

## Паспорт инновационного проекта

1.	Наименование проекта	Смехотерапия
2.	Тема проекта	Внедрение смехотерапии, как способа социокультурной реабилитации граждан пожилого возраста
3.	Направление инновационной деятельности	Социально-оздоровительное
4.	Наименование учреждения	ГБУСО «Лермонтовский КЦСОН»
5.	Адрес	357340, Ставропольский край, г. Лермонтов ул.П.Лумумбы, 31
6.	Телефон, факс	8(87935) 3-39-19
7.	Сайт	ЛКЦСОН. РФ
	Адрес электронной почты	cson30@minsoc26.ru
8.	Руководитель учреждения	Курбацкая Т.Н.
9.	Руководитель проекта	Заместитель директора
10.	Ответственный исполнитель проекта	Заведующий социально-оздоровительным отделением
11.	Консультант	-
12.	Дата создания инновационного проекта и реквизиты приказа о его внедрении	16.02.2012г., приказ директора ГБУСО «Лермонтовский КЦСОН» от 16.02.2012г. № 48/1
13.	Кадровый состав специалистов, участвующих в реализации проекта	Заместитель директора, заведующий социально-оздоровительным отделением, специалист по социальной работе, психолог, аккомпаниатор
14.	Категория участников проекта	Граждане пожилого возраста и инвалиды
15.	Продолжительность реализации	Бессрочно
16.	Используемые ресурсы:	
16.1	организационные	Анализ ситуации для разработки проекта, планирование мероприятий реализации проекта, освещение в СМИ
16.2	кадровые	Заместитель директора, заведующий социально-оздоровительным отделением, специалист по социальной работе, психолог, аккомпаниатор
16.3	материально-технические	Помещение социально-оздоровительного отделения Центра (сенсорная комната), компьютерная техника учреждения: домашний кинотеатр, DVD-проектор.

16.4	финансовые, в том числе по источникам	Внебюджетные
17.	Цель проекта	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Приобщить пожилых людей и инвалидов к здоровому образу жизни;</li> <li>улучшить общее психическое и физиологическое состояние людей;</li> <li>-способствовать очищению организма от стрессов и их остаточных явлений, его укреплению и оживлению;</li> <li>-оказывать помощь пожилым людям посредством смехотерапии;</li> <li>-создавать эмоциональный комфорт;</li> <li>-воздействовать на болезни тела с помощью смеха;</li> <li>-способствовать психологической профилактики негативных эмоциональных состояний.</li> </ul>
18.	Задачи проекта	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Убрать скопившиеся зажимы и напряжения на уровне интеллекта, нервной системы, которые, усугубляясь, приводят к болезням и старению организма;</li> <li>-повысить стрессоустойчивость;</li> <li>-зарядить позитивными эмоциями;</li> <li>-повысить уверенность в себе;</li> <li>-снизить тревожность;</li> <li>-способствовать преодолению социальной и психологической адаптации людей пожилого возраста.</li> </ul>
19.	Практическая значимость проекта	Формирование и развитие мотивации у пожилых людей на сохранение здоровья и продление активного образа жизни
20.	Прогнозируемая результативность проекта	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Способность позитивно относиться к людям и событиям;</li> <li>-улучшение коммуникативных навыков;</li> <li>-развитие воображения;</li> <li>-ощущение полноты и осмысленности жизни;</li> <li>-заряд хорошего настроения.</li> </ul>
21.	Индикаторы и показатели эффективности проекта	Доля пенсионеров и инвалидов, которые воспользовались инновационной технологией проекта «Смехотерапия», к общей численности клиентов

		социально-оздоровительного отделения Центра.
22.	Периодичность отчетности о результатах внедрения технологии (годовая, квартальная и т.п.)	Годовая
23.	Актуальность проекта	<p>Современная жизнь подвержена большим психологическим стрессам, связанным с быстрым темпом жизни. Актуальным для современной жизни являются доступные и малозатратные формы терапии, к которым можно отнести смех. Дело в том, что смех способствует снижению уровня гормонов стресса – кортизона и адреналина и выделению эндорфинов, которые способны притуплять физическую и душевную боль и вызвать чувство удовлетворения. Кроме того процесс смеха очищает верхние дыхательные пути и улучшает циркуляцию крови в организме.</p> <p>Поэтому «порция смеха» равносильна прогулке по лесу или кислородному коктейлю.</p>
24.	Описание проекта	<p>Смехотерапию можно рассматривать с разных сторон. Во-первых, это когда у человека возникают радостные эмоции, когда он смотрит комедию, видит смешную сцену или слушает юмореску. Во-вторых, это умение включать самоиронию, т.е. посмеяться не только</p> <p>В первом случае смехотерапия используется даже на бытовом уровне. Стоит сходить в кино или на юмористический концерт, отключиться от повседневности и посвятить пару часов вниманию смешного и развлекательного, особенно, если шутки умные и тонкие, как настроение пойдет на поправку. “Увеселительными приемами” пользуются клоуны в цирковых представлениях, конференсье в концертных програм-</p>

		<p>мах, на телевидение – в разных телепередачах, таких как КВН, “Театр+ТВ”, веселых сериалах и многих других. Некоторые телепередачи нацелены специально на то, чтобы рассмешить зрителя. В реализации проекта используются различные приемы и методы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Терапия юмором. Сюда можно отнести клоунские программы. Просмотр комедийных фильмов и роликов, рассказывание анекдотов, юмористические постановки и т.д.</li> <li>2. Терапия смехом. Смех используется как физическое упражнение. Смех вызывается с помощью серии специальных физических, дыхательных и других упражнений, как правило, в группе.</li> </ol> <p>Главное, смех очень заразителен, и поэтому участник таких занятий обычно не имеет шансов не засмеяться! Это действительно весело и полезно!</p>
25.	<p>Достигнутая результативность проекта с указанием даты и способа мониторинга (отчет прилагается)</p>	<p>Результативность проекта будет оценена в декабре 2014 г. посредством анкетирования</p>