

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

Принято
ученым советом СФИ
протокол от 16.02.2026 № 1

Утверждено
приказом ректора
от 04.03.2026 № 18-26 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: 2026

Общая нагрузка 18 ак. ч.		
Курс / Семестр	1 / 1	Итого
Контактная работа, в том числе:	12	12
Лекции	12	12
Самостоятельная работа	6	6
ИТОГО	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>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные принципы гуманности, милосердия; - представления о качестве жизни и нормализации жизни человека на основании международных правовых норм (Всеобщей декларации прав человека, Конвенции ООН о правах инвалидов). <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять любые действия, исходя из целостного понимания человека с его уникальными качествами и способностями; - способствовать нормализации жизни человека и его полноценному участию в жизни социума; - выявлять внутренний потенциал и сильные черты клиента, активизировать его потенциал, мотивировать и поддерживать клиента; - выявлять и признавать экспертное знание клиентов об их ситуации, включать клиента в принятие решений, предлагать ему право выбора и варианты выбора. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - руководствоваться в работе принципами гуманности, милосердия; - разговаривать с человеком с учетом его возрастных, этнокультурных, интеллектуальных и других индивидуальных особенностей.
<p>ПК-2 Способность соблюдать профессионально-этические требования и разрешать этические дилеммы (т.е. делать выбор в ситуации ценностных противоречий).</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные ценности социальной работы. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с ценностями социальной работы.
<p>ПК-12 Способность составлять реалистичный, адекватный, конкретный, измеряемый план помощи.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и специфика социальной работы с каждой категорией клиентов: пожилыми людьми, взрослыми с психическими (ментальными) нарушениями, паллиативными больными.
<p>ПК-13 Способность к сопровождению случая.</p>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять профессиональную деятельность с позиции "рядом с клиентом".
<p>ПК-14 Способность к адвокации клиентов.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - международные правовые документы (Всеобщая декларация прав человека ООН, Конвенция ООН о правах инвалидов).

Код и наименование компетенции (УК - универсальные, ОПК - общепрофессиональные, ПК - профессиональные)	Результаты обучения по дисциплине
	Уметь: - 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
Контактная работа		12	
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	
Самостоятельная работа		6	
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»

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: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186463/97892?sequence=10 (дата обращения: 04.03.2026) – Текст : электронный.
	Всемирный доклад о старении и здоровье: резюме	Всемирная организация здравоохранения, 2015	34	Режим доступа: – URL: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186468/WHO_FWC_ALC_15.01_rus.pdf (дата обращения: 04.03.2026) – 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: https://lifeguide.by/wp-content/uploads/2018/01/Sbornik_Lyubov-samaya-prekrasnaya-zhizn.pdf (дата обращения: 04.03.2026) – 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: https://osoboopravo.ru/files/book/file/zhizn_20191224_el.pdf (дата обращения: 04.03.2026) – Текст : электронный.
Кауэнховен, Терри	Тело, границы, сексуальность: Половое воспитание детей с синдромом Дауна: Руководство для родителей и специалистов / Кауэнховен, Терри	Москва : Благотворительный фонд «Даунсайд Ап», 2019	376	Режим доступа: – URL: https://downsideup.org/upload/iblock/22e/tv8zzoum7ukw2ggapo93opldttuch7d5/bodies_boundaries_sexuality.pdf (дата обращения: 04.03.2026) – Текст : 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	

Авторы	Заглавие	Изд-во, год	Стр.	Эл. адрес для эл. изданий
Миллионщикова В. В.	Главное - жить любя	Москва : Благотворительный фонд помощи хосписам «Вера», 2016	191	Режим доступа: – URL: https://pro-palliativ.ru/wp-content/uploads/2018/10/Zhyt-lubyu.pdf (дата обращения: 04.03.2026) – 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: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/376111/9789240087040-rus.pdf?sequence=1 (дата обращения: 04.03.2026) – 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: 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 (дата обращения: 04.03.2026) – 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: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/374303/9789240082229-rus.pdf?sequence=1 (дата обращения: 04.03.2026) – 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: https://pro-palliativ.ru/library/items/o-hospisah ; (дата; обращения:; 05.04.2023); –; Текст; ;; электронный. (дата обращения: 04.03.2026) – 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: https://fb2.top/obychnye-semyi-osobye-deti-227696 (дата обращения: 04.03.2026) – Текст : электронный.
	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: https://royallib.com/book/elbom_mitch

Авторы	Заглавие	Изд-во, год	Стр.	Эл. адрес для эл. изданий
				/velichayshiy_urok_gizni_ili_vtorniki_s_morri.html (дата обращения: 04.03.2026) – Текст : электронный.

6.2. Электронные образовательные ресурсы

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

6.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Название	Ссылка
Гарант.ру: информационно-правовой портал	garant.ru/
Поисковая система Яндекс	yandex.ru/
Российская Государственная Библиотека (Москва)	rsl.ru

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.
АВВУУ 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 видеочамерой;
- 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.