СОЦИАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ № 6, 2022год, стр. 60 – 63

ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕХНОЛОГИЙ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ, НАПРАВЛЕННЫХ НА СОЦИАЛИЗАЦИЮ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

Палилкина И. М.,

заведующий отделением социального обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов №5

Гиберт Н. А.,

аналитик административной службы

Музыченко Т.В.,

заместитель руководителя

Бюджетное учреждение Омской области

"Комплексный центр социального обслуживания населения "Пенаты" Центрального административного округа"

Социализация – важный фактор благополучия человека, а значит, и хорошей качественной жизни. Социализация пожилых людей значима вдвойне, ведь в связи с возрастными особенностями они подвергаются стрессам, связанным со здоровьем, и стрессам, создаваемым социумом. Первые возникают из-за болезней, ограничения мобильности, утраты возможности самообслуживания и других причин. Дополнительное напряжение пожилые люди испытывают, ощущая равнодушие общества, невнимание со стороны родных, государства. Зачастую они замыкаются в себе, становятся недоверчивыми, раздражительными, обидчивыми – и это усиливает психологическое неблагополучие. Одно из решений задач социализации – это осуществление помощи и поддержки со стороны социальных служб. Обеспечение качественного долголетия и благополучия пожилых граждан, осуществление деятельности по созданию условий для улучшения качества их жизни возложено на учреждения социальной защиты населения.

БУ "КЦСОН "Пенаты" является проводником социальной политики государства. Важная роль в нашем учреждении отводится реализации национального проекта "Демография", в частности регионального проекта "Старшее поколение", задачи которого направлены как раз на повышение качества жизни граждан старшего поколения с целью увеличения ожидаемой продолжительности жизни.

В центре "Пенаты" функционируют 13 структурных подразделений социального обслуживания населения, в том числе 7 отделений социального обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов. Пожилые люди, состоящие на надомном обслуживании, не только получают социальную помощь в виде услуг, что существенно облегчает им быт, но и с помощью социальных работников наполняют жизнь новым позитивным содержанием.

В работе с пожилыми людьми очень важен индивидуальный подход. Каждый из пожилых людей - особенный, имеет свои интересы, жизненный опыт, заслуги, достижения, нужды и потребности, свою неповторимую душу, и задача социального работника - найти ключик к их сердцам, завоевать доверие. Социальные работники стараются побудить в своих подопечных желание вести в пожилом возрасте пусть не такую активную, как прежде, но интересную жизнь. Помогают найти занятие по душе, предлагают чаще общаться с родными, друзьями, гулять на свежем воздухе и радоваться каждому дню. У нас в учреждении накоплен необходимый практический опыт общения с нашими получателями социальных услуг, теоретический багаж знаний и реабилитационных инструментов.

В целях социализации пожилых людей в учреждении разработаны и реализуются различные программы адаптации, немаловажная роль в которых принадлежит использованию различных возможностей для организации интересного досуга. Это и привлечение к клубной деятельности, участие в образовательных мероприятиях по изучению основ компьютерной грамотности, финансовой грамотности, а также оказание социально-психологической помощи и социокультурной реабилитации.

Активная деятельность, в том числе клубная, способствует поддержанию положительного настроения, и как следствие – улучшению качества жизни и долголетию. В рамках программы "Академия для взрослых" в учреждении успешно работают клубы дистанционного общения по интересам: "Помоги себе сам", "Золотая пора", "Здоровье в наших руках", "Хозяюшка", "Долгожитель" и другие. Популярность и жизнеспособность клубного общения определяется не только какой-то особой его тематикой, оно оказывается очень полезно для людей пожилого возраста, так как они обмениваются опытом, получают новую информацию, помогают советом друг другу, находят единомышленников.

Способствуют социализации пожилых людей и активно применяемые в отделениях перспективные технологии социальной работы. Всего за 2021 год различными технологиями социальной работы в нашем учреждении охвачено более 1000 человек старшего поколения.

Особую популярность заслужили ретро- и фототерапия, предполагающие использование пожилыми людьми собственных ресурсов, среди которых немаловажное значение приобретают воспоминания. Технология заключается в наговаривании воспоминаний, просмотре фотографий прошлых лет. И существенное действие социального работника в этом – умение слушать. Воспоминания, связанные с личной биографией человека, с малой родиной, историей жизни, семейными реликвиями– это уникальная возможность проживать некоторые эпизоды своей жизни вновь и испытывать те же чувства и эмоции, что является хорошей формой психологической адаптации и обеспечивает пожилым людям чувство удовлетворённости.

Занятия арт-терапией и вовлечение пожилых людей в художественное и прикладное творчество – отличный вариант самовыражения и ощущения собственной личностной ценности пожилого человека. Кроме того, в процессе творчества развивается воображение и мелкая моторика рук.

Получатель социальных услуг Галина Николаевна С.:*"Хотелось поделиться впечатлениями о проведенном мастер-классе по изготовлению куколки-колокольчика "Добрые мысли". Мой социальный работник Алевтина Васильевна предложила мне такое творческое совместное занятие. Мне очень понравился весь процесс, а результат превзошел все ожидания. Мы изготовили очень красивую куколку, которая теперь украшает мою кухню. Спасибо за такое оживленное действие, полученные положительные эмоции".*

Также востребованной стала гарденотерапия – это технология лечения живой природой, растениями, цветами. У пожилых людей, увлеченных комнатным цветоводством, снижается уровень депрессии, больше преобладают гормоны радости. Занятие огородничеством на свежем воздухе влияет на укрепление организма и снятие психоэмоционального напряжения.

Интересен успешный опыт нашего учреждения в рамках технологии "социальное консультирование" по созданию информационного буклета в виде "Азбуки для пожилых". Проектной командой подготовлены материалы информационного характера по различным темам "от А до Я". Буклет содержит практические советы и рекомендации, например, А – активность, Б – безопасность, и так далее. В том числе, в брошюре имеются правила поддержания психологического равновесия и борьбы со стрессом, советы по организации отдыха и питания, рекомендации для повышения физических и духовных сил, информация по профилактике травматизма и противодействию мошенникам.

В 2021 году брошюра была издана совместно с общественной организацией ветеранов Центрального округа "Омского областного союза ветеранов", на средства субсидии Минтруда Омской области изготовлено 500 экземпляров "Азбуки для пожилых". Первыми читателями азбуки стали пожилые получатели социальных услуг нашего учреждения, которые изучали ее вместе с социальными работниками.

Знакомясь с материалами брошюры, представители старшего поколения с богатым жизненным опытом вспоминают забытые рецепты, вчитываются в серьезные размышления о жизни, о храме души, о щедрости. В брошюре есть место и юмору в сочетании с физической разминкой. Это страница на букву "Ю". Проговаривая предложенные веселые аффирмации (мысли и утверждения), способствующие положительным переменам в жизни, пожилые люди могут соединять их с физическими упражнениями, повышая свой энергетический потенциал.

Еще азбуку можно использовать как рабочую тетрадь: проводить диагностику удовлетворенности своих основных сфер жизнедеятельности по био-психо-социо-духовной модели человека, вести дневник достижений и работы над собой, ведь имея на руках записи успешных дел, становится легче преодолевать какие-либо трудности. Таким образом, ежедневно записывая свои успехи, можно заметить все положительные моменты и настроить себя на поддержание активной жизненной позиции и активного долголетия.

Каждая страница в азбуке написана со значением и завершается смысловым афоризмом. Например: *"Человек не выбирает свою болезнь, но он выбирает стресс – и именно стресс выбирает болезнь. Возьмите свою судьбу в свои руки!"*, или такое *"Долгожители потребляют мало сахара, зато много свежей зелени, овощей и фруктов. Ешьте с пользой!".*

Каждая страница включает лозунг или побуждение к действиям: *"Мы бодры и энергичны, и дела идут отлично!", "Наполняйте свою жизнь позитивом и будете здоровы!", "Я люблю тебя, жизнь! И надеюсь, что это взаимно!".*

Хочется отметить, что брошюра "Азбука для пожилых" нашла своих читателей, полюбившийся информационный материал вызывает интерес среди обслуживаемых граждан: они делятся приятными чувствами и пишут благодарные отзывы: *"Я, Нина Алексеевна К., хочу поблагодарить соцработника Светлану Александровну К. за её доброту, сердечность, добросовестность и терпение. Всегда выслушает и расскажет что-нибудь новое. В этом месяце мы беседовали с "Азбукой для пожилых". Очень увлекательно и познавательно. Почитала, как интересно провести досуг, выполнить необычные и простые физические упражнения и многое другое, чтобы пожилому человеку быть занятым позитивом и справиться с одиночеством. Получила эмоциональное удовольствие".*

В 2022 году брошюра "Азбука для пожилых" распространена среди специалистов по социальной работе, социальных работников и сиделок и активно используется при работе с пожилыми гражданами, как на дому, так и в условиях полустационара в учреждении. Кроме этого, мы предлагаем своим подопечным принять участие в продолжение пополнения "Азбуки" интересными и полезными статьями.

Подводя итоги деятельности БУ "КЦСОН "Пенаты" в рамках содействия социализации пожилых граждан, хочется отметить, что мы видим реальный результат своей работы: оказывая социальные услуги пожилым людям, мы помогаем им развиваться, принимать изменения и всегда сохранять душевное равновесие. Учим их говорить "НЕТ" горечи, зависти, страху, мрачным мыслям и тяжелым воспоминаниям. Сказать "ДА!" – радости, благодарности, надежде.

Помнить: важно не только то, что происходит с нами, но и то, как мы к этому относимся!

Создавать цели и стремиться к их воплощению, хоть маленькими шагами, но вперед!