

Департамент социального развития
Ханты – Мансийского автономного округа - Югры
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ХАНТЫ – МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИЙ ИНТЕРНАТ»



п.г.т.Излучинск 2019г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

Данные о проекте	
Название проекта	Технология «Тренировочная комната» (далее – ТК)
Разработчик проекта	Мусина С.Д., Спиридонова Л.Н. - методисты
Исполнитель проекта	Сотрудники учреждения
Цель	Создание условий для подготовки к самостоятельной жизни, социальной адаптации и успешной интеграции в общество получателей социальных услуг (в том числе и с ограниченными возможностями здоровья).
Задачи	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оборудовать ТК (кухонная зона с бытовой электроплитой, раковиной, кухонной мебелью, холодильником, гостиная зона); 2. Формирование/восстановление у получателей социальных услуг навыков социально-бытовой ориентированности, самообслуживания в ТК; 3. Формирование умений и развитие навыков безопасного поведения в обществе, финансовой грамотности.
Целевая группа	Инвалиды с психическими заболеваниями в стадии стойкой ремиссии, проживающие в БУ «Психоневрологический интернат».
Направления деятельности	Социальная реабилитация в тренировочной комнате предусматривает работу по 3-м направлениям: <ul style="list-style-type: none"> - самообслуживание - ведение домашнего хозяйства - социальное взаимодействие.
Формы работы	<p>Формы организаций мероприятий (занятий) могут быть комбинированными, теоретическими, практическими (тренировочными), диагностическими: беседа, объяснение, показ, повторение, тренировка, деловая игра, ролевая игра и др.</p> <p>Формы организации деятельности получателей социальных услуг (индивидуальные, групповые): практическое занятие, игра, тренинг, мозговой штурм, группы взаимоподдержки, обмен опытом, группы восстановления умений, выполнение плана работы и др.</p>
Методы работы	Управленческие, социально-педагогические, социально-психологические, социально-медицинские, исследовательские, организационные, практические.
Сроки реализации	1 год
Ожидаемый результат	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оснащённая необходимой мебелью и инвентарем ТК; 2. Самостоятельное владение навыками по самообслуживанию и овладение новыми навыками социально-бытовой ориентированности; 3. Выработка навыков безопасного поведения в обществе, навыка распоряжаться денежными средствами.
Краткое содержание	Программа представляет собой комплекс реабилитационных мероприятий, направленных на социально – бытовую, социально-средовую реабилитацию и интеграцию получателей социальных услуг в общество
Критерии эффективности	Доля участников программы, имеющих положительную динамику по отношению к общему количеству участников программы
Источники финансирования	Бюджетное учреждение «Психоневрологический интернат»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В современных социально-экономических условиях, особенно актуальна тема дальнейшей судьбы выпускников учреждений стационарного типа. В соответствии с Международной Конвенцией «О правах инвалидов», Российская Федерация прилагает существенные усилия для обеспечения законодательной основы повышения качества жизни людей с инвалидностью.

Вхождение выбывающих из интерната получателей социальных услуг в самостоятельную жизнь сопряжено с большими сложностями, такими как, обеспечение жильем, поиск работы, организация быта, питания, досуга, взаимодействие с широким социумом и другие.

В связи с этим специалистами интерната применяются различные технологии для обобщения и систематизации знаний, развития навыков практической деятельности в вопросах социальной реабилитации/абилитации инвалидов. Одной из таких технологий является инновационная технология «Тренировочная комната» (в том числе, для людей с особенностями развития).

Деятельность в тренировочной комнате осуществляется в рамках реализации инновационной технологии «Тренировочная комната», руководствуясь следующими нормативными и правовыми документами:

- ст. 19 Конвенции ООН о правах инвалидов (2012);
- ст. 44 Федерального закона от 02.07.1992 № 3185-1 (ред. от 03.07.2016) «О психиатрической помощи и гарантиях прав граждан при ее оказании» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2017);
- ст. 4 Федерального закона № 442-ФЗ (ред. от 07.03.2018г.) «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 01.12.2014 № 419-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам социальной защиты инвалидов в связи с ратификацией Конвенции о правах инвалидов»;
- Методические рекомендации по организации различных технологий сопровождаемого проживания инвалидов, утвержденные приказом Минтруда от 14.12.2017 № 847;
- Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Национальный стандарт РФ ГОСТ Р 53874-2010 «Реабилитация инвалидов. Основные виды реабилитационных услуг» (утв. приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 17.09.2010 г. № 254-ст).

Организация тренировочной комнаты стала логичным дополнением реабилитационной работы с пожилыми гражданами и инвалидами во время реализации индивидуальной программы жизнеустройства получателей социальных услуг и была обусловлена необходимостью объединения всех мероприятий в систему взаимосвязанных компонентов, направленных на достижение конечной цели - создание (восстановление) возможностей для самостоятельного социального функционирования и, в конечном итоге,

повышения качества жизни получателей социальных услуг.

Тренировочная комната (ТК) – это особая технология, которая создает специальную обучающую среду для социально-бытовой адаптации и социально-средовой ориентации граждан с различными видами ограничений жизнедеятельности.

I. ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

Получатели социальных услуг (далее ПСУ) с психическими заболеваниями в стадии стойкой ремиссии, проживающие в БУ «Психоневрологический интернат», которые соответствуют определенным критериям:

- группа инвалидности II гр.;
- с легкой степенью умственного нарушения (психическое заболевание в стадии стойкой ремиссии), без поведенческих нарушений, без необходимости постоянного поддерживающего лечения (психофармакотерапии);
- желание участвовать в технологии ТК;
- отсутствие медицинских противопоказаний (Приказ Министерства здравоохранения РФ от 29 апреля 2015 г. № 216н);
- высокий реабилитационный потенциал ПСУ (наличие способности к обучению).

II. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

Цель технологии ТК - создание условий для подготовки к самостоятельной жизни, социальной адаптации и успешной интеграции в общество ПСУ с ограниченными возможностями здоровья.

Задачи технологии:

1. Оборудовать ТК (кухонная зона с бытовой электроплитой, раковиной, кухонной мебелью, холодильником; гостиная зона);
2. Формирование/восстановление у ПСУ навыков социально-бытовой ориентированности, самообслуживания;
3. Формирование умений и развитие навыков безопасного поведения в обществе, финансовой грамотности.

Формы работы

Формы организаций мероприятий (занятий) могут быть комбинированными, теоретическими, практическими (тренировочными), диагностическими: беседа, объяснение, показ, повторение, тренировка, деловая игра, ролевая игра и др.

Формы организации деятельности получателей социальных услуг (индивидуальные, групповые): практическое занятие, игра, тренинг, мозговой штурм, группы взаимоподдержки, обмен опытом, группы восстановления умений, выполнение плана работы и др.

Методы работы (словесные, наглядные, практические)

1. Управленческие (административные): объяснение, диагностирование, планирование, прогнозирование, инструктирование, информирование, координирование, анализ и др.
2. Социально-педагогические: наблюдение, объяснение, диалог, рассказ, иллюстрация, убеждение, внушение, поощрение, формирование перспективы, задание, упражнение, тренировка, повторение, ситуации успеха, ролевая игра, деловая игра, анализ документов, самоанализ, рефлексия и др.
3. Социально-психологические: консультирование, тестирование, интервьюирование, биологической обратной связи, самоанализ, рефлексия и др.
4. Социально-медицинские: наблюдение, консультирование, диагностика, объяснение, демонстрация и др.
5. Исследовательские (опрос, анализ, анкетирование, собеседование), организационные (планирование деятельности, метод решения проблемной ситуации, информирование), практические (разъяснение, выполнение плана деятельности, обмен опытом, поощрение и др.).

III. СОДЕРЖАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Для участия в проекте ТК важно пройти через подготовительный этап в психоневрологическом интернате: участие в реализации индивидуальной программы по жизнеустройству в течение года.

Этапы реализации технологии:

I этап – организационный

На организационном этапе проводятся следующие мероприятия:

- проведение технических учеб для участников реализации технологии;
- разработка учебного плана и подбор инструментария;
- издание и распространение информационных материалов по работе ТК;
- ремонтные работы в отведенных помещениях;
- оснащение ТК.

II этап – практический

На практическом этапе осуществляется:

- определение оптимальных сроков реабилитации ПСУ на базе ТК в зависимости от функциональных нарушений;
- формирование обучающей программы и учебного плана;
- адаптивное обучение ПСУ;
- предоставление услуг по социально-средовой, социально-психологической, социокультурной реабилитации, социально-бытовой адаптации, рекомендации по созданию эргономичной среды ПСУ;
- психологическое и информационно-методическое сопровождение процессов социальной реабилитации/абилитации;
- диагностика: уровня зависимости ПСУ от посторонней помощи в повседневной жизнедеятельности; уровня сформированности компетенций, социально-бытовых навыков ПСУ;
- контроль качества предоставления социальных услуг;
- проведение корректирующих и предупреждающих действий;
- формирование и предоставление промежуточных отчетов.

III этап - аналитический

На аналитическом этапе подводятся итоги результатов реализации технологии, выявляются резервы и определяются способы оптимизации деятельности.

ТК будет включена в структуру БУ «Психоневрологический интернат» (далее - Учреждение).

Услуги в ТК предоставляются ПСУ бесплатно и на условиях частичной или полной оплаты в соответствии с законодательством автономного округа.

Эргономические особенности организации ТК

ТК должен представлять собой жилое помещение, соответствующее принципам организации эргономического пространства, так как она может использоваться как среда обитания для инвалидов и граждан с различными ограничениями жизнедеятельности. Она должна быть оснащена различными

специальными приспособлениями и оборудованием, адаптированной мебелью, бытовыми приборами и специализированным рабочим местом, отвечающими потребностям инвалидов.

ТК включает несколько обязательных зон (блоков):

- кухонно-бытовая зона;
- гостиная зона.

Прихожая должна предусматривать адаптированную дверную ручку во входной двери, специальное приспособление для поворота дверного ключа, оборудование мебелью (шкаф для одежды, банкетка) и вешалками, доступными для инвалида, пользующегося креслом-коляской, различными приспособлениями для одевания, раздевания и захвата предметов (рожками для обуви и приспособлениями для снятия ботинок, держателями одежды, крюками для одевания и раздевания, захватом для поднятия предметов с пола, доставания их с полки и др.).

Гостиная зона включает в себя раскладной диван, который оснащен модифицированной прикроватной тумбой, горизонтальным и вертикальным поручнями для самостоятельного вставания в постели; шкаф для одежды. Должен быть предусмотрен набор приспособлений для открывания-закрывания штор, форточек (фрамуг), приспособления для застегивания пуговиц.

С целью восстановления двигательной активности рук, развития подвижности суставов, укрепления мышц и тренировки мелкой моторики необходимо оборудовать зону практических занятий:

- тренажеры для разработки верхних и нижних конечностей;
- тренажеры для развития силы мышц пальцев, кисти, запястья, предплечья;
- массажеры, валики, мячики, эспандеры и др.

Кухонно-бытовая зона оснащена холодильником, электрической варочной поверхностью, микроволновой печью, вытяжкой, духовым шкафом, посудомоечной и стиральной машинами. Кухонная мебель, должна быть доступной для лиц с различными ограничениями жизнедеятельности (специально изготовленной мебель, приспособленная для пользования инвалидами-колясочниками). Кухонный стол должен иметь регулируемую высоту, что позволяет им пользоваться инвалиду в кресле-коляске или в специальном рабочем кресле (стуле).

Шкафы (напольный, навесной) необходимо оборудовать раздвижными дверцами, удобными широко захватными ручками-рычагами, неглубокими полками, имеющими большую площадь для свободного размещения кухонной утвари: сковородок, кастрюль, тарелок, кружек.

Мойка должна быть оборудована удобными рычажными кранами, оснащена щетками (на присосках) для мытья посуды, приспособлениями для чистки овощей.

Стол обеденный модифицированный необходимо дополнить специальной посудой.

Для всей мебели следует подбирать такие типы фурнитуры, пользование которыми осуществляется простым нажатием. Диапазон высот установки оборудования для инвалидов на кресле-коляске должен находиться в пределах

0,4-1,4 м.

На кухне должны быть:

- вспомогательные средства для приготовления пищи и напитков (средства для взвешивания и измерения, резки, рубки, чистки продуктов, бытовые электрические машины и др.);

- вспомогательные средства для ведения домашнего хозяйства (совки, щетки, губки, половые швабры и др.);

- вспомогательные средства для открывания бутылок, банок, для захвата и удержания, держатели щеток, хваталки;

- вспомогательные средства для помощи в еде и питье (термопот, чайник, специальные дозаторы сыпучих продуктов, специальные ножевые изделия, специальные кружки и стаканы, чашки и блюда, подносы, нажимные резак и др.).

Кухня в ТК Г-образной конфигурации с соблюдением норм «рабочего треугольника» (рабочая поверхность – мойка - электрическая варочная панель) и расположением обеденной группы (стол и стулья) в центре. (рис.1)



(рис.1)

Такое расположение позволяет передвигаться по кухне гражданам с различными ограничениями, в том числе и на кресле-коляске.

Наличие вспомогательных и технических средств реабилитации в период социально-бытовой реабилитации и адаптации в ТК помогает инвалидам в приобретении необходимых практических умений, способствующих достижению независимости в быту. В ТК получатели социальных услуг совершенствуют

навыки самостоятельного проживания при содействии сотрудников. Степень содействия со стороны сотрудника постепенно снижается, в то время как степень независимости обучаемого возрастает.

Таким образом, ТК, являясь специально организованным эргономичным пространством, с одной стороны, максимально приближенным к реальному жилью, с другой - насыщенным приспособлениями и оборудованием, делающими жизнь человека с ограниченными возможностями комфортной, расширила спектр предоставляемых инвалидам социально-реабилитационных и абилитационных услуг средствами проведения в ней мероприятий социально-бытовой адаптации и социально-средовой ориентации.

Принципы социального обслуживания в ТК

Социальное обслуживание в ТК основывается на соблюдении прав человека и уважении достоинства личности, носит гуманный характер и не допускает унижения чести и достоинства человека, а также основывается на следующих принципах:

- равный, свободный доступ граждан к социальному обслуживанию вне зависимости от их пола, расы, возраста, национальности, языка, происхождения, отношения к религии, убеждений и принадлежности к общественным объединениям;

- добровольность;
- конфиденциальность.

Социальное обслуживание в ТК

Социальное обслуживание получателей социальных услуг в ТК осуществляется в стационарной форме во время прохождения индивидуальной программы жизнеустройства.

Социально-бытовая адаптация и социально-средовая ориентация получателей социальных услуг в ТК осуществляется реабилитологами, инструкторами по труду, психологами.

Мероприятия социально-правового характера выполняются юрисконсультom, социально-медицинского характера – медицинским персоналом, а также мероприятия по повышению коммуникативного потенциала и социально-трудового характера – реабилитологами, инструкторами по труду и инструкторами по физической культуре.

Курс сопровождаемого учебного проживания может быть разным, в зависимости от потребностей получателей социальных услуг. От 4 месяцев до 1 года.

Социальная реабилитация в тренировочной комнате предусматривает работу по 3-м направлениям:

- самообслуживание
- ведение домашнего хозяйства
- социальное взаимодействие.

ПСУ обучаются навыкам самообслуживания, составления домашнего бюджета, ведения домашнего хозяйства, осуществления различных платежей (коммунальных, оплаты покупок в магазинах и др.), организации собственного

досуга.

Режим работы: ТК дневного пребывания (с 8.00 до 17.00).

Информация о ТК предоставляется гражданам бесплатно непосредственно в помещениях учреждения (стендовая информация), в средствах массовой информации, в раздаточных материалах, размещаемых в местах, доступных для получателей социальных услуг.

После зачисления в ТК получателям социальных услуг предоставляется информация о правах и обязанностях получателей социальных услуг, о видах услуг, которые оказываются в тренировочной комнате, сроках, порядке и условиях их предоставления, тарифах на эти услуги, их стоимости для ПСУ либо возможности получения их бесплатно.

ПСУ знакомятся с требованиями к эксплуатации мебели, оборудования, бытовой техники и вспомогательных устройств, технических средств реабилитации (далее - имущество), находящихся в ТК, и нормами техники безопасности, контролируют исполнение данных правил и норм при проведении социально-реабилитационных мероприятий, учитывают потребности и пожелания ПСУ согласно возможностям ТК. Также ПСУ проходят инструктажи (Инструкция по охране труда при работе в ТК – Приложение 1, Инструкция о мерах пожарной безопасности – Приложение 2), расписываются в Журнале инструктажей ТК.

Регистрация граждан, зачисленных в ТК, производится специалистами учреждения в Журнале регистрации ПСУ (Приложение 3), далее составляются графики проведения занятий в ТК.

Функциональные обязанности специалиста, осуществляющего выполнение мероприятий в тренировочной комнате для ПСУ, имеющих ограничения жизнедеятельности, в соответствии с ИППСУ:

- разрабатывает индивидуальные планы социально-реабилитационных мероприятий для каждого ПСУ в зависимости от существующих ограничений жизнедеятельности;

- проводит социально-реабилитационные мероприятия по обучению ПСУ пользованию имуществом ТК, оказывает необходимую практическую и консультативную помощь;

- контролирует выполнение плана мероприятий, прогнозирует и анализирует результаты социально-реабилитационного процесса, вносит, при необходимости, изменения и дополнения;

- оказывает доврачебную медицинскую помощь при неотложных состояниях получателей социальных услуг;

- вносит необходимые сведения в ИППСУ получателей социальных услуг, осуществляет ведение учета социальных услуг, оказанных ПСУ в условиях ТК, вносит информацию об оказанных социальных услугах в прикладное программное обеспечение «Автоматизированная система обработки информации» (далее – ППО АСОИ);

- вносит в соответствующие графы ИППСУ отметки о выполнении социальных услуг, делая запись: «выполнена», «выполнена частично», «не выполнена» (с указанием причины).

Этапы предоставления социальных услуг ПСУ в ТК

Специалисты, работающие в тренировочной комнате: реабилитолог, инструктор по труду, инструктор по физической культуре, психолог, юрисконсульт, медицинский персонал (врачи, медицинские сестры). Деятельность специалистов организуется поэтапно в соответствии с направлениями деятельности.

I этап. Диагностический.

Диагностика и оценка состояния ПСУ начинается со сбора данных и включает:

1. Наблюдение специалиста за действиями получателя социальных услуг.
2. Опрос близкого окружения ПСУ (заведующий отделением, лечащий врач, медицинские сестры отделения).
3. В ходе первых двух недель проводится диагностическое тестирование с целью выявления изначального уровня активности ПСУ, областей его жизнедеятельности, требующих абилитационной и реабилитационной работы (шкала оценки инструментальной деятельности в повседневной жизни (IADL), Приложение 4), уровня зависимости получателя от посторонней помощи в повседневной жизнедеятельности (шкала Бартела, Приложение 5), диагностика сформированности социально – бытовых навыков (Приложение 6).
4. Изучение документов и рекомендаций специалистов.
5. Анализ и интерпретацию данных.

Диагностика проводится 2 раза: в начале курса и по его окончанию. Диагностика является основой для написания характеристики.

II этап. Подготовительный.

Далее на основе диагностики на каждого ПСУ специалисты составляют характеристику (Приложение 7). Характеристика состоит из двух частей: в первой части содержатся общие сведения, социальная картина развития и индивидуальные особенности ПСУ, во второй части описательная оценка сформированности навыков самостоятельной жизни до и после обучения. Каждый раздел заполняет ответственный специалист.

Характеристика является основой для последующей разработки индивидуальной программы/плана обучения (ИПО) самостоятельному проживанию (Приложение 8). Работа над составлением ИПО ведется всеми специалистами, участвующими в деятельности тренировочной комнаты.

В ходе составления программы формулируются задачи обучения и детально излагается содержание по каждому направлению. Содержание программы обучения зависит от результатов диагностики. Специалистами выбираются наиболее приоритетные задачи для каждого конкретного ПСУ. С учетом индивидуальных возможностей программа обучения может включать разное количество часов на изучение раздела, комплексы занятий и различные формы и методы работы. На этом этапе участники знакомятся с режимом, новыми обязанностями, требованиями. Специалисты налаживают взаимоотношения в

группе, включают ПСУ в различные виды бытовой деятельности, наблюдают за обучающимися и при необходимости вносят изменения в индивидуальные программы в соответствии с календарным тематическим планом.

III этап. Практический.

На практическом этапе проводятся занятия. Проведение занятий направлено на обучение ПСУ навыкам самостоятельного проживания в быту и умений пользоваться вспомогательными средствами реабилитации. Специалисты оказывают только необходимую помощь обучающимся, чтобы закрепить правильное выполнение действий; учат проживающих самостоятельно без вербальной инструкции переходить от выполнения одной деятельности к другой, пользуясь визуальными опорами (расписанием). Также последовательность графических изображений (фотографии, пиктограммы, напечатанные слова) используются в качестве алгоритма при формировании новых действий (например, во время приготовления пищи или в процессе уборки), в ходе выполнения которых необходимо соблюсти определенный порядок выполнения операций и научиться работать самостоятельно, без подсказки от начала до конца.

В ходе реализации данного этапа специалисты регулярно проводят промежуточные диагностические мероприятия с целью определения эффективности реабилитации/абилитации, фиксации изменений, произошедших с получателем в результате формирования и закрепления в ТК навыков, компенсирующих двигательные ограничения, оценки качества его жизни, объема необходимой помощи в дальнейшем. На этом этапе часто наблюдается частичное снижение заинтересованности обучающихся в выполнении бытовых дел. Трудности вызваны неготовностью к более интенсивной нагрузке, дела, которые за них раньше делали другие люди, теперь необходимо выполнять самим. Одну из главных ролей на данном этапе играет психолог, который выявляет проблемы и помогает ПСУ находить пути их решения.

После выявления проблем или по окончании диагностики, анализируются полученные результаты и вносятся коррективы в план мероприятий (по мере необходимости).

IV этап. Аналитический.

На данном этапе осуществляется: оценка эффективности мероприятий и оценка эффективности собственной деятельности специалиста; разработка рекомендаций для ПСУ по окончании курса.

Контроль и управление

Общее руководство, в соответствии с матричной структурой управления, осуществляется директором Учреждения, непосредственно взаимодействующим с заместителями, заведующими структурными подразделениями, специалистами (рис. 2).

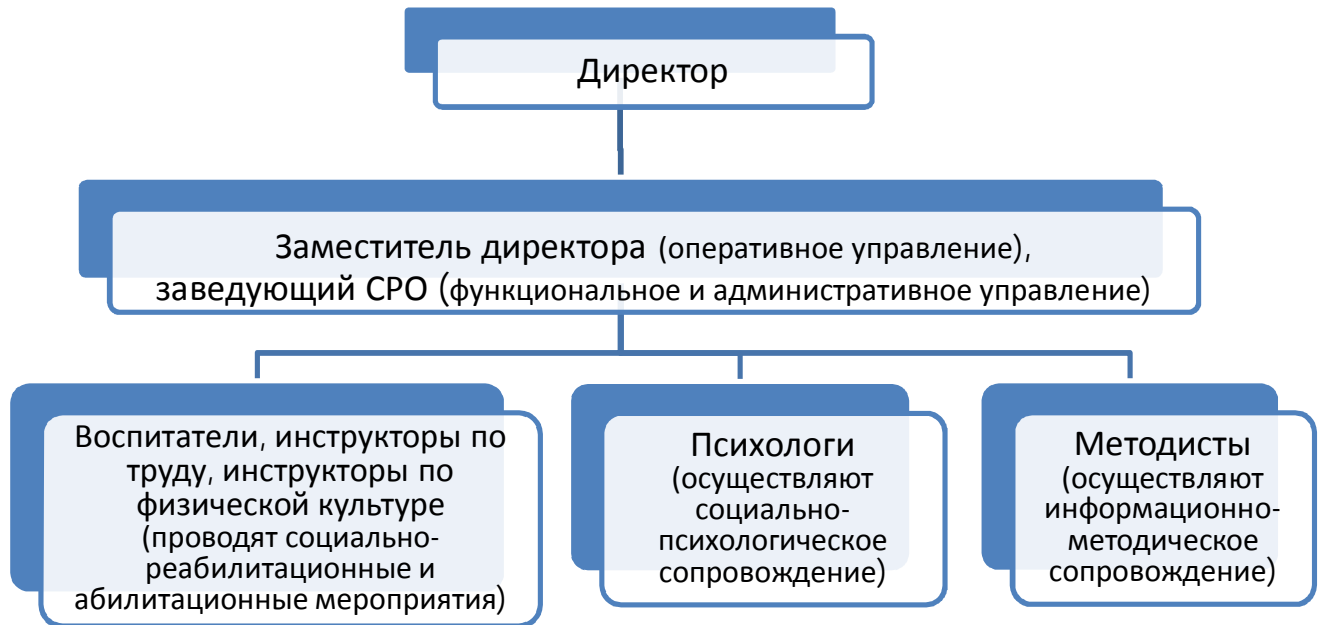


Рис.2 Структура управления

Матричная структура предусматривает разделение функций управления на:

- оперативные (распределение, использование, контроль и координация ресурсов, контроль качества предоставления социальных услуг и др.);
- функциональные (нормативно-методические решения, последовательность и выбор форм деятельности и др.);
- административные (обучение, режим и дисциплина труда, социальное развитие, мотивация и др.).

Оперативное управление осуществляется заместителями директора, а функциональное и административное - заведующими структурными подразделениями.

Адаптационное обучение в ТК

Социальная реабилитация осуществляется в соответствии с содержанием индивидуальной программы реабилитации и начинается с адаптивного обучения. Адаптивное обучение проводится в форме практикоориентированных занятий. Одной из важнейших задач успешной реабилитации является закрепление и повторение всех полученных навыков в условиях, приближенных к домашним, а также применение их в различных жизненных ситуациях.

Социальная реабилитация, представляющая собой курс адаптационного обучения, в соответствии с индивидуальной программой реабилитации/абилитации, по окончании которого инвалид приобретает знания, умения и навыки «жизни с ограничениями», проводится в различных формах и

включает сведения о:

- возникающих в результате нарушения здоровья ограничениях жизнедеятельности и связанных с ними социально-психологических, физиологических и экономических проблемах;

- возможных величинах физических и психических нагрузок и мероприятиях по изменению образа жизни;

- видах и формах социально-бытовой помощи инвалиду, способах ухода за инвалидом.

Находясь в ТК, оснащенной различными специальными приспособлениями и оборудованием, адаптированной мебелью, бытовыми приборами, регулярно выполняя необходимые бытовые манипуляции (ориентирование в жилом помещении, действия по самоуходу, приготовление пищи и уборка, совершенствование навыков работы с бытовой техникой, персональным компьютером, др.), справляясь с возникающими объективными и субъективными трудностями, получатель социальных услуг обучается независимому проживанию, при этом степень содействия ему в пределах ТК сотрудником постепенно снижается.

Занятия могут быть комбинированными, теоретическими, практическими (тренировочными), диагностическими. Допускается введение дополнительных тем, изменение количества часов, отведенных на ту или иную тему, в объеме до 15 % от содержания программных мероприятий. Количество занятий - 5 раз в неделю.

Методическое обеспечение

Раздел программы, тема	Форма занятия	Методы организации занятия	Дидактический материал	Техническое оснащение занятия	Форма подведения итогов
1	2	3	4	5	6
Раздел 1. Социально-бытовая адаптация					
1.1. Прихожая					
Инструктаж по технике безопасности (ТБ)	Инструктаж	Беседа	Инструкция по ТБ - 3 экз.		Опрос
Эргономика пространства прихожей	Комбинированное	Показ	-	Оборудование, мебель	-
Первичная социально-бытовая диагностика (оценка способностей и ограничений получателя)	Диагностическое	Опрос, тестирование	Опросник	Бумага, ручка	Анализ полученных результатов
Способы открывания и закрывания дверей	Интерактивное	Показ, повторение	1. Алгоритм действий при открывании входной двери 2. Алгоритм действий при открывании межкомнатных дверей	Ключ	
Способы надевания и снятия обуви	Интерактивное	Показ, повторение	Алгоритм действий	Средства малой реабилитации	
Рациональное использование пространства в гардеробной (шкафу)	Комбинированное	Обсуждение, показ	Способы размещения вещей в гардеробной, шкафу		
Способы организации эргономичного пространства прихожей по месту проживания получателя	Комбинированное	Беседа, обсуждение, показ	Рекомендации, макет	Бумага, карандаши, клей, ножницы	Творческий проект
1.2. Кухня					
Инструктаж по технике безопасности (ТБ): - для инвалидов по зрению; - для инвалидов-колясочников; - для граждан с двигательными ограничениями	Инструктаж	Беседа	Инструкция по ТБ - 3 экз.		Опрос
Эргономика пространства кухни	Комбинированное	Показ	-	Оборудование, мебель	-
Основы гигиены питания. Составление сбалансированного меню	Комбинированное	Обсуждение, показ	Правила составления сбалансированного меню	Бумага, ручка, таблица калорийности продуктов	

1	2	3	4	5	6
Обучение пользованию бытовыми приборами кухни (электроплита, духовой шкаф, микроволновая печь, термопот, посудомоечная машина)	Комбинированное	Показ, беседа	Алгоритм действий при использовании бытовыми приборами	Электроплита, духовой шкаф, микроволновая печь, термопот, посудомоечная машина	
Демонстрация применения специальных приспособлений для приготовления пищи	Интерактивное	Показ, повторение	Алгоритм действий при использовании специальных приспособлений	Доска разделочная, захват для открывания банок, нож с ограничителем, консервный нож, нож для чистки овощей	
Правила хранения продуктов, подготовка продуктов к использованию (беседа)	Теоретическое	Показ, беседа	Правила и способы хранения продуктов, подготовка к использованию	Компьютер, демонстрационный фильм	
Обучение основам приготовления пищи при помощи технических средств реабилитации	Практическое	Показ, повторение	Алгоритм действий при приготовлении пищи	ТСР, электрическая плита, термопот, духовой шкаф	
Обучение пользованию столовыми принадлежностями	Практическое	Показ, повторение	Алгоритм действий использования ТСР при приеме пищи	ТСР	
Обучение пользованию техническими средствами реабилитации для мытья посуды и кухонных принадлежностей, посудомоечной машиной	Практическое	Показ, повторение	Алгоритм действий использования ТСР при мытье посуды, при использовании посудомоечной машины. Правила хранения и использования моющих и иных средств (таблетки, порошок)	ТСР, моющие средства (таблетки, порошок), губки, салфетки, щетки	
Обучение пользованию утюгом, гладильной доской	Комбинированное	Показ, беседа	Алгоритм действий при использовании утюга, гладильной доски. Правила хранения и использования утюга	Утюг, гладильная доска, инструкции	
1.3. Жилая комната					
Инструктаж по технике безопасности (ТБ): - для инвалидов-колясочников; - для граждан с двигательными ограничениями	Инструктаж	Беседа	Инструкция по ТБ - 3 экз.		Опрос
Эргономика пространства жилой комнаты	Комбинированное	Показ		Оборудование, мебель	

Демонстрация и обучение пользованию техническими средствами реабилитации для самообслуживания и передвижения (диван)	Комбинированное	Показ	Алгоритм действий использования дивана	Диван, слайды, инструкции	
Обучение технике пересаживания с кровати на стул или в кресло-коляску	Комбинированное	Показ	Алгоритм действий использования кресла-коляски	Кресло-коляска, кровать, стул, слайды, инструкции	
Демонстрация и обучение пользованию бытовыми приборами (телевизор)	Интерактивное	Показ, повторение	Алгоритм действий использования бытовых приборов	Телевизор, инструкции	
Варианты оснащения жилого помещения техническими средствами реабилитации	Комбинированное	Беседа, обсуждение, показ	Рекомендации, макет жилой комнаты	Бумага, карандаши, клей, ножницы	
Мелкий ремонт одежды	Практическое	Показ, повторение	Алгоритм действий при ремонте одежды: - пришивание пуговиц; - выполнение швов	Нитки, иголки, ножницы	
Уход и гигиена жилого помещения	Практическое	Показ, повторение	Алгоритм действий при уборке жилого помещения	Ведро, тряпка, швабра	
Раздел 2. Социально-средовая реабилитация/абилитация					
Обучение социальным навыкам (пользование общественным транспортом, посещение магазина, аптеки, почты, прием гостей, др.)	Интерактивное (ролевая игра)	Показ, повторение	Сценарии ролевых игр. Рекомендации	Компьютер, слайды, демонстрационные фильмы	
Обучение персональной сохранности (хранение лекарственных препаратов, оказание первой помощи, вызов экстренных служб и др.)	Интерактивное (ролевая игра)	Показ, повторение	Правила хранения лекарственных препаратов. Алгоритм оказания доврачебной помощи	Сценарий ролевой игры, аптечка, телефон	
Обучение комплексу физических упражнений	Практическое	Показ, повторение	Правила выполнения физических упражнений. Рекомендации	Инструкции, иллюстрации, видеофильм	

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Айшервуд, М. М. Полноценная жизнь инвалида/М. М. Айшервуд. - Пер. с англ.- М. : Педагогика,1991.- 112 с.
2. Белопухов, А. К. Я - Спинальник (чуть медленнее, чем Andante) / А. К. Белопухов. - М. : КИИТ, 1993. - 224 с.
3. Аксельсон, П. Жизнь продолжается/П. Аксельсон // Болезнь и Я. Опыт медицинского справочника для всех. Выпуск 1. - Пермь: РИЦ «Здравствуй», 1996.
4. Вернер, Д. Реабилитация детей-инвалидов/Д. Вернер. - М. : Филантроп, 1995.
5. Волошин, В. Эргономика должна быть эргономной / В. Волошин. - М.: ЮНИТИ, 1999. - 235 с.
6. Дашкина, А. Трудотерапия и национальная система здравоохранения в Великобритании / А. Дашкина // Социальная работа. - 2001. - № 1 - С. 48-53.
7. Дориццы-Малер, Н. Я - живу: Попытка автобиографии: [Пер. с нем.] / Н. Дориццы- Малер. - Воронеж: ТОО «Траст», 1995. - 205 с.
8. Индолев, Л. Н. Жить в коляске / Л. Н. Индолев. - М., 2001. - 442 с.
9. Калмет, Х. Жилая среда для инвалида / Х. Калмет. - М.: Стройиздат, 1990. - 128 с.
10. Крупа, Т., Пакер, Т. Компенсация нетрудоспособности и инвалидности. Ч. 3 / Т. Крупа, Т. Пакер. - Екатеринбург, 1996. - 223 с.
11. Крупа, Т., Пакер, Т. Реабилитационная технология. Ч. 5/Т. Крупа, Т. Пакер. - Екатеринбург, 1996. - 121 с.
12. Литвак, И. Эргономика - заботливая наука / И. Литвак. - М., 1999. - 297 с.
13. Лукьяненко, Т. В. Здоровый позвоночник. Рецепты и рекомендации / Т. В. Лукьяненко. - Харьков: Книжный клуб «Клуб семейного досуга», 2008. - 153 с.
14. Ткаченко, В. С. Анализ социальных предпочтений у людей, имеющих инвалидность / В. С. Ткаченко // Вестник Северо-Кавказского государственного технического университета. - 2006. - № 4 (8). - С. 30-33.
15. Хансен, Р., Тейлор, Дж. Человек в движении/Р. Хансен, Дж. Тейлор. - М.: Прогресс, 1991.
16. Холостова, Е. И., Дементьева, Н. Ф. Социальная реабилитация/Е. И. Холостова, Н. Ф. Дементьева. - М.: Дашков и К°, 2006. - 340 с.
17. Штраус, О. Л. Дороги, пороги, диалоги: Воспоминания о марафоне. Не только воспоминания и не только о марафоне / О. Л. Штраус. - Пермь: Здравствуй, 1999. - 219 с.
18. Ярская-Смирнова, Е. Р. Социальное конструирование инвалидности/Е. Р. Ярская-Смирнова//Социологические исследования. - 1999. - № 4. - С. 38-45.

Инструкция по охране труда при работе в ТК

1. Общие требования охраны труда.

1.1. К самостоятельной работе в ТК допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, прошедшие соответствующую подготовку, инструктаж по охране труда и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Получатели социальных услуг (далее - получатели) должны входить в ТК только с разрешения специалиста (реабилитолог, психолог, инструктор по труду, инструктор по физической культуре, юристконсульт), соблюдать правила поведения, расписание занятий, установленные режимы труда и отдыха. Начинать занятия можно только с разрешения специалиста и по его первому требованию немедленно заканчивать.

1.3. При занятиях в ТК возможно воздействие следующих опасных факторов на получателей:

- порезы, травмы при неосторожном обращении с кухонной утварью;
- термические ожоги горячими предметами при приготовлении пищи;
- поражение электрическим током при работе с электробытовыми приборами;
- травмы при падении на скользкой поверхности.

1.4. При работе на электрической плите и стиральной машине используется диэлектрический коврик (при отсутствии заземления).

1.5. В помещении тренировочной комнаты должна быть медицинская аптечка для оказания первой помощи пострадавшему от несчастного случая.

1.6. Помещения и оборудование ТК должны содержаться в исправности и чистоте.

1.7. Получатели обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. В помещении ТК должен быть огнетушитель.

1.8. В процессе занятий получатели обязаны соблюдать правила личной гигиены.

1.9. Получатели, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, со всеми получателями проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

1.10. Для обеспечения независимой жизнедеятельности получателей в быту специалист обязан:

- перед началом занятий проверить исправность электроплит, стиральной машины и другого оборудования в ТК;
- обеспечить безопасное использование электрических плит, мойки, стиральной машины, электрического утюга и другого оборудования при проведении занятий в ТК;
- обеспечить устойчивость мебели и оборудования, имеющихся в ТК;
- исключить из использования непригодное оборудование;
- обучить получателей правильному и безопасному обращению с находящимся в ТК оборудованием и безопасным способам выполнения работ с применением данного оборудования, следить за соблюдением получателями мер безопасности;
- о возникших неполадках сообщить руководству Учреждения.

1.11. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить специалисту, который сообщает об этом руководству Учреждения.

2. Требования охраны труда перед началом работы.

Специалист обязан:

2.1. Включить полностью освещение в ТК, убедиться в исправной работе светильников.

2.2. Убедиться в исправности средств механизации, сантехнического оборудования и электрооборудования ТК (коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов).

2.3. Убедиться в наличии и исправности защитного заземления (зануления) корпуса электрической плиты и стиральной машины, наличии диэлектрического коврика на полу около них.

2.4. Убедиться в исправности полов и других поверхностей. При наличии на них препятствий, опасных и вредных веществ (пролитых жиров, осколков стекла и т. п.) немедленно их убрать, соблюдая меры безопасности.

2.5. Убедиться в том, что средства гигиены находятся в дозаторах и закреплены на стене.

2.6. Убедиться в том, что поручни, которыми оборудованы унитаз, раковина и душ, надежно закреплены и находятся в исправном состоянии.

2.6. Убедиться в соответствии путей эвакуации требованиям пожарной безопасности: не допускается загромождение и захламление помещений, проходов, применение ковровых покрытий, порогов на путях эвакуации.

3. Требования охраны труда во время работы.

3.1. Получатели обязаны соблюдать требования специалиста, использовать оборудование ТК только с разрешения и по команде специалиста.

3.2. При открывании окон рамы фиксировать гребенчатыми ограничителями. Во избежание падения из окна, а также ранения стеклами категорически запрещается вставлять на подоконник.

3.2. При пользовании режущими инструментами соблюдать максимальную осторожность. Картофель чистить желобковым ножом, рыбу - скребком, мясо проталкивать в мясорубку пестиком. Передавать ножи и вилки только ручкой вперед. Хлеб, гастрономические изделия, овощи и другие продукты нарезать на разделочных досках, соблюдая правильные приемы резания: пальцы руки, которой придерживают продукт, должны быть согнуты и находиться на некотором расстоянии от лезвия ножа.

3.3. Соблюдать осторожность при работе с ручными терками. Плотно удерживать обрабатываемые продукты (фрукты, овощи и т. д.), не обрабатывать слишком маленькие части продукта.

3.4. При работе с горячими жидкостями (вода, жир и др.):

- следить, чтобы при закипании содержимое посуды не выливалось через край: убавить огонь или выключить плиту;

- крышки горячей посуды брать прихватками и снимать вправо/влево;

- сковородку без ручки ставить и снимать сковородником с деревянной ручкой.

3.5. Ножницы хранить в определенном месте, класть их сомкнутыми острыми концами от себя, передавать ручками вперед.

3.6. Включать и выключать утюг сухими руками, ставить утюг на асбестовую, мраморную или керамическую подставку, следить за тем, чтобы подошва утюга не касалась шнура, отключать утюг только, взявшись за вилку.

3.7. Пуск стиральной машины производить, убедившись в отсутствии опасности для окружающих.

3.8. Во время работы стиральной машины запрещается:

- заливать отбеливающие вещества и моющие растворы через загрузочный люк при включенной машине;
- работать при открытой крышке заливного люка;
- пускать машину при открытой крышке люка;
- загружать в барабан белье объемом более номинальной загрузочной массы;
- открывать крышку люка при наличии воды в барабане;
- по окончании работы оставлять закрытыми крышки загрузочного и заливного люков.

3.9. Будьте внимательны, не отвлекайтесь сами и не отвлекайте других от работы.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

4.1. При обнаружении неисправности в работе оборудования, самопроизвольной остановке, аварии необходимо отключить электропитание, сообщить об этом ответственному лицу и до устранения неисправности не включать.

4.2. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации Учреждения.

4.3. При поражении электрическим током оказать пострадавшему первую помощь, при отсутствии у пострадавшего дыхания и пульса сделать ему искусственное дыхание или непрямой массаж сердца до восстановления дыхания и пульса и отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.5. При обнаружении возгорания необходимо вызвать пожарную охрану по телефону 112, поставить в известность руководство.

5. Требования охраны труда по окончании работы.

5.1. Отключить все электроприборы от сети.

5.2. Проверить наличие кухонной утвари и привести в порядок место проведения занятия.

5.3. Обо всех замечаниях в работе оборудования и инструментов доложить специалисту, самому не проводить ремонт оборудования.

Инструкция о мерах пожарной безопасности

Для безопасного использования электрических приборов в быту необходимо соблюдать следующие правила:

1. При обращении с огнем и электрическими приборами необходимо быть внимательными и аккуратными.
2. Запрещается пользоваться электроприборами с открытыми спиралями.
3. Нагревательные приборы до их включения должны быть установлены на подставки из негорючих материалов.
4. Запрещается оставлять включенные приборы без присмотра, особенно высокотемпературные нагревательные приборы: электрочайники, кипятильники, паяльники и электроплитки.
5. Необходимо следить, чтобы горючие предметы интерьера (шторы, пластмассовые предметы, деревянные детали мебели и пр.) ни при каких условиях не касались нагретых поверхностей электроприборов. За этим должны следить зрячие люди, находящиеся в помещении (квартире).
6. Не оставлять включенными электроприборы (чайники, термопоты, электроплиты, электрообогреватели и другие предметы) на ночь.
7. При покупке электробытовых приборов убедитесь, что они оборудованы системой аварийного выключения (на случай его перегрева или падения).
8. Запрещается использование самодельных электронагревательных приборов.
9. Не оставлять работающий телевизор без присмотра. При установке телевизора обязательно предусмотреть возможность быстрого и безопасного отключения его вилки от розетки. Не устанавливать его вплотную к легкогорючим материалам (тюль, занавеси, гардины и т.д.) Уходя из дома, не оставлять телевизор в «режиме ожидания», т. к. этот режим не является пожаробезопасным.
10. Содержать в исправности электросети, электроприборы, не курить, не сорить и т. д. Помнить номер телефона «01» - звонок со стационарного телефона и «112» - звонок с мобильного телефона.

**Журнал регистрации граждан,
посещающих занятия в ТК**

№ п/п	Ф. И. О получателя социальных услуг, отделение	Период прохождения социальной реабилитации	Мероприятия социальной реабилитации	Дата проведения мероприятия социальной реабилитации	Ф. И. О. ответственного специалиста	Отметка о выполнении
1.						
2.						

Методики и диагностики, применяемые в работе с получателями социальных услуг в ТК

Шкала оценки инструментальной деятельности в повседневной жизни (IADL)

Шкала «активности повседневной жизни», «функции повседневной жизнедеятельности», «повседневная активность» - показывает степень зависимости/независимости получателя социальных услуг в его повседневной жизни. Она позволяет эрготерапевтам и социальным работникам оценить его способности к самостоятельной жизнедеятельности в повседневной жизни. Это дает возможность дифференцировать виды и объемы социальной помощи в зависимости от состояния здоровья и функционального статуса получателя.

Шкала оценки инструментальной деятельности в повседневной жизни

- A. Пользование телефоном
 - 3 Пользуется телефоном по собственному желанию
 - 2 Звонит по нескольким хорошо ему известным номерам
 - 1 Отвечает на звонки, но сам не звонит
 - 0 Совсем не использует телефон
- B. Совершение покупок
 - Самостоятельно покупает все, что нужно
 - 2 Самостоятельно совершает небольшие покупки
 - 1 Необходимо сопровождение при любом походе в магазин
 - 0 Совершенно не может совершать покупки
- C. Приготовление пищи
 - 3 Планирует, готовит и подает правильную пищу
 - 2 Готовит правильную пищу при наличии нужных ингредиентов
 - 1 Разогревает, подает и готовит правильную пищу или готовит пищу, но не соблюдает диету
 - 0 Необходимо готовить и подавать больному пищу
- D. Ведение домашнего хозяйства
 - 4 Содержит дом самостоятельно или с периодической помощью (например, помощь в тяжелой домашней работе)
 - 3 Выполняет легкие повседневные действия, такие как мытье посуды, уборка кровати
 - 2 Выполняет легкие повседневные действия, но не может поддерживать приемлемый уровень чистоты
 - 1 Нуждается в помощи при выполнении работы по содержанию дома
 - 0 Не участвует в ведении домашнего хозяйства
- E. Стирка
 - 2 Стирает самостоятельно
 - 1 Стирает небольшие вещи, полощет чулки и т. Д.
 - 0 Вся стирка должна проводиться другими
- F. Пользование транспортом
 - 4 Независимо пользуется общественным транспортом или водит машину
 - 3 Может пользоваться услугами такси, но не использует другой общественный транспорт
 - 2 Пользуется общественным транспортом при сопровождении
 - 1 Может дойти до такси или машины при помощи кого-либо
 - 0 Не пользуется транспортом
- H. Прием лекарственных препаратов
 - 3 Самостоятельно принимает правильные дозы препарата в нужное время
 - 2 Необходимы помощь или напоминание
 - 1 Принимает заранее подготовленные препараты
 - 0 Не принимает препараты самостоятельно
- I. Ведение финансов
 - 2 Самостоятельно ведет финансы (бюджет, чеки, оплата коммунальных услуг, счетов), записывает расходы
 - 1 Осуществляет повседневные покупки, но необходима помощь с бумагами и крупными покупками
 - 0 Не может распоряжаться деньгами

Шкала Бартела

Впервые индекс активности жизнедеятельности (шкала Бартела) был предложен в 1963 г. Им оценивалась независимость больных от посторонней помощи при выполнении всего шести операций. Наибольшее распространение получила шкала повседневной жизнедеятельности Бартела для оценки уровня бытовой активности.

В основе методов измерения нарушений жизнедеятельности чаще всего лежит оценка независимости индивидуума от посторонней помощи в повседневной жизни, особенно наиболее значимых, наиболее общих из рутинных действий человека.

Баллы по шкале Бартела начисляются следующим образом: максимальная сумма баллов, соответствующая полной независимости в повседневной жизни, равна 100 ед. Шкалой удобно пользоваться как для определения изначального уровня активности пациента, так и для проведения мониторинга с целью определения эффективности обучения.

Суммарный балл - 100:

- от 0 до 20 баллов соответствует полной зависимости получателя социальных услуг от посторонней помощи в повседневной жизни;
- от 21 до 60 баллов - выраженной зависимости;
- от 61 до 90 баллов - умеренной зависимости;
- от 91 до 99 баллов - легкой зависимости.

Для реабилитации в условиях тренировочной комнаты необходимая сумма баллов не должна быть ниже 25:

- 25-65 - реабилитация с сопровождением;
- 65-100 - реабилитация без ограничений.

При принятии решения о реабилитации важны первые 6-7 пунктов из шкалы:

- 1) Прием пищи:
 - 10 - не нуждается в посторонней помощи, способен самостоятельно пользоваться всеми необходимыми столовыми приборами;
 - 5 - частично нуждается в помощи, например, при разрезании пищи;
 - 0 - полностью зависим от окружающих (необходимо кормление с посторонней помощью).
- 2) Персональный туалет (умывание лица, причесывание, чистка зубов, бритье):
 - 5 - не нуждается в посторонней помощи;
 - 0 - нуждается в помощи.
- 3) Одевание:
 - 10 - не нуждается в посторонней помощи;
 - 5 - частично нуждается в помощи, например, при надевании обуви, застегивании пуговиц и т. д.;
 - 0 - полностью нуждается в посторонней помощи.
- 4) Прием ванны:
 - 5 - принимает ванну без посторонней помощи;
 - 0 - нуждается в посторонней помощи.
- 5) Контроль тазовых функций (мочеиспускания, дефекации):
 - 20 - не нуждается в помощи;
 - 10 - частично нуждается в помощи, например, при использовании клизмы, свечей, катетера;
 - 0 - постоянно нуждается в помощи в связи с грубым нарушением тазовых функций.
- 6) Посещение туалета:
 - 10 - не нуждается в посторонней помощи;
 - 5 - частично нуждается в помощи (удержание равновесия, использование туалетной бумаги, снятие и одевание брюк и т. д.);
 - 0 - нуждается в использовании судна, утки.
- 7) Вставание с постели:
 - 15 - не нуждается в посторонней помощи;
 - 10 - нуждается в наблюдении или минимальной поддержке;
 - 5 - может сесть в постели, но для того, чтобы встать, нужна существенная поддержка;
 - 0 - не способен встать с постели даже с посторонней помощью.

Индекс Бартела

Действие <i>1</i>	Оценка <i>2</i>
1. ПРИЕМ ПИЩИ	
0 = полностью несамостоятельно (зависимо от окружающих)	
5 = частично нуждается в помощи при разрезании, намазывании масла и т. д., или требует специальной диеты	
10 = независим (не нуждается в помощи)	
2. ПРИЕМ ВАННЫ	
0 = зависим (нуждается в помощи)	
5 = принимает ванну без посторонней помощи (или при приеме душа)	
3. ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ	
0 = нуждается в помощи при выполнении процедур личной гигиены	
5 = самостоятельно чистит зубы, умывается, причесывается	
4. ОДЕВАНИЕ	
0 = полностью зависим	
5 = частично нуждается в помощи, но может выполнять примерно половину действий самостоятельно	
10 = не нуждается в помощи (в том числе, при застегивании пуговиц, «молний», завязывании шнурков и т.д.)	
5. АКТ ДЕФЕКАЦИИ	
0 = недержание (или необходимо применение клизмы)	
5 = периодическое недержание	
10 = полностью контролирует	
6. АКТ МОЧЕИСПУСКАНИЯ	
0 = недержание или катетеризация или задержка мочеиспускания	
5 = периодическое недержание	
10 = полностью контролирует	
7. ПОЛЬЗОВАНИЕ ТУАЛЕТОМ	
0 = полностью зависим от окружающих	
5 = нуждается в некоторой помощи, но часть действий может выполнять самостоятельно	
10 = не нуждается в помощи (одевается, осуществляет гигиенические процедуры)	
8. ПЕРЕМЕЩЕНИЕ (С КРОВАТИ НА СТУЛ И ОБРАТНО)	
0 = перемещение невозможно, не удерживает равновесие сидя	
5 = нуждается в значительной помощи (физической, одного или двух человек), может сидеть	
10 = нуждается в незначительной помощи (вербально или физической)	
15 = не нуждается в помощи	
9. ПЕРЕДВИЖЕНИЕ (НА РОВНОЙ ПОВЕРХНОСТИ)	
0 = неспособен к передвижению или < 50 м	
5 = самостоятельное перемещение в инвалидном кресле включая углы, > 50 м	
10 = ходит с помощью одного лица (вербальной или физической), > 50 м	
15 = не нуждается в помощи (но может использовать вспомогательные средства, например, трость), > 50 м	
10. ХОДЬБА ПО ЛЕСТНИЦЕ	
0 = неспособен подниматься по лестнице, даже с поддержкой	
5 = нуждается в помощи (вербальной, физической, вспомогательном средстве)	
10 = не нуждается в помощи	
ИТОГ (0 - 100):	

Диагностика сформированности социально-бытовых навыков

Содержание и отслеживание результатов обучения

Показатели самостоятельности обучающегося (ПСУ)	Условные обозначения
Действие выполняется сопровождающим (обучающийся пассивен)	!
Действие выполняется обучающимся (ПСУ):	
– со значительной помощью сопровождающего	пп
– с частичной помощью сопровождающего	п
– по последовательной инструкции (по изображению или вербально)	и
– подражая или по образцу	о
– самостоятельно, но не аккуратно	с
– самостоятельно аккуратно	са
– самостоятельно, но после напоминания	сн
– представление сформировано	*
– представление сформировано неверно	х
– представление не сформировано	хх
– нет данных	–
– ранее не делал	

Содержание обучения	ПС	
	На начало курса обучения	На конец курса обучения
БЫТОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ		
САМООБСЛУЖИВАНИЕ		
Прием пищи		
соблюдение порядка подготовки к приему пищи (мытьё рук, усаживание за стол)		
накладывание в тарелку		
пользование ножом и вилкой (нарезание пищи при приеме)		
наполнение кружки		
пользование салфеткой		
Одевание, раздевание		
выбор одежды соответственно		
ситуации		
погоде		
расстегивание одежды и обуви на:		
молниях		
кнопках		
ориентирование в одежде:		
передняя и задняя сторона		
лицевая и изнаночная сторона		
складывание одежды и укладывание её на место		
выворачивание одежды		
контроль за своим внешним видом (перед зеркалом)		
ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ		
Следование правилам гигиены и техники безопасности		

при приготовлении пищи		
мытьё рук перед началом приготовления пищи		
поддержание чистоты рабочего места (выбрасывает отходы; вытирает, если что-то разлил / уронил)		
Использование бытовых приборов для приготовления пищи		
пользование кухонным комбайном		
пользование регуляторами скорости		
разбор и сборка деталей		
мытьё		
пользование микроволновой печью		
использование специальной посуды		
выбор режима (разморозка, подогрев)		
пользование регуляторами температуры		
пользование газовой плитой		
соотнесение регулятора пламени с конфоркой		
пользование регуляторами пламени		
Приготовление пищи		
выбор блюда для приготовления		
выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда		
соблюдение порядка операций при приготовлении пищи по рецепту		
обработка и приготовление продуктов		
нарезание кусочков разной величины и формы, в соответствии с блюдом		
очистка (лук, чеснок)		
перемешивание		
жарка		
определение готовности блюда к употреблению по таймеру		
использование мерной посуды		
подбор подходящей мерной посуды		
наливание / засыпание продукта до метки		
хранение продуктов		
распознавание и выбрасывание испорченных продуктов		
Сервировка стола		
выбор посуды и приборов, подходящих к блюду		
выставление посуды и раскладывание приборов в соответствии с количеством человек		
Мытьё посуды		
Соблюдение операций при мытье посуды вручную:		
дозированное использование моющего средства		
ополаскивание		
Мытьё посуды в посудомоечной машине		
очищение посуды от остатков пищи		
выставление тарелок, кружек, столовых приборов на решетку посудомоечной машины		
раскладывание чистой посуды в места хранения		
УХОД ЗА ВЕЩАМИ		
Машинная стирка		

сортировка белья на цветное, белое, тёмное перед стиркой		
закладывание и вытаскивание белья из машины		
установка регулятора машины на определенную программу и температуру (по меткам)		
засыпание определенного количества порошка		
развешивание выстиранного белья		
Утюжка		
установка гладильной доски		
включение/выключение утюга		
определение готовности утюга к работе		
раскладывание белья на гладильной доске		
разглаживание складок на белье		
утюжка фигурного белья (футболки, брюки)		
выбор температурного режима подходящего к типу ткани		
складывание выглаженного белья		
Складывание одежды		
вывешивание одежды на «плечики»		
складывание одежды на полку в шкафу		
расстилание постельных принадлежностей		
складывание постельных принадлежностей в специально отведенное место		
УБОРКА ПОМЕЩЕНИЯ		
определение необходимости и вида уборки		
соблюдение последовательности уборки		
Вытирание пыли		
освобождение поверхности (убирает все предметы со стола, тумбочки)		
дозированное нанесение моющего средства (с помощью распылителя)		
протираание поверхности тряпкой		
споласкивание тряпки		
вывешивание тряпки на батарею для просушивания		
расставление вещей по местам		
Подметание пола		
определение необходимости подметания пола (подметает, если что-то рассыпал / уронил)		
Работа с пылесосом		
соблюдение направления движения		
чистка пылесоса		
Мытьё пола		
определение нужного количества моющего средства с использованием мерки и добавление его в воду		
мытьё пола руками		
соблюдение направления движения		
определение необходимости споласкивания тряпки и замены воды		
Чистка сантехники		
выбор чистящих средств		
использование перчаток		
нанесение чистящего средства		

чистка		
смывание чистящего средства		
Вынос мусора		
определение необходимости выноса мусора		
отрывание мусорного пакета по перфорации		
помещение мешка для мусора в урну		
вынос мусора в специально отведенное место		
ОБРАЩЕНИЕ С ДЕНЬГАМИ		
набор заданной суммы из имеющихся в наличии купюр		
Знание/выполнение операций с деньгами		
пересчет		
ВЕДЕНИЕ БЮДЖЕТА		
подсчет суммы дохода в месяц		
планирование ежемесячных расходов (квартплата, питание, хозяйственные товары и др.)		
ПОКУПКИ		
составление списка покупок		
подсчет примерной стоимости всех покупок		
ориентирование в цене товара (выбирает товар средний по стоимости)		
оплата покупки на кассе		
использование дисконтных карт		
складывание покупок в пакеты		
выкладывание покупок дома в места их хранения		
СОЦИАЛЬНО – КОММУНИКАТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ		
Соблюдение правил и норм проживания в тренировочной комнате		
оказание помощи другим		
учёт интересов других ПСУ		
Соблюдение правил поведения в общественных местах		
соблюдение дистанции в общении		
ориентировка в меню, способность сделать заказ		
оплата заказа, услуги (покупка билета, сохранение билета)		
соблюдение тишины		
ДОСУГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ		
Проведение свободного времени		
выбор вида досуга		
умение договориться с другими ПСУ		
выбор времени для досуга, определение продолжительности отдыха		
подготовка необходимых материалов		
организация досуга (позвонить, узнать о времени и стоимости желаемого отдыха)		
Предпочитаемый вид отдыха		
ДО		ПОСЛЕ

Реабилитолог (инструктор по труду) _____ / _____

Психолог _____ / _____

Директор _____ / _____

ХАРАКТЕРИСТИКА

Ф.И.О. получателя социальных услуг

отделение

I. Общие сведения

Дата рождения _____

Образование (где и когда обучался) _____

Прием медикаментов (какие, в каком количестве, в каких случаях) _____

Наличие аллергий, хронических заболеваний _____

Пищевые предпочтения _____

Развитие речи/умение читать/писать _____

Заведующий отделением: _____
(подпись) (расшифровка подписи)

II. Социальная картина развития

Родственники, семья _____

Какие кружки посещает/посещала? _____

Реабилитолог (инструктор по труду): _____
(подпись) (расшифровка подписи)

III. Индивидуальные особенности

1. Физический статус (особые особенности)

Лечащий врач: _____
(подпись) (расшифровка подписи)

Реабилитолог (инструктор по труду): _____
(подпись) (расшифровка подписи)

2. Психическое развитие

Психолог: _____
(подпись) (расшифровка подписи)

3. Индивидуально-личностные особенности

Лечащий врач: _____
(подпись) (расшифровка подписи)

Реабилитолог (инструктор по труду): _____
(подпись) (расшифровка подписи)

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА/ПЛАН ОБУЧЕНИЯ

Ф.И.О. _____

Даты обучения _____

№ п/п	Название раздела	Теор./ Практи.	Количество часов
1	<i>Самообслуживание / Личная гигиена</i>	2/5	7
2	<i>Одежда. Обувь / Уход за вещами</i>	2/5	7
3	<i>Организация питания / Культура питания</i>	3/7	10
4	<i>Уборка помещения / Жилище</i>	2/4	6
5	<i>Социальная коммуникация / Социализация / Мир взаимоотношений / Средства связи / Личные вопросы</i>	8/24	32
6	<i>Финансовая грамотность / Обращение с деньгами / Покупки / Экономика домашнего хозяйства</i>	4/14	18
7	<i>Досуговая деятельность / ЗОЖ</i>	2/8	10
Всего:		23/ 67	90