

# ОПОРА

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ ПОДДЕРЖКИ ОНКОБОЛЬНЫХ

Что значит **ОПОРА**  
в нашем проекте?

- О** — общение
- П** — помощь и поддержка
- О** — осознанность, оптимизм
- Р** — решительность
- А** — активность, адаптация.



*Общение дает Помощь и Поддержку, помогает осознать, что диагноз – это не приговор. Вместе мы получим заряд Оптимизма и Решимости быть Активными при Адаптации к новым условиям жизни!*

*Авторы и руководители проекта:*

**ХЛЕБОДАРОВА** Ольга Борисовна — психолог

**МАРКЕЛОВА** Виктория Борисовна — православный психолог

**ГОЛОБОРОДОВА** Виктория Анатольевна — арт-терапевт

Наши контакты: <http://dowerie.org/OPORA.html> эл. почта: [center@dowerie.org](mailto:center@dowerie.org)

тел.: 8 (926) 235-42-16; 8 (495) 559-95-27 (г. Люберцы)

\* Логотип и название к проекту разработал участник, имеющий онкологическое заболевание

## Цель проекта:

комплексная социально-психологическая реабилитация (во время установления диагноза, прохождения лечения и в состоянии ремиссии) онкологических больных

## Задачи проекта:

1. Поддержка и адаптация детей и взрослых, имеющих диагноз онкологических заболеваний;
2. Повышение уровня ответственного отношения к своему здоровью;
3. Профилактика и коррекция профессионального выгорания (синдрома эмоционального выгорания СЭВ) у врачей и медицинского обслуживающего персонала;
4. Повышение квалификации через обучение психологов, используя авторскую программу.

*Помощь и поддержка, для осознания того, что диагноз - это не приговор! Заряд оптимизма и решимости для активности, с целью успешного периода адаптации, реабилитации и ремиссии.*

# Авторская программа проекта

## ЭТАП ПЕРВЫЙ

Первый этап в работе с онкобольными заключается в установлении на какой из стадий «горевания» находится клиент, прохождение, прорабатывание, от начала до конца, по всем стадиям, до «принятия». В работу включается гештальт-подход, проективные методики, авторская методика по работе со страхом. (Хлебодарова О.Б.)

## ЭТАП ВТОРОЙ

Второй этап – духовные вопросы, нахождение внутренних опор и выстраивание ценностных ориентаций. Это экзистенциальные вопросы поиска смысла жизни, тема смерти, физической и духовного бессмертия, это этап принятия и нахождения смысла и в столь тяжелом испытании, это обретение благодарности за каждый день, каждый миг. (организовываем встречи с православными психологами)

## ЭТАП ТРЕТИЙ

Третий этап - поиск и наполняемость ресурсами, через арт-терапию, сказкотерапию и ассоциативно-метафорические образы, понимаем и осознаем, для чего была дана болезнь, что человек вынес из этого, какой опыт получил и как будет жить дальше. (Голобородова В.А.)

# Руководители проекта



**Хлебодарова**

**Ольга Борисовна**

Психолог, педагог-психолог

Высшей категории

Руководитель Ассоциации Психологов

Московской области.

1 этап программы



**Голобородова**

**Виктория Анатольевна**

Кандидат педагогических наук, доцент

Арт-терапевт. Сказкотерапевт.

Главный редактор интернет радио «Диалог».

3 этап программы

+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16

<http://opora.dowerie.org/>

# Организация и начало реализации проекта

Идея проекта родилась 23 ноября 2014 года, на семинаре по онкопсихологии: «Онкопсихология: ТОЧКА ОПОРЫ. Психологическая работа с онкобольными и их близкими» в Учебно - методическом центре, при издательстве «Генезис» г.Москва.



Своим опытом с нами делился Дмитрий Лицов, экзистенциальный психотерапевт из Риги.

+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16

<http://opora.dowerie.org/>



+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16  
<http://opora.dowerie.org/>

## «Проект О.П.О.Р.А.»

**Круглый стол «Помощь и поддержка, личный опыт»**  
(международная встреча в режиме онлайн).

**30 июля в 19:00 по МСК**



+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16

<http://opora.dowerie.org/>

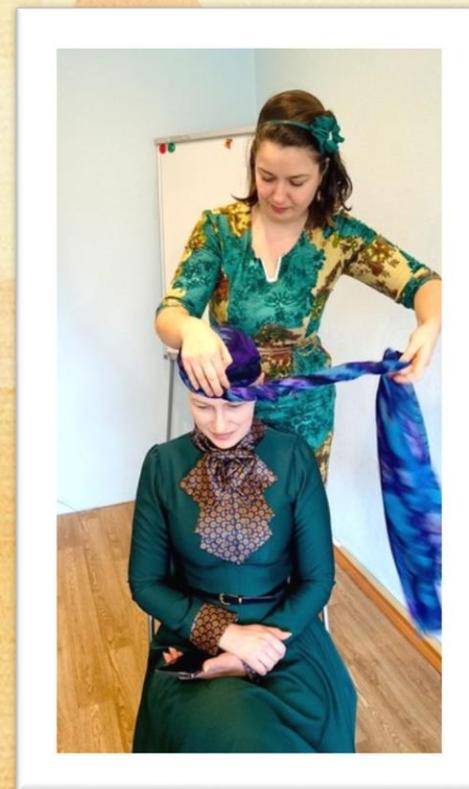


## - консультации онкобольных



+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16  
<http://opora.dowerie.org/>

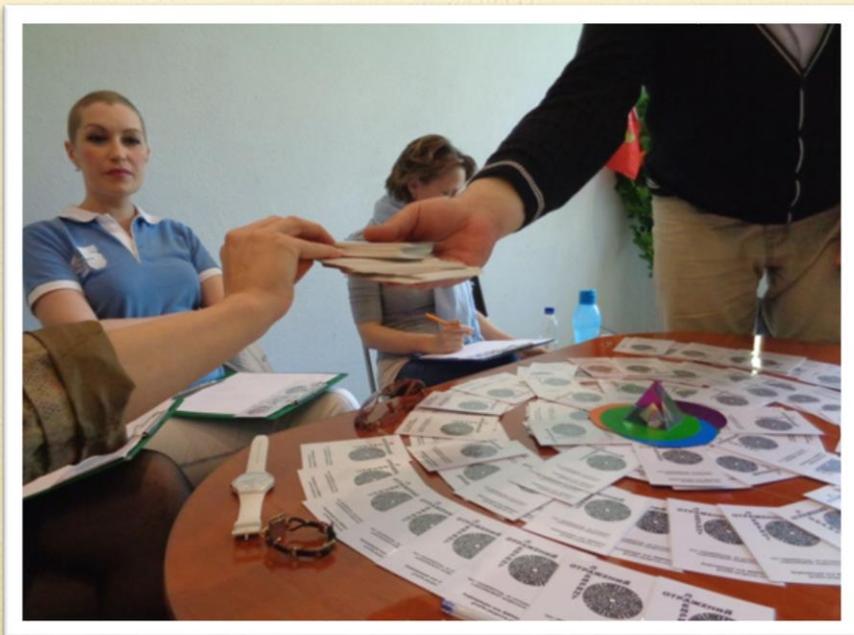
# Психотерапевтическая группа



группа-встреч

+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16  
<http://opora.dowerie.org/>

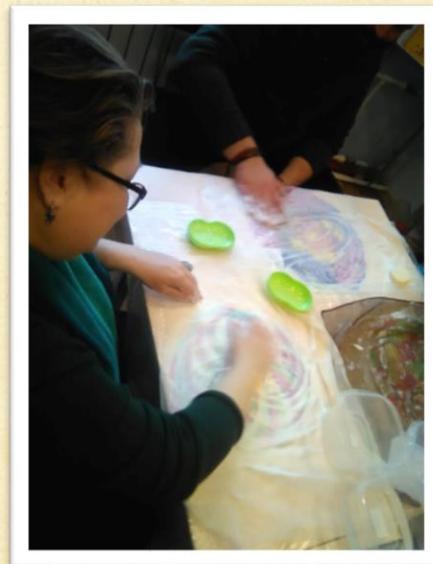
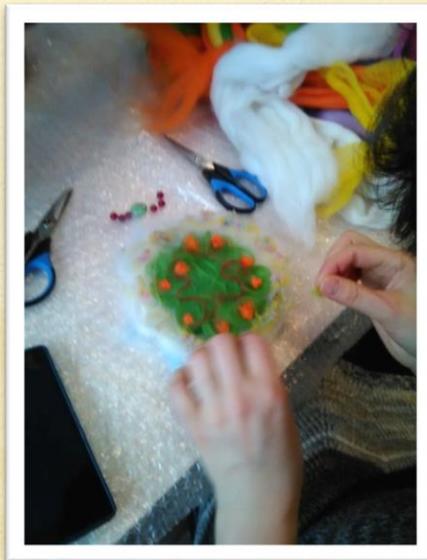
# Психотерапевтическая группа



## психологические игры

+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16  
<http://opora.dowerie.org/>

# Психотерапевтическая группа



Арт-терапия

+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16  
<http://opora.dowerie.org/>



# ГБУЗ МО Люберецкий онкологический диспансер

140005, Московская обл., г. Люберцы, ул. Комсомольская, д. 15.



*Наш проект поддержала администрация,  
предоставив для бесплатных психологических консультаций, онкобольных,  
кабинет, дни и часы приёма.*

+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16

<http://dowerie.org/OPORA.html>

# Фото-акция в поддержку проекта

*приняли участие более 50 человек*



# Акция: «Собираем тепло»



+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16

<http://opora.dowerie.org/>

# Акция: «Дарим тепло»



+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16  
<http://opora.dowerie.org/>

# Акция: «Помогающие сказки»



## Помогающие сказки

1. Сказка о лунном Лучике (Михаил, 13 лет);
2. Сказка об эльфе Гроге (Илона);
3. Солнечный зайчик (Виктория Голобородова)
4. Добрая пчелка (Татьяна Шкурина);
5. Сказка о лягушонке Яго (Илона);
6. Сказка о настоящей Любви (Виктория Голобородова);
7. Путешествие одной Улыбки (Виктория Голобородова).

Помогающие сказки

Помогающие сказки

<http://dowerie.org/OPORA.html>

Не для продажи. Дизайн и верстка: Творческая берлога Brandloga.ru

## Запись аудио-диска "Помогающие сказки"

Поделитесь 0

УСПЕШНО СОБРАНО СРЕДСТВ, РУБ

# 20 350

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА 20 000 ₽    КУПЛЕНО 42 акции

ПРОЕКТ ЗАВЕРШЕН  
15 октября

**ВИКТОРИЯ ГОЛОБОРОДОВА**  
СЕМЕЙНЫЙ ПСИХОЛОГ, СКАЗКОТЕРАПЕВТ

Проект успешно завершен!

+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16  
<http://opora.dowerie.org/>

Акция:



Быть Добру!



+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16  
<http://opora.dowerie.org/>

## Участие в «Благотворительном Проекте О.П.О.Р.А.»:

- пациенты, от 18 лет, с онкодиагнозом 1 – 4 стадии;
  - пациенты в состоянии ремиссии не более 1 года;
  - обращение к психологу должно быть желанием самого пациента
  - (совместно с психологом рассматривается возможность очного консультирования или по средствам скайп-программы);
  - консультации осуществляются с целью успешного периода адаптации, реабилитации и ремиссии;
- Благотворительно мы не консультируем пациентов, родственников и близких по вопросам партнерских отношений, детско-родительских отношений, бизнес-консультирования, социально-юридическим вопросам.
  - Проект не имеет финансовых возможностей оказывать материальную помощь на диагностику, лечение и другие нужды.
  - Проект создан квалифицированными психологами с опытом работы в данном направлении.
  - Все психологи "Проекта О.П.О.Р.А" ведут приёмы бесплатно.

+7 495 559 95 27; +7 926 235 42 16

<http://opora.dowerie.org/>

*Участники нашего проекта - люди из России, ближайшего и дальнего зарубежья, которые отмечают, что «Проект «О.П.О.Р.А.» качественно меняет их жизнь.*

*Мы знаем, большое количество онкологических больных ждут помощи и поддержки, а вместе мы можем согреть своим теплом тех, кто в этом нуждается, дав ОПОРУ реальным людям!*

# ОПОРА

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ ПОДДЕРЖКИ ОНКОБОЛЬНЫХ

Что значит **ОПОРА**  
в нашем проекте?

- О** — общение
- П** — помощь и поддержка
- О** — осознанность, оптимизм
- Р** — решительность
- А** — активность, адаптация.



*Общение дает Помощь и Поддержку, помогает осознать, что диагноз – это не приговор. Вместе мы получим заряд Оптимизма и Решимости быть Активными при Адаптации к новым условиям жизни!*

*Авторы и руководители проекта:*

**ХЛЕБОДАРОВА** Ольга Борисовна — психолог  
**МАРКЕЛОВА** Виктория Борисовна — православный психолог  
**ГОЛОБОРОДОВА** Виктория Анатольевна — арт-терапевт

Наши контакты: <http://dowerie.org/OPORA.html> эл. почта: [center@dowerie.org](mailto:center@dowerie.org)  
тел.: 8 (926) 235-42-16; 8 (495) 559-95-27 (г. Люберцы)