



*Пусть
КЛЮЧ к успеху
всегда будет
в ТВОИХ руках!*



Профсоюз информирует

Информационный лист «Обзор печати»

18 февраля - 24 февраля 2019 года

На Кубани выбрали лучшего директора школы



Победу в профессиональном конкурсе одержала Татьяна Гайдук, директор лицея №48 города Краснодара.

В торжественной церемонии закрытия юбилейного краевого профессионального конкурса, состоявшейся в Доме культуры учащейся молодежи Кубани, приняли участие министр образования, науки и молодежной политики края Елена Воробьева, председатель краевой

организации Профсоюза Сергей Даниленко, секретарь комитета Законодательного Собрания Краснодарского края по вопросам науки, образования, культуры и делам семьи Юлия Алешкевич.

Конкурс «Директор школы Кубани» - один из значимых ежегодных педагогических конкурсов мастерства руководителей образовательных организаций. Организаторами конкурса профессионального мастерства является региональное министерство образования, науки и молодежной политики и Краснодарская краевая организация Общероссийского Профсоюза образования.

Участниками соревнований стали 44 лучших директоров школ региона. Конкурс проходил в три тура: "Директор-тактик", "Директор-аналитик", "Директор-стратег". В первые дни испытаний участники конкурса написали эссе на тему: "Директор и вызовы времени", а также они выступили с видеороликами "Мои самые значимые достижения в управлении школой".

В следующие дни они отвечали на вопросы жюри, выполняли сложные профессиональные задания, выступали с программной речью, мастер-классами. Завершились все конкурсные испытания встречей с министром образования, науки и молодёжной политики края, в ходе которой участники обсудили значимые векторы развития образования.

Призерами конкурса стали Оксана Пихтулова, директор школы №24 Туапсинского района и Екатерина Подружная, директор школы №3 Северского района. Лауреатами признаны - Сергей Эпп, директор школы № 11 Ленинградского района, Евгений Шашунин, директор школы №7 Красноармейского района и Максим Перевертайлов, директор школы №20 Усть-Лабинского района.

Все участники конкурса получили грамоты, памятные подарки и путевки в профсоюзный Центр отдыха работников образования «Рассвет» в городе-курорте Геленджике, а победитель, призеры и лауреаты конкурса - еще и сертификаты на денежные премии краевой организации Профсоюза.

Поздравляем всех участников конкурса с ярким событием в их профессиональной жизни, желаем дальнейших успехов и побед!

Подробнее: https://vk.com/profobrkk?w=wall-106122659_3012

Приглашаем к участию в региональном туре Всероссийского конкурса-фестиваля обучающихся в организациях общего и дополнительного образования детей «Арктур»



В 2019 году Общероссийским Профсоюзом образования и ФГБОУ МДЦ «Артек» проводится ежегодный Всероссийский конкурс-фестиваль обучающихся в организациях общего и дополнительного образования детей «Арктур». Цель Конкурса-фестиваля - содействие и реализация Концепции развития дополнительного образования детей, выявление и поддержка талантливых учащихся.

Конкурс-фестиваль проходит по номинациям: туристско-краеведческая деятельность, детско-юношеское техническое и научно-техническое творчество, музыкально-

исполнительское искусство, театральное искусство, художественное творчество, фотография, видеоролик, анимация.

Победители финального тура Конкурса-фестиваля получают возможность стать участниками тематической смены «Другая школа» в Международном детском центре «Артек».

На сайте краевой организации можно ознакомиться с порядком проведения регионального тура. Прием заявок осуществляется до 12 марта 2019 года по электронной почте:

kraikom@kubanprofobr.ru

Подробнее: https://vk.com/profobrkk?w=wall-106122659_3014

Президент России предложил запустить с 2020 года программу «Земский учитель»



20 февраля Президент Российской Федерации В. В. Путин обратился с Посланием к Федеральному Собранию. Церемония оглашения прошла в Москве, в Гостином дворе. На церемонии присутствовали члены Совета Федерации, депутаты Государственной Думы, члены Правительства, руководители Конституционного и Верховного судов, губернаторский корпус.

В своём выступлении глава государства затронул вопросы развития образования. Он отметил, что доступность детских садов обеспечена

практически повсеместно, но «до конца 2021 года нужно полностью решить проблему с яслями, создать в них не менее 270 тысяч новых мест, включая негосударственный сектор, причём 90 тысяч мест должно быть создано уже в этом году».

– Всего же за три года на эти цели должно быть направлено 147 миллиардов рублей из федерального и региональных бюджетов. Добавлю, что запись в ясли, в детский сад, оформление льгот, пособий, налоговых вычетов, о которых я уже говорил и которые, надеюсь, ещё мы с вами предложим, – всё это должно происходить без дополнительных заявлений, лишних бумажек и походов по инстанциям, – заявил В. В. Путин.

Президент России, подчеркнул, что «при всех достижениях нельзя оставлять за скобками и очевидные проблемы» в такой важной сфере, как образование. Он пояснил, что доля школ с современными условиями обучения выросла с 12 % в 2000 году до 85 % в 2018-м.

– Но порядка 200 тысяч ребят всё ещё ходят в школы, где нет нормального отопления, водопровода и канализации. Да, это меньше полутора процентов школьников, но если родители видят, что их ребёнок учится в таких условиях, то все слова о справедливости, равных возможностях этих людей – что? – только раздражают. Обращаю внимание глав регионов, где есть ещё такие школы. За два года проблему нужно полностью решить, мы можем это сделать, – сказал Владимир Владимирович.

В. В. Путин сообщил, что «к концу 2021 года все школы России должны иметь не просто доступ в сеть, а высокоскоростной интернет».

– В 2006 году, напомню, при подключении школ к интернету ориентировались на скорость доступа в 128 килобит в секунду. Сейчас нужно 50 или 100 мегабит в секунду, то есть эта скорость должна вырасти минимум в 400 раз. Но именно это должно открыть ребятам доступ к урокам и лекциям известных преподавателей, конкурсам и к олимпиадам, позволит им существенно нарастить свои возможности, осуществлять совместные онлайн-проекты со сверстниками из других регионов Российской Федерации и из-за рубежа. Должно меняться и содержание образования. В государственных стандартах и программах важно отразить приоритеты научно-технологического развития страны, а в федеральные перечни школьных учебников включать действительно лучшие издания, – сказал Президент.

Касаясь вопроса кадров для сферы образования, глава государства предложил с 2020 года запустить программу «Земский учитель», по которой «единовременную выплату в размере миллиона рублей будут получать педагоги, которые захотят и переезжают работать в сёла и малые города».

Он также напомнил, что в конце августа в России состоится чемпионат мира WorldSkills по рабочим профессиям, и заявил, что «опираясь на опыт движения WorldSkills, надо ускорить модернизацию среднего профессионального образования, в том числе уже к 2022 году переоснастить современным оборудованием более 2 тысяч мастерских в колледжах и техникумах».

Президент высказался о необходимости «работы на опережение» в сфере развития доступного для всех детей дополнительного образования, а также поддержки тех, кто проявляет выдающиеся способности. Он сказал, что «за три предстоящих года за счёт

расширения сети детских технопарков, кванториумов, центров цифрового, естественно-научного, гуманитарного развития будет создано порядка миллиона новых мест в системе дополнительного образования». Кроме того, в ближайшее время во всех субъектах страны должны появиться основанные на модели Образовательного центра «Сириус» региональные центры поддержки одарённых ребят.

– Такую работу на опережение можно только приветствовать. И считаю, что резервы для наращивания темпов есть в каждом национальном проекте. Рассчитываю, что наши компании, деловые сообщества будут активно присоединяться к проектам, таким как «Билет в будущее», благодаря которому школьники, начиная с шестого класса, смогут не только пройти профориентацию, но и получить практику на предприятиях, в научных центрах, на других площадках. Я вообще хочу обратить внимание молодёжи. Ваш талант, энергия, креативные способности – в числе самых сильных конкурентных преимуществ в России. Мы это понимаем и очень ценим. И чтобы каждый молодой человек (студент, школьник) мог проявить себя, мы уже создали целую систему проектов и конкурсов личностного роста. Это так называемые «ПроеКТОрия», «Мой первый бизнес», «Я – профессионал», «Лидеры России» и многие другие. Хочу подчеркнуть: всё это – обращаюсь опять к молодым людям – создаётся для того, чтобы вы использовали эти возможности. И призываю вас активно и смело пользоваться этим, дерзать, осуществлять свои мечты и планы, приносить пользу себе, своей семье, своей стране, – заключил Президент России.

Подробнее: <https://edu.gov.ru/press/1139/prezident-rossii-predlozhit-zapustit-s-2020-goda-programmu-zemskiy-uchitel/>

Круглый стол по применению госрегулирования оплаты труда руководителей организаций



19 февраля в Государственной думе Российской Федерации прошёл круглый стол Комитета по труду, социальной политике и делам ветеранов на тему "Оплата труда руководителей организаций: государственное регулирование и практика его применения".

Участниками круглого стола, помимо депутатов - членов Комитета, стали представители правительства страны, экспертных сообществ, профсоюзов, а также отраслевых объединений работодателей и профильных кафедр и секторов ведущих российских вузов.

Общероссийский Профсоюз образования был представлен экспертом отдела по вопросам общего образования аппарата Профсоюза Верой Понкратовой, главным специалистом отдела профессионального образования аппарата Профсоюза Юлией Спириной, заместителем заведующего правовым отделом аппарата - главным правовым инспектором труда ЦС Профсоюза Галиной Рожко.

В частности, с докладом выступили заместитель Министра труда и социальной защиты РФ Любовь Ельцова, глава департамента корпоративного управления Минэкономразвития РФ Иван Безменов. В ходе дискуссии была дана оценка текущей ситуации в рамках выполнения норм Федерального закона № 347-ФЗ «О внесении изменений в Трудовой Кодекс РФ», принятого 3 июля 2016 года и обязавшего установить предельные размеры соотношений между среднемесячной заработной платой руководителей, их заместителей, главных бухгалтеров и среднемесячной заработной платой работников ряда категорий организаций.

По словам председателя Комитета Ярослава Нилова, депутаты регулярно рассматривают поступающие в Комитета соответствующие инициативы. «В официальных правительственных документах отмечается, что на данном этапе не рассматривается целесообразность дополнительного законодательного регулирования в этой сфере, и речь идет лишь о корректном выполнении уже принятых норм и анализе правоприменительной практики, – отметил он. – В то же время, в обществе нередко самое пристальное внимание уделяется размеру денежного вознаграждения менеджеров тех же госкорпораций. Члены Комитета разделяют озабоченность наших граждан проблемой явного неравенства в вопросе оплаты труда руководства и рядовых сотрудников организаций. Именно с этим связано решение провести данное мероприятие с участием представителей Правительства, институтов гражданского общества».

Так, в ходе «круглого стола» обсуждались вопросы установления в соответствии с частью первой статьи 145 ТК РФ условий оплаты труда в госкорпорациях, государственных компаниях и хозяйственных обществах, более 50% акций или долей, в уставном капитале которых находится в государственной собственности.

Подробнее:

https://www.eseur.ru/Krugliy_stol_po_primeneniu_gosregulirovaniya_oplati_truda_rukovoditeley_organizaciy/

В школах Кубани пройдет акция «Урок цифры»

Для обучающихся 1-11 классов общеобразовательных организаций края с 25 февраля по 3 марта 2019 г. будет проведен тематический урок «Искусственный интеллект и машинное обучение». Методические рекомендации и информационные материалы для проведения урока размещены на сайте: urokцифры.рф.

Акция «Урок цифры» посвящена Дню информатики в России и представляет собой цикл необычных уроков информатики с практической тренировкой навыков программирования. Уроки планируется проводить раз в месяц с февраля по май 2019 года. Каждый из них будет посвящен определенной теме и направлен на развитие цифровых знаний и навыков по направлению «Кадры и образование» в рамках национальной программы «Цифровая экономика РФ».

Участие в «Уроке цифры» позволит каждому ученику узнать о важности развития цифровых навыков, проявить себя и познакомиться с основами программирования в доступной и увлекательной форме. Для учителей акция — возможность повысить интерес школьников к информатике с помощью современных игровых и интерактивных технологий обучения.

Организаторами мероприятия выступают Министерство просвещения РФ, Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций РФ, АНО «Цифровая экономика» и ведущие российские технологические компании: фирма «1С», «Яндекс», «Лаборатория Касперского», «Кодвардс», Mail.Ru Group, а также Университет НТИ «20.35» и Благотворительный фонд Сбербанка «Вклад в будущее».

«Урок цифры» нацелен на продолжение традиций уже известной многим ежегодной акции «Час Кода», которая проводилась в российских школах с 2014 по 2017 гг. При этом охват обучения — общее количество вовлеченных регионов, количество уроков и их темы — будет существенно расширен.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/v-shkolakh-kubani-proydet-aktsiya-urok-tsifry/>

Зональное совещание по представлению «Дорожных карт» по организации летней оздоровительной кампании 2019 года



В муниципальном образовании Ленинградский район министерством образования, науки и молодежной политики Краснодарского края 18 февраля 2019 года для специалистов управлений образований 14 муниципальных образований Краснодарского края проведено зональное совещание по представлению «Дорожных карт» по организации летней оздоровительной кампании 2019 года. Участники совещания обсудили актуальные вопросы по организации отдыха и досуга детей, открытию лагерей на базе общеобразовательных организаций.

Встречали гостей образцовый ансамбль народной песни «Казачьи напевы» детско-юношеского центра станицы Ленинградской (руководитель Лариса Геннадьевна Пятак), а также представители Ленинградского отделения краснодарского регионального детско-юношеского общественного движения «Союз казачьей молодежи Кубани».

Открыла совещание начальник управления образования администрации муниципального образования Ленинградский район Людмила Анатольевна Данилова.

Директор детско-юношеского центра Лидия Николаевна Нечепоренко поделилась опытом работы учреждения дополнительного образования в летний период.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/zonalnoe-soveshchanie-po-predstavleniyu-dorozhnykh-kart-po-organizatsii-letney-ozdorovitelnoy-kampan/>

Рабочая встреча с членами регионального отделения Всероссийской организации родителей детей-инвалидов (ВОРДИ)



Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края планомерно выстраивает работу по взаимодействию с различными родительскими общественными организациями: ККОО ПМЦ «Православная Кубань» (г. Сочи, руководитель В.Г. Рябцев), АНО «Край милосердия» (г. Краснодар, руководитель Н.М. Попова). В настоящее время налаживается совместная работа с АНО «Инклюзивный Центр Раннего Развития «Росток надежды» (Славянский район, руководитель И.А. Пушкарева). Встреча с членами ВОРДИ состоялась 21 февраля 2019 года. В ней также приняли участие представители Института развития

образования и Центра диагностики и консультирования Краснодарского края. Были обсуждены актуальные вопросы, связанные с созданием в образовательных организациях специальных условий для детей с ограниченными возможностями здоровья; подготовкой педагогических кадров для работы с «особыми» детьми. Разговор коснулся также деятельности психолого-медико-педагогических комиссий, дистанционного образования детей-инвалидов, системы их оценивания в условиях общеобразовательных школ, профессионального образования и трудоустройства выпускников коррекционных учреждений и мн. др. По итогам встречи были приняты решения о проведении совместных мероприятий и дальнейшем взаимодействии по актуальным вопросам, связанным с обучением, коррекцией и реабилитацией детей с особыми образовательными потребностями.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/rabochaya-vstrecha-s-chlenami-regionalnogo-otdeleniya-vserossiyskoy-organizatsii-roditeley-detey-inv/>

Началась подготовка специалистов, привлекаемых к организации и проведению ГИА-9 в Краснодарском крае в 2019 году

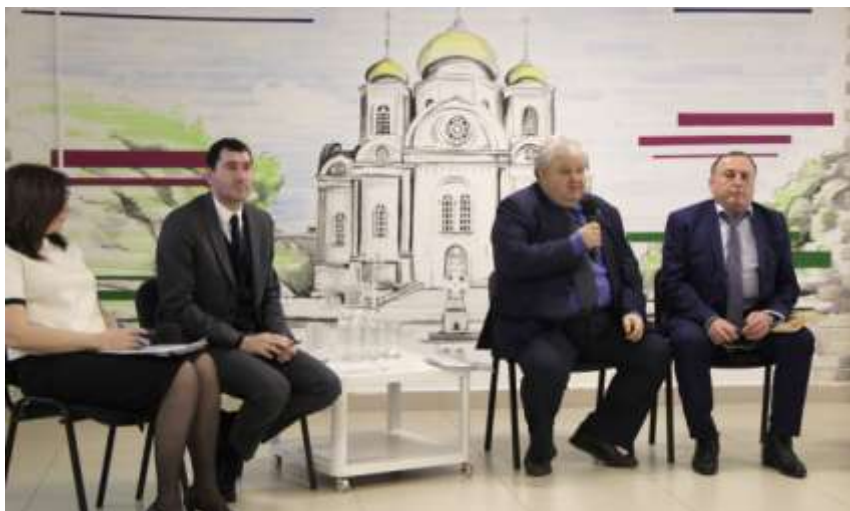
С 15 февраля 2019 года в Краснодарском крае началась подготовка специалистов, привлекаемых в текущем году к проведению государственной итоговой аттестации девятиклассников в качестве руководителей пунктов проведения экзаменов и членов государственной экзаменационной комиссии.

В первый день в обучающем семинаре, посвященном нормативно-правовым и организационным вопросам проведения итоговой аттестации, который прошел на базе гимназии № 8 города Тихорецк, приняли участие 85 специалистов из Белоглинского, Новопокровского, Тихорецкого и Выселковского районов. 19 февраля на базе школы № 32 города Краснодара в подготовке участвовали 80 специалистов из городов Горячий Ключ и Краснодар. По итогам семинара все специалисты проходят контроль полученных знаний в виде тестирования.

Всего в обучающих семинарах примут участие более 1700 педагогов из 44 муниципальных образований. Подготовка продлится до 11 апреля 2019 года.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/nachalas-podgotovka-spetsialistov-privlekaemykh-k-organizatsii-i-provedeniyu-gia-9-v-krasnodarskom-k/>

В Краснодаре обсудили вопросы гармонизации межнациональных отношений в молодежной среде



Круглый стол «Строим будущее вместе» прошел 19 февраля в здании Кубанского союза молодежи.

В мероприятии приняли участие руководители молодежных центров, организующие работу подростково-молодежных клубов, специалисты органов местного самоуправления, осуществляющих управление в сфере молодежной политики, координирующих работу в направлении профилактики экстремизма и идеологии терроризма и представители молодежного актива общественных

организаций.

Заместитель министра образования, науки и молодежной политики Краснодарского края Евгений Бардиж рассказал про организацию работы в сфере гармонизации межнациональных отношений в молодежной среде, а начальник отдела по межнациональным отношениям и взаимодействию с религиозными организациями департамента внутренней политики администрации региона Сергей Мозговой выделил проблемы межнациональных отношений на Кубани.

В ходе круглого стола своим опытом с коллегами поделились председатель регионального Центра национальных культур Василий Чанба, доцент кафедры политологии и политического управления Кубанского государственного университета Галина Рогочая, председатель Краснодарского клуба интернациональной дружбы Ахмад Хаммаш, руководитель клуба «Народы Кубани» Сусанна Манасян, директор центра молодежной политики Армавира Кирилл Рачковский и представители Молодежной лиги развития национальных культур Кубани.

Участники круглого стола обсудили вопросы межнационального взаимодействия, поделились опытом работы клубов интернациональной дружбы и лучшими практиками в вопросах организации мероприятий, направленных на гармонизацию межнациональных отношений в молодежной среде.

По итогам мероприятия была принята резолюция. В ней отразили вопросы организации работы клубов интернациональной дружбы на базе молодежных центров; проведения тематических площадок в рамках летних форумных кампаний, а также активизации взаимодействия органов местного самоуправления, осуществляющих управление в сфере молодежной политики с общественно-ориентированными национальными организациями.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/v-krasnodare-obsudili-voprosy-garmonizatsii-mezhnatsionalnykh-otnosheniy-v-molodezhnoy-srede/>

На Кубани реализуется комплексный подход к обеспечению безопасности учебных заведений

На видеоселекторном совещании с муниципалитетами под председательством заместителя главы края Анны Миньковой обсудили вопросы обеспечения безопасности школ.

– В регионе реализуется комплексный подход к обеспечению безопасности учебных заведений. На сегодняшний день 82 процента школ охраняют специализированные предприятия, – сказала Анна Минькова.

По данным министерства образования, науки и молодежной политики, территории всех школ ограждены и освещаются в темное время суток, установлены системы видеонаблюдения, «тревожные кнопки». Но по некоторым объектам нерешенные вопросы все же остаются. В частности, у ряда школ ограждение требует ремонта, и бюджетные средства на это есть, но муниципалитеты недостаточно пользуются имеющейся возможностью.



Как сообщила министр образования, науки и молодежной политики Елена Воробьева, ежегодно направляются средства для укрепления материально-технической базы школ в рамках краевой программы «Обеспечение безопасности населения». В этом году сумма составит 24,6 млн рублей.

Отдельно на совещании говорили о безопасности при перевозках школьников.

– В прошлом году за счет бюджетных средств мы обновили 347 школьных автобусов. В этом планируем приобрести еще 98 в рамках краевой программы «Развитие образования», – рассказала Анна

Минькова.

По словам замглавы региона, новый транспорт оснащен всем необходимым, в том числе спутниковой навигацией ГЛОНАСС и тахографами. Тем не менее, большую роль в обеспечении безопасности играет человеческий фактор, и водители автобусов не должны допускать нарушений ПДД.

Отметим, что всего в крае насчитывается 1,2 тысячи школьных автобусов.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/na-kubani-realizuetsya-kompleksnyy-podkhod-k-obespecheniyu-bezopasnosti-uchebnykh-zavedeniy/>

Краевое совещание «Развитие инклюзивного и дистанционного обучения в Краснодарском крае»



В соответствии с планом министерства образования, науки и молодежной политики на 2019 год состоялось краевое совещание «Развитие дистанционного и инклюзивного образования в Краснодарском крае».

В нем приняли участие представители муниципальных органов управления образованием, директора 52 государственных общеобразовательных специальных (коррекционных) учреждений края, а также специалисты Центра дистанционного образования ГБОУ ДПО Краснодарского края «Институт развития образования».

На совещании рассматривались вопросы перспективы развития дистанционного обучения детей-инвалидов в 2019 году с учетом включения в проект обучающихся с интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью) и изменения в нормативно-правовой базе по организации дистанционного обучения. Также одним из ключевых вопросов совещания являлось создание специальных условий для инклюзивного обучения детей с ОВЗ в муниципальных общеобразовательных организациях. В совещании, которое проводилось отделом специального образования в управлении общего образования министерства, приняли участие около 100 человек из 44 муниципалитетов края

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/kraevoe-soveshchanie-razvitie-inklyuzivnogo-i-distantzionnogo-obucheniya-v-krasnodarskom-krae/>

Подготовка к ГИА – в центре внимания участников совещания в минобрнауки Кубани

Под председательством регионального министра образования Елены Воробьевой и с участием заместителя министра Сергея Пронько руководители муниципальных отделов образования в режиме селекторной связи обсудили вопросы организации и проведения государственной итоговой аттестации.



Начальник отдела государственной итоговой аттестации министерства образования, науки и молодежной политики края Руженна Гардымова в своем выступлении сделала акцент на том, что 1 марта 2019 года завершается прием заявлений на участие в государственной итоговой аттестации 2019 года для выпускников 9 классов, в которых должны быть указаны обязательные предметы русский язык и литература и два предмета по выбору.

Особое внимание эксперт уделила вопросу подготовки специалистов, привлекаемых в

текущем году к проведению государственной итоговой аттестации девятиклассников в качестве руководителей пунктов проведения экзаменов и членов государственной экзаменационной комиссии, которая начата в крае с 15 февраля 2019 года.

- Для участия в подготовке специалистам необходимо авторизоваться на федеральной информационной платформе до 22 февраля 2019 года, указав корректный электронный адрес, чтобы пройти обучение до 13 марта... - сообщила Руженна Анатольевна.

И напомнила, что 26 февраля Кубань присоединяется ко Всероссийской акции «Единый день сдачи ЕГЭ родителями», в ходе которой родители выпускников смогут пройти процедуру сдачи экзамена и проверить свои знания по русскому языку или базовой математике.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/podgotovka-k-gia-v-tsentre-vnimanija-uchastnikov-soveshchaniya-v-minobrnauki-kubani/>

Фестиваль инновационных продуктов

В Санкт-Петербурге состоялся V юбилейный Всероссийский фестиваль инновационных продуктов, в рамках которого прошла церемония награждения лауреатов Всероссийского конкурса «Школа здоровья-2019».

Честь Кубани в номинации «Образовательная организация-территория здоровья-2019» отстаивали участники фестиваля - педагоги государственного бюджетного общеобразовательного учреждения специальной (коррекционной) школы-интерната станицы Старолеушковской. Учреждение стало лауреатом, получив диплом и знак фестиваля «За отличные успехи в области здоровьесбережения участников образовательного процесса».

Фестиваль нацелен на популяризацию опыта передовых педагогических коллективов; привлечение внимания педагогической общественности к результативному педагогическому опыту; повышение эффективности реализации образовательных программ через обмен инновационным профессиональным опытом; поддержку и развитие инновационного движения; содействие внедрению и апробации образовательных инноваций.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/festival-innovatsionnykh-produktov/>

Проект Стратегии развития образования детей с особыми образовательными потребностями до 2030 года вынесен на обсуждение



15 февраля под председательством заместителя Министра просвещения Российской Федерации Т. Ю. Синюгиной состоялось заседание рабочей группы по вопросу обсуждения Стратегии развития образования детей с особыми образовательными потребностями до 2030 года.

Открывая заседание, Т. Ю. Синюгина информировала, что за последние 5 лет в

сфере организации образования детей с особыми образовательными потребностями произошли кардинальные изменения.

– Была ратифицирована Конвенция о правах инвалидов, принят новый закон об образовании, регламентирующий возможность выбора родителями или законными представителями образовательной организации, где будет обучаться их ребёнок, в том числе декларирующий равные права всех учащихся и возможность выбора как коррекционного образования, так и инклюзивного, – сказала Т. Ю. Синюгина.

Заместитель Министра отметила, что помимо изменений в государственной политике, которая выстраивает преемственную межведомственную вертикаль и горизонталь образовательной реабилитации от ранней помощи до сопровождаемого трудоустройства, меняется сам контингент детей, имеющих особые образовательные потребности. Таким образом, возникла необходимость написания стратегического документа, концептуально излагающего имеющийся колоссальный опыт дефектологической науки в системе российского образования с учётом новых тенденций развития образования на достаточную временную перспективу.

В 2018 году по заказу Минпросвещения Институт коррекционной педагогики Российской академии образования разработал проект Стратегии развития образования детей с особыми образовательными потребностями до 2030 года. По итогам заседания рабочей группы стратегия будет доработана. В ближайшее время состоится её широкое обсуждение в регионах, образовательных организациях, общественных организациях инвалидов, комитетах Государственной Думы, Совета Федерации, комиссиях Общественной палаты.

Обсуждение пройдёт и в рамках заседания Совета руководителей коррекционных школ, которое состоится в Минпросвещения России 27 февраля 2019 года.

Кроме того, Институт коррекционной педагогики РАО проведёт в Москве в марте Всероссийскую конференцию, на которой Стратегия будет представлена самому широкому кругу заинтересованных лиц. Информирование о содержании проекта Стратегии развития образования детей с особыми образовательными потребностями до 2030 года пройдёт также на официальных информационных ресурсах Минпросвещения – портале и аккаунтах в социальных сетях.

В апреле на заседании Коллегии Министерства Стратегия будет презентована и в случае одобрения включена в разрабатываемую Стратегию развития образования в Российской Федерации.

Подробнее: <https://edu.gov.ru/press/1128/proekt-strategii-razvitiya-obrazovaniya-detey-s-osobymi-obrazovatelnyimi-potrebnostyami-do-2030-goda-vynesen-na-obsuzhdenie/>

В России разработают единые требования к порядку формирования межведомственных комиссий по приёму детских оздоровительных лагерей

18 февраля в Государственной Думе состоялось заседание Президиума Совета законодателей при Федеральном Собрании Российской Федерации по теме «Обеспечение безопасности детей в период летней оздоровительной кампании». В мероприятии принял участие статс-секретарь – заместитель Министра просвещения Российской Федерации П. С. Зенькович.

Выступая на заседании, П. С. Зенькович отметил, что благодаря межведомственному взаимодействию федеральных органов исполнительной власти количество несанкционированных детских лагерей ежегодно сокращается. Он напомнил, что образовательный модуль для студентов педагогических вузов по подготовке вожатых, запущенный ещё в 2017 году, в настоящее время используют более 100 вузов. Кроме того, утверждён разработанный совместно Минпросвещения и Минтрудом России стандарт вожатого.

– Не без гордости могу сказать, что мы плотно работали с Минтрудом. Минтруд в январе этого года своим приказом утвердил стандарт вожатого. Вопрос вожатых очень актуальный, очень важный для нас, – подчеркнул П. С. Зенькович.

На заседании отмечалась необходимость разработки единых требований к порядку формирования межведомственных комиссий, которые осуществляют приём детских оздоровительных лагерей, а также создания форм дополнительной поддержки в виде

преференций и налоговых льгот для тех, кто будет открывать новые объекты для оздоровления и отдыха детей по аналогии с территориями опережающего развития.

Подробнее: <https://edu.gov.ru/press/1133/v-rossii-razrabotayut-edinye-trebovaniya-k-poryadku-formirovaniya-mezhvedomstvennyh-komissiy-po-priemke-detskih-ozdorovitelnyh-lagerey/>

Вручены премии Правительства Российской Федерации 2018 года в области образования

21 февраля состоялась церемония вручения премий Правительства Российской Федерации 2018 года в области образования. Награждение лауреатов провела заместитель Председателя Правительства Т. А. Голикова. В мероприятии приняла участие Министр просвещения Российской Федерации О. Ю. Васильева.

Во вступительной речи вице-премьер обратилась к лауреатам со словами благодарности за проделанную работу.

– Президент поставил перед нами амбициозные задачи по всем национальным целям и национальным проектам, в частности, в образовании и науке. Нам предстоит обеспечить вхождение России в десятку ведущих стран по качеству образования, также мы должны достойно представить нашу страну в ТОП-500 ведущих университетов для того, чтобы обеспечить глобальную конкурентоспособность национального образования. Успех работы по этим направлениям во многом зависит от таких людей, как вы, дорогие лауреаты, ради которых мы собрались сегодня, – отметила Т. А. Голикова.

Подробнее: <https://edu.gov.ru/press/1145/vrucheny-premii-pravitelstva-rossiyskoy-federacii-2018-goda-v-oblasti-obrazovaniya/>

На Всероссийском открытом уроке школьникам рассказали, как строятся города будущего



21 февраля состоялся Всероссийский открытый урок «НаСТРОЙся на БУДУЩЕЕ». Мероприятие, организованное Министерством просвещения Российской Федерации совместно с порталом «ПроеКТОриЯ», было посвящено строительству и «умным городам». На открытом уроке присутствовала заместитель Министра просвещения Российской Федерации И. П. Потехина.

В ходе урока об инновациях в сфере проектирования зданий школьникам рассказал А. Г. Сидоров, генеральный директор Научно-технического центра

«Эталон». Он пояснил, что «за XX век был сделан существенный прорыв – переход на трёхмерное проектирование, технологию BIM. Она позволяет команде специалистов заниматься проектом одновременно: один проектирует стены, второй, видя их, может создавать инженерные сети здания. Таким образом, можно сократить время и избежать ошибок».

Заместитель директора Департамента строительства Концерна «КРОСТ» А. В. Слепнёв объяснил зрителям, что современное строительство значительно изменилось благодаря технологиям. По его словам, «на сегодняшний день стройка включает в себя более 2000 процессов, происходящих независимо друг от друга. И в этом участвует более 200 специальностей».

В. М. Талалыкин, первый заместитель генерального директора Государственной корпорации «Фонд содействия реформированию ЖКХ», особое внимание в своём выступлении уделил вопросам эксплуатации зданий, уточнив, что «умный дом» – это, по сути, живой организм, поэтому он должен отвечать определённым запросам: быть

энергоэффективным, экологичным, комфортным и эффективным с точки зрения использования».

В конце урока его ведущий А. И. Комолов подвёл итоги онлайн-голосования «Какие сервисы Smart City уже есть в твоём городе?». Самыми популярными вариантами ответа стали «умные остановки», «система видеонаблюдения», «умные светофоры» и «wifi в транспорте». Прямая трансляция урока была организована на портале «ПроеКТОриЯ», в группах проекта в социальных сетях ВКонтакте и Одноклассники, а также через личные кабинеты образовательных организаций.

К эфиру из Центра прототипирования высокой сложности «Кинетика» НИТУ «МИСиС» в режиме телемоста подключились ребята из Воронежа, Сочи, Краснодара и Новороссийска. Видеосвязь с точками подключения обеспечила компания «Ростелеком».

Следующий Всероссийский открытый урок состоится 14 марта и будет посвящён творческим индустриям.

Предыдущие уроки доступны для скачивания по ссылкам:

«Профессия – чемпион» https://yadi.sk/i/odXRAH3ZWER_JA

«Проснулся утром – убери свою планету» <https://yadi.sk/i/EUzj7E5y6kpSKw>

«Менделеев? Элементарно!» <https://yadi.sk/i/-fHnhhY1RV9sCA>

Подробнее: <https://edu.gov.ru/press/1141/na-vsrossiyskom-otkrytom-uroke-shkolnikam-rasskazali-kak-stroyatsya-goroda-buduschego/>

При Министерстве просвещения появился Общественный совет по независимой оценке качества образования

21 февраля Общественной палатой Российской Федерации утверждён состав Общественного совета по независимой оценке качества образования при Минпросвещения России. В состав Совета вошли 13 человек. Его утвердили сроком на три года.

Членами Совета стали представители образовательных организаций, родительских и молодёжных ассоциаций, средств массовой информации и издательств.

Совет призван содействовать формированию максимально комфортной образовательной среды для учащихся и родителей. Среди задач Совета – проведение независимой оценки в образовательных организациях качества условий открытости и доступности информации об организациях, комфортности условий, в которых пребывают ученики, доброжелательности и вежливости работников, доступности услуг для инвалидов.

Подробнее: <https://edu.gov.ru/press/1147/pri-ministerstve-prosvescheniya-poyavilsya-obschestvennyy-sovet-po-nezavisimoy-ocenke-kachestva-obrazovaniya>

В регионах пройдут научные исследования в сфере дошкольного и школьного образования

20 февраля в Министерстве просвещения Российской Федерации состоялся вебинар для представителей региональных органов управления образованием и региональных координаторов по вопросам проведения научных исследований в сфере дошкольного и школьного образования. В вебинаре приняли участие 60 человек. Мероприятие провела заместитель директора Департамента государственной политики в сфере общего образования Минпросвещения России Ж. В. Садовникова.

Открывая работу вебинара, Ж. В. Садовникова пояснила, что научные исследования будут организованы на базе образовательных организаций 10 регионов и пройдут в рамках реализации четырёх проектов: «Функциональное развитие (когнитивное, эмоциональное, физическое развитие и здоровье) детей дошкольного возраста», «Психофизиологическое и физиолого-гигиеническое исследование влияния компьютерных технологий обучения в учебном процессе на разных этапах возрастного развития», «Анализ и систематизация научных подходов и существующей практики дошкольного образования детей младенческого и раннего возраста (от 2 месяцев до 3 лет) с дальнейшим проектированием образовательных программ и психолого-педагогическими основаниями оснащения дошкольных образовательных организаций материалами и оборудованием для реализации образовательных программ дошкольного образования», «Научные основы психолого-педагогического обеспечения инклюзивного дошкольного образования для детей с ОВЗ» в 2019 году.

Директор Института изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования Т. В. Волосовец в своём выступлении подчеркнула, что по итогам аналитического исследования будут систематизированы и описаны научные подходы в дошкольном образовании детей младенческого и раннего возраста, разработаны соответствующие методические рекомендации по проектированию образовательных программ, а также определены варианты оснащения детских садов материалами и оборудованием для реализации образовательных программ для данной категории детей.

Заместитель директора Института изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования Е. Н. Кутепова сообщила, что в рамках исследования «Научные основы психолого-педагогического обеспечения инклюзивного дошкольного образования для детей с ОВЗ» в 8 регионах пройдёт апробация примерных адаптированных основных образовательных программ дошкольного образования для детей слепых, слабовидящих, с амблиопией и косоглазием, тяжёлыми нарушениями речи, задержкой психического развития, интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью) и нарушениями опорно-двигательного аппарата. Результатом исследовательской работы станут научно-методические рекомендации для руководителей и педагогов дошкольного образования «Организационно-управленческие и научно-методические основы разработки адаптированных образовательных программ дошкольного образования для детей с ОВЗ с учётом примерных адаптированных основных образовательных программ дошкольного образования для детей с ОВЗ».

Заместитель директора по научной работе Института возрастной физиологии РАО Т. М. Параничева рассказала на вебинаре о предстоящем физиолого-гигиеническом исследовании особенностей использования компьютерных технологий на уроках и во внеурочное время учениками начальной, основной и старшей школы, которое пройдёт в 10 регионах. Она отметила, что исследовательская работа охватит 4 года: в 2019 году состоится исследование особенностей использования компьютерных технологий в учебном процессе и во внеурочное время детьми 6-7 лет, в 2020 году – детьми в возрасте 4-5 лет, в 2021 году – детьми 3-4 лет. Подведение итогов и анализ исследования запланированы на 2022 год.

Заведующий лабораторией нейрофизиологии когнитивной деятельности Института возрастной физиологии РАО, научный руководитель исследования Р. И. Мачинская раскрыла особенности содержания исследования функционального развития детей дошкольного возраста, в частности, комплексного подхода при проведении популяционного исследования. Она информировала, что к анкетированию в рамках исследования будут привлечены представители администрации детских садов, родители воспитанников, медицинские работники. Также планируется проведение тестирования по диагностике индивидуальных особенностей развития детей 6–7 лет.

Учёный секретарь Института возрастной физиологии РАО О. Н. Адамовская пояснила в своём выступлении особенности и последовательность сбора и передачи данных исследования функционального развития детей дошкольного возраста, психофизиологического и физиолого-гигиенического исследования влияния компьютерных технологий обучения в учебном процессе на разных этапах возрастного развития школьников.

Подробнее: <https://edu.gov.ru/press/1149/v-regionah-proydot-nauchnye-issledovaniya-v-sfere-doshkolnogo-i-shkolnogo-obrazovaniya/>

В регионы направлены разъяснения о сопровождении образования учеников с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью

Минпросвещения России подготовило рекомендации о необходимости предоставления услуг по тьюторскому сопровождению, а также сопровождению ассистента (помощника) по оказанию технической помощи ученикам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью и включении этих специалистов в штатное расписание образовательной организации.

Должностные обязанности тьютора и ассистента по оказанию технической помощи неидентичны. Тьютор – это педагогический работник, участвующий в разработке и реализации образовательной программы. Ассистент (помощник) оказывает ученикам с инвалидностью и ОВЗ техническую помощь в процессе получения образования. Это необходимо учитывать руководителям образовательных организаций при формировании штатного расписания и при приёме на работу данных специалистов.

Справочно

Одно из специальных условий для получения образования учащимися с ограниченными возможностями здоровья – предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего учащимся необходимую техническую помощь, и (или) тьютора.

Подробнее: <https://edu.gov.ru/press/1151/v-regiony-napravleny-razyasneniya-o-soprovozhdenii-obrazovaniya-uchenikov-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-i-invalidnostyu/>

Минтруд сообщил о сокращении неравенства в доходах

Заместитель министра труда и социальной защиты Российской Федерации Алексей Черкасов заявил, что положительные сдвиги по сокращению неравенства в доходах в Российской Федерации в значительной степени связаны с повышением МРОТ

Минимальный размер оплаты труда (МРОТ) за последние три года вырос в 1,6 раза и сейчас установлен в пределах прожиточного минимума трудоспособного населения.

В работе министерства по направлению снижения бедности, по словам Черкасова, основной акцент будет сделан на выводе из бедности семей с детьми. Для этого регионы России проводят анализ причин и структуры бедности, а также вырабатывают меры по совершенствованию региональных систем поддержки граждан попавших в трудную жизненную ситуацию. Кроме того, в будущем планируется составить реестры бедных семей, цитирует пресс-служба Черкасова.

Согласно статистике Росстата, около 20 млн граждан в России живут за чертой бедности. Это более 13% от всего населения страны. Официально бедным считается тот, чей доход ниже величины прожиточного минимума. Средний прожиточный минимум в России с 1 января 2019 года составляет 11280 рублей на одного человека в месяц. Однако согласно результатам опроса ВЦИОМ, сами граждане считают бедной ту семью, чей доход на каждого члена составляет менее 15 000 рублей в месяц.

Подробнее: <http://kkoop.ru/mintrud-soobshhil-o-sokrashhenii-neravenstva-v-dohodah/>

При увольнении по ликвидации будут платить 2-х месячное пособие

На федеральном портале опубликован проект поправок в Трудовой Кодекс, меняющих правила выплаты выходных пособий при увольнении по п. 1 части 1 ст. 81 ТК (ликвидация организации)

Выплачивать сотрудникам выходное пособие в размере двукратного среднего заработка в случае ликвидации организации – с таким предложением выступило Министерство труда и социальной защиты РФ. Соответствующий законопроект Минтруда был размещен 15 февраля на федеральном портале нормативных правовых актов.

Этим проектом предлагается при увольнении работников в связи с ликвидацией организации выплачивать в день увольнения выплату в размере двухкратного среднего месячного заработка, а в районах Крайнего Севера и приравненным к ним местностях – в размере трехкратного среднего заработка.

Сейчас, согласно Трудовому кодексу РФ, при увольнении работника в связи с ликвидацией организации ему выплачивается выходное пособие в размере среднего месячного заработка. Кроме того, за сотрудником сохраняется средний месячный заработок на период трудоустройства, но не больше двух месяцев со дня увольнения.

Причиной разработки этого проекта стало решение Конституционного суда, который признал часть первую статьи 178 ТК не соответствующей Конституции РФ, поскольку она не обеспечивала работникам, с которыми был расторгнут трудовой договор в связи с ликвидацией предприятия, гарантии в виде сохранения среднего заработка на период трудоустройства (но не более чем на два месяца с зачетом выходного пособия). Причина в том, что организация может за это время завершить процедуру ликвидации и внести в единый государственный реестр юридических лиц сведения о прекращении своей деятельности.

Публичное обсуждение инициативы продлится до 7 марта 2019 года.

Подробнее: <http://kkoop.ru/pri-uvolnenii-po-likvidatsii-budut-platit-2-h-mesyachnoe-posobie/>

Депутаты ЗСК высказали замечания по крайевым госпрограммам



Комитеты кубанского парламента по поручению спикера ЗСК Юрия Бурлачко провели совместное заседание, на котором рассмотрели проекты постановлений губернатора Кубани по внесению изменений в три краевых госпрограммы

В рамках встречи ее участники — председатель комитета ЗСК по финансово-бюджетной, налоговой и экономической политики Николай Кравченко, Николай Петропавловский, возглавляющий

комитет по вопросам здравоохранения и социальной защиты населения, председатель комитета по вопросам науки, образования, культуры и делам семьи Виктор Чернявский, а также представители профильных ведомств — рассмотрели изменения, вносимые в региональные государственные программы. Предлагаемые в них поправки касаются, в первую очередь, корректировок объемов ассигнований.

Так, к примеру, финансирование подпрограммы «Реализация политики содействия занятости населения», входящей в профильную государственную программу Краснодарского края, предлагается увеличить более чем на 1, 2 миллиарда рублей, большая часть из этой суммы — средства федерального бюджета. Что касается социальной поддержки граждан, то финансирование соответствующей госпрограммы в 2019 году планируется увеличить на 5, 3 миллиарда рублей. Объем средств, направляемых на реализацию краевой государственной программы «Дети Кубани», согласно предложенным изменениям, увеличится в общей сложности почти на 1, 9 миллиарда рублей.

В процессе обмена мнениями парламентарии рекомендовали Министерству труда и социального развития Краснодарского края устранить высказанные замечания по реализации региональных госпрограмм. Контроль по их исполнению будет продолжен и в дальнейшем.

Подробнее: <http://kkoop.ru/deputaty-zsk-vyiskazali-zamechaniya-po-kraevyim-gosprogrammam/>

В Госдуме обсудили проблему соотношения зарплат

В Госдуме обсудили проблему соотношения зарплат руководителей государственных и муниципальных учреждений и зарплат их подчиненных

Замглавы минтруда назвала отрасли с самым большим разрывом доходов между богатыми и бедными.

В Минтруда считают, что новых законов на сей счет принимать не надо, и уверяют: в 96,7% случаев средняя зарплата российских начальников не более чем в 4 раза выше средней зарплаты работников.

Глава Комитета Государственной Думы по труду, социальной политике и делам ветеранов Ярослав Нилов (ЛДПР), открывая «круглый стол», сказал, что «то и дело общество обсуждает резонансные случаи» — баснословные премии и зарплаты руководства в госкомпаниях и бюджетных учреждениях, но правительство полагает, что с точки зрения права на данном этапе больше ничего принимать не надо.

Замминистра труда и соцзащиты Любовь Ельцова признала: далеко не все у нас «идеально», но принятых законов и постановлений действительно пока достаточно. В 2016 году в Трудовом кодексе прописали обязанность устанавливать предельные размеры соотношений между среднемесячной зарплатой руководителей, их заместителей и главных бухгалтеров — и среднемесячной зарплатой работников. Это требование касается государственных и муниципальных учреждений (в том числе школ, детсадов, библиотек, больниц, вузов, театров и т.д.), унитарных предприятий, внебюджетных фондов (ФОМС, ПФ, ФСС) и их территориальных отделений. Но в законе не говорится, во сколько именно раз зарплата начальника может превышать зарплату подчиненного: решение этого вопроса отдано на откуп Правительству РФ (если речь идет о федеральных учреждениях и

предприятиях) и региональным властям (если речь идет о региональных или муниципальных бюджетных учреждениях или предприятиях).

Сейчас на федеральном уровне постановлениями правительства установлен предельный уровень такого соотношения «от 1 до 8» применительно к руководству федеральных бюджетных учреждений и предприятий, «от 1 до 10» — применительно к председателям внебюджетных фондов и «от 1 до 8» — для их заместителей и главных бухгалтеров. Если, к примеру, средняя зарплата сотрудников в каком-то вузе около 50 тысяч рублей, то ректор вуза и проректоры не могут там получать в среднем больше 400 тысяч рублей в месяц. Отдельно оговорено, какие выплаты входят в расчет, а какие нет: не учитываются материальная помощь, оплата питания и проезда, обучения, коммунальных услуг, отдыха. Соцпакет не сравнивается, а он везде очень разный, отмечали участники обсуждения, и с его учетом соотношение может получиться больше чем 1 к 8 максимум.

При расчете по нынешней методике по данным Минтруда в 2018 году в почти 97% государственных и муниципальных учреждений соотношение зарплат руководителей и сотрудников «не превысило 4 раз».

Но Трудовой кодекс разрешает в отдельных учреждениях устанавливать зарплаты руководства без учета общих соотношений. Право получать (по особому согласованию) даже и в 15 раз больше сотрудников могут, к примеру, руководители Большого, Малого, Мариинского и Александринского театров, Эрмитажа и Третьяковской галереи, ректоры нескольких десятков вузов.

По статистике с 2000 по 2017 годы разрыв между 10% самых низкооплачиваемых работников и 10% самых высокооплачиваемых снизился в России в 2 раза: сейчас зарплаты первых в 14,1 раза ниже. Но в некоторых сферах разрыв еще существеннее, признала замглавы Минтруда: наука — 19,5 раза, финансы, торговля, строительство, ремонт автотранспорта, информация и связь — 16 раз. По сравнению с ОЭСР (Организация экономического сотрудничества и развития, куда до 2014 года Россия тоже стремилась вступить) выйдем мы неважно: там разрыв — «на уровне 3–4 раз».

Ежегодно не позднее 15 мая закон требует обнародовать в Интернете данные о средних зарплатах руководителей всех государственных и муниципальных учреждений и предприятий. Но на каких именно сайтах можно найти такую информацию — в каждом регионе и каждой отрасли вопрос решается по-своему, что затрудняет общественный контроль, о котором тоже говорили в Госдуме.

Подробнее: <http://kkoop.ru/v-gosdume-obsudili-problemu-sootnosheniya-zarplat/>

Профсоюзы и работодатели предложили скорректировать пенсионную реформу



Глава Федерации независимых профсоюзов России (ФНПР) Михаил Шмаков и лидер Российского союза промышленников и предпринимателей (РСПП) Александр Шохин на заседании думской рабочей группы по совершенствованию пенсионного законодательства 19 февраля предложили скорректировать пенсионную реформу

Новые законы должны снять противоречия, которые возникли после повышения пенсионного возраста. Михаил Шмаков напомнил, что

нерешенными остались вопросы по пенсиям и пенсионному возрасту северян, накопительным пенсиям, выплаты по которым заморожены, но отчисления на них по-прежнему выплачивают работодатели.

Профсоюзный лидер предостерег парламентариев от принятия закона об индивидуальном пенсионном капитале (ИПК). Если сейчас страховой взнос в Пенсионный фонд вносит работодатель в размере 22% сверх зарплаты работника, то взносы в ИПК будут вычитаться уже из зарплаты работника по умолчанию, следует из «утечек в СМИ».

— То есть человек промолчал, а у него из зарплаты вычли суммы, и выйти из этой системы он сможет только через полтора года. Ребята, это чистый обман. Одно правительство — одни веяния, придет другое на смену — другие. А пенсионная система долгосрочная: человек платит

взносы сегодня, а страховое покрытие получит через 30–40 лет, когда уже не найдешь никого, кто принимал решения, которые потом привели к нищенским пенсиям, – обратился к депутатам глава ФНПР.

По мнению профлидера, этот закон вызовет в обществе «такой же взрыв, как было с повышением пенсионного возраста».

Михаил Шмаков уверен, что в ПФР нужно вводить «трехстороннее управление», чтобы председателя этого фонда назначало правление, состоящее из представителей правительства, работодателей и профсоюзов.

Депутаты направят предложения и замечания в профильные комитеты Госдумы.

Напомним, что на заседании Исполкома Федерации независимых профсоюзов России 12 февраля было принято заявление о несогласии с принципами разрабатываемого Центробанком и Минфином законопроекта о формировании индивидуального пенсионного капитала (ИПК). Профсоюзы предложили вынести закон на всенародное обсуждение.

Подробнее: <http://kkoop.ru/profsoyuzyi-i-rabotodateli-predlozhili-skorrektirovat-pensionnyu-reformu/>

Глава ФНПР предложил рассмотреть структуру зарплаты



В ходе заседания Российской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений (РТКО) в Белом доме 22 февраля председатель ФНПР Михаил Шмаков предложил обсудить структуру заработной платы

Лидер российских профсоюзов предложил серьезно обсудить вопросы структуры заработной платы и компенсационных выплат в рамках трехсторонней комиссии в марте или апреле.

Этот вопрос глава ФНПР считает необходимым включить в план работы трехсторонней комиссии на ближайшее время.

Михаил Шмаков отметил, что в ходе встречи с Президентом РФ Владимиром Путиным обсуждался вопрос выполнения решений Конституционного суда, в том числе об исключении компенсационных и стимулирующих выплат из состава заработной платы.

21 февраля председатель ФНПР на встрече с президентом РФ Владимиром Путиным обсудил, в частности, порядок индексации стимулирующих выплат и компенсаций для пенсионеров. Также речь зашла о том, должны ли «северные» выплаты начисляться сверх минимального размера оплаты труда или нет. В настоящее время, несмотря на решение Конституционного суда о том, что такие надбавки не должны входить в МРОТ, многие работодатели продолжают их включать в «минималку».

Подробнее: <http://kkoop.ru/glava-fnpr-predlozhit-rassmotret-strukturu-zarplatyi/>

Минтруд поменяет порядок начислений социальных доплат

Минтруд предложил изменить порядок начисления социальных доплат к пенсии

Сейчас социальная доплата полагается гражданам, чьи доходы ниже прожиточного минимума пенсионера в регионе его проживания. Размер социальной доплаты пересматривается в сторону уменьшения в случае роста пенсий, социальных доплат и мер социальной поддержки.

Если в результате индексации общая сумма материального обеспечения превышает региональный ПМП, то гражданин перестает получать социальную доплату.

В Минтруде предложили способ устранить эту несправедливость: сначала устанавливать социальную доплату в размере, необходимом для доведения материального обеспечения пенсионера до уровня ПМП в регионе, а уже затем индексировать пенсии и ежемесячные денежные выплаты.

Индексация социальных выплат произошла первого февраля. Она составила чуть больше четырех процентов.

В частности, вырос размер ежемесячной денежной выплаты, которую получают 15,2 миллиона льготников. Среди них инвалиды, ветераны боевых действий, граждане, подвергшиеся воздействию радиации, Герои Советского Союза и России, Герои Социалистического Труда и другие граждане.

Также индексируется входящий в состав выплаты набор социальных услуг, который может предоставляться в натуральной или денежной форме. Его стоимость в денежном выражении вырастет до 1121,42 рубля в месяц.

Кроме того, двенадцатого февраля Минтруд предложил ежегодно выплачивать ветеранам Великой Отечественной войны по десять тысяч рублей ко Дню Победы.

Согласно пояснительной записке, число получателей выплаты в этом году составит около 70 тысяч человек. На эти цели с учетом расходов на доставку потребуется 704 миллиона рублей.

Подробнее: <http://kkoop.ru/mintrud-pomenyaet-poryadok-nachisleniy-sotsialnyih-doplat/>

Профсоюзы поддержали досудебное взыскание долгов по зарплатам

На заседании Российской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений (РТК) 22 февраля профсоюзы поддержали законопроекты Министерства труда и социальной защиты РФ о принудительном взыскании у работодателей долгов на основании решения трудовых инспекторов

Комиссия рассмотрела разработанные в прошлом году Министерством труда и социальной защиты законопроект о принудительном взыскании с работодателей задолженности по зарплате.

Как пояснила вице-премьер Татьяна Голикова, документы предполагают, что если выявлена ситуация, когда зарплата начислена, но не выплачена, инспектор по труду может выдать предписание, в котором также будет говориться о возможности принудительного взыскания средств с работодателя на зарплату.

При невыполнении предписания в сроки, установленные законодательством, инспектор сможет принять решение о принуждении работодателя к выплате долгов и передать материалы на этот счет в Федеральную службу судебных приставов.

А у них, в свою очередь, появится упрощенная процедура взыскания долгов по зарплате по решениям трудовых инспекций. Взыскивать можно будет только финансовые средства.

При этом у работодателя сохранится право обжаловать решение инспектора в суде, уточнила Голикова.

Законопроекты поддержали правительство и профсоюзы, но не поддерживают работодатели.

В августе 2016 года президент России Владимир Путин согласился с идеей главы Федерации независимых профсоюзов (ФНПР) России Михаила Шмакова установить приоритет выплат по зарплате перед налогами.

В данный момент Роструд не может обращаться в Федеральную службу судебных приставов с просьбой о взыскании с нерадивого работодателя долгов по заработным платам. Однако если законопроекты будут приняты, такая возможность у инспекторов по труду появится.

Подробнее: <http://kkoop.ru/profsoyuzyi-podderzhali-dosudebnoe-vzyiskanie-dolgov-po-zarplatam/>

Путин и Шмаков обсудили индексацию выплат для пенсионеров



21 февраля Председатель Федерации независимых профсоюзов России (ФНПР) Михаил Шмаков на встрече с Президентом РФ Владимиром Путиным обсудил, в частности, порядок индексации стимулирующих выплат и компенсаций для пенсионеров

Путин подчеркнул, что некоторые темы, которые ранее обсуждались с профсоюзным лидером, вошли в его послание Федеральному

собранию. В свою очередь Михаил Шмаков сообщил, что заметил это и обратил внимание президента на то, что дополнительные выплаты для пенсионеров должны выплачиваться сверх основной пенсии.

Глава ФНПР отметил, что надо не просто доводить этими выплатами пенсии до минимального прожиточного минимума пенсионера, все выплаты пенсионерам должны быть над пенсией. В противном случае пенсионеры от перерасчета не только не выигрывают, но иногда и проигрывают.

Владимир Путин согласился, что это выглядит как манипуляция.

Кроме того, глава ФНПР сказал, что хотел бы обсудить с президентом вопрос включения компенсационных выплат в МРОТ.

— У нас есть решение Конституционного суда, которое принято в конце 2017 года, что все компенсационные и стимулирующие выплаты должны быть над минимальным размером оплаты труда, — напомнил Шмаков. — Однако у нас до сих пор не разрешен спор с правительством. Правительство упорствует в своем подходе, что тариф может быть меньше, чем минимальный размер оплаты труда, через эти надбавки доводить это, значит, до минимального размера оплаты труда. Это полностью противоречит решению Конституционного суда, здравому смыслу и, в общем-то, тому подходу, который сейчас продемонстрирован для пенсионеров.

Путин возразил, что данное решение Конституционного суда касалось исключительно работающих в районах Крайнего Севера. Однако, президент добавил, что это не исключает того, что необходимо подумать о проблеме в целом и заверил, что даст такое поручение правительству.

Подробнее: <http://kkoop.ru/putin-i-shmakov-obsudili-indeksatsiyu-vyiplat-dlya-pensionerov/>

Опрос ОНФ показал, что четверть зимних практик не связаны с темой студенческих работ

В ОНФ подвели итоги опроса "Ожидания студентов от зимних практик", в котором приняли участие более двух тысяч учащихся из 77 регионов РФ. 61% респондентов - студенты вузов, 39% - средних профессиональных учебных заведений.

Согласно результатам опроса, главное для студентов в ходе практики — получить реальный опыт работы непосредственно по специальности. Так ответили 56,8% респондентов. Треть молодых людей (33,8%) рассматривает практику как часть будущей карьеры и хотели бы пройти практику в компании, где в дальнейшем планируют работать. Еще треть (29,5%) - считают важным материальную сторону и выбирали компанию, в которой практика оплачивается. Менее 10% обращали внимание на фактор свободного времени, чтобы иметь возможность заниматься своими делами.

Часть вопросов исследования касалась выбора места прохождения практики. Выяснилось, что большая часть студентов (62,8%) проходили практику по направлению, которое выдало их учебное заведение, 45% - просили о помощи родителей и знакомых, 35,2% - воспользовались рекомендацией научного руководителя, 25,3% - не предпринимали никаких усилий для поиска места прохождения практики и 12% - нашли в интернете через специализированные сайты.

Что касается возможного трудоустройства на том предприятии, где проходила практика, 43,6% респондентов ответили, что такую возможность рассматривают, 40,9% участников опроса сообщили, что определятся после прохождения практики, и 15,5% — не планируют там работать.

"Практики и стажировки должны давать возможность раскрыть талант студента, попробовать свою будущую работу. Поэтому здесь нужна скоординированная работа предприятий и образовательных учреждений. Это позволит индивидуально подходить к поиску места для практики каждого студента, разрабатывать программы практик, формировать систему наставничества на предприятиях, внедрять программы адаптации молодых специалистов и т.д. А пока этого нет, студенты сообщают, что только 40,1% зимних практик полностью соответствуют теме их задания на курсовую или дипломную работу. Данные опроса помогут нам сформировать предложения по созданию социальных лифтов для студентов, которые мы сейчас готовим вместе с платформой "Россия - страна возможностей", - сообщил координатор проекта ОНФ "Профстажировки" Илья Семин.

Проект ОНФ "Профстажировки" реализуется с марта 2017 года. Он помогает студентам и выпускникам инженерно-технических образовательных учреждений подобрать предприятие

для прохождения стажировки по специальности в любом регионе России. Опрос проходил в мобильном приложении Народного фронта и на сайте профстажировки.рф с 16 января по 5 февраля.

Подробнее: <http://www.ug.ru/news/27258>

Президент представил пакет первоочередных мер по поддержке семей с детьми

Владимир Путин выступил с ежегодным Посланием Федеральному Собранию. В первую очередь глава государства обратил внимание на поддержку семей с детьми. Он предложил увеличить размер пособия для детей с инвалидностью, снизить ипотечную ставку и налоговую нагрузку на семьи с детьми, а также до 2021 года решить проблему яслей.

Говорить о конкретных предложениях Владимир Путин начал с темы поддержки семей с детьми. Президент убеждён, что на рубеже 2023–2024 годов Россия может добиться возобновления естественного прироста населения. В связи с этим глава государства рассказал о новом пакете уже подготовленных мер.

Во-первых, президент предложил поднять планку для выплаты пособий на первого и второго ребенка. Так, если сейчас выплаты получают семьи, чьи доходы не превышают полутора прожиточных минимумов на человека, то с 1 января 2020 года этот порог составит уже два прожиточных минимума на члена семьи.

"Это позволит практически в полтора раза увеличить число семей, которые получают право на дополнительные выплаты. Помощью государства смогут воспользоваться порядка 70 процентов семей, где рождаются первые и вторые дети", — отметил глава государства.

Во-вторых, Владимир Путин предложил с 1 июля текущего года повысить пособие по уходу за детьми с инвалидностью и за инвалидами с детства первой группы с 5,5 до 10 тысяч рублей.

В-третьих, президент заявил о необходимости снижения налоговой нагрузки на семью: "Принцип должен быть очень простой: больше детей – меньше налог. Предлагаю увеличить федеральную льготу по налогу на недвижимое имущество для многодетных семей. Дополнительно освободить от налога: по 5 квадратных метров в квартире и по 7 квадратных метров в доме на каждого ребёнка. <...> Что касается земельных участков, принадлежащих многодетным семьям, то предлагаю освободить от налога полностью 6 соток и, таким образом, полностью вывести из-под налогообложения наиболее распространённые по площади участки".

Четвертым пунктом заявлено снижение ставок по ипотеке. "Правительству и Центральному Банку нужно последовательно выдерживать линию на снижение ставок по ипотеке до 9 процентов, а затем – до 8 процентов и ниже, как это и установлено в майском Указе. При этом особые меры поддержки мы должны предусмотреть для семей с детьми, разумеется. Напомню: с прошлого года для семей, в которых родился второй или последующий ребёнок, действует программа льготной ипотеки. Ставка для них – 6 процентов. Всё, что выше, субсидируется государством". При этом, по словам президента, льгота должна быть установлена на весь срок действия ипотечного кредита.

По подсчётам властей, финансирование этой программы составит в 2019 году – 7,6 миллиарда рублей, в 2020-м – 21,7 миллиарда рублей, 2021 году – 30,6 миллиарда рублей. При этом программа может охватить 600 тысяч семей.

Кроме того, Владимир Путин считает возможным ввести дополнительную меру поддержки семей, где рождается третий и последующий ребёнок.

— Напрямую из федерального бюджета оплатить, "погасить" за такую семью 450 тысяч рублей из её ипотечного кредита. При этом предлагаю запустить эту меру, что называется, задним числом – с 1 января 2019 года, пересчитать и предусмотреть для этого средства в бюджете текущего года, — добавил он.

Также, по словам президента, необходимо предоставить семье возможность не только покупать готовое жильё, но и строить свой дом, на своей земле. Глава государства обратился к правительству и Центробанку с просьбой разработать удобные и доступные финансовые инструменты для поддержки индивидуального жилищного строительства. "И конечно, справедливо должен рассчитываться налог на землю", — подчеркнул Владимир Путин.

Помимо этого, президент предложил освободить застройщиков от обязанности платить налог на прибыль и НДС с построенных и переданных муниципалитетам социальных объектов, чтобы стимулировать комплексное развитие городов и посёлков. По словам

Владимира Путина, когда рядом с жильём будет всё необходимое семье: поликлиника, школа, спортивные площадки, — родители смогут "работать, учиться, быть счастливыми, получать удовольствие от отцовства и материнства".

Наконец, до конца 2021 года должна быть полностью решена проблема с яслями, в которых предполагается создать не менее 270 тысяч новых мест, включая негосударственный сектор. 90 тысяч мест должно быть создано уже в этом году. Всего за три года на эти цели будет направлено 147 миллиардов рублей из федерального и региональных бюджетов.

"Запись в ясли, в детский сад, оформление льгот, пособий, налоговых вычетов – всё это должно происходить без дополнительных заявлений, лишних бумажек и походов по инстанциям. До конца 2020 года предоставление всех ключевых государственных услуг следует перевести именно в проактивный формат, когда человеку достаточно выслать запрос на необходимую услугу, а остальное система должна сделать самостоятельно, автоматически", — добавил президент.

Владимир Путин подчеркнул, что предложенный им сегодня пакет мер по поддержке семьи не должен быть исчерпывающим, но он является первоочередным.

Подробнее: <http://www.ug.ru/news/27269>

Подготовлена программа методической помощи учителям по работе с новым Федеральным перечнем учебников

Для учителей подготовили программу методической помощи по работе с новым Федеральным перечнем учебников. Программа разработана корпорацией "Российский учебник", которая осуществляет непрерывную и комплексную профессиональную поддержку педагогов, включая подготовку к работе с учебниками и учебными материалами.

Программа призвана облегчить работу преподавателей с новым Федеральным перечнем учебников (ФПУ), утвержденным 29 декабря 2019 года, и минимизировать ущерб, который может быть вызван принятым документом.

Из нового ФПУ выбыли несколько сотен учебников, по которым ранее успешно занимались российские школы. По оценке экспертов "Российского учебника", изменения в перечне негативно отразятся на работе примерно 220 тысяч российских учителей, при этом переход на учебники из нового перечня потребует от государства около 13,8 млрд рублей в течение трех лет.

"Поскольку является очевидным, что принятый перечень не соответствует интересам педагогического сообщества и осложняет выполнение задачи повышения качества общего образования в нашей стране, целесообразно ожидать возвращения востребованных линий учебно-методических комплектов в перечень", — говорится в сообщении корпорации.

В то же время "Российский учебник" разработал для учителей по каждому школьному предмету серию методических рекомендаций для оперативного устранения возникших проблем. В программу методической помощи входят:

- * персональная консультация методистов;
- * экспертные рекомендации (доступны для скачивания на сайте rosuchebnik.ru) с пошаговой инструкцией;
- * бесплатные профессиональные вебинары и очные мероприятия, в рамках которых ведущие специалисты проводят подробный анализ организации учебного процесса по всем учебным курсам с учетом последних изменений в ФПУ.

Эксперты корпорации также проводят квалифицированные консультации в части, касающейся разъяснения положений федерального закона "Об образовании в РФ" №273–ФЗ, который непосредственно затрагивает организации, осуществляющие образовательную деятельность. В частности, речь идет о возможности закупать за бюджетные средства учебные пособия: в соответствии с № 273-ФЗ (ст.8 п.3 и ст.18 п.4), а также с письмом Минобрнауки РФ № 08-1211 от 16.05.2018, организации, осуществляющие образовательную деятельность, имеют возможность приобретать за счет ассигнований федерального бюджета, бюджетов субъектов РФ и местных бюджетов в пределах федеральных государственных образовательных стандартов общего образования как учебники, включенные в ФПУ, так и учебные пособия.

Кроме того, для поддержки школ, оказавшихся в особо сложной ситуации, в отдельных случаях при размещении заказа на закупку учебников корпорация может передать школам оставшиеся учебники 2018 года издания из линий, не вошедших в ФПУ, бесплатно по договору пожертвования.

Для получения персональных консультаций можно обращаться к методистам корпорации "Российский учебник" по телефону 8-800-2000-550 или по адресу электронной почты metod@rosuchebnik.ru

Подробнее: <http://www.ug.ru/news/27270>

Сельским школам в России не хватает 12 тысяч педагогов

Министр просвещения РФ Ольга Васильева прокомментировала предложение Владимира Путина запустить программу "Земский учитель". Глава ведомства сообщила, что сегодня в сельских школах не хватает примерно 12 тысяч педагогических работников.

– В Послании Президента прозвучали те слова, которые мы очень ждали, – предложение о земских учителях. Мы знаем, что была попытка введения такой программы. Потом этим занимались регионы... Сейчас из уст Президента прозвучала федеральная национальная программа. И что важно: по аналогии с "Земским врачом", где были сняты возрастные барьеры, мы теперь можем обращаться к учителям и приглашать их работать в сельские школы, – сказала Ольга Васильева.

Она сообщила, что из 42 тысяч школ в России 26 тысяч — сельские. "Понятно, что в них педагоги сегодня совмещают различные предметы. И сейчас учителя, получив те самые подъёмные средства, которые будут заложены в эту программу, начнут обустраивать свою жизнь именно в селе", – добавила глава Минпросвещения России.

Накануне президент Владимир Путин в Послании Федеральному собранию предложил с 2020 года запустить программу "Земский учитель". По данной программе педагоги, которые захотят переехать на работу в сёла и малые города России, получат единовременную выплату в размере 1 млн рублей.

Подробнее: <http://www.ug.ru/news/27274>

Анна Кузнецова анонсировала запуск масштабного мониторинга детского питания



Уполномоченный по правам ребенка при Президенте РФ Анна Кузнецова сообщила о намерении запустить совместно с Советом отцов масштабный общественный мониторинг детского питания.

"Проблема невкусной еды, "разных" столов и питания детей с особенностями станут предметом особого внимания. Сегодня есть эффективные практики, мы выберем самые удобные, предоставляющие качественную обратную связь", – сообщила детский омбудсмен, которая приняла участие в первом Всероссийском форуме отцов.

Она подчеркнула, что обратная связь о реальном положении дел позволит принять адекватные решения и устранить недостатки в организации этого процесса.

Напомним, тема школьного питания стала одной из самых резонансных в начале этого года. Общественность широко обсуждала проект новых СанПиН детского питания, разработанный Роспотребнадзором. На днях в ОНФ обнародовали результаты мониторинга, согласно которым более половины родителей дают детям еду с собой в школу. При этом почти каждому пятому ученику школа запрещает приносить домашние блюда.

Скандал, связанный с питанием школьников, разгорелся в Кузбассе. Детский омбудсмен в регионе Дмитрий Кислицын заявил о том, что сельские школьники из малообеспеченных семей падают в голодные обмороки на уроках. Местные власти поставили его слова под сомнение, однако проверка Следственного управления СК РФ по Кемеровской области показала: нарушения в школах все-таки есть.

Подробнее: <http://www.ug.ru/news/27276>

ООН призвала правительства поддерживать молодежные инициативы

На этой неделе ООН опубликовала Всемирном докладе по вопросам молодежи. В нем отмечается, что сегодня в мире – 1,2 миллиарда людей в возрасте от 15 до 24 лет, они составляют 16 процентов населения планеты. При этом положение молодежи во всем мире оставляет желать лучшего.

Без активного участия молодежи невозможно достичь Целей устойчивого развития и построить инклюзивное, стабильное общество, говорится в сообщении ООН.

Авторы доклада отмечают, что в мире десятки миллионов подростков не получают образование. При этом в странах с низким уровнем дохода около 30 процентов детей в возрасте от 12 до 14 лет никогда не ходили в школу.

"Во многих регионах с препятствиями на пути к получению образования сталкиваются, в первую очередь, молодые женщины. Существуют очень большие различия в доступе к образованию как внутри стран, так и между ними, и женщины, люди из бедных семей, сельское население, люди с ограниченными возможностями, а также мигранты и беженцы – в самом невыгодном положении", – говорится в докладе.

Несмотря на рост мировой экономики, усугубилась ситуация в сфере молодежной занятости. У 71 миллиона молодых людей нет работы, еще десятки миллионов работают в тяжелых условиях или в неформальном секторе. При этом в странах с низким и средним уровнем дохода 156 миллионов молодых людей живут в бедности несмотря на то, что у них есть работа.

По данным доклада, в России в 2017 году уровень молодежной безработицы составил 16,3 процента, в странах Центральной Азии – в среднем 16,5 процента. Самый высокий уровень молодежной безработицы среди стран Восточной Европы зарегистрирован на Украине – 23,3 процента.

По мнению авторов доклада, решить проблемы молодежи, многие из которых являются частью Повестки дня в области устойчивого развития на период до 2030 года, невозможно без участия самих молодых людей.

"Правительства должны на местном, национальном уровне поддерживать молодежные инициативы, которые способствуют реализации Повестки дня в области устойчивого развития на период до 2030 года", – говорится в докладе.

Подробнее: <http://www.ug.ru/news/27291>

Яровая призвала создать в регионах единые меры по безопасному отдыху детей



Единые меры по безопасному и качественному отдыху детей должны создаваться во всех российских регионах, заявила вице-спикер Госдумы Ирина Яровая, выступая на заседании президиума Совета законодателей, посвященного обеспечению безопасности детей в период летней оздоровительной кампании.

"Во всех регионах должны создаваться единые меры по безопасному и качественному отдыху детей. Мы предлагаем системный

подход к организации отдыха и оздоровления детей, разрабатываем законопроект об основных гарантиях прав ребенка на качественное и безопасное питание, в том числе и в детских лагерях", – сказала Яровая.

Кроме того, вице-спикер предложила привлечь к работе по проверкам детских лагерей, которые проводятся между сменами, региональные органы исполнительной власти.

"Вопрос безопасности и качества детского отдыха – это всегда вопрос квалифицированных кадров, которые работают с детьми. Предлагаю перед началом оздоровительной кампании в каждом регионе проводить семинар-обучение для вожатых и работников детских лагерей, чтобы МЧС, Роспотребнадзор, органы управления образования субъекта проинструктировали по формам и методам первичной работы с детьми, рассказали об основных правах и обязанностях вожатых, формах контроля, правилах поведения в конкретной местности и погодных условиях", – сказала Яровая.

Также, по ее мнению, необходимо включать работу вожатых-студентов в прохождение педагогической практики. Эту идею, отметила Яровая, в рамках предварительного обсуждения поддержал "ведущий педуниверситет нашей страны".

Помимо этого она сообщила, что в планах парламентариев также есть ряд поручений министерству просвещения и Минпромторгу, которые касаются совершенствования нормативно-правового регулирования в сфере организации отдыха и оздоровления детей, включая отдых детей с родителями, детские туристские проекты и другие. "По этим вопросам мы будем отправлять запросы в адрес правительства РФ", - сказала Яровая.

Подробнее: <https://ria.ru/20190218/1551015080.html>

Исследование показало, какие вузы активнее всего "общаются" в соцсетях

Российский университет дружбы народов (РУДН) активнее других образовательных учреждений ведет свои страницы в социальных сетях и таким способом общается со студентами, следует из данных рейтинга вовлеченности в каналах вузов-участников "Проекта 5-100" в социальных сетях "Социального навигатора" МИА "Россия сегодня".

Рейтинг вовлеченности пользователей в каналах вузов в социальных сетях рассчитан специалистами центра социальных и медийных исследований МИА "Россия сегодня" для участников проекта 5-100 (21 вуз) на основании "индекса вовлеченности". Речь идет о том, насколько налажена коммуникация вуза с пользователями социальных сетей. Данный индекс рассчитан на основании 8 критериев, значимость которых определена посредством опроса экспертов в области медиа-производства и медиа-исследований. Период исследования: 1 июля — 31 декабря 2018 года. Источники данных: данные о наличии и количестве каналов вузов в социальных сетях взяты на официальных веб-страницах вузов (анализировались только те каналы, на которые ведут ссылки с официальных сайтов).

Согласно данным рейтинга, РУДН занимает первое место, на второй позиции расположился Московский физико-технический институт (МФТИ), третье - Уральский федеральный университет им. Ельцина (УрФУ). В десятку также вошли: университет ИТМО, Балтийский федеральный университет им. Канта (БФУ), Тюменский государственный университет (ТюмГУ), Томский государственный университет (ТГУ), Высшая школа экономики (ВШЭ), МИСиС и МИФИ.

По словам руководителя центра Елены Слинько, данное исследование помогает понять коммуникационный потенциал вузов в социальных сетях - на площадках, где "обитает" основная аудитория вузов (российские и иностранные абитуриенты и студенты, а также сотрудники и выпускники).

"Рейтинг вовлеченности вузов показывает, какие вузы активно взаимодействуют со своей аудиторией и публикуют полезную для аудитории информацию, а какие отстают по этому показателю. Некоторые вузы активно публикуют посты, которые не вызывают никакой реакции аудитории, а значит, работа публика неэффективна, а другие постят реже, но их посты собирают много лайков, репостов и комментариев, значит их работа полезна для аудитории", - подчеркнула она.

Подробнее: <https://ria.ru/20190212/1550723708.html>

Яровая предложила ввести льготы для компаний в сфере детского отдыха

Вице-спикер Госдумы Ирина Яровая предложила ввести налоговые льготы для новых организаций детского отдыха, такая мера, считает она, будет привлекать инвестиции в сферу отдыха детей.

"Предлагаю создать форму дополнительной поддержки в виде преференций и налоговых льгот для тех, кто будет создавать новые объекты для оздоровления и отдыха детей по аналогии с территориями опережающего развития", - заявила Яровая в ходе заседания президиума совета законодателей, посвященного безопасности детей в период летней оздоровительной кампании.

По ее словам, создание новых объектов для отдыха детей - это "территории детского опережающего роста и развития".

"Новые формы дополнительных преференций и налоговых льгот, по аналогии с теми, которые даются бизнесу на территориях опережающего развития, могут стать стимулами к тому, чтобы предприниматели инвестировали в сферу детского отдыха", - считает парламентарий.

Предложение Яровой было поддержано участниками заседания президиума совета законодателей и вошло в список рекомендаций.

Подробнее: <https://ria.ru/20190218/1551018576.html>

Депутат предложил учить детей в школах при помощи компьютерных игр

Депутат законодательного собрания Ленинградской области Владимир Петров предложил министру просвещения РФ Ольге Васильевой разместить госзаказ на разработку компьютерных игр для обучения детей в школах.

"Наша страна могла бы использовать природную тягу подрастающего поколения к цифровым технологиям и компьютерному досугу в положительном ключе. Предлагаю вам рассмотреть идею о размещении государственного заказа на разработку ряда компьютерных игр для детей и подростков, которые могли бы в доходчивой, наглядной и интересной форме рассказать о важных и необходимых научных процессах", - пишет Петров министру, текст обращения находится в распоряжении РИА Новости.

Политик пояснил, что учащиеся все более воспринимают информацию не через классические учебники и наглядные пособия, а посредством цифровых технологий и гаджетов.

"Если еще десять-пятнадцать лет назад мы говорили о максиме "телевизора, как реальном источнике знаний для детей", то уже сегодня мы видим, что по-настоящему учит детей и подростков всемирная сеть и разного рода компьютерные игры. К примеру, дети увлекающиеся компьютерными гонками с легкостью осваивают впоследствии реальную езду на машинах. Дети, играющие на досуге в исторические игры на компьютере, разбираются в истории мира не хуже "старорежимных" профессоров и доцентов исторических ВУЗов", - пишет депутат.

Так, например, Петров предлагает для изучения политической и экономической сфер в мире позволять детям "играть в стратегические игры, где бы они могли досконально понять отношения и мотивы между странами — понять истинную природу наложения санкций, узнать о зонах экономических интересов, познакомиться с геополитикой".

"Для изучения исторических событий, дети могли бы играть в "трехмерные шутеры", где бы от первого лица принимали участие в знаковых для российской истории событиях — от Куликовской битвы до событий октября 1993 года в Москве", - предложил он.

Подробнее: <https://ria.ru/20190219/1551051948.html>

Путин: форум отцов поднимает важную тему повышения роли отцовства в семье



Президент РФ Владимир Путин в приветствии участникам первого Всероссийского форума отцов отметил, что мероприятие затрагивает важную тему повышения роли отцовства в укреплении семейных ценностей, телеграмма размещена на сайте Кремля.

Всероссийский форум отцов "Роль отца в современной семье: государственная политика и новые перспективы" открылся во вторник в Екатеринбурге.

Путин подчеркнул, что ему отраднее содействие форума в вопросах поддержки семьи и улучшения демографической ситуации.

"Объединивший участников из многих российских регионов, ведущих экспертов и специалистов в сфере семейных отношений, представителей профильных министерств и ведомств, деятелей науки и культуры, он поднимает такие важные темы, как повышение роли

отцовства в укреплении семейных ценностей, воспитании подрастающего поколения", - говорится в телеграмме.

По словам Путина, в России отец всегда был оплотом благополучия и стабильности, олицетворял собой уверенность в завтрашнем дне и был для детей авторитетом и наставником.

"В этой связи с удовлетворением отмечу большую, многогранную деятельность института Уполномоченных по правам ребёнка, который выступил инициатором создания в России Совета отцов", - подчеркивается в телеграмме.

Путин выразил уверенность в том, что форум пройдет в конструктивном ключе и позволит участникам обмениваться опытом и практиками.

Подробнее: <https://ria.ru/20190219/1551060611.html>

В Минпросвещения призвали школы провести Урок мужества 1 марта

В Минпросвещения призывают все школы и учреждения дополнительного образования провести Урок мужества 1 марта, когда будут награждаться дети-лауреаты Всероссийской общественной инициативы "Горячее сердце", заявила заместитель директора Департамента государственной политики в сфере воспитания, дополнительного образования и детского отдыха министерства просвещения Ольга Колударова.

"1 марта у нас будет проходить финальное мероприятие, это торжественная церемония, где будут награждаться 28 лауреатов инициативы "Горячее сердце" в музее Победы. В этот же день традиционно при поддержке министерства просвещения, органов исполнительной власти, законодательных и представительных органов власти в субъектах РФ будет проходить Урок мужества... Хотелось бы обратить внимание каждого директора школы на проведение данного урока", - сказала она на пресс-конференции во вторник.

"Урок мужества, прежде всего, позволит сформировать у обучающихся готовность к общественной полезной деятельности на основе добровольчества, сформировать у обучающихся готовность стойко преодолевать сложные семейные ситуации, ограничения здоровья, не опускать руки даже в самых сложных ситуациях на примере лауреатов инициативы ("Горячее сердце" - ред.)", - сказала представитель ведомства.

"1 марта мы призываем каждую образовательную организацию, независимо это школа или учреждение дополнительного образования, провести такой Урок мужества", - заявила она, предложив приглашать на такие уроки представителей органов исполнительной власти, Всероссийского движения школьников, Юнармии.

Церемония награждения лауреатов Всероссийской общественной инициативы "Горячее сердце" пройдет 1 марта в музее Победы на Поклонной горе в Москве. Среди членов оргкомитета - представители министерства просвещения, министерства науки и высшего образования, МЧС, МВД, Минобороны, аппарата уполномоченного при президенте РФ по правам ребенка, Российского движения школьников, Юнармии и других организаций.

Сама акция проходит в течение года, с 1 октября по 30 ноября идет поиск детей, которые станут лауреатами.

Среди лауреатов - дети из всех регионов России, которые спасли чужие жизни на пожарах, на воде, не прошли мимо человека, оказавшегося в беде при нападении, или человека, решившего покончить с собой, помогли в борьбе с распространением наркотиков, а также те, кто, несмотря на ограничения здоровья, преодолели себя и добились успеха, например, в спорте.

Подробнее: <https://ria.ru/20190219/1551078330.html>

В Росгвардии рассказали о подготовленных мерах повышения безопасности школ

Росгвардия подготовила законопроект и два проекта постановлений правительства для повышения качества охраны школ, сообщила пресс-служба ведомства со ссылкой на заместителя директора Росгвардии Сергея Лебедева.

"Вопросы повышения безопасности образовательных организаций требуют комплексного подхода, включая внесение изменений в действующее законодательство. В этом плане Росгвардией проделан значительный объем работы. В частности, поддержан правительством

РФ и внесен в Государственную Думу РФ законопроект о внесении изменений в Федеральный закон от 26 декабря 2008 года № 294-ФЗ, подготовлено два проекта постановлений правительства, содержание которых направлено на установление специальных требований к охраняемым организациям, предоставляющим свои услуги на объектах образования", - сказал Лебедев.

Проекты постановлений будут внесены в правительство в ближайшее время, данные меры позволят повысить качество охраны школ, сообщил замдиректора Росгвардии.

Подробнее: <https://ria.ru/20190219/1551080364.html>

Путин призвал ускорить модернизацию среднего профессионального образования

Президент РФ Владимир Путин призвал ускорить модернизацию среднего профессионального образования, с 2022 года необходимо переоснастить современным оборудованием более 2 тысяч мастерских в колледжах.

"Надо ускорить модернизацию среднего профессионального образования, в том числе с 2022 года переоснастить современным оборудованием более 2 тысяч мастерских в колледжах и техникумах", - сказал Путин, обращаясь с посланием к Федеральному Собранию.

По его словам, увлечение профессией, творчеством формируется еще в юные годы. "За три предстоящих года за счет расширения сети детских технопарков, центров цифрового и естественно-научного гуманитарного развития будет создано порядка миллиона новых мест в системе дополнительного образования. Оно должно быть доступно для всех детей", - отметил он.

Подробнее: <https://ria.ru/20190220/1551125337.html>

Путин призвал молодежь пользоваться созданными возможностями для развития

Талантливая молодежь - одно из самых сильных конкурентных преимуществ России, для личностного роста молодых людей сегодня созданы все возможности, заявил президент РФ Владимир Путин, призвав школьников и студентов этими возможностями активно пользоваться.

"Хочу обратить внимание молодежи: ваш талант, энергия, креативные способности - в числе самых сильных конкурентных преимуществ России. Мы это понимаем и очень ценим. Чтобы каждый молодой человек - студент, школьник, мог проявить себя, мы уже создали целую систему проектов и конкурсов личностного роста", - сказал Путин в ходе послания Федеральному собранию.

Он особо отметил форум профессиональной ориентации "ПроеКТОрия", олимпиада студентов "Я - профессионал", конкурсы "Мой первый бизнес" и "Лидеры России" и другие.

"Хочу подчеркнуть, все это - обращаюсь опять к молодым людям - создается для того, чтобы вы использовали эти возможности, и призываю вас активно и смело пользоваться этим, дерзать, осуществлять свои мечты и планы, приносить пользу себе, своей семье, своей стране", - добавил президент.

Подробнее: <https://ria.ru/20190220/1551131474.html>

Кузнецова одобрила увеличение выплат по уходу за детьми-инвалидами

Уполномоченный при президенте РФ по правам ребенка Анна Кузнецова приветствует предложенные главой государства меры и отмечает, что увеличение пособия по уходу за детьми-инвалидами до 10 000 рублей станет существенным подспорьем для таких семей, сообщили РИА Новости в пресс-службе омбудсмена.

Президент РФ Владимир Путин в ходе послания Федеральному собранию в среду предложил повысить выплаты семьям с детьми-инвалидами и инвалидами с детства первой группы до 10 тысяч рублей с 1 июля.

Кузнецова выразила благодарность президенту за большое внимание, которое он уделил в своем послании мерам, направленным на улучшение качества жизни семей с детьми.

"Безусловно, семьи с детьми-инвалидами – одна из самых уязвимых категорий, и они нуждаются в беспрецедентной поддержке государства. Сегодня число детей-инвалидов за год выросло на 20 329 (3,7 %). В аппарат уполномоченного по правам ребенка систематически поступают обращения от родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья, которые связаны с жалобами на финансовые трудности, с оказанием реабилитационной помощи, невозможностью устроиться на работу и многие другие", - привели в пресс-службе слова Кузнецовой.

"Считаю, что предложенная президентом РФ мера по увеличению пособия по уходу за детьми-инвалидами до 10 000 рублей станет существенным подспорьем для таких семей, позволит улучшить их материальное положение. Важно и предложение президента относительно упрощения прохождения медико-социальной экспертизы детям с ограниченными возможностями здоровья, ухода от бумажной волокиты и цифровизации этой сферы. Необходимо полностью исключить очередность и сделать прохождение МСЭ максимально комфортным для ребенка-инвалида", - отметила омбудсмен.

Она считает, что, помимо мер, предложенных на федеральном уровне, регионам также необходимо уделять повышенное внимание улучшению жизни семей с детьми-инвалидами.

Подробнее: <https://ria.ru/20190220/1551137433.html>

Васильева: программа "Земский учитель" привлечет в села опытных педагогов

Министр просвещения РФ Ольга Васильева считает, что реализация программы "Земский учитель" привлечет на работу в села не только молодых специалистов, но и педагогов с большим стажем и опытом.

В своем выступлении в эфире "Первого канала" Васильева отметила, что в стране уже была попытка введения "Земского учителя", этим занимались практически все регионы.

"Сейчас из уст президента прозвучала федеральная национальная программа. Что важно: так же, как по аналогии с "Земским врачом", где были сняты возрастные барьеры, мы теперь можем обращаться к учителями и приглашать их работать в сельских школах", - рассказала министр.

Подробнее: <https://ria.ru/20190220/1551137758.html>

СФ поддержит предложения Путина по программам сельских врачей и учителей



Предложения президента о расширении программы "Земский доктор" и запуске программы "Земский учитель" будут поддержаны сенаторами, это ответ на обращения граждан, заявила РИА Новости в среду вице-спикер Совета Федерации Галина Карелова.

"Предложения президента о расширении программы "Земский доктор" и запуске программы "Земский учитель" - прямой ответ на обращения граждан, поступающих и к сенаторам, и в общественные приемные партии "Единая Россия", - отметила Карелова.

По ее мнению, это позволит смягчить ситуацию с дефицитом педагогов и медицинских работников, особенно профильных специалистов, на селе. "То, что поднимается возрастная планка в программе "Земский доктор", – это большой плюс. Значит, на село поедут специалисты, которые накопили большой опыт, могут принимать решения в сложных условиях", - отметила Карелова.

"Сенаторы, без всякого сомнения, поддержат эту инициативу президента", - подчеркнула она.

Вице-спикер верхней палаты отметила, что в послании четко оговорены сроки исполнения поставленных задач. "Президент в самом начале послания сказал, что время очень спрессовано и все действия в интересах людей, направленные на сбережение народа, нужно

совершать без раскочки. Это именно то, чего ждут люди. И именно так мы и должны принимать все социальные законы", - заключила Карелова.

Подробнее: <https://ria.ru/20190220/1551137901.html>

Орешкин прокомментировал озвученные в послании Путина меры соцподдержки

Реализация мер социальной поддержки граждан, озвученных в послании президента к Федеральному собранию, позитивно отразится на экономике России, считает глава Минэкономразвития Максим Орешкин.

"Все социальные предложения только социальными называть нельзя, они носят характер социально-экономический, потому что вопрос бедности и неравенства доходов - это факторы, которые ограничивают экономический рост. Поэтому те меры, которые были озвучены по поддержке семей с детьми, ипотеке, эти и целый ряд других факторов будут позитивно сказываться на экономической ситуации", - сказал Орешкин журналистам.

Он отметил, что инициативы просчитаны и будут учтены в бюджете на 2019 год и на последующие.

Президент РФ Владимир Путин в своем послании Федеральному собранию рассказал, в частности, о предстоящих действиях для повышения благосостояния граждан, обещал новые льготы для многодетных семей. Президент также предложил повысить выплаты семьям с детьми-инвалидами и инвалидами с детства первой группы до 10 тысяч рублей с 1 июля.

Говоря о пенсионерах, президент отметил, что индексация пенсий должна проводиться сверх уровня прожиточного минимума, а выплаты за первые месяцы текущего года нужно пересчитать и вернуть людям то, что они недополучили. Путин также призвал до конца 2021 года полностью решить проблему с яслями в РФ, создав в них не менее 270 тысяч новых мест.

Для семей, где рождается третий и последующий ребенок, в качестве дополнительной меры поддержки Путин предложил компенсировать из федерального бюджета 450 тысяч рублей для погашения ипотечного кредита семьи. Он подчеркнул, что для семей с детьми на весь срок ипотеки необходимо установить льготную ставку.

Правительству и Центробанку Путин поручил последовательно двигаться в сторону снижения ставок по ипотеке сначала до 9%, а затем до 8% и ниже. Он предложил предусмотреть в некоторых случаях ипотечные каникулы, то есть отсрочку по платежам для граждан, которые лишились дохода. Такой механизм, сказал президент, можно ввести, не навредив при этом финансовым организациям.

Подробнее: <https://ria.ru/20190220/1551138817.html>

Сенатор: дополнительные места в яслях помогут женщинам найти работу

Создание дополнительных мест в яслях – важная часть нацпроекта "Демография", предлагаемые меры помогут женщинам найти работу, заявила РИА Новости в среду вице-спикер Совфеда Галина Карелова.

Президент РФ Владимир Путин в послании Федеральному собранию призвал до конца 2021 года полностью решить проблему с яслями в РФ, создав в них не менее 270 тысяч новых мест. Карелова напомнила, что планы обеспечить доступность яслей до 2021 года включены в федеральный проект "Содействие занятости женщин - создание условий дошкольного образования для детей в возрасте до трех лет".

"Название проекта подчеркивает прямую связь между вводом в строй дополнительных ясельных мест с таким важным экономическим фактором, как занятость женщин. И для экономики, и для общества, и для конкретной семьи очень важно, когда женщина может продолжать учебу или совершенствоваться в профессии, заранее строить планы, зная, что проблема присмотра за малышом решена. Поэтому качество и темпы работы строителей должны строго контролироваться, в том числе и общественностью", - отметила Карелова.

Сенатор подчеркнула, что все региональные стройки, которые составляют часть детской инфраструктуры, "на особом контроле сенаторов".

Подробнее: <https://ria.ru/20190220/1551142834.html>

Все регионы России сотрудничают с "Сириусом" в развитии дообразования



Все регионы России сотрудничают с "Сириусом" в развитии системы дополнительного образования, 85 центров появятся во всех субъектах Федерации до 2022 года, сообщила РИА Новости руководитель фонда "Талант и успех", создавшего "Сириус", Елена Шмелева.

В среду во время оглашения послания Федеральному собранию президент РФ Владимир Путин заявил о том, что центры поддержки одаренных детей, основанные по модели сочинского

"Сириуса", появятся в регионах России к 2022 году.

"Сириус" уже подписал соглашение о сотрудничестве с 42 главами субъектов. До 2022 года предполагается создание 85 центров во всех регионах страны. Мы оказываем методическую поддержку руководителям и сотрудникам региональных центров, организуем на своей площадке обучение педагогов, способствуем созданию дистанционной среды для талантливых детей в регионах с помощью платформы "Сириус.Онлайн", совместно с региональными центрами сопровождаем выпускников образовательных программ "Сириуса", в том числе организуя программы стажировки и содействуя их трудоустройству на предприятия региона", - рассказала Шмелева.

Она отметила, что предлагаемые "Сириусом" наработки и методики изучаются с большим интересом, внедряются максимально быстро.

"Более того, во всех регионах уже сформировался свой набор интересных инструментов и проектов. На днях, во время проведения Российского инвестиционного форума, были подписаны соглашения с главами трех субъектов: Ненецкого АО, Республики Чувашия и Амурской области", - подчеркнула Шмелева.

По ее словам, совместно с регионами на базе "Сириуса" создана Ассоциация ведущих школ-партнеров "Сириуса", которая, в том числе, собирает, анализирует и внедряет лучшие практики, осуществляет методическое и методологическое сопровождение региональных проектов.

"Сириус" и созданная им Ассоциация при поддержке Народного фронта планирует активно заниматься, запустить ряд проектов, нацеленных на развитие региональной образовательной среды, региональной образовательной экосистемы с целью повышения эффективности региональных образовательных систем", - добавила руководитель фонда "Талант и успех".

Подробнее: <https://ria.ru/20190220/1551151718.html>

Кузнецова дала старт детскому фестивалю "Письмо солдату"

Уполномоченный при президенте РФ по правам ребенка Анна Кузнецова объявила о начале третьего детского фестиваля "Письмо солдату", сообщает сайт омбудсмена.

Фестиваль проводится совместно с всероссийским военно-патриотическим общественным движением "Юнармия". В прошлом году участие в акции "Письмо солдату" приняли более восьми тысяч детей. Самому младшему было всего 6 лет, ребенок прислал рисунок.

"Одной из главных задач проекта стоит знакомство с историей своей семьи через историю своей страны. Непосредственных участников событий времен Великой Отечественной войны становится все меньше, поэтому многие дети начинают расспрашивать своих родителей, интересоваться судьбой своих прадедов, находят их фотографии. А потом присылают нам свои истории. Кроме этой связи времен, благодаря тому, что дети пишут в действующие воинские части, конкретным солдатам, налаживается настоящий диалог, дети понимают, что подвиг ради них, ради родины продолжает совершаться здесь и сейчас в настоящее время", - приводятся в сообщении слова Кузнецовой.

В рамках программы с 23 февраля по 1 апреля принимаются работы детей в форме эссе, стихотворений и рисунков. Эти материалы будут опубликованы на сайте фестиваля.

Одним из основных нововведений третьего сезона станет прием работ в видеоформате, самые креативные будут опубликованы на официальном YouTube-канале института уполномоченных по правам ребенка в РФ.

Подробнее: <https://ria.ru/20190223/1551284866.html>

РУБРИКА: На заметку

Льготную ипотеку планируют сделать бессрочной

Российское правительство разрабатывает изменения в законодательство, по которым льготная процентная ставка в 6% для семей с детьми будет распространяться на весь период ипотеки

Об этом сообщило ТАСС со ссылкой на заявление министра труда и социальной защиты Максима Топилина.

«Новелла будет заключаться в том, что если сейчас льготная ипотека по ставке 6% предоставляется максимум на 8 лет при рождении вторых и третьих детей, то этот порог будет снят, то есть на весь срок ипотечного кредита будет льготироваться ипотечная ставка», — уточнил Топилин.

Ранее сообщалось, что правительство согласовало новые меры по льготной ипотеке для семей.

Среди них увеличение периода, на который устанавливается льготная процентная ставка или установление льготной процентной ставки на весь период кредита. Кроме этого, предусматривается предоставление субсидии.

Подробнее: <http://kkoop.ru/lgotnyuyu-ipoteku-planiruyut-sdelat-bessrochnoy/>

В России с 2019 года поменялись правила предоставления отпуска

Об этом Минтруд сообщил в письме № 14-2/ООГ-9211

Трудовой Кодекс РФ дополнен новой статьей 262.2. В ней предусмотрено, что работникам, имеющим трех и более детей в возрасте до 12 лет, ежегодный оплачиваемый отпуск предоставляется по их желанию в удобное для них время.

Вне графика также могут брать отпуска следующие категории граждан:

- один из родителей (в том числе опекун, попечитель, приемный родитель), воспитывающий ребенка-инвалида в возрасте до 18 лет;
- несовершеннолетний работник (до 18 лет);
- почетные доноры;
- беременные женщины;
- работник, у которого жена находится в отпуске по беременности и родам;
- работники, которые усыновили/удочерили ребенка или детей в возрасте до 3 лет;
- работники по совместительству;
- участники боевых действий или инвалиды войн;
- родители детей-инвалидов в возрасте до 18 лет.

На основании статьи 122 ТК РФ оплачиваемый отпуск должен предоставляться работнику ежегодно, то есть в каждом рабочем году. Право на использование отпуска за первый год работы возникает у работника по истечении шести месяцев его непрерывной работы в данной организации. Но по соглашению сторон оплачиваемый отпуск работнику может быть предоставлен и до истечения шести месяцев.

Подробнее: <http://kkoop.ru/v-rossii-s-2019-goda-pomenyalis-pravila-predostavleniya-otpuska/>

Россияне назвали главные качества общественного лидера

Всероссийский центр изучения общественного мнения представил данные исследования о том, какие качества являются наиболее ценными в людях и общественных лидерах. Наиболее ценными качествами в людях россияне считают честность (73%), трудолюбие (51%) и доброту (47%).

Для 39% респондентов важна образованность (39%), а для 30% - доброжелательность. Неравнодушие и чувство юмора назвали по 28% опрошенных. Каждый четвертый (23%) ценит в людях уверенность в себе, еще 22% - инициативность. О прямолинейности, как ценном качестве человека, сказали 20% участников опроса.

В последние годы мнение россиян о том, какими качествами должен обладать лидер, который занимается общественно-полезной деятельностью, существенно изменилось. Если в 2015 г. главным качеством общественного лидера называли активность (44% в 2015 г. против 12% в 2019 г.), то сегодня для наших сограждан в первую очередь важна честность (53% в 2019 г. против 24% в 2015 г.) Это же качество наши сограждане считают самым ценным в других людях (73%).

На втором месте в списке личных качеств общественного лидера с большим отрывом находится умение слушать других (36%), причем эта доля выросла с 16% в 2015 г. Среди людей старшего поколения умение слушать назвали 40% респондентов. Каждый третий опрошенный (32%) считает, что у общественных лидеров должно быть хорошее образование. Значительно выросла доля тех, для кого важным качеством лидера является его работоспособность (рост с 13% до 27%). При этом трудолюбие для россиян – одно из самых ценных качеств человека (51%). Для 26% респондентов значимым качеством лидера является ответственность, однако относительно человеческих качеств ответственность практически не ценится (1%).

Четверть (25%) опрошенных ценят в лидерах общественных организаций справедливость (рост с 16% в 2015 г.), хотя в вопросе относительно общих человеческих качеств оно является "аутсайдером" (1%). Еще 24% респондентов считают значимой особенностью лидера доброту (рост с 11% в 2015 г.). В "народном" рейтинге самых ценных качеств людей доброта находится на третьем месте (47%). Снизилась доля тех, кто считает равнодушие основным качеством общественного лидера: если в 2015 г. равнодушие называли 33% россиян, то сегодня – 23%. Также в глазах россиян снизилась значимость организационных способностей: с 29% в 2015 г. до 23% в 2019 г. Желание изменить мир к лучшему, напротив, стало для наших сограждан более важным качеством лидера общественной организации (рост с 17% до 23%).

Подробнее: <http://www.ug.ru/news/27295>

Как спасти свою банковскую карту от мошенников

В минувшем году объем мошеннических операций с банковскими картами вырос на 44 процента — до 1,38 миллиарда рублей, сообщил Банк России. В подавляющем большинстве случаев виноваты сами держатели "пластика" — на схемы с применением вредоносного кода и хакерских атак на сервера банков пришлось всего три процента. Какие уловки в моде у преступников и как защититься от них свои кровные — в материале РИА Новости.

Эти ваши интернет-карты

Из отчета ЦБ следует, что российские банки в целом научились бороться с разного рода скиммингом — считыванием информации о карте с магнитной полосы при помощи специального устройства — и другими схожими методами воровства данных о "пластике" клиентов.

Теперь преобладает мошенничество с использованием интернета и устройств мобильной связи. Если несколько лет назад на такие схемы приходилась половина украденных денег (порядка 570 миллионов рублей в год), то теперь — уже 78 процентов, более миллиарда рублей.

Это плохая новость для держателей пластиковых карт. Ведь ответственность за деньги, украденные с помощью установленных на банкоматы устройств, ложится на банк, а интернет-мошенники, как правило, получают нужную информацию от самих владельцев "пластика". Значит, шансов вернуть деньги практически нет.

По данным ЦБ, 97 процентов случаев мошенничества приходится на использование электронных средств платежа (ЭСП) без согласия клиента, потерю либо нарушение конфиденциальности платежных данных, а также на операции, которые обманутый выполняет самостоятельно.

Основные инструменты мошенников — современные IT-технологии и психология. С помощью технологий жулики делают так, чтобы при звонке на телефоне жертвы отобразился номер банка, в котором человек обслуживается.

Затем включается психология. Мошенники представляются сотрудниками банка, сообщают что-то тревожное типа "зафиксирована попытка незаконно списать средства с вашей карты". И

просят сообщить данные, которые необходимы для кражи: номер карты, трехзначный код, указанный на обратной стороне, коды из СМС-сообщений.

О такой истории недавно рассказала одна из телеведущих канала "Матч ТВ". Вор позвонил ей с номера одного из крупнейших российских банков (где у нее был открыт накопительный счет), представился сотрудником службы безопасности, выведаль номер карты, кодовое слово и коды из СМС, после чего увел со счета 90 тысяч рублей. Банк резонно отказался возмещать средства клиентке, сославшись на то, что кража произошла по ее собственной вине.

Охотники за привидениями

Основная проблема с интернет-мошенничеством, по мнению сотрудников ЦБ, в том, что пострадавшие крайне редко обращаются в правоохранительные органы. И даже если обращаются, не сообщают об этом своим банкам.

Регулятор отмечает, что это не позволяет полицейским полностью раскрывать подобные преступления и, опираясь на собранную следствием базу, доказывать вину подозреваемых в суде.

А пассивная позиция пострадавших, уверены в Банке России, формирует у мошенников иллюзию безнаказанности, стимулируя их продолжать воровство денег с банковских карт.

Как правило, злоумышленники совершают не единичную несанкционированную операцию, а занимаются этим на постоянной основе, оставляя за собой многочисленные следы. Поэтому обращение в правоохранительные органы имеет смысл для того, чтобы в будущем, когда преступный путь злоумышленника будет все-таки прерван, совокупность данных о хищениях давала бы суду правовые основания для его привлечения к ответственности.

Рот на замок

Защититься от мошенников несложно, нужно лишь соблюдать простые правила. Во-первых, ни в коем случае нельзя сообщать информацию о карте по телефону, даже если вам позвонят с номера банка и представятся сотрудником службы безопасности. Представители Тинькофф-банка рассказали РИА Новости, что настоящий сотрудник банка может уточнить у клиента максимум четыре последние цифры номера карты.

В случае малейших подозрений сразу кладите трубку. Затем перезвоните в банк по телефону, указанному на карте, и сообщите о случившемся.

Во-вторых, не следует совершать покупки на подозрительных интернет-площадках. Прежде чем оплатить нужный товар, поищите в интернете отзывы других покупателей об этом ресурсе. Если же вы на свой страх и риск решите воспользоваться услугами непроверенного магазина, лучше всего перевести деньги продавцу через виртуальную карту.

Такую услугу, помимо многих банков, предлагают сетевые платежные сервисы (Яндекс.Деньги, QIWI, PayPal). После открытия онлайн-кошелька можно создать виртуальную карту, которая обладает тем же набором функций, что и обыкновенный "пластик". Разница в том, что ее можно пополнять с основной карты только на ту сумму, которая требуется для оплаты товара. Даже если мошенники попытаются "увести" ее данные, списать деньги с вашего основного банковского счета они не смогут.

В-третьих, постоянно обновляйте антивирусные программы на электронных устройствах. Помимо прочего, это защитит вас от перехода на так называемые фишинговые сайты — полные копии официальных порталов, занимающиеся хищением пользовательских данных, в том числе платежных.

В-четвертых, никогда не открывайте приложения банков на электронных устройствах, когда те подключены к общедоступной сети Wi-Fi (будь то ресторан, фитнес-клуб или общественный транспорт). Если вам во что бы то ни стало нужно перевести деньги или проверить состояние счета, лучше отключиться от Wi-Fi и сделать это через мобильную сеть.

И последнее: когда открываете новый счет в банке или получаете карту, попросите у сотрудников отделения полный перечень правил безопасности при пользовании картой (Центробанк обязывает банки предоставлять клиентам такую информацию).

Постарайтесь держать эти правила при себе или запомнить их: в неоднозначной ситуации у вас будет подробная инструкция, с помощью которой вы сможете доказать, что средства были похищены не по вашей вине.

Если же деньги с карты все-таки пропадут, обязательно обратитесь в банк. Заявление должны рассмотреть в течение 30 дней, и, если со стороны клиента все было сделано правильно, банк обязан вернуть похищенное.

Подробнее: <https://ria.ru/20190224/1551241014.html>

Проект Постановления Правительства Российской Федерации "Об утверждении коэффициента индексации с 1 апреля 2019 г. социальных пенсий"

С 1 апреля 2019 года предлагается проиндексировать размеры социальных пенсий на 2,0 процента

В соответствии со статьей 25 Федерального закона "О государственном пенсионном обеспечении в Российской Федерации" с 1 апреля 2019 года должна быть осуществлена индексация социальных пенсий с учетом темпов роста прожиточного минимума пенсионера в Российской Федерации за прошедший 2018 год.

Согласно пояснительной записке темп роста прожиточного минимума пенсионера в Российской Федерации за 2018 год составил 102,0 процента. В результате индексации средний размер социальной пенсии увеличится на 182 рубля.

Приказ Минтруда России от 28.01.2019 N 43н

"О внесении изменений в некоторые приказы Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации по вопросам назначения и выплаты пенсий"

Зарегистрировано в Минюсте России 20.02.2019 N 53850.

В правилах обращения за пенсией закреплён экстерриториальный принцип обслуживания граждан

В целях улучшения качества обслуживания пенсионеров в "Правилах обращения за страховой пенсией...", утвержденных приказом Минтруда России от 17 ноября 2014 г. N 884н, закрепляется право граждан обращаться с заявлением о назначении пенсии в любой территориальный орган ПФР по своему выбору.

Установлено также, что в случае переезда пенсионера на новое место жительства (например, в районы Крайнего Севера), в которых установлен более высокий районный коэффициент, заявление о перерасчете размера пенсии подается в территориальный орган ПФР по новому месту жительства (пребывания, фактического проживания). При этом заявление о перерасчете размера пенсии принимается при условии представления всех документов, необходимых для такого перерасчета, обязанность по представлению которых возложена на заявителя.

В приказ Минтруда России от 28.11.2014 N 958н "Об утверждении перечня документов, необходимых для установления страховой пенсии..." внесены поправки, касающиеся документального подтверждения гражданами постоянного проживания в Российской Федерации.

Так, например, предусмотрено, что постоянное проживание в РФ в стационарной организации социального обслуживания подтверждается документом указанной организации о нахождении (пребывании) гражданина в этой организации.

Послание Президента РФ Федеральному Собранию от 20.02.2019

"Послание Президента Федеральному Собранию"

Достижение нового качества жизни для всех поколений, которое может быть обеспечено только при динамичном развитии России, - Президент РФ поставил перед страной новые задачи

Ключевая из них - сбережение народа, всемерная поддержка семей. В Послании озвучен новый пакет уже подготовленных мер по ее реализации, а именно:

С 1 января 2020 года поднять планку до двух прожиточных минимумов на члена семьи;

С 1 июля текущего года повысить пособие по уходу за детьми с инвалидностью и за инвалидами с детства первой группы до 10 тысяч рублей;

увеличить федеральную льготу по налогу на недвижимое имущество для многодетных семей.

Дополнительно освободить от налога: по 5 квадратных метров в квартире и по 7 квадратных метров в доме на каждого ребенка;

освободить от налога полностью 6 соток и, таким образом, полностью вывести из-под налогообложения наиболее распространенные по площади участки;

Правительству РФ и Банку России последовательно выдерживать линию на снижение ставок по ипотеке до 9 процентов, а затем - до 8 процентов и ниже. Для семей, в которых родился второй или последующий ребенок, установить льготу на весь срок действия ипотечного кредита;

ввести дополнительную меру поддержки семей, где рождается третий и последующий ребенок. А именно, напрямую из федерального бюджета оплатить, "погасить" за такую семью 450 тысяч рублей из ее ипотечного кредита;

ограничить предельный рост налогового платежа для земельных участков;

до конца 2021 года полностью решить проблему с яслями, создать в них не менее 270 тысяч новых мест, включая негосударственный сектор.

Еще одной задачей, выделенной Президентом РФ в Послании, является борьба с бедностью. Среди тех, кто чаще всего сталкивается с бедностью, - многодетные, неполные семьи, семьи, где есть инвалиды, а также одинокие пенсионеры и люди, которые не могут найти достойную, хорошо оплачиваемую работу, потому что ее просто нет или им не хватает квалификации.

Для борьбы с этим явлением предлагается:

широкое внедрение социального контракта. Что это такое? Государство оказывает гражданам помощь в трудоустройстве, повышении квалификации. Предоставляет семье финансовые средства на организацию подсобного хозяйства или небольшого собственного дела. При этом человек, который берет эти ресурсы, одновременно берет на себя определенные обязательства: пройти переобучение, найти в соответствии с этим работу, обеспечивать свою семью, детей устойчивым доходом. Правительству РФ поручается на условиях софинансирования с регионами оказать содействие субъектам РФ, которые активно внедряют практику социального контракта;

предусмотреть "ипотечные каникулы" - то есть отсрочку по платежам для граждан, которые лишились дохода, дать им возможность сохранить свое единственное жилье, а кредит передвинуть, погасить позднее;

с текущего года индексация пенсий и ежемесячных денежных выплат должна осуществляться в любом случае сверх уровня прожиточного минимума пенсионера, который устанавливается ежегодно.

Следующая важная тема, затронутая в Послании - здравоохранение.

В частности, Президент РФ указал, что до конца 2020 года медицинская помощь должна стать доступной во всех без исключения населенных пунктах России, для всех граждан, где бы они ни жили. Уже за 2019 - 2020 годы должно быть построено и модернизировано еще 1590 врачебных амбулаторий и фельдшерских пунктов. Особое внимание должно быть обращено на проект "Бережливая поликлиника".

Правительству РФ поручено утвердить высокие стандарты бережливых поликлиник, принять правила их аттестации, совместно с регионами внедрить механизмы, которые мотивируют управленческий и медицинский персонал повышать качество работы. В 2021 году полностью перевести на новые стандарты все детские поликлиники.

Далее:

в течение трех лет отладить электронное взаимодействие между медицинскими учреждениями, аптеками, врачами и пациентами, включить в общую цифровую сеть организацию медико-социальной экспертизы;

снять возрастные ограничения для участников программы "Земский доктор", чтобы специалисты старше 50 лет также могли получить единовременную выплату при переезде на работу в сельскую местность или малый город: врачи - миллион рублей, фельдшеры - 500 тысяч рублей.

Президент РФ также обратил внимание на ряд проблем, требующих решения.

В частности:

В ближайшие два года должны быть закрыты и рекультивированы 30 крупных проблемных свалок в черте городов, а за шесть лет - и все остальные. Доля обработки отходов должна быть повышена с 8 - 9 процентов до 60;

к концу 2021 года все школы России должны иметь высокоскоростной интернет;

с 2020 года должна быть запущена программа "Земский учитель", по которой единовременную выплату в размере миллиона рублей будут получать педагоги, которые переезжают работать в села и малые города;

льготу по налогу на прибыль распространить на региональные и муниципальные музеи, театры и библиотеки;

принять новую программу развития сельских территорий, которая должна заработать с 1 января 2020 года;

с 1 января 2021 года прекратить действие всех существующих в настоящее время нормативных актов в сфере контроля, надзора, ведомственные региональные приказы, письма и

инструкции. До указанного срока обновить нормативную базу, сохранить только те документы, которые отвечают современным требованиям.

В Послании были отражены приоритеты в сфере экономики, а именно:

- опережающий темп роста производительности труда, прежде всего на основе новых технологий и цифровизации, формирование конкурентоспособных отраслей и как результат - увеличение несырьевого экспорта более чем в полтора раза за шесть лет;
- улучшение делового климата и качества национальной юрисдикции. Рост объема инвестиций уже в 2020 году должен увеличиться на 6 - 7 процентов. Достижение такого уровня станет одним из ключевых критериев оценки работы Правительства РФ;
- снятие инфраструктурных ограничений для развития экономики, для раскрытия потенциала регионов;
- подготовка современных кадров, создание мощной научно-технологической базы.

Кроме того, были рассмотрены вопросы международного сотрудничества и обороноспособности страны.

Информация Рособнадзора

"Рособнадзор напоминает о сроках подачи заявлений на участие в ГИА-9"

Рособнадзор напоминает, что прием заявлений на участие в государственной итоговой аттестации 2019 года для выпускников 9 классов завершается 1 марта

Для участия в аттестации выпускник должен написать в своей школе заявление, в котором указываются выбранные для сдачи предметы и форма аттестации - основной государственный экзамен (ОГЭ) или государственный выпускной экзамен (ГВЭ).

Формат проведения ОГЭ приближен к формату ЕГЭ, который сдают выпускники 11 классов при окончании школы. Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов и детей-инвалидов, а также для обучающихся специальных учебно-воспитательных учреждений закрытого типа и учащихся заграничных школ итоговая аттестация проводится в форме ГВЭ - письменного или устного экзамена с использованием текстов, тем, заданий и билетов. Указанные лица могут выбрать форму проведения экзаменов, ОГЭ или ГВЭ, по своему желанию.

Для получения аттестата выпускники должны сдать два обязательных предмета - русский язык и математику, а также два предмета по выбору из следующих: литература, физика, химия, биология, география, история, обществознание, информатика, иностранные языки (английский, немецкий, французский и испанский). Школьники, изучавшие родной язык из числа языков народов РФ и литературу народов РФ на родном языке, могут также выбрать эти предметы.

Кроме того, допуском к ГИА-9 с 2018/2019 года является успешное прохождение итогового собеседования по русскому языку.

Досрочный этап проведения ОГЭ для выпускников 9-х классов в 2019 году пройдет с 22 апреля по 14 мая, а основной - с 24 мая по 2 июля.

Для получения аттестата обучающийся должен успешно пройти ГИА по всем четырем сдаваемым предметам.

<Письмо> Минпросвещения России от 11.02.2019 N 05-108

"О профессиональном обучении лиц с различными формами умственной отсталости"

Минпросвещения России разъяснены особенности профессионального обучения лиц с различными формами умственной отсталости

Разъяснения касаются, в том числе, организационной и методической поддержки получения профессионального обучения обучающимися с различными формами умственной отсталости, не имеющими основного общего или среднего общего образования.

Постановление Правления ПФ РФ от 23.01.2019 N 16п

"Об утверждении Административного регламента предоставления Пенсионным фондом Российской Федерации государственной услуги по установлению страховых пенсий, накопительной пенсии и пенсий по государственному пенсионному обеспечению"

Зарегистрировано в Минюсте России 13.02.2019 N 53775.

Регламентирован порядок установления ПФР страховых пенсий, накопительной пенсии и пенсий по государственному пенсионному обеспечению

Госуслуга предоставляется гражданам России (кроме граждан, выехавших на постоянное жительство за пределы РФ и не имеющих подтвержденного регистрацией места жительства и места пребывания на ее территории), иностранным гражданам и лицам без гражданства, постоянно проживающим в РФ. Положения регламента не распространяются на федеральных государственных гражданских служащих, обращающихся за назначением пенсии за выслугу лет.

Результатом предоставления госуслуги является назначение пенсии, перевод с одной пенсии на другую.

Граждане при обращении за назначением страховой пенсии по старости, страховой пенсии по инвалидности с заявлением о назначении пенсии (переводе с одной пенсии на другую) представляют документы, подтверждающие периоды работы и иные периоды, включаемые в страховой стаж. Кроме того, представляются, в частности, следующие документы:

- об обстоятельствах, предусмотренных федеральным законом о трудовых пенсиях, с учетом которых исчисляется размер страховой части трудовой пенсии по старости, размер трудовой пенсии по инвалидности по состоянию на 31 декабря 2014 года;
- о нетрудоспособных членах семьи;
- подтверждающие нахождение нетрудоспособных членов семьи на иждивении гражданина;
- о периодах работы в районах Крайнего Севера и приравненных к ним местностях;
- о периодах работы в сельском хозяйстве, дающей право на повышение размера фиксированной выплаты к страховой пенсии по старости.

Рассмотрение заявления о назначении пенсии (переводе с одной пенсии на другую) и принятие по нему решения, в общем случае, осуществляется территориальным органом ПФР не позднее 10 рабочих дней со дня его приема со всеми необходимыми документами.

В приложении к документу приведены формы заявлений о назначении пенсии (переводе с одной пенсии на другую) и о перерасчете размера пенсии.

Приказ Минпросвещения России от 21.01.2019 N 30

"О внесении изменений в Порядок и условия осуществления перевода обучающихся из одной организации, осуществляющей образовательную деятельность по образовательным программам дошкольного образования, в другие организации, осуществляющие образовательную деятельность по образовательным программам соответствующих уровня и направленности, утвержденные приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 декабря 2015 г. N 1527"

Зарегистрировано в Минюсте России 14.02.2019 N 53780.

При приеме в порядке перевода на обучение по программам дошкольного образования выбор языка образования из числа языков народов РФ осуществляется по заявлениям родителей несовершеннолетних обучающихся

Определено также, что факт ознакомления родителей с уставом принимающей организации, лицензией на осуществление образовательной деятельности, учебно-программной документацией и другими документами фиксируется в заявлении о зачислении и заверяется личной подписью родителей несовершеннолетнего обучающегося.

<Письмо> Минобрнауки России от 14.02.2019 N МН-21/819

"О применении отдельных норм актуализированных федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования"

Минобрнауки России даны разъяснения о включении отдельных видов дисциплин в программы высшего образования

Сообщается, в частности, что дисциплины (модули) и практики, обеспечивающие формирование профессиональных компетенций, установленные примерной основной образовательной программой в качестве рекомендуемых (при наличии), а также профессиональных компетенций, определяемых образовательной организацией самостоятельно, могут включаться как в обязательную, так и в вариативную часть образовательной программы.

Панические атаки: симптомы и лечение

Часто люди, испытывающие приступы панических атак, даже не пытаются обращаться к врачам или лечиться самостоятельно. Одна из причин — отсутствие нужной информации об этом заболевании. Также большинство больных не желают портить себе репутацию, поэтому замалчивают эту проблему, что приводит к осложнениям и появлению новых психических расстройств. В этой статье мы попытаемся дать ответы на несколько важных вопросов о панических атаках, а также выяснить, как от них избавиться.

Согласно Википедии, паническая атака — это необъяснимый, мучительный для больного, приступ тяжелой тревоги, сопровождаемый страхом в сочетании с соматическими симптомами.

Симптомы панической атаки развиваются внезапно и обычно достигают своего пика в течение 10 минут. Большинство из них заканчиваются через 20-30 минут, а в редких случаях длятся около часа.

Часто приступы панической атаки застигают человека вне дома, они могут возникать в любых местах: в душе, за рулем, на диване.

Если вы когда-нибудь испытывали паническую атаку, то память о сильном ужасе или страхе может серьезно повлиять на уверенность в себе, самооценку, а также повседневную жизнь. В конечном итоге это приводит к следующим расстройствам:

Ожидаемая тревога: вместо того чтобы чувствовать себя расслабленным и наслаждаться жизнью в периоды между паническими атаками, вы чувствуете беспокойство, тревогу и напряжение. Все это проистекает из мучительного ожидания повторения атак. Этот «страх перед страхом» может кардинально изменить вашу жизнь в худшую сторону.

Фобическое уклонение: вы начинаете избегать определенных ситуаций, потому что думаете, что паническую атаку вызвала комбинация определенных условий. Это может привести к агарофобии.

Симптомы панической атаки

Если у вас проявляется более четырех из перечисленных симптомов, значит настало время всерьез взяться за лечение:

- ускоренное сердцебиение;
- повышенное потоотделение;
- дрожь;
- чувство удушья;
- боль или дискомфорт в груди;
- тошнота или абдоминальное расстройство;
- частые головокружения и слабость;
- чувство нереальности происходящего;
- страх потерять контроль или сойти с ума;
- парестезии (онемение или покалывание);
- постоянный страх смерти;
- озноб;
- бессонница.

Даже если у вас не было панической атаки, не стоит легкомысленно относиться к этому списку. Если своевременно начать лечение, серьезных последствий можно избежать. Об этом поговорим позже, а сейчас обсудим вероятные причины заболевания.

Причины

Панические атаки не возникают на пустом месте: они являются следствием некоторых душевных или физических травм. Давайте рассмотрим наиболее распространенные причины этого расстройства.

- **Фобии.** Люди часто испытывают панические атаки в результате прямого воздействия на них некоего объекта, что вызывает фобию. Краткосрочные триггеры. Личная потеря, расставание после эмоциональной привязанности к партнеру, а также другие значительные перемены в жизни могут спровоцировать атаки.
- **Биологические причины:** обсессивно-компульсивное расстройство, посттравматическое стрессовое расстройство, синдром постуральной ортостатической тахикардии, гипертиреоз, болезнь Вилсона.

- Проблемы с психикой: ошибочные убеждения, сдержанные чувства и эмоции, самообман, критический внутренний голос.

- Антидепрессанты.

- Длительное влияние стресса на психику.

Теперь предлагаем вам пройти простой тест, который поможет определить наличие этой проблемы у вас и понять, то на какой стадии развития она находится.

Тест

На каждый вопрос теста нужно выбрать один из вариантов ответа:

Нет, никогда (0 баллов).

Да, один раз или два (1 балл).

Да, иногда (2 балла).

Да, часто (3 балла).

Да, всегда (4 балла).

Приступим.

1. Вы когда-нибудь чего-нибудь боялись, а затем не могли перестать бояться?
2. Вы когда-нибудь беспокоились из-за того, что у вас случится приступ паники?
3. У вас были эпизоды тревоги и страха, которые вы не могли контролировать?
4. Были ли у вас ситуации, когда вам внезапно становится так страшно, что сердце бьется быстро и тяжело, а ноги подкашиваются, и при этом нельзя было найти этому никакого объяснения?
5. Когда вы нервничали или боялись чего-нибудь, были ли ситуации, во время которых вы переживали неконтролируемую дрожь?

Если вы набрали больше 10 баллов, ситуация очень серьезная и пора обратиться к специалистам. Если же около 8-9, то есть причины для опасения.

Как справиться с панической атакой

Существует несколько эффективных стратегий по преодолению панической атаки, которых необходимо придерживаться.

Советы для самопомощи при панических атаках

Несмотря на то что вам придется обратиться за помощью к специалисту, есть некоторые советы, которые вы можете начать применять самостоятельно уже сейчас.

Узнайте все о панике и беспокойстве. Соберите всю необходимую информацию о панике — это поможет немного прийти в себя и начать прислушиваться к симптомам. Вы также сможете понять, что те ощущения и чувства, что возникают между атаками, являются нормальными и вы не сходите с ума.

Избегайте алкоголя, сигарет и кофеина. Все это может спровоцировать панические атаки у восприимчивых людей. Поэтому разумно будет отказаться от подобных стимуляторов. В том числе и от лекарств, таких как таблетки для похудения или средства от бессонницы.

Научитесь контролировать свое дыхание. Глубокое дыхание может облегчить симптомы паники. Особенно это эффективно, когда вы чувствуете, что «ну вот, началось». Борьба с этой болезнью при помощи физиологии очень эффективна.

Используйте следующую инструкцию:

- Медленно вдохните через нос, после чего выдохните сквозь слегка закрытые губы.
- Вдыхайте в течение пяти секунд, задержитесь на одну секунду, а затем выдыхайте в течение четырех секунд.
- Возьмите паузу на две секунды, после чего повторите процесс.
- Повторяйте циклы до тех пор, пока не начнете чувствовать, что тело начинает успокаиваться.

Изучите методы релаксации. Если вы будете регулярно практиковать йогу, медитацию и прогрессирующую мышечную релаксацию, то начнете активно бороться со стрессом, тревожностью и паникой, потому что во время подобных практик тело расслабляется.

Чем больше вы расслабляетесь, тем легче можете противостоять паническим атакам.

Больше общайтесь с семьей и близкими друзьями. В полной изоляции человеку свойственно чрезмерно рефлексировать и ощущать себя одиноким, поэтому регулярно общайтесь с людьми, которые заботятся о вас. Заведите новые приятные знакомства.

Занимайтесь физическими упражнениями. Это естественный способ устранить беспокойство, старайтесь заниматься спортом или делать зарядку трижды в день (например, по 10 минут). Особенно эффективны ритмические аэробные упражнения, которые требуют движения как рук, так и ног: бегайте, плавайте, ходите на танцы.

Больше отдыхайте и спите. Если вы не высыпаетесь, то организм и психика будут не в состоянии бороться с болезнью.

Распознайте паническую атаку. Некоторые люди во время приступов начинают путать ее с сердечным приступом. Такое поведение только усугубляет ситуацию и не позволяет быстро прийти в себя. Поэтому в первую очередь нужно избавиться от страха того, что вы можете умереть. Осознайте, что нагнетать атмосферу и переживать еще сильнее не только не конструктивно, но и опасно.

Закройте глаза. Если вы находитесь в окружении большого количества меняющихся стимулов, закройте глаза. Это поможет заблокировать поступление ненужной информации и сфокусироваться на дыхании.

Сфокусируйтесь на одном объекте. Некоторые люди, испытавшие на себе панические атаки, находили этот прием весьма полезным. Выберите один предмет и сосредоточьтесь на нем все свое внимание. Опишите про себя все его физические свойства – чем сильнее вы отвлекаетесь, тем быстрее уйдет тревога.

Представьте свое счастливое место. Какое самое расслабляющее место в мире, которое вы можете представить? Солнечный пляж с видом на мягкие волны? Каюта на корабле? Небольшой альпийский городок? «Поместите» себя туда и максимально сосредоточьтесь на деталях.

Держите рядом лаванду. Это растение известно своими успокоительным и антистрессовым действием. Запах лаванды поможет вашему телу расслабиться. Также можно заварить из нее чай (ромашка тоже подойдет).

Планируйте наперед. Если у вас уже случались панические атаки, нужно тщательно готовиться к подобным ситуациям. Одно это уже может их предотвратить, потому что мы зачастую не боимся того, к чему подготовлены.

Найдите способы отвлечь себя: запишите фильм, альбом любимой группы, купите головоломку или книгу. Держите под рукой бутылку воды. Создайте аффирмации или мантру, которые будете читать при первых симптомах панической атаки.

Ополосните руки, лицо и шею холодной водой – это поможет быстро себя взять в руки.

Советы при обращении к доктору

Мы уже говорили о том, что обратиться к специалисту — это первый шаг, который нужно сделать после того, как вы обнаружили у себя симптомы панических атак.

После первоначальной оценки ваш врач может направить вас к психиатру или психологу для лечения.

Что нужно делать до того, как вы направитесь к психиатру?

Прежде чем вы отправитесь к доктору, нужно подготовить:

- Список ваших симптомов, в том числе вспомнить, когда они впервые появились и как часто возникали.
- Основную личную информацию, которая включает травматические события из прошлого, а также любые стрессовые события, которые произошли до первой панической атаки.
- Медицинскую информацию, включая список психических расстройств, которые у вас есть.
- Список лекарств и витаминов, которые вы принимаете.
- Вопросы, которые собираетесь задать своему врачу.

Вопросы, которые нужно задать психиатру

- Что, по-вашему, вызывает мои симптомы?
- Возможно ли, что какая-нибудь медицинская проблема вызывает панические атаки?
- Нужны ли мне какие-то диагностические тесты?
- Есть ли что-нибудь, что я могу сделать сейчас, чтобы облегчить свои симптомы?
- Если вы мне рекомендуете терапию, как долго она продлится?
- Что я должен делать самостоятельно, чтобы помочь лечению?
- Вопросы, которые может задать психиатр

Чтобы диагноз был поставлен правильно, нужно заранее ответить на следующие вопросы:

- Каковы ваши симптомы и когда они впервые появились?
- Как часто происходят ваши атаки и как долго они длятся?
- Как вы считаете, что является главным триггером?
- Насколько силен ваш страх перед следующей атакой? (как мы уже говорили, между атаками человек испытывает страх наступления следующей)
- Вы избегаете ситуаций, которые, по вашему мнению, вызывают атаки?
- Как ваши симптомы влияют на вашу жизнь, работу, личные отношения?
- Испытывали ли вы серьезный стресс или травматическое событие незадолго до своей первой панической атаки?
- Как бы вы описали свое детство, включая ваши отношения с родителями?
- Были ли у ваших кровных родственников проблемы с психическим здоровьем? Какие?
- Вы курите? Употребляете алкоголь и кофеин? Как часто?
- Вы занимаетесь регулярными физическими упражнениями?
- Как лечится паническая атака?

Есть несколько стратегий, при помощи которых можно излечить больного. Вот основные из них.

Когнитивно-поведенческая терапия

Это комбинация когнитивной терапии, которая может модифицировать или устранить шаблоны мышления, способствующие симптомам пациента и поведенческой терапии, которая направлена на то, чтобы помочь пациенту изменить свое поведение.

Как правило, пациент, проходящий когнитивно-поведенческую терапию, встречается с терапевтом 1-3 раза в неделю. Доктор проводит тщательный поиск мыслей и чувств, которые сопровождают панические атаки. Эти психические события обсуждаются в терминах «когнитивной модели» панических атак.

Когнитивная модель утверждает, что люди с паническим расстройством имеют искажения в своем мышлении, о которых они могут не знать, и это может вызвать цикл страха.

Считается, что этот цикл действует следующим образом: сначала человек ощущает тревогу, что сопровождается частотой сердечных сокращений и мышечным сокращением. Это ощущение может быть вызвано беспокойством, неприятным ментальным образом, незначительной болезнью и даже физическим упражнением. Затем беспокойство подпитывает беспокойство, приводя к разрушающим мыслям. Человек думает: «У меня сердечный приступ» или «Я схожу с ума». По мере того как порочный круг продолжается, возникает паническая атака.

Сторонники этой теории отмечают, что с помощью квалифицированного терапевта люди с паническим расстройством часто могут научиться распознавать самые ранние мысли и чувства в этой последовательности и изменять свои ответы на них. Пациентов учат, что типичные мысли, такие как «Это ужасное чувство становится еще страшнее!», «У меня паническая атака!» или «У меня сейчас случится сердечный приступ», могут быть заменены на идею: «Это только беспокойство и оно пройдет», которая помогает предотвратить панику. Изменяя шаблоны своего мышления, можно получить больше контроля. Всему этому можно научиться.

Что интересно, в когнитивной терапии разговоры между пациентом и терапевтом редко фокусируются на прошлых событиях, как в случае с некоторыми формами психотерапии. Вместо этого они говорят о трудностях и успехах, которые переживает пациент в настоящее время, а также о том, какие навыки он должен освоить.

Поведенческая часть когнитивно-поведенческой терапии может включать в себя систематическое обучение методам релаксации. Научаясь расслабляться, пациент может снижать уровень стресса и беспокойства.

Дыхательные упражнения также часто включаются в поведенческую терапию. Пациент учится контролировать свое дыхание и избегать гипервентиляции — образец быстрого, неглубокого дыхания, которое может спровоцировать или усугубить панические атаки некоторых людей.

Еще один важный аспект поведенческой терапии — быть осознанным и понимать свои внутренние ощущения.

Лекарственные препараты

Лекарства назначаются не сразу. Если врач осмотрел вас за минуту и тут же прописал неизвестный препарат — это очень плохой знак.

Если врач заподозрил, что причина в сердце, он может назначить пациенту аспирин и различные лекарства от повышенного артериального давления.

Часто пациентам назначают бензодиазепины. Это препараты против беспокойства, они начинают действовать достаточно быстро — от 30 минут до часа. Они облегчают симптомы панической атаки, однако вызывают привыкание, поэтому следует быть осторожными.

Назначают и антидепрессанты как один из способов излечиться в особо запущенных случаях. Их действие вы сможете ощутить лишь спустя несколько недель приема вместе со всеми их побочными эффектами.

Следует понимать, что прибегать к медикаментозному лечению нужно только в крайних случаях, когда справиться при помощи других средств не получится. Взвесьте все «за и против», прежде чем соглашаться.

Стационарное и амбулаторное лечение

Амбулаторная помощь предоставляется в случае несложного панического расстройства. Пациенты могут быть госпитализированы, если проявляют какие-либо доказательства опасного поведения и сообщают о суицидальных идеях — все это может произойти при панической атаке.

Во время лечения пациента лишают доступа к алкоголю и седативным средствам, к чему обычно человек прибегает в попытке избавиться от панических атак.

Если вы чувствуете, что у вас есть все симптомы панических атак, немедленно обратитесь к врачу. Что бы он ни прописал, это не отменяет того факта, что можно частично лечиться самому: медитировать, делать зарядку, отказаться от стимуляторов и научиться расслабляться.

Желаем вам удачи!

Источник: <https://4brain.ru/blog/panic-attack/>

Шаблонное поведение

Живя в обществе, сталкиваясь с разными событиями, явлениями и фактами, мы как-то реагируем и действуем, т.е. ведем себя определенным образом. Так повторяется раз за разом, и зачастую это поведение загоняет нас в рамки – вместо того чтобы реагировать и действовать более оптимально и эффективно, мы совершаем ошибки, приходим к прежним результатам. Это называется шаблонным поведением. Естественно, в некоторых ситуациях оно играет нам на руку, но все же каждый человек должен знать о своих шаблонах и при необходимости переставать их использовать. В сегодняшней статье мы и поговорим о том, почему это важно и как это делать.

Шаблонное и инициативное поведение

Как и понятно из самого определения, в основе шаблонного поведения лежат шаблоны – образцы и даже целые совокупности черт, свойств и качеств какого-то объекта. Шаблонность – это характеристика стиля поведения, а также показатель его эффективности, причем чаще всего – низкой.

Негативное влияние шаблонного поведения выражается, главным образом, в том, что шаблоны служат для человека критериями, когда он анализирует и сравнивает большое количество объектов. Другими словами, он шаблонизирует действительность, подгоняя ее под рамки, стереотипы и неэффективные поведенческие модели.

В самом распространенном варианте шаблонное поведение выражается в том, что человек:

- видит только то, что привык или должен видеть;
- хочет только то, что положено хотеть;
- чувствует только то, что принято чувствовать;
- ждет указаний к действиям и ничего не делает.

Конечно, в некоторых жизненных ситуациях шаблоны необходимы. Например, если человеку не хватает опыта в поведении или решении проблем, но у него есть какой-то «качественный» шаблон, ему может быть гораздо полезнее действовать «по стандарту», чем пытаться что-то придумывать. (Кстати, именно поэтому, когда человек осваивает нечто новое, изначально от него требуют действовать по системе, а творческий подход оставляют на потом.)

Также шаблонное поведение нередко позволяет сэкономить время. Допустим, у вас не получается креативно решить проблему, но есть уже проверенный и работающий шаблон, –

действовать, согласно ему, предпочтительнее, чем тратить время и силы на поиск нестандартного решения.

Однако в других ситуациях шаблонное поведение оказывается вредным. Вот лишь несколько совершенно простых и обыденных примеров:

Ребенок не слушает родителей. Постоянно пропадает на улице, не делает уроки, пропускает занятия, поздно возвращается домой. Родители стараются его вразумить и ставят всяческие запреты, ругают. Но чем активнее они воздействуют на свое чадо, тем больше оно им противится.

Сотрудники компании регулярно совершают ошибки в работе. Руководство пытается решить проблему, увеличив число и продолжительность совещаний. Но по прошествии месяца результаты никак не улучшаются. Действия начальства оказываются абсолютно неэффективными.

Жена постоянно сидит в социальных сетях, проводит там все свободное время. Муж негодует, и она каждый раз обещает ему, что только зайдет ненадолго, но это всегда затягивается на часы. Муж обижается, возмущается, запрещает, ругается, но все остается так же, как и было.

Подобных примеров можно привести великое множество, причем касаться шаблонное мышление может как сферы мышления (принятие решений, выбор способов действий, формулирование выводов и т.д.), так и сферы материального. А сами негативные последствия мышления шаблонами и стереотипами можно описать так:

- низкая способность к адаптации к новым ситуациям;
- консерватизм;
- отсутствие креативности;
- зависимость от привычек и неэффективных моделей поведения;
- предсказуемость поведения;
- неумение выбирать оптимальные и адекватные ситуациям способы действий.

В совокупности это влияет не только на решение отдельных проблем в личной, профессиональной или какой-либо иной сфере, но и сказывается на всем жизненном результате человека.

Правильное поведение – это поведение результативное; именно на достижение наилучшего результата самыми подходящими способами оно должно быть направлено изначально. Кроме того, оно должно быть этичным, соотноситься с моральными и нравственными нормами, не наносить вреда другим людям. А основным фактором результативного поведения является его инициативность.

От шаблонного поведения инициативное отличается целым набором характеристик:

- быстрота и гибкость;
- умение своевременно переключаться между действиями;
- использование различных способов поведения;
- логичность и осмысленность;
- стремление к новым достижениям;
- адаптивность;
- доведение начатого до конца;
- целенаправленность;
- правильное восприятие критики.

Если обобщить сказанное, то шаблонное поведение выражается в недостатке творческого потенциала, неспособности к созданию уникальных поведенческих программ, постоянном проецировании прошлого опыта на новые события и действиям, исходящим из этого опыта, отсутствии разнообразия и гибкости.

Человек, мыслящий шаблонно, пытается решать проблемы и добиваться целей лишь небольшим набором уже знакомых способов и приемов. Он не может придумывать новые методики решения задач и ломать стереотипы, тем самым ограничивая свои собственные возможности. По этим и другим причинам важно уметь избавляться от шаблонов.

О том, как это делается, мы и расскажем далее. Однако перед этим посмотрите небольшое видео о стереотипном и шаблонном мышлении.

Как избавиться от шаблонного поведения

Избавиться от шаблонов поведения, просто щелкнув пальцами или совершив пару усилий над собой, к сожалению, не получится. Это требует комплексного подхода и серьезной внутренней работы. Для начала приведем несколько важных шагов, с которых следует начинать проработку поведенческих шаблонов и стереотипов.

Осознать господствующие идеи

Господствующие идеи можно найти в совершенно любой области. И эти идеи очень сложно обойти. Под господствующими идеями нужно понимать то, что самым первым приходит на ум в какой-то ситуации. Как правило, это что-то самое обычное и простое, например, ругать ребенка за то, что он прогуливает уроки.

Чтобы начать отходить от господствующих идей (речь именно о неэффективных идеях, т.к. эффективные тоже могут быть), в первую очередь их необходимо осознать и понять. Поэтому первым делом нужно выбрать несколько наиболее важных сфер жизни, проанализировать их и установить господствующие в них идеи.

Подумайте о том, как вы ведете себя чаще всего, какие результаты это вам дает, эффективно или неэффективно вы достигаете целей и решаете разные задачи. Желательно найти как можно больше идей и конкретно прописать их на бумаге.

Найти новые подходы к решению проблем

На следующем этапе нужно начать освобождаться от давления господствующих идей и вырабатывать привычку смотреть на вещи под разными углами, в том числе и очень нестандартными и неожиданными.

Самый простой способ – это взять в работу идеи, найденные на первом этапе, и заменить их на прямо противоположные. К примеру, можно перестать ругать ребенка за плохое поведение и выражать свое недовольство и начать проявлять к нему больше любви и заботы, чаще поощрять за хорошие поступки.

Аналогичным образом можно поступить и с любыми другими идеями в любых областях. А после этого подумайте о том, являются ли новые идеи такими бессмысленными, как кажется на первый взгляд. Проведите их тщательный анализ – скорее всего, вы убедитесь в том, что большинство идей достойны внимания.

Освободиться от контроля шаблонов

Переход от шаблонного поведения к инициативному может быть затруднен тем, что у вас не хватает уверенности, ведь уверенность есть тогда, когда вы действуете по заранее известному сценарию. Но практика показывает, что и эта уверенность зачастую оказывается лишь иллюзией, и для достижения цели все равно нужно искать другие пути.

Представьте себя осой, желающей вылететь из дома в окно, но постоянно бьющейся о прозрачное стекло. Чтобы понять, как вылететь, ей нужно всего-то немного отлететь назад и увидеть открытую форточку. Точно так же нужно сделать и вам – оставить в стороне привычные идеи и мысли, немного отстраниться от ситуации и постараться увидеть новые возможности.

Исходя из этого, на данном этапе вам следует определить первую цель, разбить ее на задачи и представить, что вы совершенно ничего не знаете о том, как раньше их решали (а также, как их решали другие люди до вас). Перейдите в позицию наблюдателя, и попробуйте увидеть желаемое со стороны, ничего пока не анализируя и не оценивая.

Теперь нужно начать генерировать идеи на тему того, как реализовать задуманное. Их тоже желательно записывать на бумаге, чтобы иметь больше «рабочего» материала. Чем больше вы выдвинете предположений, тем больше будет вероятность, что они натолкнут вас на необычные и нестандартные решения.

Таким образом, «индивидуально» подходя к каждой новой цели, задаче, проблеме или ситуации, пытаясь увидеть множество разных решений, вы будете становиться все более свободным от влияния шаблонов и стереотипов, ваше мышление начнет приобретать гибкость и динамичность, личные границы станут расширяться.

Использовать случай

Есть одна важная хитрость: новые идеи имеют свойство приходить в голову случайно, как бы ни с того, ни с сего. Это вполне подтвержденное жизненное наблюдение. Так вот эту самую «случайность» нужно научиться применять с пользой для себя, заодно приучая разум мыслить нешаблонно.

Создавать «случайности» для себя можно самим. Когда в голову приходят разные мысли (или даже если вы видите или слышите что-то), обращайтесь внимание на то, что именно начинает вызывать у вас интерес, даже если на это нет каких-то видимых и объяснимых причин. Это можно делать абсолютно везде.

Супермаркет, кинотеатр, музей, библиотека, университет – не важно, где вы находитесь, – в любых обстоятельствах что-то может вас привлечь. Ваша задача – просто отслеживать и отмечать это. Не нужно ничего анализировать, думать, что делать с тем, что приходит в голову. Тем более не нужно искать что-то специально – помните о поиске и все.

Это можно сравнить с тем, что вы, например, пошли в магазин за новой кофтой, но случайно нашли что-то более интересное и стоящее, и в итоге вы купили именно это. Аналогий, опять же, можно привести сколько угодно, а сам механизм действует всегда и везде.

Но нужно понимать, что названных четырех шагов еще недостаточно, чтобы полностью избавиться от шаблонного мышления и начать действовать инициативно. Они должны стать основой дальнейшей работы, а в нее уже нужно понемногу вплетать другие приемы и решения.

Как устранить шаблоны и стереотипы

Далее мы хотим привести несколько дополнительных рекомендаций, которые помогут вам побороть шаблонное мышление и, как следствие, сделать свое поведение инициативным:

Признать свою необъективность. В любой ситуации мы смотрим на вещи субъективно, и это важная помеха на пути к разрыву шаблонного мышления и поведения. Не нужно сразу включаться в то, что происходит, и мгновенно реагировать. Нельзя думать, что существующая точка зрения – единственно верная. Возьмите за правило всегда и везде рассуждать, исходя из того, что вы можете быть неправы, можете чего-то не знать.

Начать изучать себя. Единственное имеющее значение неизвестное в уравнении с шаблонным поведением – это вы сами, поэтому вы должны начать обращать внимание на свои мысли, реакции и действия. Старайтесь осознавать, какой вклад вы вносите в решение проблем, что избавиться от искаженного видения ситуаций, а также от следования искаженным убеждениям.

Слушать свои эмоции. Эмоции играют большую роль в принятии решений и совершении действий. Несмотря на то, что импульсивные решения часто не приводят к хорошему, отсутствие эмоций и чувств по поводу чего-либо никогда не позволит найти верный и логически выверенный способ действий. В то же время эмоции должны указывать на правильность действий – чем ярче эмоция, тем выше вероятность, что вы поступаете верно или неверно.

Возвращаться «к нулю». Одна из наиболее коварных ошибок – думать, что вы хорошо разбираетесь в ситуации. Из-за этого вы начинаете видеть проблему лишь под одним углом, видеть не то, что на самом деле представляет проблему, либо вообще не видеть проблемы. Научиться видеть вещи иначе можно, если на время отбросить все имеющиеся убеждения, мнения и знания, чтобы открыться новому, пробудить в себе желание учиться и познавать.

Импровизировать. Огромное количество действий мы совершаем «на автомате», реагируя и действуя привычным образом. Осознайте это и начинайте действовать необычно. Начать можно с элементарного: вместо привычной дороги на работу, пойдите новым путем; вместо проведения выходного дня дома, отправьтесь в музей или на природу и т.д. Таким образом вы поставите себя в новые условия, где будете вынуждены обращать внимание на новые вещи. Меняйте привычные пути в любой сфере жизни, и вам просто не удастся действовать шаблонно.

Наблюдать за окружающими. Еще один хороший способ проработать шаблонное поведение – это наблюдать его у других людей. Большинство окружающих действуют стереотипно, и это легко проследить, причем для этого даже не нужно общаться с кем-то. Можно быть наблюдателем и отслеживать чужие реакции, слова, манеры, действия, а затем проецировать на себя – как повели бы себя вы, как можно было бы повести себя лучше и т.д.

Осознанный выход за рамки. Помимо перечисленного, чтобы избавиться от шаблонного поведения, вы должны, во-первых, понять, что вы этого реально хотите, во-вторых, начать преодолевать себя, и, в-третьих, действовать, невзирая на дискомфорт, лень, страх и другие психологические преграды. Это и есть осознанная работа над собой и своими стереотипами.

Ну и напоследок еще несколько советов на тему избавления от стереотипов от известного российского писателя и автора серии книг «Трансерфинг реальности» Вадима Зеланда. Безусловно, наш урок не сильно перекликается с темой эзотерики, но из трансерфинга мы можем взять несколько полезных практических приемов по работе с шаблонным мышлением.

Вот лишь несколько таковых:

Заменяйте привычное отношение к проблемам и трудностям на противоположное – это значительно упрощает сам процесс решения проблем. Встречайте преграды на своем пути не как сложные нежелательные обстоятельства, а как часть пути, который вам нужно пройти. Чем меньше места вы будете оставлять для проблем в своем сознании, тем больше вариантов действий будет приходить вам в голову.

Занимайтесь медитацией, чтобы очистить свой разум от влияния шаблонов и стереотипов. Медитируя (даже по 20-30 минут в день), вы будете учиться отрешаться от

происходящего (в здоровом смысле, естественно) и включать своего внутреннего наблюдателя. И этот наблюдатель поможет вам отслеживать появление в сознании ограничивающих мыслей, убеждений и идей, а также само их наличие. Кроме того, в процессе медитации вы сможете анализировать каждую беспокоящую вас ситуацию и находить пути выхода из нее.

Учитесь контролировать свои мысли – это один из наиболее эффективных способов перебороть стереотипы и шаблоны. В самом начале привычные потоки мыслей все время будут уносить вас в старое русло, но если вы будете чаще вспоминать об осознанности, уже вскоре объективно смотреть на ситуации и себя в них станет легче. Вам даже будет нравиться наблюдать за собой и окружающими. Через контроль мыслей вы научитесь видеть разные варианты действий и решения задач.

Задавайте себе вопросы с помощью внутреннего наблюдателя и осознанности. Каждый раз, делая или только собираясь сделать что-то, спрашивайте себя, почему вы поступаете или ведете себя именно так, а не иначе, что заставляет вас нервничать и переживать, почему вы должны действовать данным образом, и должны ли вообще, и т.д. Ответы на них позволят вам перестать действовать автоматически и мыслить стереотипно.

Как видите, даже в такой неординарной концепции как трансерфинг реальности есть, что почерпнуть для повышения своей личной эффективности и развития мышления. Используйте все, о чем сегодня узнали, и уже совсем скоро вы перестанете мыслить и действовать шаблонно и автоматически. И теперь давайте подведем итог.

Резюме

Несмотря на важность всего сказанного, огромнейшую роль в борьбе с шаблонным мышлением играет именно психологический аспект. Часто бывает очень непросто пойти вразрез с собственными мыслительными и поведенческими моделями. Здесь имеют место и страхи, и подсознательные блоки, и психологический дискомфорт, ведь приходится выходить из зоны комфорта, пересиливать себя.

Но лучшим способом изменить мышление всегда будет поиск нового. Только так можно перестроить мысли, действия и поступки. По этой причине мы рекомендуем стремиться вырываться из рутины и обыденности – посещать новые места, путешествовать, придумывать различные варианты проведения досуга. Это придает энергии и расширяет горизонты.

Очень важно понять, что шаблонное мышление по большей части вредит человеку, нежели приносит пользу. Все мы являемся частью социума, живем в обществе, а потому общепринятые идеи оказывают на нас большое влияние. Далеко не каждый готов стать человеком, мыслящим неординарно, поступающим не так, как все остальные, самостоятельно выбирающим свой жизненный путь.

Это и не дает людям освободиться от пут стереотипов, выйти за рамки, перестать соответствовать «стандарту» человека. Но вы в силах начать двигаться иным путем, и все, что для этого требуется – развивать осознанность, вносить в свою жизнь изменения и расширять границы мышления. Чтобы перестать прозябать, нужно отбросить страхи и сделать первый шаг.

Желаем вам удачи в избавлении от шаблонов и стереотипов в мыслях, решениях и поступках.

Источник: <https://4brain.ru/blog/шаблонное-поведение/>



Подписывайтесь на наш профиль

<http://instagram.com/profobrkk>

✓ И будьте всегда в курсе новостей
краевой организации Профсоюза
Добро пожаловать!

#ПрофсоюзОбразования

#Краснодарскийкрай



Только полезная и интересная информация о деятельности краевой организации Профсоюза! Читайте нас на просторах Вконтакте: [присоединиться](#)



*Желаем отличной и плодотворной недели!
Следите за новостями на нашем
официальном [сайте](#).
С уважением,
комитет краевой организации
Общероссийского Профсоюза образования*

Все Ваши отзывы с пожеланиями, замечаниями и предложениями Вы можете направить нам на электронную почту: kraikom@kubanprofobr.ru

Все Ваши пожелания будут учтены и, по возможности, реализованы в работе.

Подготовлено О.В. Матвеевой