МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ГБСУСО МО
«СЕМЕЙНЫЙ ЦЕНТР «ДМИТРОВСКИЙ»

УТВЕРЖДАЮ
Директор
_____М.А. Исаева
От «29» 08 2025 г.

# «Путь к себе»

## Программа подготовки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей к самостоятельной жизни

Составила
Волкова Любовь Юрьевна
социальный педагог

Дмитров 2025 г.

## Введение

Проблема интеграции в современное общество выпускников имеющих статус детей-сирот и детей оставшихся без попечения родителей давно переросла из проблемы педагогической в острую социальную, так как процесс их социализации и адаптации проходит очень сложно. Многолетние наблюдения за самостоятельной жизнью выпускников ГБСУСО МО «Семейный центр «Дмитровский» (далее учреждение) подтверждают тревожные выводы, какой бы замечательной не была воспитательная система, созданная в семейном центре, она не способна в полной мере подготовить их к самостоятельной жизни. Искусственно смоделированная среда не может заменить среду домашнюю, семейную. Именно поэтому большинству выпускников сложно успешно адаптироваться в обществе. Вступая в самостоятельную жизнь, они сталкиваются с проблемами поиска работы, организации быта, питания, обеспечения себя прожиточным минимумом, организацией свободного времени, получения медицинской помощи, создания и сохранения собственной семьи и многими другими проблемами, к которым они не всегда готовы. Для решения данной проблемы в учреждении была создана программа для выпускников по социальной адаптации к самостоятельной жизни в современном обществе.

## Пояснительная записка

### Актуальность программы

Одним из самых критических моментов в жизни детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, является их переход из-под опеки государства к самостоятельной жизни. Воспитываясь в семье, ребенок инвалид гармонично адаптируется в обществе, учится соизмерять свои потребности с возможностями, обслуживать себя, заботиться о близких. В семейном центре у детей ограничены контакты с внешним миром и обеднены условия для приобретения собственного опыта. Низкий уровень социальной компетентности, свойственной воспитанникам-сиротам, и оставшимся без попечения родителей впоследствии нарушает процесс вхождения их в жизнь общества, снижает возможность усвоения принятой системы ценностей, норм, знаний и представлений. После выпуска нередко попадают в весьма трудную жизненную обстановку, которая ставит перед ними множество вопросов – бытовых, экономических, образовательно-профессиональных и

социальных. Состояние выпускников, стоящих на пороге выхода из учреждения, чаще всего характеризуется как растерянность перед самостоятельной жизнью. Дело в том, что, несмотря на наличие формального множества открывающихся перед ними перспектив, они испытывают значительные трудности в выборе дальнейших жизненных путей. Выпускники с нарушением опорно-двигательного аппарата, интеллектуальными нарушениями находятся чаще всего в состоянии психологического стресса. Объясняется это тем, что в учреждении позиция детей-сирот носила в значительной мере «объектный» характер, о них заботились, их обеспечивали всем необходимым. При выходе из учреждения характер позиции этих же детей нормативно становится «субъектным». Они сами должны обеспечить себе условия для нормальной жизнедеятельности. Иначе говоря, выпускникам семейного центра фактически предстоит самостоятельно и впервые выстроить и организовать свое жизненное пространство. В итоге перед выпускниками стоят две насущные задачи: как перейти на самостоятельное жизнеобеспечение и выстроить границы своего нового жизненного пространства. Наиболее характерными затруднениями выпускников в период адаптации к самостоятельной жизни являются: проблемы интеллектуального, эмоционального и личностного развития; затруднения профессионального самоопределения, дальнейшего профессионального образования и трудоустройства; затруднения в самостоятельной организации быта и досуга, непрактичность; затруднения в ориентации в системе служб социальной поддержки; правовая некомпетентность; возврат в кризисные условия после выпуска. В связи с этим программа подготовки к самостоятельной жизни "Путь к себе" является в настоящее время очень актуальной, так как социализация, самоопределение выпускников социальных учреждений для детей-инвалидов одна из основных проблем в работе таких учреждений.

**Цель программы:**

Оптимизация деятельности учреждения, расширение мер педагогического воздействия, направленных на повышение результативности и качества подготовки детей-сирот, и детей оставшихся без попечения родителей, имеющих инвалидность, к самостоятельной жизни в современном обществе.

**Задачи:**

1. Максимальная практическая направленность принятия жизненных компетенций у выпускников, имеющих статус детей-сирот, и детей оставшихся без попечения родителей

2. Создание условий для проявления и формирования знаний, умений и навыков обустройства и организации своей самостоятельной жизни в современном обществе.

3. Формирование правовой грамотности, навыков бюджетного планирования, социального ориентирования в различных социальных институтах.

**Целевая группа:**

Основная целевая группа – дети-сироты, и дети оставшиеся без попечения родителей, имеющих инвалидность, с 14 лет до выпуска из учреждения

**Формы работы:**

- Групповые
- Индивидуальные

**Методы работы:**

- Собеседование
- Консультирование
- Практические занятия
- Тренинги

## НЕОБХОДИМЫЕ РЕСУРСЫ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

**Материальное обеспечение:**

- Помещение для занятий;
- Тренировочная кухня;
- Техническое оснащение (компьютеры, телевизор, интерактивная доска);
- Доска, мел, канцелярские товары;
- Игровое и спортивное оборудование и инвентарь.

**Кадровое обеспечение программы:**

- Специалисты социального учреждения – социальный педагог, педагог-психолог, врач-педиатр, воспитатель, наставник, специалист по социальной работе
- Для эффективного решения задач программы, необходимо взаимодействие всех специалистов, задействованных в реализации программы.

**Реализация программы:**

Программа рассчитана на 68 часов, 2 часа в неделю, 34 рабочих недели

*Основные мероприятия, проводимые в рамках программы:*

1. Разработка основных направлений деятельности (апробирование индивидуальных и групповых форм работы).
2. Формирование группы подростков, участвующих в программе.
3. Работа в группах, направленная на поиск внутренних ресурсов – психологическая группа.
4. Социально-психологическое сопровождение выпускников семейного центра (консультирование специалистами семейного центра, поддержка, работа по запросу).

**Этапы программы**

*Диагностический этап:*

1. Изучение научной и методической литературы по проблеме исследования.

2. Изучение особенностей социальной среды и социальной ситуации, в которой находятся участники программы.

3. Диагностика наиболее типичных трудностей, возникающих в процессе адаптации подростков к самостоятельной жизни.

4. Диагностика социального интеллекта.

*Организационно-деятельный этап:*

1. Корректировка программы с учетом полученных диагностических данных.

2. Реализация системы занятий по программе.

*Итоговый этап:*

1. Совместный анализ занятий со специалистами социального учреждения, принимающими участие в реализации программы.
2. Диагностика изменений, произошедших с подростками в ходе реализации программы.
3. Психолого-педагогический анализ результативности программы в целом.
4. Определение перспектив реализации данной программы в дальнейшем.

**Нормативно-правовые документы**

Рабочая программа по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Стандарт «Подготовка к самостоятельной жизни детей-сирот и детей, и детей, оставшихся без попечения родителей (воспитанников, помещенных под надзор в учреждения социального обслуживания Московской области)
2. Федеральный закон №181-ФЗ «О социальной защите инвалидов»
3. Федеральный закон № 442-ФЗ "Об основах социального обслуживания граждан в Российской федерации"
4. Закон Российской федерации "Об образовании"
5. Документы Министерства социального развития Московской области.
6. Документы Министерства образования Московской области.
7. Устав ГБСУСО МО «Семейный центр «Дмитровский».

**Основные идеи и принципы программы**

Для того чтобы выпускник социального центра, имеющий инвалидность, успешно адаптировался и социализировался в обществе, программа предусматривает его медико-психолого-педагогическое сопровождение, позволяющее наиболее эффективно применять психологические, теоретические, практические знания, умения и навыки, полученные воспитанником во время проживания в семейном центре. Такое сопровождение служит переходной формой из мира учреждения во внешний мир, помогает найти в нем свое место и обрести самостоятельность в различных сферах жизни, создает среду общения, положительные ценностные представления, обеспечивает успешность и запас положительного опыта, помогает преодолеть тягу к негативному образу жизни. Главная идея программы состоит в том, что преодоление трудностей

и проблем, стоящих перед выпускником в плане его социализации, профессионально-трудовой реабилитации и всестороннего развития личности, осуществляется при постоянной разумной поддержке педагогов, но с опорой на самостоятельность и стремление выпускника справиться с жизненными проблемами собственными силами.

Программа построена на следующих принципах:

- индивидуальный подход к судьбе каждого ребенка;
- комплексное решение проблем выпускника;
- переориентация иждивенческой психологии на стремление справиться с жизненными проблемами собственными силами;
- адекватная реакция на ситуацию, в которой находится выпускник;
- гарантия непрерывного и всестороннего сопровождения выпускника;
- ориентация на социально-ценностные отношения (способность педагога обнаружить за событиями, действиями, словами, поступками, предметами человеческие отношения);
- деятельностный подход (обязательная активность каждого участника программы, личная заинтересованность в ее реализации);
- индивидуальный подход в ориентации на работу в современном правовом поле.

**Направления и содержание Программы.**

Об эффективности работы по социальной адаптации выпускников можно говорить лишь при комплексном подходе к этому вопросу и взаимодействии разных специалистов. Во-первых, по причине сложности и многоплановости возникающих проблем, во-вторых – в свете объективной ограниченности и узкой направленности работы каждого специалиста. Для этого в Программе были определены следующие направления:

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

Данные направления позволяют комплексно простроить работу всех специалистов семейного центра по социальной адаптации выпускников.

**Психолого-педагогическая помощь.**

**Основная цель**: содействие успешной социально-психологической адаптации выпускника в социальной среде, профилактика его социальной дезадаптации.

Задачи:

1. Диагностика личностных особенностей, социально-психологического развития выпускника, уровня социальной адаптации.

2. Индивидуальные консультационные беседы с целью решения различного рода психологических проблем, связанных с трудностями социальной адаптации.

3. Коррекционно-развивающие занятия с целью воздействия на личность выпускника, рассчитанные на избавление от каких-либо проблем психологического характера, исправление поведения, повышение уровня социально-психологической адаптации.

## Программа реализации психологического сопровождения воспитанников.

Для более эффективной реализации проект разбит на 4 блока:

1. **Социально-психологическая диагностика**.

   Цель: определение уровня социально-психологической адаптации выпускника, составление «Индивидуальной карты психосоциального развития выпускника»

2. **Психологическое консультирование**.
   Цель: оказание психологической помощи в специально организованном процессе общения психолога и выпускника, в ходе которого оказывается помощь в проблемах, связанных с нарушением социальной адаптации, направленной на осознание личных проблем, способность актуализировать собственный опыт.
3. **Психологическое просвещение.**
   Цель: приобщение выпускников к психологическим знаниям и формирование у них психологической культуры (предметные психологические недели; просмотр тематических фильмов; подбор литературы, статей по интересующим вопросам; организация встреч со специалистами: инспектором ОДН УМВД России по Дмитровскому Городскому округу).
4. **Коррекционно-развивающие занятия.**
   Цель: Содействие активизации адаптационных реакций организма, достижению эмоционального равновесия повышению уровня социально-психологической адаптации воспитанников.

Занятия проводятся по плану психолога 1 раз в две недели.

**<u>Социально-правовая помощь.</u>**

В процессе социализации решаются три группы задач: адаптация, автономизация и активизация личности. Решение этих задач, по сути противоречивых и в тоже время диалектически единых, существенно зависит от многих внешних и внутренних факторов. Ведь перед выпускником семейного центра имеющих статус детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, остро встает проблема включения в социум. Он просто поставлен перед фактом радикальных перемен, новой социальной среды, к которой вынужден приспосабливаться. Выпускники испытывают трудности в профессиональном самоопределении, в браке, в установлении профессиональных и дружеских отношений, в решении правовых проблем. Реализация данного направления Программы помогает решению широкого спектра жизненных и личностных проблем выпускников семейного центра, оказывает поддержку и помощь в различных жизненных ситуациях и способствует становлению самостоятельности выпускников. С целью отражения в работе максимально возможного количества возникающих затруднений у выпускников семейного центра данное направление программы было разделено на 4 блока:

| Блок | Краткое содержание работы |
|---|---|
| Профессиональная и экономическая ориентация | Профориентация. Трудовые перспективы. Социально-экономическое просвещение |
| Социально-бытовая ориентация | Организация рациональных потребностей человека. Помощь в получении и обустройстве жилья. |
| Правовая ориентация | Изучение правовых документов. |
| Азбука финансовой грамотности | Изучение финансовых продуктов, финансовой безопасности |

1. Профессиональная и экономическая ориентация

Цель данного блока: социально-правовая помощь в профессиональном определении, трудоустройстве, решении профессиональных проблем.

Задачи:

- Оказывать помощь в индивидуальном выборе профессионального учебного заведения для выпускника и оформлении пакета документов для поступления в учебное заведение.
- Консультировать выпускников по вопросам трудового законодательства.
- Оказывать помощь при устройстве на работу и в получении профессиональной переподготовки, если такое необходимо. В данном блоке используются такие формы работы: индивидуальные консультации,

информационно-практические занятия, взаимодействие с учреждениями города по вопросам трудоустройства, отслеживание успехов в обучении, трудовой деятельности социальным педагогом.

2. Социально-бытовая ориентация

Цель данного блока: формирование позитивной социально-бытовой ориентации выпускников, защита материальных, жилищных и социальных прав.

Задачи:

- Дать представление о жилищных организациях, об их деятельности и услугах, о тех сотрудниках, с которыми будут взаимодействовать участники в самостоятельной жизни; научить взаимодействовать с жилищными организациями.
- Оказывать помощь в получении жилья, оформлении соответствующих документов, его обустройстве, решении социально-бытовых проблем, обучении самостоятельному решению данных проблем.

3. Правовая ориентация

Основная цель блока: повышение правовой компетенции выпускников, выработка умения самостоятельного поиска, анализа и применения правовой информации в решении сложных жизненных ситуаций, правовая помощь.

Задачи:

- Осуществлять контроль соблюдения социальных прав инвалидов, выпускников семейного центра.
- Обеспечивать защиту прав выпускников-инвалидов.
- Оказывать помощь в обеспечении льготами, предусмотренными в Российской Федерации.
- Познакомить с видами государственной помощи и системой льгот инвалидов, понятиями «социальное обеспечение», «категории населения», «налоги», «пенсионное страхование», письменное и устное обращение в эти организации.
- Формировать навыки взаимодействия со специалистами необходимых организаций, навыки получения нужной информации.

4. Ориентация в мире финансовой грамотности

Основная цель блока: формирование у детей умений и навыков для принятия финансовых решений в повседневной жизни и в процессе взаимодействия с финансовыми институтами.

<u>Задачи:</u>

- Развитие мотивации к обучению финансовой грамотности.

- Развитие основных навыков сознательного рационального поведения в мире финансовых услуг.
- Формирование личности, способной рационально управлять своим бюджетом.

**Медицинская помощь.**

Медицинское сопровождение выпускников одно из необходимых направлений деятельности в рамках Программы. Оно предполагает оказание первой медицинской помощи, помощь в осуществлении взаимодействия с медицинскими учреждениями города, области, консультативную помощь по вопросам здоровья. Из множества проблем, с которыми сталкиваются выпускники семейного центра с нарушением опорно-двигательного аппарата и имеющих интеллектуальные нарушения, одной из важных является возможность принимать решения не только по вопросам половых отношений, но и всей своей дальнейшей жизни, брать на себя ответственность за жизнь другого человека, своего собственного ребенка.

**Ожидаемые результаты.**

Разработанная Программа имеет значение для решения ряда воспитательных и социальных проблем в масштабе социального учреждения и в случае реализации позволит добиться изменений по улучшению качества жизни и повышению уверенности в своем будущем у выпускников детского дома, развитие у них навыков социального взаимодействия и расширения социальных связей. А также, развитие потребности в интимно-личностных отношениях, развитие коммуникативных навыков, направленности на семейные ценности, умения выстраивать семейные отношения, дифференцировать роли мужа и жены в собственной семье. Результатом работы кроме того должно явиться снижение количества затруднений связанных с профессиональной сферой. В ходе реализации программы выпускник должен научиться объективно оценивать явления, происходящие в обществе, адекватно воспринимать возникающие социальные проблемы и решать их в соответствии со своими правами и обязанностями, нормами отношений, сложившимися в социуме, быть устойчивым к неблагоприятным социальным воздействиям и занять активную позицию в решении социальных проблем, быть готовым к социальным действиям, саморазвитию, то есть успешно адаптироваться в современном общества, иметь компетенции, необходимые для сохранения и приумножения, как собственного финансового благополучия, так и семейного.

## Календарно-тематическое планирование

| Блоки | Тема | Кол-во часов | Сроки проведения |
|---|---|---|---|
| 1.Профессиональная и экономическая ориентация | Теоретические занятия | | |
| | 1. Мои жизненные планы: перспектива и возможности. | 1 | Сентябрь |
| | 2.Профессиональное самоопределение: мои возможности, навыки и умения. Взаимосвязь состояния здоровья и профессии | 1 | Октябрь |
| | 3. Результат труда: мои цели и намерения в будущем. Что такое экономика? | 1 | Ноябрь |
| | 4. Финансовое обеспечение. IT-технологии в системе оказания госуслуг | 1 | Декабрь |
| | 5. Экономия в домашнем хозяйстве и его значение. Правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, экономия электроэнергии и т.д.) | 1 | Январь |
| | 6. Квартплата и коммунальные услуги. (Порядок периодичность оплаты, размер жилой | 2 | Февраль Март |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | площади, заполнение документов) (практическое занятие)<br>7. Разумные потребности и планирование крупных покупок с учетом стоимости покупки и бюджета. Цена товара и его качество. | 2 | Апрель<br>Май |
| | 1. Посещение магазинов, рынка. Покупка продуктов, промышленных товаров.<br>2. Заполнение квитанций<br>3. Оплата коммунальных услуг через личный кабинет | | В течение года |
| 2. Социально-бытовая ориентация | Теоретические занятия | | |
| | 1. Место жительства. Почтовый адрес, телефон, ориентирование в городе по адресу. | 1 | Сентябрь |
| | 2. Организации, предприятия, учреждения, находящиеся рядом с жильем выпускника. | 1 | Октябрь |
| | 3. Современное жилище, его конструкция и особенности коммунального или индивидуального бытового обеспечения. | 1 | Ноябрь |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | 4. Мебель, бытовые приборы. Уход за ними. Правила безопасности. | 1 | Декабрь |
| | 5. Продукты питания, приготовление пищи, кухонные принадлежности. | 1 | Январь |
| | 6. Основы безопасности жизни. | 1 | Февраль |
| | 7. Семья в жизни человека. Морально-этические нормы взаимоотношений юноши и девушки. | 1 | Март |
| | 8. Основные функции семьи. Быть отцом или матерью? | 1 | Апрель |
| | 9. Организация досуга, формы проведения, места отдыха, правила поведения в общественных местах. | 1 | Май |
| | Практические занятия в соответствии с тематикой | | В течение года |
| 3.Правовая ориентация | Теоретические занятия | | |
| | 1.Государство и право. Конституция РФ. Права и обязанности граждан. | 1 | Октябрь |
| | 2. От преступления к | 1 | Ноябрь |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | наказанию. УК РФ. Уголовная ответственность. | | |
| | 3. Судебная система. Мировой суд, арбитражный, суд по гражданским и уголовным делам. Обращение в суд. Исковые заявления, их составление. | 1 | Декабрь |
| | 4. Российское законодательство в области защиты своих прав. Ознакомление с ФЗ "Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации". | 2 | Январь Февраль |
| | 5. Основные документы гражданина проживающего на территории РФ, их предназначение, правила получения и хранения (паспорт, ИНН, полис медицинского страхования, полис пенсионного страхования, пенсионное удостоверение) | 1 | Март |
| | 6. Виды государственной помощи и система льгот для инвалидов | 1 | Апрель |
| | 7. Трудовой кодекс РФ. Вопросы оплаты труда, | 1 | Май |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | заключение трудовых договоров.<br><br>Практические занятия на основе теоретического материала | | В течение года |

**Тематическое планирование занятий по медицинской помощи**

| № п/п | Тема | Кол - во часов | Сроки проведения |
|---|---|---|---|
| 1. | Мое здоровье в моих руках. Консультация по вопросам медицинского характера. | 1 | Сентябрь |
| 2. | Определение медицинских ограничений, профессиональной пригодности | 1 | Октябрь |
| 3. | Влияние ПАВ на здоровье человека. Профилактика вредных привычек. | 1 | Ноябрь |
| 4. | Инфекционные заболевания и их профилактика. | 1 | Декабрь |
| 5. | Венерические заболевания и их профилактика | 1 | Январь |
| 6. | Медицинские учреждения и их назначения. | 1 | Февраль |
| 7. | Медицинское страхование. Оформление электронного медицинского полиса. | 1 | Март |
| 8. | Половое воспитание юношей и девушек | 2 | Апрель<br>Май |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | |

Использованная литература


1. Стандарт «Подготовка к самостоятельной жизни детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (воспитанников) в организациях для детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»

2. Комментарий к Конституции Российской Федерации. – М.: Проспект, 2014. – 256 с.

3. Полный сборник кодексов Российской Федерации. Интернет ресурс http://codex.ucoz.ru

4. Федеральный закон от 21.12.1996 N 159-ФЗ (ред. от 01.05.2017) «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»

5. Федеральный закон №181-ФЗ «О социальной защите инвалидов»

6. О реализации на территории Московской области Федерального закона «Об обслуживании граждан в Российской Федерации», 2015. Брошюра подготовлена специалистами Министерства социальной защиты населения Московской области и ГАУ МО «Издательство Подмосковье».

7.Социальная адаптация учащихся: программы, планирование, тематические занятия /авт.-сост. С.А. Родионова, Т.А. Корепанова. – Волгоград: Учитель: ИП Гринн Л.Е., 2015. – 265 с.

8. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11). – М.: ВАКО, 2013. – 288 с.

9. Перечень льгот инвалидам на 2025 год. Сайт для инвалидов «Дверь в мир» https://doorinworld.ru/stati/504-perechen-lgot-na-2011-god

10. Школа жизни. Подготовка к самостоятельной жизни. Рабочая тетрадь. Авт.-сост.: И.В. Дикун и др. – М.: Центр книги ВГБИЛ им. М.И. Рудомино, 2015

9. Что такое "Госуслуги" - зачем на них регистрироваться, услуги и отзывы - https://businessman.ru/chto-takoe-gosuslugi---zachem-na-nih-registrirovatsya-uslugi-i-otzyivyi.html