ПРИМЕНЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДОСУГА ГРАЖДАН, НАХОДЯЩИХСЯ НА ОБСЛУЖИВАНИИ НА ДОМУ

О.В. Щербакова

Заведующий отделением социального обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов бюджетного учреждения Омской области "Комплексный центр социального обслуживания населения "Пенаты" Центрального административного округа".

Забота о пожилых людях является одной из приоритетных задач государства и всего нашего общества.

В бюджетном учреждении Омской области "Комплексный центр социального обслуживания населения "Пенаты" Центрального административного округа" (далее учреждение) значительное внимание уделено работе с людьми пожилого возраста.

В рамках исполнения национального проекта "Демография", регионального проекта "Старшее поколение", в учреждении действует более 30 собственных проектов и программ, в числе которых корпоративные управленческие проекты, реализуемые с 2017 года. Каждый последующий год в центре, отличается от предыдущего, таких как "Год качества", "Год мастерства", "Год технологий", "Год улучшений", и 2022 год – "Год эффективных социальных идей". Многолетний опыт реализации управленческих проектов в центре "Пенаты" позволяет развивать одно из направлений стратегии развития учреждения – инновационную деятельность. У нас накоплен необходимый практический опыт общения с гражданами, теоретический багаж знаний и реабилитационных инструментов, наработана значительная практика по внедрению различных технологий. Например, в "Год технологий" у нас создана копилка самых разноплановых практик и технологий, как базовых, так и информационных, диагностических, реабилитационных, терапевтических, профилактических и других. По действующей программе "Академия для взрослых" используются различные технологии: "Анкетирование", "Цветотерапия", "Ретротерапия", "Арт-терапия", "Фототерапия" и др. Каждому получателю услуг можно подобрать персональные методы технологий, подходящие для пожилых людей.

На базе нашего отделения социального обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов было решено внедрить технологию "ретро- терапия". С целью улучшения обслуживания, поддержания положительного эмоционального состояния подопечных, их жизненной энергии задачи были поставлены следующие:

- сохранение и продление социальной активности подопечных;

- предоставление возможности рассказать о себе, о своем жизненном пути;

- создание благоприятных условий для успешной адаптации пожилых людей в современной жизни;

- формирование позитивного отношения к жизни;

- улучшение самочувствия пожилых людей.

Прежде чем апробировать внедрение технологии ретро-терапии заведующая отделением провела с социальными работниками обучающие занятия, на которых рассказала об этапах и методах реализации социальной технологии.

Ретротерапия или терапия воспоминаниями – это одна из перспективных технологий работы с пожилыми людьми,  направленная на оживление прошлых переживаний с целью эмоционального наполнения жизни и мобилизации внутренних ресурсов. Использование собственных жизненных ресурсов по методу воспоминаний позволяет им осознать и осмыслить значимость собственной жизни. Возвращаясь в прошлое, они выделяют самые радостные и светлые эпизоды своей биографии.

Существует несколько видов техник, связанных с воспоминаниями: рассказ истории, личная биография, работа с фотографиями, просмотр и комментирование фильмов прошлых лет.

Перед началом беседы необходимо обратить внимание на психологический настрой самих пожилых людей, готовы ли они к воспоминаниям, причем возможно к негативным. Социальный работник, зная своих подопечных, выбирает тему, которая придется им по душе. Располагая различной информацией о подопечном, предлагаем выбирать беседы по темам: трудовые достижения, комсомольская юность, занятиях спортом. Можно применять названия "Школьные и студенческие годы", "Телевидение. Любимые передачи", "Кинотеатр молодости нашей", "Мода", "Демонстрации и митинги", "Художественная самодеятельность" и другие. Социальные работники используют современные гаджеты и Интернет, подбирают по теме сюжеты кинофильмов прежних лет, любимых всеми телевизионных программ "От всей души", "Голубой огонек", популярные песни 40-50-х годов, фото и многое другое.

Например, тема "Кинотеатр молодости нашей". Это классика – чувственная, настоящая и яркая, которая покорила сердце каждого живущего в то время. Ведь в каждом поселке, деревне, не считая города, был клуб или передвижной кинотеатр. Социальный работник начинает беседу о кинотеатрах, напоминает названия, спрашивает у старшего поколения в какие ходили они, какие фильмы смотрели, что в буфете продавали. С помощью планшетов и телефонов показываем виды кинотеатров, афиши, актеров. Пожилым нравятся разговоры о прошлом, о самых приятных впечатлениях молодости. По заявкам самих подопечных также можно сделать любую подборку материалов.

К теме "Семейный альбом" подходим индивидуально, учитывая отношения в кругу родственников и близких. У наших подопечных появляется случай рассказать о своем жизненном пути социальному работнику, возможность высказаться и получить эмоциональную разрядку. Просмотр семейных фотографий, с воспоминаниями себя, своих детей и друзей прошлых лет, трудовой деятельности обеспечивают пожилым людям чувство радости, удовольствия, что избавляет от одиночества и депрессий. А социальным работникам позволяет узнать больше информации о подопечных, внесших вклад в историю округа, города, страны.

Многие пожилые любители творчества хранят свои творческие работы: вышивание, вязание. Тут же развиваем тему воспоминаний, кроме того пробуем возобновить творческие навыки, используем технологии арт-терапии. Эти занятия направлены на поддержание мелкой моторики, движения кистей и пальцев рук способствуют профилактике возрастных проблем. Кроме этого наши подопечные получают огромное удовольствие, радость от созерцания красивой вещи и удовлетворения трудом. Многие социальные работники учатся у них рукоделию. Также творческие работы представляют на выставках, организованных ко Дню пожилого человека.

В заключении хочется сказать, что в большинстве случаев в нашем отделении оправдались ожидаемые результаты при внедрении технологии ретро-терапии, получилось то, чего хотели добиться. Социальными работниками, проводившими занятия, отмечается, что после совместно проведенного времени, отношения с подопечными значительно улучшаются, возникает более дружелюбная, позитивная атмосфера. После завершения каждого занятия на лицах появляется улыбка, вызванная пожеланиями друг другу хорошего настроения и бодрости духа.

По результатам реализации данной технологии можно сделать вывод, что технология ретротерапия, терапия воспоминаниями оказалась интересной и востребованной. Ведь воспоминания как внутренние, идеальные, благоприобретенные втечение жизни ресурсы, способны компенсировать утрату прежних социальных ролей и создать новые. Беседы с воспоминаниями эмоционально восполняют жизнь пожилого человека и инвалида, позволяют улучшить его самоуважение, помогают мобилизовать внутренние ресурсы, удовлетворить потребности в признании и уважении. Это хорошая форма психологической адаптации, она способствуетэмоциональному и интеллектуальному комфорту.

Цель использования и внедрения новых методов работы с пожилыми людьми - это повышение качества и продолжительности их жизни. И организованная занятость посредством досуговых занятий втечение дня позволяет добиться большого положительного эффекта в реабилитации и порой в профилактике заболеваний. Деятельность сотрудников службы социального обслуживания на дому способствует тому, чтобы преклонные годы, прожитые старшим поколением, не стали поводом для уныния, а жизненных сил хватило надолго.

*Отзывы получателей услуг, участвующих в реализации технологии*

- «Годы ушли, посмотрев на фото, иной раз и не узнаёшь себя. Выросли быстро дети и внуки. Раньше жить было легче, интересней. Воспоминания о былом, всегда вызывает хорошие эмоции!» (Екатерина Федоровна Л).

- «Почти полвека прошло с тех пор, как я с девчатами училась в ЖД училище. Много нас связывало, а именно человеческое отношение друг к другу, поддержка забота друг о друге. Ведь мы были молодыми девчонками, жили далеко от родителей и держались друг за друга. Хоть и прошло много времени, но мы стараемся поддерживать общение, раньше при помощи писем, а сейчас общаемся при помощи телефонной связи» (Зоя Григорьевна Ш).

- «Когда я смотрела на фотографии, где я в молодости, вспомнились хорошие, тёплые моменты из жизни. Помню, как ходили на танцы, кавалеры приглашали на танец, потом парни провожали нас до дома. Было весело, люди были добрее. Хоть и были трудные времена, но я не жалею о той жизни» (Галина Поликарповна Б).

- «За просмотром фотографий окунаешься в мир воспоминаний молодости и счастливых сюжетов из своей жизни, на душе становится теплее. Жизнь раньше была тяжёлой, но люди были добрее, светлее. Жили правильно, по совести, всё пережили, со всем справились» (Роза Степановна Ш).

Сведения об авторе:

Щербакова Ольга Валерьевна, заведующий отделением социального обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов бюджетного учреждения Омской области "Комплексный центр социального обслуживания населения "Пенаты" Центрального административного округа"