

## **ИНОВАЦИОННЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ КОМПЛЕКСНЫХ ЦЕНТРОВ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ**

### **Психологические особенности работы с людьми пожилого возраста в сфере социального обслуживания населения**

В последние годы доля пожилых людей в общем составе населения существенно возросла. Если на сегодня она в экономически развитых странах составляет 14%, то к 2030 г., по прогнозам социологов, достигнет 25%. По классификации ООН, нация считается

«старой», если более 7% ее численности составляют люди, перешагнувшие 65-летний рубеж. В Германии таковых 14,9%, в США - 12,6%, в Японии - 12,5%, в России - более 20% .

Цель работы с пожилыми людьми – поддержание их активности, энергетических возможностей, способности к самообслуживанию, помощь в осознании ценности и приятности прожитой жизни.

Старость – это заключительный период человеческой жизни, условное начало которого связано с отходом человека от непосредственного участия в производительной жизни общества.

#### **Возрастная классификация**

- допроизводительный возраст от 0 до 17 лет;
- производительный возраст (мужчины 18-64 года, женщины 18-59 лет);
- послепроизводительный возраст (мужчины старше 65, женщины – 60 лет);
  - старость (мужчины 65-79 лет, женщины – 60-79 лет);
  - глубокая старость (старше 80 лет).

#### **Особенности третьего возраста**

В пожилом возрасте проявляется «заострение» личностных черт. Типичны также характерологические изменения личности, отличающиеся своеобразной полярностью: упрямство, ригидность суждений сочетаются с повышенной внушаемостью и легковерием, сниженная эмоциональная отзывчивость — с чувствительностью и слезливым слабодушием.

Новые знания формируются с большим трудом, их тяжело наполнить эмоциональными переживаниями, сформировать новые мотивы. Плохо формируются новые ролевые отношения, трудно привыкают к новым ценностям, к новым представлениям о себе и других.

Ценится старый опыт. Любые изменения вызывают негативную реакцию.

Уменьшается

значение идентификации (старые друзья). Социальная идентификация затруднена (нет

нового социума). Сложна адаптация. Часто отмечается уход в болезнь

(преувеличение болезни, стремление вызвать жалость, привлечение внимания,

попытка добиться материальных привилегий).

## **5 видов приспособления личности к старости**

### **1. Конструктивное отношение.**

Пожилые люди внутренне уравновешены, имеют хорошее настроение, удовлетворены контактом с окружающими

### **2. Отношение зависимости.**

Люди, не имеющие слишком высоких жизненных претензий, охотно уходящие от среды.

**3. Оборонительное отношение, для которого характерно преувеличено эмоциональная сдержанность и неохотное принятие помощи от других.**

### **4. Отношение враждебности к окружающим.**

Агрессивность, взрывчатость, подозрительность, стремление переложить на других вину и ответственность за собственные неудачи.

### **5. Отношение враждебности к самому себе.**

Люди такого типа избегают воспоминаний. Они пассивны, склонны к депрессии и печали.

## **СРЕДИ ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА ЧАЩЕ ВСЕГО НАБЛЮДАЮТСЯ ДВА ОСНОВНЫХ ТИПА.**

К первому относятся люди сварливые и тяжелые в общении. Никто не хочет находиться рядом с ними, потому что они, кажется, сознательно стремятся самым невыносимым образом выставить напоказ наиболее неприглядные черты своего характера.

Противоположный тип людей пожилого возраста достоин всяческого восхищения. С

годами они словно становятся лучше и демонстрируют все более привлекательные черты своего характера.

### **Старость в сказках**

«Поздний период жизни человека: время тёплой осени или суровой зимы?»  
Л.И.Анцыферова

### **Позитивное старение**

«Госпожа Метелица»: «Когда от моей перины перья летят, на земле снег идет» - у неё обо всём белом свете забота.

«Серебряное копытце»:

«Так и стали жить вместе дед Кокованя, сиротка Даренка да кошка Муренка.

Жили-поживали,  
добра много не наживали, а на житье не плакались, и у всякого дело было.  
Кокованя с утра на  
работу уходил. Даренка в избе прибирала, похлебку да кашу варила, а кошка  
Муренка на  
охоту ходила - мышей ловила. К вечеру соберутся, и весело им. Старик был  
мастер сказки сказывать, Даренка любила те сказки слушать...»

### **Негативное старение**

«Сказка о рыбаке и рыбке»: «Старик ловил неводом рыбу, Старуха пряла свою  
пряжу» - унылые однообразные занятия, не требующие общения, социального  
взаимодействия.

«Вот неделя, другая проходит, Еще пуще старуха вздурилась: Опять к рыбке  
старика посылает».

Иногда отрицательных, нелюбимых стариков описывают в образах старых  
ведьм, злых сил, оборотней:

### **Одиночество в старости**

Как выход из старческого одиночества, показаны такие прекрасные способы, как  
наставничество, опекуновство над сиротами, убогими, слабыми, непохожими на  
других...

«Снегурочка»:

«И как это, живешь, живешь на свете, а все себе цены не знаешь, право. Возьмем,  
Бобыль,

Снегурочку, пойдем! Дорогу нам, народ! Посторонитесь». «На радость взяли  
дочку, Все ждем пождем, что счастье поплывет».

«Золотой ключик»: «Карло был уже стар и болен, и шарманка его давно  
сломалась. ... —

Куртку-то я продал. Ничего, обойдусь и так... Только ты живи на здоровье». И в  
конце

сказки: «Буратино уткнулся носом в добрые руки папы Карло. ...Папа Карло в  
новой бархатной куртке вертел шарманку и весело подмигивал почтеннейшей  
публике».

Хэппи-энд в сказках обычно выражается словами: «И жили они долго и  
счастливы».

Счастливая старость — особо благоприятная форма старения. Как пишет Н. Ф.  
Шахматов, нередко пожилые люди говорят, что в старости они впервые  
переживают незнакомые им по прошлой жизни чувства и радости, они впервые  
испытывают довольство собой и окружающими. Счастливая старость — это  
удовлетворенность новой жизнью, своей ролью в этой жизни. Позитивный  
стереотип — в его основе лежат ценность жизненного опыта и мудрости старых  
людей, потребность в уважении к ним и соответствующей опеке.  
Негативный стереотип — на старого человека смотрят как на ненужного, лишнего,  
бесполезного, «нахлебника», а его опыт расценивают как устаревший и

неприменимый в настоящий момент.

### **Три основных принципа работы с пожилыми людьми:**

- не позволять пожилым людям втягиваться в негативный имидж старения, например, нужно помогать им увидеть и понять, что источник их проблем лежит в ситуации, но не в них самих;
- требовать от пожилых брать ответственность за свою жизнь там, где это возможно;
- стимулировать деятельность пожилых людей, которая поддерживает ощущение интеграции и целостности жизни.

Чтобы понять пожилого человека, необходимо увидеть его в контексте всей жизни включающей в себя все проблемы, успешно или неудачно решенные на более ранних этапах его жизненного пути. Старость каждого человека индивидуальна и неповторима, поэтому и подходы в социальной работе с пожилыми людьми должны быть строго индивидуальны.

### *Терапия досуга*

#### **Гарденотерапия в социальной работе**

Терапия природой, работа с природным материалом. Практика показывает, что люди старшего поколения с удовольствием выращивают растения и ухаживают за ними.

Этот вид деятельности имеет ярко выраженную психотерапевтическую направленность, что позволяет использовать его при коррекции поведенческих и эмоциональных расстройств, в восстановительном периоде после перенесённых заболеваний, для улучшения психоэмоционального состояния пожилых граждан и людей с ограниченными возможностями здоровья.

Гарденотерапия помогает раскрыть возможности, использовать имеющийся жизненный опыт.

#### **Музыкотерапия**

Влияние музыки на здоровье человека использовал в лечебной практике еще древнегреческий целитель Пифагор – для каждого случая заболевания он подбирал свою композицию, называя это «клеточным массажем».

Любопытно, что экспериментальным путем ученые США выяснили, насколько музыка способствует сохранению слуха до самых поздних лет. По результатам исследования выяснилось, что меломаны в 70–90 лет слышат намного лучше и распознают большее количество звуков в толпе, чем люди в 50–60 лет, не увлеченные меломанией.

Социальные работники при проведении гигиенических процедур у лежачих граждан, могут использовать тихую классическую музыку или звуки природы. Это

создает спокойную благотворную атмосферу и успокаивает. С более активными гражданами работники могут обсудить их музыкальные предпочтения, прослушать композиции, тем самым вдохновляя получателей социальных услуг. Научно доказано, что прослушивание любимой музыки вырабатывает гормоны радости и удовольствия.

Можно рекомендовать создание кружков, клубов любителей пения и игры на разных музыкальных инструментах.

Активные получатели социальных услуг могут посещать концерты в сопровождении своих помощников – социальных работников.

Спокойный мотив перед сном, ритмичный задорный темп утром, классика в предвкушении стресса, – выбирайте музыку, которая улучшит состояние подопечного и подарит отличное настроение.

**Технология «Теосоцио реабилитация»** заключается в групповых беседах, лекциях с пожилыми гражданами и инвалидами на религиозные и культурологические темы, а также в виртуальных паломнических поездках по святым местам, с целью дать возможность пожилым людям и инвалидам прикоснуться к религиозным святыням, поучаствовать в богослужениях, с привлечением священнослужителей.

Технология направлена на:

- расширение культурного кругозора, формирование чувства причастности к культурной жизни;
- удовлетворение в духовных потребностях;
- содействие в преодолении внутренних проблем;
- прививание мысли, что любовь к ближнему – основа жизни человека, независимо от вероисповедания и принадлежности к конфессии.

Положительный эффект применяемой технологии должен дать:

- расширение культурного кругозора;
- духовное обогащение;
- обретение душевного покоя и внутреннего равновесия, оптимистического взгляда в будущее, несмотря на тяжелые обстоятельства жизни и болезни.

## **Арттерапия**

«Лечение искусством» или арт-терапия на сегодняшний день является одним из самых молодых и стремительно развивающихся направлений психотерапии. В арт-терапии выделяют два основных направления. Суть первого метода – использование творческого потенциала для воссоздания (выявления) и разрешения травмирующей ситуации (или других проблем). Второй прием основан на природе эстетической реакции, которая способна преобразить негативное воздействие аффекта в позитивное. В процессе арт-терапии пациент может выполнить задание на заданную тему, и особое внимание уделяется сочетанию цветов их яркости, оформлению и деталям. Занимаясь творчеством, человек проецирует внутренние переживания на свое творение. Такая проекция не

осознается: чувства, эмоции, переживания и воспоминания выходят наружу, минуя сферу сознания, и оттого не поддаются ни коррекции, ни критике разума. Поэтому методики арт-терапии относят к числу проективных методов психодиагностики. Терапия искусством назначается, если человек переживает: пониженное настроение, стресс, межличностные конфликты, повышенную тревожность, импульсивность, ранимость и прочее. Арттерапия позволяет естественным образом скорректировать психоэмоциональное состояние

Простой и эффективный способ арт – терапии – медитативная мандала. Мандалотерапия является одним из древних методов психотерапии. Рисование сакральных кругов считалось выражением сути души человека. Создание мандал — это глубинная работа с нашим бессознательным, которая помогает обретению целостности, восстанавливает гармонию нашей души и является одним из самых сильных и эффективных средств, которое дает человеку жизненные силы. Главной целью использования данной технологии можно обозначить изменение психоэмоционального состояния получателей социальных услуг через погружение в творческий процесс.

### **Социальный туризм**

Социальный туризм для пожилых граждан и инвалидов - это новая форма обслуживания, направленная на сохранение здоровья, организации правильного и полезного отдыха, расширение круга общения по интересам, повышения работоспособности организма.

### **ВИРТУАЛЬНАЯ ЭКСКУРСИЯ**

– форма экскурсии, отличающаяся от реальной экскурсии виртуальным отображением реально существующих объектов (музеи, парки, улицы городов, пр.).

Виды виртуального туризма:

- образовательный,
- познавательный,
- развлекательный,
- научный,
- экзотический.

### **Преимущества технологии**

Доступность – осмотр достопримечательностей всего мира без больших затрат. Воплощение принципа «Лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать». Возможность многократного просмотра экскурсии в любое время.

### **Недостатки технологии**

- 1) отсутствие возможности задать вопрос в режиме реального времени;
- 2) зависимость от создателей – нельзя увидеть то, что не включено в экскурсию;

3) ограниченность впечатлений.

### **ПРОЕКТ «ВОСПОМИНАНИЯ О БЫЛОМ»**

в ходе проекта получатели социальных услуг обмениваются воспоминаниями о былом, о молодости, об интересных встречах, делах. Эти воспоминания могут лечь в основу альбома «По нашим улочкам пройдуся». Проект улучшает психологическое настроение, продлевает активное долголетие, придает уверенность в завтрашнем дне.

### **СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА**

Скандинавская ходьба – вид спорта, полезный, несложный и доступный практически любому человеку вне зависимости от уровня подготовки, здоровья, веса или социального статуса. Физические упражнения и активная ходьба гарантируют здоровый дух и хорошее настроение всем сторонникам этого вида спорта

### **ПОНЯТНЫЙ ИНТЕРНЕТ**

Зачем пенсионерам компьютерная грамотность?

1. Чтобы приобщить их к новому информационному полю.
2. Через интернет-сети каждый пенсионер сможет найти для себя новых друзей, общение с которыми наполнит его жизнь новым смыслом, новыми возможностями.
3. Интернет дает возможности найти старых друзей, связь с которыми прервалась много лет назад.
4. Интернет дает человеку возможность по новому реализовать себя, свои способности.