

**Методические рекомендации по тематическому
плану занятий социальной технологии
«Школа реабилитации и ухода»**

Казань – 2019

Введение

В данных методических рекомендациях представлен тематический план занятий социальной технологии «Школа реабилитации и ухода», в которых представлены вопросы для рассмотрения, список литературы для подготовки к занятиям специалистов и самостоятельного изучения обучающимися.

Курсовое обучение включает:

- проведение групповых занятий (лекции, семинары, тренинги, практические занятия) согласно тематическому плану. Темы занятий могут корректироваться в зависимости от запроса обучающихся;
- проведение индивидуальных занятий, которые проводятся исходя из потребности обучающихся в Школе.

Примерный численный состав группы 6-8 человек.

Периодичность занятий 1-3 раза в неделю.

Продолжительность одного занятия 1,5-2 часа.

Примерная продолжительность курса обучения 14-20 дней.

Обучение в Школе проводится по программе, которая разрабатывается с учетом состава целевой группы, запросов обучающихся и имеющихся ресурсов (кадровых и материально-технических). Преподаватели Школы:

- специалисты по социальной работе УСО;
- медицинские работники УСО (врачи, медсестры);
- психологи;
- юристы;
- привлеченные (по договорам) специалисты других учреждений социального и медицинского обслуживания.

Примерная программа «Школы реабилитации и ухода»

1 занятие:

1. Открытие Школы.
2. Нравственные аспекты в уходе за:
 - гражданами пожилого возраста;
 - инвалидами трудоспособного возраста;
 - детьми и подростками с ОВЗ.
3. Основы геронтологии.
4. Специфические проблемы здоровья и течение различных заболеваний.

Рекомендуемый список литературы:

1. Журавлева, Т.П. Основы гериатрии: Учебное пособие / Т.П. Журавлева. - М.: Форум, 2016. - 271 с.
2. Погодина А. Б. Основы геронтологии и гериатрии / А.Б. Погодина, А.Х. Газимов. М.: Феникс, 2015. - 256 с.
3. Шишкин А. Н. Гериатрия / А.Н. Шишкин, Н.Н. Петрова, Л.А. Слепых. - М.: Академия, 2017. - 192 с.
4. Основы геронтологии. Общая гериатрия. Под ред. В.Н. Ярыгина, А.С. Мелентьева. ГЭОТАР-Медиа, 2010. - 715 с.
5. Титов Д.С. Социальная геронтология: учебное пособие. Томск: Томский филиал Академии права и управления ФСИН России, 2006. – 106 с.
6. Холостова Е.И. Социальная работа с инвалидами: учеб. пособие / Е.И. Холостова. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Дашков и Ко, 2013. – 238 с.

Электронные источники:

1. URL: <https://helpiks.org/8-72918.html> (Дата обращения: 29.08.19)
2. URL: <http://ageing-not.narod.ru/> (Дата обращения: 29.08.19)
3. URL: <http://sciencevsaging.org/> (Дата обращения: 29.08.19)
4. URL: <http://medline.ru/public/uspechi-ger/> (Дата обращения: 29.08.19)

2 занятие:

1. Психовозрастные особенности поведения подопечных. Обучение психологическим аспектам, связанным с разрешением семейных конфликтов. Профилактика стрессовых состояний.
2. Формы и принципы оказания психологической поддержки подопечным. Оказание психологической поддержки ухаживающим.

Рекомендуемый список литературы:

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учебное пособие для студентов вузов. – 4-е изд. – М.: Академический Проект, 2013. – 670 с.

2. Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие для студентов всех специальностей педагогических вузов. – М.: Педагогическое общество России, 2013. – 512 с.
3. Краснова О.В. Социальная психология старения: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений / О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. – М.: Изд. центр «Академия», 2012. – 288 с.
4. Курбатов В.И. Социальная работа: учебн. пособие для студентов вузов. Изд.2-е./В.И. Курбатов, Ростов-на-Дону: Феникс, 2015. – 156 с.
6. Психология развития и возрастная психология. Учебное пособие. Самыгин С., Столяренко Л., Пономарев И. и др., Феникс, РнД, 2019. – 315 с.

Электронные источники:

1. URL: <https://psyhelp24.org/blizkii-tayjelo-zabolel/#psihologicheskaya-romosch-bolnim>. Статья «Психологическая помощь больным и их близким: если ваш близкий тяжело заболел». (Дата обращения: 09.08.19)
2. URL: <http://neinvalid.ru/pyat-stadij-vozvrashheniya-sovety-psixologa-dlya-rodstvennikov-lyudej-s-invalidnostyu/> Статья «Пять стадий возвращения: советы психолога для родственников людей с инвалидностью». (Дата обращения: 09.08.19)

3 занятие:

1. Принципы выстраивания взаимодействий между подопечным и гражданином, осуществляющим за ним уход. Развитие навыков бесконфликтного общения, формирование позитивного отношения к жизни. Развитие эмпатии у ухаживающих.
2. Взаимодействие при нарушениях вербальной коммуникации. Поиск альтернативных способов.

Рекомендуемый список литературы:

1. Сорокина Е.Г. Конфликтология в социальной работе: Учебник для бакалавров/ Е.Г. Сорокина, М.В. Вдовина. – М.: Дашков и К, 2016. – 284 с.
2. Кильмашкина Т.Н. Конфликтология. Социальные конфликты: Учебник / Т.Н. Кильмашкина. – М.: ЮНИТИ, 2013. – 287 с.
3. Иванова О.А. Конфликтология в социальной работе: Учебник и практикум для академического бакалавриата / О.А. Иванова, Н.Н. Суртаева. – Люберцы: Юрайт, 2016. – 282 с.
4. Кнапп М.Л. Невербальные коммуникации. М.: Наука, 2014. – 308 с.

5. Поваляева М.А. Невербальные средства общения. М.: Ростов-на-Дону «Феникс», 2014. – 352 с.
6. Альтернативная коммуникация. Технологии невербальной коммуникации. Информационно-методические материалы / под ред. В. Л. Рыскиной. – СПб.: СПб ГБУ «Городской информационно-методический центр «Семья», 2018. – 28 с. – (Библиотека специалиста учреждения социального обслуживания. Методы и технологии реабилитации).
7. Парновский Т. Хорошие практики в уходе за пациентами со слабоумием // Форум долгосрочной опеки. 2015. – № 5. – С. 21–22.
8. Гремякова Т.А. Боль у дементных больных // Форум долгосрочной опеки. 2018. – № 2. – С. 13–18.

Электронные источники:

1. URL: <https://fb.ru/article/306223/kak-razvit-empatiyu-uprajneniya-i-vidyi-empatii> (Дата обращения: 02.09.19)
2. URL: <https://cyberpedia.su/10xcb26.html> (Дата обращения: 02.09.19)
3. URL: https://vuzlit.ru/947136/verbalnyu_sposob_obscheniya (Дата обращения: 02.09.19)
4. URL: <http://medpsy.ru>. Болучевская В.В., Павлюкова А.И. Общение врача: вербальная и невербальная коммуникация. (Лекция 2) [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2011. № 2. (Дата обращения: 02.09.19)
5. URL: <http://www.memini.ru> (Сообщество людей, ухаживающих за пациентом с деменцией). (Дата обращения: 20.08.19)

4 занятие:

1. Рекомендации по уходу за подопечными, страдающими хроническими заболеваниями.
2. Правила оказания первой доврачебной помощи.

Рекомендуемый список литературы:

1. Уход за ослабленными больными пожилыми людьми. Российские рекомендации. – М.: Человек, 2018. – 224 с.
2. Демичев С.В. Первая доврачебная помощь при травмах и заболеваниях. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. – 158 с.
3. Ваш семейный доктор. Уникальный домашний справочник. Более 1000 советов и рекомендаций по оказанию первой медицинской помощи в домашних условиях. – М.: Белфакс Медиа, 2011. – 280 с.
4. Захаренко, О.В. Неотложная медицинская помощь. Симптомы, первая помощь на дому / О.В. Захаренко. – М.: Книга по Требованию, 2010. – 288 с.

Электронные источники:

1. URL: <https://zabota-doma.ru/> (Дата обращения: 29.08.19)
2. URL: <https://www.miloserdie.ru/article/sredstva-uhoda-za-lezhachimi-pozhilymi-lyudmi-kratkij-gid/> (Дата обращения: 29.08.19)
3. URL: <https://lezhachi-bolnoi.ru/> (Дата обращения: 29.08.19)
4. URL: <http://www.meduhod.ru/> (Дата обращения: 29.08.19)
5. URL: <http://www.neuro-ural.ru/videokanal.html> (Дата обращения: 29.08.19)

5 занятие:

1. Уход за людьми с ограниченной способностью к самообслуживанию.

Рекомендуемый список литературы:

1. Уход за ослабленными больными пожилыми людьми. Российские рекомендации. – М.: Человек, 2018. - 224 с.
2. Методические рекомендации по оказанию социально-бытовых услуг при реализации технологий ухода получателям социальных услуг с недостаточностью самостоятельного ухода. Благотворительный фонд «Старость в радость», 2018.
3. Общий уход за больными. Л.А. Фролов. – Минск: ООО «Новое знание», 2012. – 117 с.

Электронные источники:

1. URL: <https://zabota-doma.ru/> (Дата обращения: 29.08.19)
2. URL: <https://www.miloserdie.ru/article/sredstva-uhoda-za-lezhachimi-pozhilymi-lyudmi-kratkij-gid/> (Дата обращения: 29.08.19)
3. URL: <https://lezhachi-bolnoi.ru/> (Дата обращения: 29.08.19)
4. URL: <http://www.meduhod.ru/> (Дата обращения: 29.08.19)
5. URL: <http://www.neuro-ural.ru/videokanal.html> (Дата обращения: 29.08.19)

6 занятие:

1. Уход за лежачими больными. Профилактика пролежней. Уход за больными со стомами.

Рекомендуемый список литературы:

1. Протокол ведения больных. Пролежни. Отраслевой стандарт ОСТ 91500.11.0001-2002. Приказ Минздрава РФ от 17 апреля 2002 г. №123.
2. Милич, М. Учебное пособие по специальному уходу за больными / М. Милич, С. Лапченко, В. Поздняков. - М.: Медицина, 2016. - 360 с.
3. Померанцев, В.П. Уход за больными на дому / В.П. Померанцев. - Москва: Машиностроение, 2015. - 426 с.

4. Полный справочник по уходу за больными. Е. Ю. Храмова, 2013. - 320 с.
5. Обучение навыкам ухода: Учебно-методическое пособие для преподавателей. - Екатеринбург, 2011. - 180 с.
6. Уход за ослабленными больными пожилыми людьми. Российские рекомендации. – М.: Человек, 2018. - 224 с.

Электронные источники:

1. URL: <https://zabota-doma.ru/> (Дата обращения: 29.08.19)
2. URL: <https://www.miloserdie.ru/article/sredstva-uhoda-za-lezhachimi-pozhilymi-lyudmi-kratkij-gid/> (Дата обращения: 29.08.19)
3. URL: <https://lezhachi-bolnoi.ru/> (Дата обращения: 29.08.19)
4. URL: <http://www.meduhod.ru/> (Дата обращения: 29.08.19)
5. URL: <http://www.neuro-ural.ru/videokanal.html> (Дата обращения: 29.08.19)

7 занятие:

1. Помощь людям с ограниченной способностью к передвижению. Основные правила техники передвижения.
2. Применение пассивных упражнений.

Рекомендуемый список литературы:

1. Айшервуд М.М. Полноценная жизнь инвалида / М.М. Айшервуд. – М.: Педагогика, 2017. – 871 с.
2. Басов Н.Ф. Социальная работа с инвалидами / Николай Федорович Басов. – М.: КноРус медиа, 2017. – 984 с.
3. Ткаченко В.С. Медико-социальные основы независимой жизни инвалидов / В.С. Ткаченко. – М.: Дашков и Ко, 2017. – 382 с.
4. Методические рекомендации: «О потребностях в помощи различных групп инвалидов при оказании услуг на объектах социальной инфраструктуры». ООО «Всероссийское общество инвалидов». Москва, 2014. – 29 с.
5. Вайнер Э.Н. Лечебная физическая культура / Э.Н. Вайнер. – М.: Флинта, Наука, 2009. – 424 с.
6. Клепацкая Л.Б. Внимание, мышление, речь. Комплекс упражнений (грубая форма афазии). Часть 1. Работа над пониманием обращенной речи / Л.Б. Клепацкая. - М.: Секачев В. Ю., 2012. – 120 с.
7. Коновалов С.С. В движении – здоровье! Три комплекса упражнений вместо таблеток. Возраст - не помеха / С.С. Коновалов, Д.Е. Чесноков. – М.: Прайм-Еврознак, 2013. – 208 с.

9. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: Учебное пособие / С.П. Евсеев и др. – М.: Советский спорт, 2014. – 298 с.
10. Попов С.Н. Лечебная физическая культура: Учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасева. – М.: ИЦ Академия, 2013. – 416 с.

Электронные источники:

1. URL: <https://zabota-doma.ru/> (Дата обращения: 29.08.19)
2. URL: <https://www.miloserdie.ru/article/sredstva-uhoda-za-lezhachimi-pozhilymi-lyudmi-kratkij-gid/> (Дата обращения: 29.08.19)
3. URL: <https://lezhachi-bolnoi.ru/> (Дата обращения: 29.08.19)
4. URL: <http://www.meduhod.ru/> (Дата обращения: 29.08.19)
5. URL: <http://www.neuro-ural.ru/videokanal.html> (Дата обращения: 29.08.19)
6. URL: <https://uhod-i-zabota.ru/artikles/uprazhneniya-dlya-lezhachih-bolnyh> (Дата обращения: 29.08.19)
7. URL: <https://www.ovirton-med.ru/stati/passivnaya-gimnastika-dlya-lezhachih-bolnyh.html> (Дата обращения: 29.08.19)
8. URL: <http://patronageservice.ru/information/news/8-post-format-gallery-multiple-images.html> (Дата обращения: 29.08.19)

8 занятие:

1. Работа со страхами, переживаниями, страданиями, апатией, депрессией. Методы профилактики и коррекции.
2. Обучение техникам релаксации, снятия напряжения, раздражительности у обеих сторон.

Рекомендуемый список литературы:

1. Венгер А. Л. Психологическое консультирование и диагностика / А. Л. Венгер. - М.: Генезис, 2015. - 128с.
2. Бунькова К. М. Депрессии и неврозы / К. М. Бунькова; под ред. М. А. Кинкулькиной. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. - 176 с.
3. Иванец Н.Н. Аффективные расстройства позднего возраста: новые возможности психометрической оценки, диагностики и терапии / Н.Н. Иванец, Т.И. Авдеева, М.А. Кинкулькина. – М.: МЕДПРАКТИКА–М, 2014. – 544 с.
4. Гринберг Д., Падески К. Управление настроением: методы и упражнения. СПб.: Питер, 2008. – 224 с.

5. Эмми ван Дорцен. Психотерапия и поиски счастья. Пер. с английского., – М.: ИОИ. – 2015. – 296 с.
6. Той, Фиона Искусство расслабления: релаксация / Фиона Той. - М.: Ниола-Пресс, 2012. – 64 с.
7. Уильямсон, К. 52 легких способа идеальной релаксации / К. Уильямсон. - М.: Центрполиграф, 2011. – 192 с.
8. Ефимова Н.С. Психология общения. Практикум по психологии: Учебное пособие Н.С. Ефимов. – М.: ИД ФОРУМ, НИЦ ИНФА- М, 2013. – 192 с.
9. Профилактика эмоционального выгорания специалистов учреждений социального обслуживания: методическое пособие. – Казань: Изд-во «Отечество», 2014 г. – 116 с.

Электронные источники:

1. URL: <https://4brain.ru/blog> (Дата обращения: 29.08.19)
2. URL: <https://provozrast.ru/psychology/> (Дата обращения: 29.08.19)
3. URL: <http://depressia.info/depressija-v-pozhilom-vozhraze/> (Дата обращения: 29.08.19)
4. URL: <http://www.whogis.com/campaigns/world-health-day/2017/videos/ru/> (Дата обращения: 20.08.19)
5. URL: <http://lifeyes.info/what-is-depression> (Дата обращения: 20.08.19)

9 занятие:

1. Формирование мотивации для дальнейшего лечения и реабилитации.
2. Обучение созданию благоприятной обстановки и психологической атмосферы в семье, снятию последствий психотравмирующих ситуаций нервно-психической напряженности.

Рекомендуемый список литературы:

1. Амосов В.Н. Восстановление после операции. Лучшие методы реабилитации / В.Н. Амосов. - М.: Вектор, 2008. - 128 с.
2. Без права на реабилитацию. - М.: Киевское Историческое Общество, 2006. - 634 с.
3. Ивков Н.Н. Условия и динамика разрешения ценностных противоречий в зрелости / Н. Н. Ивков. – М.: Перспектива, 2012. – 240 с.
4. Крюкова Т.Л. Кому и когда нужен «копинг»: роль совладания в социальном поведении / Т.Л. Крюкова // Социальная психология: Практика. Теория. Эксперимент. Практика. – 2010. – С.118 – 120.
5. Морозова Е.В. Социально-психологическая адаптация личности, находящейся в условиях инвалидизирующего заболевания: автореф.дис. канд. психол.наук: 19.00.05 / Е.В. Морозова; Ярославский гос. ун-т им. П.Г. Демидова. – Ярославль, 2008. – 26 с.

6. Немчин Т.А. Состояние нервно-психического напряжения / Т.А. Немчин. – Л.: Издательство Ленинградского университета, 2013. – 187 с.
7. Ефимова Н. С. Психология общения. Практикум по психологии: Учебное пособие Н. С. Ефимов. – М.: ИД ФОРУМ, НИЦ ИНФА- М, 2013. – 192 с.

Электронные источники:

1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/v/motivatsiya-k-lecheniyu-upatsientov-s-razlichnymi-somaticeskimi-zabolevaniyami>. (Дата обращения: 02.09.2019)
2. URL: https://www.youtube.com/watch?time_continue=5&v=FaW9lfB21Is (Дата обращения: 02.09.2019)
3. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=W8bSg8hl9J8> (Дата обращения: 02.09.2019)
4. URL: https://www.youtube.com/watch?v=bm_9yrZjvs8 (Дата обращения: 02.09.2019)
5. URL: <https://www.ivy.ru/watch/133305> Фильм «Движение вверх» (Дата обращения: 02.08.2019)
6. URL: <http://psylab.info> ТОБОЛ. Методика «Тип отношения к болезни» (Дата обращения: 02.08.2019)

10 занятие:

1. Принципы построения взаимодействия между гражданами, осуществляющими уход, различными учреждениями и организациями в зависимости от потребностей подопечных.
2. Правовые основы социальной поддержки подопечных с различными учреждениями района.
3. Подведение итогов.

Рекомендуемый список литературы:

1. ФЗ от 21.11.11 г. № 323 «Об основах охраны здоровья граждан в РФ».
2. ФЗ 28.11.13. № 442 «Об основах социального обслуживания граждан в РФ».
3. Постановление Кабинета Министров Республики Татарстан от 31 декабря 2014 года № 1100 «Об утверждении Порядка предоставления социальных услуг поставщиками социальных услуг в стационарной форме социального обслуживания в Республике Татарстан».