**Государственное бюджетное учреждение Республики Адыгея**

**«Адамийский психоневрологический дом – интернат»**

**Утверждаю**

**Директор ГБУ РА «АПДИ»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.Х.Ягумова**

**Социальный проект**

**«Лечение радостью»**

**Автор проекта:**

**Психолог в социальной сфере**

**С.И. Ягумова**

**2020-2024 год**

**Творческий проект «Лечение радостью»**

Проект направлен на создание здоровьесберегающей среды в условиях интерната, обеспечение эмоционального благополучия людей и гармонизацию отношений между недееспособными гражданами и их родными.

Предложенный проект способствует решению проблем в эмоциональном развитии недееспособных граждан и людей с ОВЗ посредством организации совместной деятельности психолога и людей с нарушением интеллекта. Также содействует гармонизации семейных взаимоотношений через привлечение родных к совместной деятельности и психолого-педагогическое просвещение их в вопросах воспитания и развития людей с ОВЗ и недееспособных граждан.

Проект адресован психологу в социальной сфере ГБУ РА « АПДИ».

Автор проекта: С.И. Ягумова.

**Паспорт проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование проекта** | «Лечение радостью» |
| **Тип проекта** | **Творческий** |
| **Проблема** | Наличие большого числа не дееспособных граждан и людей с ОВЗ, имеющих проблемы в эмоциональном развитии |
| **Цель** | Развитие эмоциональной сферы людей с ОВЗ и недееспособных граждан. |
| **Задачи** | 1.   Учить понимать своё эмоциональное состояние и эмоциональное состояние своего собеседника .  2. Расширять и закреплять социально-приемлемые способы выражения эмоций (словесные, физические, творческие) у людей с нарушением интеллекта.  3. Развивать у людей с нарушением интеллекта эмпатию (способность к сопереживанию).  4. Знакомить и обучать навыкам релаксации и само - регуляции людей с ОВЗ и не дееспособных граждан.  5. Формировать у людей с нарушением интеллекта умения устанавливать и поддерживать контакты, сотрудничать.  6. Изготовить совместно оборудование, стенды, панно, способствующие эмоциональному развитию людей с нарушением интеллекта. |
| **Участники проекта** | Не дееспособные граждане и люди с ОВЗ. |
| **Сроки и этапы реализации проекта.**  **2020 – 2024гг.** | I этап (подготови­тельный) .  - разработка положения о проектной деятельности  - оценка исходного состояния проблемы через определение особенностей личностного и эмоционального благополучия   людей с нарушением интеллекта и анализ семейных отношений с помощью опроса и анкетирования ;  - подбор наглядно-информационного сопровождения и необходимого оборудования для занятий.  II этап (основной).  - реализация задач, заложенных в проекте (работа по перспективному плану);  - укрепление и развитие материально-технической базы;  - обеспечение промежуточного анализа и оценка эффективности   его деятельности.  III этап (заключи­тельный).  - оценка эффективности реализации проекта (повторная диагностика не дееспособных граждан и людей ОВЗ.);  - демонстрация полученных результатов (организация заключительного мероприятия);  - анализ перспектив дальнейшего развития проекта. |
| **Исполнители проекта и основных мероприятий** | - администрация ГБУ РА « АПДИ»;  - специалисты ГБУРА « АПДИ» (психолог в соц. сфере, специалист по реабилитационной работе, инструктор ЛФК, медицинский персонал). |
| **Ресурсное обеспечение проекта** | Кадровое обеспечение:  - наличие специалистов имеющих квалификационную категорию ,  - наличие квалифицированного медицинского персонала.  Материально-техническое обеспечение:  - наличие оборудованных помещений:  Кабинета ЛФК, кабинета психологической разгрузки, кабинет творчества;  - наличие видео-аудиотехники;  - наличие аудио- и видео- картотеки.  Учебно-методическое обеспечение:  - наличие нормативно-правовой базы,  - наличие демонстрационного материал  - учебно-методической литературы по образовательным программам,  - наличие методической литературы по здоровье – сбережению людей с нарушениями интеллекта. |
| **Ожидаемые результаты** | -улучшение эмоционального состояния у людей с ОВЗ и не дееспособных граждан,  - развитие коммуникативных навыков у людей с нарушением интеллекта,  - гармонизация отношений в коллективе, |
| **Критерии оценки результатов** | - снижение уровня тревожности у людей с нарушением интеллекта;  -   смена стиля взаимодействия в коллективе. |
| **Дальнейшее развитие проекта** | Введение в интернате традиции «Дни совместных встреч», когда персонал и опекаемые могут пообщаться в форме тестов на интересующие темы, создать стенд, где могут беспрепятственно и   конфиденциально задать интересующие вопросы и получить квалифицированную консультацию специалистов. |

**Актуальность проекта**

В нашем интернате уделялось мало внимания коррекции психического здоровья людей с нарушением интеллекта. Сегодня забота о здоровье стала занимать во всем мире приоритетные позиции. От состояния здоровья людей во многом зависит благополучие общества. Исследования врачей, наблюдения педагогов, психологов показывают, что у многих людей наблюдается ряд психологических проблем. Из года в год возрастает количество гиперактивных, тревожных людей. Сотрудники интерната обращают внимание, что, «замыкаясь» на телевизорах и компьютерах, люди становятся менее общительными, более конфликтными, многие люди не умеют сопереживать, поддерживать сверстников, выражать свои чувства и настроения.

Учитывая выше изложенное, работа по развитию и оптимизации эмоциональной сферы людей с нарушением интеллекта представляется нам чрезвычайно актуальной.

Учитывая сложившуюся ситуацию и современные требования к организации воспитательно-образовательного процесса, появилась необходимость пересмотра основных форм организации взаимодействия: людей с ОВЗ, недееспособных граждан и обслуживающего персонала, также изменения предметно-развивающего пространства в интернате. Для решения выявленных проблем был создан творческий проект «Лечение радостью».

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Учебно-методическое обеспечение*** | | | |
| 1. Наличие в интернате программ по развитию не дееспособных граждан и людей с ОВЗ.  2. Наличие плана работы психолога.  3. Наличие диагностического исследования опекаемых.  4. Наличие необходимого демонстрационного материала.  5. Учебно-методической литературы по образовательным программам.  6. Наличие методической литературы по здоровье - сбережению людей с нарушением интеллекта. | 1. Работа педагога - психолога включает в себя развитие эмоционального благополучия людей, однако данная работа не способна полностью решить всех имеющиеся проблемы ввиду ограниченности во времени, поэтому необходимо вести в интернате кружковую работу по оптимизации эмоционального состояния людей с нарушением интеллекта в коллективе.  2. Имеется необходимые диагностические исследования исследуемых параметров.  3. Имеющийся демонстрационный материал необходимо пополнить в соответствии с задачами проекта. | | |
| ***Кадровое обеспечение*** | | | |
| 1. Наличие специалистов: психолога, инструктора ЛФК.  2. Наличие специалистов по реабилитационной работе.  3. Наличие медицинского персонала. |  | | |
| ***Материально-техническая база*** | | | |
| Наличие: | | Отсутствие: | |
| 1. Оборудованных помещений по творчеству  2. Кабинет ЛФК  3. Оборудованные медицинские помещения  4. Телевизоры, ноутбуки, планшеты и телефоны в группах.  5. Мультимедийное оборудывание | | Нет отдельного помещения для релаксации и психологической разгрузки. | |
| **Внешняя среда организации** | | | |
| ***Возможности*** | | | ***Ограничения и риски*** |
| 1. Перспективы развития и расширения проекта посредством взаимодействия с другими организациями. | | | 1. Ограниченность финансирования. |

**Цель и задачи проекта**

**Цель:**Развитие эмоциональной сферы людей с нарушением интеллекта.

**Задачи:**

1. Учить понимать своё эмоциональное состояние и эмоциональное состояние своего собеседника.

2. Расширять и закреплять социально-приемлемые способы выражения эмоций (словесные, физические, творческие) у не дееспособных граждан и людей с ОВЗ.

3. Развивать у людей с нарушением интеллекта эмпатию (способность к сопереживанию).

4. Знакомить и обучать навыкам релаксации и само регуляции.

5. Формировать у не дееспособных граждан умения устанавливать и поддерживать контакты, сотрудничать.

6. Изготовить стенды, панно, способствующие эмоциональному развитию людей с нарушением интеллекта.

**Целевые группы проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| **Целевые группы** | **Их интересы** |
| Недееспособные граждане и люди с ОВЗ | Наличие интереса к жизненной деятельности, к изучению взаимоотношений между людьми. |
| Родные опекаемых | Снижение уровня тревожности у людей с нарушением интеллекта, их эмоциональное благополучие. Улучшение взаимоотношений с не дееспособными гражданами и людьми с ОВЗ. Развитие у не дееспособных граждан сопротивляемости негативным средовым факторам. |
| Специалисты учреждения | Развитие эмоциональной сферы детей, формирование у них навыков самоконтроля, воспитание чувства сопереживания и способности к взаимопринятию и взаимопомощи. |

**Механизм реализации проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы проекта** | **Сроки**  **этапов**  **проекта** | **Задачи этапов проекта** |
| I этап  (подготови­тельный) | 2020 – 2021гг. | - разработка положения о проектной деятельности,  - оценка исходного состояния проблемы, через определение особенностей личностного и эмоционального благополучия людей и анализ отношений в коллективе с помощью опроса и анкетирования:  -   подбор наглядно-информационного сопровождения и необходимого оборудования для занятий. |
| II этап  (основной) | 2021 - 2022гг. | - реализация задач, заложенных в проекте (работа по перспективному плану);  - укрепление и развитие материально-технической базы;  - обеспечение промежуточного анализа и оценка эффективности его деятельности. |
| III этап  (заключи­тельный) | 2023- 2024гг. | - оценка эффективности реализации проекта (повторная диагностика опекаем);  - демонстрация полученных результатов (организация заключительного мероприятия);  - анализ перспектив дальнейшего развития проекта. |

**Сроки реализации проекта – 2020 – 2024гг.**

**Календарный план мероприятий по реализации проекта**

**2020год**

**Октябрь.**

1. Диагностика личностных особенностей людей с нарушениями интеллекта (методика « Дом, дерево, человек»).
2. Выявление уровня тревожности и определение состояния (« Тест тревожности», автор Темпл, Дорки, Амен ).
3. Рисунок семьи.
4. Изучения восприятия людей с нарушениями интеллекта.
5. Беседа: «Я и мир вокруг меня ».
6. Рисунок «Мой мир».

**Ноябрь.**

1. Волшебное средство понимания: интонация во время разговора.
2. Эмоциональное развитие людей с использованием шедевров мировой живописи ( по картине Л. да Винчи « Джоконда»).
3. Беседа: « Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались».
4. Понимать друг друга.
5. Беседа: « Мы вместе».
6. Рисунок « Дом в котором я живу».

**Декабрь.**

1. Что такое радость.
2. Причины радости. Как определить радостного человека.
3. Способы выражения радости. Как поднять себе настроение.
4. Как можно поделиться своей радостью.
5. Продолжения знакомства с эмоциями.
6. Рисунок « мои эмоции».

**2021год.**

**Январь.**

1. Что такое страх. Как справиться со страхом.
2. Обучение техникам борьбы со страхом через превращение их в позитив.
3. Беседа: « Мы вместе».
4. Тесты на определение страха.
5. Рисунок: « Я боюсь. Мои страхи ночью и днем».

**Февраль.**

1. Что такое грусть. Учимся распознавать грусть.
2. Способы преодоления грусти.
3. Что такое обида. Способы преодоления обиды.
4. Беседа: « Умеем дружить».
5. Я и мои взаимоотношения с окружающей средой.
6. Рисунок: « Моя мечта».

**Март.**

1. Я и мои взаимоотношения с близкими людьми.
2. Как я общаюсь по телефону.
3. Эмоциональное развитие людей с нарушением интеллекта шедевров мировой живописи И. Крамского « Неутешное горе».
4. Беседа: « Осторожно интернет».
5. Дать понятие о различной степени интенсивности эмоций ( радость – счастье, печаль – горе ).
6. Рисунок: « Мой лучший друг».

**Апрель.**

1. Что такое гнев. Как распознать гнев.
2. Способы преодоления гнева.
3. Что такое дружба.
4. Правила дружбы. Важность дружбы.
5. Дружба между парнем и девушкой.
6. Беседа: « Поступок, о котором я сожалею».

**Май.**

1. Причины конфликта.
2. Как правильно противостоять конфликту.
3. Беседа: « Давай никогда не ссориться».
4. Способы разрешения конфликта.
5. Учимся взаимодействовать.
6. Беседа: « Мои будни».

**Июнь.**

1. Как поднять себе настроение. Способы поднятия настроения.
2. Что такое стресс. Причины стресса.
3. Способы борьбы со стрессом.
4. Тревожность. Причины тревожности.
5. Пути преодоления тревожности.
6. Рисунок: « Я и мои тревоги».

**Июль.**

1. Причины неуправляемого поведения.
2. Способы управления собой.
3. Ценность жизни.
4. Беседа: « Жизнь прекрасна».
5. Лучший друг, как его узнать.
6. Беседа: « Как бы я изменил свою жизнь».

**Август.**

1. Значение взаимопомощи. Способы поддержки.
2. Учимся помогать друг другу.
3. Непростые ситуации.
4. Правила общения.
5. Добрые слова всегда со мной.
6. Рисунок: « Я в магазине».

**Сентябрь.**

1. Семья. Зачем нужна семья.
2. Счастливая семья. Члены семьи.
3. Тренинг: « Счастливый цветок».
4. Семейные традиции.
5. Рисунок: « Моя семья».

**Октябрь**.

1. Мир профессий.
2. Кем я хочу стать и почему.
3. Качества, необходимые для моей профессии.
4. Все в моих руках.
5. Рисунок: « Мои мечты».

**Ноябрь.**

1. Знакомство с окружающей средой.
2. Мое поведение в общественном месте.
3. Знакомство с гороскопом.
4. Беседа: « Мои добрые дела».
5. Рисунок: « Кем я себе представляю».

**Декабрь.**

1. Для чего нужны деньги.
2. Могу ли я пользоваться деньгами.
3. Как и для чего используют деньги.
4. Беседа: «Как я себя буду вести в магазине».
5. Рисунок: « мои покупки».

**2022год.**

**Январь.**

1. Для чего человеку театр.
2. Для чего создаются музеи.
3. Как можно культурно развиваться.
4. Эмоциональное развитие с использованием шедевров мировой живописи И. Репина « Царевна Софья».
5. Рисунок: « Я в музее».

**Февраль.**

1. Знакомство с чувством стыда.
2. Беседа: « Мой не правильный поступок».
3. Добрые и теплые отношения в коллективе.
4. Учимся взаимодействовать с окружающим миром.
5. Рисунок: « Я на природе».

**Март.**

1. Моделирование ситуации « Отдел социального обеспечения. Его функции».
2. Моделирование реальной ситуации « Посещение магазина».
3. Моделирование реальной ситуации « Посещение общественных мест».
4. Мое поведение во время общения с не знакомыми людьми.
5. При возникновении не понятной или не знакомой ситуации, как я поступлю.

**Апрель.**

1. Моделирование реальной ситуации « Поездка в другой населенный пункт».
2. Мое поведение в общественном транспорте.
3. Моделирование реальной ситуации « Посещение рынка».
4. Эмоциональное развитие людей с нарушением интеллекта с использованием шедевров мировой живописи ( По картине Васницова « Аленушка у пруда».
5. Мир современной профессии.

**Май.**

1. Что я знаю о профессии.
2. Кем бы я поработал и почему я выбрал эту профессию.
3. Что может помешать в выборе профессии и почему.
4. Руками работа, душе радость.
5. Моделирование реально ситуации « Первый день моей работы».

**Июнь.**

1. Сделать правильный выбор.
2. Как устранить возможные страхи в непонятной ситуации.
3. Круглый стол « Общение с близкими людьми».
4. Тренинг: « Мой дом и его жители».
5. Промежуточный анализ и оценка эффективности проекта.

**Июль.**

1. Эмоциональное развитие людей с нарушением интеллекта с использованием шедевров мировой живописи Тециан « Кающееся Мария Магдалина».
2. Тренинг: « Цвета моего настроения».
3. Просмотр кинофильма « 1+ 1».
4. Какие положительные качества людей показаны в фильме.

**Август.**

1. Предложить ситуацию и поставить перед необходимостью искать выход из сложившейся ситуации.
2. Навыки общения , которые бывают необходимы при посещении различных учреждений и организации.
3. Мое поведение дома.
4. Общение с членами семьи.

**Сентябрь.**

1. Эмоциональное развитие не дееспособных граждан с использованием шедевров мировой живописи И. Айвазовский « Девятый вал».
2. Тренинг: « Поломанный телефон».
3. Рисунок: « Мои страхи».
4. Моделирование ситуации « Ведение домашнего хозяйства».

**Октябрь.**

1. Эмоциональное развитие людей с ОВЗ с использованием шедевров мировой живописи М. В.Нестеров « Живопись».
2. Моделирование ситуации « Я на почте».
3. Отправление письма или посылки.
4. Правильное общение по телефону.

**Ноябрь.**

1. Эмоциональное развитие людей с нарушением интеллекта с использованием мировой живописи В. Васнецов « Богатыри».
2. Тренинг: « Дерево, дом, человек».
3. Просмотр кинофильма « 2+ 1».
4. Обсуждение фильма.

**Декабрь.**

1. Мой темперамент, моя профессия.
2. Круглый стол: « Сделать правильный выбор».
3. Моделирование ситуации « Я устраиваюсь на работу».
4. Рисунок « Моя работа».

**2023год.**

**Январь.**

1.Тренинг: « Здравствуй, я тебе рад»,(помочь раскрепоститься и войти в атмосферу доверия).

2.Тренинг: « Круг уверенности».

3.Моделирование ситуации: « Оформление документов».

4.Мое поведение в общественном транспорте.

**Февраль.**

1.Ролевая игра: « Барьеры в общении».

2.Тренинг: « Найти свое место».

3.Моделирование ситуации: « Как обратиться в больницу за помощью».

4.Рисунок: « Мои желания».

**Март.**

1.Круглый стол: « Мое место в коллективе».

2.Просмотр кинофильма « Временные трудности».

3.Обсуждение фильма.

4.Рисунок: « Мое сердце».

**Апрель.**

1.Просмотр кинофильма: « Сильнее».

2.Обсуждение фильма.

3.Тренинг: « Разговор через стекло».

4.Знакомство с картиной И. Ендогурова « Дождь».

**Май.**

1.Эмоциональное развитие с помощью картины И. Шишкина « Утро в сосновом лесу».

2.Круглый стол: « Мои проблемы».

3.Мой внутренний мир.

4.Слепить из пластилина свою проблему.

**Июнь.**

1.Преодоление страха в нутрии себя.

2.Помоги другу.

3.Ролевая игра: « Накрываем праздничный стол».

4.Мои гости и беседа за столом.

**Июль.**

1.Тренинг « Магический квадрат».

2.Просмотр кинофильма « Любовь с ограничениями».

3. Обсуждение положительных моментов в фильме.

4.Рисунок: « Моя семья».

**Июль.**

1.Помочь другому человеку в трудную минуту.

2.Тренинг: « Сигнал».

3.Индивидуальные беседы.

4.Слипить из пластилина сердце.

**Август.**

1.Просмотр кинофильма « Свобода быть собой».

2.Тренинг: « Подари цветок и скажи, почему…».

3.Моделирование ситуации: « Встреча двух друзей».

4.Чувство сопереживания.

**Сентябрь.**

1.Прсмотр кинофильма « В плену обмана».

2.Что бы я изменил в своей жизни.

3.Моя самая большая мечта.

4.Тренинг: « Понимание».

**Октябрь.**

1.Круглый стол « Мои положительные качества».

2.Индивидуальные беседы.

3. Как бы я поступил, если бы я…

4.Рисунок « Мой отдых на природе».

**Ноябрь.**

1.Тренинг: « Письмо другу».

2. Тренинг: « Письмо самому себе».

3.Чувство обиды и его причины.

4.Уметь прощать обиду.

**Декабрь.**

1.Тренинг: « Подарок соседу».

2.Пожелания близкому человеку.

3.Слипить из пластилина подарок другу.

4.Просмотр кинофильма « Море внутри».

**2024год.**

**Январь.**

1.Круглый стол: « Общение с друзьями».

2.Индивидуальная беседа.

3.Рисунок « Мой мир без тревог».

4.Моделирование ситуации « Сопереживание другу».

**Февраль.**

1.Моделирование ситуации « Вызвать такси».

2.Тренинг: « Передай другому».

3.Индивидуалые беседы.

4.Рисунок « Мой двор».

**Март.**

1.Знакомство с чувством робости.

2.Рисунок « мое любимое животное».

3.Как помогает природа человеку.

4.Моделирование ситуации « Очередь в магазине».

**Апрель.**

1.Тренинг: « Жизнь в темноте».

2.Гороскоп и человек.

3.Какое чувство я испытываю, когда помогаю другим людям.

4.Рисунок « Рабочие руки».

**Май.**

1.Моделирование ситуации « Мой первый рабочий день».

2.Ролевая игра: « Бюджет семьи».

3.Круглый стол: « Как бы я потратил свои деньги».

4.Тренинг: « Цепочка».

**Июнь.**

1.Контролировато свои эмоции во время разговора с незнакомыми людьми.

2.Моделирование ситуации « Покупка билета на автобус в другой город».

3.Тренинг: « Персональная карта».

4.Рисунок « Ясное небо».

**Июль.**

1.Моделирование ситуации « Оплата Проезда в такси».

2.Мои страхи в незнакомой обстановке.

3.Помощь другу.

4.Рисунок « Цветок счастья».

**Август.**

1.Правельная реакция на негативное поведение собеседника.

2.Как я воспринимаю окружающий меня мир.

3.положительные эмоции во время общения с незнакомыми людьми.

4. Рисунок « Природа и я».

**Сентябрь.**

1.Моделирование ситуации « Мое поведение в общественных местах».

2.Похвала. Как выразить, похвалу другому человеку.

3.Повторения понятия горе.

4.Как помочь человеку в преодолении горя.

**Октябрь.**

1.Знакомство с чувством отвращения.

2.Беседа на тему: « Мои будни».

3.Круглый стол « Помогаем другу».

4.Слипить свою агрессию из пластилина.

**Ноябрь.**

1.Повторение знаний об изученных эмоциях.

2.Индивидуальные беседы.

3. Рисунок « Мои любимые времена года».

4.Тренинг: « Цветик семицветик».

**Декабрь**

1.Круглый стол « Что я умею делать».

2.В каких ситуациях я нуждаюсь в помощи.

3.Рисунок « Этот мир прекрасен ».

4.Анализ перспективности дальнейшего развития проекта.

**Ожидаемые результаты**

- улучшение эмоционального состояния людей с ОВЗ и не дееспособных граждан,

- развитие коммуникативных навыков людей с нарушением интеллекта,

- гармонизация отношений с окружающими людьми,

- Подготовка не дееспособных граждан и людей с ОВЗ к самостоятельной жизни и труду в обществе.

- Приобретение практических умений позволяющих адаптироваться в быту в соответствии с нормами и правилами общественной жизни.

- Формирование практических навыков и умений, а так же правильные стереотипы поведения в конкретной ситуации.

**Дальнейшее развитие проекта**

Получив данные в результате анкетирования, были определены основные направления предстоящей работы над проектом. В дальнейшем планируется проводить « Круглый стол», тренинги и индивидуальные беседы с не дееспособными гражданами и людьми с ОВЗ, они могут беспрепятственно и конфиденциально задать интересующие вопросы и получить квалифицированную консультацию специалистов. Организовать кружковую деятельность под руководством психолога и специалистов по реабилитационной работе, направленную на гармонизацию отношений в коллективе.