

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Московской области
для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей,
«Созвездие»

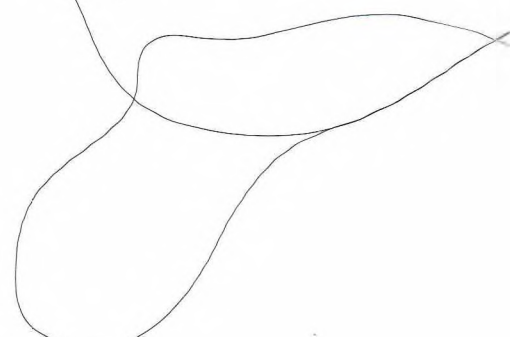
Согласовано
Протокол педсовета № 1
«31» 08 2020 год

«Утверждаю»
Директор ГКОУ МО «Созвездие»
Слюнченко Ж.Г.
2020 г.
Приказ № 141/08 08 2020 г. г.



**ПРОГРАММА
СОЦИАЛИЗАЦИИ И АДАПТАЦИИ
ВОСПИТАННИКОВ И ВЫПУСКНИКОВ
К ЖИЗНИ В ОБЩЕСТВЕ**

Возраст: 15-23
Срок реализации программы: 2 года
Общее количество часов: 128 часов



Составитель:
отдел постинтернатного
сопровождения выпускников

г. Руза
Московская область
2020 год

Пояснительная записка

Программа социализации и адаптации воспитанников и выпускников к жизни в обществе ГКОУ МО для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Созвездие» составлена на основании примерной программы подготовки к самостоятельному проживанию воспитанников, выпускников организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, включая их личностное и профессиональное самоопределение, правовое просвещение, постинтернатного сопровождения.

Актуализация программы

Потеря семьи - тяжелая трагедия в жизни ребенка, которая оставляет глубокий след в его судьбе. Воспитанники испытывают серьезные трудности, после выпуска, оказавшись перед необходимостью самостоятельно решать свои жизненные проблемы. Для большинства выпускников и воспитанников организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей характерны:

- неразвитый социальный интеллект, т.е. не способность применять на практике полученные знания, умение ориентироваться в социуме и взаимодействовать с ним;
- иждивенство;
- непонимание материальной стороны жизни;
- завышенная или заниженная самооценка;
- неадекватность уровня притязаний.

У воспитанников масса проблем, одна из основных – успешно влиться в современное общество и самостоятельно строить вариант жизни достойного Человека. Поэтому одна из основных задач – помощь в социализации и адаптации воспитанников.

Цель программы: подготовка воспитанников и выпускников учреждения к успешной социализации и адаптации в обществе, направленная на личностное и профессиональное самоопределение, приобретение правовых, социально-экономических, социокультурных, психолого-педагогических знаний и жизненных навыков для полноценного развития, жизнеустройства в обществе.

Задачи программы:

- создание условий для позитивной социализации воспитанников и выпускников Учреждения;
- теоретическое и практическое обеспечение процесса социальной адаптации воспитанников, выпускников;
- создание системы психолого-педагогической помощи и социально-правовой помощи воспитанникам и выпускникам;
- Формирование и воспитанников и выпускников готовности к выполнению социальной роли гражданина, способного решать проблемы, связанные с реализацией определенных социальных ролей (член коллектива, семьянин, гражданин, потребитель);
- Формирование у воспитанников и выпускников культуры здорового образа жизни, ценностных представлений о физическом здоровье, о ценности духовного и нравственного здоровья; навыков сохранения собственного здоровья;

- содействие воспитанникам и выпускникам в определении жизненных планов на этапе выхода в самостоятельную жизнь и первичной адаптации к новым условиям;
- сопровождение выпускников в период адаптации после выпуска из организации.

Ожидаемые результаты реализации программы

- решение проблемы социальной адаптации в обществе, предупреждение правонарушений воспитанников и выпускников;
- повышение качества жизни и социальной защищенности воспитанников и выпускников;
- повышение учебной и профессиональной мотивации воспитанников и выпускников к обучению в организациях профессионального образования;
- увеличение, числа выпускников, успешно адаптированных в новых социальных условиях;
- снижение уровня социальных девиаций среди воспитанников и выпускников.

Содержание программы:

1. Мероприятия по социализации и адаптации воспитанников в Учреждении.
2. Постинтернатное сопровождение выпускников по социализации и адаптации.

Данная программа предназначена для подростков 15-17 лет, и юношеского

возраста 18-23 лет с учетом индивидуальных особенностей воспитанников и выпускников.

1 направление – в течение 2 лет с периодичностью занятий 1 раз в неделю, включая теорию и практику.

2 направление – в течение 2 лет с периодичностью занятий 1 раз в неделю, включая теорию и практику.

Содержание программы выстроено по кольцевой схеме, по годам обучения, связанных между собой: в последующем году проходит совершенствование полученных знаний, умений и навыков предыдущего года.

Направления программы

Об эффективности работы по социализации и адаптации выпускников детского дома можно говорить лишь при комплексном подходе к этому вопросу и взаимодействии разных специалистов. Для этого в программе определены следующие направления:

1. Психолого-педагогическая помощь.
2. Социально-правовая помощь.
3. Медицинская помощь.

Данные направления позволяют комплексно построить работу всех специалистов нашего отдела по социализации и адаптации воспитанников и выпускников.

Этапы реализации программы

1. Диагностический этап (входящая и итоговая диагностика) направлен на определение уровня развития коммуникативных навыков у участников программы и факторов, влияющих на них (EQ, уровень тревожности,

самооценка, способность к саморегуляции, статус в референтной группе, внутренние установки по поводу общения).

2. Этап, направленный на развитие и коррекцию эмоциональной сферы участников программы с целью снятия эмоционального напряжения, возникающего у них при общении в различных ситуациях, и повышение уровня контроля над собственными эмоциями и поведением:

3. Обучение навыкам релаксации (диафрагмальное дыхание, прогрессирующая мышечная релаксация по Джекобсону);

4. Развитие эмоционального интеллекта за счет тренировки способности к распознаванию своих и чужих эмоций с помощью методов арт-терапии: маскотерапия, фототерапия, боди-арт;

5. Десенсибилизация страхов и неприятных переживаний, связанных с общением, с применением методик эмоционально-образной терапии.

Основные блоки и разделы программы

Направление по социализации и адаптации воспитанников в Учреждении:

Тема 1. «Знакомство с программой, формирование мотивации на участие»

Правила поведения и работа в группе; программу предстоящей работы; дать представление о взаимоотношениях друг с другом, о свободе выбора, об ответственности за свой выбор.

Тема 2. «Формирование коммуникативных навыков»

Формы общения со старшими и сверстниками. Виды положительных и отрицательных эмоций. Признаки стресса и способы выйти из него. Способы бесконфликтного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Тема 3. «Взросление»

Навыки общения с противоположным полом. Навыки различия манипуляций в межличностном общении. Навыки асертивного поведения в межличностном общении.

Тема 4. «Формирование навыка планирования личного бюджета»

Планирование и подсчитывание расходов на культурные и текущие потребности. Периодичность и порядок оплаты коммунальных и других услуг. Правила экономии. Порядок планирование крупных покупок.

Тема 5. «Приобретение бытовых навыков»

Навыки ухода за собой. Навыки ухода за одеждой и обувью, бельем. Навыки обустройства жилого помещения. Основные навыки приготовления пищи. Основные навыки ценностного отношения к себе и окружающим.

Тема 6. «Жизненное и профессиональное самоопределение»

Планировать день, анализировать прошлый опыт, прогнозировать будущее, строить жизненные планы. Осознанно относится к своему будущему. Учитывать свои способности и особенности здоровья при определении видов профессий и специальностей. Правовые аспекты, связанные с получением образования.

Тема 7. «Формирование здорового образа жизни»

Забота о своем здоровье. Общее представление о нормативных правовых актах в области здравоохранения. Правила общения с медицинским персоналом.

Запись на прием к врачу, вызов врача на дом. Приобретение лекарств в аптеке.
Виды медицинской помощи.

Тема 8. «Повышение правовой грамотности»

Нормы и правила принятые в обществе. Общее представление о гражданской ответственности. Сведения об уголовной ответственности граждан. Культура безопасного поведения в обществе.

Тема 9. «Транспорт. Торговля. Связь»

Правила поведения в пригородном железнодорожном транспорте, порядок действий при авариях, хулиганских действий. Правила дорожного движения. Правила поведения на улице и в транспорте. Правила покупки товаров в кредит и в рассрочку. Права и обязанности потребителей. Правила общения в сфере услуг.

Тема 10. «Жилище. Одежда. Обувь»

Гигиенические требования к жилому посещению, правила проведения уборки. Виды одежды и обуви; снятие мерок. Правила ухода за одеждой и обувью. Ручная и машинная стирка, особенности средств бытовой химии.

Тема 11. «Формирование этики и психологии семейных отношений»

Моделировать полорольные отношения в семье. Строить свое гендерное древо. Организовывать семейные праздники. Моделировать способы разрешения семейных конфликтных ситуаций. Адекватно оценивать возможности своей будущей семьи при планировании количества детей.

Тема 12. «Досуг»

Формировать сознательное отношение к планированию своего свободного времени. Самостоятельно организовывать различные формы досуга.

Организовывать семейные праздники. Оказать эмоциональную поддержку, просить и давать эту поддержку окружающим.

Тема 13. «Социальная защита»

Понятие «социальное обеспечение», «категория населения», «налоги», «пенсионное страхование». Правила общения со специалистами данных организаций.

Постинтернатное сопровождение выпускников по социализации и адаптации

Тема 1. «Формирование коммуникативных навыков»

Оформление необходимых справок и документов. Установление контактов в новом коллективе. Составление жизненного плана на ближайшую перспективу. Подготовка к изменению поведения в изменяющихся ситуациях.

Тема 2. «Формирование навыка планирования личного бюджета»

Как распоряжаться личными доходами. Оплачивание счетов в различных организациях: банки, банкоматы, терминалы. Грамотное планирование покупок.

Тема 3. «Социально-бытовая адаптация»

Создание комфортных условий в квартире. Приготовление пищи. Поддержание чистоты и порядка в своей жилище.

Тема 4. «Формирование здорового образа жизни»

Аптечка, приобретение лекарств. Вызов врача на дом, обращение за помощью в медицинское учреждение. Алкоголизм, наркомания, употребление ПАВ и последствия.

Тема 5. «Повышение правовой грамотности»

Правила безопасного поведения в доме, на улице, во дворе, в различных ситуациях. Ответственность за нарушение законов. Права и обязанности.

Тема 6. «Формирование этики и психология семейных отношений»

Установление конструктивных отношений с противоположным полом. Моделирование позитивной стороны семейных отношений и семейных ценностей. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Адекватно оценивать возможности своей будущей семьи при планировании количества детей.

Тема 7. «Обеспечение качественного образовательного процесса»

Взаимосвязь между профессией, образованием, доходом. Связь между уровнем образования и запросом рынка труда. Способы поиска работы. Организации, оказывающие содействие в поиске работы.

Тема 8. «Организация культурно-досуговых мероприятий»

Планирование и проведение досуга. Установление конструктивного межличностного общения. Принципы антидепрессивного поведения.

Тема 9 . Обеспечение комфортного возврата выпускника в закрепленное жилое помещение или обеспечение его права на внеочередное получение жилого помещения

Права и обязанности нанимателей и собственников жилья. Основы законодательства о жилье и своих льготах и гарантиях на жилое помещение. Жилищные организации: их деятельность и услуги. Навыки взаимодействия с

жилищными организациями. Оплата коммунальных услуг. Уход за жилым помещением.

Тема 10. «Трудоустройство»

Составление резюме. Поиск работы. Условия получения дополнительного профессионального образования. Основы делового общения при первичном контакте с работодателем. Основы трудовых отношений, «конфликты на работе» и пути их решения.

Тема 11. «Создание семьи»

Моральный кодекс, по которым живет семья. Основы законодательства, определяющие жизнь семьи в обществе. Навыки бесконфликтного взаимодействия. Ведение домашнего хозяйства. Правила ухода за ребенком и основы воспитания детей.

Тема 12. «Социальная защита»

Виды государственной помощи и система льгот. Организация системы социального обеспечения и их направления деятельности. Навыки межличностного направления.

Для определения уровня знаний и умений воспитанников и выпускников, полученных в ходе реализации программы, используются тесты, анкеты к каждому блоку, один из ведущих методов диагностики является наблюдение.

Учебно-тематический план

Блок 1. Мероприятия по социализации и адаптации воспитанников

N п/п	Темы программы	Кол-во часов	из них:
-------	----------------	--------------	---------

			теория	практика
1	Подготовительный этап.	1	-	1
1.1.	«Введение» Знакомство с программой, формирование мотивации на участие.			1
Основной этап				
2.	Формирование коммуникативных навыков	8	4	4
2.1.	Правила общения со старшими и сверстниками при встрече. Формы обращений с просьбой, вопросом к старшим; выражение благодарности.		1	1
2.2.	Эмоции: положительные и отрицательные		1	
2.3.	«Жесты и мимика. Поза человека. Общение без слов»			1
2.4.	«Толерантность или как общаться без агрессии»			1
2.5.	Способы бесконфликтного взаимодействия.		1	1
2.6.	«Жить в обществе и быть отдельно от общества – нельзя»		1	
3.	Взросление	6	3	3
3.1	«Возрастные этапы человека»		1	
3.2.	«Я взрослею»			1
3.3.	«Женственность и мужественность, что это значит?»		1	1
3.4.	Навыки общения с противоположным полом			1
3.5	«Моя родословная»		1	
4.	Формирование навыка планирования личного бюджета	8	4	4
4.1.	Семейный бюджет: доходы и расходы		1	1
4.2.	Деньги и их значение		1	
4.3.	Планирование бюджета на день, неделю, месяц.			1
4.4.	Потребительская корзина- что это?		1	

4.5.	«Что такое сберегательный счет?»		1	
4.6.	Экономическая игра «Доходы и расходы»			2
5.	Приобретение бытовых навыков	7	3	4
5.1.	Формирование навыков самообслуживания. Навыки ухода за одеждой, обувью, бельем.			1
5.2.	Правила пользования бытовыми приборами.		1	
5.3.	Сервировка стола к завтраку, обеду и ужину.			1
5.4.	Полноценное питание. Основные блюда.			1
5.5.	Виды жилых помещений. Уход за жильем. Сухая и влажная уборка.		1	
5.6.	Как создать уют в доме.		1	1
6.	Жизненное и профессиональное самоопределение	6	3	3
6.1.	В мире профессий		1	
6.2.	Круглый стол «Мои жизненные планы»			1
6.3.	«Могу. Хочу. Надо»		1	
6.4.	Экскурсии и поступление в профессиональные образовательные учреждения			1
6.5.	Экскурсии на предприятия и организации Московской области.			1
6.6.	Право на образование		1	
7.	Формирование здорового образа жизни	6	3	3
7.1.	Кто поможет если заболел? Электронная регистратура, как пользоваться?		1	1
7.2.	Практическое занятие «Здоровый образ жизни»			1
7.3.	Аптека и оптика.		1	
7.4.	Тренинг «Сделай свой выбор?»			1
7.5.	Виды медицинской помощи		1	

8.	Повышение правовой грамотности	6	3	3
8.1.	Нормы и правила общества		1	1
8.2.	Гражданская и уголовная ответственность «Правила и законы»		1	1
8.3.	«Я - гражданин Российской Федерации»		1	1
9.	Транспорт. Торговля. Связь	5	4	1
9.1.	Пассажир. Что такое зацепинг? Проезд без билета, чем грозит.		1	
9.2.	Правила дорожного движения: водитель или пешеход.		1	1
9.3.	Я покупатель, потребитель.		1	
9.4.	От телеграфа до интернета		1	
10.	Жилье. Одежда. Обувь.	5	3	2
10.1.	Дом, в котором мы живем. Порядок в доме.		1	1
10.2.	Встречают по одежке. Как подобрать стиль в одежде.		1	1
10.3.	Уход за одеждой и обувью		1	
11.	Формирование этики и психология семейных отношений	5	3	2
11.1.	Откуда я родом?		1	
11.2.	Как создать крепкую семью?		1	
11.3.	Тренинг «Погода в доме»			1
11.4.	Экскурсия в ЗАГС «О семье и браке»			1
11.5.	«Отцы и дети»		1	
12.	Досуг	4	2	2
12.1.	Чем заняться в свободное время?		1	
12.2.	Посещение кинотеатра, музея.			1
12.3.	КТД «Организация семейного праздника»		1	1
13.	Социальная защита	5	3	2
13.1.	Социальные гарантии для граждан различных категорий		1	

13.2	Организации социальной защиты		1	1
13.3	Пенсионное страхование		1	1
Закрепление наставника за выпускником				
Итого: 72 часа				

Учебно-тематический план

Блок 2. Постинтернатное сопровождение выпускников по социализации и адаптации

N п/п	Темы программы	Кол-во часов	из них:	
			теория	практика
Основной этап				
1.	Формирование коммуникативных навыков	6	3	3
1.1.	Оформление необходимых документов и справок. Куда обратиться?		1	1
1.2.	Взаимодействие с новым коллективом.		1	
1.3	Мои цели и как их достичь		1	
1.4	Навыки саморегулирования своих эмоциональных состояний			1
1.5	Адаптация на новом месте			1
2.	Формирование навыка планирования личного бюджета	4	3	1
2.1	Права и обязанности по оплате счетов			1
2.2.	Способы получения доходов		1	
2.3.	Безработица: последствия, категория.		1	
2.4.	Как грамотно распределить средства		1	
3.	Социально-бытовая адаптация	3	1	2

3.1.	Уход за жильем. Сухая и влажная уборка.			1
3.2.	Как создать уют в квартире		1	
3.3.	Приготовление пищи: полноценное питание.			1
4.	Формирование здорового образа жизни	5	3	2
4.1.	Аптечка. Приобретение необходимых лекарств.			1
4.2.	Кто поможет если заболел? Электронная регистратура, как пользоваться?			1
4.3.	Профилактическая беседа : употребление ПАВ и последствия.		1	
4.4.	Алкоголизм и табакокурение., инфекционные заболевания, их последствия.		1	
4.5.	О вреде самолечения		1	
5.	Повышение правовой грамотности	4	2	2
5.1.	Свои права и обязанности		1	
5.2.	Ответственность за нарушение закона			1
5.3.	Оформление заявления в правоохранительные , налоговые органы и другие организации.		1	
5.4.	Источники опасности и правила безопасного поведения.			1
6.	Формирование этики и психология семейных отношений	4	3	1
6.1.	Современные методы планирования семьи.		1	
6.2.	Особенности построения взаимоотношений в семье, родительская ответственность.		1	1
6.3.	Основы психологических знаний по вопросам воспитания детей.		1	
7.	Обеспечение качественного образовательного процесса	5	4	1
7.1.	Взаимосвязь между профессией, образованием, доходом.		1	
7.2.	Запрос рынка труда и уровень образования – в чем связь?		1	

7.3.	Как найти работу? Организации оказывающие содействие в поиске работы.		1	1
7.4.	Трудности во время поиска работы.		1	
8.	Организация культурно - досуговых мероприятий	3	2	1
8.1.	Общественные культурно-досуговые организации. Молодежные клубы.			1
8.2.	Конструктивные формы организации досуга.		1	
8.3.	Принципы антидепрессивного поведения.		1	
9.	Обеспечение комфортного возврата выпускника в закрепленное жилье или обеспечение на получения жилого помещения	6	4	2
9.1.	Права и обязанности нанимателей и собственников жилья		1	
9.2.	Основы законодательства о жилье, льготы и гарантии на жилое помещение.		1	
9.3.	Взаимодействие с жилищными организациями.		1	1
9.4.	Оплата коммунальных услуг.		1	1
10.	Трудоустройство	6	4	2
10.1.	Как правильно составить резюме, на что обратить внимание		1	1
10.2.	Первичное трудоустройство: правовые аспекты		1	
10.3.	Пакет документов необходимых для трудоустройства		1	
10.4.	Проблемы при трудоустройстве и пути их решения		1	
10.5.	Деловое общение			1
11.	Создание семьи	6	4	2
11.1.	Нормы и правила, по которым живет семья		1	
11.2.	Основы законодательства определяющие роль семьи в обществе		1	

11.3	Бесконфликтное взаимодействие		1	
11.4	Ведение домашнего хозяйства			1
11.5	Правила ухода за ребенком и основы его воспитания		1	1
13.	Социальная защита	4	3	1
13.1	Социальные гарантии для граждан различных категорий		1	
13.2	Организации социальной защиты		1	1
13.3	Пенсионное страхование		1	
Закрепление наставника за выпускником				
Итого: 56 часов				

Список использованной литературы

1. Антонюк Е. В. Становление ролевой структуры молодой семьи и ее восприятие супругами / Е.В. Антонюк // Вестник МГУ. Серия14 «Психология», 2006 - С.58-60.
2. Батаршев А.В.: Базовые психологические свойства и профессиональное самоопределение личности. СПб.: Речь /2005. – 208 с.

3. Гербеев Ю. В. Воспитательная работа в учреждениях интернатного типа. М.: НИИ школ, 2008.
4. Грецов А.Г. Выбираем профессию: советы практического психолога./ СПб.: Питер, 2010. - 216 с.
5. Гулина М.А. Словарь-справочник по социальной работе. /СПб.: Питер, 2012. - 400 с.
6. Дементьева И.Ф. Социальное сиротство: профилактика. Серия: Семья и воспитание. М., 2013.
7. Истратова О.Н. Справочник по групповой психокоррекции / О.Н. Истратова, Т.В. Эксакусто. – 2-е изд. / Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 443 с. – (Справочник).
8. Комплексное сопровождение и коррекция развития детей-сирот: социально-эмоциональные проблемы. // Под ред. Л. М. Шипицыной. СПб., 2009.
9. Кондратьев М.Ю. Социальная психология закрытых образовательных учреждений. - СПб.: Питер, 2010. - 304 с.
10. Леванова Е.А., Волошина А.Г., Плешаков В.А., Соболева А. Н., Телегина И.О. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия. 2-е изд. /СПб.: Питер, 2009. – 208 с.
11. Меновщиков В.Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. /М., 2002. - 528 с.
12. Рыбинский Е.М. Сиротливое детство России. Что делать? /М., 2004
13. Семья Г.В., Левин С.А., Панов А.И., Юдинцова Н.Н. Социально-психологические технологии постинтернатной адаптации выпускников образовательных учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. /Под ред. Г.В.Семья. М., 2004.

14. Социально-психологические технологии постинтернатной адаптации выпускников образовательных учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. М: Исполнительная дирекция по президентской программе «Дети России», 2003.
15. ФЗ «О дополнительных гарантиях по социальной защите детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей».
16. ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»