

Приложение №1  
УТВЕРЖДЕНО  
Приказом № 14-17  
от «09» 01 2025г.

Краевое государственное бюджетное  
учреждение социального обслуживания  
«Реабилитационный центр для лиц, страдающих  
психическими расстройствами, «Родничок»

## *Программа*

*мероприятий поэтапной адаптации граждан,  
впервые поступающих в «Реабилитационный  
центр «Родничок»*

Исполнитель:  
Гулейко О.А.  
Заместитель директора

**Социальная адаптация** — это процесс активного приспособления человека к условиям социальной среды.

Особенно актуальна проблема социальной адаптации инвалидов к условиям проживания в РЦ.

Переезд из дома или другого учреждения в специальное учреждение на постоянный или длительный срок, смена привычного жизненного стереотипа для любого человека является сильнейшим психоэмоциональным стрессом. Это связано со сменой привычного образа жизни, отдалением от родственников, друзей, ограничение возможности поддерживать привычные социальные контакты.

Отсутствие психологической поддержки, недостаточная информированность о правилах данного учреждения может усиливать состояние стресса, вызывать чувство тревоги. Это может существенно замедлить или сорвать процесс адаптации к новым условиям проживания.

Результатом срыва этого процесса является ухудшение физического и психического здоровья: обострение хронических заболеваний, снижение эмоционального фона, депрессивные состояния, развитие девиантных, а также аддиктивных форм поведения и пр.

Поступившие в интернат инвалиды нуждаются в повышенном внимании со стороны сотрудников социальной службы и медицинского персонала. Необходимо неоднократно знакомить их с расположением его спальни, кровати, санитарного узла, распорядком дня в отделении, максимально использовать деонтологические принципы при общении, а также контролировать физиологические функции (прием пищи, сон, физиологические отправления) и показатели жизнедеятельности (артериальное давление, температура, частота пульса и дыхания).

Социально-бытовая адаптация в РЦ включает специальное обучение навыкам самообслуживания, ухода за собой, передвижения и перемещения; помощь в подборе технических средств реабилитации и обучение пользованию ими; разработку индивидуальных решений вопросов адаптации жилищно-коммунальных условий, рабочего места для нужд инвалида. Психологическая работа в аспекте адаптации поступивших в РЦ на проживание есть важнейшее звено системы. Психология, социальная работа и медицина как нигде более пересекаются в работе с инвалидами. Для оказания эффективной и квалифицированной помощи инвалидам необходим индивидуализированный подход.

**Целью** данной программы является обеспечение комфортной и безопасной адаптации граждан, впервые поступающих в РЦ, к новым условиям жизни, к условиям проживания в стационарном учреждении, способствование их социализации и интеграции в жизнь учреждения.

адаптация людей с интеллектуальными нарушениями. Создание необходимых условий для оптимального вхождения инвалидов в новое место жительства.

Программа адаптации содержит информирование граждан об особенностях проживания в интернате, о распорядке дня и проводимых мероприятиях, знакомство с другими проживающими (возможно – в виде групповых встреч), предоставление возможности выбора и проявления активности в повседневной жизни в учреждении, начиная с самых первых дней, – то есть динамичное включение вновь поступившего человека в жизнь учреждения. Важно, чтобы в этот период у поступившего инвалида была возможность получить ответы на возникающие вопросы о жизни в РЦ через доступность общения с соответствующими сотрудниками учреждения. При возможности, проводится структурированное интервью, которое направлено на выявление психологических особенностей, установок, ожиданий и предпочтений, сферы интересов человека.

Адаптационно-реабилитационные мероприятия имеют следующие виды: социально-медицинские, профессионально-трудовые, правовые, социально психологические, социально-ролевые и социально-бытовые. Каждый из них включает в себя определенный набор методов, способов и технологий.

#### **Задачи:**

- 1) Сбор общих сведений о поступившем, необходимых в дальнейшей работе (возраст, место жительства, образование, остаточная трудоспособность, увлечения и т.д.);
- 2) Выявление характерологических особенностей поступивших;
- 3) Знакомство с бытовыми условиями;
- 4) Выявление и активизация творческого потенциала, сохранение позитивного отношения к жизни.
- 5) Формирование и повышение уровня коммуникативных навыков.
- 6) Выявление проблем адаптации для оказания всестороннего содействия в успешной социализации проживающего.

Для успешной реализации цели и задач данной программы необходимо тесное сотрудничество всех специалистов РЦ.

**Целевая группа:** вновь поступившие в РЦ люди с интеллектуальными нарушениями.

#### **Практическая реализация программы:**

Процесс адаптации, включающий в себя создание благоприятных, комфортных условий проживания, доброжелательной атмосферы, организацию должного ухода, является начальным звеном процесса комплексной реабилитации проживающих (медицинской, социальной,

психологической, трудовой), поэтому социальная адаптация инвалидов в учреждении условно разделена на несколько этапов:

1. Поступление, расселение и ознакомление поступившего с условиями жизни в стационарном учреждении;

2. Выявление состояния здоровья, двигательной активности, характерологических особенностей для создания индивидуальной программы адаптации и социальной реабилитации вновь прибывшего.

Индивидуальная программа адаптации включает в себя: создание комфортных бытовых условий, трудовой занятости, содержательного досуга.

3. Анализ результатов индивидуальной программы социальной адаптации путем анкетирования – по истечению одного, трех, шести месяцев проживания в учреждении.

4. Индивидуальная разработка эффективных мероприятий по коррекции адаптационных процессов поступившего до 1 года проживания.

5. Непосредственное участие в адаптации поступившего принимают специалисты медицинского, социокультурного, хозяйственного блоков, а также другие проживающие, которые помогают настроить его на положительное восприятие новых условий проживания.

**Реализация программы** рассчитана на 1 год.

Каждый день – это проведение комплекса мероприятий: оказание социальных услуг, беседа, опрос, диагностика, тренинговые упражнения и др., направленных на скорейшую адаптацию вновь поступивших граждан в стационарное учреждение.

С момента поступления на вновь прибывшего заводится «Карта индивидуальной комплексной реабилитации» проживающего, в которую вносятся необходимые сведения, назначения, рекомендации и ведётся учёт проводимой адаптационной и реабилитационной работы.

На протяжении всего этапа адаптации ведётся усиленное медицинское наблюдение за состоянием поступившего, оказывается необходимая медицинская помощь, проводится симптоматическое лечение, предоставляется комплекс социально - бытовых услуг, психологическая помощь.

**Этапы адаптации:**

1. Первый месяц (ориентация):

• **Знакомство:** Встреча с персоналом РЦ, знакомство с правилами внутреннего распорядка, с сотрудниками, проживающими в РЦ.

• **Осмотр медицинским работником:** Проведение осмотра, выявление индивидуальных особенностей и потребностей клиента.

**·Индивидуальная программа:** Составление индивидуального плана адаптации с учетом потребностей клиента, включая режим дня, рацион питания, планы занятий и мероприятий.

**·Введение в режим дня:** Постепенное включение клиента в распорядок дня РЦ, ознакомление с графиком приёма пищи, занятий, отдыха.

**·Безопасность и комфорт:** Обеспечение безопасных условий проживания, комфортной атмосферы в комнате, ознакомление с правилами пожарной безопасности и эвакуации.

**·Поддержка и помощь:** Предоставление индивидуальной психологической поддержки, помощь в освоении новых навыков самообслуживания.

**·Социальные связи:** познакомить клиента с другими проживающими, предложить участие в групповых мероприятиях.

## 2. Второй - третий (социализация):

**·Развитие самостоятельности:** Формирование навыков самообслуживания, обучение правилам гигиены, приёму пищи, одеванию.

**·Социальные навыки:** Развитие коммуникативных навыков, обучение общению с персоналом и другими проживающими, участие в групповых занятиях.

**·Досуг и интересы:** Поиск индивидуальных интересов клиента, организация участия в творческих мастерских, спортивных занятиях, прогулках.

**·Включение в общее пространство:** Постепенное расширение участия клиента в жизни РЦ, поощрение участия в коллективных мероприятиях.

**·Взаимодействие с семьей:** Поддержание связи с родственниками, ознакомление их с планом адаптации, организация визитов.

## 3. Четвертый – шестой месяц (интеграция):

**·Укрепление самостоятельности:** Развитие навыков самоорганизации, формирование уверенности в собственных силах.

**·Социальная интеграция:** Поощрение участия в социальных программах РЦ, в том числе в волонтерских проектах.

**·Поддержка индивидуальных интересов:** Создание условий для развития индивидуальных увлечений, поиск возможностей для их реализации.

**·Взаимоотношения с сотрудниками и другими проживающими:** Развитие доверительных отношений с сотрудниками и другими проживающими.

•**Планирование будущего:** Помощь в планировании дальнейшей жизни в РЦ, определение целей и задач на будущее.

Ключевые моменты программы:

•**Индивидуальный подход:** Каждый клиент получает индивидуальный план адаптации, учитывающий его особенности и потребности.

•**Постепенность:** Адаптация происходит постепенно, в несколько этапов, что позволяет клиенту плавно войти в новый ритм жизни.

•**Поддержка:** Клиенту предоставляется необходимая поддержка со стороны персонала РЦ, включая психологическую помощь.

•**Социальная интеграция:** уделяется внимание развитию социальных навыков, участию в коллективных мероприятиях, поиск возможностей для участия в жизни РЦ.

•**Оценка эффективности:** проводится регулярная оценка эффективности программы адаптации, в ходе которой вносятся необходимые коррективы.

Дополнительные рекомендации:

•**Обучение сотрудников:** провести специальное обучение сотрудников РЦ по вопросам адаптации клиентов.

•**Сотрудничество с семьей:** установить тесный контакт с семьей клиента, ознакомить их с планом адаптации, организовать регулярные визиты родственников.

•**Создание комфортной атмосферы:** создать в РЦ комфортную атмосферу, оснастить комнаты необходимой мебелью, обеспечить доступ к досуговым мероприятиям.

**План работы:**

Период	Проводимые мероприятия	Цель	Ответственный
Первый день	Проверка документации, необходимой для поступления в РЦ; Врачебный осмотр	Санитарный осмотр,  Оценка состояния здоровья и сбор анамнеза заболеваний	Дежурная медсестра,  Врач
	Оформление договора о соц. обслуживании Оформление вещевой карточки	Постановка поступившего на обслуживание Прием личных вещей и выдача необходимого	спец. по соц. работе  сестра –хозяйка
	Заселение в комнату, экскурсия по РЦ	Знакомство с соседями по комнате, с сотрудниками экскурсия по РЦ	Зам. директора
		Разработка программы медицинской реабилитации и рекомендаций к трудовой терапии;	Психолог
			Реабилитолог

<b>Второй день</b>	Беседа  Психологическое обследование Анализ психологической диагностики  Медицинское обследование Анализ физического состояния здоровья	Ознакомление с внутренним распорядком, правилами поведения, сбор анамнеза жизни. Психологическая диагностика Разработка программы коррекции выявленных нарушений; Медицинская диагностика заболеваний	Спец. по соц. работе  Психолог  врач
<b>Третий день</b>	Беседа  Тестирование  Медосмотр	Определение сферы интересов Выявление наклонностей к различному виду деятельности; Изучение индивидуально-психологических черт личности Наблюдение за состоянием здоровья	Спец. по соц. работе,  психолог  Мед. сестра
<b>Четвёртый день</b>	Предоставление соц. услуг  Тренинговое занятие  Медосмотр	Помощь в оформлении документов, связанных с пенсионным обеспечением, написании писем и др. Развитие навыков коммуникативности в условиях интерната. Наблюдение за состоянием здоровья, назначение планового обследования;	Спец. по соц. работе  Психолог  Врач
<b>Пятый день</b>	Беседа - рассказ  Медосмотр  Тестирование	Ознакомление с деятельностью, с видами трудовой терапии, с общественно полезной работой, с работой культурно-бытовой комиссии, расписанием занятий. Наблюдение за состоянием здоровья Изучение личностной предрасположенности к конфликтному поведению	Спец. по соц. работе  Мед. сестра  психолог
<b>Шестой день</b>	Утверждение индивидуальной программы адаптации поступившего	адаптация к условиям проживания в стационарном учреждении	Специалисты учреждения
<b>Последующие дни</b>	Исполнение индивидуальной программы адаптации поступившего.	Оказание социальной помощи, организация досуговой деятельности Участие в трудотерапии Психологическая поддержка Проведение симптоматического лечения	Спец. по соц. работе Инструктор по труду Психолог Мед. сестра

1 месяц	Анкетирование	Анализ исполнения индивидуальной программы адаптации поступившего, коррекция (при необходимости)	Специалисты учреждения
3 месяц	Анкетирование	Анализ исполнения индивидуальной программы адаптации поступившего, коррекция (при необходимости)	Специалисты учреждения
6 месяц	Анкетирование	Анализ исполнения индивидуальной программы адаптации поступившего, коррекция (при необходимости)	Специалисты учреждения
1 год	Подведение итогов исполнения индивидуальной программы адаптации поступившего	Утверждение индивидуальной комплексной программы реабилитации проживающего (медицинской, социальной, психологической, трудовой)	Специалисты учреждения

### Механизм реализации программы

№ п/п:	Наименование	Должность
1	2	3
	Проверка документов:	
1	Медицинская карта, результаты анализов и осмотра врачей, заключение медицинской комиссии	заместитель директора
	паспорт, листок убытия, СНИЛС, ИНН	специалист по социальной работе
	льготные удостоверения, справка МСЭ, ИПР	специалист по социальной работе
2	Медицинский осмотр	заместитель директора
3	Формирование истории болезни	палатная медицинская сестра
4	Оформление и заключение договора	специалист по социальной работе
5	Подписание согласия на обработку персональных данных	специалист по социальной работе
6	Санитарная обработка	медицинская сестра
7	Осмотр и прием личных вещей	сестра-хозяйка
8	Определение в приемнокарантинное отделение	заместитель директора
10	Знакомство прибывшего с сотрудниками учреждения	Заместитель директора
11	Знакомство клиента с учреждением: - Распорядок дня - Расположение кабинетов - Часы работы администрации	Заместитель директора
12	Сбор общих сведений (приложение №1)	психолог, психиатр, реабилитолог.
13	Анкетирование (приложение 2)	специалист по социальной работе
14	Установление родственных связей, сбор сведений об индивидуальных особенностях поступившего.	Заместитель директора медицинская сестра, специалист по социальной работе психолог
15	Психодиагностика	психолог, психиатр
16	Предварительный выбор группы для постоянного поселения	Заместитель директора
17	Регистрация по месту жительства	специалист по социальной работе
18	Оформление (перевод) пенсии	специалист по социальной работе
20	Работа с ИПР клиента: оформление, получение технических средств реабилитации и	реабилитолог

	проведение обучения их использования	
21	Обучение самообслуживанию, санитарно-гигиеническим навыкам, пользованию бытовыми приборами и т.д.	Специалисты отделения социальной реабилитации
22	Постоянное проведение бесед, психологическое сопровождение в соответствии с результатами проведенных опросов, ознакомление с условиями жизни в РЦ	Специалисты отделения социальной реабилитации
23	Обучение и активное вовлечение инвалидов в общение, умению понимать других проживающих, развитие контактов между ними, выявление увлечений досуговой деятельности	Специалисты отделения социальной реабилитации
24	Выяснение остаточной трудоспособности для последующего привлечения к посильной трудовой деятельности (уборке и благоустройству территории, работе в мастерской и т.д.)	Заместитель директора, Специалисты отделения социальной реабилитации.
25	Анкетирование (Приложение 2)	психолог
26	Диагностика уровня тревожности	психолог

#### **Ожидаемый результат:**

- Достижение комфортного эмоционального и морально-психологического состояния поступившего.
- Снятие эмоционального напряжения.
- Снижение уровня стресса, вызванного самим переездом.
- Повышение чувства собственной значимости.
- Осознание возможности продолжения продуктивной и достойной жизни.
- Поддержание социальной активности поступившего в условиях учреждения (использование посильного и эпизодического труда).
- Полная адаптация поступивших на постоянное проживание.

**План сбора общих сведений:**

ФИО: \_\_\_\_\_

Дата рождения: \_\_

Самочувствие (сон, аппетит, жалобы на физическое состояние):

Причина поступления:

Психологический статус (тревожность, эмоции, жалобы на ВПФ):

Место рождения и жительства:

Семья, родственники и друзья:

Образование, место работы, интересы и увлечения:

**Психолог**

**Анкетирование с целью определения уровня осведомленности о правах, обязанностях и возможностях проживающего в РЦ:**

1. Что вы знаете об условиях проживания в РЦ?
2. Знакомы ли вы с правилами проживания в РЦ?
3. Вы знаете условия оплаты проживания в РЦ?
4. Знаете ли Вы о возможности принимать участие в культурных, досуговых и развлекательных мероприятиях в РЦ?
5. Вы осведомлены о порядке выплаты пенсии?
6. Вы знаете о возможности трудовой деятельности в РЦ?
7. Знаете ли Вы о функционировании библиотеки, комнаты психологической разгрузки?
8. Знаете ли Вы о возможности защиты своих прав?
9. Знаете ли Вы о существовании органов самоуправления в РЦ?
10. Знаете ли Вы к кому обратиться в случае возникновения спорных ситуаций?
11. Знаете ли вы о социальной работе (помощи) в РЦ?
12. Знаете ли вы о медицинской помощи в РЦ?

## Методика субъективной оценки ситуационной и личностной тревожности

Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина.

### Инструкция.

«Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, КАК ВЫ СЕБЯ ЧУВСТВУЕТЕ В ДАННЫЙ МОМЕНТ. Отвечайте первое, что пришло в голову».

### Шкала самооценки (СТ)

№ п/п		нет, это совсем не так	пожалуй, так	верно	Совершенно верно
1	Я спокоен	1	2	3	4
2	Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3	Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4	Я испытываю сожаление	1	2	3	4
5	Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6	Я расстроен	1	2	3	4
7	Меня волнуют возможные	1	2	3	4
8	Я чувствую себя	1	2	3	4
9	Я встревожен	1	2	3	4
10	Я испытываю чувство внутреннего	1	2	3	4
11	Я уверен в себе	1	2	3	4
12	Я нервничаю	1	2	3	4
13	Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14	Я взвинчен	1	2	3	4
15	Я не чувствую скованности,	1	2	3	4
16	Я доволен	1	2	3	4
17	Я озабочен	1	2	3	4
18	Я слишком возбужден и мне не по себе	1	2	3	4
19	Мне радостно	1	2	3	4
20	Мне приятно	1	2	3	4

### Инструкция

«Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, КАК ВЫ СЕБЯ ЧУВСТВУЕТЕ ОБЫЧНО. Отвечайте первое, что пришло в голову».

### Шкала самооценки (ЛТ)

№ п/п		нет, это совсем не так	пожалуй, так	верно	Совершенно верно
1	Я испытываю удовольствие	1	2	3	4
2	Я быстро устаю	1	2	3	4
3	Я легко могу заплакать	1	2	3	4
4	Я хотел бы быть таким же счастливым, как и другие	1	2	3	4
5	Бывает, что я проигрываю из-за того, что недостаточно быстро принимаю решения	1	2	3	4
6	Я чувствую себя бодрым	1	2	3	4
7	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
8	Ожидание трудностей очень тревожит меня.	1	2	3	4
9	Я слишком переживаю из-за пустяков.	1	2	3	4
10	Ожидание трудностей очень тревожит меня	1	2	3	4
11	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
12	Я бываю вполне счастлив	1	2	3	4
13	Я принимаю все слишком близко к сердцу	1	2	3	4
14	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
15	Я чувствую себя в безопасности	1	2	3	4
16	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4

17	У меня бывает хандра	1	2	3	4
18	Я бываю доволен	1	2	3	4
19	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
20	Я так сильно переживаю свои разочарования, что	1	2	3	4
21	Я уравновешенный человек	1	2	3	4
22	Меня охватывает сильное беспокойство, когда я думаю о своих делах.	1	2	3	4

Ключ к тесту на тревожность

Ситуативная тревожность  $СТ=(3,4,6,7,9,12,13,14,17,18)$  \_

(1,2,5,8,10,11,15,16,19,20)

Личностная тревожность  $ЛТ=(2,3,4,5,8,11,12,14,15,17,18,20)$

- (1,6,7,10,13,16,19) + 35(число 35)

Интерпретация теста тревожности Спилбергера - Ханина.

До 30 баллов - низкая

31 - 45 баллов - средняя

46 баллов и более - высокая тревожность