

Автономная некоммерческая образовательная организация высшего образования  
«СВЯТО-ФИЛАРЕТОВСКИЙ ИНСТИТУТ»  
(СФИ)

Принято  
ученым советом СФИ  
протокол от 03.02.2025 № 1

Утверждено  
приказом ректора  
от 04.02.2025 № 08/1-25 од

## **Нормализация жизни человека и ограничения жизнедеятельности**

Рабочая программа дисциплины

Дополнительная профессиональная программа – программа профессиональной переподготовки «Социальная работа со случаем: инновационные модели и методы»

Квалификация: специалист по социальной работе  
(социальный координатор)

Форма обучения: очная

Год начала подготовки: 2025

<b>Общая нагрузка 18 ак. ч.</b>		
<b>Курс / Семестр</b>	<b>1 / 1</b>	<b>Итого</b>
<b>Контактная работа, в том числе:</b>	12	12
Лекции	12	12
<b>Самостоятельная работа</b>	6	6
<b>ИТОГО</b>	18	18
В том числе в форме практической подготовки	0	0
Форма промежуточной аттестации	Зачет	

Рабочая программа дисциплины

**Нормализация жизни человека и ограничения жизнедеятельности**

*Разработчик(и):*

А. А. Легостаева

Н. Н. Деденева

Е. А. Олескина

## **1. Цели и задачи дисциплины**

Целью изучения дисциплины «Нормализация жизни человека и ограничения жизнедеятельности» является формирование у обучающихся профессиональной компетенции ПК-1, профессиональной компетенции ПК-2, профессиональной компетенции ПК-12, профессиональной компетенции ПК-13, профессиональной компетенции ПК-14 через решение следующих задач:

1. Ввести понятия «Нормализация жизни» и «Социальная модель инвалидности». На основании изученного материала выделить преимущества оказания социальной помощи в рамках социальной модели инвалидности.

2. Сформировать представления о том, что такое «нормальная жизнь» и «нормальное старение» для самого обучающегося и для человека, которому он оказывает профессиональную и волонтерскую помощь.

3. Сформировать представление о нормализации жизни для людей с выраженными ограничениями жизнедеятельности.

4. Изучить комплекс потребностей людей с ограничениями жизнедеятельности, как специфических, связанных с возрастом или болезнью, так и неспецифических; продумать инструменты для удовлетворения этих потребностей.

5. Сформировать представления о паллиативной помощи, ее философии, принципах и возможностях для нормализации жизни неизлечимо больного человека на примерах из практической деятельности.

## **2. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

### **Место дисциплины в программе**

Дисциплина читается на 1-м курсе в 1-м семестре для слушателей очной формы обучения.

### **Требования к предварительной подготовке обучающегося**

Дисциплина базируется на знаниях, умениях и навыках, приобретённых в ходе получения образования предыдущего уровня.

**Дисциплины и практики, для которых изучение дисциплины необходимо как предшествующее**

- Потребности взрослых с психическими (ментальными) нарушениями.
- Потребности людей, нуждающихся в долговременном уходе.
- Потребности людей, нуждающихся в паллиативной помощи.
- Характеристики целевых групп.
- Альтернативная и дополнительная коммуникация.
- Социальная координация в системе долговременного ухода.
- Социальная координация в системе паллиативной помощи.
- Социальное сопровождение людей с психическими (ментальными) нарушениями.
  
- Антропологические основания социальной работы.
- Практика по профилю профессиональной деятельности.

### 3. Требования к результатам обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции (УК - универсальные, ОПК - общепрофессиональные, ПК - профессиональные)	Результаты обучения по дисциплине
<p>ПК-1 Способность поддерживать достоинство человека.</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные принципы гуманности, милосердия;</li> <li>- представления о качестве жизни и нормализации жизни человека на основании международных правовых норм (Всеобщей декларации прав человека, Конвенции ООН о правах инвалидов).</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять любые действия, исходя из целостного понимания человека с его уникальными качествами и способностями;</li> <li>- способствовать нормализации жизни человека и его полноценному участию в жизни социума;</li> <li>- выявлять внутренний потенциал и сильные черты клиента, активизировать его потенциал, мотивировать и поддерживать клиента;</li> <li>- выявлять и признавать экспертное знание клиентов об их ситуации, включать клиента в принятие решений, предлагать ему право выбора и варианты выбора.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- руководствоваться в работе принципами гуманности, милосердия;</li> <li>- разговаривать с человеком с учетом его возрастных, этнокультурных, интеллектуальных и других индивидуальных особенностей.</li> </ul>
<p>ПК-2 Способность соблюдать профессионально-этические требования и разрешать этические дилеммы (т.е. делать выбор в ситуации ценностных противоречий).</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные ценности социальной работы.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с ценностями социальной работы.</li> </ul>
<p>ПК-12 Способность составлять реалистичный, адекватный, конкретный, измеряемый план помощи.</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- содержание и специфика социальной работы с каждой категорией клиентов: пожилыми людьми, взрослыми с психическими (ментальными) нарушениями, паллиативными больными.</li> </ul>
<p>ПК-13 Способность к сопровождению случая.</p>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять профессиональную деятельность с позиции "рядом с клиентом".</li> </ul>
<p>ПК-14 Способность к адвокации клиентов.</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- международные правовые документы (Всеобщая декларация прав человека ООН, Конвенция ООН о правах инвалидов).</li> </ul>

Код и наименование компетенции (УК - универсальные, ОПК - общепрофессиональные, ПК - профессиональные)	Результаты обучения по дисциплине
	<b>Уметь:</b> - противостоять дискриминационным образам и практикам, влияющим на клиентов.

## 4. Содержание и структура дисциплины

### 4.1. Содержание дисциплины

#### Тема 1. Концепция нормализации жизни людей с особенностями развития

Понятие инвалидности. Медицинская и социальная модель инвалидности. Понятие вторичной инвалидности (Л. С. Выготский). Понятие нормализации.

#### Тема 2. Обсуждение вопросов нормализации жизни человека

Что необходимо для нормализации жизни. Нормальный суточный ритм. Навыки, знания, ресурсы, необходимые родителю или сопровождающему для того, чтобы помочь человеку с тяжелыми нарушениями прожить “нормальный день”. Ритуалы и нормализация. Нормальный недельный ритм. Социальные роли. Нормальный годовой ритм. Нормальный жизненный цикл. Принцип соответствия возрасту: правила и исключения. Что можно и чего нельзя человеку с тяжелыми нарушениями? Уважение и право на самоопределение. Возможность выбирать и отказываться. Нормальные формы половой жизни. Некоторые принципы полового просвещения. Нормальные экономические формы и права. Нормальные требования к среде и жилью.

#### Тема 3. Концепция «здорового старения» (по ВОЗ).

«Социальная модель» старения, где ключевыми точками является не акцентуация на заболеваниях, а необходимость создания для пожилых людей условий для реализации всех своих потребностей наиболее полно, а также сохранения максимально возможного уровня качества жизни в каждой конкретной ситуации.

#### Тема 4. Психологические аспекты ситуации зависимости от посторонней помощи.

Одиночество, потеря смыслов, депрессия: что можно и нужно делать. Психологические проблемы как причина ухудшения не только психологического, но и физического состояния. Невозможность управлять своей жизнью: какие выходы из этой ситуации возможны. Патерналистская модель ухода и ее альтернативы.

#### Тема 5. Нормализация жизни человека с ограничениями жизнедеятельности в связи с неизлечимым заболеванием или тяжелым состоянием.

Потребности человека с неизлечимым заболеванием или тяжелым состоянием. Состояния человека и вопросы ограничения жизнедеятельности. Нормализация жизни человека с неизлечимым заболеванием или тяжелым состоянием: медицинские, социально-бытовые, психологические, духовные и юридические вопросы. Участники нормализации жизни человека с неизлечимым заболеванием или тяжелым состоянием. Нормализация жизни дома, в стационаре, в социальном учреждении: медицинская помощь, уход, досуг, движение, прием пищи, юридическая и психологическая помощь, духовная поддержка. Социальные результаты помощи человеку с неизлечимыми заболеваниями или тяжелыми состояниями. Препятствия для нормализации жизни человека.

## 4.2. Структура дисциплины

Тема	Вид учебной деятельности	Объём, ак. ч.	В том числе в форме практической подготовки
<b>1 семестр</b>			
<b>Контактная работа</b>		<b>12</b>	
Тема 1. Концепция нормализации жизни людей с особенностями развития.	Интерактивные лекции	2	
Тема 2. Обсуждение вопросов нормализации жизни человека.	Интерактивные лекции	2	
Тема 3. Концепция «здорового старения» (по ВОЗ).	Интерактивные лекции	2	
Тема 4. Психологические аспекты ситуации зависимости от посторонней помощи.	Интерактивные лекции	2	
Тема 5. Нормализация жизни человека с ограничениями жизнедеятельности в связи с неизлечимым заболеванием или тяжелым состоянием.	Интерактивные лекции	4	
<b>Самостоятельная работа</b>		<b>6</b>	
Промежуточная аттестация – зачет			

## 5. Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине

### 5.1. Текущий контроль успеваемости

#### Форма

Учет посещаемости занятий.

#### Периодичность

Текущий контроль успеваемости проводится в течение семестра.

#### Порядок проведения

Преподаватель ведет учет посещаемости студентов. В случае отсутствия студента в журнале текущего контроля успеваемости и посещаемости ставится отметка «Н» (не был).

#### Критерии оценивания

Оценка «зачтено» выставляется, если обучающийся посетил не менее 2-х интерактивных лекций или прослушал пропущенные занятия в аудиозаписи.

Оценка «не зачтено» выставляется, если обучающийся посетил менее 2-х интерактивных лекций и не прослушал пропущенные занятия в аудиозаписи.

### 5.2. Промежуточная аттестация

#### Форма

Зачет.

#### Периодичность

По завершении изучения дисциплины в конце семестра.

#### Порядок проведения

Оценка выставляется по результатам тестирования.

### Примеры тестовых вопросов

Вопрос 1. В каком документе закреплено понятие социальной концепции инвалидности?

- а. Конституция Российской Федерации
- б. Конвенция ООН о правах инвалидов
- в. Федеральный закон «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации»

### Критерии оценивания

Оценка «зачтено» выставляется, если обучающийся дал более 75% правильных ответов на вопросы.

Оценка «не зачтено» выставляется в случае, если обучающийся дал 75% и менее правильных ответов на вопросы.

## **6. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины**

### **6.1. Печатные и электронные издания**

Авторы	Заглавие	Изд-во, год	Стр.	Эл. адрес для эл. изданий
Беркович М.Б.	Простые вещи : Как устанавливать контакт с людьми, имеющими тяжелые множественные нарушения развития	Санкт-Петербург : Издательско-Торговый Дом «Скифия», 2016	96	
Беркович М.	Нестрашный мир	Москва : Теревинф, 2020	256	
	Всемирный доклад о старении и здоровье	Всемирная организация здравоохранения, 2016	316	Режим доступа: – URL: <a href="https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186463/97892?sequence=10">https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186463/97892?sequence=10</a> (дата обращения: 04.02.2025) – Текст : электронный.
	Всемирный доклад о старении и здоровье: резюме	Всемирная организация здравоохранения, 2015	34	Режим доступа: – URL: <a href="http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186468/WHO_FWC_ALC_15.01_rus.pdf">http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186468/WHO_FWC_ALC_15.01_rus.pdf</a> (дата обращения: 04.02.2025) – Текст : электронный.
Гулякевич А.	Любовь – самая прекрасная жизнь! Сексуальность людей с умственными ограничениями: сб. материалов / А. Гулякевич, Е. Титова	Минск : БелАПДИиМИ, 2009	80	Режим доступа: – URL: <a href="https://lifeguide.by/wp-content/uploads/2018/01/Sbornik_Lyubov-samaya-prekrasnaya-zhizn.pdf">https://lifeguide.by/wp-content/uploads/2018/01/Sbornik_Lyubov-samaya-prekrasnaya-zhizn.pdf</a> (дата обращения: 04.02.2025) – Текст : электронный.
	Жизнь как жизнь : как помочь особому человеку жить достойно в условиях интерната / автор-сост. А. А. Легостаева; под редакцией А. Л. Битовой	Москва : Теревинф, 2019	64	Режим доступа: – URL: <a href="https://osoboepravo.ru/files/book/file/zhizn_20191224_el.pdf">https://osoboepravo.ru/files/book/file/zhizn_20191224_el.pdf</a> (дата обращения: 04.02.2025) – Текст : электронный.
Кауэнховен, Терри	Тело, границы, сексуальность: Половое воспитание детей с синдромом Дауна: Руководство для родителей и специалистов /	Москва : Благотворительный фонд «Даунсайд Ап», 2019	376	Режим доступа: – URL: <a href="https://downsideup.org/upload/iblock/22e/tv8zzoum7ukw2ggapo93opldttuch7d5/bodies_boundaries_sexuality.pdf">https://downsideup.org/upload/iblock/22e/tv8zzoum7ukw2ggapo93opldttuch7d5/bodies_boundaries_sexuality.pdf</a> (дата обращения: 04.02.2025) – Текст :

Авторы	Заглавие	Изд-во, год	Стр.	Эл. адрес для эл. изданий
	Кауэнховен, Терри			электронный.
Клеминсон Б.	Введение в паллиативную помощь / пер. с англ. О. Цейтлиной, Е. Бакуниной; под ред. Д. В. Невзоровой	Москва : Благотворительный фонд помощи хосписам «Вера», 2018	276	
Миллионщикова В. В.	Главное - жить любя	Москва : Благотворительный фонд помощи хосписам «Вера», 2016	191	Режим доступа: – URL: <a href="https://pro-palliativ.ru/wp-content/uploads/2018/10/Zhyt-lubya.pdf">https://pro-palliativ.ru/wp-content/uploads/2018/10/Zhyt-lubya.pdf</a> (дата обращения: 04.02.2025) – Текст : электронный.
	Национальные программы по созданию городов и сообществ, благоприятных для пожилых людей: руководство [National programmes for age-friendly cities and communities: a guide]	Всемирная организация здравоохранения, 2023	68	Режим доступа: – URL: <a href="https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/376111/9789240087040-rus.pdf?sequence=1">https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/376111/9789240087040-rus.pdf?sequence=1</a> (дата обращения: 04.02.2025) – Текст : электронный.
	Особый взрослый : Ответы экспертов на самые часто задаваемые вопросы взрослых с психической инвалидностью и их семей	Москва : Благотворительный фонд «Жизненный путь», 2022	112	Режим доступа: – URL: <a href="https://uploads-ssl.webflow.com/5dcae937375b7cbb523da19a/640f3f5a3439edac616cac58_%D0%9E%D1%81%D0%BE%D0%B1%D1%8B%D0%B8%CC%86%20%D0%B2%D0%B7%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%8B%D0%B8%CC%86_%D0%BD%D0%B0%20%D1%81%D0%B0%D0%B8%CC%86%D1%82.pdf">https://uploads-ssl.webflow.com/5dcae937375b7cbb523da19a/640f3f5a3439edac616cac58_%D0%9E%D1%81%D0%BE%D0%B1%D1%8B%D0%B8%CC%86%20%D0%B2%D0%B7%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%8B%D0%B8%CC%86_%D0%BD%D0%B0%20%D1%81%D0%B0%D0%B8%CC%86%D1%82.pdf</a> (дата обращения: 04.02.2025) – Текст : электронный.
	Отчет о ходе проведения: Десятилетия здорового старения под эгидой ООН, 2021-2023 гг.: Краткий обзор [Progress report on the United Nations Decade of Healthy Ageing, 2021-2023: executive summary]	Всемирная организация здравоохранения, 2023	12	Режим доступа: – URL: <a href="https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/374303/9789240082229-rus.pdf?sequence=1">https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/374303/9789240082229-rus.pdf?sequence=1</a> (дата обращения: 04.02.2025) – Текст : электронный.
Розмари и Виктор Зорза	Путь к смерти : Жить до конца : [История Дж. Зорза : Пер. с англ.]	Москва : Прогресс, 1990, 1990	245	
	Рядом с тяжелобольным. Паллиативная помощь на дому. Материалы для близких пациентов	Москва : Благотворительный фонд помощи хосписам «Вера», 2020	252	Режим доступа: – URL: <a href="https://pro-palliativ.ru/library/items/o-hospisah">https://pro-palliativ.ru/library/items/o-hospisah</a> ; (дата обращения: 05.04.2023); –; Текст: ;; электронный. (дата обращения: 04.02.2025) – Текст : электронный.
Селигман М.	Обычные семьи, особые дети: Системный подход к помощи детям с нарушениями развития / М. Селигман, Р. Дарлинг	Москва : Теревинф, 2007	368	Режим доступа: – URL: <a href="https://fb2.top/obychnye-semyi-osobyete-deti-227696">https://fb2.top/obychnye-semyi-osobyete-deti-227696</a> (дата обращения: 04.02.2025) – Текст : электронный.

Авторы	Заглавие	Изд-во, год	Стр.	Эл. адрес для эл. изданий
	Сила возраста : Уроки старости для семей и молодежи	Москва : Алетейя, 2019	325	
Элбом М.	Величайший урок жизни, или Вторники с Морри	Москваб АСТ, 2010	216	Режим доступа: – URL: <a href="https://royallib.com/book/elbom_mitch/velichayshiy_urok_gizni_ili_vtorniki_s_morri.html">https://royallib.com/book/elbom_mitch/velichayshiy_urok_gizni_ili_vtorniki_s_morri.html</a> (дата обращения: 04.02.2025) – Текст : электронный.

## 6.2. Электронные образовательные ресурсы

Название	Ссылка
Официальный сайт Свято-Филаретовского института	<a href="https://sfi.ru">https://sfi.ru</a>
Личный кабинет обучающегося	<a href="http://eios.sfi.ru/WebApp/#/">http://eios.sfi.ru/WebApp/#/</a>
«Про паллиатив»: просветительский портал благотворительного фонда помощи хосписам «Вера» о паллиативной помощи взрослым и детям	<a href="http://pro-palliativ.ru/">pro-palliativ.ru/</a>
Материалы портала Мастерская заботы	<a href="http://pro-palliativ.ru/library/experts/masterskaya-zaboty">pro-palliativ.ru/library/experts/masterskaya-zaboty</a>
Журнал «PALLIUM: паллиативная и хосписная помощь»	<a href="http://pallium.pro-hospice.ru/#numbers">pallium.pro-hospice.ru/#numbers</a>

## 6.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Название	Ссылка
Гарант.ру: информационно-правовой портал	<a href="http://garant.ru/">garant.ru/</a>
Поисковая система Яндекс	<a href="http://yandex.ru/">yandex.ru/</a>
Российская Государственная Библиотека (Москва)	<a href="http://rsl.ru">rsl.ru</a>

## 6.4. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Название	Описание
Windows 8, Windows 10	Операционная система корпорации Microsoft, ориентированная на управление компьютером и прикладными программами с помощью графического интерфейса.
Office Standard 2013 Russian: Word 2013, Excel 2013, PowerPoint 2013, OneNote 2013, Outlook 2013, Publisher 2013	Пакет программ для работы с документами, электронной почтой и подготовки презентаций.
VLC, ver. 3.0.8	Медиапроигрыватель.
ИРБИС64+ в составе четырех АРМ «Администратор, «Каталогизатор», «Книговыдача», модуля Web ИРБИС64+	Библиотечная программа.
ABBYY FineReader 11	Программа для перевода изображения документов в электронные редактируемые форматы.
Программа TrueConf, тариф на 21 пользователя и 10 одновременных соединений	Отечественная программа конференцсвязи с использованием облачной среды

## 6.5. Материально-техническое обеспечение дисциплины

- парты, стулья для слушателей;
- стол, стул для преподавателя;
- флипчарт и / или ЖК панель;
- настольный микрофон;

- акустическая система;
- компьютер для преподавателя с видеокамерой;
- возможность подключения к сети Интернет (в том числе по каналу Wi-Fi) и обеспечения доступа к ЭИОС для преподавателя и обучающихся.

## **7. Методические указания для обучающихся**

Для освоения дисциплины следует ознакомиться с содержанием данной рабочей программы, с целями и задачами дисциплины, ее тематическим планом, связями с другими дисциплинами образовательной программы, с рекомендованной литературой (электронные и печатные издания) и др. В ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала. При подготовке к очередным лекциям целесообразно кратко повторить пройденное, обращаясь к конспекту и учебной литературе с особым вниманием к проблемному полю той или иной темы. В самостоятельной работе необходимо соблюдать рекомендации преподавателя. Для прохождения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации необходимо ознакомиться с типовыми контрольными заданиями и материалами, содержащимися в разделе 5.