

ПОМОГАЯ ДРУГИМ – ПОМОГАЕШЬ СЕБЕ!

Так называется новый проект Регионального благотворительного общественного фонда по поддержке социально незащищённых категорий граждан, разработанный совместно с факультетом дистанционного обучения Московского городского психолого-педагогического университета

Авторы проекта предлагают новаторские технологии, направленные на интеграцию инвалидов. Знакомство с этими технологиями прошло в рамках обучающего семинара, организованного фондом. В его работе приняли участие представители общественных организаций инвалидов, молодые инвалиды и их родители, социальные работники.

Открывая семинар, исполнительный директор РБО Фонда по поддержке социально незащищённых категорий граждан Галина Николаевна Пузанкова рассказала о задачах и основных направлениях деятельности фонда, о людях, получивших от фонда своевременную помощь и поддержку. Но, как отметила Галина Пузанкова, опыт работы фонда показывает, что далеко не всегда материальная помощь является тем главным и единственным, в чём остро нуждаются инвалиды и их родственники. В неменьшей степени всем им крайне необходимы психологическая помощь и поддержка. Многие из этих людей, имеющих врождённое или приобретённое в раннем возрасте заболевание, часто неизлечимое, вынуждены проводить большую часть жизни в условиях социальной изоляции. Их родители, посвятив всю жизнь своим больным детям, забыв об усталости, о своих личных потребностях, зачастую нуждаются в помощи профессиональных психологов. В РБО Фонде по поддержке социально незащищённых категорий граждан родилась идея создания Молодёжного консультативного центра (МКЦ), где

студенты-психологи бесплатно, на волонтерских началах оказывали бы такую психологическую поддержку. Эту идею удалось реализовать в рамках проекта «Помогая другим – помогаешь себе!».

Об этом социальном проекте рассказала Вера Юрьевна Захарова, занимавшаяся его разработкой.

Проект предназначен для людей с инвалидностью. В первую очередь это старшие подростки, люди молодого и среднего возраста, а также их родные, близкие, друзья. В Московском городском психолого-педагогическом университете на факультете дистанционного обучения (ФДО МГППУ) готовят психологов из числа людей с различными ограничениями по здоровью. Эти стойкие, мужественные и вместе с тем добрые, отзывчивые ребята, вместо того чтобы жаловаться на несправедливость судьбы, готовы помогать тем, кто

нуждается в психологической поддержке. Работу по их обучению возглавляет Бронюс Айсмонтас – кандидат психологических наук, большой энтузиаст, продвигающий идеи вовлечения инвалидов в активную социальную и профессиональную деятельность.

– Это совершенно новый формат подготовки специалистов, – отметила Вера Захарова. – Мы выяснили, что такого в мире пока нигде нет. Если инвалидов и готовят в ВУЗах, в том числе на психолога, то они включены в общий учебный процесс, выделенной группы нет, такой формат предложен нами впервые.

Мы хотим, чтобы люди с инвалидностью готовились стать психологами для того, чтобы помогать таким же людям с проблемами здоровья. Практика показывает, что люди с инвалидностью больше доверяют таким же, как они. Иначе сразу воз-



Исполнительный директор РБО Фонда по поддержке социально незащищённых граждан Галина Николаевна Пузанкова с участниками семинара

никает барьер: «Ты не сможешь почувствовать, ты не сможешь понять глубину тех проблем, с которыми мы живём каждый день». В случае с психологом-инвалидом такого барьера не возникает.

Своих студентов мы готовим четыре года, – продолжает Вера Юрьевна, – это бакалавриат. Обучение бесплатное. Готовим специалистов по оказанию психологической помощи населению. Форма оказания такой помощи может быть как очной, так и дистанционной: онлайн-консультирование через Интернет, консультирование по телефону и Скайпу. У специалистов Молодёжного консультативного центра можно получить юридическую консультацию (в том числе через интернет-переписку), пройти психологический тренинг (специалисты МКЦ организуют его для молодых людей с инвалидностью и их родителей). Также специалистами МКЦ ведётся активная просветительская деятельность: создаются интернет-клубы по интересам, психологические лектории, организуются мастер-классы в режиме онлайн.

Далее Вера Юрьевна чуть подробнее познакомила участников семинара с группой студентов, готовящихся стать психологами. Около половины из них – колясочники, среди которых есть посттравматики, люди с ДЦП, люди с соматическими заболеваниями (бронхиальной астмой, заболеваниями сердца), а также слабовидящие и слабослышащие.

Мы надеемся, что для наших студентов будут рабочие места. Эта работа на телефоне доверия, консультирование через Интернет и по Скайпу.

Вера Захарова выразила надежду, что в дальнейшем ФДО МГППУ совместно с РБО Фондом по поддержке социально незащищённых категорий граждан смогут внедрить уже отработанные в Молодёжном консультативном центре технологии в широкую практику. Для этого нужно, чтобы в районных ЦСО были квотируемые рабочие места для инвалидов. Пока это только замысел.

– Каждый год набирается по 25 студентов, они обучаются за счёт госбюджета – бесплатно. Обучение ведётся как в очной, так и в дистанционной форме. Возраст студентов – от 17 до 50 лет, ограничений по возрасту нет. Студенты могут выбрать удобную для себя форму. Занятия с ними проводятся в вечернее время, очные занятия – в среднем три раза в неделю и дистанционные – практически ежедневно. Если студент по болезни пропускает очные занятия, то у него есть возможность ознакомиться с ними, воспользовавшись видеоархивом.

Первый выпуск был в 2011 году, – рассказывает Вера Захарова. – Брали всех, кто сдавал экзамены по русскому языку, математике и биологии. В дальнейшем мы поняли, что нам необходимо набирать самых мотивированных, поскольку мы хотим активно транслировать этот позитивный опыт в среду людей с инвалидностью. Среди наших студентов есть люди, возглавляющие или являющиеся представителями общественных организаций, представляющих интересы инвалидов. То есть это люди, уже наработавшие большой ресурс взаимодействия с различными структурами, но вместе с тем им не хватает коммуникативных навыков, опыта в решении проблем, конфликтных ситуаций. Знание психологии для них является очень мощным ресурсом, развивающим как их структуру, так и всю среду людей с инвалидностью: как минимум в нашем городе, как максимум в целом по стране.

Для поступающих на обучение есть подготовительные курсы, соответственно по русскому, математике и биологии, – их проводят студенты и аспиранты факультета в рамках интернет-конференций.

Доступ к этим занятиям имеет любой желающий. Для этого надо лишь позвонить на факультет, получив там доступ – логин и пароль.

Вера Захарова рассказала также, что формат интернет-конференций используется студентами факультета для создания различных студенче-



Надежда Бойкова – заведующая отделением дневного пребывания граждан пожилого возраста, пенсионеров, инвалидов ГБУ ЦСО «Ковчег»

ских клубов: любителей шахмат, любителей кино, поэзии, дискуссионного клуба. В рамках интернет-конференций организуются выставки картин. В таких интернет-клубах ребята учатся общаться друг с другом, отстаивать свою позицию, учатся искать единомышленников, работать в микрогруппе и т.д. То есть приобретают важные компоненты социализации, умения взаимодействовать друг с другом, показать себя с интересной стороны и увидеть интересное в другом человеке.

В работе семинара с помощью интернет-конференции принял участие студент факультета дистанционного обучения Иван Трушкин.

Иван – студент-колясочник, организатор Клуба общения, руководитель проекта «Наш досуг». Он организует поездки студентов на выставки, концерты, в музеи. В рамках проекта курирует дистанционные клубы. На семинаре он рассказал о своём проекте «Наш досуг»:

– Данный проект помогает студентам-инвалидам социализироваться. Посещать места культурного отдыха. Не все театры готовы сегодня нас принять, не все музеи, но мы стараемся расширить свой круг, ищем людей, способных понять нас и помочь. Сейчас ребята уже немного привыкли к тому, что клуб существует. Общаются с идеями и предложениями. Вот, например, передо мной сейчас лежит просьба студентки 4-го курса Ольги Лоевой о том, чтобы органи-



Вера Юрьевна Захарова – разработчик проекта «Помогая другим – помогаешь себе!»

зывать посещение Театра оперетты. А вот просьба от студентов 1-го курса – помочь им попасть в театр «Современник». Нам всё это удаётся с лёгкостью, конечно же, благодаря инициативной группе клуба.

Далее Иван пояснил, как конкретно он этого добивается:

– Я созваниваюсь с администрацией театра. Пишу официальное письмо от факультета за подписью декана Бронюса Айсмонтаса. Наша заявка рассматривается в течение нескольких дней, после чего нам выделяется определённое количество льготных билетов, – отметил в завершение Иван Трушкин.

В работе семинара в формате интернет-конференции приняли участие и другие студенты и выпускники факультета дистанционного обучения.

По завершении работы семинара некоторым из его участников было предложено высказаться о результатах этой работы для себя.

Галина Алёшкина работает в городском Совете родителей, воспитывающих детей-инвалидов:

– Я открыла для себя, что есть люди с невероятно сильной энергетикой и они способны нести этот положительный заряд другим, будоражить умы, заставлять жить активно. Вы делаете большую и важную работу, с ней надо напрямую выходить на как можно большее количество мам

Семинар дал представление о том, что дети с инвалидностью обладают гораздо большими возможностями, объединяясь в молодёжные клубы

детей инвалидов – и через центры социального обслуживания, и через другие учреждения. Всё, что я узнала на семинаре, я подробно доложу в своём ЦСО.

Елена Рамазанова, мама ребёнка-инвалида:

– Семинар дал представление о том, что наши дети обладают гораздо большими возможностями, объединяясь в молодёжные клубы.

Елена Осипова, мама ребёнка-инвалида:

– То, что я узнала сегодня здесь, хочу выразить одним словом – сопричастность. Прекрасно помогать ребятам-студентам, прекрасно чувствовать поддержку. Прекрасно, что мы, родители, имеем возможность помочь нашим детям-студентам.

Ольга Карпишина, мама ребёнка-инвалида:

– Для меня было очень важным узнать, что есть люди, которые серьёзно занимаются проблемами инвалидов и делают это не для галочки.

Хочу подчеркнуть важное преимущество этого проекта дистанционного обучения – экономия времени.

Любовь Шувалова, заместитель директора центра социального «Ковчег»:

– Спасибо за возможность принять участие в семинаре, где я узнала для себя массу полезной информации, так как в нашем центре есть отделение реабилитации детей-инвалидов, есть отделение реабилитации пожилых людей. Нельзя не отметить и важность интернет-технологий, возможность такого общения открывает нам совершенно другие горизонты.

Надежда Бойкова, заведующая отделением дневного пребывания ЦСО «Ковчег»:

– У нас проводится обучение компьютерной грамотности для пожилых людей. Так что многие из них уже общаются друг с другом, но пока – только по электронной почте. Создавать интернет-клубы, когда в процессе общения видишь своего собеседника, разговариваешь с ним, – это уже совсем другой уровень. Этот опыт для нас очень важен.

Светлана Струева, мама ребёнка-инвалида:

– Хорошо, что в рамках проекта есть направление обучения родителей, меня это очень касается.

Людмила Королёва, мама ребёнка-инвалида:

– Я человек с активной жизненной позицией, но, столкнувшись с проблемами, известными любой матери ребёнка-инвалида, вынуждена была признать, что на какое-то время ощутила это чувство выпадения из социума, закрытости, когда кажется, что мой ребёнок никому, кроме меня, не нужен. Это чувство завладевает и ребёнком: «Куда бы я ни ткнулся, я никуда пройти не могу. Мы никому не нужны», – говорит мне мой 14-летний сын. Как перестроить это отношение к окружающему миру? Этот семинар, люди, которые занимаются проблемами инвалидов – знакомство с ними вселило в меня надежду, я чувствую большой заряд позитива.



Участники семинара

Ольга Мелихова, мама ребёнка-инвалида:

– Очень важен пример – и для детей-инвалидов, и для их родителей, что есть такие же люди, как они сами, которые прошли через те же испытания и страдания, живут и помогают другим.

Анна Кутепова, ребёнок-инвалид:

– Спасибо вам большое за организацию этого семинара. Для меня это очень важно. Я узнала много нового для себя, во многом из того, о чём услышала, хотела бы участвовать. Этот проект вселяет надежду для таких людей, как я.

Павел Тишкин, председатель благотворительного фонда «Вера, Надежда, Любовь». В качестве примера он привёл любопытный случай – результаты проведения опроса среди людей с проблемами зрения и слуха. Из 15 тысяч человек, которым было предложено переобучиться и работать. Только 30 человек откликнулись на это предложение. У многих инвалидов выработалось иждивенческое отношение к жизни, к государству – с этой позицией решительно не согласен Павел Тишкин. Одно из направлений его активной общественной деятельности – это предпринимательство среди инвалидов. О богатом опыте Павла трудно поведать скороговоркой, лучше обра-

титься к нему по электронной почте tishkin75@mail.ru.

По окончании работы обучающего семинара все его участники получили свидетельство о его прохождении, дающее возможность стать резидентами фонда и внедрять полезный опыт у себя в общественных организациях, ЦСО.

– Используя знания, полученные на семинаре, вы сможете у себя на местах смоделировать тот формат, который нужен именно вам, – вы наши послы, наши резиденты, – отметила в завершение Галина Пузанкова.

Участникам семинара было рекомендовано создать у себя на местах четыре вида клубных объединений: молодёжный клуб, клуб для людей старшего возраста, клуб для родителей детей-инвалидов и виртуальный клуб для проведения художественных выставок. А студенты и выпускники факультета дистанционного обучения готовы оказать консультативную помощь в организации этих ресурсов.

Сергей Валентинов

Фото автора

**Записаться на приём в службу очного психологического консультирования можно по телефонам:
8 (495) 989-65-83; 8-926-893-80-27**

Обратиться за дистанционной психологической консультацией с помощью переписки через Интернет можно круглосуточно на форуме сайта Город мастеров (ссылка <http://help-online.ru/forum>)

Региональный благотворительный общественный Фонд по поддержке социально незащищённых категорий граждан

Адрес: улица Новый Арбат, дом 15, каб. 516

Тел.: 8 (495) 625-13-80

e-mail: rbo-fondsp@yandex.ru