**Паспорт инновационного проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Наименование проекта | Программа профилактики когнитивных расстройств у граждан пожилого возраста и инвалидов **«Деменция.net»** |
| 2 | Направления | Социально-психологическое |
| 3 | Практическая значимость | Реализация комплекса мероприятий в рамках программы будет способствовать расширению возможностей граждан по решению или смягчению социальных проблем, улучшению качества их жизни в процессе профилактики когнитивных расстройств у граждан пожилого возраста |
| 4 | Актуальность | Пожилые и престарелые люди, страдающие старческой деменцией среди получателей социальных услуг — категория граждан, особо нуждающихся в психологической реабилитации и социальной адаптации к изменившимся условиям жизни.  Остановить деменцию невозможно — начавшийся процесс разрушения нервных клеток неизбежно приведет к полной деградации мозговой деятельности. В настоящее время нет эффективных методов лечения, способных полностью излечить данное нейродегенеративное заболевание. В тоже время диагноз «деменция» не должен звучать как приговор и обрекать на полное бездействие. При надлежащей поддержке люди со старческим слабоумием могут не только качественно прожить 10-15 лет, но и заниматься каким-либо делом, принимать посильное участие в жизни семьи и общества.  Успешная реабилитация больных с деменцией зависит от многих факторов, влияющих на течение хронической патологии центральной нервной системы. Насколько результативны будут прилагаемые усилия для максимально возможного сохранения памяти и мышления, определяют следующие условия: своевременность постановки диагноза; возраст человека; организация качественного ухода; наличие сопутствующих соматических патологий. Реабилитация для людей, постепенно теряющих ранее усвоенные знания и практические навыки, включает прежде всего упражнения против деменции, которые стимулируют когнитивные функции мозга. Регулярные тренировки улучшают метаболизм в тканях, усиливают формирование межнейронных синаптических связей, поддерживают жизнедеятельность клеток. На начальных стадиях заболевания упражнения по активизации мыслительных процессов облегчают и замедляют прогрессирование симптомов деменции.  Выбор вида занятия для больных деменцией во многом зависит от индивидуальных особенностей человека. Необходимо учитывать его привычки, интересы, хобби, профессиональный вид деятельности, предшествующий болезни. В настоящее время разработаны и используются разнообразные подходы по созданию когнитивного резерва у лиц, страдающих старческим слабоумием. Коррекция деменции осуществляется с применением следующих методов реабилитации: привлечение к повседневной домашней деятельности под наблюдением членов семьи или социальных работников для обеспечения безопасности: приготовление пищи, работа в саду, разведение комнатных растений, уход за домашними животными, уборка комнат; пассивное прослушивание и активное занятие музыкой, танцами, игровыми видами спорта; интеллектуальные упражнения и развивающие игры: чтение, заучивание текстов и стихов, шахматы, разгадывание кроссвордов; арт-терапия: изобразительное творчество, шитье, вязание; биографический тренинг с целью поддержания долгосрочной памяти: просмотр фотографий, ретро-фильмов и любимых музыкальных произведений, обсуждение прошедших событий, оставивших яркий след в памяти; ведение дневника для фиксации насущных переживаний, текущих дел, требующих запоминания.  При этом значительно возрастает роль социальных работников, психолога, которые используют современные подходы к работе, чтобы обеспечить пожилому человеку среду и образ жизни, максимально приближенный к обычному |
| 5 | Адрес | 357201,г.Ставропольский край, г. Минеральные Воды, ул. Фрунзе д.52 |
| 6 | Телефон, факс | 8(87922)7-67-36 |
| 7 | Сайт | мцсон.рф |
| 8 | Адрес электронной почты | [cson16@minsoc26.ru](mailto:cson16@minsoc26.ru) |
| 9 | Руководитель учреждения | Чистякова Елена Викторовна |
| 10 | Куратор проекта | Заместитель директора по медицинской части Беседин Андрей Владимирович |
| 11 | Автор проекта | Заведующий социально-оздоровительного отделения Т.В.Генза |
| 12 | Дата создания инновационного проекта и реквизиты приказа о его внедрении | Приказ директора учреждения от 15.05.2024 г.№140 |
| 13 | Целевая аудитория | Граждане пожилого возраста и инвалиды, являющиеся получателями социальных услуг в форме социального обслуживания на дому, полустационарной и стационарной форме социального обслуживания |
| 14 | Продолжительность реализации | Бессрочно |
| 15 | Используемые ресурсы: |  |
| 15.1 | Кадровые | Заведующий отделением социального обслуживания на дому, заведующий специализированного отделения социально-медицинского обслуживания на дому, заведующий социально-оздоровительного отделения, заведующий стационарного отделения временного (постоянного)проживания граждан пожилого возраста и инвалидов :  -создает условия для реализации программы;.  -осуществляет контроль за процессом подготовки документации, организации и проведения мероприятий согласно плану;  -организует и координирует взаимодействие специалистов отделения;  -содействует повышению профессиональной компетентности специалистов, участвующих в программе;  -осуществляет контроль за качеством предоставляемых услуг. Участвует в информационном сопровождении процесса реализации программы, взаимодействует со СМИ. Анализирует эффективность реализации программы;  Культорганизатор стационарного отделения временного (постоянного)проживания граждан пожилого возраста и инвалидов, культорганизатор социально-оздоровительного отделения, психолог социально-оздоровительного отделения, специалист по социальной работе отделения социального обслуживания на дому:  -разрабатывает и актуализирует информационные и дидактические материалы, используемые в процессе реализации программы;  - осуществляет информирование граждан о реализуемой программе;  -разрабатывает документацию, демонстрационный и раздаточный материал для реализации программы (планы, учет услуг и пр.);  -формирует целевую группу;  -проводит диагностику целевой группы на входе в программу и выходе из программы;  -разрабатывает конспекты занятий, сценарии досуговых мероприятий;  -проводит в соответствии с планом и с индивидуальными программами предоставления социальных услуг занятия, игры, беседы, развлечения с использованием нейробики, иных методов профилактики когнитивных нарушений;  -предоставляет информацию о ходе реализации программы;  -освещает на сайте учреждения проводимые мероприятия;  -участвует в анализе результативности программы  -культорганизатор стационарного отделения временного (постоянного) проживания граждан пожилого возраста и инвалидов, культорганизатор социально-оздоровительного отделения, психолог социально-оздоровительного отделения  -разрабатывает и актуализирует информационные и дидактические материалы, используемые в процессе реализации программы ;  -осуществляет информирование граждан о реализуемой программе;  -разрабатывает документацию, демонстрационный и раздаточный материал для реализации программы (планы, учет услуг и пр.);  -разрабатывает конспекты занятий, сценарии досуговых мероприятий;  -проводит в соответствии с планом и с индивидуальными программами предоставления социальных услуг занятия, игры, развлечения с использованием эрготерапии;  -предоставляет информацию о ходе реализации программы;  -освещает на сайте учреждения проводимые мероприятия. Участвует в анализе результативности программы |
| 15.2 | Материально-технические | помещение, оснащенное компьютером, цветным принтером, фотоаппаратом, ламинатором, музыкальным центром, нейроигрушками, балансирами, канцелярские товары, различные материалы для проведения творческих занятий, настольные игры, печатная продукция. Для проведения эрготерапии имеются спортивный и тренажерный зал, портивное оборудование, тренажеры.  ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ  Курс "Практический мозг" - https://ptrvn.ru/practicalbrain . Интернет-ресурс сайт «Фобраин» |
| 15.3 | Финансовые, в том числе по источникам | внебюджетные |
|  | Описание технологии | В процессе профилактики и коррекции когнитивных нарушений легкой степени используются следующие технологии, методы и формы работы: 1. Психогимнастика, приветствие в Круге, релаксационные упражнения, смехотерапия и др., направленные на развитие положительных эмоций, которые настраивают пожилых людей на день:  2. Занятия с элементами эрготерапии, направленные на активизацию двигательных функций, а также улучшение когнитивных функций и эмоционального состояния. Цель эрготерапии - не просто восстановить утраченные двигательные функции, но и заново адаптировать человека к нормальной жизни, помочь ему достичь максимальной самостоятельности и 12 независимости в быту. При помощи эрготерапии улучшаются не только двигательные, но и когнитивные и эмоциональные возможности. На занятиях по эрготерапии применяются тренажѐры для развития моторики рук, концентрации внимания, развития тонуса мышц верхних конечностей. Для приобретения навыков самомассажа используются массажные мячи и шарики, массажѐр «Су-джоку». Перед началом занятий проводится пальчиковая гимнастика. Для улучшения мелкой моторики рук проводятся занятия, на которых участники целевой группы делают поделки, аппликации. 3. Занятия с использованием технологии «Нейробика», направленные на развитие навыков зрительной и двигательной памяти, повышение скорости восприятия поступающей информации, улучшение концентрации внимания (приложение 3). Чтобы поддержать работу головного мозга на должном уровне, необходимо постоянно что-то изучать и развиваться. Самое простое, что можно сделать для его тренировки, это проделывать специальные упражнения, решать простые «задачки» для сохранения трезвости ума и поддержания хорошей памяти. Главный принцип нейробики – новизна, изменение простых шаблонных действий. Суть состоит в том, чтобы дать уму новую, непривычную для него задачу, и питать его яркими эмоциями, создающими ассоциации. Если отростки нервных клеток, через которые проходят импульсы от одних нейронов к другим, периодически не стимулировать, то они атрофируются и теряют способность проводить нервные импульсы. В этом они сильно напоминают мышцы, теряющие свои функциональные способности без физической нагрузки. Использование в работе настольных игр - простой, занимательный способ тренировки процессов запоминания. Для занятий можно использовать шашки, различные виды лото, пазлы и другие развивающие игры. В рамках технологии «Нейробика» специалистами активно применяются упражнения с использованием информационно-коммуникационных ресурсов.. При помощи задач, упражнений и игр тренируются внимание, память, скорость и гибкость мышления, вычислительные навыки.  «Виртуальный туризм» дает возможность людям пожилого возраста, благодаря современным технологиям, посетить достопримечательности России и зарубежных стран, познакомиться с шедеврами Российской и мировой культуры, узнать обычаи и традиции народов разных национальностей. «Виртуальный туризм» позволяет поддерживать положительное эмоциональное состояние пожилых людей и инвалидов, а также информационно обогащает и формирует их активную жизненную позицию.  . Музыкотерапия - это воздействие музыки на человека с терапевтическими целями. Прослушивание классической музыки и на здоровых людей, и на людей с когнитивными расстройствами оказывает одинаковое умеренно-положительное действие. Слушание музыки активирует одновременно функции обоих полушарий. Музыка, как средство комплексного воздействия на мозговые процессы, облегчает их сохранность и является доступным комплексом упражнений, слухового когнитивного тренинга в профилактике деменции.  «Ретро-терапия» (терапия воспоминаниями) эмоционально восполняет жизнь пожилого человека, являясь хорошей формой психологической адаптации, способствует эмоциональному и интеллектуальному комфорту и спасает от одиночества и депрессии. На занятиях по ретро-терапии главное значение приобретают воспоминания. На занятиях используются различные формы работы: тематические беседы с просмотром фотографий, показ старых фильмов и прослушивание мелодий ушедшей молодости, совместные чаепития. Важное значение имеют приѐмы визуализации. Оформление стенда с фотографиями участников программы, которые легко меняются в зависимости от нахождения конкретных людей в данный момент, или темы занятия.  . Двигательная активность (адаптивная физкультура, йога, скандинавская ходьба) и прогулки (экскурсии). Планирование и проведение мероприятий базируется на следующих принципах:  - безусловная безопасность всех мероприятий;  - учет особенностей каждого участника программы;  - возможность проявления способностей во всех областях досуговой и творческой деятельности всеми членами целевой группы;  - достаточное количество оборудования и материалов для организации всей деятельности;  - распределение эмоциональной и физической нагрузки в течение реабилитационного периода. |
| 16 | Цель проекта | профилактика и реабилитация при возрастных изменениях в когнитивной, поведенческой, эмоциональной и других сферах жизнедеятельности у получателей социальных услуг |
| 17 | Задачи проекта | Оказание психолого-педагогической поддержки, улучшению эмоционального настроения, общего самочувствия и снижению тревожности у граждан пожилого возраста и инвалидов, имеющих когнитивные расстройства;  - повышению мотивации к способности поддерживать надлежащий уровень когнитивных функций (внимание; память; запоминание и воспроизведение; обучение эффективным стратегиям запоминания; концентрация внимания);  - улучшению психофизиологического состояния (улучшение крупной и мелкой моторики, сенсомоторных функций);  - физической активности, способствующей уменьшению заболевания деменцией;  - профилактике одиночества, установлению новых социальных контактов у граждан пожилого возраста и инвалидов, имеющих когнитивные нарушения;   * выявление оценки состояния когнитивных функций получателей социальных услуг; * информирование социальных работников о психологических особенностях обслуживаемых, страдающих деменцией; * организационная и методическая работа с социальными работниками и родственниками, осуществляющими уход за гражданами, страдающими деменцией |
| 18 | Ожидаемые результаты | -развитие когнитивных функций (память, внимание, мышление, восприятие);  -развитие эрудиции, способности к анализу, рефлексии;  -улучшение психоэмоционального состояния, самочувствия участников целевой группы;  -повышение уровня социальной адаптации пожилых людей и упрочение социальных связей;  -улучшение когнитивных функций;  -уменьшение поведенческих нарушений;  поддержание бытовой независимости;  -стабилизация состояния |
| 19 | Периодичность отчетности о результатах внедрения проекта | ежеквартальная, годовая |
| 20 | Формы внедрения инновации | Индивидуальная, групповая. Формы, методы, технологии работы:  мини- лекции, беседы, консультации, презентации; диагностическое обследование, анкетирование; задания, упражнения. |
| 21 | Индикаторы и показатели эффективности инновационной технологии | Выявление уровня достигнутых результатов осуществляется через:  -проведение анкетирования по количественным и качественным показателям;  -наблюдения и беседы;  -анализ результатов работы  Восстановление двигательных функций. |

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Актуальность программы

В настоящее время наблюдается стремительный рост числа пожилых граждан с нарушениями в когнитивной сфере. Проводимая диагностика нередко выявляет у пожилых людей психологические проблемы. У них наблюдается зажатость, неловкость в движениях, они бывают ослаблены физически, быстро утомляются, им сложно переключать своѐ внимание, удерживать и распределять его. Все эти характеристики являются признаком того, что у пожилого человека имеются сложности в когнитивной сфере.

Когнитивные функции (лат. cognitio - познание) - высшие мозговые функции: память, внимание, психомоторная координация, речь, гнозис, праксис, счет, мышление, ориентация, планирование и контроль высшей психической деятельности.

Память - это способность головного мозга усваивать, сохранять и воспроизводить необходимую для текущей деятельности информацию. Выраженные нарушения памяти на события жизни принято обозначать термином «амнезия».

Гнозисом называется функция восприятия информации, ее обработки и синтеза элементарных сенсорных ощущений в целостные образы. Нарушения гнозиса принято обозначать термином «агнозия».

Речь - это способность обмениваться информацией с помощью высказываний. Нарушение речи обозначается термином «афазия».

Праксис - это способность приобретать, сохранять и использовать разнообразные двигательные навыки. Нарушение праксиса обозначается термином «апраксия».

Интеллект - это способность сопоставлять информацию, находить общее и различия, выносить суждения и умозаключения. Интеллектуальные способности обеспечиваются интегрированной деятельностью головного мозга в целом.

Когнитивные нарушения - это снижение памяти, умственной работоспособности и других когнитивных функций по сравнению с исходным уровнем (индивидуальной нормой).

В связи с этим одной из важнейших задач является не только увеличение продолжительности жизни граждан пожилого возраста путем развития их физической активности, но и обеспечение возможности сохранения психического здоровья. Данная задача предполагает применение разнообразных технологий, методов и средств, направленных на ее решение.

Практика показывает, что традиционные методы психолого-педагогического воздействия требуют длительной работы и, зачастую, хоть и приносят положительный результат, его устойчивость невысока. Инновационным компонентом программы является использование в процессе профилактики когнитивных расстройств технологии «Нейробика».

«Нейробика» – инновационная технология, направленная на стимулирование интеллектуальной деятельности человека посредством решения головоломок, ребусов, сканвордов, ключвордов и пр. Это комплекс упражнений для развития мышления, стимулирующих способность мозга к познанию нового. Упражнения по данной технологии помогают лучше сконцентрироваться и усвоить новые знания, поддержать работу головного мозга и остановить его физиологическое старение. Данная технология является малозатратной для учреждения, а для получателей социальных услуг новой, интересной и необычной, позволяющей получить положительную динамику за короткий промежуток времени. Реализация программных мероприятий обеспечивает комфортную среду, которая благоприятно отражается на поддержании когнитивных процессов у граждан пожилого возраста и инвалидов, их психоэмоциональном здоровье, в целом на повышении качества их жизни.

1..2. Целевая группа: граждане пожилого возраста и инвалиды, находящиеся на социальном обслуживании.

1.3. Цель программы: Профилактика когнитивных расстройств у граждан пожилого возраста и инвалидов посредством использования технологии «Нейробика».

1.4. Задачи программы:

. -реализовать мероприятия по профилактике и коррекции когнитивных нарушений у участников целевой группы.

-провести обследование целевой группы на выходе из программы. 6. Анализ результативности программы.

1.5.Направленность программы социальная-психологическая программа.

1.6. Формы работы: Исследовательские формы: изучение опыта работы в области профилактики нарушений когнитивных функций у граждан пожилого возраста.

Организационные формы: формирование целевой группы; разработка плана и конспектов мероприятий; подготовка демонстрационного и раздаточного материала для участия целевой группы в реабилитационных мероприятиях.

Практические формы: проведение анкетирования целевой группы; проведение индивидуальных и групповых практических занятий, проведение бесед, игр, тематических конкурсов; проведение консультирования. Аналитические мероприятия: проведение анализа результативности технологии.

2.7. Методы работы: исследование, информирование, планирование, анкетирование, координирование, анализ, коммуникативные и психотерапевтические методы, методы обучения, методы проведения досуговых мероприятий.

3. Программа проводится в течении 6 месяцев. Длительность проведения зависит от тяжести заболевания и индивидуально-психологических характеристик больного и его близких. Частота проведения: 2-5 раз в неделю по 15-30 минут.