

Министерство образования и науки Республики Марий Эл  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Республики Марий Эл «Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий»

## **ЭФФЕКТИВНЫЕ ПРАКТИКИ РАЗВИТИЯ МОЛОДЕЖНОГО ВОЛОНТЁРСТВА**

Методические рекомендации по развитию волонтерской деятельности  
молодежи в учреждении среднего профессионального образования  
(из опыта работы)

Йошкар-Ола, 2023

Методические рекомендации по развитию волонтерской деятельности молодежи в учреждении среднего профессионального образования (из опыта работы)

Авторы:

Лопкина Светлана Ивановна, заместитель директора по учебно-воспитательной работе

Петрова Валентина Николаевна, методист

Долинина Светлана Сергеевна, преподаватель

Домрачева Лала Фазильевна, советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями

Николаева Елена Александровна, преподаватель

В методических рекомендациях представлен опыт реализации волонтерских проектов, реализуемых в Государственном бюджетном профессиональном образовательном учреждении Республики Марий Эл «Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий», как стажировочной площадки «Волонтерская деятельность как важный компонент процесса социализации студенческой молодежи», представлены практические рекомендации по внедрению и развитию волонтерской деятельности.

Пособие адресовано руководителям и педагогам образовательных организаций системы среднего профессионального образования, педагогам-организаторам, методистам, психологам, студентам лидерам добровольческого движения.

## **Волонтерская деятельность как важный компонент процесса социализации студенческой молодежи**

История «волонтерства» уходит своими корнями в далекое прошлое, при этом сохраняя свою актуальность и значимость по сей день. Система «добровольчества» и «волонтерства» прошла долгий путь от определения «добровольно поступившие на военную службу» до человека неравнодушного, всем сердцем переживающего и желающего помочь всем людям, испытывающим нужду. Сегодня «волонтеры – это граждане, осуществляющие благотворительную деятельность в форме безвозмездного труда в интересах благополучателя, в том числе в интересах благотворительной организации».

Назначение волонтерства и его самоцель расширились, увеличился в масштабах охват как волонтеров, так и благополучателей. В современных условиях волонтерство представляет собой широкий спектр услуг, и дает возможность для развития не только тех, кто получает помощь, но и тех, кто активно занимается волонтерской деятельностью. Волонтерская деятельность способствует расширению мировоззрения и духовному насыщению личности, формирует правильное представление о жизни, учит сочувствию, сопереживанию и в целом, нравственному росту человека.

Одним из приоритетных направлений государственной политики в Российской Федерации так же является привлечение граждан к добровольческому движению в различных сферах. Развиваются событийное, спортивное, культурное, социальное, экологическое, медицинское волонтерство. В настоящее время в России добровольческие инициативы находят широкую поддержку, поскольку соответствуют государственной социальной политике, направленной на реализацию демократических идей, прав человека и социальной справедливости [13].

Духовное обогащение, здоровье, освобождение от зла и ненависти, уважение ко всему живому в мире - это все то небольшое, что приобретает человек, лишь раз проявивший добровольческую активность. Система

духовного обогащения является одной из форм проявления социализации личности на пороге его становления. Возьмем, к примеру, студенческую молодежь. Добровольческое движение способствует развитию и совершенствованию социальных и профессиональных компетенций студентов, готовит их к практической деятельности и создает условия для формирования социальной мобильности. Добровольчество - мощный инструмент и ресурс для решения серьезных социальных проблем, повышения эффективности работы студенческих сообществ, представляющих экономический, политический и социальный потенциал страны [2].

Студенческое волонтерское движение – одно из приоритетных направлений воспитательной работы ГБПОУ Республики Марий Эл «Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий», так как оно формирует активную гражданскую позицию молодого человека, развивает его лидерские качества, способствует формированию милосердия, доброты, позволяет погрузиться в профессиональную среду, примерить на себя роль будущего специалиста, взять ответственность за выполнение профессиональной задачи.

На базе техникума с 2006 года работает мобильный волонтерский отряд «Милосердие», деятельность которого осуществляется на основании Закона Российской Федерации № 135-ФЗ от 11 августа 1995 г. «О благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтерстве)» [1], Положения о волонтерском отряде «Милосердие». Вовлечение студентов в волонтерскую деятельность начинается с первой недели обучения. Для этого проводится активная информационная кампания. Заинтересованные студенты вступают в волонтерский отряд.

За время работы волонтерского отряда были налажены контакты с Фондом помощи бездомным животным «Маленькие друзья с большим сердцем», Региональной организацией общероссийской общественной организации «Всероссийское общество инвалидов» Республики Марий Эл, Домом культуры «Всероссийское общество слепых», ГКУ Республики Марий Эл «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних

«Журавушка», ГБУ Республики Марий Эл «Специализированный дом ребенка» и другими общественными организациями, которые впоследствии стали социальными партнерами техникума. В результате взаимодействия студенты техникума приобрели огромный опыт взаимодействия с разной целевой аудиторией, расширили границы своего духовного здоровья.

Накопленный практический опыт за годы существования волонтерского отряда и реализации волонтерских проектов, как на региональном, так и на внутритехникумовском уровнях, послужил толчком к созданию в 2016 году пилотной инновационной площадки «Добровольческая деятельность как средство профессионального развития будущих социальных работников». Основная идея проекта - использовать методы социального проектирования для решения основных задач социализации обучающихся по специальности Социальная работа.

Новым этапом развития инновационной площадки стал переход в 2020 году пилотной площадки в стажировочную - «Волонтерская деятельность как важный компонент процесса социализации студенческой молодежи», основной целью которой является обобщение, систематизация, распространение имеющегося актуального опыта в решении актуальных социальных проблем местного сообщества и социализации студенческой молодежи.

В рамках стажировочной площадки было заключено двухстороннее соглашение с ФГБОУ ВО «РГСУ» о создании волонтерского центра «Абилимпикс» в Республике Марий Эл на базе техникума, которое дает возможность ежегодно обучать студентов учреждений среднего профессионального образования по методике «Волонтер «Абилимпикс».

На обучение волонтеров привлекаются сотрудники Всероссийской общественной организации инвалидов, интеграционного клуба «Знак равенства», Всероссийского общества слепых, Всероссийского общества глухих и Региональной общественной организации «Раскрась мир». Для более продуктивной деятельности волонтеров на Чемпионате проводится цикл

тренингов на сплочение и обучение технологиям работы с людьми с инвалидностью, а также мастер-классы по их сопровождению.

Несомненно, опыт волонтерской деятельности студентов, преподавателей – это огромный профессиональный и жизненный опыт взаимодействия с разными людьми. Для нас идеальный выпускник – это не эрудит с широким кругозором, а человек, умеющий сопереживать ближнему, сострадающий, духовно здоровый, готовый делать осознанный выбор и нести за него ответственность.

### **Эффективные способы вовлечения добровольцев**

По информации Роспатриотцентра, подведомственной организации Росмолодежи, в стране насчитывается около 5,3 млн волонтеров (около 3% населения России). Результаты проведенных опросов ВЦИОМ показали, что 22% среди них составляют молодые люди 18–24 лет. Как правило, это студенты. Подходящим стимулом для осуществления ими регулярной волонтерской деятельности станет обеспечение возможности для бесплатного повышения квалификации, участия в профессиональных тренингах, посещения лекций известных спикеров, льготного доступа на тематические форумы и конференции.

Конечно, в добровольчестве всегда найдутся альтруисты, готовые работать за «спасибо» или добрую улыбку. Для них очень важно видеть результат своей работы, получать живой отклик и чувствовать, что они работают на благо людей. Именно поэтому координаторам мероприятий так важно отчитываться об оказанной помощи, говорить о полученных результатах и подчеркивать их связь с непосредственной работой волонтеров. Осознание собственной значимости и эффективности позволят добровольцам получать искреннее удовлетворение от проделанной работы, а значит, стремиться как можно чаще совершать добрые дела.

В последнее время вводятся новые меры поддержки волонтерской деятельности. Растут суммы грантовой поддержки волонтерских инициатив, проводятся конкурсы социальных практик некоммерческих организаций и

центров добровольчества, открываются коворкинги, где люди с добрым сердцем могут обсудить свои идеи в кругу единомышленников.

Для эффективной организации труда и определения позиций волонтеров важно учитывать несколько аспектов: возраст, интересы, профессиональные навыки, индивидуальные ожидания. Развивать регулярные партнерские отношения с активистами помогут различные способы нематериального поощрения: оценка социальной значимости деятельности волонтеров, учет их индивидуальных достижений и поддержка личных инициатив, получение нового практического опыта и исполнение ответственных поручений, бесплатное обеспечение досуга, учреждение государственных наград в сфере добровольчества.

### **Основные мотивы добровольческой деятельности**

Реализация личностного потенциала, проявление своих способностей и возможностей, осуществление человеческого предназначения должны стать ведущими мотивами участия человека в социально значимой деятельности. Важная роль в поддержании данной мотивации принадлежит осознанию человеком собственного внутреннего потенциала, определению личной миссии, выбору жизненного пути.

Для человека важно получить положительное подкрепление своей деятельности со стороны значимых окружающих, утвердиться в собственных глазах, ощутить свою причастность к общеплезному делу. Основа данной мотивации – потребность человека в высокой самооценке и в оценке со стороны окружающих. Такая оценка играет важную роль в выборе человеком целей и задач собственной деятельности, направления личностного роста.

Возможность проявить себя, заявить о своей жизненной позиции, найти свое место в системе общественных отношений, потребность человека в осознании собственной индивидуальности, уникальности своего внутреннего мира и желание выполнять в обществе роль, согласно своей индивидуальности – основа мотивации самовыражения и самоопределения.

Добровольческая деятельность позволяет человеку, особенно молодому, лучше сориентироваться в различных видах профессиональной деятельности, получить реальное представление о выбранной профессии.

Волонтерская деятельность позволяет приобрести полезные навыки, напрямую не относящиеся к профессиональному выбору человека, но важные для жизни. К ним можно отнести приобретение навыков работы с компьютером, с различными видами техники, строительных навыков, опыта межличностного взаимодействия. Потребность в деятельностном и социальном освоении окружающего мира, в использовании всех возможностей, предоставляемых человеку обществом – одна из насущных потребностей современного человека.

Добровольческая деятельность способствует развитию таких социальных навыков, как:

- развитие коммуникативных способностей;
- опыт ответственного взаимодействия;
- лидерские навыки;
- исполнительская дисциплина;
- защита и отстаивание прав и интересов;
- делегирование полномочий;
- инициативность.

Кроме того, добровольческая деятельность позволяет приобрести единомышленников, найти значимый для себя круг общения и получить поддержку в дружеском взаимодействии. Одна из глубинных человеческих потребностей – стремление к общению и взаимодействию, потребность быть принятым и вовлеченным в лично значимые социальные отношения. Добровольный выбор деятельности, ее социальная направленность позволяют людям найти единомышленников, установить с ними дружеские отношения. Такой вид деятельности дает молодому человеку возможность проявить себя в различных моделях взаимодействия, приобрести навыки, необходимые в дальнейшей жизни, для ответственного лидерства и исполнительской



деятельности. Потребность в приобретении опыта ответственного взаимодействия является осознанной социальной потребностью.

Немаловажным мотивом участия в добровольческой деятельности является возможность организации собственного свободного времени. Вместе с тем, организация свободного времени не может быть ведущим мотивом для участия в добровольческой деятельности.

Молодежь теряет интерес к социальному служению в тех случаях, когда:

- возникает противоречие между их ожиданиями и предлагаемой деятельностью;
- выполняемая работа не влечет реальных изменений;
- деятельность однообразна и неинтересна;
- нет поддержки, одобрения со стороны других;
- нет возможности для личного роста, удовлетворения учебно-профессиональных потребностей, получения новых знаний, навыков, полезных для жизни, проявления инициативы или творческих способностей;
- возникают напряженные отношения с другими добровольцами или персоналом принимающей организации.

Для молодых людей важен очевидный, осязаемый результат добровольческой (волонтерской) деятельности, они предпочитают получить его в короткий период и рассчитывают на достойную оценку.

Особую важность для добровольцев приобретает имидж соответствующей добровольческой деятельности. Он должен ясно свидетельствовать о его целях, задачах, отражать характер деятельности и нести яркую, эмоциональную, позитивную нагрузку.

Имидж добровольческой деятельности включает следующие значимые составляющие: миссия деятельности – ожидаемый результат совместных усилий, направленность организации, ее ценностные ориентации, декларируемые принципы; общественное мнение – то впечатление, которое деятельность производит на членов местного сообщества, оценочные суждения, вызываемые данной деятельностью; бренд – внешние узнаваемые

символы и атрибуты деятельности, отражающие ее стиль и характерные особенности; внутренняя культура – стиль межличностных отношений, эмоционально-психологический климат, принятые формы взаимоотношений среди участников деятельности; организационная культура – взаимоотношения, установившиеся между организаторами и участниками деятельности, степень общей организованности, трудовая дисциплина, порядок и системность в деятельности.

Формирование имиджа добровольческой деятельности – кропотливая ежедневная работа образовательной организации.

### **Удержание волонтеров**

Одной из важных частей работы добровольческого отряда является удержание волонтеров. Уход волонтеров из добровольческой деятельности является естественным процессом в силу различных факторов. Однако высокая текучесть волонтеров в организации несет угрозу снижения устойчивости и качества мероприятий, приводит к необходимости набора и обучения новых волонтеров и, следовательно, к дополнительным затратам времени и средств.

Несмотря на то, что уход волонтеров является естественным процессом, он поддается влиянию через воздействие на внутренние и внешние причины ухода волонтеров.

К внутренним причинам относятся:

- окончание учебы и/или начало трудовой деятельности,
- поступление в учебное заведение высшего профессионального образования,
- переезд на новое место жительства,
- изменение семейного положения,
- изменение состояния здоровья, появление других интересов, обязанностей,
- изменение финансовой ситуации (например, возникла необходимость в дополнительном заработке),

– изменение приоритетов, занятость (волонтерская деятельность начинает отнимать слишком много времени).

Следует отметить, что влиять на внутренние причины ухода практически невозможно, поскольку они обусловлены личными мотивами и обстоятельствами жизни волонтеров. В этом случае важно сохранить добровольчество как явление в лице действующей организации. Для этого необходимо обеспечить преемственность в деятельности организации.

К внешним причинам, связанным с самой добровольческой организацией и осуществляемой деятельностью, относят:

- несоответствие предложенной работы ожиданиям и интересам волонтера,
- однообразие методов и форм работы,
- плохое планирование программы и плохая организация работы,
- невнимательное и пренебрежительное отношение со стороны руководителей проекта,
- предъявление к волонтерам завышенных или заниженных требований/стандартов,
- невозможность участия в планировании программы и принятия самостоятельных решений, внесения предложений,
- непризнание заслуг и вклада волонтера,
- невозможность повышения квалификации и прохождения обучения.

Безусловно, устранение причин внешнего характера зависит от активности и профессионализма инициаторов и руководителей проекта.

Во многих случаях именно признание является основной мотивацией человека к занятию волонтерской деятельностью. Мероприятия по награждению волонтеров за особые успехи может также послужить хорошей рекламой, как для привлечения новых волонтеров, так и для продвижения добровольческих инициатив. Основными принципами выражения признания является своевременность, искренность и публичность.

Признание может быть как формальным, так и неформальным.

Неформальное признание выражается в виде благодарности благополучателей, проявления уважения со стороны других волонтеров (например, обращение за советом), внимания к личности (обращение по имени, поздравление с днем рождения, интерес к положению дел в учебе, личной жизни).

Формальное признание - со стороны руководителей проекта и других организаций.

Степень значимости каждой из форм признания определяется самим волонтером.

Признание может выражаться в материальных и нематериальных стимулах. К нематериальным стимулам относятся публичная благодарность (устная, письменная), грамота, возможность участвовать в принятии решений (участие в планерках, планировании мероприятий и проектов), выдача сертификатов о прохождении обучения и предоставление рекомендаций, выполнение особых функций, статьи в печатном издании, сайте организации о деятельности волонтера. К материальным стимулам относятся компенсация расходов, связанных с волонтерской деятельностью, поездки и встречи волонтеров, бесплатное посещение мероприятий, сувениры и призы с символикой организации (футболки, кепки, кружки и т.д.).

В целом, говоря о стимулах, следует отметить, что важна не стоимость, а регулярность и искренность выражения признания.

### **Обучение волонтеров**

Организация и управление добровольческой деятельностью в учебном заведении включает в себя разные процессы, одной из которых является обучение волонтеров.

Профессиональная подготовка добровольцев может осуществляться как до включения их в деятельность, так и в период активного участия в деятельности. Процесс подготовки добровольцев к работе должен быть непрерывным и постоянным.

Могут применяться следующие методы обучения добровольцев:

- деловая игра – способ определения оптимального решения экономических, управленческих и иных задач путем имитации или моделирования хозяйственной ситуации и правил поведения участников;

- инструктирование – мягкий способ организационного воздействия, заключающийся в разъяснении обстановки, задач, возможных трудностей и последствий неправомерных действий человека, в предостережении от возможных ошибок и т.д. Обычно инструктирование принимает форму консультационной, информационной и методической помощи человеку, направленной на защиту его прав и свобод;

- кейс-метод или метод ситуаций – техника обучения, использующая описание реальных экономических, производственных и социальных ситуаций. Обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них;

- рабочий инструктаж – практика обучения на рабочем месте, объяснение и демонстрация процесса преподавателем;

- закрепление знаний на рабочем месте;

- тренинг – систематическая тренировка или совершенствование определенных навыков и поведения участников тренинга (Приложение 1).

Помимо очных методов обучения добровольцев, возможна организация дистанционного обучения волонтеров.

Очень важно, чтобы в свете решения задач по формированию профессиональных компетенций будущих специалистов, профильные курсы, как и собственные волонтерские проекты, соответствовали специализации молодого специалиста. Например, будущему социальному работнику хорошим «навигатором» может выступить обучение по взаимодействию со слабовидящими или малоподвижными лицами.

Наиболее продолжительного и содержательно насыщенного обучения требует волонтерская деятельность в следующих направлениях: социальное и

инклюзивное. Такая работа требует особого подхода, понимания специфики работы с благополучателями (дети, тяжело больные люди, социально незащищенные слои населения), знания конкретных приемов и техник работы, а также соблюдения техники безопасности, которая позволит добровольцу защититься не только от непосредственной угрозы жизни и здоровью, но и от эмоционального выгорания, которое может наступить из-за ежедневного столкновения с человеческим горем. Для такой работы, как правило, организуют тренинги с опытными в данной сфере практиками, составляют рекомендации по основам работы (Приложения 2-4).

Также необходимо строить программу обучения исходя из системы волонтерского менеджмента.

Обучение может быть проведено в различных форматах:

- индивидуально, в группах, массово;
- лекционно, практически, по фильмам и презентациям, в игровой форме, в виде тренинга, круглого стола или встречи и т.д.

Этапы, рекомендуемые для полного цикла обучения:

1. Теоретическое обучение о мероприятии - формирование единого информационного пространства. На теоретическом обучении волонтеры получают информацию о мероприятии, его целях и задачах, организаторах и партнерах, роли волонтеров и значимости мероприятия.

2. О технике безопасности и по специфике мероприятия - обучение о действиях в нестандартных и чрезвычайных ситуациях. Что делать, если найден подозрительный предмет, кому-то нужна первая помощь, при стихийном бедствии, в случае терроризма и т.д. Как взаимодействовать с той или иной категорией граждан (дети, ветераны, инвалиды и т.д.).

3. Формирование профессиональных компетенций, необходимых для выполнения той или иной работы. Проводится в обязательном порядке для тим-лидеров и менеджеров функций посредством проведения тренингов, лекций и семинаров.

4. Функциональное обучение - проводится отдельно для каждой функции. При функциональном обучении учитывается специфика каждой функции и компетенций, знаний для ее качественного выполнения.

После обучения важно уделить внимание сопровождению и коммуникации с волонтером. Помимо постоянного обмена информацией, результатами работы и отчетами, необходимо помнить о создании атмосферы для человеческого общения с волонтерами.

### **Разработка и реализация инициативных добровольческих проектов**

Показателем зрелости волонтерского объединения обучающихся является наличие собственных добровольческих проектов, разработанных студентами в осознанной необходимости решения социальных проблем.

Проект добровольческой деятельности – это логическая совокупность мероприятий, которая имеет начало и окончание и осуществляется для достижения поставленных целей, с установленным бюджетом, графиком работ и качественных показателей. Особенность проектного метода – конструирование целенаправленной деятельности по нахождению (определению) ресурсов, позволяющих реализовать общественную инициативу.

Проект включает следующие стадии: выявление актуальных проблем и формулирование названия проекта; формулирование миссии и цели; постановка задач; привлечение молодежи, общественности и родителей к проектированию; разработка проекта (план, этапы, реализация, ответственные, бюджет и т.п.); подготовка отчета.

Название проекта должно быть кратким, отражающим содержание предполагаемой деятельности, привлекательным, ярким, запоминающимся.

Проекты добровольческой деятельности должны отвечать следующим основным требованиям:

во-первых, проект – это план действий по удовлетворению конкретных потребностей его участников и по решению конкретных проблем местного

сообщества; во-вторых, проект – это способ привлечения дополнительных ресурсов (человеческих, материальных, информационных и т.п.).

Проект – психолого-педагогическое и материально-экономическое обоснование способов решения конкретных проблем и потребностей.

С учетом этих требований проект должен:

- содержать описание актуальной проблемы, иметь четко сформулированные названия, цель, задачи, планируемые результаты;
- опираться на анализ имеющегося опыта и литературы в стране и в мире;
- содержать описание конкретной деятельности по решению поставленных задач (что и как нужно сделать, чтобы решить заявленные проблемы; какие шаги, когда и в какой логике предпринять; кого и как привлечь к своей работе, каковы будут их обязанности, права, ответственность; кто, когда и как будет контролировать и оценивать достижение планируемых результатов; кто и как будет отчитываться о проделанной работе; как доказать эффективность своей деятельности);
- быть качественно оформленным (грамотно составленный титульный лист, качественная бумага; аккуратность напечатания, отсутствие ошибок, противоречий, повторов, краткость подачи материала; профессиональный, интеллигентный тон; ясный и четкий стиль изложения);
- иметь грамотно составленные и оформленные приложения (исследовательские анкеты, образцы выдаваемых документов, рецензии коллег-специалистов, независимых экспертов, рекомендательные письма; копии публикаций, переписки с общественностью, СМИ, органами власти, спонсорами; брошюры, ежегодные отчеты и т.п.).

Проект должен включать ключевые для каждого события даты, оценку результатов и определение ответственных. Структурным подразделениям, осуществляющим управление волонтерской деятельностью в учебном заведении, целесообразно разработать методику поддержки студенческих проектов (Приложения 5-7).



## **Внедрение инновационных методик развития добровольческой активности молодежи**

Метод «обучение служением» («Service Learning») относится к образовательным методам, который предполагает взаимодействие студентов и местного сообщества в вопросах решения актуальных проблем.

Эффективность метода заключается в том, что студенты, прошедшие опыт добровольческой работы в социальных проектах в рамках учебного процесса, являются более подготовленными в практическом плане к рынку труда и способны видеть смысл в добровольческой деятельности в различных социальных институтах.

Использование данного метода в российских вузах только начинается. Основные причины – отсутствие практики в этой области в нашей стране и невозможность прямого переноса зарубежного опыта.

В связи с этим современные отечественные методисты предлагают разработку специальных занятий для студентов и дополнений к образовательным дисциплинам, в соответствии с данным методом. Использование метода «обучение служением» может быть разбито на 6 этапов, на каждом из которых решаются свои задачи.

1 этап планирования занятий по данному методу включает в себя:

- анализ теоретического содержания занятий в контексте стандарта или авторского курса;
- поиск потенциальных партнёрских организаций;
- поиск возможных социальных идей, предполагающих использование содержания дисциплины для решения проблем данных организаций;
- конкретизацию этих проблем в контексте учебной дисциплины.

2 этап ориентации студентов на метод «обучение служением» предполагает:

- проведение установочного занятия, на котором студентам разъясняются требования в рамках метода и его суть;

- идет распределение студентов по видам отчетности (рефераты, тесты, проекты);

- предъявляется список партнерских организаций и их проблем.

3 этап изучения теоретических знаний по дисциплине включает освоение студентами материала на основе разнообразных традиционных и инновационных методов, в том числе на основе новых информационных технологий.

4 этап встречи студентов с организациями-партнёрами и разработка волонтерских проектов в рамках дисциплины. На этом этапе происходит:

- выбор студентами организаций на основе личных предпочтений и интересов;

- анализ проблем партнерских организаций;

- разработка проекта по решению проблем партнерских организаций.

5 этап реализации добровольческих проектов студентов в партнерских организациях. На этом этапе на занятиях осуществляется:

- сбор и обсуждение идей, возникающих в рамках реализации проектов;

- постоянная обратная связь, совмещенная с обсуждением студентами промежуточных результатов проектов;

- презентация итоговых результатов волонтерских проектов.

6 этап рефлексии и оценки. Он может быть организован как итоговая встреча с участием студентов, преподавателей и партнерских организаций для оценки деятельности студентов в рамках реализации Service Learning-проектов.

На этом этапе происходят:

- обмен мнениями о реализованных проектах;

- высказывание суждений о трудностях и успехах студентов;

- оформление договоренностей с партнерами о продолжении сотрудничества и публикации результатов сотрудничества.

Данный метод поможет лучше адаптироваться к новым условиям, сформировать навыки эффективной работе в команде, проявить свои лучшие качества для успешного изучения основ будущей специальности в дальнейшем. С его помощью станет возможно проверить качество формирующихся социально-психологических и профессиональных компетенций, которые так важны при дальнейшем трудоустройстве.

### **Формирование активной гражданской позиции через систему волонтерской деятельности**

Приоритетной задачей Российской Федерации в сфере воспитания детей является развитие высоконравственной личности, разделяющей российские традиционные духовные ценности, обладающей актуальными знаниями и умениями, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества, готовой к мирному созиданию и защите Родины.

Цель воспитательной работы в ГБПОУ Республики Марий Эл «Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий» – личностное развитие обучающихся и их социализация, проявляющиеся в развитии их позитивных отношений к общественным ценностям, приобретении опыта поведения и применения сформированных общих компетенций квалифицированных рабочих, служащих/специалистов среднего звена на практике.

Задачами воспитательной системы являются:

- обновление содержания воспитания, внедрение активных форм и методов, основанных на лучшем педагогическом опыте в сфере воспитания;
- развитие форм включения студентов в интеллектуально-познавательную, творческую, трудовую, общественно-полезную, художественно-эстетическую, физкультурно-спортивную, игровую деятельность.

Основные направления:

1. Реализация приоритетного национального проекта «Образование».

2. Внедрение рабочих программ воспитания и реализация календарно-тематических планов.

3. Реализация направлений воспитания:

– Гражданско-патриотическое воспитание  
– Экологическое воспитание  
– Профессионально-ориентирующее направление (Развитие карьеры)

– Спортивное и здоровьесберегающее воспитание

– Культурно-творческое воспитание

– Студенческое самоуправление

– Молодежное предпринимательство.

4. Организация Студенческого Совета.

5. Профилактика асоциальных проявлений в поведении студентов.

6. Организация волонтерского объединения «Милосердие».

Одним из приоритетных направлений деятельности студенческого и педагогического коллективов техникума является волонтерское движение, которое стало развиваться с 2016 года.

Цель нашей волонтерской деятельности: безвозмездная помощь нуждающимся в ней людям и обществу.

К задачам волонтерской деятельности относятся:

– обучение молодых граждан определенным трудовым навыкам и стимулирование профессиональной ориентации;

– получение навыков самореализации и самоорганизации для решения социальных задач;

– гуманистическое и патриотическое воспитание;

– формирование кадрового резерва;

– распространение идей и принципов социального служения среди населения.

С 2020 года на базе техникума действует региональная инновационная площадка «Волонтерская деятельность как важный компонент процесса социализации студенческой молодежи».

В рамках деятельности площадки как преподаватели, так и студенты-волонтеры техникума принимают самое активное участие во всех мероприятиях – внутритехникумовских, муниципальных, региональных, российских. Студенты ежегодно принимают участие в Фестивале студенческого творчества Фестос, научно-практических конференциях. Так, в ноябре 2022 года выступили на VIII Межрегиональной научно-практической конференции "Славься, Отечество!", посвященной Дню народного единства; конкурсе творческих работ «За друзей, за веру, за Отечество!» в рамках научно-практической конференции «X Филаретовские чтения»; принимали участие на слете волонтеров «ДоброЗОЖ», активно помогали при проведении чемпионата Молодые профессионалы» (WorldSkills Russia), Всероссийской Спартакиады детей-инвалидов по зрению по летним видам спорта «Республика Спорт».

Волонтеры, наряду с другими студентами, активно участвовали в конкурсах ко Дню СПО, снимали видеоролики «Ты в хорошей компании», участвовали в онлайн-флешмобе «Я живу в Марий Эл. Я горжусь Марий Эл. Мое будущее - Марий Эл», посвященном Дню народного единства.

В декабре 2022 года состоялось открытие Российского Содружества Колледжей в нашем техникуме, в результате которого студенты определили 2 проекта, которые будут реализовывать: Желтые обои – помощь одиноким бабушкам и дедушкам, и Мамин день – помощь одиноким мамам, воспитывающим детей с ОВЗ. В рамках проекта мамин день студенты-волонтеры техникума провели акцию «Восемь мгновений женщины» для мам из детско-родительского Клуба «Импульс».

Волонтеры техникума постоянно в работе: это и сопровождение и помощь в мастер-классах, организованных на базе современных цифровых мастерских, в профессиональных пробах «Билет в будущее», проведение

уроков доброты в группах техникума и в школах города, помощь в организации внутритехникумовских мероприятий (Посвящение в студенты, концерт ко Дню учителя и Дню СПО, к Международному женскому дню, Дни открытых дверей, Ярмарки вакансий, Ярмарки профессий), организация различных акций: «Маленькие друзья с большим сердцем» по сбору кормов, расходных материалов в помощь Фонда бездомных животных; акции отдельного сбора мусора в кабинетах техникума; акции «Письмо солдату», «Фронтовая открытка»; «Блокадный хлеб Ленинграда»; «Вам, любимые». Согреться в морозы бойцам из Марий Эл, мобилизованным для участия в СВО, помогут толстовки с малой родины. Их сшили студенты техникума в рамках акции «Мы рядом».

Традиционно волонтеры техникума участвуют в Параде Победы в составе отряда барабанщиц.

Членом волонтерского отряда может стать студент любого курса обучения. Основными принципами отряда нашего техникума стали добровольность, самостоятельность, ответственность и активность. Состав отряда не является неизменным, в зависимости от интересов и предпочтений студентов, он может меняться. Однако существует актив, который является инициатором добрых дел и к которому в процессе работы присоединяются студенты, желающие участвовать в тех или иных акциях.

Таким образом, активная жизненная позиция, умение взаимодействовать и включаться в проект – это качества, которыми должен обладать волонтер для успешной работы. Участвуя в волонтерской деятельности, студенты ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ» проявляют себя как толерантные, отзывчивые, гуманные, ответственные и бескорыстные личности.

В этом и заключается основной воспитательный эффект волонтерской студенческой работы.

## Список использованных источников

1. Закон РФ «О благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтерстве)» №135-ФЗ от 11 августа 1995г.
2. Антонович И.В. Студенческое добровольчество как инструмент для решения проблем социальной политики // Социология в современном мире: наука, образование, творчество. 2015. №7. С. 183-186.
3. Бархаев А.Б. Социально-психологические условия вовлечения волонтеров в деятельность общественных организаций: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Москва: Российский гос. соц. ун-т, 2010. – 24 с.
4. Волонтерская деятельность как средство организации работы с ресурсами социальной поддержки людей с ограниченными возможностями в общественной организации [Текст] / Л. В. Вандышева // Вестник Самарского государственного университета. - 2009. - N 5. - С. 130-134. - Библиогр.: с. 134. - ISSN 1810-5378СОУНБ им. Белинского, зал ЭИ.
5. Данное пособие составлено на основе следующих материалов и публикаций:
6. Дурнева Е. Е., Крутицкая Е.В. Методические рекомендации по внедрению волонтерской деятельности в учебный процесс учреждений высшего образования. – Москва, 2015.
7. Ефремова М. Руководство по работе с волонтерами (методическое пособие). – М.: Изд-во Московской епархии, 2013.
8. Кроу Р. Добровольцы: Как их найти. Как их удержать. Юнайтед Уэй Интернэшнл, 1994. Электронный ресурс: [www.trinet.org](http://www.trinet.org)
9. Методические рекомендации по работе с волонтерами (добровольцами) для руководителя организации / авт.-сост. А. В. Ковтун, А. А. Соколов, А. П. Метелев; под ред. Т. Н. Арсеньевой. М., 2017. 53 с. URL: [https://depos.admhmao.ru/upload/iblock/b4d/Methodicheskie-rekomendatsii-po-rabote-s-volontyerami-\\_dobrovoltсами\\_-dlya-rukovoditelyaorganizatsii.pdf](https://depos.admhmao.ru/upload/iblock/b4d/Methodicheskie-rekomendatsii-po-rabote-s-volontyerami-_dobrovoltсами_-dlya-rukovoditelyaorganizatsii.pdf)
10. Механизм самоорганизации волонтерских групп. // Волонтер. – 2012. – № 3-4 (3-4). – С. 23-35.

11. Сикорская Л.Е. Добровольческая деятельность как сфера социализации молодёжи / Под ред. В.А. Ситарова. – М., 2009. – 312 с.

12. Слабжанин Н. Ю. Как эффективно работать с добровольцами. – Новосибирск: Сибирский центр поддержки общественных инициатив, 2002.

13. Сычева А. В. Социальный портрет добровольца в современном обществе: региональный аспект // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. Вып. 2. 2016. С. 93 -100.

14. Участие россиян в волонтерской деятельности. И.В. Мерсиянова, директор центра исследований гражданского общества и некоммерческого Сектора НИУ ВШЭ. Москва, 2019. Информационная база. URL: [https://blagosfera.ru/wpcontent/uploads/2019/05/И.Мерсиянова\\_Волонтерство.pdf](https://blagosfera.ru/wpcontent/uploads/2019/05/И.Мерсиянова_Волонтерство.pdf)



### **Методические рекомендации по проведению тренинговых занятий с волонтерами**

Проведение тренинговых занятий с волонтерами играет ключевую роль в формировании эффективной и слаженной команды, готовой к волонтерской деятельности. Вот методические рекомендации, которые могут помочь организаторам в создании успешных тренингов для волонтеров:

**Цели тренинга.** Определите четкие цели и ожидания от тренинга. Что вы хотите, чтобы волонтеры усвоили? Это может быть знание конкретной темы, развитие навыков или формирование определенных ценностей.

**Основные темы.** Выберите ключевые темы, которые будут рассмотрены на тренинге. Это может включать в себя информацию о миссии организации, этике волонтерства, коммуникационных навыках, разрешении конфликтов и другие важные аспекты.

**Интерактивные методы.** Используйте интерактивные методы обучения, такие как ролевые игры, групповые обсуждения, кейс-технологии и упражнения. Это поможет участникам лучше усвоить информацию и активно взаимодействовать.

**Практические задания.** Включите в тренинг практические задания, которые позволят волонтерам применять полученные знания на практике. Это может быть моделирование ситуаций, с которыми они могут столкнуться в реальной деятельности.

**Адаптация к уровню опыта.** Учтите разнообразный уровень опыта у волонтеров. Спроектируйте тренинг таким образом, чтобы он был полезен как новичкам, так и более опытным участникам.

**Индивидуальные потребности.** Учитывайте индивидуальные потребности участников. Спросите их о конкретных ожиданиях от тренинга и предоставьте возможность поднять важные для них вопросы.

**Эмпатия и командообразование.** Поощряйте развитие эмпатии и сплоченности внутри группы. Это важные элементы успешной командной

работы, особенно для волонтеров, которые могут встречаться из разных сред и культур.

**Обратная связь.** Организуйте механизмы обратной связи, чтобы оценить эффективность тренинга. Собирайте отзывы и предложения, чтобы улучшать будущие сессии.

**Использование технологий.** Воспользуйтесь технологическими средствами, такими как презентации, вебинары, онлайн-формы обратной связи, чтобы сделать процесс тренинга более эффективным и доступным.

**Культурная чувствительность.** Учтите культурные различия и чувствительность. Помогите волонтерам понять и уважать многообразие и инклюзивность в рамках их деятельности.

**Подготовка материалов.** Подготовьте учебные материалы, которые будут четкими, информативными и доступными для всех участников.

**Поддержка после тренинга.** Предоставьте поддержку после тренинга. Это может включать в себя дополнительные материалы, консультации, регулярные встречи или возможность задавать вопросы.

Соблюдение этих методических рекомендаций поможет сделать тренинги с волонтерами более эффективными и поддерживающими их готовность к успешной волонтерской деятельности.

В тренинге люди вовлекаются в специально разработанные действия. Это может быть проигрывание той или иной ситуации, выполнение упражнений, наблюдение за поведением других по специальной схеме. Активность возрастает в том случае, если мы даем участникам установку на готовность включиться в совершаемые действия в любой момент.

Особенно эффективными в достижении целей тренинга через осознание, апробирование и тренировку приемов, способов поведения, идей, предложенных тренером, являются те ситуации и упражнения, которые позволяют активно участвовать в них всем членам группы одновременно.

Принцип активности, в частности, опирается на идею: человек усваивает десять процентов того, что он слышит, пятьдесят процентов того, что он видит,

семьдесят процентов того, что проговаривает, и девяносто процентов того, что делает сам.

Важным элементом тренинга являлись обсуждения выполнения упражнений, где волонтеры развивают навыки саморефлексии и групповой рефлексии.

### **Пример тренинга на развитие коммуникативных умений**

#### **Цели тренинга:**

- Развитие навыков эффективного общения.
- Повышение уровня понимания собственного стиля общения.
- Освоение техник активного слушания.
- Формирование умений построения конструктивного обратного связи.

**Длительность тренинга:** 5 часов

#### **Структура тренинга:**

##### **Часть 1:** Введение (30 минут)

- 1.1. Приветствие и знакомство.
- 1.2. Представление целей и ожиданий от тренинга.
- 1.3. Обсуждение важности коммуникационных навыков в волонтерской деятельности.

##### **Часть 2:** Определение стилей общения (60 минут)

- 2.1. Понятие стилей общения и их влияние на взаимодействие.
- 2.2. Проведение теста на определение собственного стиля общения.
- 2.3. Обсуждение результатов и выявление сильных сторон и областей для улучшения.

##### **Часть 3:** Техники активного слушания (60 минут)

- 3.1. Объяснение концепции активного слушания.
- 3.2. Практические упражнения по активному слушанию в парах.
  1. "Зеркальный рассказ"

Участники разбиваются на пары.

Один человек рассказывает свою историю (например, о своем последнем волонтерском опыте).

Партнер должен внимательно слушать и повторить эту историю как можно точнее. Затем роли меняются.

После упражнения обсуждение: Как важно было для вас быть внимательным и точным в передаче информации?

## 2. "Трехсловная история"

Каждый участник формулирует трехсловную историю.

Партнер слушает историю и возвращает ее, используя те же три слова. Затем роли меняются.

Обсуждение: Как эффективно удалось передать суть истории с минимальным количеством слов?

## 3. "Обратная связь с эмоциональной ноткой"

Участники обмениваются позитивными и негативными моментами своего волонтерского опыта с партнером.

Партнер дает обратную связь, выражая свои чувства и эмоции. Оценивается не только содержание, но и эмоциональная подоплека.

После упражнения обсуждение: Как эмоциональный контекст влияет на восприятие информации?

## 4. "Случайный избранник"

Каждый участник выбирает из своей жизни какой-то случайный, но значимый момент.

Партнер слушает внимательно и ставит вопросы для более глубокого понимания. Затем роли меняются.

Обсуждение: Как вопросы помогли лучше понять историю? Какие вопросы были наиболее полезными?

## 5. "Обмен ролями"

Участники разбиваются на пары и выбирают роли "Рассказчика" и "Слушателя".

Рассказчик рассказывает свою историю, а слушатель активно слушает и пытается задавать вопросы для лучшего понимания.

После первого раунда роли меняются, и процесс повторяется.

Обсуждение: Как изменение ролей влияет на ваше восприятие коммуникации?

Эти упражнения помогут участникам тренинга практиковать активное слушание в структурированной и интересной форме, что способствует лучшему пониманию и улучшению их коммуникативных навыков.

3.3. Обсуждение опыта и выявление сложностей.

**Часть 4:** Конструктивная обратная связь (60 минут)

4.1. Введение в искусство предоставления и принятия обратной связи.

4.2. Ролевые игры: предоставление обратной связи по сценариям.

Название сценария: "Трудности в команде"

Контекст:

Вы являетесь координатором волонтерской команды, задачей которой является организация благотворительного события. Ваша команда состоит из разнообразных личностей, и в последнее время стали возникать напряжения внутри коллектива.

Задача роли "Волонтера":

Вы - один из волонтеров в команде. У вас возникли разногласия с другим волонтером относительно того, каким образом лучше организовать мероприятие. Вам предстоит выразить свою точку зрения и обсудить ситуацию с координатором.

Задача роли "Координатора":

Ваша задача - выслушать обе стороны конфликта, предоставить обратную связь и помочь находить конструктивные решения для продуктивной работы команды. Важно выявить коммуникативные аспекты и предложить способы их улучшения.

Ход сценария:

Волонтеры и координатор собираются вместе для обсуждения предстоящего мероприятия.

Волонтеры начинают высказывать свои точки зрения и разногласия, вступая в диалог.

Координатор слушает внимательно обе стороны и задает уточняющие вопросы.

Координатор предоставляет обратную связь, подчеркивая положительные аспекты обеих точек зрения и указывая на возможности улучшения коммуникации.

Координатор проводит обсуждение вопросов, связанных с коммуникацией и разрешением конфликтов, предлагая стратегии улучшения.

Волонтеры обсуждают предложенные решения и план действий для улучшения командной работы.

Цели сценария:

Развитие навыков активного слушания и эмпатии.

Понимание важности обратной связи для разрешения конфликтов.

Осознание влияния коммуникативных навыков на эффективную работу в команде.

4.3. Обсуждение эффективных стратегий обратной связи и ее применение во взаимодействии с волонтерами.

**Часть 5: Коммуникативные упражнения (90 минут)**

**Коммуникативное упражнение «Передать одним словом»**

**Цель:** упражнение помогает подчеркнуть важность интонаций в процессе коммуникации.

**Необходимые материалы:** карточки размером с визитную карточку с напечатанными на них названиями эмоций.

**Размер группы:** 10–20 человек.

**Время:** 10–15 минут.

**Описание.** Тренер раздает группе карточки, на которых написаны названия эмоций, и просит не показывать их другим участникам.

Далее тренер просит каждого по очереди произнести только одно слово: «Ага», «Алло» или «Здравствуйте!» с интонацией, соответствующей эмоции, написанной на карточке участника.

Вся группа отгадывает, какую эмоцию пытался изобразить участник.

### **Вопросы для обсуждения:**

Насколько легко удавалось угадать эмоцию по интонациям?

В реальной жизни, насколько часто в телефонном разговоре вы по интонации с первых слов понимаете, в каком настроении находится ваш собеседник?

Было ли так, что, позвонив в организацию, вы по интонации первых слов понимали, что вам здесь не рады?

Насколько безупречно ваше собственное телефонное общение?

Вариант. Можно предложить рассказать короткий стишок типа «уронили мишку на пол».

### **Список эмоций:**

- радость
- удивление
- сожаление
- разочарование
- подозрительность
- грусть
- веселье
- холодное равнодушие
- спокойствие
- заинтересованность
- уверенность
- желание помочь
- усталость
- волнение

– энтузиазм

### **УПРАЖНЕНИЯ Упражнение «Семь богатырей»**

**Цель:** в упражнении отрабатываются коммуникативные навыки, умение найти аргументы в пользу своей позиции, презентационные навыки.

**Время:** 25–30 минут.

**Размер группы:** 12–30 человек.

**Описание.** Вся группа делится на команды по 3–4 человека, кроме одной участницы, которая будет играть роль царевны.

Тренер предложит группе, для того чтобы потренировать умение убеждать, вспомнить и разыграть сказку А. С. Пушкина о мертвой царевне и семи богатырях. В частности, тот эпизод, где семь богатырей, у которых жила царевна, уговаривают ее выйти за одного из них замуж и остаться с ними навсегда. В нашей сказке будет то же самое, но богатыри, прошедшие ряд тренингов и владеющие даром убеждения, смогут лучше, чем сказочные, убедить царевну отказаться от королевича Елисея и остаться в их доме. Каждая мини-группа должна будет подготовить самые заманчивые предложения для того, чтобы уговорить царевну остаться у них, показать ей все преимущества такого конца сказки.

Группам дается 10 минут на подготовку, после чего один посланник от каждой группы выступает, обращаясь к царевне со своими аргументами.

После выступлений царевна говорит о том, захотелось ли ей остаться у богатырей, какое выступление ей понравилось больше всего, какие плюсы и минусы увидела она в выступлениях каждого.

*Братья милую девицу*

*Полюбили. К ней в светлицу Раз, лишь только рассвело, Всех их семеро вошло.*

*Старший молвил ей: «Девица,*

*Знаешь: всем ты нам сестрица,*

*Всех нас семеро, тебя*

*Все мы любим, за себя*



*Взять тебя мы все бы ради, Да нельзя, так бога ради Помири нас как-нибудь: Одному женою будь, Прочим ласковой сестрою.*

*Что ж качаешь головою? Аль отказываешь нам?*

### **Коммуникативное упражнение «Испорченный телефон»**

**Цель:** показать участникам важность активного слушания, важность задавания уточняющих вопросов.

**Время:** 20–25 минут

**Количество участников:** 12–30 участников

**Описание.** Тренер просит выйти 7–10 добровольцев, которые будут принимать участие в упражнении, после объясняет правила: 6–9 человек выходят за двери, одному (тот, кто остался) тренер зачитывает текст.

**Задача слушавшего:** передать то, что он запомнил следующему участнику. Участники заходят по очереди — слушают и передают полученную информацию следующему участнику.

#### **Примеры текстов:**

##### **Вариант А**

Исполнительный директор ОАО «Косметикс трейдинг групп» Ираида Генриховна Оюшминальд просила сообщить всем акционерам общества, что собрание акционеров, посвященное переизбранию членов правления, в связи с тяжёлым финансовым положением общества переносится со вторника, 19 сентября в 17–00 на четверг, 22 сентября в 16–00. Место проведения собрания изменилось с актового зала Оперного театра на Зал заседаний ДК «Шинник».

##### **Вариант В**

Руководство зоопарка северной Каролины недавно предупредило посетителей, чтобы они не давали обезьянам зажженные сигареты. Чем было вызвано такое неожиданное требование? Неужели обезьяны курят? Неужели они приобрели эту вредную привычку?

Конечно, нет. Объяснение гораздо проще и смешнее. Эти маленькие попрошайки используют сигареты (и не без успеха) для того, чтобы

избавиться от блох. Они подносят зажженный конец сигареты к своей шерсти и держат до тех пор, пока блохи от жары не начнут выпрыгивать.

Теперь, когда у вас уже не осталось сомнений в том, что обезьяны достаточно разумны, вас не удивляет тот факт, что и они сами нашли эффективный способ борьбы со своими мучителями.

Единственная беда состояла в том, что некоторые, самые неразумные представители обезьяньего племени, причинили себе серьезные ожоги, неаккуратно обращались с сигаретами. И, как следствие этого, руководство зоопарка положило конец этой практике, для того, чтобы спасти некоторых обезьян от самосожжения.

### **Вариант С**

Иван Петрович ждал Вас и не дождался. Очень огорчился и просил передать, что он сейчас в главном здании решает вопрос насчет оборудования, кстати, возможно, японского.

Должен вернуться к обеду, но если его не будет к 15 часам, то совещание нужно начинать без него.

А самое главное, объявите, что всем руководителям среднего звена необходимо пройти тестирование в 20-ой комнате в главном здании, в любое удобное время, но до 20-го февраля.

### **Обсуждение итогов:**

Сколько информации от первоначального текста вы услышали?

Наблюдатели, заметили ли вы, как искажалась информация? Почему это происходило?

Какие есть способы повышения качества передачи информации?

**Упражнение «Завтрак с героем»** *Цель: потренировать умение убеждать собеседника.*

**Необходимый материал:** бумага, карандаши.

Представьте себе следующую ситуацию: у каждого из присутствующих есть возможность позавтракать с любым человеком. Это может быть знаменитость настоящего, или историческая фигура прошлого, или

обыкновенный человек, который произвел на вас впечатление в какой-то момент его жизни. Каждый должен решить для себя, с кем он хотел бы встретиться, и почему.

Запишите имя своего героя на листе бумаги. Теперь поделитесь на пары, в паре надо решить с кем из двоих героев вы будите встречаться. На дискуссию у вас 2 минуты.

Теперь пары объединяются в четверки, которым, в свою очередь, необходимо выбрать только одного героя. На дискуссию у вас так же 2 минуты.

Теперь четвертки объединяются между собой и в течении 2 минут выбирают одного героя.

А теперь все объединяются, и решаете с кем вы будите завтракать.

*Рефлексия: (10 минут):*

Почему остался именно этот герой?

Легко было уступать и почему вы уступали?

В беседе играет роль настроение. Какие способы поднятия настроение есть, сейчас мы узнаем и за одно подвигаемся.

**Часть 6: Заключение и планы развития (20 минут)**

6.1. Подведение итогов тренинга.

6.2. Формирование планов развития коммуникативных умений.

6.3. Обратная связь от участников и предложения по улучшению будущих тренингов.

Анкета обратной связи по тренингу "Развитие Коммуникативных Умений"

Уважаемые участники! Ваш отзыв невероятно важен для нас. Пожалуйста, поделитесь своими впечатлениями от тренинга и помогите нам сделать наши программы ещё лучше.

1. Общая оценка тренинга:

- Отлично
- Хорошо

– Удовлетворительно

– Плохо

2. Ваши ожидания от тренинга:

---

Были ли ваши ожидания от тренинга удовлетворены?

3. Структура и контент тренинга:

Оцените четкость и понятность структуры тренинга.

Как вам показался контент и материал, представленный на тренинге?

4. Ведущий тренинга:

Каковы ваши впечатления от профессионализма ведущего тренинга?

Был ли ведущий доступен для вопросов и обсуждений?

5. Ролевые игры и упражнения:

Каковы ваши впечатления от проведения ролевых игр и упражнений?

Считаете ли вы их полезными для развития коммуникативных навыков?

6. Уровень интерактивности:

Оцените уровень взаимодействия и обмена мнениями между участниками.

Были ли предоставлены достаточные возможности для обсуждения и обмена опытом?

7. Практическая применимость:

Как вы считаете, насколько изученные навыки и знания будут полезными в вашей волонтерской деятельности?

8. Что вы узнали нового:

Назовите несколько ключевых вещей, которые вы узнали или поняли благодаря тренингу.

9. Замечания и предложения:

Если у вас есть какие-либо замечания или предложения по улучшению тренинга, пожалуйста, укажите их.

10. Готовность к участию в будущих тренингах:

Готовы ли вы участвовать в других тренингах от нашей организации?

Благодарим за ваши ответы! Ваш вклад важен для постоянного совершенствования наших образовательных программ.

## Приложение 2

### **Технологии взаимодействия волонтера со слабовидящими людьми**

Взаимодействие волонтера со слабовидящим человеком требует терпения, уважения и готовности адаптировать свои действия в соответствии с потребностями конкретного человека. Вот несколько рекомендаций о том, как вести себя волонтеру при работе со слабовидящим:

#### **Спрашивайте о предпочтениях:**

У каждого человека слабовидящего может быть свои предпочтения в том, как он хочет получать помощь. Спросите о том, какие средства и методы ему удобны.

#### **Предлагайте помощь, но не навязывайтесь:**

Всегда предлагайте свою помощь, но уважайте решение человека относительно того, нужна ли ему помощь в данный момент.

#### **Оповещайте о своем присутствии:**

Когда вы входите в помещение или подходите к слабовидящему, дайте ему знать о своем присутствии, чтобы избежать неожиданности или стресса.

#### **Описывайте окружающее:**

Если вы обнаружите, что человек не видит или видит ограниченно, предоставьте ему информацию о том, что происходит вокруг, также как и любые изменения в окружении.

#### **Освещение и уровень шума:**

Обратите внимание на условия освещения и уровень шума вокруг. Это может повлиять на способность слабовидящего воспринимать информацию. Попробуйте создать комфортные условия для него.

#### **Говорите ясно и четко:**

Используйте четкую речь и не спешите. Если человек пользуется слуховыми аппаратами, громкость может быть умеренной.

#### **Помощь в передвижении:**

Если человеку требуется помощь в передвижении, предложите ему свою руку и описание препятствий на пути.

### **Уважение к личной приватности:**

Не забывайте об уважении к личной приватности. Например, предупреждайте, когда вы покидаете комнату.

### **Обучение технологиям:**

Если слабовидящий человек пользуется технологиями, узнайте, как вы можете помочь ему с использованием этих средств.

### **Спрашивайте о потребностях:**

Важно регулярно общаться со слабовидящим человеком, спрашивать о его потребностях и готовности предоставить необходимую помощь.

Запомните, что каждый человек уникален, и предпочтения могут различаться. Открытость к общению и готовность адаптироваться помогут создать позитивное взаимодействие между волонтером и слабовидящим человеком.

Кроме перечисленных рекомендаций, важно также учитывать некоторые другие аспекты при взаимодействии волонтера со слабовидящим человеком:

### **Обучение использованию технологий:**

Если слабовидящий использует специальные технологии (например, экранные читатели, брайлевские дисплеи), уточните, нуждается ли он в помощи при использовании этих устройств, и если да, предложите свою поддержку.

### **Помощь с оформлением документов:**

Предложите помощь в чтении и заполнении форм, документов, а также в доступе к информации онлайн. Это может быть важно, например, при посещении медицинских учреждений или официальных инстанций.

### **Организация мероприятий и занятий:**

При организации мероприятий или занятий уделяйте внимание доступности места, обеспечивайте возможность легкой ориентации и предоставляйте материалы в доступных форматах.

### **Социальная поддержка:**

Будьте готовы предоставить не только физическую, но и эмоциональную поддержку. Иногда слабовидящие люди могут сталкиваться с дополнительными трудностями, и ваше внимание и понимание могут быть весьма ценными.

### **Специальные обучающие программы:**

Разрабатывайте и проводите специальные обучающие программы, направленные на повышение навыков слабовидящих в различных сферах жизни, включая работу с технологиями, навигацию и повседневные задачи.

### **Создание барьеров связи:**

Избегайте создания барьеров связи. Например, если вы разговариваете с кем-то еще в присутствии слабовидящего, обращайтесь к нему напрямую, а не через посредника.

### **Помощь в социальной интеграции:**

Содействуйте социальной интеграции, включая участие в общественных мероприятиях, общественной жизни и культурных событиях.

### **Поддержка в образовании:**

Если речь идет о волонтерстве в образовательных учреждениях, уделяйте внимание тому, чтобы учебные материалы были предоставлены в форматах, удобных для слабовидящих.

### **Обучение волонтеров:**

Проводите обучение волонтеров по вопросам работы с людьми, имеющими нарушения зрения, чтобы улучшить понимание их потребностей и специфики.

### **Открытость к обратной связи:**

Постоянно стремитесь к улучшению своих навыков и подходов. Будьте открытыми для обратной связи со стороны слабовидящих людей, чтобы лучше соответствовать их потребностям.

Следование этим рекомендациям поможет создать более инклюзивное и поддерживающее волонтерское взаимодействие со слабовидящими людьми.



### **Технологии взаимодействия волонтера с людьми с расстройством психологического развития**

Взаимодействие волонтера с людьми, у которых есть расстройство психологического развития, требует особого подхода, чувствительности и эмпатии. Вот несколько рекомендаций по ведению себя волонтера в таких ситуациях:

#### **Обучение и понимание:**

Изучите и получите базовые знания о конкретном расстройстве. Понимание характеристик и потребностей человека с расстройством поможет вам лучше взаимодействовать с ним.

#### **Создание доверия:**

Устанавливайте контакт с человеком с расстройством психологического развития постепенно. Старайтесь создать доверительные отношения, основанные на честности и поддержке.

#### **Использование простого языка:**

Используйте ясный и простой язык. Избегайте сложных конструкций предложений и уточняйте, что вас поняли правильно.

#### **Поддержка коммуникации:**

Будьте терпеливыми и открытыми в общении. Позволяйте человеку выражать свои мысли и чувства, даже если они выражаются необычным образом.

#### **Уважение личного пространства:**

Уважайте личное пространство и предоставляйте человеку возможность контролировать свою интимную сферу.

#### **Понимание индивидуальных потребностей:**

Учитывайте индивидуальные потребности каждого человека с расстройством психологического развития. Некоторым может потребоваться больше времени или индивидуального внимания.

#### **Распределение инструкций:**

Предоставляйте инструкции постепенно и в небольших порциях. Постарайтесь избегать информационной перегрузки.

### **Поддержка при стрессе:**

Если человек испытывает стресс или беспокойство, предоставьте поддержку. Успокаивающий разговор или предложение перерыва могут быть полезными.

### **Адаптация активностей:**

При проведении активностей адаптируйте их в соответствии с потребностями человека. Это может включать в себя изменение условий, времени или индивидуализацию задач.

### **Обучение сотрудников и волонтеров:**

Организуйте обучение для сотрудников и волонтеров по вопросам взаимодействия с людьми с расстройствами психологического развития. Это поможет создать более поддерживающую среду.

### **Внимание к самооценке:**

Способствуйте развитию положительной самооценки, поддерживая достижения и подчеркивая положительные моменты.

### **Обратная связь и взаимодействие с родственниками:**

Взаимодействуйте с родственниками или опекунами, чтобы лучше понимать индивидуальные потребности человека и обмениваться информацией о положительных изменениях или трудностях.

Важно помнить, что каждый человек уникален, и взаимодействие с ним требует индивидуального подхода. Слушайте, уважайте и поддерживайте людей с расстройством психологического развития, помогая им в интеграции в общество и повседневной жизни.

### **Технологии взаимодействия волонтера со слабослышащими или глухими**

Взаимодействие волонтера со слабослышащими или глухими людьми требует особого внимания и уважения к их особенностям коммуникации. Вот несколько рекомендаций о том, как вести себя волонтеру при работе со слабослышащими или глухими:

#### **Использование языка жестов:**

Если вы знаете язык жестов, это может быть отличным средством коммуникации. Если нет, вы можете узнать основы, такие как приветствие, спасибо и другие полезные выражения.

#### **Проверка уровня слухового восприятия:**

Уточните у слабослышащего или глухого человека, какой уровень слуха у него остался. Некоторые могут использовать слуховые аппараты или иметь частичное слышание.

#### **Очные контакты и визуальная коммуникация:**

Поддерживайте очные контакты и используйте визуальные средства коммуникации. Лицо должно быть хорошо освещено, и ваше выражение лица должно быть открытым и дружелюбным.

#### **Письменная коммуникация:**

В случае сложных сообщений или важной информации предоставьте ее в письменной форме. Это может быть через записки, мобильные приложения или другие средства текстовой коммуникации.

#### **Специальные технологии:**

Используйте технологии для улучшения коммуникации. Например, существуют приложения для общения, текстовые телефоны и другие средства, которые могут быть полезны.

#### **Понимание личных предпочтений:**

Уточните у человека с ограниченным слухом о его предпочтениях в коммуникации. Некоторые предпочитают речь, другие - жестовый язык или письменное общение.

**Соблюдение уважения и терпения:**

Будьте терпеливыми и уважайте индивидуальный темп коммуникации. Ожидайте, пока человек завершит свои мысли, и избегайте прерывания.

**Избегайте крича и заботьтесь о ясности речи:**

Крик не обязательно помогает. Избегайте громкой речи, но старайтесь говорить четко и медленно.

**Предоставление визуальных подсказок:**

Используйте визуальные подсказки, такие как жесты или указания руками, чтобы дополнить устную коммуникацию.

**Использование технологий уведомлений:**

В случае необходимости, уведомляйте людей с ограниченным слухом о важных событиях или изменениях, используя технологии уведомлений.

**Обучение волонтеров:**

Проводите обучение волонтеров по вопросам взаимодействия с людьми, имеющими слуховые ограничения, чтобы подготовить их к эффективной поддержке.

**Внимание к окружающей среде:**

Обращайте внимание на шум и другие факторы, которые могут повлиять на коммуникацию, и старайтесь создать тихую и удобную среду.

Следует помнить, что каждый человек уникален, и взаимодействие с ним требует индивидуального подхода. Слушайте, проявляйте эмпатию и готовность адаптироваться, чтобы обеспечить комфортную и эффективную коммуникацию со слабослышащими или глухими людьми.

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Республики Марий Эл  
«Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий»

Конкурс молодежных проектов «МолодЙошка» на получение субсидий  
(грантов) физическими лицами в рамках реализации муниципальной  
программы «Развитие физической культуры, спорта и молодежной политики  
в городском округе «Город Йошкар-Ола» на 2018-2025 годы»

Номинация «Патриотизм»

Проект

«СВОИ»



**Руководитель проекта:**  
**Чистяков Никита Викторович,**  
преподаватель  
ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ»

**Члены проектной группы:**  
**Домрачева Лала Фазильевна,**  
преподаватель  
ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ»,  
**Николаева Елена Александровна,**  
преподаватель  
ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ»,  
**Петрова Валентина Николаевна,**  
преподаватель  
ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ»

## КАРТА ПРОЕКТА

Номинация Конкурса	«Патриотизм» - проекты и мероприятия, направленные на патриотическое воспитание молодежи
-----------------------	--

Название проекта	«СВОи»
---------------------	--------

Руководитель проекта	
Ф.И.О. (указать полностью) автора или руководителя проекта	Чистяков Никита Викторович
Адрес фактического проживания	424000 респ. Марий Эл, г. Йошкар-Ола, ул. Первомайская д.180 кв. 80
Мобильный телефон	+79877316712
Адрес электронной почты	nikitasport8999@mail.ru
Адрес персонального сайта (сайта проекта)	<a href="http://edu.mari.ru/prof/ou4/DocLib62/Региональная%20стажировочная%20инновационная%20площадка.aspx">http://edu.mari.ru/prof/ou4/DocLib62/Региональная%20стажировочная%20инновационная%20площадка.aspx</a>
Адреса социальных сетей	<a href="https://vk.com/id67382366">https://vk.com/id67382366</a> <a href="https://vk.com/yotst_12">https://vk.com/yotst_12</a>
Место учебы или работы	Государственное бюджетное профессиональное учреждение Республики Марий Эл «Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий»

Команда проекта	
1. Чистяков Никита Викторович, преподаватель ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ», руководитель проекта, опыт работы – 10 лет.	
2. Домрачева Лала Фазильевна, преподаватель ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ», составление сметы и сроков реализации проекта, опыт работы – 10 лет.	

3. Николаева Елена Александровна, преподаватель ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ», составление программы тренинговых упражнений и сметы, опыт работы – 14 лет.
4. Петрова Валентина Николаевна, преподаватель ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ», оформление проекта, составление программы спортивного мероприятия, составление сметы проекта, опыт работы – 10 лет.

География проекта	
Районы города, в которых реализуется проект	9-ый микрорайон Микрорайон Гомзово Микрорайон Берёзово

Период реализации проекта	
Продолжительность проекта (в месяцах)	2 месяца
Начало реализации проекта (день, месяц, год)	04.09.2023г.
Окончание реализации проекта (день, месяц, год)	04.11.2023г.

Ресурсы проекта	
Собственный вклад	-
Софинансирование	-
Партнеры	1. Государственное бюджетное профессиональное учреждение Республики Марий Эл «Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий» 2. Государственное бюджетное учреждение Республики Марий Эл «Комплексный центр социального обслуживания населения в г. Йошкар-Оле»

Описание проекта	
Аннотация (краткое описание сути проекта)	Проект «СВОи» направлен на оказание поддержки детям из семей участников специальной военной операции (СВО). В рамках проекта планируется организация и проведение спортивно-

	<p>оздоровительного мероприятия, направленного на поддержание психологического, социального и физического здоровья семьи и детей участников СВО. Совместно со специалистами по социальной работе ГБУ Республики Марий Эл «Комплексный центр социального обслуживания населения в г. Йошкар-Оле» будет организовано приглашение десяти семей, в составе которых есть несовершеннолетние дети участников СВО.</p> <p>В рамках спортивно-оздоровительного мероприятия планируется проведение трех блоков, станций:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психологическая станция (проведение тренингов на снятие эмоционального напряжения и тревожности детей и родителя)</li> <li>2. Спортивная станция (соревнование по мини-футболу)</li> <li>3. Рефлексия (подведение итогов встречи, выпускание в небо белых голубей).</li> </ol> <p>Наш проект призван сплотить разные слои населения, он направлен на всестороннюю поддержку членов семьи участников СВО и поднятие военного духа, а также воспитание чувства патриотизма у студентов-волонтеров специальности Социальная работа.</p> <p>Проект «СВОи» направлен на оказание помощи семьям, которые находятся в состоянии стресса, психологического кризиса и переживают страх за здоровье и жизнь участников СВО.</p>
Актуальность	<p>Значимость проекта выражается в событиях, происходящих в мире и в нашей стране в последние полтора года. В настоящий момент все внимание приковано к защитникам Отечества, которые выполняют свой воинский долг. Но при этом дома их ждут семьи, которым сейчас очень тяжело. Проект жизненно важен, так как психологическая помощь и моральная поддержка крайне нужна семьям участников СВО в том, чтобы помочь им научиться управлять в кризисной ситуации эмоциями, объяснить сложную ситуацию детям, общаться (по телефону, в письмах) с папами, оставаться в ресурсе для работы и семьи. С этим могут помочь организаторы проекта «СВОи».</p> <p>По данным ГБУ Республики Марий Эл «КЦСОН в г. Йошкар-Оле» в г. Йошкар-Оле на учете состоит более 400 семей участников СВО.</p>
Целевая аудитория	<p>Семьи участников специальной военной операции: несовершеннолетние дети и жены.</p> <p>Волонтеры из числа студентов отделения «Социальная работа»</p>



Цель проекта	Обеспечение социальной поддержки детей из семей участников СВО через вовлечение в спортивно-оздоровительное мероприятие, а также воспитание чувства патриотизма у студентов специальности Социальная работа.
Задачи проекта	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Подготовка информационного материала и инфраструктуры для организации спортивно-оздоровительного мероприятия;</li> <li>2) Привлечение специалистов по социальной работе из ГБУ Республики Марий Эл «Комплексный центр социального обслуживания населения в г. Йошкар-Оле» для организации приглашения семей участников СВО;</li> <li>3) Вовлечение студентов отделения «Социальная работа» в реализацию социально-значимого проекта для развития профессиональных компетенций;</li> <li>4) Укрепление общих интересов в семье путем привлечения детей и взрослых к проведению совместных мероприятий патриотической направленности;</li> <li>5) Развитие чувства патриотизма и любви к Родине у студентов, вовлеченных в мероприятие;</li> <li>6) Реализация спортивно-оздоровительного мероприятия для семей участников СВО;</li> <li>7) Подготовка отчетной документации по проведенному мероприятию.</li> </ol>

Календарный план реализации проекта (основные мероприятия)			
№	Мероприятие	Сроки (дд.мм.гг)	Предполагаемый результат
1.	Закупка и установка оборудования	04.09.-04.10.2023г.	Подготовленные и оборудованные площадки для проведения мероприятия
2.	Подготовка пригласительных листов и доведение их до адреса десяти семей участников СВО	18.09.-30.09.2023г.	Приглашены десять семей участников СВО
3.	Проведение спортивно-оздоровительно мероприятия «СВОи» в рамках проекта	04.10.2023г.	Организованное мероприятие

4.	Подготовка отчетной документации по проекту	05.10.-04.11.2023г.	Отчетная документация
----	---	---------------------	-----------------------

Количественные показатели (пункты, помеченные * обязательны к заполнению):		
Показатель	Плановое количество	Срок достижения
*Количество мероприятий, проведенных в рамках проекта	1	04.10.2023 г.
*Количество участников мероприятий, вовлеченных в реализацию проекта	25	04.10.2023 г.
*Количество публикаций о мероприятиях проекта в СМИ, а также в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»	5	04.11.2023 г.
Количество специалистов, привлеченных к реализации проекта из Государственного бюджетного учреждения Республики Марий Эл «Комплексный центр социального обслуживания населения в г. Йошкар-Оле»	2	04.10.2023 г.

Социальный эффект проекта	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Создание информационного повода для ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ» как о социально-ответственном техникуме</li> <li>• Повышение социальной ответственности и чувство участия в полезном деле</li> <li>• Развитие профессиональных компетенций студентов отделения «Социальная работа»</li> <li>• Укрепление общих интересов в семье путем привлечения детей и взрослых к проведению совместных мероприятий патриотической направленности</li> <li>• Снятие эмоционального напряжения и тревожности членов семей участников СВО</li> </ul>
---------------------------	---

<p>Опыт успешной реализации</p>	<p>1) Реализация проекта «Меньше знаешь, крепче СПИД», конкурс гражданских инициатив «ВИЧ/СПИД: узнай больше и сохрани свое здоровье».</p> <p>Цель проекта: организация мероприятий, направленных на проведение профилактических работ и привлечения внимания к эпидемии ВИЧ/СПИД в 9-м микрорайоне города Йошкар-Ола. Диплом за III место. Протокол ПЦК №3 от 11.10.2018 г.</p> <p>Команда проекта: Домрачева Л.Ф., Николаева Е.Н., Петрова В.Н.</p> <p>2) Реализация социального проекта «Мы рядом». Конкурс социальных проектов по развитию молодёжной политики в городском округе «Город Йошкар-Ола», номинация: «Развитие волонтерской деятельности социальной направленности».</p> <p>Цель проекта: Подготовка волонтеров для проведения 1 регионального чемпионата для людей с инвалидностью «Абилимпикс» (ноябрь 2017г.), г. Йошкар-Ола. 1 место. Выписка из постановления администрации городского округа «Город Йошкар-Ола №1319 от 30.10.2017 г. Протокол №2 от 07.09.2018 г.</p> <p>Команда проекта: Домрачева Л.Ф., Петрова В.Н.</p>
---------------------------------	---

<p>Перспектива развития и потенциал проекта</p>	<p>Планируется ежегодное проведение спортивно-оздоровительного мероприятия для семей участников СВО 1 июня в День защиты детей на базе ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ» с привлечением собственных средств.</p> <p>Положительный опыт проведения спортивно-оздоровительного мероприятия может быть применен для других категорий семей, находящихся в социально опасном</p>
---	--

	<p>положении и позволит им разрешить возможные психологические проблемы.</p> <p>Формирование гражданско-патриотической позиции обучающихся через систему спортивно-оздоровительного мероприятия.</p> <p>Проект «СВОи» будет содействовать социально-экономическому развитию городского округа «Город Йошкар-Ола».</p> <p>Участие студентов в качестве волонтеров в реализации проекта способствует развитию кругозора и профессиональных компетенций.</p>
--	---

Информационное сопровождение проекта		
Информационный повод	Срок	Ссылки на аккаунты в соц.сетях, в которых предполагается размещение информации
Размещение в официальной группе ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ» «ВКонтакте» информации об участии в конкурсе молодежных проектов «МолодЙошка»	Май 2023г.	<a href="https://vk.com/yotst_12">https://vk.com/yotst_12</a> <a href="https://vk.com/yotst_12?w=wall-11608245_3726">https://vk.com/yotst_12?w=wall-11608245_3726</a>
Размещение на официальном сайте и в группе «ВКонтакте» ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ» информации о начале специальной военной операции и ее значимости для нашей страны	24 августа 2023г.	<a href="https://vk.com/yotst_12">https://vk.com/yotst_12</a> <a href="http://edu.mari.ru/prof/ou4/DocLib62/Региональная%20с тажировочная%20инноваци онная%20площадка.aspx">http://edu.mari.ru/prof/ou4/DocLib62/Региональная%20с тажировочная%20инноваци онная%20площадка.aspx</a>
Размещение на официальном сайте и в группе «ВКонтакте» ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ» информации о начале реализации проекта «СВОи» и сотрудничестве с ГБУ Республики Марий Эл «КЦСОН в г. Йошкар-Оле»	Сентябрь 2023г.	<a href="https://vk.com/yotst_12">https://vk.com/yotst_12</a> <a href="http://edu.mari.ru/prof/ou4/DocLib62/Региональная%20с тажировочная%20инноваци онная%20площадка.aspx">http://edu.mari.ru/prof/ou4/DocLib62/Региональная%20с тажировочная%20инноваци онная%20площадка.aspx</a>
Размещение на официальном сайте и в группе «ВКонтакте» ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ» информации о проведении	04.10.2023г.	<a href="https://vk.com/yotst_12">https://vk.com/yotst_12</a> <a href="http://edu.mari.ru/prof/ou4/DocLib62/Региональная%20с тажировочная%20инноваци онная%20площадка.aspx">http://edu.mari.ru/prof/ou4/DocLib62/Региональная%20с тажировочная%20инноваци онная%20площадка.aspx</a>

спортивно-оздоровительного мероприятия		
Размещение на официальном сайте и в группе «Вконтакте» ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ» информации о результатах проведенного спортивно-оздоровительного мероприятия с семьями участников СВО	Октябрь-ноябрь 2023г.	<a href="https://vk.com/yotst_12">https://vk.com/yotst_12</a> <a href="http://edu.mari.ru/prof/ou4/DocLib62/Региональная%20с тажировочная%20инноваци онная%20площадка.aspx">http://edu.mari.ru/prof/ou4/DocLib62/Региональная%20с тажировочная%20инноваци онная%20площадка.aspx</a>

Дополнительная информация	-
---------------------------	---

Государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение Республики Марий Эл  
«Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий»

Проект

«Кто Я?»



Автор проекта: Самаева Анна Васильевна,  
студентка группы 12 по профессии  
39.01.01 Социальный работник  
Руководитель проекта: Петрова Валентина  
Николаевна,  
преподаватель

Йошкар-Ола  
2021

## Аннотация

«Кто Я?» часто задаваемый вопрос в подростковом возрасте, в период становления и поиска себя. Он напрямую связан с характеристиками собственного восприятия человеком самого себя, то есть с его образом «Я». Подростающему поколению крайне непросто описывать себя, говорить о себе и в целом принять в себе выявленные особенности. В данном случае легче перенять, «списать», перенести на себя определенные черты от авторитетного и «интересного» персонажа или реального человека. Возникает проблема романтизации психических расстройств в подростковой среде, мода на присвоение черт, делающих подростка «модным» и «интересным, а главное, обсуждаемым».

«Я мизантроп» — говорит ребенок подросткового возраста, претерпевающий избиения одноклассников. Это действительно просто – снять с себя ответственность за результаты необдуманных или несовершенных действий. Неудачи и промахи легче всего обосновать наличием у себя какого-нибудь «дефекта». Подобно периодически сбрасывающим кожу ящерицам, подростки, называющие себя социофобами из-за отсутствия огромного френдлиста (списка друзей), «переоденутся» с первым веянием новой моды.

Романтизация психических расстройств приводит к хаосу в обществе, так как те немногие среди «заболевших», которым действительно нужна помощь, не получают должной поддержки, потому что просто теряются в этом гуле голосов, требующих внимания. «О, у меня тоже панические атаки! Вчера мне резко стало страшно, что меня отчислят» — слышит в ответ человек, рассказавший о своем недуге.

Романтизация психических расстройств — актуальная проблема в двадцать первом веке. С волной активизма и осведомления людей о важности психического здоровья появилась и совершенно новая и на первый взгляд странная проблема — романтизация.

Проект «Кто Я?» предполагает попытку предотвращения данной проблемы. Практическая значимость и дальнейшая перспектива проекта выражаются в возможности его реализации в группах студентов техникума, а также в осуществлении профориентационной деятельности в школах, в проведении классных часов в соответствующей возрастной группе.

## Оглавление

Введение	4
Глава 1. Проблема романтизации психических расстройств и её влияние на подростков	6
1.1. Понятие психических расстройств личности	6
1.2. Проблема романтизации психических расстройств	7
Глава 2. Занятие по развитию самосознания	8
2.1. Описание квест-игры «Искра жизни»	8
2.2. Результаты квест-игры «Искра жизни». Рекомендации по преодолению эмоциональных переживаний	9
Список использованных источников	10
Приложение	11



## Введение

### Актуальность проекта.

Самоопределение, заключающееся в поиске себя, своих возможностей и особенностей является важным этапом в жизни каждого человека. Особую значимость он приобретает в подростковом возрасте, так как именно на этом возрастном этапе происходит формирование самооценки с учетом определенного уровня требовательности к себе. Подростковый возраст – это этап знакомства с собой, осознание себя, построение «образа Я». Зачастую знакомство с собой и своими особенностями проходит не адекватно, возникает желание «перемен» с использованием главных защитных механизмов «проекция» и «отрицание». Обнаружения у себя определенных особенностей подростком приводит ко множеству вопросов: «А какой я?» «Понравлюсь ли окружающим?» «Интересен ли я им?» и другие. Отрицательные ответы на возникающие вопросы подталкивает подростка на создание некоего воображаемого «образа Я», принимаемого окружающими его сверстниками, но никак не связанного с ним самим. В качестве способа стать «интересным» для окружающих подростками часто выбирается неожиданное обнаружение у себя психических расстройств.

Кажется, что свойственное подростковому возрасту увлечение категорическими заявлениями о собственной ненормальности — явление временное и недолгое, которое пройдет вместе с юношеским максимализмом. Но приписывание себе психических расстройств распространено куда шире, оно прямо просочилось в нашу культуру.

По первому запросу в социальной сети Вконтакте на слово «депрессия» находится огромное количество сообществ, постящих подобное: «Оставайся дома, отменяя все планы с друзьями и думая о том, какой ты ничтожный». И это действительно искажает представление о психических расстройствах в обществе, потому что депрессия — это не «прикольное слово» и не деталь имиджа. Не следует приравнивать «депрессию» к «суперспособностям». С суперспособностью депрессию роднит лишь то, что ее обычно скрывают от людей, но она прорывается наружу, грозя стать опасностью и разрушить все до основания.

Тенденция к поэтизации привела к тому, что психическим расстройством считается любое отклонение от нормы: страх за какую-нибудь безделицу – панической атакой, плохое настроение – депрессией, обыкновенная брезгливость – обсессивно-компульсивным расстройством. При этом действительно больные шизофренией или расстройством личности люди, старающиеся не афишировать свой недуг, вызывают испуг и отторжение.

Тенденция поэтизации понятий «депрессивный» и «грустный» становятся равными и отношение к больным становится таким же, как к позерам. Зарождается проблема «социального игнора» к истинно болеющим людям, которым становится вдвойне тяжелее переносить болезнь. Это словно пощёчина, которую даёт не один, не два, а огромное количество человек одновременно.

Приписывание себе психических расстройств — это не забавная игра в переодевания, не способ осознания себя, а ложь и подмена понятий, формирование ложного представления о себе. Отсутствие или наличие психических расстройств способен определить только специалист, но никак не часовые поиски в сети Интернет информации и фиксирование у себя симптоматики страшных заболеваний.

Цель работы – способствовать формированию адекватного и позитивного «образа Я» с использованием установки на самопознание и самопринятие.

Гипотеза исследования: предположим, что процесс самопознания способствует снижению романтизации психических расстройств.

Задачи:

1. Раскрыть особенности проявления психических расстройств
2. Изучить причины романтизации психических заболеваний среди детей подросткового возраста
3. Провести квест-игру, направленную на самосознание.
4. Сформулировать выводы и рекомендации.

## Глава 1. Проблема романтизации психических расстройств и её влияние на подростков

### 1.1. Понятие психических расстройств личности

Психическое расстройство – в широком смысле состояние психики, отличное от нормального, здорового. Есть более частное значение этого термина в таких областях, как юриспруденция, психиатрия и психология. Психические расстройства не следует принимать за проявление отрицательных сторон личности или черт характера.

Противоположностью психического расстройства является психическое здоровье. Люди, умеющие приспособиться к условиям жизни и разрешать жизненные проблемы, обычно оцениваются как психически здоровые. Если же эти способности ограничены и человек не справляется с повседневными задачами в личной, семейной жизни или на работе, когда он не в состоянии достичь личных целей, то может идти речь о той или иной степени психического расстройства.

Психическое заболевание влечёт изменения и нарушения в сфере чувств, мышления, поведения, и наряду с этим, по некоторым утверждениям, почти всегда происходят изменения соматических функций организма. Создание успешных психологических и медикаментозных методов лечения возможно при сотрудничестве медицины и психологии и рассмотрении психических расстройств с различных точек зрения.

По этиологическому принципу психические расстройства могут быть разделены на два вида:

1. Экзогенные виды психических расстройств. Причинные факторы направлены извне, например: алкоголь, промышленные яды, наркотические

вещества, токсические вещества, радиация, вирусы, микробы, черепно-мозговые травмы, психо-травмы.

2. Эндогенные виды психических расстройств. Причинные факторы – внутренние. Пример: хромосомные аберрации (нарушения), генные заболевания, заболевания с наследственным предрасположением (возникают из-за травмированного гена и могут передаваться через несколько поколений).

По тяжести и характеру нарушений психические расстройства могут варьироваться от «лёгких расстройств» до «представляющих угрозу жизни».

У пациентов с психическими расстройствами могут наблюдаться различные физические, эмоциональные, когнитивные, поведенческие и перцептивные симптомы.

От психических расстройств не застрахован никто. По данным ВОЗ, с психическими расстройствами сталкивается каждый четвертый человек на планете. В реальности эти цифры могут быть намного больше. Эксперты отмечают: тема психических расстройств в нашем обществе настолько табуирована, что люди часто боятся проходить лечение или просто не понимают, что с ними происходит – почему так колет сердце в лифте, почему не удается сосредоточиться на работе и так грустно, хотя жизнь течет как обычно?

Многие до сих пор считают, что если придут к психиатру поговорить о своей депрессии или привычке мыть руки каждый час, то их запрут в больнице, отберут права и с позором выгонят с работы. Людей, которые оказались в этом положении, могло бы быть значительно меньше, если бы об этом можно было говорить».

## 1.2. Проблема романтизации психических расстройств

В культуре психические расстройства нередко романтизируются. «С каждым годом этот тренд усиливается – от книги «Множественных умов Билли Миллигана» до песни «Биполярочка» Оксимирона», — считает декан факультета коммуникативного менеджмента РГСУ Игорь Романов.

Романтизацию психических расстройств можно считать позитивной стигматизацией. «Мы знаем большое количество фильмов, где образ человека с какими-то психическими проблемами — это образ человека, который обладает дополнительным ресурсом. Например, фильм «Джокер», где главный герой – самый любимый психопат представителей любого поколения.

Романов отмечает, что раньше психические расстройства чаще рассматривались в контексте карательной психиатрии — например, в известном фильме «Пролетая над гнездом кукушки». Сейчас массовая культура делает психиатрические ярлыки привлекательными для аудитории — как в сериале Netflix «Легион», где главному герою был поставлен диагноз «шизофрения». «Позитивная стигматизация мотивирует залезть в себя покопаться — а вдруг я тоже такой же интересный? Вдруг про меня тоже можно снять фильм? Все это приводит к представлению, что если у тебя нет

проблем с психикой и никакого психиатрического диагноза, то ты непонятно кто, не интересен ни себе, ни людям».

В какой-то момент ментальные заболевания вдруг начали представляться красивыми, необычными, завораживающими. Эта «пропаганда», если ее так можно назвать, стала особенно популярна в социальных сетях вроде тамблера, твиттера и даже вконтакте.

Зачастую подобные страницы размещают фотографии «идеальных» тел и форм, к которым якобы нужно стремиться, нездоровые диеты и так далее и тому подобное. Под таким влиянием — а некоторые такие паблики ведут здоровые взрослые дяденьки и тетеньки — многие подростки могут развить расстройство пищевого поведения. Существует также много страниц, где публикуются фотографии со шрамами и порезами.

Возможные причины романтизации психических расстройств детьми подросткового возраста:

- Распространение в массовой культуре небезопасного и сомнительного контента;
- Желание быть «не таким, как все», стремление выделиться среди сверстников и общей толпы;
- Чувство одиночества среди сверстников, попытка найти поддержку и понимание среди людей;
- Дезинформация. Несмотря на то, что в последние годы общество меняет свое отношение к ментальному здоровью, эта тема до сих пор остается табуированной. Никто просто не объяснит детям о том, что такое депрессия и чем она опасна: они вырастут либо с элементарным незнанием того, что это реальное заболевание, либо с навязанным фильмами привлекательным образом плачущих девочек с потекшей тушью.

Если люди с этим воспитанием попадают под какое-либо влияние, неудивительно, что они начнут романтизировать ту же депрессию или шизофрению. Говорят, что знание — сила, но получается, что это смотря как мы «знаем».

## Глава 2. Занятие по развитию самосознания

### 2.1. Описание квест-игры «Искра жизни»

Квест-игра «Искра жизни» основана на сюжете американского компьютерного анимационного фильма производства студии Pixar Animation Studios и направлено на создание условий по формированию самосознания подростков. Детям подросткового возраста в ходе квест-игры предлагается возможность обрести «искру жизни» и тем самым принять себя со всеми своими особенностями.

Квест включает в себя пять станций:

1 этап (1 день): «Я» в зеркале. На данном этапе участники квест-игры знакомятся с собой, со своими достоинствами и недостатками, узнают про свои особенности.

2 Этап (2 день): «Я и мои эмоции». Этап дает возможность перечислить свои эмоциональные переживания всех спектров и описать (вербально и невербально) свои переживания.

3 этап (3 день): «Я и мои способности». На этом этапе участникам квест-игры предлагается упражнение, направленное на выявление своего «призвания», своих способностей.

4 этап (4 день): «Я» и моя Тень». Предполагается участникам описать неприемлемые черты личности человека и выразить это в виде образа – Тени.

5 этап (5 день): «Принятие себя». Заключительный этап, предполагающий формирование состояния полного телесного покоя в процессе самопознания (см. Приложение).

На каждом этапе квест-игры «Искра жизни» участники получают составляющие элементы, необходимые для построения адекватного и позитивного образа «Я».

2.2. Результаты квест-игры «Искра жизни». Рекомендации по преодолению эмоциональных переживаний

Квест-игра «Искра жизни» проведена в группе 12, студентов 1 курса по профессии 39.01.01. Социальный работник. На занятии присутствовало 20 человек (разделены на две группы по 10 человек).

В ходе проведенного квеста были получены положительные отзывы от студентов с тенденцией стремления к последующему самопознанию и самосознанию своих особенностей. Более половины участников квест открыли в себе качества, которые не осознавали в себе или скрывали от окружающих. Так же участниками были проработаны и описаны эмоции и чувства, вызывающие страх и стеснение в своей визуализации.

Квест-игра положила начало формированию адекватного и позитивного «образа Я». В дополнении на рефлексивном этапе квест была выявлена потребность в познании адекватных способов управления своими эмоциональными переживаниями, с которыми сталкивается каждый человек. Поэтому нами были изучены общепринятые способы:

1. Совершайте ежедневные пешие прогулки длительностью 30-40 минут.
2. Старайтесь проводить время с теми людьми, с которыми вам приятно общаться, или с теми, кто хотя бы не нарушает зону вашего комфорта.
3. Посвящайте время такому занятию, которое приносит вам радость и улучшает настроение.
4. Организуйте определенную физическую нагрузку, смените вид деятельности.
5. Сократите просмотр социальных сетей, постов и новостных лент. Лучше возьмите книгу.
6. Постарайтесь посещать концерты, театрализованные представления, музеи. Подпитывайте свой культурный дух.
7. Найдите новое хобби.

В ходе проведенной квест-игры получено подтверждение гипотезы на основе полученной обратной связи от участников. На рефлексивном этапе было установлено, что процесс самопознания способствует формированию адекватного и позитивного «образа Я», следовательно, создают условия для снижения романтизации психических расстройств.

Познание себя, своих возможностей и смирение со своими недостатками — это долгий и упорный труд, который требует от человека выдержки, терпения и смелости. Принятие чужих «интересных» особенностей и приписывание их себе — это ложный путь к самосовершенствованию, он не имеет перспективы и загоняет человека в «тупик».

#### Список использованных источников

1) Виттхен Г.-У. Энциклопедия психического здоровья / Пер. с нем. И.Я. Сапожниковой, Э.Л. Гушанского. — М: Алетея, 2016. — 552 с. — (Гуманистическая психиатрия). — ISBN 5-89321-124-3.

2) Белялов Ф.И. Психические расстройства в практике терапевта. — Иркутск: РИО ИГМАПО, 2017. — 327 с. — ISBN 978–5–89786–088–3.

3) Пуховский Н.Н. Терапия ментальных расстройств, или Другая психиатрия: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. — Москва: Академический проект, 2013. — 240 с. — (Gaudeamus). — ISBN 5-8291-0224-2.

4) Проблемы современного общества. Режим доступа: <https://takiedela.ru/news/2017/12/25/to-chego-nelzya-nazyvat/> (дата обращения: 15.02.2021)

5) Ноль эмоций и странные интересы. Режим доступа: <https://vk.com/@night.tremble-moe-psihicheskoe-rasstroistvo-ne-vasha-estetika-romantizaci> (Дата обращения: 03.03.2021)

ПРИЛОЖЕНИЕ

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Республики Марий Эл  
«Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий»

Квест  
**«Искра жизни»**



Автор: Самаева Анна Васильевна,  
студентка группы 12 по профессии  
39.01.01 Социальный работник  
Руководитель: Петрова Валентина  
Николаевна,  
Преподаватель

Йошкар-Ола  
2021

**Паспорт мероприятия**

**Место проведения** – ГБПОУ Республики Марий Эл «Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий»

**Группа:** 12, профессия 39.01.01 Социальный работник

**Студенты по списку** – 20 человека (разделены на две подгруппы по 10 человек)

**Форма проведения** – квест-игра (в аудитории)

**Методы:** беседа, игра.

**Время:** 1 час (1 час 30 минут)

**Дидактическое оснащение и оборудование:**

Раздаточный материал: карточки с заданиями, листы бумаги формата А4, фломастеры и маркеры.

**Цель:** способствовать формированию адекватного и позитивного «образа Я» с использованием установки на самопознание и самопринятие.

**Задачи:**

- совершенствовать умение обучающихся распознавать и понимать свои эмоции и чувства;
- создание условий для формирования умения понимать свои способности и возможности;
- способствовать плодотворному общению участников со своим «образом Я»
- создать условия для принятия своего «образа Я».



## Ход мероприятия

### I. Организационный момент

Приветствие участников. Побуждение мотивации к деятельности обучающихся.

Вопросы: Задавали ли вы себе вопрос: «Кто я?» Какими качествами я обладаю? Нравлюсь ли я окружающим? (ответы участников, обсуждение вопроса поведения в таких ситуациях).

Оглашение темы квест-игры «Искра жизни». Ознакомление участников с правилами игры и заданиями по поиску составляющих своей личности и главное, принятие и смирение с ними.

Организация начала квест-игры. Квест-игра организована в рамках одной аудитории, участники квеста выполняют задания станций индивидуально с последующим обсуждением и обратной связью друг с другом.

Всего станций 5: ««Я» в зеркале», ««Я» и мои эмоции», ««Я» и мои способности», ««Я» и моя Тень», «Принятие себя». В ходе квест-игры участники индивидуально проходят станции, не выходя при этом из аудитории.

Прохождение каждой станции предполагает нахождение участниками составляющих своей личности и расположение их в схеме элементов «образа Я». Каждая станция имеет свое условное обозначение, эмблему и помещается в итоговую схему (см.рис.1).



Рисунок 1. – Итоговая схема элементов в создании «образа Я».

### II. Квест-игра «Искра жизни»



#### Станция «Я» в зеркале

Участникам предлагается посмотреть на себя в «воображаемое» зеркало, вспомнить свои положительные и отрицательные особенности (при необходимости выписать в колонку в виде таблицы). После участникам предлагается составить небольшой хвалебный рассказ о себе с учетом положительных и отрицательных черт. Это может быть проза, стих, включающий описание «Я» в положительном свете с пожеланиями себе добра, здоровья, успехов и другое. На выполнение задание отводится 10-15 минут. После участникам предлагается прочесть историю про себя вслух перед аудиторией, которая в свою очередь должна оказать поддерживающее влияние и способствовать повышению настроения читающего.

### Станция «Я» и мои эмоции

Каждому участнику вручается конверт, в котором лежат фрагменты лица человека (уши, глаза, нос, губы, брови), несущие в себе определенную эмоциональную информацию. В соответствии с гендерным признаком, участники получают «лицо мальчика» или «лицо девочки» и располагают фрагменты на лице в соответствии с переживаемой эмоцией в данный момент и/или с эмоцией, чаще всего переживаемой в течение своей жизни (см. рисунок 2). После каждому участнику предлагается описать свою эмоцию и свои переживания, соответствующие изображенной эмоции.

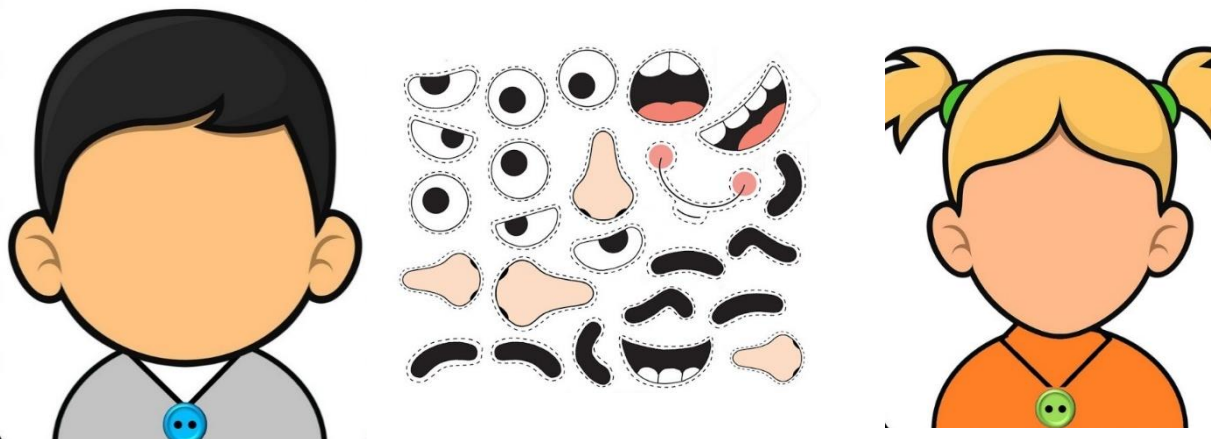


Рисунок 2. - Изображение «лица мальчика» и «лица девочки» с фрагментами для распределения

### Станция «Я» и мои способности»



Участникам предлагается поиграть в спонтанные ассоциации и воспоминания, ответить на вопросы и выполнить задание, в последующем совместить два выполненных задания.

Вопросы заданий специально подобраны такие, чтобы поставить в тупик участника, сбить с толку рациональный подход человека.

Отвечайте на вопросы, не думая, не перебирая варианты «лучше». Переходите к следующему вопросу только тогда, когда дадите ответ на предыдущий. **Вопросы:**

1. *Археологи на раскопках места обитания первобытного племени нашли странный камень, который несомненно был в пользовании. Вы – этот камень. Представьте этот камень, вообразите. И ответьте на вопросы. Что это за камень? Где ему место? Для каких целей его использовали? Когда в нем возникала необходимость? Что он изменял – или что случилось бы, если его не было.*

2. *Вы – часть механизма башенных часов на городской площади. Представьте, вообразите. И ответьте на вопросы. Что вы за деталь? Где место этой детали? Каково ее устройство, как она взаимодействует с другими частями механизма? Какую функцию она выполняет? Когда в ней возникает необходимость? Что она изменяет – или что случилось бы, если ее не было.*

На вопросы лучше отвечать развернуто и письменно. Когда у вас будут даны все ответы, найдите закономерности, неожиданные повторения и параллели. Отметьте их для себя.

**Второе задание.** *Вспомните игру, в которую вы играли в возрасте 5 лет плюс-минус 2 года. Это была не обычные «прятки», «дочки-матери», «догонялки», «магазин» и пр. Это была ваша личная игра, в которую вы играли бесконечное количество раз, повторяя с небольшими вариациями. Возможно, это была внутренняя игра. А если нет, то о ней как о вашей странности, заикленности говорили взрослые – вы слышали краем уха. Возможно, до сих пор ваши родители-родственники вспоминают какую-то фразу из этой игры. Вспомните: бесконечное повторение одного и того же игрового процесса, блаженное состояние, не пропадающее от количества повторов.*

Какая связь между этой игрой и теми находками, которые вы сделали в прошлом задании?

#### Станция «Я» и моя тень



Участникам квест предлагается записать списком все, что ими не принимается в себе и в других. После попробовать объединить это в некий целостный образ и зарисовать его.

Участникам так же необходимо придумать рассказ от имени этого образа (что нравится – не нравится в жизни, в людях; о чем мечтается; чего не хватает; чего опасается; какие привычки и черты). Оценить, насколько комфортно ощущает себя на бумаге образ Тени... Дорисовать нечто, чтобы ей стало хорошо (может быть, ей нужен зеленый луг, цветочки... или мотоцикл... или огромный торт...). Скажите ей добрые и теплые слова, пожелайте ей чего-либо хорошее.

#### Станция «Принятие себя»

Участникам предлагается перечислить список слабых сторон своей личности с учетом пройденных выше станций, вспомнив слова и выражения, которые они слышали в детстве по отношению к себе от взрослых и родителей. После напротив каждого пункта указать то положительное, что этому можно противопоставить (можно использовать положительные слова и комментарии своих знакомых, родных и родителей). После составления списка каждому участнику предлагается произнести фразы: «Я прощаю себя за...», «Я люблю себя...»



### **III. Подведение итогов квест-игры.**

В завершении квест-игры предлагается проанализировать элементы своей личности, своего «Я», полученные в ходе квест. Идет совместное обсуждение эмоций, переживаний, качеств и сторон личности и важности каждого элемента в самосознании человека.

## Приложение 7

Государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение  
Республики Марий Эл  
«Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий»

Проект

### **«Музыка в темноте»**

Автор проекта:

Карабаев Денис Владиславович  
студент группы 22 по профессии  
39.01.01 Социальный работник

Руководитель проекта: Петрова Валентина Николаевна,  
преподаватель

## Аннотация

Кто такой «инвалид»? Зачастую инвалидность неразрывно связывают с понятием ограничения. Согласно Федеральному закону от 24.11.1995 N 181-ФЗ (ред. от 28.06.2021) «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации», «инвалид - лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты» [3]. Следовательно, ограничение зависит от физического развития, а также является результатом функционального и общественного участия людей с инвалидностью в социальной среде. Эта ситуация влечет за собой исключение инвалидов из определенных сфер общественной жизни, а иногда - серьезное ограничение реализации в частной сфере. Это приводит или к значительному обеднению жизни, или к зависимости этих лиц от помощи, необходимость постоянного присутствия посторонних - опекунов, гидов, переводчиков.

Аспекты изучения инвалидности тесно связаны именно с ограничениями социального функционирования, которые вытекают из ущербности психофизиологических функций организма человека. Человек с инвалидностью по зрению испытывает высокую степень ущербности в восприятии окружающей действительности и установления социальных связей, так как лишен главного анализатора – зрения. Процесс социализации в свою очередь включает в себя социальное познание и освоение культуры, навыков практической деятельности, построение системы социальных связей и ориентации, что затрудняется при отключении зрительного восприятия мира.

Таким образом, для успеха социализация инвалидов по зрению, необходимо проводить мероприятия по формированию адекватных представлений личности о себе, развитие самосознания. Необходимо способствовать полноценному вхождению слепого человека в общество, установление его полноправным и активным членом общества, наравне со всеми в полноценной профессиональной деятельности и общественной жизни, который сможет принести пользу обществу.

Проект «Музыка в темноте» направлен на формирование активного гражданина с инвалидностью по зрению, готового узнавать новое, расширять свой кругозор, тем самым повысить самооценку, расширять свои возможности и выстраивать адекватное представление о себе.

## Оглавление

Введение	4
Глава 1. Использование музыки в решении проблемы социализации инвалидов по зрению среди взрослого населения	5
1.1. Проблема социализации взрослых инвалидов по зрению	5
1.2. Решение проблемы социализации инвалидов по зрению с помощью музыки	6
Глава 2. Практика применения музыки в процессе социализации инвалидов по зрению среди взрослого населения	6
2.1. Описание проекта «Музыка в темноте» по социализации инвалидов по зрению на базе Йошкар-Олинской местной организации Всероссийское общество слепых	6
2.2. Результаты проведения проекта «Музыка в темноте»	8
Заключение	9
Список использованных источников	10

## Введение

### Актуальность проекта.

Проблема социализации в обществе сохраняет свою актуальность на каждом возрастном этапе развития человека, при этом особую значимость она приобретает, если у человека имеются определенные заботы о своем здоровье. Интеграция в общество человека с определенными ограничениями по здоровью или с формой инвалидности охватывает широкий спектр требований и несет в какой-то степени реабилитационный характер. Проблема интеграции в общество слабовидящих или тотально слепых людей требует усиления внимания, так как зрительный анализатор является самым важным в познавательной активности человека и несет самый большой процент информации из внешнего мира.

Стоит отметить, что проблема социализации инвалидов по зрению является неравномерно изученной в направлении возрастного показателя. Если для незрячих детей проводится целый спектр мероприятий, начиная от специализированных садиков, школ и завершая многочисленными программами по реабилитации и абилитации детей, то для взрослого населения этот перечень гораздо меньше. Именно поэтому нас заинтересовала проблема социализации, а именно, включения в активную жизнь инвалидов по зрению из числа взрослого населения. В качестве направления социализации и реабилитации предлагается музыка в виде мастер-классов с применением музыкальных инструментов: фортепьяно (синтезатор) и электро- и бас-гитары.

Цель проекта – создание условий для включения в активную социальную жизнь инвалидов по зрению через музыку.

Гипотеза: предположим, что музыка и умение играть на музыкальных инструментах способствуют включению людей с инвалидностью по зрению в активную социальную жизнь.

### Задачи:

5. Раскрыть особенности применения музыки в решении проблемы социализации инвалидов по зрению среди взрослого населения.
6. Изучить трудности и особенности жизни взрослых инвалидов по зрению.
7. Реализовать проект «Музыка в темноте» по социализации инвалидов по зрению на базе Йошкар-Олинской местной организации Всероссийское общество слепых.
8. Сформулировать выводы и выдвинуть новые направления для продолжения исследования.

# Глава 1. Использование музыки в решении проблемы социализации инвалидов по зрению среди взрослого населения

## 1.1. Проблема социализации взрослых инвалидов по зрению

Проблема социализации является актуальной на ранних этапах развития человека и предполагает процесс целенаправленного включения человека в общество через овладение необходимыми знаниями, умениями и навыками, общечеловеческим опытом, принимаемым от старшего поколения. Принятие человеческого опыта предполагает полную включенность и работу познавательных психических процессов (ощущения, восприятия, памяти, внимания и другие) человека и поэтому данный процесс является неполноценным при наличии у человека определенных ограничений по здоровью или установления инвалидности на определенных этапах развития.

Зрение – является одним из основных источников информации, поступающей из внешнего мира, позволяющий максимально визуализировать происходящее вокруг и выстроить максимально приближенную к реальности картину мира. При этом нарушение зрительного восприятия чередуется рядом трудностей [1].

В качестве основных проблем людей с нарушением зрения выделяются: нарушение их связи с внешним миром, ограниченная мобильность, бедность контактов со сверстниками и взрослыми, ограничение общения с природой, недоступность ряда культурных ценностей, а иногда и элементарного образования. Эти проблемы являются следствием не только субъективного фактора, в качестве которого выступает состояние физического и психического здоровья человека с нарушением зрения, но и объективных факторов: социальной политикой, сложившимся общественным сознанием, что подтверждается недоступностью для инвалидов архитектурной среды, общественного транспорта.

Стоит отметить, что человек, имеющий инвалидность по зрению, может быть также способен и талантлив, как и его сверстники, не имеющие никаких проблем со здоровьем, но обнаружить свои способности и дарования, развить их, приносить тем самым пользу обществу, зачастую мешает неравенство возможностей. Для решения подобных проблем людей с нарушением зрения большую роль играет их адаптация к условиям современного российского общества.

Социализация личности осуществляется под влиянием совокупности многих условий: как социально-контролируемых и направленно-организуемых, так и стихийных, возникающих спонтанно. Она и есть атрибут образа жизни личности и может рассматриваться как ее условие и как результат. Непременным условием социализации людей с нарушением зрения является культурная самоактуализация личности, ее активная работа над своим социальным совершенствованием в сочетании с мотивацией.



## 1.2. Решение проблемы социализации инвалидов по зрению с помощью музыки

Музыкальное творчество было и остается важнейшим средством реабилитации для слепых людей, даже если в будущем они и не станут профессиональными музыкантами. Занятия музыкой, выступления на сцене, участие в различных фестивалях, смотрах, конкурсах, праздниках помогает преодолеть робость, зажатость, излишнюю стеснительность и неуверенность в себе.

Инвалиды по зрению испытывают законную гордость за свои музыкальные успехи. Им приятно, что они могут доставить радость людям. Проведение музыкальных мероприятий способствует установлению контактов между людьми с инвалидностью и без ограничений по здоровью.

На каком музыкальном инструменте лучше всего учиться играть слепому человеку? Незрячие люди способны овладеть практически всеми музыкальными инструментами, но наиболее популярными из них являются фортепьяно, баян, аккордеон и гитара. Именно эти инструменты в будущем позволят музыканту выступать и в качестве солиста, и в качестве аккомпаниатора.

К сожалению, незрячие люди неспособны играть в оркестре. Они не видят сигналов дирижера. Не могут играть с листа, а только по памяти. А способность играть с листа является очень важным условием для оркестровых музыкантов.

При игре почти на всех музыкальных инструментах задействованы обе руки. Слепой музыкант читает ноты не глазами, а пальцами с помощью рельефно-точечного (брайлевского) шрифта. Очевидно, что невозможно одновременно играть на инструменте и знакомиться с нотами. Именно поэтому слепым людям лучше воздержаться от игры на таких классических оркестровых инструментах, как, например, скрипка или виолончель [2].

Таким образом, стоит отметить, что музыкальное просвещение очень важно в жизни и в развитии незрячих людей, так как оно развивает память, мышление и математические способности. Музыка способствует социализации в обществе слепых людей путем взаимодействия с другими людьми.

## Глава 2. Практика применения музыки в процессе социализации инвалидов по зрению среди взрослого населения

### 2.1. Описание проекта «Музыка в темноте» по социализации инвалидов по зрению на базе Йошкар-Олинской местной организации Всероссийское общество слепых

Йошкар-Олинская местная организация Всероссийское общество слепых осуществляет свою деятельность под руководством Марийской республиканской организации Общероссийской общественной организации инвалидов «Всероссийское ордена Трудового Красного Знамени общество слепых» (далее - Марийская республиканская организация ВОС). Марийская

республиканская организация ВОС насчитывает в своем составе 2066 инвалидов по зрению, из которых 787 являются членами Йошкар-Олинской местной организации Всероссийское общество слепых.

ВОС – организация, основанная в 1925 году на членстве незрячих граждан РФ - инвалидов по зрению и их законных представителей и созданная для защиты их прав и интересов, социальной поддержки, реабилитации, социальной интеграции и содействия обеспечению равных возможностей инвалидам по зрению.

Основными целями ВОС являются:

- участие в определении и реализации государственной политики в отношении инвалидов;
- содействие и участие в профессиональной, социальной, педагогической реабилитации и интеграции;
- участие в трудовой реабилитации, повышении образования, развитии культуры и спорта среди инвалидов по зрению [4].

Проект «Музыка в темноте» реализуется на базе Йошкар-Олинской местной организации Всероссийское общество слепых для инвалидов по зрению из числа представителей Марийской республиканской организации ВОС. Проект предполагает серию занятий для взрослых людей, имеющих инвалидность по зрению (см. Таблицу 1).

Количество: - 10-12 человек.

Цель - создание условий для включения в активную социальную жизнь инвалидов по зрению через музыку.

Таблица 1. – Этапы проведения проекта «Музыка в темноте»

№	Этапы проекта	Мероприятия	Примерные сроки
1	Подготовительный этап	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Изучение особенностей взаимодействия и общения с людьми, имеющими нарушения зрения.</li> <li>- Подбор репертуара для проведения музыкального мастер-класса для людей с инвалидностью по зрению</li> </ul>	Февраль-Март 2022 г.
2	Ознакомительный этап	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Выход в Йошкар-Олинскую местную организацию ВОС</li> <li>- Знакомство с участниками мастер-класса из числа людей, имеющих инвалидность по зрению.</li> <li>- Выступление на музыкальных инструментах: синтезаторе и электрогитаре перед участниками мастер-класса.</li> <li>- Проведение опроса среди инвалидов по зрению на определение музыкального</li> </ul>	Март 2022 г.

		инструмента, на котором они хотели бы попробовать научиться играть. - Составление примерного списка желающих обучиться игре на музыкальных инструментах; - Ознакомительная проба инвалидами по зрению игре на музыкальных инструментах.	
3	Организационный этап	- Проведение занятий по игре на музыкальных инструментах (электрогитара, синтезатор) с людьми, имеющими инвалидность по зрению - Подготовка совместного выступления к празднику Дню Победы.	Апрель-Май 2022 г. (1-2 занятия в неделю)
4	Заключительный этап	- Совместное выступление с людьми, имеющими инвалидность по зрению на праздничном концерте в честь празднования Дня Победы.	Май 2022 г.

## 2.2. Результаты проведения проекта «Музыка в темноте»

Проект «Музыка в темноте» реализуется на базе Йошкар-Олинской местной организации Всероссийское общество слепых для инвалидов по зрению из числа представителей Марийской республиканской организации ВОС. Проведенные этапы проекта получили положительные отзывы от участников и вызвали у них большой интерес, желание обучиться игре на музыкальных инструментах.

За период апрель-март 2022 года реализовано 2 этапа проекта: подготовительный и ознакомительный этапы с присутствием 11 человек с инвалидностью по зрению. По результатам встречи и проведенному опросу среди участников был составлен список желающих попробовать овладеть определенным музыкальным инструментом.

В дальнейшем проект предполагает реализацию последующих этапов:

- 1) организация и проведение серии занятий по игре на музыкальных инструментах (электрогитара, синтезатор) с людьми, имеющими инвалидность по зрению;
- 2) подготовка совместного выступления с инвалидами по зрению к празднику Дню Победы.
- 3) совместное выступление с людьми, имеющими инвалидность по зрению на праздничном концерте в честь празднования Дня Победы.

Следовательно, можно сделать вывод, что проект «Музыка в темноте» является перспективным, и подтверждает нашу гипотезу: музыка через игру на музыкальных инструментах действительно способствует включению людей с инвалидностью по зрению в активную социальную жизнь.

Заключение

В настоящее время процесс социализации и интеграции лиц с нарушениями зрения является предметом исследования специалистов многих отраслей научного знания. Инвалидность по зрению означает существенное ограничение жизнедеятельности, она способствует социальной дезадаптации, которая обусловлена нарушениями в развитии, затруднениями в самообслуживании, общении, обучении, овладении в будущем профессиональными навыками. Освоение незрячими социального опыта, включение их в существующую систему общественных отношений требует от общества определенных дополнительных мер, средств и усилий.

Во многом процесс вхождения инвалида по зрению в общество определяется фактором социальной активности человека, его способностью при взаимодействии со средой не просто усваивать ее требования, но и изменять эту среду, влиять на нее. Музыка и игра на музыкальных инструментах совместно с зрячим человеком способствует прямому контакту инвалидов по зрению со средой и имеет двустороннее влияние. Зрячему – это опыт, расширение мировоззрения и формирование толерантности и принятия незрячих людей. Инвалиду по зрению – это тоже опыт, активизация своих жизненных сил и возможность установить прямой контакт с другими людьми, готовыми ему оказать помощь и поддержку.

Музыка несет практическую значимость и создает условия для интеграции инвалидов по зрению, что предполагает активное взаимодействие индивида со средой, в которой человек делает сознательный выбор и которую он способен изменять, когда в этом есть необходимость и целесообразность. В целом овладение музыкальным инструментом инвалидами по зрению способствует расширению их возможностей.

Таким образом, музыка и совместная игра на музыкальных инструментах со зрячими людьми направлена на то, чтобы реабилитировать и социально адаптировать людей с нарушениями зрения к действительности окружающего мира. Она помогает сделать инвалида по зрению полноправным и активным членом общества, который наравне со всеми может включиться в полноценную общественную жизнь и профессиональную деятельность, приносящую пользу обществу и тем самым дает основу для продолжения исследования в данном направлении.

#### Список использованных источников

1. Гудонис В.П. Основы и перспективы социальной адаптации лиц с нарушенным зрением. – М.: Московский психолого-социальный институт: Воронеж, 2017. 288 с.
2. Ермаков, В.П., Якунин, Г.А. Основы тифлопедагогики: развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения / В.П. Ермаков, Г.А. Якунин. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2017. – 240 с.
3. Консультант Плюс. Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_8559/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8559/) (Дата обращения: 11.03.2022)
4. Марийская республиканская организация Всероссийское общество слепых. Режим доступа: <http://mari.regvos.ru/about> (Дата обращения: 09.03.2022)