных эмоциональных состояний ребенка) в процессе проведения игры **увеличился на 38%**. После окончания игры этот показатель несколько уменьшился, но превышение исходного все еще **составляло 28%**.

2

С негативными эмоциональными состояниями картина была противоположная: признаки негативного эмоционального фона (гнев, грусть, страх, стресс) снижались в момент проведения игры, и имели тенденцию возвращаться к прежним показателям после окончания игры.

- Показатели негативного эмоционального фона (совокупность негативных эмоциональных состояний ребенка) **снизились на 59%** в процессе игры. После окончания игры эффект уменьшился — **снижение составило всего 28%** по сравнению с начальным уровнем.
- При этом сравнительно больший рост в процессе игры показали **признаки приятного удивления и интереса (50%)**, а наибольшее снижение показали **признаки гнева (-72%)**. Более стойким оказался эффект снижения уровня страха. Наоборот, признаки грусти показали большую скорость возвращения к начальным показателям.
- Было установлено, что после проведенной игры **негативный фон быстрее возвращался к прежним значениям, чем позитивный**. Однако исследование динамики затухания этих эффектов не проводилось.

# 3

**С социальными эффектами произошли похожие изменения: почти все показатели социальных эффектов повысилась во время игры. После игры показатели пошли вниз.**

- Показатели социальных навыков детей в дни проведения игры **выросли на 18%** от исходного показателя. После игры показатели продолжали оставаться выше исходных, но **рост составил всего 11%**.
- Самый большой рост **во время игры (50%)** произошел в способности соблюдать очередь. Этот фактор показал самую низкую скорость падения среди показателей, подвергшихся изменению **(на 20%)**.
- Также рост во время игры показала **способность детей улаживать разногласия со сверстниками — 40%**. Правда, достигнутый показатель оказался неустойчивым и после окончания игры продемонстрировал быстрое стремление к начальному значению.
- Также рост в процессе игры показали такие социальные навыки как способность действовать под руководством взрослого и способность контролировать импульсы. Рост каждого показателя **составил 33%**. Однако и темп падения данных показателей был достаточно **высоким (50%)**.
- **Самым устойчивым социальным эффектом оказалась способности выбрать себе занятие.** Этот эффект сохранился неизменным и после игры. Также низкую скорость падения показали такие эффекты как способность соблюдать очередь и способность реализовать чужие идеи — **33%**.

**Таким образом, анкетирования показало улучшение эмоционального фона и снижения негативных эмоциональных факторов в процессе обучающей игры и постепенное выравнивание показателей после окончания игры.**

**Также в процессе игры наблюдалось улучшение социальных навыков детей.** Наибольший рост произошел по следующим показателям: способность соблюдать очередь, способность улаживать разногласия со сверстниками, способность действовать под руководством взрослого, способность контролировать импульсы в процессе взаимодействия.

# ЖИВОПИСНЫЙ ПРОЕКТ «РИСУЕМ В СТИЛЕ "РУССКИЙ ЛУБОК"»

**Осипова М. М.**  
инструктор по труду  
художественной мастерской,  
автор проекта

Государственное  
бюджетное учреждение  
Реабилитационный центр  
для инвалидов «Ремесла»

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Создание художественных произведений. Развитие и укрепление навыка в области изобразительного искусства посредством адаптированной методики рисования

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Групповой художественный проект по созданию живописных работ в стиле традиционного русского лубка, в ходе которого выполняются задания по установленным этапам. В проекте участники осваивают навыки изобразительного искусства по данному направлению, получают адаптированную восприятию сопутствующую информацию, знакомясь с историей и культурой России.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

Направление и тематика данного проекта имеют высокую актуальность как формирующие патриотическое и культурное воспитание среди реабилитантов, при этом адаптивно расширяя кругозор его участников.

Кроме того, посредством приобретения навыков и приемов изобразительной деятельности, происходит реабилитация методами арт-терапии, развитие художественного вкуса и повышение общего эмоционально-психологического настроения.

## ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ

Все участники проекта:

**10** человек в группе

выполняют

**2** этапа заданий по проекту, представляя свои работы на итоговую тематическую выставку.

По итогам проекта формируется выставка работ, проводимая на общественно-значимой площадке ЗелАО (городские библиотеки), а также на базе

**Работа в коллективе укрепляет социальную культуру и помогает выстраивать взаимодействие между участниками проекта, учит общению и повышает самооценку.**

Реабилитационного центра, создаются сопроводительные видеоролики и портфолио участников.

Также все участники проекта проходят ознакомительный экскурс по истории и культуре России, представляющий собой адаптированные занятия.

Стиль русского лубка был выбран как наиболее отвечающий простым представлениям и являющийся несложным в исполнении стилем рисования. Он не подразумевает сложной живописности и длительно приобретаемых навыков академической живописи. Всё доступно и понятно для лиц с различными ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), большая часть из которых представляет собой ментальные нарушения.

## ОПИСАНИЕ

**Каждый участник, с помощью и при поддержке инструктора по труду и руководителя проекта Марии Осиповой, самостоятельно выполняет задания по проекту:**

- рисование заглавной буквы своего имени;
- иллюстрация в стиле русский лубок на бумаге, либо на изделии, в соответствии со своими способностями и уровнем возможностей.

В ходе проекта, наряду с его живописной частью, проходит знакомство участников с культурой и историей России. Руководитель проекта рассказывает участникам интересные факты и полезную информацию, сопровождая занятия красочными наглядными материалами (презентации).

**В процессе рисовальной части проекта изучаются техники:** рисование гуашью, акварелью, темперой, акрилом, красками по ткани, графическими материалами (линер, тушь).

**Задействуются принципы** многослойной живописи, лессировок, росписи по ткани в стиле холодного батика, скетчевой иллюстрации.

**В итоге получают высокохудожественные работы, выполненные в стилистике русского лубка:**

- бумажные иллюстрации;
- деревянные расписные доски;
- керамические колокольчики;
- тканевые панно и др.

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Настоящий проект изначально реализован на базе Реабилитационного центра для инвалидов «Ремесла», для группы участников 10 человек.

Исходя из своих характеристик, проект может быть преобразован в более масштабные мероприятия, количество участников в которых может регламентироваться лишь необходимыми усилиями по оценке большого количества работ и обработкой результатов, а также мощностью итоговых выставочных мероприятий.

Сами тематические занятия могут быть преобразованы в серию мастер-классов онлайн-формата и записаны в виде обучающих видеороликов.

# РЕЗУЛЬТАТЫ

- 1** По итогам проекта формируется выставка работ, проводимая на общественно-значимой площадке ЗелАО (городская библиотека), а также на базе Реабилитационного центра для инвалидов «Ремесла», создаются сопроводительные видеоролики и портфолио участников.
- 2** Результаты проекта планируется опубликовать на официальных страницах центра и других социальных ресурсах для широкого охвата аудитории. Развертывание выставки приурочивается к значимым датам в РФ: День Народного Единства (4 ноября) и День Конституции РФ (12 декабря).
- 3** На территории Реабилитационного центра для инвалидов «Ремесла» проводится выставка работ участников с ознакомительными комментариями-визитками о каждом из них. Создаются презентационные материалы о проекте с целью его популяризации в СМИ.



ИСТОРИЯ РАБОТЫ  
УЧАСТНИКА ПРОЕКТА  
«РУССКИЙ ЛУБОК»



# ЭМО-КОММУНИКАЦИЯ ДЛЯ ЖИЗНИ

**Романова Е. А.**  
директор ресурсного  
центра, методист Дома  
сопровождаемого  
проживания

Автономная некоммерческая  
организация «Ресурсный центр  
“Вера. Надежда. Любовь”»

Государственное  
бюджетное учреждение  
Дом сопровождаемого  
проживания «Гурьевский»

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Повысить уровень навыков у подростков и молодых взрослых с выраженными ментальными нарушениями для безопасного и продуктивного поведения в сети.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Комплексная программа по обучению молодых людей с ментальными нарушениями продуктивному использованию интернета «ЭМО-коммуникация для жизни». Участники программы могут освоить навыки пользования цифровой средой с помощью веб-приложения «ЭМО» с адаптированным под их особенности здоровья интерфейсом, а после получить практический опыт применения цифровых технологий.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

Молодые люди с ментальными нарушениями имеют недостаточный уровень навыков пользования цифровой средой, поэтому им сложно воспользоваться мерами поддержки инвалидов от государства, обращение за которыми происходит через интернет (Приказ Министерства труда и социальной защиты населения от 7 февраля 2020 г. N 52 О плане информатизации).

**В результате решающее влияние на жизнь молодого человека оказывают значимые взрослые** — в случае проживания в стационарном учреждении, это администрация и сотрудники интерната.

Согласно нашему опросу сотрудников организаций будущих участников проекта, только в 4 из 7 организаций у благополучателей есть возможность самостоятельно воспользоваться Интернетом, а в остальных эта возможность есть только с педагогом. К сожалению, без возможности обращаться за поддержкой, да и просто общаться с людьми не из интерната, социализация молодого человека ограничивается учреждением.

**Основным препятствием на пути самостоятельного получения навыков пользования Интернетом** являются проблемы со здоровьем — ментальные и физические нарушения.

**Мы предлагаем не только обучать участников проекта использованию специального коммуникатора «ЭМО», но и впоследствии, дать им возможность получить практический опыт извлечения пользы от взаимодействия в цифровой среде.**

Все благополучатели имеют выраженное снижение интеллекта, многие не умеют читать, писать и говорить, а наиболее распространенные сопутствующие заболевания — нарушения зрения и мелкой моторики.

**Всё это осложняет обучение пользованию интернетом в обычной среде, поэтому нами был разработан и апробирован специальный коммуникатор «ЭМО» с доступным интерфейсом, адаптированным под потребности целевой аудитории.**

На примере «ЭМО» участники проекта смогут освоить навыки, необходимые для использования любого Интернет-сервиса в последствии.

**Но, как показывает опыт нашей организации, одного наличия специального приложения недостаточно.**

Люди с ментальными нарушениями не могут освоить его самостоятельно, им требуется помощь педагога. В нашем опросе также прослеживается четкая взаимосвязь между организованными занятиями по использованию гаджетов и использованием благополучателями организации мессенджеров или социальных сетей — без занятий использование не наблюдается.

**А в случае организаций из регионов,** дополнительным препятствием для передачи практики по организации таких занятий является отсутствие методического сопровождения, позволяющего перенимать опыт Москвы.

**Среди же организаций, где интернет есть в свободном доступе у благополучателей и организованы занятия по освоению гаджетов, обнаруживаются следующие негативные явления** — такие как бесцельные сообщения, неосмысленная пересылка чужого контента. Освоив механические навыки использования гаджетов и приложений по обмену контентом, человек с ментальными нарушениями имеет склонность к неосознанному использованию возможностей данных приложений, не приносящему пользу ни ему самому, ни окружающим.

**В качестве решения мы предлагаем не только обучать участников проекта использованию специального коммуникатора «ЭМО», но и впоследствии, дать им возможность получить практический опыт извлечения пользы от взаимодействия в цифровой среде.** Это будет способствовать формированию причинно-следственных связей между действиями в интернете и их результатом в реальной жизни.

## **ОПИСАНИЕ**

Молодые люди с ментальными нарушениями не могут самостоятельно начать использовать Интернет безопасно и с пользой. Препятствиями являются неспособность самостоятельно обучиться конструктивному и продуктивному поведению в цифровой среде, а также особенности здоровья, ведь такие люди часто не владеют чтением, письмом, иногда и речью, имеют множество сопутствующих заболеваний.

В качестве решения мы предлагаем комплексную программу по обучению продуктивному использованию Интернета «ЭМО-коммуникация для жизни». Участники программы могут освоить навыки пользования цифровой средой с помощью веб-приложения «ЭМО» с адаптированным под их особенности здоровья интерфейсом, а после — получить практический опыт

применения цифровых технологий в реальной жизни.

**«ЭМО» — инклюзивное приложение, разработанное нашей организацией, им могут пользоваться не только люди с ментальными нарушениями, но и их окружение и другие люди без ограничений здоровья.** Интерфейс приложения апробирован, доказана его доступность для данной аудитории. В проекте «ЭМО» будет использоваться как инструмент по обучению участников цифровым навыкам.

**В первой части программы** каждый участник пройдет тестирование имеющихся цифровых навыков, на основе которого будет составлен его индивидуальный план по освоению коммуникатора «ЭМО», рассчитанный на несколько месяцев. В обучении будут использованы печатные визуальные помощники, содержащие инструкции по использованию функционала коммуникатора.

**Вторая часть программы** направлена на получение участниками позитивного опыта применения навыков использования «ЭМО», полученных в первой части, для реальных задач из их жизни. Причем для лучшего осознания связи между конкретными действиями в онлайн и реальными событиями ребятам предлагается максимально разнообразный практический контекст — активности будут непохожими.

**Мы разбили наиболее частые события в жизни человека с ментальными нарушениями на 6 направлений, каждому из которых отведена тематическая неделя:**

- «Творчество»;
- «Культура»;
- «Труд»;
- «Волонтерство»;
- «Игра»;
- «Спорт».

**Отдельным направлением деятельности в рамках проекта является поиск и обучение педагогов-тьюторов, которые будут проводить занятия и мероприятия для ребят.**

Планируется онлайн-обучение, доступное всем регионам-участникам и методическая поддержка, включающая изготовление и отправку почтой полностью готовых визуальных помощников для ребят из региональных организаций.

В результате ожидается повышение уровня цифровых навыков, а также их конструктивного использования для реальных практических задач участников проекта. Отдельным направлением работы станет создание условий для тиражирования программы в регионы, что включает всестороннюю поддержку региональных площадок и создание методического обеспечения.

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

**После завершения проекта молодые люди с ментальными нарушениями продолжат использовать коммуникатор «ЭМО»:**

- будут преодолены препятствия технического характера: во всех организациях, принявших участие в проекте, появятся компьютеры и будет организована возможность благополучателей свободного доступа к ним;
- появятся люди, способные поддерживать практику.

Каждый координатор является сотрудником организации-площадки и после проекта будет компетентен в вопросах реализации программы в своей организации для новых участников. Появятся хорошо подготовленные тьюторы, студенты будут знакомы с одной из организаций, у них будет практический опыт реализации программы и работы с молодыми людьми с ментальными нарушениями, в дальнейшем они смогут продолжить этим заниматься как волонтеры или с трудоустройством.

За время практической части проекта познакомятся друг с другом молодые люди из разных организаций и регионов, которые прежде были незнакомы. **Это будет способствовать социализации ребят, появлению у них новых друзей.**

Для некоторых участников проект станет первым опытом взаимодействия в цифровой среде, что откроет ранее недоступные возможности. Для других же это будет первый осознанный опыт, расширяющий возможности.

Полученный опыт будет передан команде разработчиков коммуникатора «ЭМО» для улучшения и развития продукта (командой также руководит создатель «ЭМО» и руководитель проекта Романова Елизавета).

Организации-участники находятся в разных регионах, но все будут освещать проект на своих ресурсах, привлекая ближайших людей и другие организации — это будет способствовать более быстрому территориальному распространению с несколькими центрами. Обновленные методические рекомендации упростят реализацию программы, сделают её старт на новых площадках менее затратным, в том числе, по уровню квалификации сотрудников. В этом, например, уже заинтересовано Министерство образования ЛНР, программа будет масштабироваться на данный регион.

**Информационное освещение кейсов успешного освоения участниками программы будет способствовать позитивному образу человека с ментальными нарушениями, снижать уровень недоверия к таким людям и способствовать развитию инклюзии в обществе.**

# РЕЗУЛЬТАТЫ

**> 500** пользователей

**> 30 000** сообщений

**1**

**У 85% молодых людей с ментальными нарушениями, завершивших курс «Использование коммуникатора ЭМО», отмечено развитие цифровых навыков.**

Выводы на основе стартовой и итоговой оценки с использованием оценочной формы.

**2**

**У 70% молодых людей с ментальными нарушениями, завершивших курс, повысился уровень осознанности использования интернета.**

Выводы на основе стартовой и итоговой оценки с применением следующих методик: «Канадская оценка выполнения деятельности (COPM)», «ТОЙМИ», «Оценка степени самостоятельности и трудоспособности лиц с нарушениями психических функций и необходимого им сопровождения».

**3**

**40% молодых людей с ментальными нарушениями, завершивших курс, начали общаться с ребятами из других организаций.**

Оценка на основании анализа статистики, выгруженной с сервера «ЭМО», содержащей данные об информационных потоках между участниками проекта.

# МЕДИАЦИЯ В СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЕ

**Пономарева И. Н.**  
руководитель проекта

*Государственное бюджетное  
учреждение Центр поддержки  
семьи и детства Северного  
административного округа  
г. Москвы (городская  
методическая площадка)*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Создание бесконфликтной среды общения среди детей, подростков и их родителей путем применения медиативных практик.

Снижение (сокращение) числа негативных последствий конфликтных ситуаций путем внедрения медиативных практик в деятельность учреждений социальной сферы.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Медиация в социальной сфере помогает решать проблемы в работе с семьями с детьми через гуманистический подход к решению споров. Практика помогает сокращать негативные последствия конфликтных ситуаций путем внедрения медиативных практик в деятельность учреждений социальной защиты населения города Москвы.

**Беспристрастность и компетентность являются приоритетными профессиональными ценностями специалистов, реализующих практику медиации.**

## **АКТУАЛЬНОСТЬ**

**В основе решений проблем в работе с семьями с детьми лежит гуманистический подход к решению споров.**

**Спор — это нормальное явление, однако опасно оставлять его без решения. Семейный медиатор должен подвести стороны спора к конструктивному диалогу, к принятию сторонами ответственности за ситуацию и поиску выхода из нее.**

Практика помогает снижать (сокращать) негативные последствия конфликтных ситуаций путем внедрения медиативных практик в деятельность учреждений социальной защиты населения г. Москвы.

**Анализ категорий конфликтов позволил выделить основные области применения медиативных технологий:**

- между родителями и иными законными представителями относительно несовершеннолетних детей;
- между супругами и/или родственниками относительно имущества;
- неимущественные разногласия между супругами и/или родственниками, без спора о несовершеннолетних детях;
- между родителями и совершеннолетними детьми;
- между родителями и несовершеннолетними детьми.



## ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ:

### 1 этап

#### Подготовительный

Направлен на решение организационных вопросов по реализации технологии медиации:

- создание Службы медиации;
- создание материально-технической базы;
- подготовку специалистов;
- информирование населения о возможностях медиации.

### 2 этап

#### Организационный

Направлен на решение текущих вопросов организации проекта.

## 3 этап

### Практический

**Направлен на реализацию технологии медиации как основного механизма деятельности Службы:**

- выявление потребности в проведении медиации;
- разработку и реализацию медиативной работы в рамках функционирования Службы.

## 4 этап

### Аналитический

**Предусматривает оценку эффективности реализации технологии, а также анализ результатов внедрения технологии медиации.**

На базе ГБУ Центр поддержки семьи и детства САО г. Москвы создана городская методическая площадка. Мониторинг деятельности Служб медиации осуществляется путем проведения регулярных совещаний, при необходимости — супервизий.

Кроме того, ежемесячно проводится сбор отчетной информации согласно утвержденным формам. **В качестве предмета мониторинга используются следующие показатели:**

- количество обращений;
- характер запросов;
- источник запросов;
- количество процедур;
- время, затраченное на проведение процедуры.

# РЕЗУЛЬТАТЫ

**За период реализации проекта**  
(на октябрь 2022 г.):

**2363**

заявки на проведение  
процедуры медиации  
поступило;

**52%**

всех ситуаций урегулировано;

**19%**

не урегулировано;

**67**

конфликтов — в процессе  
работы.

**Общая продолжительность  
примирительных процедур  
составила более 7069 часов.**



В Москве открыто 11 окружных служб медиации, в каждом учреждении социальной защиты населения оказывает услуги профессиональный медиатор.



В системе Департамента труда и социальной защиты населения функционирует Городская методическая площадка (ГБУ Центр поддержки семьи и детства Северного административного округа города Москвы), являющаяся организатором и координатором деятельности служб медиации.



Разработана и внедряется схема взаимодействия со школьными службами примирения.

## **ПРОРАБОТКА ДЕСТРУКТИВНЫХ ОТНОШЕНИЙ В СЕМЬЕ ЗАВИСИМОГО КАК ОСНОВА ТРЕЗВОЙ ЖИЗНИ**

**Алексеев В. В.**  
медицинский психолог

Государственное бюджетное  
учреждение «Мой семейный  
центр “Горизонт”»

### **ЦЕЛЬ ПРОЕКТА**

Работа с родственниками зависимого с целью выработки новых навыков общения и взаимодействия в семье.

### **КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ**

Одним из основных факторов начала формирования зависимого поведения и, в дальнейшем, химической зависимости, являются взаимоотношения в семье. В большинстве случаев это семьи, где нет конструктивного диалога, нет доверия друг к другу, не принято говорить о своих чувствах и потребностях. Практика направлена на выстраивание новых, здоровых взаимоотношений.

**Для налаживания новых отношений в семье проводятся семейные сессии и мульти-медийные группы, применяются новые модели поведения и общения.**

## **ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ**

**Целью работы с родственниками зависимого является выработка новых навыков общения и взаимодействия в семье.** Для этого применяются следующие инструменты:

- **лекции** — на них происходит знакомство родственников с заболеванием, понятиями зависимости и созависимости, предоставляется материал о том, как выстраивать здоровую коммуникацию. Так родственники обучаются говорить о своём состоянии, рефлексии, повышается уровень их осознанности;
- **индивидуальные задания** — необходимая методика для изменений, которая

способствует работе близких над собой и формированию здоровой позиции;

- **консультации** — служат важным инструментом для работы с близкими, где выявляются проблемы в отношениях с зависимым и предлагаются способы решения;
- **тренинги и мастер-классы** — позволяют на практике испытать полученные знания: понимать собственные потребности, смещать фокус внимания на себя, говорить о желаниях через чувства, выявлять ошибки мышления, формировать личную ответственность, и в дальнейшем использовать их в повседневной жизни.

## **АКТУАЛЬНОСТЬ**

Очень часто родственники перекладывают всю ответственность за употребление психоактивных веществ (ПАВ) на зависимого, таким образом отрицая своё влияние на формирование зависимости и демонстрируя нежелание что-то менять внутри семейной системы. В связи с этим, близких нужно привлекать на всех этапах реабилитационного процесса, работать с их осознанием собственных ошибок и проблем, и практиковать новые навыки общения с зависимым, формируя безопасное пространство для дальнейшей трезвой жизни.

## ОПИСАНИЕ

С самого начала создаётся программа работы с семьёй зависимого, которая предполагает **12 месяцев реабилитационного процесса.**

За это время родственники проходят цикл лекций о:

- сопротивлении;
- механизмах защиты;
- механизмах созависимости;
- двойных посланиях;
- детско-родительских отношениях;
- поведении, способствующем формированию зависимости;
- стыде, вине, зависимости;
- манипуляции, манипулятивных эмоциях;
- своеволии;
- мифах про химическую зависимость;
- драматическом треугольнике Карпмана;
- гиперконтроле, ассертивном поведении;
- понимании чувств;
- признаках срыва;
- границах безопасности;
- точках опоры после реабилитации и другом.

Лекции проходят

**1** раз в неделю,

продолжительность:

**1,5** часа.

На консультациях с родственниками, которые проходят **1 раз в неделю**, обсуждается и закрепляется пройденный материал, ведётся индивидуальная работа, направленная на изменения в поведении и формирования новых моделей общения в семье.

За время работы родственники пишут **10 терапевтических заданий:**

- «Болезненные последствия»,
- «Моя болезнь»,
- «Бессилие»,
- «Неуправляемость»,
- «Отрицание»,
- «Страхи»,
- «Чувства»,
- «Дефекты»,
- «Какой я есть»,
- «Границы безопасности»,

которые разбираются на личных консультациях и приводят к осознанности и другому взгляду на проблему.



### На авторских мастер-классах и тренингах:

- «Не тяни одеяло на себя»,
- «Искусство отношений»,
- «Наши чувства» и др.,

**которые проводятся 1 раз в месяц**, близкие практикуют новые полученные знания.



**1 раз в неделю проходят мультимедийные группы**, где родственники, применяя вышеперечисленные инструменты и полученные навыки, по-новому общаются с зависимым.



**Ежемесячно на семейных сессиях**, где присутствуют психолог, родственники и резидент центра совместно обсуждаются вопросы взаимодействия и практикуют здоровые модели общения. Таким образом, к концу прохождения реабилитации, и зависимый и его семья обретают все необходимые знания и навыки для дальнейшей трезвой жизни.



## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Подобная практика применима для других учреждений, в том числе, не связанных с наркологическим профилем. Проблема межличностных отношений актуальна для многих семей и данная методика позволяет найти способы решения, получить новые навыки и начать применять их в жизни.

# РЕЗУЛЬТАТЫ

- 1** В процессе работы с семьёй зависимого происходит разделение ответственности за проблему между родственниками и зависимым, формируется доверие друг к другу, приобретаются новые навыки уважать и открыто говорить о своих чувствах и потребностях, вести конструктивный диалог и соблюдать границы.
- 2** При регулярном посещении занятий: лекций и консультаций (минимум 2 лекции и 2 консультации в месяц), а также при написании заданий, родственники получают всю необходимую базу для собственных изменений и изменений в самой семейной системе. Мультимедийные группы (минимум 2 раза в месяц), тренинги и мастер-классы (минимум 1 раз в месяц) дополняют основу и помогают реализовать на опыте полученные знания.
- 3** При наблюдении в динамике на протяжении 3 лет, 50% родственников, чей зависимый близкий проходил курс реабилитации, принимали участие в программе работы на собой.
- 4** После прохождения всей программы 15–20 родственников достигли положительных результатов и до сегодняшнего дня сохраняют отмечаемые показатели.



Таким образом, через комплексный подход работы и с зависимым, и с его семьёй достигается необходимый результат, который подтверждается ремиссией резидента и отзывами близких.



# ЗД: ДОСТУП. ДЕЛО. ДРАЙВ

**Пономарева И. Н.**  
руководитель проекта

*Государственное бюджетное  
учреждение «Мой семейный  
центр “Преображение”»  
(городская методическая  
площадка)*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Помощь подросткам в поиске себя и их поддержка на старте во взрослую жизнь.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Проект направлен на оказание всесторонней поддержки подросткам, находящимся в трудной жизненной ситуации, и их семьям, состоящим на социальном обслуживании в семейных центрах, профилактику семейного неблагополучия.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

**Актуальность проекта обусловлена тем, что работа направлена на решение основных проблем целевых групп программы — подростков и родителей**

**У подростков это:** трудная жизненная ситуация, низкие навыки коммуникации, педагогическая запущенность, низкая мотивация к обучению, конфликтные отношения с родителями, асоциальное, деструктивное, девиантное поведение, низкий уровень достатка семьи.

**У родителей:** трудная жизненная ситуация, низкий уровень родительских компетенций, трудности в детско-родительских отношениях, малообеспеченность, отсутствие помощи со стороны окружения, асоциальный образ жизни.

## ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ

**Цели проекта:**

- формирование профессионального сообщества специалистов и партнерских организаций.

**Активное включение подростков в развивающую деятельность не только дает им знания и навыки, но и мотивирует на участие в трудовой занятости, профессиональном самоопределении.**

- создание городской модели профориентации и трудовой занятости подростков с 14 лет в столичной системе поддержки семьи и детства;
- социализация, психологическая поддержка и оказание помощи подросткам в личностном развитии, формирование жизненных ценностей, определение профессиональных траекторий;

## ОПИСАНИЕ

**Механизмом выполнения цели стало создание и реализация на базе семейных центров 3Д-модели по работе с подростками «Доступ. Дело. Драйв».**

## **ЗД-МОДЕЛЬ «ДОСТУП. ДЕЛО. ДРАЙВ» ВКЛЮЧАЕТ ТРИ ОСНОВНЫХ КОМПОНЕНТА:**

### **«ДОСТУП»**

**В семейных центрах организованы пространства для свободного пребывания и позитивного общения ребят — современная, открытая, демократичная развивающая среда, которая смогла привлечь около**

# **4 500**

**несовершеннолетних в возрасте**

# **14+**

**в учреждения, включить их в работу подростковых клубов и разнообразные проекты.**

Сегодня такие пространства работают во всех организациях поддержки семьи и детства.

Совместно с ресурсным центром «Отрадное» на портале «мойсемейныйцентр.москва» создан раздел, содержащий информацию о подростковых клубах, проводимых мероприятиях, городских проектах, организации онлайн-активностей для подростков.

### **«ДЕЛО»**

**Действенный механизм реализации этого этапа — участие подростков в городских проектах государственных, некоммерческих, общественных организаций.**

**Активное включение подростков в развивающую деятельность** не только дает им знания и навыки, но и мотивирует на участие в трудовой занятости и профессиональном самоопределении, которые являются важнейшими инструментами профилактики, воспитания и реабилитации.

**Среди наиболее масштабных и значимых партнерских проектов** можно назвать такие, как Профориентационная олимпиада «Москва – город профессий», Школа юного медиатора, сервис полной занятости подростков «Дети смогут», семейный спецкурс «Ало, ма!», стажировки несовершеннолетних граждан, спецпроект «ПРОГероев», проект «Цифровой рост», городской социальный театр «Взлёт».

## «ДРАЙВ»

**На этом этапе с подростками, включенными в поле притяжения семейных центров, организована работа подростковых клубов по ряду направлений, включающих личностное развитие, развитие интеллекта, коммуникативных навыков, психологическую поддержку, патриотическое воспитание, овладение знаниями и навыками в сфере IT, робототехники, SMM, журналистики и блоггерства, естественных наук, развитие творческих способностей через занятия спортом и танцами, hand-made, участие в театральных постановках, а также волонтерскую деятельность и овладение основами медиации.**

В семейных центрах работают

**27** подростковых клубов.

Их работа ставит цель не только включить ребят в позитивную деятельность, но и развивать в них лидерские качества, научить проявлять инициативу

внутри клуба, внося предложения по содержанию его работы, организовывать своих сверстников и самостоятельно проводить различные активности на актуальные для подростков темы.

**В 2022 году** на уровне города реализовывались

**4** проектные идеи подростков,

**а в 2023 году** ребятами предложено и воплощается в жизнь

**20** инициативных проектов.

Конкурс на лучший подростковый клуб, проводимый уже второй год, подводит итоги и определяет лидеров по 5 номинациям.

**Функцию координации, организационного и методического сопровождения реализации проекта на уровне города выполняет Государственное бюджетное учреждение города Москвы «Мой семейный центр “Преображение”».**

## РЕЗУЛЬТАТЫ:

**200** специальностей  
попробовали для себя  
подростки;

**30%** участников  
проекта определились  
с будущей профессиональной  
траекторией;

**24%** участников  
подростковых клубов  
составили их активы,  
инициируют и организуют  
деятельность клубов;

**20%** подростков  
улучшили ситуацию в семье  
или были сняты с различных  
видов учета;



сформировано профессиональ-  
ное сообщество специалистов,  
работающих с подростками;



создан и наполнен подростко-  
вый раздел интернет-портала  
«мойсемейныйцентр.москва».

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Проект может быть  
тиражирован.

### Необходимые условия:

- пул партнерских организаций  
в соответствии с актуальным  
запросом подростков;
- организация системы обуче-  
ния/методической поддержки  
специалистов учреждений  
социальной защиты населе-  
ния, работающих в сфере  
поддержки семей с детьми,  
методам и технологиям  
работы с подростками;
- система управления  
и координации деятельности  
участников проекта;
- помещения и специалисты  
для организации и работы  
подростковых клубов  
по актуальным для подрост-  
ков направлениям;
- интернет-ресурс  
для дистанционной работы  
и размещения информации.

# ПРОФИЛАКТИКА СОЦИАЛЬНОГО СИРОТСТВА И СЕМЕЙНОГО НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ

**Манулычева Т. В.**  
советник

**Богданова О. А.**  
главный специалист

**Колыхалова Е. А.**  
главный специалист

*Отдел социальной защиты  
населения Головинского  
района Северного  
административного округа  
г. Москвы*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Раннее выявление социально неблагополучных семей, сохранение ребенка в кровной семье, либо возвращение ребенка в кровную семью из организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Профилактика социального сиротства и семейного неблагополучия подразумевает комплекс мер по работе с родителями и детьми с целью формирования и сохранения нормальных семейных отношений, ориентации на здоровый образ жизни. Организовать эффективную работу в данном направлении можно только через межведомственное взаимодействие органов и учреждений.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

Снижение внимания общества к проблемам воспитания нового поколения привело к чрезвычайно неблагоприятным социальным последствиям, среди которых: рост подростковой наркомании, раннее материнство и внебрачные отношения, криминализация и преступность несовершеннолетних, насилие над детьми в семье, социальное сиротство, и все это как следствие неблагополучия в семье. Социальные кризисные явления, происходящие в современном обществе, отрицательно влияют на психологию людей, порождают тревожность и напряженность, озлобленность, жестокость и насилие.

## ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ

**1.** Раннее выявление социально неблагополучных семей как одна из важнейших форм первичной профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

**2.** Сохранение ребенка в кровной семье, либо возвращение ребенка в кровную семью из организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

**Необходимо включать превентивные технологии в работу с семьей на самых ранних стадиях выявления семейного неблагополучия.**

## ОПИСАНИЕ

После поступления «сигнала» о семейном неблагополучии, специалистами проводится работа с семьей в рамках следующих этапов:

- знакомство с семьей;
- выявление проблем родителей, стиля их взаимоотношений с ребенком;
- консультации для родителей;
- утверждение программы индивидуальной работы с ребенком и его семьей.

Работа по данным этапам проводится совместно с учреждениями системы профилактики.

## ОПИСАНИЕ КЕЙСА

**В 2020 г. в ОСЗН Головинского района г. Москвы поступила информация о том, что двое малолетних — Александр М. 2014 года рождения и Анна М. 2018 года рождения, были госпитализированы в ГБУЗ «ДГКБ № 9 им. Г. Н. Сперанского ДЗМ» по актам выявления и учета беспризорного и безнадзорного несовершеннолетнего, составленным сотрудниками отдела полиции ОМВД России по Головинскому району г. Москвы, в связи с тем, что мать Светлана М. помещена ее отцом на два дня в наркологический центр для снятия наркотической интоксикации, отец детей Александр М. находился в состоянии алкогольного опьянения, дома антисанитария.**

Специалистом ОСЗН были сделаны запросы: в детский сад, в поликлинику, в ОМВД России по Головинскому району. По телефону вызвана мать детей.

Через несколько дней на прием пришла мать, с которой была проведена профилактическая беседа, разъяснены права и обязанности родителей, выданы памятки. На приеме мать написала заявление, что будет проходить лечение от наркотической зависимости в реабилитационном центре закрытого типа без возможности свободного

выхода, сроком один год, и что на момент лечения своих детей она доверяет своему родному брату Андрею Т. Сотрудники ОСЗН рекомендовали ей сделать нотариальное согласие на её брата для сопровождения детей и представления их интересов в различных организациях, так как срок её лечения довольно большой.

Так же мать в своем заявлении написала, чтобы ни при каких обстоятельствах детей отцу не отдавать, так как он жестоко обращается с детьми, злоупотребляет спиртными напитками и наркотическими веществами.

Сотрудники ОСЗН получили ответы на ранее направленные запросы. Из характеристики школы следовало, что Саша был напряжен, на вопросы о семье рассказал следующее: «Что папа его бил специальной палкой с дерева, ударил локтем в глаз (был синяк), после того как выпьет водку сильно бил маму много раз, хотел её зарезать ножом». Вспоминая эпизоды из своей жизни, у Саши тряслись губы, он сильно нервничал, ноги не стояли на месте. Мальчик показывал на себе, где у него были синяки и травмы. В глазах была злость, обида и нежелание видеть отца. У ребенка появился нервный тик.



Пока мать находилась на лечении, семья дяди Андрея Т., в которой воспитывались малолетние Саша и Аня, находилась в поле зрения органов опеки Головинского района, оказывались юридические, психологические консультации. Совместно с Андреем Т. были собраны материалы, и дядя обратился в Головинский районный суд с иском о лишении родительских прав отца в отношении обоих малолетних детей. ОСЗН были предоставлены в суд акт обследования и заключение по существу спора. Отец был лишен родительских прав в отношении малолетних Саши и Ани.

Позднее отец был осужден за совершение уголовного преступления, было назначено наказание в виде лишения свободы.

После прохождения матерью лечения, семья была поставлена на учет в органе опеки и попечительства, как семья, находящаяся в трудной жизненной ситуации. По поручению ОСЗН Головинского района, ГБУ ЦСПСиД «Западное Дегунино» был разработан план индивидуальной профилактической работы с семьей. В ходе работы сотрудником опеки проводились обследования условий жизни малолетних и их семьи, проводился мониторинг за выполнением родительских обязанностей матерью: делались запросы в детский сад и поликлинику, проводились беседы с матерью.

Психологи ЦСПСиД «Западное Дегунино» проводили беседы с матерью с целью формирования ответственного поведения, надлежащего исполнения родительских обязанностей, а также консультации, направленные на стабилизацию эмоционального состояния и поиск внутреннего личностного ресурса. Также семье оказывалась социально-экономическая поддержка (оказание помощи в виде электронного сертификата на детские товары и продукты на основе социальной карты москвича). Мать все свое свободное время посвящала своим малолетним детям, занималась их образованием, воспитанием, проводила совместный досуг.

Через некоторое время мать официально трудоустроилась в должности повара 5-го разряда, вышла замуж, родила третьего ребенка. Матери была оказана консультативная помощь в оформлении документов удостоверения многодетной семьи, социальных пособий в ОСЗН. Через 9 месяцев семья была снята с учета по достижению стойкой положительной динамики. Несмотря на то, что работа с семьей была завершена, Светлана М. знает, что всегда может обратиться за помощью в органы опеки и попечительства Головинского района в любое время (24/7).

**Данная практика применяется при работе с другими семьями, которая так же приносит свои положительные результаты.**

## РЕЗУЛЬТАТЫ

**Благодаря своевременной работе получилось предотвратить ситуацию, которая могла повлечь изъятие детей из семьи:**



проведена успешная социализация;



успешно осуществлена защита прав и интересов детей и их семьи;



повышена мотивация родителя на изменение собственной жизненной ситуации с целью сохранения детей в кровной семье.

**В профилактической работе с семьями, находящимися в трудной жизненной ситуации, нашей целью является поддержка семьи с детьми, сохранение семьи.**

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Данная практика может быть применима другими учреждениями системы профилактики. Необходим единый подход к работе с семьями (Регламент) для всех учреждений системы профилактики, а также проведение круглых столов для обмена опытом.

### **Подробнее о практиках в направлении «Обучение и воспитание»**

читайте на следующих страницах



# ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ТРАЕКТОРИЯ СТУДЕНТА

## **Эмирасанова Е. С.**

*начальник отдела программ  
трудоустройства выпускников  
Колледжа*

*Государственное бюджетное  
профессиональное  
образовательное учреждение  
Колледж по подготовке  
социальных работников имени  
Е. И. Холостовой*

## **Гаджиева А. А.**

*главный специалист  
научно-исследовательской  
лаборатории ГАУ ИДПО ДТСЗН*

*Государственное  
автономное учреждение  
Институт дополнительного  
профессионального  
образования работников  
социальной сферы*

## **ЦЕЛЬ ПРОЕКТА**

Интенсификация образовательного процесса за счёт формирования отдельной профессиональной траектории студента, индивидуального учебного плана, дополнение базовых знаний с помощью программ повышения квалификации.

## **КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ**

Профессиональная траектория студента помогает решить глобальные задачи — подготовку кадров, соответствующих динамично меняющимся запросам работодателей, удержание кадров в отрасли, в том числе за счёт формирования ещё у нынешних студентов, будущих специалистов, лояльности к отрасли, видения своих профессиональных перспектив в ней.

**Молодёжь является важной социальной группой, положение на рынке труда которой оказывает влияние на будущее национальной экономики.**

## **АКТУАЛЬНОСТЬ**

**В 2021 году только**

**28%** выпускников

ГБПОУ Колледжа по подготовке социальных работников имени Е. И. Холодовой (далее — Колледж) были трудоустроены по специальности,

**7%** выпускников

были трудоустроены в структуру Департамента труда и социальной защиты населения г. Москвы.

**Выпускники считают, что без дополнительной подготовки не смогут приступить к работе.**

У студентов присутствует неуверенность в перспективах трудоустройства, студенты не рассчитывают на помощь в трудоустройстве со стороны Колледжа, они не уверены в своих возможностях трудоустройства по результатам обучения.

Современный, стремительно меняющийся мир невольно заставляет область образования адаптироваться и искать новые пути и методы трансформации для успешного функционирования. Необходимость выстраивания пути, который направлен на возвращение молодого поколения в поколение лидеров, предусматривает пересмотр практики образования в организациях среднего профессионального образования. В центре системы должен стоять учащийся.

Учитывая, что актуализация требований к навыкам происходит гораздо быстрее, чем образовательное учреждение может вносить корректировки в учебные планы, важно дополнять профессиональные компетенции студентов путём предоставления им возможности получения дополнительного образования, непосредственно перед выпуском из учебного заведения и началом трудовой деятельности по специальности.

**Профессиональная траектория студента** — это персональная стратегия профессионального роста студента Колледжа, которая направлена на формирование профессиональных компетенций, совершенствования личностных качеств, выстраиваемая на основе осознания и субъективации профессиональных целей, ценностей, норм, а также признания уникальности личности и создания условий для реализации ее потенциала.

## **ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ:**

- трудоустройство 90% выпускников Колледжа в отрасль;
- уверенное позиционирование выпускников на рынке труда и более лёгкая адаптация в отрасли;
- формирование у студентов привычки непрерывного образования и обновления знаний в процессе жизни.

Интенсификация образовательного процесса за счёт формирования отдельной профессиональной траектории студента, индивидуального учебного плана, дополнение базовых знаний с помощью программ повышения квалификации, обеспечение практикоориентированной

среды — модель обучения, применяемая в реализации проекта «Профессиональная траектория студента».

**Интенсификация — один из путей совершенствования обучения, связанный с качественно новым уровнем подготовки специалистов, без увеличения продолжительности и нарастания напряженности учебной деятельности.**

Целесообразность использования данной модели в том, что благодаря ей легко встраиваются процессы непрерывного обучения, процессы индивидуальной траектории обучения. Благодаря этому выполняется задача — подготовка высококвалифицированных кадров для отрасли с заложенными необходимыми навыками для развития в профессии.

## **ОПИСАНИЕ**

**Сотрудники Колледжа совместно с Институтом дополнительного профессионального образования работников социальной сферы провели опрос, в котором приняло участие 134 руководителя учреждений социальной защиты населения г. Москвы.** Целью опроса было выявление потребностей работодателей в знаниях и навыках специалистов со средним профессиональным образованием для успешной работы в учреждениях социальной защиты населения.

На основе полученных ответов была составлена скиллс-карта — компетентная модель (soft and hard skills). Колледж произвел работу по корректировке образовательных программ, учитывая мнение будущих работодателей. **Проанализировав полученные данные, была разработана профессиональная траектория студента, которая включает в себя:**

- **прохождение практик** по направлению выбранного трека в подведомственных ДТСЗН учреждениях (у потенциального работодателя);
- **прохождение 2–3 программ повышения квалификации** на базе ИДПО;
- **трудоустройство** в подведомственные ДТСЗН учреждения по выбранному направлению деятельности.

Также, в рамках опроса, работодатели указали ключевые факторы при выборе кандидата на должность, среди которых было дополнительное образование и опыт работы. В рамках профессиональной траектории студент приобретёт опыт работы, проходя производственные и преддипломную практики в подведомственных ДТСЗН учреждениях, в соответствии с выбранным треком. Обучение по программам повышения квалификации на базе ИДПО обеспечит студентам наличие дополнительного образования.

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

**В настоящее время уже ведётся работа по выстраиванию партнёрских отношений с ВУЗами** с целью обеспечения возможности обучения выпускников Колледжа, поступивших в ВУЗ-партнёр, по индивидуальному плану, с совмещением с трудовой деятельностью в структуре ДТСЗН.

У специалистов продолжится: формирование навыка непрерывного обучения, совершенствование уровня компетенций для его дальнейшего карьерного роста.

**Также практика проекта «Профессиональная траектория студента» может быть тиражирована** на любую образовательную организацию среднего профессионального образования. Для реализации такой практики другому образовательному учреждению будет необходимо:

- совместно с потенциальным работодателем для выпускников учреждения проработать вопрос потребности в кадрах с определённым набором компетенций;
- сформировать программу, направленную на постепенное включение студентов в отрасль, повышение уровня их компетенций, адаптацию имеющихся компетенций под требования работодателя.

# СИСТЕМА ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА ПРЕДУСМАТРИВАЕТ ПРОХОЖДЕНИЕ 3 ЭТАПОВ:

## 1 КУРС

### «ПОГРУЖЕНИЕ В ОТРАСЛЬ»

Начиная с 1 курса, учебным планом для студентов предусмотрены предметы:

- **«Профессиональное самоопределение»** — направлен на формирование у обучающихся представления о системе социальной защиты в Москве, структуре ДТСЗН и работе подведомственных ему учреждений, понимания сущности и социальной значимости своей будущей профессии;
- **«Основы проектной деятельности»** — направлен на формирование навыков, необходимых для проектной деятельности и командной работы. Студенты в группах (командах) работают над созданием своих социальных проектов для разных категорий получателей социальных услуг.

# 2 КУРС

## «ПОГРУЖЕНИЕ В СПЕЦИАЛЬНОСТЬ»

На втором курсе студенты Колледжа начинают проходить производственную практику в учреждениях социальной сферы.

В рамках предмета «Управление моей карьерой» ГБУ «Моя карьера» планируются экскурсии «Мой ПрофПуть» в учреждениях, подведомственные ДТСЗН, и иные карьерные мероприятия.



# 3 КУРС

## «АДАПТАЦИЯ В ПРОФЕССИИ»

**На последнем курсе студент достаточно мотивирован и настроен на определенную карьерную траекторию. Профессиональные треки охватывают ключевые направления деятельности социальной отрасли:**

- «Семья и детство»;
- «Реабилитация несовершеннолетних»;
- «Работа с детьми с ОВЗ»;
- «Реабилитация инвалидов»;
- «Работа со старшим поколением»;
- «Социальные выплаты».

На момент окончания Колледжа студенты, помимо диплома о среднем профессиональном образовании, будут иметь удостоверения о повышении квалификации по выбранным программам. Все это поможет им успешно адаптироваться в отрасли, быть более востребованными на рынке труда, познакомиться с концепцией lifelong learning.

# РЕЗУЛЬТАТЫ

**254** студента выпускных курсов Колледжа распределены по 6 трекам.

Студенты выбирали образовательные треки исходя из собственных пожеланий, также предусмотрена возможность выбора программ повышения квалификации, включенных в другой трек, в случае, если студенты проявляют интерес к теме. Это помогает выстроить индивидуальный подход к студентам и дает возможность формирования индивидуальной образовательной траектории.

При нежелании получать дополнительное образование, студенты могут отказаться. Это направлено на то, чтобы студенты уже сейчас могли делать осознанный выбор, который может помочь в профессиональном становлении, а также нести самостоятельную ответственность в случае, если они не хотят работать по специальности.

**125** студентов выпускных курсов Колледжа уже проходят, либо завершили обучение по одной из программ повышения квалификации на базе ИДПО в соответствии с выбранным треком.

**21** студент, завершивший обучение по программе «Альтернативная коммуникация с детьми с ОВЗ и взрослыми с психоневрологической симптоматикой», оценивают её для себя полезной, дополняющей их базовые знания в области работы с детьми с ОВЗ и реабилитации инвалидов.



**Формирование траектории профессионального движения студентов — это необходимое условие личностно-профессионального становления студентов Колледжа.**

## **СОЗДАНИЕ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ С ПОМОЩЬЮ СРЕДСТВ АДК (АЛЬТЕРНАТИВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ КОММУНИКАЦИИ) У ДЕТЕЙ С ТЯЖЁЛЫМИ МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ, ИМЕЮЩИМИ МЕНТАЛЬНЫЕ НАРУШЕНИЯ**

**Григорьева Е. С.**  
старший воспитатель,  
логопед высшей  
квалификационной  
категории

*Государственное бюджетное  
учреждение Центр социальной  
поддержки и реабилитации  
«Семь-Я»*

### **ЦЕЛЬ ПРОЕКТА**

Организация среды для формирования адекватной и доступной коммуникации у детей с тяжёлыми множественными нарушениями развития, имеющими ментальные нарушения.

Профилактика вспышек агрессии и неадекватного поведения.

### **КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ**

Опыт создания коррекционно-развивающей среды с 2021 года, когда в Центре стали проводиться для взрослых игровые занятия «Круг». Это способствовало дальнейшему внедрению языковой программы «Макатон» в группы воспитанников.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

В связи с тем, что в учреждениях социальной защиты — особых семейных центрах — 75% детей не владеют речью совсем или используют её не в полном объёме, появилась необходимость дать детям другой, альтернативный вариант общения в виде фотографий, карточек, символов, напечатанных слов, естественных и специальных жестов.

Для того, чтобы научить детей использовать символы и жесты языковой программы «Макатон», необходимо, чтобы окружающие их взрослые также овладели этой системой и использовали её на протяжении всего дня. Для этого необходимо обучить и замотивировать взрослых использовать данную систему.

## ОПИСАНИЕ

**Форма работы — подгрупповая:**

- 1 подгруппа** — воспитатели, семейные педагоги, медицинский персонал, педагоги дополнительного образования, специалисты Центра, представители администрации;
- 2 подгруппа** — помощники воспитателей, младшие воспитатели.

**Занятия по системе «Круг» — это занятия, эмоционально и сенсорно наполненные играми, направленные на стимуляцию активного участия в общей игре.**

Языковая программа «Макатон» была создана в 1972–1973 гг. в Великобритании логопедом Маргарет Уокер, для детей и взрослых с разнообразными познавательными и коммуникативными проблемами.

**Это мультимодальная система, включающая в себя карточки с символами, напечатанные слова, жесты и речь.**

**Регламент проведения занятий:**

**15–20** минут.

**Режим проведения занятий:**

**2** раза в неделю.

## НА ПЕРВОМ ЦИКЛЕ (ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ) ЗАНЯТИЯ РАЗДЕЛЕНЫ НА:

- **«Вводные занятия»** — их цель — дать взрослым **основные теоретические понятия**, такие как: «структурированная сверхинтерпретация» и «структурированная тотальная коммуникация», а также сообщить, какие группы пользователей существуют. Важно, чтобы каждый взрослый попал на такое занятие.
  
- **«Занятия по развитию двигательных навыков»** — их цель — **отработка движений при воспроизведении жестов**. В качестве совместной деятельности выбрали жестовую гимнастику (ее рекомендовали проводить с детьми на детском игровом занятии «Круг»). На первой неделе показывается образец проведения жестовой гимнастики, на второй неделе — этап закрепления, когда уже сами взрослые выступают в качестве ведущего.
  
- **«Игровые занятия»** — их целью является **совместная деятельность с использованием карточек-символов языковой программы «Макатон»**. Предполагаются настольные игры с использованием карточек и жестов языковой программы «Макатон», с помощью которых взрослые могли бы в группе закреплять жесты и карточки в нережимные моменты с использованием игровой деятельности.
  
- **«Сюжетно-ролевые занятия»** — это занятия **последнего этапа**. Они носили закрепительный характер, требующий от взрослых применения тех навыков, которые они получили во время всего цикла занятий, а также творческого подхода для решения некоторых ситуаций.

## Структура игрового занятия «Круг» для взрослых:

- 1 Приветствие** — носит организационный момент, когда взрослые рассаживаются на выбранные места по кругу, приветствуют друг друга, называя по имени и отчеству. Закрепляют жест «Привет», настраиваются на занятие. Также на этом этапе сообщается тема занятия.
- 2 Основная часть** — может состоять из повторения пройденного материала, изучения новой информации или быть совмещенной с повторением и изучением нового материала.
- 3 Рефлексия** — на данном этапе занятия взрослые делятся впечатлением, могут дать запрос на интересующую тему, задавать вопросы или обсудить спорные вопросы и рабочие моменты.
- 4 Прощание** — завершение игрового занятия «Круг». Взрослые прощаются друг с другом, тем самым завершая занятие, закрепляя жест «пока».

## Жесты и символы первого цикла занятий:

- «привет»,
- «пока»,
- «есть»,
- «пить»,
- «гулять»,
- «туалет»,
- «спасибо»,
- «пожалуйста»,
- «да»,
- «нет»,
- «мыть руки»,
- «чистить зубы»,
- «мыться»,
- «спать»,
- «еще»,
- «где?»,
- «дай, давать»,
- «помоги».

## ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ВТОРОГО ЦИКЛА ЗАНЯТИЙ

Второй цикл занятий начинается с диагностики взрослых, посещающих предыдущий цикл занятий. Цель диагностики — не количественная оценка знаний, а выявление уровня усвоенного материала. Требуется ли этап повторения или взрослые готовы воспринимать новый материал.

### ОСОБЕННОСТИ ДИАГНОСТИКИ ВЗРОСЛЫХ:

- **Взрослые люди очень чувствительно воспринимают любую ситуацию, выбивающую их из зоны комфорта.** У многих имеются хронические соматические заболевания (гипертония, нарушения зрения), перенесенные травмы (переломы рук, пальцев), что может ограничивать и снижать амплитуду движений при показе жестов. Все это надо учитывать при проведении диагностики.
- **Для более объективной достоверной информации проводить диагностику лучше индивидуально,** так, чтобы другие обследуемые не видели процесс.
- **Исходное положение: сидя на стуле напротив друга.** Эксперт показывает карточку-символ обследуемому, может назвать ее. Обследуемый должен показать жест и произнести слово обозначаемого символа.
- **Анализ результатов диагностики зависит от количества успешно справившихся с заданием взрослых.** Оценка успешности зависит от количества правильно показанных жестов.

### **Жесты и символы второго цикла занятий:**

- «плохо»,
- «ждать»,
- «болит»,
- «грязный»,
- «чистый»,
- «горячий»,
- «холодный»,
- «идет»,
- «сейчас»,
- «извините»,
- «вставать»,
- «сидеть»,
- «вода»,
- «питьевая вода»,
- «кукла»,
- «мишка»,
- «собака»,
- «кефир»,
- «потом»,
- «все».

**Постепенно появилась потребность в увеличении количества используемых жестов и символов. Занятия приобрели системный характер и появилась определённая последовательность в подаче и усложнении материала.**

Итог таких занятий — взрослые стали носителями знаний и пользователями языковой программы «Макатон», а также активными учителями для своих воспитанников.

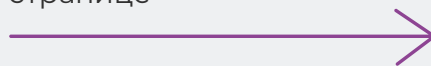
По мере усвоения новых навыков у воспитанников, появилась потребность в маркировке пространства предметами и символами языковой программы «Макатон» групп и пространства внутри учреждения.

### **МАСШТАБИРУЕМОСТЬ**

Данная практика применима во всех особых семейных центрах, где есть специалисты, официально обученные и владеющие языковой программой «Макатон».

#### **Подробнее о результатах**

читайте на следующей  
странице





# РЕЗУЛЬТАТЫ

За период 2020–2021 год:

**62%**

обучающихся имеют положительную динамику движения (мелкой моторики, артикуляционного праксиса, графического праксиса);

**77%**

имеют положительную динамику ипрессивной речи;

**38%**

имеют положительную динамику экспрессивной речи;

**46%**

имеют положительную динамику фонетико-фонематических процессов.

За период 2021–2022 год:

**56%**

обучающихся имеют положительную динамику движения (мелкой моторики, артикуляционного праксиса, графического праксиса);

**62%**

имеют положительную динамику ипрессивной речи;

**62%**

имеют положительную динамику экспрессивной речи;

**44%**

имеют положительную динамику фонетико-фонематических процессов.

**В 2021–2022 гг. практика была распространена на вторую территорию ГБУ ЦСПР «Семь-Я» по адресу: Борисовский проезд, д. 3/3.**

**В 2022–2023 гг. практика внедряется на третью территорию ГБУ ЦСПР «Семь-Я» по адресу: ул. Елецкая, д. 10/2. Также стала действовать Школа для родителей воспитанников, посещающих Центр, для изучения и передачи опыта, а также для взаимодействия со своими детьми посредством языковой программы «Макатон».**

## КОМПЛЕКСНАЯ АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА К НОВЫМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ УСЛОВИЯМ В КОЛЛЕДЖЕ ДОБРЫХ ДЕЛ

**Васильева В. А.**  
педагог-психолог

*Государственное бюджетное  
профессиональное  
образовательное учреждение  
Колледж по подготовке  
социальных работников имени  
Е. И. Холостовой*

### ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Оказание первокурсникам качественной, комплексной социально-психологической помощи и поддержки в процессе адаптации к новым образовательным условиям.

### КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Комплексная адаптация студентов первого курса в Колледже добрых дел — это проект создания комфортной психоэмоциональной среды в колледже и быстрой адаптации студентов первого курса к процессу обучения.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

Современные образовательные условия требуют от студентов быстрой адаптации к новым требованиям учебной и профессиональной деятельности. Процесс обучения в школе кардинально отличается от процесса обучения в колледже, и переход из одной системы обучения в другую для ребенка, чаще всего, является стрессовым фактором. Нам важно, чтобы процесс адаптации студентов протекал максимально быстро и эффективно, поскольку это непосредственно влияет на дальнейшие успехи студентов в процессе обучения.

По результатам внутреннего исследования особенностей адаптации студентов первого курса, нами была выявлена динамика ухудшения адаптационных способностей студентов первых курсов.

**По данным на 2020 год 85% студентов демонстрировали низкие и средние показатели по шкале «ригидность»,** что говорит о способности студента быстро адаптироваться к новым социальным условиям.

**В 2021 и 2022 году показатель значительно упал. Только у 60% студентов уровень «регидности» низкий и средний.** У 40% уровень регидности высокий, что говорит о значительных сложностях в процессе адаптации к новым социальным условиям.

**Умения быстро адаптироваться к новым условиям, новому коллективу, устанавливать коммуникацию с незнакомыми людьми, являются важными личностными компетенциями для будущего специалиста.**

**С каждым годом первокурсникам все тяжелее адаптироваться к новым образовательным условиям.** Ребята тяжелее включаются в коллективную деятельность, им сложнее выстроить взаимоотношения внутри группы, у них возникают трудности в процессе привыкания к особенностям обучения в колледже. В рамках внутренней диагностики было выявлено значительное увеличение показателей по шкале «тревожность» у студентов первых курсов, в сравнении с результатами диагностики прошлых лет.

Данные показатели свидетельствуют о том, что на современном этапе очень важно оказывать первокурсникам комплексную социально-психологическую помощь и поддержку в процессе адаптации к новым образовательным условиям.

## ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ

Для реализации проекта нами были использованы следующие методы и методики:

**ТРЕНИНГИ** — в рамках проекта мы проводили тренинги на «Командообразование», «Профилактику стресса и тревожности» и т. д.

На наш взгляд, форма работы со студентами через тренинги наиболее эффективна и результативна. В неформальной обстановке через игру можно проработать различные ситуации: в частности, выработать нормы и правила общения в коллективе, познакомить ребят друг с другом и куратором, проработать спорные и конфликтные ситуации в группе и прочее.

**АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ** — в рамках проведения тренингов и психологической диагностики мы активно применяет различные арт-терапевтические технологии. Например, проективную методику «Дом. Дерево. Человек», методику группового рисунка, лепку из пластилина и соленого теста, работу с метафорическими картами и т. д. Данные техники позволяют глубже работать с процессом адаптации через работу с сознательным и бессознательным.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА** — в рамках работы с первым курсом мы использовали:

- **методику КОТ**, нацеленную на диагностику интеллектуальных способностей;
- **методику диагностики направленности личности Б. Басса**, которая позволяет выявить, к чему человек действительно стремится, что для него является самым важным, ценным и, при необходимости, скорректировать свое поведение;
- **методику диагностики самооценки психических состояний Г. Айзенка**, которая предназначена для диагностики таких психических состояний, как тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность и многие другие.

Использование психодиагностических методик позволяет диагностировать уровень развития тех или иных показателей, а самое главное — позволяет выявить динамику развития показателей.

**ИНДИВИДУАЛЬНОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ** — с первокурсниками также важно работать индивидуально. Консультации проводятся по запросу со студентами, кураторами групп и родителями студентов.

**ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ РАБОТА** — в рамках проекта организованы различные лекции, мастер-классы от специалистов колледжа или организаций-партнеров.

На них студенты могут познакомиться с различными способами и методами работы с внутренним состоянием, функционированием внутри группы, получают новые знания о способах бесконфликтного общения и не только. Например, мастер-классы «Бесконфликтное общение», «Конфликтность и толерантность» и другие.

## ОПИСАНИЕ

Проект включает в себя комплекс психодиагностических мероприятий: тренинги, психологические диагностики, индивидуальное консультирование студентов, работу с кураторами групп, а также просветительскую работу с родителями первокурсников.

В рамках проекта студенты посещают тренинги на командообразование, проходят диагностику интеллектуальных способностей, направленности личности и психических состояний (тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность), посещают различные лекции и мастер-классы от приглашенных экспертов.

В результате участия в проекте у студентов формируются необходимые личностные компетенции для успешной адаптации в новых социальных условиях, успешного усвоения учебных материалов и, как следствие, хороших показателей успеваемости.

**Наша деятельность в рамках проекта была условно поделена на несколько блоков:**

### 1 БЛОК — тренинги на командообразование

В рамках данного блока совместно с центром «Благо» нами были проведены тренинги на знакомство и командообразование в каждой группе. Блок представляет из себя два тренинга, которые проводились в каждой группе на первой и второй неделе обучения в колледже. В процессе работы ребята знакомились друг с другом, с куратором, выделяли правила группы и т. д. Задача данного блока — научить ребят строить сплоченную сильную команду, слышать и слушать друг друга, принимать друг друга такими, какие они есть.

### 2 БЛОК — психологическая диагностика

В октябре, когда ребята начали привыкать к новым образовательным условиям, мы проводим психологическую диагностику,

нацеленную на диагностику уровня интеллектуальных способностей, направленности личности, диагностику психических состояний (тревожность, агрессивность, ригидность). Также проводится диагностика на выявление студентов группы риска.

### **3 БЛОК — работа с кураторами учебных групп**

В процессе работы с группой в первые месяцы обучения, психологом собираются первичные данные о функционировании группы, о лидерах и аутсайдерах, о детях, требующих дополнительного внимания со стороны куратора и т. д.

На беседу приглашаются кураторы учебных групп, с которыми обсуждаются особенности учебной группы, выстраивается структура взаимодействия в системе «куратор — группа», обсуждаются сложности и проблемы, с которыми столкнулся куратор в процессе.

### **4 БЛОК — тренинги на тему профилактики стрессовых состояний**

В декабре ребята впервые сталкиваются с понятием «сессия». Процесс адаптации к новым формам итогового контроля также является сложным для студента и требует определенной подготовки.

В связи с этим, мы проводим тренинги, связанные с особенностями работы и функционирования в стрессовых ситуациях.

### **5 БЛОК — просветительские лекции**

В январе-марте мы делаем акцент на адаптации студентов к будущей профессиональной деятельности. Для этого мы проводим ряд встреч, мастер-классов, в рамках которых студенты узнают об особенностях их дальнейшей профессиональной деятельности. А также мы проводим специально для первого курса олимпиаду «Профессиональная проба», которая позволят глубже погрузиться в специальность.

### **6 БЛОК — проведение итоговой психологической диагностики**

В конце учебного года нами проводится диагностика уровня интеллектуальных способностей, направленности личности, диагностика психических состояний (тревожность, агрессивность, ригидность). И полученные результаты сравниваются с результатами, которые мы получили в начале учебного года. На основании анализа результатов мы можем сделать выводы об эффективности проведенной работы, а также построить план работы с группой на следующий учебный год.

**Это основные блоки, на которых мы делаем акцент в процессе работы со студентами первого курса, но в процессе ежедневной работы, в зависимости от особенностей группы, мы проводим дополнительные тренинги, проводим дополнительную диагностику, социометрию, консультирование родителей и т. д.**

Мы работаем в постоянной связке с социальным педагогом, педагогами-организаторами, тем самым обеспечивая комплексную работу со всех сторон с каждым студентом.

## **МАСШТАБИРУЕМОСТЬ**

Данный проект имеет все шансы на масштабируемость и применимость в других организациях (тиражируемость).

**Студенты выходят на практики, устраиваются на работу, проходят курсы дополнительного образования — всё это является потенциально стрессовыми ситуациями, пусть и менее фатальными для студента.**

Психологическая служба колледжа имеет возможность поддерживать студентов и в этих непростых ситуациях.

Также данный проект может быть применён в других образовательных учреждениях, колледжах и вузах. Он не требует серьезного финансирования со стороны организации, для реализации проекта не требуется дорогостоящего оборудования или материалов. Систему работы можно адаптировать под любой запрос внутри учреждения.

**Для внедрения данного проекта в другом образовательном учреждении необходимы:**

- ставки педагогов-психологов;
- ставка социального педагога;
- выстраивание коммуникаций с центрами, оказывающими консультационную психологическую помощь для организации мастер-классов и лекций от внешних экспертов.

# РЕЗУЛЬТАТЫ

2021 ГОД

1

**269 человек стали первокурсниками колледжа. Они были поделены на 10 учебных групп.**

2

**91% от общего числа первокурсников приняли участие в проекте к адаптации к образовательному процессу.**

Были проведены первичные тренинги, первичная входная диагностика и завершающая диагностика с каждой учебной группой. Также были проведены мастер-классы «Бесконфликтное общение», тренинги на профилактику тревожности и формирование стрессоустойчивости для всех групп, а также просветительские мероприятия на тему особенностей общения с людьми с инвалидностью. 80–85% учащихся посетили мероприятия.

3

**В результате проведенной нами диагностики была выявлена динамика увеличения общего уровня интеллектуальных способностей обучающихся:**

**в сентябре** средний балл оценки интеллектуальных способностей был равен

**15–16** баллам;

**в мае** средний балл вырос до показателей интеллектуальных способностей выше среднего:

**22–24** балла.

4

**Анализируя направленность личности, можно сказать, что в сентябре ведущей у большинства студентов была направленность «на общение», что может быть связано с адаптацией ребят к новому коллективу. В мае ведущей направленностью стала направленность «на дело», что говорит о концентрации студентов на учебной деятельности.**



# 5

**Анализируя результаты самооценки психических состояний, можно сделать вывод, что уровень тревожности значительно снизился, а показатели лигидности (адаптивности) повысились.** Таким образом, за год комплексной работы со студентами прослеживается положительная динамика в изменениях интеллектуальных, личностных и адаптационных способностей студентов.

# 6

**93% студентов от общего числа первокурсников успешно прошли адаптацию к новым образовательным условиям.**

## 2022 ГОД

# 1

**226 человек стали студентами колледжа. 95% посетили тренинги на командообразование.**

# 2

**На момент осени 2022 года 80% уже прошли первичную психологическую диагностику.**

**Далее, в рамках проекта, по итогу комплексной работы со студентами (образовательной, воспитательной, социально-психологической), мы планируем наладить формирование «паспортов студента», в которые будут включены основные сформированные в процессе обучения компетенции.** Этот паспорт поможет студенту быть востребованным на рынке труда и грамотно осуществлять свою профессиональную деятельность. В паспорте будут указаны сформированные профессиональные компетенции и soft-skills.

## ОТЗЫВЫ СТУДЕНТОВ-УЧАСТНИКОВ ПРОЕКТА:



**Арутюнян Э.**

После прохождения тренингов по тревожности и выявлению агрессии, я выяснила, что у меня повышенный уровень по всем показателям. После диагностики и тренингов я начала работать с этими проблемами, и на данный момент я успешно справляюсь со своими эмоциональными состояниями. Я больше не проявляю агрессию к другим.



**Морозов А.**

Благодаря арт-терапии и нашей совместной художественной деятельности в колледже, мы смогли справиться со стрессом.



**Столярова Д.**

Я пришла в колледж после 9 класса. У нас в школе всё было совсем по-другому. И мы с классом очень долго друг друга знали. Здесь же все люди был новые. Я думала, что быстро заскучаю по школе и захочу вернуться. Но на занятиях с психологом всё изменилось. Мы познакомились с ребятами поближе, узнали друг друга и теперь в колледже мне очень нравится. Больше, чем в школе.



**Орехова Я.**

Когда я пришла в колледж, я очень боялась, что не найду друзей в группе. Но на первой неделе к нам пришел психолог и с нами проводились различные игры, при помощи которых мы смогли познакомиться с группой и попробовали найти друзей.

Тренинг помог мне познакомиться с группой и с кураторами и почувствовать себя в группе комфортнее. Особенно мне понравились игры с метафорическими картами, при помощи которых вся группа придумывала сказку. Это было очень интересно. Я почувствовала себя частью команды.



**Монахова У.**

С помощью активного слушания мы выявили основные проблемы в нашей группе и смогли разрешить конфликтные ситуации и наладить общение.



**Короткова П.**

Благодаря адаптационным тренингам я смогла освоиться в новом коллективе и привыкнуть к обстановке, в новых обстоятельствах и на новом этапе моего жизненного пути.



## ПРОФОРИЕНТАЦИОННЫЕ ЭКСКУРСИИ «ПРОФПУТЬ»

**Горячева В. А.**  
руководитель проекта

*Государственное бюджетное  
профессиональное  
образовательное учреждение  
Колледж по подготовке  
социальных работников имени  
Е. И. Холостовой*

### ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Повышение уровня осознанного профессионального самоопределения у студентов Колледжа (~ 600 человек) к концу обучения, путем проведения экскурсий в учреждения, подведомственные ДТСЗН.

### КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Профориентационные экскурсии «ПрофПуть» направлены на повышение уровня осознанного профессионального самоопределения у студентов Колледжа к концу обучения, путем проведения экскурсий в учреждения, подведомственных ДТСЗН — будущих потенциальных местах работы выпускников. Экскурсии помогают создать особую образовательную среду, дают реалистичные и практически применимые знания о направлениях работы и навыках, востребованных на рынке труда.

**Результаты исследования показали, что более 70% студентов хотели бы изучить работу учреждений с помощью выездных мероприятий.**

## **АКТУАЛЬНОСТЬ**

**Актуальность проекта состоит в необходимости возвращения перспективных квалифицированных кадров, способных составить здоровую конкуренцию на рынке труда в будущем.**

**Выбор профессии — одна из самых важных и актуальных задач, которую обязательно приходится решать студентам. Именно от молодежи зависит, как будет развиваться социальная сфера нашей страны.**

При этом нельзя не подчеркнуть важность изучения «жизнедеятельности» организаций и учреждений изнутри, которые составят в будущем потенциальные места работы наших студентов. Знакомство с текущей деятельностью организаций и учреждений, ощущение внутреннего климата — залог осознанного выбора сегодняшним студентом своего профессионального призвания в будущем. От правильности профессионального выбора

зависит не только личное благополучие, но и эффективность трудового и нравственного потенциала страны.

Экскурсия является одним из показательных видов профориентационной деятельности, поскольку оказывает большое влияние на формирование интереса к профессии, сочетает в себе наглядность и доступность восприятия с возможностью анализировать, сравнивать, делать выбор.

Актуальность данного проекта подчеркивается также результатами проведенного на базе Колледжа исследования.

**В 2022 году были опрошены**

**554** студента.

**Половина опрошенных**

**282** человека

**не определились**, хотят ли они работать в социальной сфере после выпуска из колледжа.

## ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ

**Цель проекта — повышение уровня осознанного профессионального самоопределения у студентов Колледжа** (~ 600 человек) к концу обучения, путем проведения экскурсий в учреждения, подведомственные ДТСЗН.

Успешность экскурсий на предприятия и будущие места работы выпускников доказали свою полезность, о чем говорят многие исследователи и педагоги.

Например, этому посвящена статья «Профильное обучение как фактор профессионального самоопределения подростков» в журнале «Методист» 2009 года. Также об этом говорят Е. Ю. Пряжникова, Н. С. Пряжников и И. А. Балашова в статье «Профориентационная деятельность образовательных учреждений».

## ОПИСАНИЕ

**Проект «ПрофПуть»**  
направлен на:

- мотивацию студентов к дальнейшему трудоустройству в подведомственные ДТСЗН учреждения;
- повышение уровня самостоятельности в вопросе выбора карьерного маршрута;
- развитие соответствующих навыков для работы по конкретному направлению.

**Целевая аудитория проекта — студенты Колледжа по подготовке социальных работников в возрасте 15–20 лет, получающие образование по специальностям «Социальная работа» и «Право и организация социального обеспечения».**

В рамках экскурсий «ПрофПуть» студенты посещают ряд учреждений, подведомственных ДТСЗН, соответствующих уровню их теоретической подготовки, проведенной предварительной профориентационной работы, возраста и курса обучения, интересов и ряда других объективных факторов. Для каждого курса разработан специальный экскурсионный маршрут.

## Этапы реализации проекта:

- 1 Формирование списка учреждений для разработки экскурсионных маршрутов
- 2 Методическая разработка занятий (мероприятий), направленных на формирование теоретических знаний по основным функциям работы органов социальной защиты населения
- 3 Составление расписания выездных мероприятий для студентов колледжа
- 4 Выявление студентов, не нацеленных на перспективу профессионального определения и развития в социальной сфере
- 5 Ознакомление студентов с внутренней организационной структурой учреждений и организаций социальной сферы
- 6 Апробация экскурсионных маршрутов в 2022–2023 учебном году
- 7 Оформление полученного опыта взаимодействия Колледжа с организациями социальной защиты путем проведения конференции
- 8 Представление лучших работ студентов на мероприятиях, проводимых в Колледже
- 9 Анализ обратной связи по результатам проведенных экскурсий в 2022–2023 учебном году
- 10 Доработка экскурсионных маршрутов на последующие года обучения
- 11 Запуск экскурсионных маршрутов

**Особое внимание в проекте уделяется доэкскурсионной подготовке студентов. Им выдается маршрутный лист, который содержит вопросы подлежащие проработке до, во время и после экскурсии.**

Все вопросы обсуждаются с преподавателем в форме семинаров или практических занятий, могут быть подготовлены проекты и использованы другие формы закрепления полученных знаний.

Использование маршрутных листов позволяет сделать экскурсию наглядной, цельной и эффективной.

# НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ ЭКСКУРСИОННЫЙ МАРШРУТ СТУДЕНТОВ ВЫГЛЯДИТ СЛЕДУЮЩИМ ОБРАЗОМ:

## 1 курс

1. ГБУ «Центр московского долголетия»
2. ГБУ Центр «Моя карьера»
3. ГБУ «Центр социокультурной реабилитации Дианы Гурцкая»

## 2 курс

1. ГБУ Территориальный центр социального обслуживания
2. ГБУ «Моя работа»
3. ГБУ Мой семейный центр
4. БОУ «Школа-интернат №1 для обучения и реабилитации слепых», ГБОУ «КРОЦ», РОЦ
5. ГБУ СРЦ «Возрождение»

# 3 курс

1. ГБУ «Ресурсный центр для инвалидов»
2. ГБУ «Кризисный центр помощи женщинам и детям»

**По итогам проведенной экскурсионной работы, в Колледже планируется провести конференцию с представлением разноформатных работ студентов,** представляющих отдельные направления работы учреждений, подведомственных ДТСЗН г. Москвы.

Полученные в процессе экскурсий знания являются базой для написания курсовых и дипломных работ, а также для практической работы на занятиях по ряду профильных дисциплин.

## **МАСШТАБИРУЕМОСТЬ**

Проект может быть реализован не только в учреждениях среднего профессионального образования, но и может быть расширен внутри Колледжа на все специальности.

**Проект не требует серьезных материальных затрат,** а его успешность зависит от налаженных партнерских связей и слаженной работы сотрудников Колледжа.



# РЕЗУЛЬТАТЫ

За первый месяц проекта:

**> 250** студентов  
поучаствовали в проекте  
«ПрофПуть»;

**~70%** студентов  
уже подготовили мероприятия  
и памятки, которые будут  
представлены и реализованы  
в учреждениях после отбора  
на Конференции.

## ОТЗЫВЫ СТУДЕНТОВ-УЧАСТНИКОВ ПРОЕКТА:



**Бакулина И.**

Мне очень понравился центр Московского Долголетия, который мы посетили в рамках проекта «ПрофПуть». Особенный восторг вызвало отношение сотрудников центра к людям, которые его посещают.

Думаю, что следующие поездки в рамках проекта будут еще лучше и дадут более полное представление о том, кем и где мы можем работать после выпуска из колледжа



**Тюрин Д.**

Мероприятие «ПрофПуть» подарило много интересных практических знаний о нашей сфере, о которых я даже не догадывался.

Проориентационная экскурсия была очень грамотно подготовлена, было очень интересно. Надеюсь, что руководитель проекта Горячева Виктория Александровна сможет подготовить больше подобных классных мероприятий!



**Алексеева Д.**

Наша поездка в «Центр Московского Долголетия» была очень познавательной. Мы знали то, что пенсионеров всячески стараются поддерживать, но не знали всех тонкостей работы данного центра.

Нам провели увлекательнейшую экскурсию по всему ЦМД, рассказали обо всех возможностях, которые он предоставляет пенсионерам и это оказалось очень интересно и захватывающе. Мы остались в восторге от поездки и хотим вернуться в ЦМД еще раз в качестве волонтеров или уже сотрудников!



## ОЖИДАЕМЫЕ КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

**700**

**студентов-участников**  
(все курсы обучения)

**100**

**заполненных анкет**  
обратной связи

**10**

**учреждений**  
системы социальной защиты,  
задействованных в проекте

**10**

**публикаций**  
в социальных сетях

**40**

**экскурсий**

**1**

**конференция**

## ОЖИДАЕМЫЕ КАЧЕСТВЕННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:



**Повышение уровня осознанного профессионального самоопределения у студентов Колледжа**, получающих образование по специальностям «Социальная работа» и «Право и организация социального обеспечения».



**Повышение общего уровня информированности студентов Колледжа** о работе учреждений, рассмотрение теоретических основ обучения на практике.



**Мотивирование студентов к выстраиванию индивидуальной траектории** профессионального развития для дальнейшего трудоустройства.



**Повышение уровня информированной о необходимости овладения актуальными навыками и компетенциями**, востребованными на рынке труда в социальной сфере.

## ПРОЕКТ «НА ГРАНИ»

**Алабина А. Ю.**  
специалист по социальной  
работе, куратор подросткового  
клуба, руководитель  
театральной студии

Государственное бюджетное  
учреждение «Мой семейный  
центр “Преображение”»  
филиал «Восточное Дегунино»

### ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Создание сборника сценариев, основанных на реальных подростковых историях, с последующей постановкой социальных спектаклей в формате форум-театра, затрагивающих основные проблемы, выявленные в подростковой среде.

### КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Практика направлена на помощь подросткам, которые оказались один на один со своими проблемами из-за нарушения детско-родительских отношений. Практика помогает разобраться со сложными жизненными ситуациями и найти пути выхода из них с помощью формата форум-театра, и заключается в создании совместно с подростками проекта, направленного на популяризацию формата среди детей, оказавшихся в сложных жизненных ситуациях.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

Подростки 12–18 лет зачастую остаются один на один со своими проблемами, не доверяя их взрослым. В стране растут цифры несчастных случаев с участием подростков.

**Насколько мы, взрослые, уверены, что хорошо знаем и понимаем своих детей?**

**Знаем ли мы, что творится в их подростковом мире, какие проблемы актуальны, как они их решают?**

**Доверяют ли они нам до такой степени, что готовы поделиться самым сокровенным или пытаются разобраться во всем сразу и обойтись без помощи взрослых?**

Если честно ответить себе на этот вопрос, окажется, что мы не знаем и половину того, что происходит с нашими подростками. Соответственно, и помочь им мы не можем.

Темы для наших форум-спектаклей обычно предлагают сами подростки, а значит, они так или иначе являются актуальными для всей этой возрастной группы.

**Первый вопрос, который задается зрителям после первого просмотра спектакля, звучит так: «Могла ли такая история случиться в реальной жизни?». И всегда ответ на этот вопрос положителен.**

**Опрос, проведенный среди подростков 13–17 лет, показывает, что 19 молодых людей из 20 не рассказывают своим родителям о проблемах.**

## ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ

Целью разработанного совместно с подростками проекта является: создание в течение 6 месяцев сборника сценариев, основанных на реальных подростковых историях, с последующей постановкой социальных спектаклей в формате форум-театра, затрагивающих основные проблемы, выявленные в подростковой среде.

Форум-театр обладает неоспоримым психотерапевтическим эффектом, так как в процессе подготовки спектакля исполнители проживают свое отношение к непростой теме, которую они выбрали, вспоминают личные истории и делятся своими чувствами по отношению к ним, получают поддержку группы.

Также и исполнители, и зрители имеют возможность метафорически пережить непростую ситуацию, попробовав что-то в ней изменить. Если для спектакля выбирается особо сложная проблема, в которой трудно разобраться не только подросткам, но и взрослым, к процессу спектакля подключается специалист. Это может быть психолог, медик, инспектор по делам несовершеннолетних, специалист по социальной работе, который дает свои профессиональные комментарии в конце спектакля.

## ОПИСАНИЕ

В течение 10 месяцев была реализована районная версия проекта для обсуждения подростками проблем, связанных с потерей доверия, наркозависимостью, отношениями с родителями, буллингу, посредством социальных спектаклей в формате форум-театра.

Форум-театр является отличным интерактивным способом психопрофилактики и психокоррекции социальных проблем, в основе которого используется методика театрального сценического действия и обратная связь с аудиторией. **Таким образом, сценическая постановка выставляет на рассмотрение социальную проблему, а каждый персонаж в игре выполняет определенную социальную роль.**

Социальный спектакль помогает подумать о тех важных вопросах, которые каждого из нас беспокоят. А сам процесс подготовки и показа спектакля способствует глубокому изучению затронутой темы. В безопасном театральном пространстве подростки ищут различные пути решения проблемы, а затем найденные модели поведения могут использовать в аналогичной ситуации в жизни. Форум-театр не дает четких инструкций как вести себя в тот или иной момент, а скорее раскрывает диапазон взглядов на одну и ту же проблему.

**Реализация практики состоит из двух этапов:**

### 1 ЭТАП — разработка проекта совместно с подростками

В рамках первого этапа подросткам были проведены мастер-классы по проектированию, планированию, исследовательской деятельности и оформлению проектной деятельности.

**После исследований подростковой среды выявилась основная проблема,** заключенная нежеланием подростков посвящать взрослых в свои трудности, в силу разных жизненных ситуаций (недоверие, плохие отношения или наоборот нежелание расстраивать родителей своими неурядицами и т. д.).

## **Затем ребятам в качестве решения проблемы был предложен формат форум-театра,**

который продемонстрировала театральная студия «Фантасмагория», сыграв спектакль, затрагивающий проблему наркозависимости в подростковой среде. Сценарий спектакля был создан на основании реальной истории.

Почувствовав живое действие театрального искусства, дающего возможность открыто обсудить, проиграть, прочувствовать столь острую проблему и вместе поискать выход из сложной ситуации, которая актуальна не только для спектакля, но и для жизни, ребята с энтузиазмом занялись разработкой и созданием проекта. Проект решили назвать «На грани».

Далее началась увлекательная совместная работа над идеей, задачами, планированием и оформлением проекта. Ребята самостоятельно проводили исследования, создавали логотип, страницы проекта в социальных сетях, записывали видео, собирали и оформляли истории, которыми делились с нами зрители наших спектаклей.

## **2 ЭТАП — написание сценариев, репетиции, постановки и открытые показы форум-спектаклей**

Во время второго этапа актеры, зрители и специалисты в доверительной и безопасной обстановке искали выходы из сложных

ситуаций, в которых может оказаться любой подросток. **Так к проекту присоединилось еще больше участников, а мы получали новые истории наших зрителей, которые смогли анонимно поделиться своей болью и страхами хоть с кем-нибудь, не ожидая упреков и осуждений в ответ.** Истории с помощью редакторов (детей) преобразовывались в рассказы и новые сценарии.

### **Все этапы:**

- Обсуждение темы и идеи проекта с группой подростков, посещающих подростковый клуб «Мегаполис 12+».
- Разработка проекта и планирование.
- Создание сообщества в социальных сетях.
- Создание и распространение роликов к проекту.
- Анкетирование подростков на выявление острых тем и проблем, с которыми они не могут поделиться со взрослыми.
- Создание и показ форум-спектаклей по темам выявленных актуальных проблем.
- Анкетирование подростков на эффективность формата (какие личные проблемы помог разрешить спектакль, его актуальность, выводы и предложения.)

# РЕЗУЛЬТАТЫ

**25** подростков получили навыки в проектной и исследовательской деятельности;

**25** подростков смогли разобраться в своей трудной жизненной ситуации путем проживания проблемы, о которой нелегко заговорить просто так, получив просветительский, профилактический, терапевтический эффект от репетиций и открытых показов;

**15** подростков поделились с организаторами своими историями,

**9** историй опубликованы;

**3** истории легли в основу сценариев новых спектаклей;

**9** спектаклей сыграно в формате форум-театра;

**60** участников насчитывает новое сообщество в социальной сети на данный момент;

**1221** просмотр имеет ролик к флешмобу «Не молчи» в рамках проекта на сегодняшний день.



**Между актерами и зрителями возникло ощущение близости, единства и поддержки,** которое возникает, когда люди вместе пробуют решить задачу, к которой неравнодушны.

На каждом открытом спектакле зрители чувствовали себя в уютной доверительной атмосфере, активно участвовали в обсуждении проблем, затронутых в спектаклях, а также с удовольствием примеряли на себя роли персонажей и отыгрывали возможные варианты поведения, которые могли бы привести к благоприятному исходу сюжета спектакля.

## ЗА ВРЕМЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРОЕКТА:

# 50

**человек**

присоединились к сообществу;

# 3

**образовательных учреждения**

предложили сотрудничество;

# 7

**молодых**

**специалистов-психологов**

предложили свои услуги

в качестве экспертов

на спектаклях.



### Участница студии форум-театра

В первый раз я побывала на спектакле форум театра в качестве зрителя, спектакль назывался «Если друг оказался вдруг...». В спектакле была затронута тема наркозависимости близкого человека. Этот спектакль помог мне осознать реальность этой проблемы, понять, что она может возникнуть у друга, у брата, у меня самой; заранее задуматься, как можно вести себя в такой ситуации. Сейчас я уже сама участвую в процессе постановки нового спектакля, играю одну из главных ролей, надеюсь, что наша новая история позволит многим задуматься над проблемой доверия, возникающей между близкими людьми, и поможет избежать многих ошибок, возникающих из-за поспешных выводов и недопонимания, способных разрушить дружбу.



## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Данная практика с успехом может быть применима другими Семейными центрами, школами, реабилитационными центрами.

Данный проект не заканчивается с завершением года, а набирает масштаб за счет гастролей с открытыми спектаклями и мастер-классами по созданию форум-спектаклей. Это позволит привлечь к проекту наибольшую аудиторию, а также способствует созданию наиболее полного сборника историй и сценариев о подростковой жизни от «первого лица», для создания актуальных форум-спектаклей.





## **ПРАКТИКА СОЗДАНИЯ СЕТЕВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ДЛЯ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ НА ПРИМЕРЕ ХОРА «МОСКОВСКОГО ДОЛГОЛЕТИЯ»**

### **Коллектив авторов организаций**

*Государственное казенное  
учреждение «Ресурсный  
центр развития социальных  
коммуникаций»*

*Автономная некоммерческая  
организация «Центр  
поддержки лиц пенсионного  
возраста "Социальные  
технологии"»*

### **ЦЕЛЬ ПРОЕКТА**

Обеспечение активного и интересного досуга для людей старшего поколения, дающего ощущение сопричастности без необходимости постоянно собирать большую массу людей.

### **КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ**

Летом 2022 года в 11 московских парках профессиональные хормейстеры проводили уроки вокала для участников проекта «Московское долголетие». В преддверии Дня города около 1 000 москвичей старшего поколения в парке Зарядье единым сводным хором с концертной программой.

## **АКТУАЛЬНОСТЬ**

**Практика направлена на решение ряда актуальных для старшего поколения проблем:**

- социализация, создание новых социальных связей, поиск единомышленников и друзей, объединение людей по интересам, ощущение вовлеченности в общегородские проекты и мероприятия;
- активный и интересный досуг;
- укрепление здоровья, разработка дыхательного аппарата, профилактика заболеваний дыхательной системы;
- раскрытие творческого потенциала людей старшего поколения;
- улучшение психоэмоционального состояния, ощущение нужности и смысла;
- ощущение сопричастности без необходимости постоянно собирать большую массу людей, что особенно актуально в периоды обострения сезонных заболеваний.

## **ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ**

**Во время коронавируса участники проекта «Московское долголетие» находились в группе риска.**

**Вовлеченность в крупные проекты и большие творческие группы — большая ценность для старшего поколения.**

**Они вынуждены были прервать постоянные очные занятия и перейти на онлайн-формат.**

После завершения режима самоизоляции проведение крупных общегородских мероприятий все еще могло иметь большой риск для здоровья старшего поколения.

**По этой причине был введен новый формат распределенных сетевых мероприятий.**

Формат подразумевает единую дату, регламент проведения, брендбук, PR-кампанию. Данный формат позволяет проводить массовые общегородские мероприятия даже во время ковидных ограничений без большого скопления людей на одной площадке, помогает сократить издержки организаторов и уменьшить время на дорогу участниками.

## ОПИСАНИЕ

**В течение лета 2022 года москвичи старшего возраста посещали занятия по хорошему пению в проекте «Московское долголетие».**

В 11 городских парках профессиональные хормейстеры проводили уроки вокала, на которых участники проекта осваивали приемы и техники хорового пения, управления голосом, правильного певческого дыхания и разучивали единый концертный репертуар, в который вошли не только привычные старшему поколению советские композиции, но и современные хиты.

**Для посещения занятий не требовался какие-либо вокальные данные, опыт хорового пения или музыкальное образование, только желание.** Занятия проходили каждую неделю на свежем воздухе.

**За каждой группой был закреплен преподаватель-хормейстер.** Главным хормейстером сводного хора «Московского долголетия» стал профессиональный музыкант, дирижёр, певец, аранжировщик, выпускник РАМ им. Гнесиных Николай Макаров.

**5 сентября в амфитеатре парка Зарядье состоялось выступление сводного хора проекта «Московское долголетие»,** посвященное празднованию 875-летия Москвы. Около 1000 москвичей старшего возраста исполнили десять композиций.

В состав хора вошли участники разных возрастов, например, среди хористов было одиннадцать человек в возрасте 80+. А самой старшей участницей стала 89-летняя Нина Филиппова.

Поддержать своих родителей, бабушек, дедушек, друзей и соседей пришли москвичи всех возрастов. Полная запись концерта размещена в открытом доступе в сети Интернет на ресурсах проекта «Московское долголетие».



## ОТЗЫВЫ УЧАСТНИКОВ ПРОЕКТА:



**Елена Марченко,  
участница проекта**

50 лет назад я окончила музыкальную школу и, конечно, за это время все забыла. Сейчас вновь окунулась в творческий мир, для меня быть в хоре — счастье. На встречах мы пользуемся партитурами, по которым научили петь преподаватели.

Также очень радует, что репетируем в парке, этого не хватало зимой, приходилось заниматься вокалом в замкнутом пространстве, а здесь такое прекрасное звучание.



**Владимир Перевезенцев,  
участник проекта**

Уже после первой репетиции чувствуешь масштаб происходящего. Думаю, в итоге получится шикарное выступление, главное — продолжать прилежно готовиться, тем более, с такими педагогами.



**Николай Макаров,  
главный хормейстер**

За время занятий у вокалистов заметно повысился уровень исполнения. Они стали звучать чище, мы разговариваем на профессиональном языке и музыкальными терминами. Кроме того, на первой репетиции многие говорили, что боятся высоких нот, а сегодня с лёгкостью их брали. Участники и мои коллеги хормейстеры, которые занимаются с участниками в городских парках, проделали большую работу. Уверен, что на концерте гости увидят уже профессиональный коллектив.



**Жанна Шелухина,  
участница проекта**

Мы в восторге от наших педагогов и главного хормейстера. Они настоящие профессионалы, виртуозно работают с таким большим количеством человек и нашли подход к каждому солисту. Мы очень ждем выступления, но главное, зачем мы сюда приходим — получать новые знания и заниматься любимым делом — петь.



**Леонид Вокута, 80 лет,  
участник проекта**

Мой творческий путь начался в проекте «Московское долголетие» три года назад. Когда узнал о занятиях и сборе большого сводного хора сразу решил, что должен стать его частью. С нами работали замечательные педагоги, но особенно мне понравился репертуар и даже неожиданное решение включить две современные песни. Это очень необычно и внесло в наше выступление особый шарм.



## РЕЗУЛЬТАТЫ

**1** **1000 горожан старшего возраста с различным музыкальным опытом и данными выступили как профессиональный хор на празднике в Зарядье.**

Для участников это стало очень значимым событием: выступление в центре Москвы стало их личным творческим вкладом в праздновании Дня города.

**2** **Постоянные занятия на свежем воздухе положительно сказывались на психоэмоциональном состоянии и самочувствии горожан старшего поколения.**

**3** **В ноябре 2022 года большой сводный хор проекта «Московское долголетие» возобновил репетиции после каникул. В декабре 2022 года хор выступил с Новогодним концертом в зале «Измайлово».**

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Данная практика обладает большим потенциалом масштабируемости, может быть использована в других учреждениях и регионах страны.

**КОНЦЕРТ СВОДНОГО  
ХОРА ПРОЕКТА  
«МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»  
В ПАРКЕ ЗАРЯДЬЕ**



# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ КАК ОСНОВА ДОЛГОЛЕТИЯ

**Таирова Д. Р.**  
руководитель ЦМД,  
автор проекта

*Государственное бюджетное  
учреждение Территориальный  
центр социального  
обслуживания «Алексеевский»  
Центр московского долголетия  
«Марьяна Роща»*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Помочь людям старшего возраста адаптироваться в современном мегаполисе, убрать блок в виде неудовлетворенностью жизнью. Также сделать психологию доступной и понятной для старшего поколения, а также повысить психологическую грамотность старшего поколения, обучить доступным способам самопомощи.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

В наши дни так часто говорят о психологическом и ментальном здоровье, что об этом, кажется, знают все. Однако, это не так, и многие люди старшего возраста относятся довольно скептически к методам практической психологии, тогда как психологические практики являются основой долголетия.

**Особый подход через клубную работу и сообщество позволяет сделать психологические практики доступными для всех и легко внедрить в повседневную жизнь.**

## **ОПИСАНИЕ**

В Центре московского долголетия «Марьино Роща» проводится цикл лекций, тренингов и практических занятий, направленных на повышение психологической грамотности. Происходит знакомство с такими методами, как телесно-ориентированная терапия, в том числе, дыхательные практики, танцевально-двигательная терапия, лекционные программы от ведущих психологов и психотерапевтов, арт-терапия через психологию (мандалы), нейрографику, медитации. В совокупности все практики помогают развить навыки борьбы с тревожностью и различными жизненными проблемами, учат доступным способам самопомощи и саморегуляции.

**Перевод серьезных психологических практик в легкую досуговую форму, которая доступна всем, включая онлайн-формат медитативных практик, помогает осуществлять цель проекта.**

## **АКТУАЛЬНОСТЬ**

**Оказание своевременной психологической помощи улучшает жизнь в любом возрасте, но старшее поколение наиболее уязвимо в этом вопросе.**

**Бесплатные психологические практики для людей старшего поколения** помогают развить новые навыки борьбы с тревожностью и различными жизненными проблемами, а также учат доступным способам самопомощи и саморегуляции. Такие навыки актуальны в период стремительных изменений.

## **МАСШТАБИРУЕМОСТЬ**

Данный проект может быть распространен на другие центры после соответствующего обучения сотрудников. Онлайн-формат мероприятий позволяет масштабировать практику на другие центры, включая регионы. Пример масштабируемости проекта — это массовая медитация для людей старшего возраста (31.10.2022 г.). Приняло участие 64 участника проекта «Центры московского долголетия».

# РЕЗУЛЬТАТЫ

Группы проекта стартовали в марте 2022 г.

**3–5** человек  
присутствовало на 1 занятии,

**> 20** человек  
в группах в настоящий момент.

Средний возраст группы также изменился, увеличился:

**55–63** лет  
на старте занятий,

**67–75** лет  
в настоящий момент.

**Каждый участник может самостоятельно использовать методы самопомощи и саморегуляции своего состояния.**



**Психологические практики помогают развить новые навыки борьбы с тревожностью** и различными жизненными проблемами, а также сделали доступным способам самопомощи и саморегуляции. Повысилась психологическая грамотность участников.



**Популярность среди посетителей пользуются такие методы работы, как:**

- телесно-ориентированная терапия;
- дыхательные практики;
- танцевально-двигательная терапия;
- арт-терапевтические практики (нейрографика);
- лекционные программы от ведущих психологов и психотерапевтов.

Многие практики участники взяли в ежедневную работу.





# ПЕРЕДАЧА «ВРЕМЯ ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ»

**Владими́рова О. А.**  
начальник отдела  
долголетия

Государственное  
бюджетное учреждение  
Территориальный центр  
социального обслуживания  
«Ломоносовский» филиал  
«Обручевский».

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Проявить интерес к достижениям, жизненному опыту, особенностям судьбы конкретного человека. Зафиксировать полученную информацию и сделать её достоянием максимально возможного количества людей.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Каждый человек уникален, у каждого человека есть своя история. Проект посвящен вниманию к личности, жизни и жизненному опыту конкретного человека.

**В процессе общения с участниками проекта «Московское долголетие» мы часто узнаём об их личной жизни, об уникальном жизненном опыте или нестандартном мировосприятии.**

## **АКТУАЛЬНОСТЬ**

В современном мире всё острее встает проблема одиночества. Несмотря на то, что совершенствуются средства связи, мы всё больше и больше теряем живое общение. Скорость жизни затрудняет передачу опыта, который не востребован «здесь и сейчас». Особенно болезненно отсутствие внимания воспринимается людьми старшего поколения.

## **ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ**

**Наша цель** — проявить интерес к достижениям, жизненному опыту, судьбе конкретного человека. Зафиксировать полученную информацию и сделать её достоянием максимально возможного количества людей.

Мы рассказываем об обычных жителях нашего района в формате видеопередачи.

**Максимальное количество просмотров нашей передачи на сегодня:**

**> 1000**

**на Youtube-канале**  
ГБУ ТЦСО «Ломоносовский»  
филиал «Обручевский».

## **ОПИСАНИЕ**

**Нам рассказывают о пережитых событиях, личных достижениях, открытиях или активностях. Если участник согласен, мы приглашаем его или её стать участником нашей передачи и рассказать об этом нашим зрителям.**

Предварительно с гостем обсуждается примерный план его рассказа. Проводится съёмка. Видео монтируется и направляется участнику для окончательного согласования. Видео передачи выкладывается на наш Youtube-канал, после чего ссылка распространяется на всех доступных нам платформах.

## РЕЗУЛЬТАТЫ

**90%** выпусков сохраняется участниками на личные носители для дальнейшей передачи родным и близким.



Участники нашей передачи чувствуют свою значимость и интерес к себе, свою востребованность.



Они гордятся тем, что могут передать свой опыт.



Все наши участники просят продолжать передачу и отмечают её важность и необходимость.

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Практика применима другими учреждениями, широкая целевая аудитория, нет ограничений в географии реализации.

ОНЛАЙН-ПЕРЕДАЧА  
«ВРЕМЯ ВСТРЕЧИ  
ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ»

ВЫПУСК «ПОМОГАЮ  
УСЛЫШАТЬ МИР»



## РАЗВИТИЕ ГИБКИХ НАВЫКОВ КАК КОМПОНЕНТ ПОВЫШЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ ВОСПИТАТЕЛЯ

**Маркевич А. А.**  
воспитатель

*Государственное бюджетное  
учреждение Центр  
социальной поддержки  
и реабилитации детей-  
инвалидов «Роза ветров»*

### ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Развитие и «прокачивание» гибких навыков у педагогов Центра.

### КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Проект направлен на живое общение и качественное образование в социальной работе и педагогике, а также развитие «гибких» навыков. Каждое мероприятие несёт в себе мотивационный компонент и особую смысловую нагрузку, что отражается в подборе применяемых приёмов и техник. Это творческие задания, психологические игры, тренинги, квесты.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

**В последние годы сформировался социальный заказ со стороны работодателей к специалистам, способным принимать самостоятельно решения, нести ответственность за результаты и последствия своих действий, работать слаженно в команде, что контекстно отражает soft skills — гибкие навыки.**

Сейчас почти никто не работает в одиночку. Каждый работник общается с коллегами, а иногда ещё и с клиентами, партнёрами. Он должен уметь договариваться с ними, аргументировать свою позицию и доносить её до других людей. Кроме того, гибкие навыки помогают работать с информацией, не отстать от жизни и уверенно чувствовать себя в профессии.

Сейчас интерес к soft skills и потребность в них стали ещё сильнее. Технологии развиваются так стремительно, что полученные нами знания очень быстро устаревают. Поэтому ценным становится не тот работник, который когда-то много всего выучил, а тот, кто умеет быстро учиться, эффективно приспособливаться под новые условия и находить нестандартные решения.

**Живое общение и качественное образование в социальной работе и педагогике становятся востребованными и важными ценностями.**

Кроме того, успех всего проекта часто зависит от взаимопонимания в команде.

**Экономист Андрей Белоусов считает развитие гибких навыков одной из тенденций, которая в ближайшее время станет определять кадровую политику страны.**

**Политтехнолог Пётр Щедровицкий также отмечает возрастающую роль сквозных компетенций — способностей видеть целое, выявлять закономерности в сложных объектах, грамотно выстраивать диалог и включаться в коллективную работу.**

## ОПИСАНИЕ

Проект по развитию гибких навыков получил название «Литературная песочница». Основным сюжетным материалом и базой для организации интерактивного пространства выбрали общеизвестные детские произведения.

На каждой встрече ведущие раскрывают скрытый смысл, заложенный автором в детское произведение. С каждой новой встречей проработки произведений становятся всё глубже и детальнее.

Это стало возможно также благодаря мягкому подведению коллег к новому формату работы с эмоциями и стрессом через тело и арт-терапию, использование метафорических карт, элементов игры на самопознание «Лила», а также других техник, направленных на раскрепощение коллег и помощи им в проявлении своей творческой энергии.

В рамках данного проекта проводятся интерактивные занятия, на которых используется модель Колба.

**Модель Колба — теория специалиста по психологии обучения взрослых Дэвида Колба, посвященная поэтапному формированию умственных действий.**

Модель включает в себя 4 основных этапа и в различных вариациях широко применяется в ходе занятий:

- 1 ЭТАП: непосредственный, конкретный опыт** — любой человек должен уже иметь некоторый опыт в той области или сфере, которой хочет обучиться.
- 2 ЭТАП: наблюдение и рефлексия или мыслительные наблюдения** — данный этап предполагает обдумывание и анализирование человеком имеющегося у него опыта, знаний.
- 3 ЭТАП: формирование абстрактных концепций и моделей или абстрактная концептуализация** — на этом этапе происходит выстраивание некой модели, описывающей полученную информацию, опыт. Генерируются идеи, выстраиваются взаимосвязи, добавляется новая информация относительно того, как все устроено.
- 4 ЭТАП: активное экспериментирование** — последний этап предполагает экспериментирование и проверку на применимость созданной модели, концепции. Результатом этого этапа является непосредственный новый опыт. Далее круг замыкается.



Успешность модели Колба основана на том, что она удобна, подходит практически для любого человека. Также модель Колба основывается на имеющемся у человека опыте, а значит, обучение будет максимально результативным.

**При разработке интерактивных занятий использовалась одна из самых распространенных схем обучения, основанная на модели Колба:**

**1. Мотивация участников, актуализация новой темы** (10% от времени обучения) — этот этап необходим для вовлечения участников мероприятия, концентрации их внимания на изучаемой теме, представления пользы или необходимости в данном материале. Этот этап напрямую влияет на эффективность усвоения нового материала.

На тренингах для мотивации участники рабочей группы используют кейсы на проблематизацию, упражнения-вызовы, показывающие отсутствие у участников опыта или навыков, необходимых для решения актуальных для них задач.

**2. Закрепление и повторение уже пройденного** (20% от времени обучения) — этап необходим для формирования у его участников из разрозненных знаний последовательной логической структуры методов и навыков.

**3. Изучение нового материала** (20% времени) — основной этап, на котором происходит получение участниками новых навыков, знаний, методик, необходимых для решения задач, представленных на начальном этапе.

**4. Оценивание** (10% времени) — данный этап позволяет оценить то, как усвоили новый материал участники мероприятия. Оценивание обязательно должно быть наглядным, справедливым и непредвзятым, чтобы стать стимулом для продолжения обучения. Оценка может выставляться командой, тренером, а также самостоятельно каждым участником.

**5. Подведение итогов, дебрифинг** (10% времени) — этот этап включает в себя обратную связь: участники отмечают, что понравилось и что нет, а также оставляют замечания. Ведущий, в свою очередь, должен замотивировать на самостоятельное дальнейшее изучение материала участниками.

**Проект предусматривает проведение мероприятий с сентября 2021 по май 2022.**

## **МАСШТАБИРУЕМОСТЬ**

Данный проект рассчитан на большой охват целевой аудитории и может быть применён другими учреждениями для развития гибких навыков сотрудников.



# РЕЗУЛЬТАТЫ

Основным критерием оценки успешности проекта является посещаемость мероприятий педагогами Центра.

## 35%

составляла посещаемость  
в начале запуска проекта;

## 95%

достигла посещаемость  
в дальнейшем.

Это показывает большую заинтересованность коллег в выбранной тематике и стало отправной точкой в дальнейшей разработке проекта. Отдельные элементы практик стали применяться педагогами в своей работе. Некоторые педагоги выявили желание включиться в работу проекта и войти в рабочую группу, таким образом количество участников рабочей группы увеличилось на 80% — с 5 участников до 9.

## ОТЗЫВЫ ПЕДАГОГОВ-УЧАСТНИКОВ ПРОЕКТА:



Встречи «Литературной песочницы» всегда очень познавательны, создают настрой на дальнейшее продвижение и развитие. Очень теплая обстановка, атмосфера доверия и позитивная публика. Желаю организаторам успешных мероприятий в будущем.



С огромным удовольствием посещаю «Литературную песочницу». Темы всегда разные, интересные.

Получаю много положительных эмоций и психологическую поддержку.



Встречи на «Литературной песочнице» в нашем Центре проходят регулярно и каждый раз по-разному, но всегда очень душевно, позитивно и с огромной пользой. Профессионализм организаторов, разнообразие деятельности, простота общения, благоприятная домашняя атмосфера располагает к высказываниям по теме всех присутствующих, дает возможность взаимодействовать и просто общаться друг с другом. От каждой встречи на «Литературной песочнице» я всегда получаю массу положительных эмоций. Такие мероприятия очень полезны, а еще они хорошо слаживают коллектив. Спасибо огромное всем организаторам этого замечательного мероприятия.



# ЭНЕРГИЯ КОМАНДЫ

**Миронова О. В.**  
директор

*Государственное бюджетное  
учреждение Территориальный  
Центр социального  
обслуживания «Жулебино»*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Формирование у сотрудников общих целей и предоставление возможностей почувствовать свою причастность к достижению командных результатов.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Проект направлен на выявление скрытых ресурсов команды, нахождение наиболее заряженных сотрудников, грамотную их мотивацию, с целью создания эффективной команды, нацеленной на получение максимального результата.

**Необходимо создать комфортную атмосферу, чтобы сотрудники ощущали приверженность организации, дольше оставались в коллективе и не хотели менять место работы.**

## **АКТУАЛЬНОСТЬ**

**Актуальность обусловлена созданием эффективной команды, нацеленной на получение максимального результата. Это способствует повышению качества обслуживания населения, а также увеличению конкурентоспособности организации на рынке предоставления социальных услуг.**

## **ОПИСАНИЕ**

Первое, что необходимо для осуществления цели проекта — создать комфортную атмосферу, чтобы сотрудники ощущали приверженность организации, дольше оставались в коллективе и не хотели менять место работы.

Во-вторых, при грамотно выстроенных дружеских отношениях, внести элементы конкуренции между структурными подразделениями, которые будут являться эффективными инструментами для достижения высоких результатов труда.

### **Используемые средства и инструменты:**

- постановка целей;
- выбор развивающих мероприятий;
- тренинги;
- использование инструментов объективной самооценки;
- работа с индивидуальными планами развития;
- обратная связь.

### **Методология:**

- 1 оценка уровня компетенций сотрудников;
- 2 выявление у сотрудников потенциала для профессионального роста;
- 3 выявление у сотрудников сильных сторон и зон роста;
- 4 активная поддержка и развитие профессиональных компетенций сотрудников.

**Выбранное решение:** план действий, который поможет проанализировать и улучшить модель управления, повысить результаты и «уровень счастья» сотрудников.

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Данная практика обладает большим потенциалом масштабируемости, может быть использована в других учреждениях и регионах страны.



## РЕЗУЛЬТАТЫ

**Укомплектованность штата в ТЦСО «Жулебино» составляет**

**99%**

**Коэффициент текучести кадров составляет**

**10%**

**Отсутствие кадровой текучки говорит о стабильном и крепком коллективе, а наличие благодарностей, положительной обратной связи и отсутствие жалоб — о правильно выбранном направлении в управлении коллективом.**



**В перспективе: реорганизация отдельных структурных подразделений** (отделений социального обслуживания на дому, отделений социальной реабилитации инвалидов, отделов долголетия), а также административно-управленческого персонала.

Грамотно проведенные изменения в структуре центра позволяют достичь максимальной эффективности и результативности труда при незначительной оптимизации штатной численности.

## ПРАКТИКА СОЗДАНИЯ В СЕМЕЙНОМ ЦЕНТРЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СЛУЖБ

**Гримальская Ю. В.**  
директор центра

*Государственное бюджетное  
учреждение «Мой семейный  
центр «Диалог»*

### ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Формирование в структуре учреждения горизонтального подразделения управленческого труда с целью повышения эффективности работы и для оперативного решения текущих задач.

### КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Проект посвящен созданию в семейном центре «Диалог» профильных служб из числа компетентных специалистов — «специализированных профессиональных сообществ».

## АКТУАЛЬНОСТЬ

Формирование в структуре учреждения горизонтального разделения управленческого труда повышает эффективность работы, оперативность выполнения задач, способствует созданию профессиональных сообществ, влияет на появление новых методик и технологий работы.

## ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ

Применяемые методики и инструментари в работе специалистов служб соответствуют основным перспективным направлениям деятельности Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы в рамках поддержки семьи и детства.

## ОПИСАНИЕ

Состав и Положение о службах утверждаются приказами директора учреждения. За каждой службой закреплен ответственный специалист — руководитель службы. Специалисты, объединенные

**Такая организация рабочего процесса существенно снимает нагрузку с административно-управленческого персонала, заведующих филиалами и отделениями, при этом позволяет действовать профессионально и организовано.**

в единую службу, организуют и курируют определенное направление деятельности по всей параллели учреждения (17 отделений комплексной помощи семьям с детьми в СВАО г. Москвы), самостоятельно принимают решения в рамках своих профессиональных компетенций, оказывают методическую поддержку, занимаются управлением проектами и развитием перспективных направлений деятельности учреждения.

**В семейном центре «Диалог» организована работа следующих служб:**

- Служба супервизоров;
- Служба медиации;
- Служба социализации (работа с лицами из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей).

**В процессе формирования\*:**

- Служба психологов;
- Служба операторов АИС МСП;
- Служба работы с подростками.

## **МАСШТАБИРУЕМОСТЬ**

Работа внедрена в семейном центре «Диалог» в 17 районах СВАО г. Москвы. Практика рекомендуется к применению организациям и учреждениям с расширенной сетью отделений и филиалов в бюджетных учреждениях г. Москвы.

\*Данные на ноябрь 2022 года.  
На сегодняшний день эти службы уже действуют.

# РЕЗУЛЬТАТЫ

1

**Службой медиации** отработано **278 заявок от семей с детьми** по вопросам споров по определению места жительства ребенка и организации порядка общения с ребенком после развода родителей; споров между членами расширенной семьи, в том числе, порядок общения с бабушками и дедушками; укрепления детско-родительских отношений;

2

**Служба супервизоров** занимается обучением **вновь принятых специалистов**, работающих с кровными и замещающими семьями. Супервизоры ежедневно оказывают поддержку специалистам в виде индивидуальных и групповых консультаций по вопросам, связанным с работой с семьей, ведением личных дел, заполнением документации, межведомственным взаимодействием с субъектами профилактики. Проводят ежемесячные групповые супервизии, разборы «трудных случаев», выявляют профессиональные сложности и дефициты, разрабатывают эффективные стратегии их преодоления;

3

**Служба социализации, входящая в проектную деятельность учреждения**, разработала свой методический и практический инструментарий.

**В проекте по социализации участвует 185 лиц из числа детей-сирот**, получивших жильё из специализированного фонда жилья города Москвы по договорам безвозмездного пользования, треть из которых имеют стойкую позитивную динамику в адаптации к самостоятельной взрослой жизни.



# ПОСТСКРИПТУМ. НОВЫЙ ПОДХОД В ГЕРИАТРИИ

**Юсупов А. Р.**  
директор

*Государственное бюджетное  
учреждение пансионат  
«Никольский парк»*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Профилактика ухудшения здоровья, когнитивных функций и качества жизни, а также поддержание физической мобильности пожилого человека и его самостоятельности.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Проект направлен на медико-социальную реабилитацию лиц пожилого возраста, поддержание их физической активности и стандартизацию качества медицинской помощи в области гериатрической реабилитации

## АКТУАЛЬНОСТЬ

### Доля лиц старше 60 лет в России:

2015 год — 20%;

2025 год — 24,4%;

2050 год — 30,5%.

### Увеличивается продолжительность жизни:

2015 год — 71 год;

2025 год — 75 лет;

2050 год — 79 лет.

### Предпосылки создания и внедрения проекта:

- отсутствие долгосрочной индивидуальной программы реабилитации.
- недостаточная мотивации ветеранов к ведению активного образа жизни.
- отсутствие углубленного подхода к определению когнитивных расстройств.
- отсутствие в рамках традиционного взгляда на пациента углубленного междисциплинарного диагностического подхода, включающего оценку физического и психоэмоционального статуса, функциональных возможностей и выявление социальных проблем пожилого человека.

**Население стареет. Это глобальный феномен и закономерный процесс.**

## ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРИМЕНЯЕМЫХ МЕТОДИК И ИНСТРУМЕНТОВ

### Цели проекта:

- 1.** Профилактика ухудшения здоровья, когнитивных функций и качества жизни.
- 2.** Поддержание физической мобильности пожилого человека и его самостоятельности.
- 3.** Персональная программа оздоровления и, как следствие, повышение лояльности к здоровому образу жизни.
- 4.** Стандартизация качества медицинской помощи в области гериатрической реабилитации.
- 5.** Разработка и внедрение стандартов и руководств, основанных на научно-практическом подходе с использованием международного опыта.

**Отличия применяемой методики (наиболее эффективна) в сравнении с иными методиками заключаются в:**

- простоте диагностических инструментов (тестирование, конструирование (формирование) белковой диеты, индивидуальный подход и прочее);
- отсутствию необходимости обучения персонала «с нуля», то есть, получение знаний, навыков в области гериатрии происходит на основе базовых умений.

## ОПИСАНИЕ

**Межведомственный проект.  
Участники:**

- Российский геронтологический научно-клинический центр ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н. И. Пирогова Минздрава России (далее – РГНКЦ);
- Пансионат «Никольский парк» (далее — Пансионат).

Пансионат предназначен для медико-социальной реабилитации Ветеранов ВОВ, пенсионеров, внесших особый вклад в развитие города Москвы, способных к самообслуживанию. Ветераны приезжают в пансионат по направлению Межведомственной комиссии Департамента социальной защиты населения города Москвы на 21 день (длительность заезда).

**Программа подразделяется на 4 основных этапа:**

- 1 ЭТАП: комплексное гериатрическое обследование и разработка индивидуальной схемы реабилитации** (начало заезда ветеранов; на базе Пансионата).
- 2 ЭТАП: проведение комплексной гериатрической оценки по сокращенной программе** (окончание заезда ветеранов; на базе Пансионата):
  - оценка результатов выполнения программы, фиксация динамики;
  - составление рекомендаций по дальнейшей амбулаторной гериатрической реабилитации, включая рацион питания и физическую активность в рамках проекта «Московское долголетие».
- 3 ЭТАП: наблюдение. Оценка параметров эффективности полученных рекомендаций.** Телефонный контакт с ветераном (через 6 месяцев после окончания заезда; силами РГНКЦ).
- 4 ЭТАП: Контроль выполнения рекомендаций и выдача плана индивидуальной реабилитации** (через 12 месяцев после окончания заезда; на базе РГНКЦ).

**Комплексная гериатрическая оценка (КГО)** — многомерный междисциплинарный диагностический процесс, включающий оценку физического и психоэмоционального статуса, функциональных возможностей и выявленных социальных проблем пожилого человека с целью разработки плана лечения и наблюдения, направленного на восстановление или поддержание уровня функциональной активности пациента.

Благодаря КГО врач-гериатр диагностирует гериатрические синдромы (старческая астения; саркопения; когнитивные нарушения; снижение зрения и слуха; хроническая боль; падения; нарушение сна; депрессия; мальнутриция; полипрагмазия; одиночество, другие).

**Гериатрический синдром (ГС)** — многофакторное возраст-ассоциированное клиническое состояние, ухудшающее качество жизни, повышающее риск неблагоприятных исходов (смерти, зависимости от посторонней помощи, повторных госпитализаций, потребности в долгосрочном уходе) и функциональных нарушений.

В отличие от традиционного клинического синдрома ГС не является проявлением патологии одного органа или системы организма, а отражает комплекс изменений в нескольких системах.

Возникновение одного гериатрического синдрома повышает риск развития других гериатрических синдромов.

**КГО проводится на основе командного подхода. В состав команды входят:** врач-гериатр, врач-терапевт, врач функциональной диагностики, врач-физиотерапевт, медицинская сестра, специалист по социальной работе, инструктор-методист ЛФК, психолог, диетолог и другие специалисты.

### **Основные методы гериатрической реабилитации в Пансионате:**

- лечебная физкультура по индивидуальному плану;
- физиотерапия;
- психологическое тестирование, когнитивный тренинг, предупреждение делирия;
- адаптация, применение вспомогательных средств: голосовая, логопедическая терапия (глотание, профилактика аспирационных осложнений, коммуникация);
- реабилитация с целью поддержание базовой активности (одевание, посещение туалета, гигиена и т. д.) — максимально возможная степень независимости;
- нейропсихологическое консультирование.

# РЕЗУЛЬТАТЫ

Предварительный анализ реализации Проекта.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ДИАГНОСТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ КОГНИТИВНЫХ НАРУШЕНИЙ за 2019–2022 г., за 1 заезд

До участия в проекте:

**16** человек  
участвовало в среднем;

**35** процедур  
проведено в среднем.

В период участия в проекте:

**40** человек  
участвовало в среднем;

**84** процедуры  
проведено в среднем.

Занятия проводились  
в свободном посещении.



**Реализация в рамках проекта новых шкал гериатрической депрессии позволила более точно оценивать и определять депрессивные нарушения у пожилых людей, а также выявлять нуждающихся в индивидуальном консультировании психологом и тренировке когнитивных функций.**

## ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ за 2019–2022 годы, за 1 заезд

**В группах ЛФК (направлена на профилактику падений) —  
лечебная гимнастика:**

**3** участника  
в 2019 году;

**32** участника  
с августа 2021 года.

**Скандинавская ходьба:**

**17** участников  
в 2019 году;

**31** участник  
в 2022 году.

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

На базе Пансионата проходят реабилитацию 1500 человек в год (14 заездов по 108 человек). В проекте участвуют около 30%.

Совместно организованная работа Пансионата и РГНКЦ создает предпосылку к дальнейшему внедрению и развитию в других учреждениях не только Москвы, но и на федеральном уровне.

**ПРОЕКТ «ПОСТСКРИПТУМ»  
В ПАНСИОНАТЕ  
«НИКОЛЬСКИЙ ПАРК»**



# МАРШРУТ «ЗОЖ-ПУТЕШЕСТВИЕ»

**Шелкоуденко З. А.**  
психолог

*Государственное бюджетное  
учреждение Территориальный  
центр социального  
обслуживания «Арбат»*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Рассказать, как и с помощью чего можно сохранить здоровье, молодость организма и прибавить дополнительные годы жизни.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

«ЗОЖ-путешествие» — увлекательный образовательный маршрут, помогающий глубже осознать суть здоровых привычек.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

Актуальность данного проекта заключается в том, что он даёт возможность людям старшего возраста за непродолжительное время поменять привычный образ жизни на альтернативный и получить видимый результат. Это осуществляется за счет их личного жизненного опыта, опыта участников, получивших реальные результаты, и опыт многочисленных исследований, представленных в ходе «ЗОЖ-путешествия».

## ОПИСАНИЕ

**На пути следования по «ЗОЖ-маршруту» участники путешествия вместе с единомышленниками вовлекаются в увлекательный ЗОЖ-квест.**

**Во время прохождения образовательного пути путешественники знакомятся с 5 принципами здоровья:**

- душевной гармонией;
- питьевым режимом;
- сбалансированным питанием;
- физической активностью;
- качественным сном.

**Жить дольше,  
не старея,  
может  
каждый —  
лейтмотив  
проекта.**

**За время путешествия участники проходят 10 станций:**

- 1.** «Вода и здоровье»;
- 2.** «Психология питания»;
- 3.** «Роль белка в поддержании здоровья»;
- 4.** «Жировой баланс»;
- 5.** «Энергетический баланс» (2 занятия);
- 6.** «Витамины»;
- 7.** «Минералы»;
- 8.** «Иммунитет»;
- 9.** «Качество сна»;
- 10.** «Вот и добрались! или Итоги».



**Методы обучения:** лекции, модульное обучение, тематические обсуждения, метод разбора конкретных ситуаций, дискуссии, тренинговые занятия, ролевые игры, креативные группы, мастер-классы, действие по образцу, работа в парах, метод ротаций, метод рефлексии, разбор «завалов».



## Используемый инструментарий:

**1 Биоимпедансный анализ тела:** проводится очно до, во время и после прохождения «ЗОЖ-путешествия».

**Анализ проводится на «умных» весах, показывающих** процент жира и воды в организме, количество мышечной и костной тканей, биологический возраст и другие параметры тела.

**2 Диагностика Nutrilogic/ Нутрилоджик:** проводится очно или дистанционно до и после прохождения «ЗОЖ-путешествия».

**В основе технологии цифровой диетологии заложены фундаментальные принципы доказательной диетологии:** комплексная оценка (цифровой анализ) основных показателей пищевого (метаболического) статуса антропометрии, композиционного состава тела, основного обмена и фактического питания.

Авторская методика была создана с участием ведущих специалистов «ФИЦ питания и биотехнологий» и рекомендована Союзом диетологов (РОСНДП). Это инновационный инструмент, имеющий доказанную эффективность ([nutrilogic.ru](http://nutrilogic.ru)).

### Способы обучения:

- очное;
- дистанционное;
- смешанное.

### Используемые средства:

- вербальные;
- визуальные;
- технические средства обучения (ТСО).

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Данный маршрут будет функционировать в рамках отделения социальной реабилитации инвалидов ГБУ ТЦСО «Арбат» на постоянной основе:

- в ближайшей перспективе — всего учреждения;
- в перспективе — всех социальных учреждений Москвы;
- в перспективе — всей страны;
- далее — международный.



### Подробнее о результатах

читайте на следующей  
странице



# РЕЗУЛЬТАТЫ

1

**В результате обучения 100% путешественников отметили, что в результате прохождения программы:**

- улучшили душевное состояние;
- отметили улучшение цвета лица;
- утвердились в понимании соблюдения нормы питьевого режима;
- пришли к «правильному» выводу о том, что длительность и качество сна оказывают влияние на состояние здоровья человека;
- разбирались в том, как питание влияет на здоровье;
- узнали, как сделать свое питание сбалансированным;
- расширили свой кулинарный кругозор;
- изучили новые практики для развития физической активности и др.

2

**По результатам итоговой диагностики биоимпедансного анализа тела у всех участников улучшились показатели, а общий биологический возраст участников программы снизился на 64 года.**

3

**Благодаря корректировке питания по результатам повторной диагностики Nutrilogic/Нутрилоджик комплексная оценка (цифровой анализ) основных показателей пищевого (метаболического) статуса антропометрии, композиционного состава тела, основного обмена и фактического питания участников улучшилась на 33%.**

С момента запуска образовательного маршрута «ЗОЖ-путешествия»

**98** человек  
его посетили.

**47** человек  
прошли его полностью  
и получили сертификат.

Отзывы о «ЗОЖ-путешествии» исключительно положительные. Обратная связь получена:

**72** человека  
прошли анкетирование;

**13** человек  
оставили видео-отзывы.

## ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ:

- **Привлечение** к участию в образовательном маршруте «ЗОЖ-путешествие» **новых получателей социальных услуг.**
- **Привлечение** к участию в образовательном маршруте «ЗОЖ-путешествие» **сотрудников сферы социального обслуживания.**
- **Разработка «ЗОЖ-газеты»** на базе отделения реабилитации ГБУ ТЦСО «Арбат».
- **Внедрение производственной гимнастики** для сотрудников учреждения.
- **Привлечение СМИ** к освещению различных этапов проекта.
- **Создание фотоальбома** проекта и ЗОЖ-календаря на 2023 год и др.

# Я — НЕСТАНДАРТНЫЙ РЕБЕНОК

**Минакова А. А.**  
психолог  
в социальной сфере

*Государственное бюджетное  
учреждение Территориальный  
центр социального  
обслуживания «Бибирево»  
филиал «Северный»*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Развитие познавательных процессов у детей с особенностями развития для подготовки их к восприятию нового материала за 1 месяц курса нестационарной реабилитации.

А также, проведение мероприятий, направленных на социальную адаптацию и укрепление здоровья детей, стабилизация эмоционально-волевой сферы и коррекция познавательной сферы.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Программа направлена на развитие высших психических функций у детей с инвалидностью (восприятие, память, внимание, мышление, воображение, речь) и предполагает развитие личностных компонентов познавательной деятельности (активность, произвольность, самоконтроль).

**«Нетипичные дети» — это дети-инвалиды и дети с ограниченными возможностями здоровья, но непризнанные в установленном порядке инвалидами. Дети с особенностями развития — это определенная группа детей, требующая особого внимания и подхода к развитию и воспитанию.**

## **АКТУАЛЬНОСТЬ**

Неблагоприятные климатические условия, сложная экологическая обстановка, хронические заболевания — все это способствует рождению детей с врожденными аномалиями умственного и физического развития. К сожалению, количество рожденных особых деток ежегодно возрастает.

**Характеристика детей с ОВЗ зависит от многих показателей, определяющим в этом направлении является сам дефект, так как от него зависит направление работы для успешной реабилитации и абилитации ребенка.**

**У детей с особенностями развития наблюдается низкий уровень развития восприятия.** Это проявляется в необходимости более длительного времени для приема и переработки сенсорной информации, недостаточности знаний этих детей об окружающем мире.

**Недостаточно сформированы пространственные представления,** дети с ОВЗ часто не могут осуществлять полноценный анализ формы, установить симметричность, тождественность частей конструируемых фигур, расположить конструкцию на плоскости, соединить ее в единое целое.

**Внимание неустойчивое, рассеянное,** дети с трудом переключаются с одной деятельности на другую. Недостатки организации внимания обуславливаются слабым развитием интеллектуальной активности детей, несовершенством навыков и умений самоконтроля, недостаточным развитием чувства ответственности и интереса к учению.

**Память ограничена в объеме,** преобладает кратковременная над долговременной, механическая над логической, наглядная над словесной.

**Снижена познавательная активность**, отмечается замедленный темп переработки информации. Наглядно-действенное мышление развито в большей степени, чем наглядно-образное и особенно, словесно-логическое.

**Снижена потребность в общении** как со сверстниками, так и со взрослыми. Игровая деятельность не сформирована. Сюжеты игры обычны, способы общения и сами игровые роли бедны.

**Наблюдается низкая работоспособность в результате повышенной истощаемости**, вследствие возникновения у детей явлений психомоторной расторможенности. Наблюдается несформированность произвольного поведения по типу психической неустойчивости, расторможенности влечений, учебной мотивации.

#### **Вследствие этого у детей проявляется:**

- недостаточная сформированность психологических предпосылок к овладению полноценными навыками, отсутствует мотивация к познавательной деятельности, ограничены представления об окружающем мире;
- низкий темп выполнения заданий;
- необходимость в постоянной помощи взрослого;
- низкий уровень свойств внимания (устойчивость, концентрация, переключение);
- низкий уровень развития речи, мышления;
- трудности в понимании инструкций;
- инфантилизм;
- нарушение координации движений;
- низкая самооценка;
- повышенная тревожность, Многие дети с ОВЗ отмечают повышенную впечатлительностью (тревожностью): болезненно реагируют на тон голоса, отмечается малейшее изменение в настроении;
- высокий уровень мышечного напряжения;
- низкий уровень развития мелкой и крупной моторики;
- повышенная утомляемость. Они быстро становятся вялыми или раздражительными, плаксивыми, с трудом сосредотачиваются на задании. При неудачах быстро утрачивают интерес, отказываются от выполнения задания. У некоторых детей возникает двигательное беспокойство;
- повышенная возбудимость, беспокойство, склонность к вспышкам раздражительности, упрямству.

## ОПИСАНИЕ

Программа реализуется с августа 2022 года.

**Основные методы**, используемые при работе с детьми — это игровая деятельность, которая является ведущей в дошкольном возрасте.

**Продолжительность занятия**

**30** минут.

Программа рассчитана на

**1** месяц психологического сопровождения.

**В программе сочетаются разные направления деятельности психолога, которые объединены в блоки.**

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Программа рекомендована для реализации на базе отделений социальной реабилитации инвалидов учреждений, подведомственных Департаменту труда и социальной защиты населения г. Москвы.

## РЕЗУЛЬТАТЫ



У детей, занимающихся по данной программе, отмечается **улучшение психоэмоционального фона, расширение словарного запаса.**



**Формируются коммуникативные навыки, развиваются познавательные процессы.**



Происходит эффективная **социализация детей с инвалидностью**, отсутствует отрицательная динамика психофизического развития.

### Подробнее о 4 блоках деятельности психолога

читайте на следующей  
странице





# 1 блок

## **ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ**

Психолого-педагогическая диагностика, направленная на выявление индивидуальных особенностей ребенка.

**Диагностический блок включает в себя известные методики (коррекционно-диагностического комплекса) выявления уровня психического развития детей младшего школьного возраста:**

- **Методика Л. А. Ясюкова** «Определение готовности к школе. Прогноз и профилактика проблем обучения в начальной школе (часть I)» — диагностика речевого развития, понятийно-интуитивного, понятийно-логического, понятийно-речевого, понятийно-образного, абстрактного мышления.
- **Тест Тулуз-Пьерона** — диагностика скорости переработки информации.
- **Цветовой тест Люшера** — диагностика настроения.
- **Гештальт-тест Бендера** — диагностика зрительно-моторной координации.
- **Прогрессивные матрицы Равена** — диагностика визуального мышления.
- **Тест тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, Ф. Амен** — диагностика тревожности.

## **I ЭТАП — первичная диагностика**

Проводится собеседование с целью выявления уровня его психического и физического развития, индивидуальных особенностей поведения. Диагностические данные фиксируются в протоколе.

## **II ЭТАП — мониторинг динамики развития**

Динамика развития ребенка прослеживается в течение учебного года по 3 направлениям:

- развитие психических процессов;
- развитие эмоционально-волевой сферы;
- индивидуальные особенности.

В начале и в середине года показатели динамики развития выявляются на основе диагностических данных, наблюдения за ребенком-инвалидом в процессе проведения занятий педагогом-психологом, в конце года — в процессе проведения индивидуального диагностического обследования.

## **III ЭТАП — констатирующая диагностика**

В конце года с ребенком проводится индивидуальное психолого-педагогическое обследование, определяется его уровень и особенности психического развития.

# 2 блок

## **РАЗВИВАЮЩИЙ**

Психолого-педагогическая, коррекционная работа, осуществляемая в течение всего года.

Развивающий блок основан на коррекционно-развивающих программах Н. В. Бабкиной, О. Холодовой, А. З. Зака, компьютерной программы-тренажера «Сверхвнимание».

**Коррекционно-развивающие занятия направлены на развитие взаимосвязанных психических процессов, определяющих познавательные возможности, и включают соответствующие разделы:**

- 1 РАЗДЕЛ: «Развитие внимания»**  
(1–2 занятие).
- 2 РАЗДЕЛ: «Развитие памяти»**  
(3–4 занятие).
- 3 РАЗДЕЛ: «Развитие аналитико-синтетической сферы школьника»** (5–6 занятие).
- 4 РАЗДЕЛ: «Развитие восприятия и воображения»**  
(7–8 занятие).
- 5 РАЗДЕЛ: «Развитие личностно-мотивационной сферы младшего школьника»** (9–10 занятие).

**Каждое занятие по содержанию комплексное**, каждое содержит задания на все темы: развитие внимания, памяти, мыслительных операций, восприятия и воображения, личностно-мотивационной среды.

**Занятия разработаны с учётом возрастных особенностей** и основных видов деятельности, способствующих развитию школьного возраста.

**Для поддержания интереса в процессе занятий предусмотрено чередование видов деятельности:** рисование, упражнения и беседы сменяются подвижными и релаксационными упражнениями, проигрываются психологические упражнения, анализируются и инсценируются различные психологические этюды.

# 3 блок

## **КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ**

Консультативная работа с родителями или законными представителями.

Работа связана с обсуждением результатов проведенной диагностики, конкретным запросом педагога или родителя в связи с проблемами обучения, общения или психологического самочувствия.

# 4 блок

## **МЕТОДИЧЕСКИЙ**

Оформление документации.

# ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ «ЭКОРОСТОКИНО»

**Бобожей В. В.**  
руководитель центра

*Центр московского долголетия  
«Ростокино»*

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Вовлечение большего количества людей к разделению отходов (РСО), создание экологической обстановки в домашних условиях, «расхламление», преобразование ненужных вещей в полезные и функциональные.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Проект посвящен привлечению получателей социальных услуг к разделению отходов в условиях дома, подъезда, двора для поддержания их активного образа жизни с помощью социальных работников, специалистов ЦМД и специалистов Од филиала.

## Проект реализуется с 2017 года — года экологии в России.

### АКТУАЛЬНОСТЬ

Актуальность проекта обусловлена важностью популяризации и обучения получателей социальных услуг экологичному образу жизни и информировании населения о новых возможностях масштабной экологической деятельности в городе.

### ОПИСАНИЕ

**Специалисты социальной сферы помогают получателям социальных услуг приобщаться к экологичному образу жизни:**

- расхламлять дома;
- самореализовываться через творчество;
- участвовать в социально-значимой деятельности по раздельному сбору отходов в масштабах города.

**Участники проекта** — граждане, состоящие на социальном обслуживании на дому.

### Этапы и формат реализации проекта:

- 1 Информирование, раздача информационного материала
- 2 Проведение сезонных экологических мероприятий
- 3 Поиск партнеров, единомышленников
- 4 Определение территории проведения

### Реализация социально значимого экологического проекта «ЭКОРостокино»:

- обеспечивает востребованность опыта старшего поколения в общении с подрастающим поколением;
- создает повышение уровня социальной интеграции людей старшего возраста;
- продлевает активное долголетие;
- способствует самореализации;
- создает ощущение причастности к решению вопросов городского масштаба.

## МАСШТАБИРУЕМОСТЬ

Данная практика была применима в условиях района, Территориального центра социального обслуживания. Проводились районные праздники «Экодвор», акции «Электроосень», «Электровесна» совместно с партнерами. Практика может быть распространена на любые учреждения, оказывающие социальные услуги гражданам старшего возраста и людям с инвалидностью на дому.



## РЕЗУЛЬТАТЫ

**Результаты данной практики — это экологическое просвещение граждан старшего возраста и инвалидов.**



Многие из них с помощью социальных работников, посредством общения с заведующим отделением, **оптимизируют свое пространство дома, избавляются от ненужных вещей и начинают заниматься раздельным сбором отходов.**

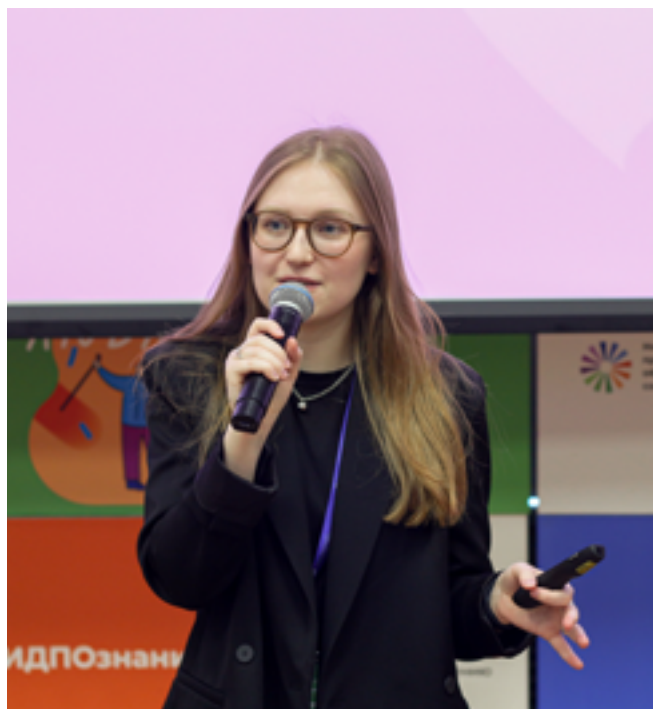


**Проект помогает придать участникам ощущения причастности к решению важных вопросов** городского масштаба в рамках раздельного сбора отходов, организовать экологическое пространство в домашних условиях.



# МАРАФОН ЛУЧШИХ СОЦИАЛЬНЫХ ПРАКТИК «СФЕРА»: КАК ЭТО БЫЛО





# ОБ ИНСТИТУТЕ

**ИДПО — лидер дополнительного профессионального образования работников социальной сферы Москвы.**

## С 2008 ГОДА СПЕЦИАЛИСТЫ ИДПО

- Занимаются подготовкой сотрудников социальной сферы
- Оказывают консалтинговые услуги
- Проводят кадровую диагностику персонала
- Внедряют инновации в технологии обучения

**БОЛЕЕ 8 ТЫСЯЧ**  
выпускников ежегодно

## НАПРАВЛЕНИЯ ОБУЧЕНИЯ

- Долговременный уход
- Работа со старшим поколением
- Надомное обслуживание
- Реабилитация
- Семья и детство
- Развитие руководителей
- Личная эффективность

**БОЛЕЕ 70 ПРОГРАММ**  
повышения квалификации  
и профессиональной  
переподготовки

## КОНТАКТЫ

 +7 (495) 607 50 65

 [Idposocial.ru](http://idposocial.ru)

 [ipk@mos.ru](mailto:ipk@mos.ru)

 Москва,  
1-й Басманный переулок,  
д. 10

Мы в социальных сетях:



**ВКонтакте:**  
[@idposocial](https://vk.com/idposocial)



**Телеграм:**  
[@idpodtszn](https://t.me/idpodtszn)



**Одноклассники:**  
ИДПО ДТСЗН