

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический
университет»
Институт гуманитарного и социально-экономического образования
Кафедра социологии и социальной работы

К ЗАЩИТЕ ДОПУСКАЮ:
Заведующая кафедрой СЦР
_____ Н.Ю. Масленцева
«_____» _____ 2016 г.

ДОСУГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СРЕДСТВО ПРЕОДОЛЕНИЯ ОДИНОЧЕСТВА ГРАЖДАН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

Выпускная квалификационная работа
по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа

Идентификационный код ВКР: 12081103

Исполнитель:

студентка группы СРС-402

Т. В. Токарева

Руководитель:

канд. пед. наук, доцент

Н. Ф. Уфимцева

Нормоконтролер:

Ассистент

Т.А. Заглодина

Екатеринбург 2016

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические подходы к изучению феномена одиночества пожилых людей.....	5
1.1. Характеристика феномена одиночества пожилых людей как социального явления.....	5
1.2. Специфика организации досуговой деятельности с гражданами пожилого возраста.....	14
Глава 2. Опыт организации досуговой деятельности по преодолению одиночества граждан пожилого возраста в кцсон «малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга	24
2.1. Содержание досуговой деятельности с гражданами пожилого возраста в КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга.....	24
2.2. Исследование востребованности досуговой деятельности с гражданами пожилого возраста в КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга.....	33
Заключение	51
Список использованных источников	53
Приложения	57

ВВЕДЕНИЕ

Каждый человек хотя бы раз в жизни чувствовал себя одиноким, независимо от возраста, пола, социального положения, материального достатка и уровня образования.

На протяжении истории человечества происходит поиск средств преодоления одиночества, однако действенного механизма решения данной проблемы до сих пор не найдено. Учитывая тенденции в изменении социально-демографической структуры населения, усугубление социальных проблем населения, изменения социально-экономической ситуации в стране проблема одиночества становится всё более актуальной для отдельных категорий населения, особенно для граждан пожилого возраста.

Как сделать жизнь пожилого человека достойной, насыщенной активной деятельностью и радостью, как избавить его от чувства одиночества, отчуждённости, восполнить дефицит общения, удовлетворить потребности и интересы - эти и другие вопросы волнуют в настоящее время общественность всего мира. И здесь в первую очередь встаёт проблема досуга пожилого человека, обеспечения ему таких условий, чтобы он имел все те условия существования, которые отвечают современным представлениям о комфорте и безопасности. Потому создание «Школ пожилого возраста» нацеливается на преодоление комплексов и переживаний людей преклонного возраста, связанных с потерей социальной активности и страхами остаться один на один со своим возрастом и неизбежными болезнями.

При написании данной работы нами использованы статьи Конституции Российской Федерации и основы Законодательства Российской Федерации о культуре. Вопросы социальной работы и досуга населения рассматриваются в работах Л.И. Анциферовой и Е.И. Холостовой. Также использована учебная литература Т.Г. Киселевой, Ю.Д. Красильникова, А.Д. Жаркова, Ю.А. Стрельцова.

Объект исследования – граждане пожилого возраста.

Предметом исследования является досуговая деятельность с гражданами пожилого возраста по преодолению одиночества.

Цель работы - изучить особенности организации досуговой деятельности с гражданами пожилого возраста на примере деятельности Комплексного центра социального обслуживания населения «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга.

Для достижения поставленной цели в работе были сформулированы следующие *задачи*:

1. Дать характеристику феномена одиночества пожилых людей как социального явления;
2. Определить специфику организации досуговой деятельности с гражданами пожилого возраста;
3. Изучить содержание досуговой деятельности по преодолению одиночества пожилых людей в КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга;
4. Провести исследование востребованности досуговой деятельности с гражданами пожилого возраста в КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга.

Проведенное исследование базируется на комплексе различных методов, направленных на достижение поставленной цели: теоретические - анализ научной литературы, обобщение и систематизация материала; эмпирические – интервью, анкетирование.

Базой исследования является КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга.

Дипломная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка источников и литературы, приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ ФЕНОМЕНА ОДИНОЧЕСТВА ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

1.1. Характеристика феномена одиночества пожилых людей как социального явления

Проблема одиночества всегда волновала человечество, занимая умы ученых, писателей, философов. В последнее время этой проблеме посвящаются новые работы, исследующие сущность одиночества, причины его возникновения, характерные проявления и влияние на разные категории людей в разные периоды жизни.

В психологии и социологии одиночество рассматривается как временное состояние человеческого сознания, преходящее чувство или переживание¹. Как отмечает Ж.В. Пузанова, существует ряд причин, вследствие которых об одиночестве говорят, как о насущной тревожной проблеме, к этим причинам относят: повышение самостоятельности и независимости личности от суждений других людей, истощение связей первичной социальной группы, увеличение раздробленности в обществе. В конечном итоге эти причины в своей совокупности ведут к нестабильности в обществе, что приводит к возрастанию социально обусловленного одиночества².

Существуют разные подходы к определению понятия «одиночество». С начала 1990-х гг. отечественные исследования по проблеме одиночества постепенно приобретают систематический характер, происходит их углубление, актуализация отдельных аспектов изучаемого феномена. В этот период проблема одиночества приобрела особый по значению философско-этический статус и получила свое научное обоснование. С позиции ученых, одиночество – тягостное ощущение, увеличивающегося

¹ Рашидова Т.Р. Одиночество человека: философско-антропологическое осмысление проблемы: Автореф. дис. ...канд. философск. наук. М., 2012. С. 15.

² Пузанова Ж.В. Философия одиночества и одиночество философа // Вестник РУДН. 2009. № 4. С. 48.

разрыва с окружением, болезнь последствий одинокого образа жизни, тяжелое переживание, связанное с утратой существенных жизненных ценностей или близких людей, постоянное ощущение покинутости, бесполезности и ненужности собственного существования¹.

Прежде чем перейти к выявлению социальной сущности феномена одиночества, необходимо раскрыть сущность понятия «одиночество» и систематизировать предпосылки и факторы, обуславливающие распространение и масштаб одиночества в социуме.

Как отмечают исследователи, вследствие сложности и двойственности самой природы одиночества данное понятие остается одним из наименее разработанных социальных понятий². По мнению Г.М. Тихонова, данная противоречивость вытекает из самого содержания человеческих взаимоотношений, поскольку человек, с одной стороны – личность, стремящаяся к индивидуализации и испытывающая потребность в самостоятельности и независимости, а с другой стороны – существо общественное, испытывающее потребность в объединении с другими людьми³. Г.Р. Шагивалеева же отмечает, что одиночество – это сложное явление, поскольку включает в себя множество проявлений, каждое из которых испытывается человеком по-разному⁴.

Под одиночеством понимается состояние, которое представляет собой переживание «разорванности» контактов с миром, состояние индивида, который ощущает себя обособленным от окружающего мира⁵.

Многие ученые проводили границы различия между позитивными и негативными аспектами уединенности и одиночества. Но также учёные

¹ Михайлова А. И. Осмысление феномена одиночества как социального явления // Социология. 2013. №4 (51). С. 91.

² Куртиян С.В. Одиночество как социальное явление: Автореф. дис. ...канд. социол. наук. М., 2012. С. 22.

³ Тихонов Г.М. Феномен одиночества: гендерный аспект // Вестник Пермского университета. 2015. №1 (21). С. 26.

⁴ Шагивалеева Г.Р. Одиночество и особенности его переживания студентами: Монография / Г. Р. Шагивалеева – Елабуга: Изд-во ОАО «Алмедиа», 2007. С. 11.

⁵ Смакотина Н.Л. Основы социологии нестабильности и риска: философский, социологический и социально-психологический аспекты // Социология. 2009. №3. С. 62.

подчеркивали положительные аспекты уединения, когда уединенность обеспечивает возможность общения с Богом и самим собой. Уединение рассматривалось как средство реализации отдельных проявлений черт личности индивида, выбирающего одиночество на определенный период времени. В связи с этим наиболее показательной является типология Кельбея, который различал 4 типа одиночества¹:

1. позитивный внутренний тип (гордое одиночество), переживаемое как необходимое средство реализации новых форм свободы и новых форм установления контактов с другими людьми;

2. негативный внутренний тип, понимается как отчуждение от своего «Я» и от других людей;

3. позитивный внешний тип, проявляющийся в ситуациях физического уединения, когда ведутся поиски положительного опыта;

4. негативный внешний тип присутствует в том случае, когда внешние обстоятельства (смерть близкого человека, развод, прерывание контактов с внешним миром), ведут к негативным ощущениям одиночества.

Необходимо установить какие причины и факторы, влияют на распространение масштабов одиночества в социуме.

К социальным причинам отчуждения относят слишком быстрый рост городов, который породил разделение людей в обществе на категории по разным признакам различия; значительное расстояние между поколениями; культ насилия в средствах массовой информации; смену привычной среды, вызванную профессиональной мобильностью; неравенство в доходах и доступе к медицинскому обслуживанию населения².

Необходимо подчеркнуть, что одна причина не может привести к одиночеству, к одиночеству приводит совокупность и одновременность

¹ *Холостова Е. И.* Социальная работа с пожилыми людьми [Электронный ресурс]: учеб. для бакалавров / под ред. Е. И. Холостовой. М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2014. С. 62.

² *Баимановская Я. В.* Преодоление социального отчуждения как условие выхода из состояния одиночества // *Философия.* 2014. №6. С.27.

воздействия нескольких факторов, обстоятельств. Благодаря этому и происходит распространение одиночества.

Помимо рассмотренных выше характеристик феномена одиночества, ученые также на протяжении долгого времени разрабатывали и применяли на практике модели одиночества. В настоящее время существуют альтернативные модели одиночества¹, различным образом объясняющие этот феномен, указывая причины возникновения состояния одиночества и характеризуя как положительные, так и отрицательные стороны данного явления (см. таблица 1).

Таблица 1.

**Сравнительный анализ теоретических подходов к феномену
"одиночество"**

Модель	Определение феномена одиночества	Причины возникновения одиночества	Характеристика одинокой личности
Интеракционистская (Р. Вейс)	Одиночество – продукт интерактивного влияния фактора личности и фактора ситуации.	Ситуативные причины: личные обстоятельства (например, смена места жительства) Характерологические причины: сосредоточенность на своем внутреннем мире, застенчивость, низкая самооценка.	Тревожное беспокойство, пустота, бессмысленность своего существования, тоска, чувство социальной маргинальности.
Экзистенциальная (С. Мустакас, В. Франкл, И. Ялом)	Человек изначально одинок. Никто другой не сможет разделить с нами наши чувства и мысли. Одиночество может иметь болезненный эффект, но это продуктивное, творческое состояние.	Проистекает из конкретной реальности одинокого существования и из столкновения личности с пограничными жизненными ситуациями (рождение, смерть, жизненные перемены), переживаемые в одиночку.	Страх, депрессия, раздражение, отчуждение, комплекс вины.
Когнитивная (Э. Пепло)	Одиночество – субъективное переживаемое несоответствие между наблюдаемой реальностью и	Одиночество возникает, когда индивид осознает несоответствие между двумя факторами – желаемым и достигнутым уровнем собственных	Чем более одинок человек, тем труднее ему осознавать свои чувства, тем менее он способен спонтанно свои

¹ Холостова Е. И. Указ. соч. С.62.

	желаемым идеальным состоянием.	социальных контактов.	мысли, тем нетерпимее он к гневу и агрессивности в самом себе и тем труднее ему установить личные близкие контакты с другими людьми.
Социологическая (К. Боумен, Д. Рисмен, П. Слейтер)	Одиночество – нормативный общий показатель, характеризующий общество, оно – продукт социальных сил.	3 силы в современном обществе ведут к одиночеству: 1. ослабление связей в первичной группе; 2. увеличение семейной мобильности; 3. увеличение социальной мобильности.	Личности направленные «вовне», ориентированные на других, обособленные от своего собственного «Я», от своих чувств, постоянно приспосабливающийся обстоятельствам и контролирующее свое межличностное окружение.
Феноменологическая (К. Роджерс)	Одиночество – проявление слабой приспособляемости личности, отчуждение личности от ее истинных внутренних чувств.	Противоречие между внутренним, истинным «Я» в отношениях с другими людьми. Страх быть отвергнутым приводит к тому, что человек придерживается своих социальных ролей и поэтому испытывает опустошенность.	Личность уязвимая, испуганная, уверенная в том, что будет отвергнута всем остальным миром.
Мотивационный (Дж. Эйсендорф)	Нет	Нарушение во взаимодействии мотивов приближения и избегания, боязнь социальных оценок, боязнь новизны.	Скованность, заторможенность, застенчивость, тревога, страх, подавленность, неуверенность в себе.
Психодинамическая (З. Фрейд, Д. Зилбург, Г. С. Салливан, Ф. Фромм-Рейхман)	Одиночество – реакция на неадекватное удовлетворение потребности в тесных человеческих связях.	Недостаток или утрата тех элементов человеческих взаимоотношений, которые формируется с развитием личности.	Нарциссизм, мания величия, враждебность, скрытность, эгоцентричность.

Из приведенного выше анализа можно сделать вывод, что ни одна из существующих на сегодняшний день теоретических моделей не дает полного

и исчерпывающего объяснения одиночества. Несмотря на многоликость взглядов, и разнообразных точек зрения до сих пор не удалось прийти к общей теоретической модели одиночества, разделяемой всеми исследователями.

Одиночество — это сложное явление, по-разному воспринимаемое разными людьми: как отчаянная тоска по утраченной любви или близкому другу, как преходящее чувство скуки из-за отсутствия общения, как часть всеобщего отчуждения, чувство собственного несоответствия. Как и все сложные чувства, одиночество обусловлено взаимодействием личной предрасположенности и ситуативных факторов.

Одиночество может испытывать каждый человек на разных возрастных этапах, но наиболее остро и тяжело состояние одиночества переживают пожилые люди¹. Данный факт подтверждают исследования по геронтологии, психиатрии и социологии позднего возраста, психологии развития, социальной работе и социальной защите.

Существует возрастная периодизация, принятая Всемирной организацией здравоохранения, согласно которой пожилой возраст – 60-74, старческий возраст – 75-90, долголетие – 90+, а согласно Стратегии действий, в интересах граждан старшего поколения в РФ до 2025 года проведено условное разделение с учетом особенностей продолжительности жизни, состояния здоровья и пенсионной системы к гражданам старшего поколения:

– граждане с 60 до 64 лет - это достаточно активные в экономическом и социальном плане люди, продолжающие осуществлять трудовую деятельность;

– граждане с 65 лет до 80 лет - это, как правило, люди менее активные, многим из которых требуется медицинская помощь и социальные услуги;

¹ Левченко А. В. Переживание одиночества в пожилом возрасте // Психология. 2014. №10 (116). С. 199.

– граждане старше 80 лет - это, как правило, люди, имеющие множественные проблемы со здоровьем и зачастую нуждающиеся в уходе и помощи¹.

Пожилой, или так называемый пенсионный, возраст с точки зрения психологии является решающим. В этом возрасте реальность старения влечет за собой много причин одиночества. Своё влияние оказывают такие факторы, как: умирают старые друзья, взрослые дети отдаляются от родителей, появляется чувство опасения и одиночество, вызванное ухудшением здоровья и страхом смерти².

Проявление одиночества в пожилом возрасте не является естественным явлением. Пожилой человек может адаптироваться к возрастным изменениям и существуют факторы, которые препятствуют наступлению одиночества в старости. Например, уравновешенность нервной системы блокирует формирование психических нарушений, уменьшает количество негативных возрастных изменений в психике и служит основой для спокойного общения пожилого человека с окружающими³. Однако еще большее значение имеет сохранение контактов с семьей. Семья для пожилого человека является источником ресурсов и поддержки, им очень важно ощущать внимание, тепло, любовь и заботу со стороны родных людей. И вовсе не обязательно становиться для них обузой, что может быть неприятно обеим сторонам. Пожилой человек вполне самостоятельно может заниматься несложными домашними делами или сидеть с ребенком по нескольким причинам. Во-первых, эта деятельность является вполне адекватной для данного возраста, а также дает шансы для самореализации, в результате которой у бабушки или дедушки появляется уверенность в себе и чувство собственного достоинства.

¹ Распоряжение Правительства РФ от 05.02.2016 №164-р «Об утверждении Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года» // Собрание законодательства РФ. 2016. №7. Ст. 1017.

² *Малкина-Пых И.Г.* Справочник практического психолога / И.Г. Малкина-Пых. М.: ЭКСМО, 2010. С.81.

³ *Ефименко В.Л.* Депрессии в пожилом возрасте / В.Л. Ефименко. М.: Логос, 2011. С. 164.

Во-вторых, при занятии домашними делами происходит активное включение в семейные дела, что само по себе является основой для общения.¹

Таким образом, при наличии фантазии и смекалки одиночество пожилых людей перестает быть для них чем-то неизбежным. В то же время очень многое в этом вопросе зависит от того, какому типу психологического старения оказывается подвержен человек. Психологи описывают несколько таких вариантов:

1. «Ворчливая» старость. Такие пожилые люди критикуют всё, что их окружает это, могут быть: родные, правительство, дороги, поликлиники и даже молодых мам с колясками. Себя они считают людьми, у которых нет недостатков, а поскольку они лучше всех знают, как надо жить, то они стремятся поделиться этим знанием с окружающими независимо от того, интересно ли это другим людям. Такой тип старения обычно наблюдается у тех, кто имеет склонность к агрессивному поведению, а в пожилом возрасте эта черта усиливается, печально, но именно так эти люди реализуют свой внутренний потенциал.

2. «Неудачливая» старость. Таких стариков можно увидеть издалека. Для такого типа характерен потухший взгляд, сгорбленная спина, шаркающая походка. В речи постоянно присутствует нытье в тех или иных формах. Эти люди полностью разочарованы в жизни и в себе, а их самовосприятие сводится к идее одинокого и печального неудачника. Ещё одной чертой такого типа пожилых является то, что они постоянно жалеют об упущенных возможностях, не могут простить себе собственных ошибок, постоянно ругают и обвиняют себя в несостоятельности.

3. «Семейная» старость. Такую старость обычно выбирают бабушки, это связано с тем, что они считают свое предназначение быть хранительницей домашнего очага. Такая старость начинается после выхода на пенсию, когда бабушки обращаются к своей семье и берут на себя

¹ Доронина И.В. Психология зрелого возраста: практикум / И.В.Доронина. Новосибирск.: СИБАГС, 2009. С.53.

различные хлопоты по дому: готовят, прибирают квартиру, занимаются садоводством, сидят с внуками. Такие дела никогда не кончаются, поэтому пожилая женщина всегда чувствует себя нужной и востребованной.

4. «Здоровая» старость. Был давно замечен такой факт, что продолжительность жизни среднего мужчины значительно ниже, чем у женщины. В связи с этим мужчины предпочитают бороться с этим и на пенсии начинают активно заботиться о своем здоровье. Для людей с таким типом старости характерна повышенная активность, занимаются различными видами спорта, придерживается какой-либо системы здорового питания и любит пообщаться на эти темы со сторонниками данного образа жизни. Самое главное – чтобы беспокойство о здоровье не переросло в патологический характер и не превратилось в паранойю. Пожилые такого типа старения вполне удовлетворены своей жизнью.

5. «Адаптивная» старость. Для пожилого такого типа старения характерно воплощение в жизнь каких-то дел и желаний, которые постоянно откладывались на потом. Таким моментом является выход на долгожданную пенсию, где достаточно большое количество времени. На данном этапе пожилой человек развивает бурную деятельность, направленную на собственное благополучие: если финансы, позволяют, он много путешествует, посещает массу интересных кружков и мастер-классов и даже ходит на танцы. В связи с тем, что такая старость является достаточно активной то и уровень удовлетворенности в этом типе старости довольно высок.

6. «Творческая» старость. Для некоторых людей невозможно “уйти на пенсию”, так как они работают до самого последнего момента. Окончание профессиональной деятельности является для пожилых людей стрессом, но некоторые быстро находят ей замену. Заменой профессиональной деятельности являются общественные организации, волонтерские движения, политические партии, наставничество. Такие сферы деятельности позволяют

пожилому человеку активно участвовать в жизни и проявлять творческую активность, передавая свой опыт и знания молодежи.¹

Таким образом, рассмотрение научной литературы показало, что проблемы пожилого возраста имеют свою специфику, взаимообусловлены и взаимодействуют между собой, т.е. носят системный характер. Изучение данных проблем позволило предложить следующую классификацию. Это проблемы связанные:

- с нарушением здоровья (в том числе и изменения в психике);
- с ограничением общественных связей, профессионального и делового общения;
- со снижением уровня социально-профессиональной идентификации;
- со снижением социальной активности, приводящей к социальной дезориентации.

Подводя итог вышесказанному можно сделать вывод, что пожилые люди в современном обществе сталкиваются с множеством проблем, которые не в силах решить самостоятельно и которым необходима квалифицированная помощь.

1.2. Специфика организации досуговой деятельности с гражданами пожилого возраста

В настоящий период российское общество вплотную подошло к такому периоду своего развития, когда доля пожилых людей в составе населения увеличивается², что серьезно влияет на экономические, политические, социальные и духовно-нравственные изменения. В условиях модернизации реализация идеи построения «общества для людей всех возрастов» ставит в

¹ Альперович В. Д. Геронтология. Старость. Социокультурный портрет: учеб. пособ. / В.Д.Альперович. М.: Приор, 2008. С.94.

² Краснова О.В. Социальная психология старения: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. - М.: Изд. центр «Академия», 2012. С. 5.

качестве важнейшей в российском социуме задачу формирования в общественном сознании положительного образа старости, уважения к пожилым людям, использование их потенциала в экономике и общественной жизни. С выходом на пенсию и окончанием активной трудовой жизни появляется большое количество свободного, неорганизованного времени. Поэтому в данный период досуговая деятельность приобретает особое значение для пожилых людей¹.

Слово «досуг» в русском языке употреблялось уже в XV веке. Древнеславянское слово «досуг» происходит от глагола «досягать». Буквально оно означает возможность что-то совершить. «Досужесть» есть достижение чего-то, на что требуются определенный труд и время. Следовательно, досуг осмыслялся как время, когда можно чего-то достичь².

Досуг подразумевает такой род занятий, которые дают человеку ощущение удовольствия, приподнятого настроения и радости. Люди проводят досуг для того, чтобы расслабиться, снять стресс, почувствовать физическое и психологическое удовлетворение, разделить свои интересы с друзьями и близкими, завязать общественные контакты и получить возможность самовыражения или творческой деятельности.

Досуг и отдых могут включать следующие виды деятельности:

- спорт или разнообразная физическая активность (роль зрителя, участника, тренера или какая-либо другая организационная деятельность);
- художественная деятельность (живопись, рисование, литературное и прикладное творчество);
- поделки (вышивание, вязание, плетение различных изделий и другое ручное творчество);
- забота о животных;
- хобби (разнообразная деятельность по интересам);

¹ *Возьмитель А. А.* Образ жизни: теоретико-методологические основы анализа // Социологические исследования. 2009. № 8. С. 59.

² *Попкова М. А., Грицаенко Е. В.* Проблемы досуга пожилых людей // Социосфера. 2013. №51. С.92.

- посещение музеев, театров, галерей, экскурсии;
- игры (настольные игры, компьютерные игры);
- развлечения (просмотр телепередач, фильмов, чтение литературы, прослушивание радиопередач);
- общение с другими людьми (телефонные разговоры, написание писем, приглашений, организация и посещение вечеров и других развлекательных мероприятий)¹.

Жизнь человека не является полноценной, если не реализуется его право на отдых, на предпочтительные формы проведения свободного времени. Досуг и отдых играет особо важную роль в жизни людей пожилого и старческого возраста, особенно когда их участие в трудовой деятельности затруднено². Поэтому особое значение придается досугу после ухода на пенсию или в связи с болезнью, когда пожилой человек должен адаптироваться к новым условиям к жизни вне сферы трудовой деятельности. Организация досуга является одним из важных элементов реабилитации и ухода за больными, инвалидами и пожилыми³. В последнее время разрабатываются новые технологии социокультурной реабилитации, способствующие социальной адаптации слабо защищенных групп населения⁴.

Досуговая деятельность пожилых людей состоит из:

- занятий художественным, прикладным, техническим творчеством;
- досуговых праздников, обрядов, конкурсов, фестивалей;
- спорта, активного движения, экскурсий, игр;

¹ Творческая и прикладная деятельность: учебно-методическое пособие для преподавателей. Екатеринбург.: ИД «Ажур», 2011. С. 12.

² Щанина Е. В. Организация досуга пожилых людей // Общественные науки. 2013. №4. С. 149.

³ Белянский Р. Г. Потенциал социально-культурной анимации и рекреации в организации досуга населения // Гуманитарные науки. 2011. №7. С. 126.

⁴ Фирсова Н. Г. Организация досуга как одна из форм повышения самооценки пожилых людей после выхода на пенсию // Журнал «Концепт». 2013. №1. С.2.

- деловых, коммерческих, логических, интеллектуальных игр и занятий;
- спокойный пассивный отдых (чтение, просмотр телепередач, слушание радио и др.)¹.

Досуг и отдых направлены на реабилитацию пожилых людей путем достижения жизненно важных для них целей.

Досуговая деятельность как самостоятельная деятельность имеет ряд функций, интерес к которым не угасает и до сих пор ученые не могут прийти к общему решению. Поэтому рассмотрим разнообразные точки зрения к определению функций досуговой деятельности.

Стрельцов Ю.А. выделяет три основные социокультурные функции досуговой деятельности. Первая из них - рекреация, включающая в себя регенерацию как восстановление растроченных физических сил, и релаксацию, направленных главным образом на снятие психического утомления. Вторая функция досуга - развлечение, понимаемое как особый род досуговых занятий, призванных дать человеку возможность повеселиться, прилично провести время, поднять настроение, снять накопившееся психическое напряжение, получить требующуюся эмоциональную подзарядку. Сущность третьей функции заключается в саморазвитии: в сфере досуга люди не только отдыхают и развлекаются, но и совершенствуют себя в культурном отношении².

Л.А. Акимова, делая заключение о том, что «функции досуга и рекреации сливаются», рассматривает их в совокупности, при этом выделяя функции рекреационно-досуговой деятельности:

- компенсаторская функция (возможность развивать отсутствующие желаемые способности, задатки, и удовлетворение самых разнообразных потребностей);

¹ Литвинова Е. В. Актуальные проблемы развития сферы досуговых услуг в России // Современные проблемы сервиса и туризма. 2015. №4. С.36.

² Стрельцов Ю.А. Культурология досуга: учеб. пособ. для вузов / под ред. Ю.А. Стрельцова. М.: МГУКИ, 2013. С. 6.

- соучастие в процессе естественного отбора (человек осознанно или неосознанно изменяет условия обитания, участвует в создании искусственной среды и культурного образа жизни и опосредованно, через искусственно созданную систему социальной защиты, замедляет рост естественной приспособляемости);
- игровое начало рекреационно-досуговой деятельности (увеличивает способность к обучению, моделированию реальных ситуаций психики и жизнедеятельности);
- социализирующая функция (охватывает три фактора генезиса социализации: деятельность, общение и самосознание);
- ценностно-гедонистическая функция (обеспечивает эмоциональное состояние удовлетворения, чувство внутреннего совершенства, успеха, личной значимости, достижения личной цели);
- функция развития;
- функция общения¹.

Т.Г. Киселева выделяет постоянные функции (коммуникативную, информационно-просветительную, культуротворческую, рекреативно-оздоровительную) и временные функции (экономическую, нормативно-правового обеспечения и защиты конституционных свобод личности в условиях досуга, финансово-экономического обеспечения учреждений досуга, обеспечения досуговых форм самодеятельного населения, организации групповой, семейной и личностной службы досуга в социуме). При этом Т.Г. Киселева отмечает, что каждая функция «проникнута социально защитным, реабилитирующим содержанием, направлена на стимулирование социальной активности, духовную реабилитацию и адаптацию личности, обеспечение непрерывного образования и духовного обогащения, развития творческих способностей личности, создания

¹ *Акимова Л.А.* Социология досуга: учеб. пособ. для вузов / под ред. Л. А. Акимовой. М.: МГИК, 2013. С. 38.

максимальных условий для полноценного социально-культурного творчества людей»¹.

Правильно организованный досуг улучшает психическое состояние пожилого человека: поднимает настроение, успокаивает, пробуждает оптимизм, даёт ощущение удовлетворённости жизнью².

В современном обществе организацией досуга для пожилых людей занимается ряд специализированных учреждений, как на платной (например, языковые центры), так и на бесплатной основе (комплексные центры социального обслуживания).

Прежде чем рассматривать российский опыт организации культурно-досуговой деятельности для граждан пожилого возраста, более подробно остановимся на формах культурно-досуговой работы с гражданами пожилого возраста распространенных за рубежом. Так, например, в Англии существуют дневные центры, которые предлагают широкий спектр услуг для пожилых людей: клубы по интересам, мастерские, кружки чаепитий, залы лечебной физкультуры; в США быстрыми темпами развивается сеть специальных платных центров, в которых обеспеченные пожилые люди пользуются диетическим питанием, получают физиотерапевтические процедуры, занимаются гимнастикой, трудотерапией, организуются экскурсии, танцы, щадящие спортивные игры, беседы или диспуты на различные темы с привлечением врачей, в том числе психиатров и даже сексопатологов, работают салоны красоты; в Израиле на базе дневных центров гражданам пожилого возраста предлагают следующие культурные мероприятия: совместные встречи праздников, дней рождения, музыкальные встречи, обзор газет, библейские истории и их обсуждение, экскурсии,

¹ Киселева Т.Г., Красильников Ю.Д. Основы социально-культурной деятельности. М.: Изд-во МГУК, 2009. С. 12.

² Плеханова О.Е. Социально-культурная деятельность как средство реабилитации пожилых людей // Культура. Культурология. 2012. №1. С. 25.

кружки рукоделия и занятия йогой; в Дании клубам выделяются субсидии для проведения праздничных встреч, занятий гимнастикой, плаванием¹.

Стоит отметить, что это далеко не весь список стран, в которых созданы многочисленные государственные социальные службы, помогающие решать пожилым людям проблемы досуга, одиночества, недееспособности.

Российская Федерация в свою очередь также не отстает от западных стран и законодательно закрепляет права каждого гражданина на участие в культурной жизни, на пользование учреждениями культуры² и на культурную деятельность³.

Для того, чтобы изучить показатели социальной активности граждан пожилого возраста России и исследовать уровень посещаемости лицами старшего возраста каких-либо развлекательных и спортивных мероприятий, Федеральная служба государственной статистики провела опрос среди пожилых людей, предварительно разделив ответы респондентов на 3 возрастные категории:

1. в возрастной категории 55-59 лет основными видами культурно-досуговой деятельности стали:

- различные виды активного отдыха – 36,9%, включающие в себя:
 - посещение спортивной секции – 3,8%,
 - посещение занятий фитнесом – 5,7%,
 - занятие плаванием, водными видами спорта – 18,4%,
 - занятие играми на открытом воздухе (хоккей, футбол, баскетбол, волейбол, бадминтон и т.п.) – 12,4%
- занятия спортивным туризмом – 12,8%;

¹ Раимова А.Б. Социальная работа с пожилыми людьми в зарубежных странах // Экономика и экономические услуги. 2012. №7. С. 30.

² Конституция Российской Федерации (принята на всенародном голосовании 12. 12. 1993) (в ред. от 21.07.2014) // Собрание законодательства РФ. 2014. №31. Ст. 4398.

³ Закон Российской Федерации от 05.05.2014 №102 «Основы законодательства Российской Федерации о культуре» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2016) // Собрание законодательства РФ. 2014. №19. Ст. 2307.

- посещение религиозных учреждений – 11,2%;
- туристическая или экскурсионная поездка – 18,6%;
- посещение концертов – 3,7%;
- посещение театра – 3,7%;
- посещение художественных выставок – 2,5%;
- посещение ресторанов, баров, кафе – 4,0%;
- посещение кинотеатров – 2,4%.

2. в возрастной категории 60-69 лет основными видами культурно-досуговой деятельности стали:

- различные виды активного отдыха – 33,4%, включающие в себя:
 - посещение спортивной секции – 3,6%,
 - посещение занятий фитнесом – 5,0%,
 - занятие плаванием, водными видами спорта – 17,7%,
 - занятие играми на открытом воздухе (хоккей, футбол, баскетбол, волейбол, бадминтон и т.п.) – 9,3%
- занятия спортивным туризмом – 11,0%;
- посещение религиозных учреждений – 15,7%;
- туристическая или экскурсионная поездка – 13,2%;
- посещение концертов – 3,7%;
- посещение театра – 2,7%;
- посещение художественных выставок – 2,4%;
- посещение ресторанов, баров, кафе – 1,9%;
- посещение кинотеатров – 1,5%.

3. в возрастной категории 70 и более лет основными видами культурно-досуговой деятельности стали:

- различные виды активного отдыха – 30,7%, включающие в себя:
 - посещение спортивной секции – 3,3%,
 - посещение занятий фитнесом – 3,8%,
 - занятие плаванием, водными видами спорта – 13,9%,

– занятие играми на открытом воздухе (хоккей, футбол, баскетбол, волейбол, бадминтон и т.п.) – 6,1%

- занятия спортивным туризмом – 13,8%;
- посещение религиозных учреждений – 25,3%;
- туристическая или экскурсионная поездка – 4,4%;
- посещение концертов – 3,6%;
- посещение театра – 2,1%;
- посещение художественных выставок – 2,1%;
- посещение ресторанов, баров, кафе – 1,0%;
- посещение кинотеатров – 0,7%¹.

Как видно из приведенных выше статистических данных, старшее поколение ведет активный образ жизни, но по объективным причинам, а именно ухудшению здоровья, в старческом возрасте, приводит к снижению физической активности. Также видна тенденция снижения потребительской активности, то есть посещение ресторанов, кинотеатров и т.п., что можно связать с ухудшением материальной составляющей, прослеживается развитие духовной жизни пожилых людей, поиском вечных истин и ценностей, что связано непосредственно с близостью смерти.

Помимо самостоятельной организации своего свободного времени среди граждан пожилого возраста, можно констатировать, что ведется целенаправленная деятельность наших социальных служб и общественных учреждений в организации досуга пожилых людей, что указывает на стремление правительства Российской Федерации достигнуть уровень международных стандартов. Именно поэтому в Федеральной Целевой программе «Старшее поколение» большое внимание уделено проблеме досуга и здоровьесбережению пожилых людей. Эта программа предусматривает разработку и внедрение системы физкультурно-

¹ Федеральная служба государственной статистики. Посещение лицами старших возрастов каких-либо развлекательных и спортивных мероприятий в Российской Федерации в 2014 году. URL: http://gks.ru/free_doc/new_site/population/tab-st-soc_akt.html (дата обращения 22.11.2015).

оздоровительных мероприятий в досуговую деятельность, создание экспериментальных центров по апробации современных оздоровительных технологий при финансовой поддержке федеральных служб и благотворительных общественных организаций. В ней представлены меры по созданию благоприятных условий для реализации интеллектуальных и культурных потребностей пожилых людей, что предусматривает их активное включение в социокультурную деятельность, обеспечение выбора досуговых занятий, участие в «клубной жизни», любительском движении, самодеятельном творчестве¹.

В рамках комплексной программы «Старшее поколение» в Свердловской области реализуется программа для граждан пожилого возраста «Школа пожилого возраста», которая стремительно развивается и набирает популярность. Направления «Школы пожилого возраста» ведут работу с 2011 года для реализации образовательных, информационных и просветительских программ обучения и образования людей старшего поколения.

В Свердловской области по итогам работы за 2015 год функционирует 465 отделений Школы пожилого возраста, в которых обучилось более 60 000 слушателей старшего поколения².

Исходя из вышесказанного можно сделать вывод, что на государственном уровне разрабатываются федеральные программы по защите и поддержке пожилых, формируется социальная политика с учетом интересов указанной группы населения, создается система социального обслуживания, проводится подготовка специалистов для работы с пожилыми людьми, чтобы данная категория населения не чувствовала себя «бесполезной и ненужной».

¹ Литвак Р. А., Резанович И. В. Организация досуговой деятельности пожилых людей в фитнес-клубе // Современные проблемы науки и образования. 2014. №6. С. 14.

² Министерство социальной политики. Методические материалы. URL: <http://uralsocinform.ru/v-pomoshh-centram/metodicheskie-materialy-2/> (дата обращения 17.12.2015).

ГЛАВА 2. ОПЫТ ОРГАНИЗАЦИИ ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ ОДИНОЧЕСТВА ГРАЖДАН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА В КЦСОН «МАЛАХИТ» ОРДЖОНИКИДЗЕВСКОГО РАЙОНА ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА

2.1. Содержание досуговой деятельности с гражданами пожилого возраста в КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга

Государственное автономное учреждение социального обслуживания населения Свердловской области «Комплексный центр социального обслуживания населения «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга было образовано в 2013 году путем слияния четырех самостоятельных объектов, осуществляющих деятельность в сфере социального обслуживания граждан:

1. Государственного бюджетного учреждения социального обслуживания населения Орджоникидзевского района города Екатеринбурга;
2. Государственного бюджетного учреждения социального обслуживания населения Свердловской области «Центр социального обслуживания населения «Ветеран» города Екатеринбурга;
3. Государственного бюджетного стационарного учреждения социального обслуживания населения Свердловской области «Орджоникидзевский дом-интернат для престарелых и инвалидов»;
4. Государственного бюджетного учреждения социального обслуживания населения Свердловской области «Центр социальной помощи семье и детям Орджоникидзевского района города Екатеринбурга».

ГАУ КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга в своей деятельности реализует следующие формы социального обслуживания, к которым относится материальная помощь в

натуральном виде, социальное обслуживание на дому, социальное обслуживание в условиях стационара, срочное социальное обслуживание, предоставление временного приюта гражданам, находящимся в социально-опасном положении или иной трудной жизненной ситуации, консультативная помощь, реабилитационные услуги несовершеннолетним и совершеннолетним гражданам, социальное обслуживание в дневное время граждан пожилого возраста и инвалидов, а также иных совершеннолетних лиц, находящихся в трудной жизненной ситуации, предоставление услуг в сфере социального такси, а также предоставление технических средств реабилитации.

На сегодняшний день ГАУ КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга является самым крупным учреждением социального обслуживания населения города Екатеринбурга и располагается на четырех площадках Орджоникидзевского района, которые в свою очередь состоят из следующих структурных подразделений:

- *консультативное отделение*, деятельностью которого является содействие гражданам в обеспечении и защите их прав, законных интересов, оказание помощи социального, психологического и юридического характера;
- *отделение стационарного обслуживания* предназначено для постоянного (временного) проживания и оказания разносторонней социально-бытовой, социально-медицинской помощи пожилым гражданам и инвалидам (старше 18 лет), частично утратившим способность к самообслуживанию и нуждающимся по состоянию здоровья в постоянном уходе и наблюдении;
- *отделение дневного пребывания граждан, нуждающихся в социальной реабилитации*, целью которого является проведение социально-оздоровительных и профилактических мероприятий для продления возможности самореализации гражданами жизненно важных потребностей путем укрепления здоровья, повышения физической активности, в отделении обслуживаются граждане пожилого возраста и инвалиды старше 18 лет,

нуждающиеся в социальной реабилитации и сохранившие способность к самообслуживанию;

- *отделение участкового социального обслуживания* занимается выявлением семей, несовершеннолетних, граждан пожилого возраста и инвалидов и иных граждан, нуждающихся в социальном обслуживании и профилактической работе, организация мероприятий, направленных на профилактику и преодоление социального неблагополучия и одиночества;

- *отделение помощи гражданам, оказавшимся в кризисной ситуации* предназначено для оказания помощи гражданам, находящимся в трудной жизненной ситуации в связи с безработицей, пострадавшим в результате стихийных бедствий, катастроф, вооруженных и межэтнических конфликтов; подвергшимся психофизическому насилию; беременным женщинам и женщинам с детьми (до 3-х лет), оказавшимся в кризисной ситуации; одиноким, не имеющим постоянного дохода и находящимся в конфликте с семьей; находящимся в ситуации развода; пережившим утрату родных и близких;

- *отделение срочного социального обслуживания* предназначено для оказания помощи гражданам, остро нуждающимся в социальной поддержке;

- *отделение социального обслуживания на дому* предназначено для оказания социальных услуг на дому гражданам, частично утратившим способность к самообслуживанию и не требующих стационарного ухода;

- *отделение социальной реабилитации (первое)* оказывает комплексную психолого-педагогическую помощь гражданам по вопросам семейных конфликтов, детско-родительских отношений, воспитания и развития детей, адаптации в детском саду и школе, профориентации и выбора профессии;

- *отделение социальной реабилитации (второе)*, основное назначение которого заключается в проведении социально-

реабилитационных мероприятий для граждан пожилого возраста и инвалидов с целью укрепления, и сохранения здоровья, содействие в адаптации пожилых людей к изменившимся условиям жизни (потеря близкого человека, одиночество, уход из профессии и др.), активизация их творческого потенциала, поддержание активного долголетия;

- *отделение сопровождения замещающих семей*, цель деятельности которого заключается в комплексном сопровождении замещающих семей, популяризации форм семейного устройства детей, оставшихся без попечения родителей, повышение статуса замещающей семьи.

Каждое структурное подразделение ГАУ КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга активно занимается организацией досуговой деятельностью для своих клиентов. Одним из способов привлечения жителей района, в том числе пожилых людей, к активному образу жизни являются кружки и клубы по интересам, созданные при комплексном центре социального обслуживания населения. Главное предназначение кружков и клубов - помочь людям социально адаптироваться, преодолеть замкнутость, одиночество, предоставить возможность общения по интересам, помочь в установлении и поддержании социальных связей.

В комплексном центре «Малахит» насчитывается более 20 таких кружков и клубов (Приложение 1). Направления работы клубов разнообразны: праздники и общение; здоровый образ жизни; нетрадиционные методы оздоровления; народные рецепты; рукоделие; шахматы и шашки; игра в бильярд; общение слабовидящих и слабослышающих людей; танцевальные вечера; общение и обучение семей, имеющих детей; общение людей, не выходящих из дома. Заинтересованность в любимом деле заставляет людей вновь и вновь собираться вместе. Общение на любимую тему с теми, кто тебя понимает и разделяет твои интересы, способствует тому, что все окружающие начинают испытывать потребность

в таком творческом досуге. Так формируются группы пенсионеров, увлеченных какой-либо деятельностью.

Помимо созданных клубов и кружков на базе ГАУ КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга в рамках Региональной комплексной программы «Старшее поколение» работает «Школа пожилого возраста», цель которой заключается в формировании организационных, социально-экономических условий для улучшения положения и качества жизни пожилых людей, повышении степени их социальной защищенности, активизации участия пожилых людей в жизни общества. Для достижения поставленной цели в рамках комплексной программы «Школа пожилого возраста» необходимо решить следующие задачи:

1) повышение качества и доступности медицинской помощи для граждан пожилого возраста;

2) повышение доступности социальных услуг для граждан пожилого возраста;

3) повышение качества и расширение перечня предоставляемых социальных услуг пожилым людям;

4) развитие системы оказания социальных услуг в соответствии с национальными стандартами Российской Федерации, внедрение новых технологий по социальной поддержке и социальному обслуживанию граждан пожилого возраста;

5) создание условий для активного долголетия, развитие различных форм клубной работы, социального туризма для пожилых людей;

6) развитие материально-технической базы учреждений социального обслуживания граждан пожилого возраста, оснащение необходимым имуществом и оборудованием, создание комфортных условий для клиентов;

7) формирование безбарьерной среды для граждан пожилого возраста, в том числе создание необходимых условий для пользования услугами учреждений социального обслуживания, культуры и спорта, обеспечения доступа к информации, общения в электронной форме;

8) утверждение позитивного отношения к пожилым людям как уважаемым и активным членам общества.

Деятельность «Школы пожилого возраста» в ГАУ КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга осуществляется по следующим направлениям:

1. *Отделение правовой и экономической культуры* - занимается повышением уровня правовых и экономических знаний слушателей – граждан пожилого возраста, дает им практические знания о мерах социальной защиты; о правах и сделках с недвижимостью и землей, защите прав потребителей и законных интересов пожилых людей, по пенсионному обеспечению, по оформлению банковских займов и кредитов;

2. *Отделение компьютерной грамотности* - занимается ликвидацией компьютерной безграмотности граждан пожилого возраста, для этого проводят: знакомство слушателей с персональным компьютером; освоение операционной системы Windows и программ MS Word, MS PowerPoint, MS Excel. Знакомят слушателей с возможностями сети Интернет (электронные приемные, он-лайн запись к врачу, подача заявлений, электронные обращения, рассылка писем, поиск лекарств по Яндекс – маркет), а так же с возможностями получения психологической и юридической он-лайн помощи в сети Интернет;

3. *Отделение безопасной жизнедеятельности* – занимается теоретическими и практическими вопросами безопасности жизни граждан пожилого возраста, готовит лекторов - общественников. Слушатели по окончании школы могут непосредственно участвовать в работе дружины по охране общественного порядка, передавать молодому поколению свой богатый жизненный опыт. Практические знания, тренинги, анализы конкретных ситуаций, деловые игры проводятся по проблемам безопасности на транспорте, в общественных местах, в лесу, на воде, на садовом участке и т.д. Преподаватели Школы пожилого возраста, владеющие методикой работы

с гражданами пожилого возраста, помогут им обрести, не только знания, но и повысить жизненный тонус, сделать жизнь более уверенной;

4. *Отделение активного долголетия* - готовит пропагандистов здорового образа жизни, которые получают теоретические знания и практические навыки активного долголетия. Изучают социально-психологические особенности граждан пожилого возраста, владеют современными методиками оценки состояния здоровья, профилактики заболеваний, внедряют в повседневную жизнь рациональное питание, занимаются восстановительной лечебной гимнастикой, организуют для соседей, знакомых, сослуживцев, для людей, нуждающихся в постоянном уходе, просветительские лекции, беседы, проводят практические занятия, цель которых продлить активное долголетие граждан пожилого возраста;

5. *Отделение обучения навыкам ухода* - занимается подготовкой и обучением навыкам ухода за пожилыми и престарелыми людьми, а также обучением родственников граждан, нуждающихся в постороннем уходе. Родственники получают рекомендации по особенностям ухода на дому за лежачими больными и гражданами, нуждающимися в постороннем уходе и частично потерявшими способность к самообслуживанию. В программе обучения принимают участие сотрудники учреждений здравоохранения, отдела милосердия Екатеринбургской епархии, студенты Медицинского колледжа. Программа реализуется в виде лекционных курсов, посетить которые бесплатно могут все желающие. Занятия проходят на базе отделений социального обслуживания на дому. План лекций охватывает широкий спектр вопросов: психология больного человека, типы реагирования на заболевания, практические знания по оказанию первой медицинской помощи, особенности общения с пожилыми людьми, психологические особенности лиц пожилого возраста и др.

6. *Отделение творческой и прикладной деятельности* – занимается развитием способностей и приобретением навыков в прикладном и декоративном творчестве, практической деятельности по применению

инновационных методик в садово-огороднической деятельности, организацией клубов по интересам пожилых людей. Занятия рукоделием выполняют функцию психологической разгрузки и помогают отвлечься от повседневных хлопот. Прикладное творчество развивает эстетический вкус, творческое мышление, воображение, а также восстанавливает чувствительность мышц мелкой моторики при использовании разнообразных материалов – тесто, шерсть, бумага и другое. Данное направление предоставляет возможность познакомиться и овладеть разнообразными техниками, такими как: декупаж, батик, бисероплетение, валяние, модульное оригами, использование бросового материала, изготовление мягких игрушек, вязание крючком, вышивание;

7. *Отделение профессиональной ориентации* – оказывает содействие в повышении конкурентоспособности граждан пожилого возраста на рынке труда. Знакомит с широким спектром профессий, где могут быть востребованы граждане пожилого возраста, обучает методикам оказания профессионально-консультативной помощи гражданам пожилого возраста, знакомит с целевыми программами занятости в Свердловской области, разрабатывает методики поиска работы, взаимодействует с центрами занятости населения;

8. *Отделение социального туризма* – создано для подготовки волонтеров социального туризма: пешего, водного, горного, конного, авто и других видов туризма для пенсионеров и инвалидов. Программа, разработанная в ГАУ КЦСОН «Малахит», включает несколько туристических направлений: отдых в пансионатах и домах отдыха Урала; организация экскурсий в музеи и на выставки; осмотр достопримечательностей г. Екатеринбурга, в том числе, на экскурсионных автобусах и трамваях, а также пешеходные прогулки по окрестностям Екатеринбурга, направленные на продление активного долголетия.

В 2016 году внедряется новое направление «Школы пожилого возраста», заключающееся в совершенствовании водительского мастерства

граждан пожилого возраста» или автомобильный клуб для граждан пожилого возраста, пилотное название которого «Возраст драйву не помеха». Цель данного направления заключается в совершенствовании навыков вождения гражданами пожилого возраста, а также активного участия водителей третьего возраста и членов их семьи в автомобильном туризме по территории Свердловской области.

Зачисление в «Школу пожилого возраста» осуществляется на основании личного письменного заявления слушателя - граждан пожилого возраста. Обучение в «Школе пожилого возраста» проводится на бесплатных условиях. Срок обучения по программе составляет шесть месяцев, но по желанию учащихся срок обучения может изменяться. Также существуют противопоказания к принятию в «Школу пожилого возраста» - это наличие у граждан: карантинных инфекционных заболеваний, активных форм туберкулёза, тяжелых психических расстройств.

Занятия в Школе пожилого возраста проводятся в соответствии с учебно – тематическим планом и фиксируются в учебном журнале. Продолжительность одного занятия не должна превышать двух академических часов.

Для проведения занятий в Школе пожилого возраста по всем направлениям Министерством социальной политики Свердловской области совместно с издательским домом «Ажур» города Екатеринбурга были разработаны и внедрены в практическую деятельность учебно-методические пособия для преподавателей и слушателей, которыми активно пользуются специалисты ГАУ КЦСОН «Малахит» и «учащиеся Школы пожилого возраста». В данных учебно-методических пособиях представлена информация об особенностях старения лиц пожилого возраста и формах организации досуга пожилых людей. Особое внимание уделено содержанию технологий социокультурной реабилитации людей пожилого возраста. Даны рекомендации по поиску работы с помощью Интернета, кадровых агентств, агентств по подбору персонала, так же указываются ошибки и правила

выбора профессии пожилыми людьми. Рассматриваются вопросы использования информационно-коммуникационных технологий как средства их социальной адаптации в процессе работы с пожилыми людьми. Представлен анализ зарубежного и российского опыта включения лиц старшего возраста в информационную среду. Предлагается модульная программа обучения компьютерной грамотности людей старшего возраста. Даются рекомендации по очищению организма, восстановлению иммунитета, действенные виды оздоровительного бега и гимнастики, программа оздоровления суставов. Особый акцент сделан на анализе юридических и экономических вопросов, связанных с осуществлением права собственности, распоряжением имуществом, наследованием, дарением. Рассмотрены вопросы медицинского и социального обслуживания населения, трудовой деятельности лиц пенсионного возраста.

Подводя итог всему вышесказанному нужно отметить, что в последнее время по всему миру отмечается тенденция увеличения образовательных программ для старшего поколения с целью активизации внутренних ресурсов пожилых людей и гармонизации отношений между поколениями. Таким образом, реализация комплексной программы «Школа пожилого возраста» на территории Российской Федерации является одним из эффективных методов при борьбе с одиночеством и залогом активного долголетия пожилых людей.

2.2. Исследование востребованности досуговой деятельности с гражданами пожилого возраста в КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга

Мы считаем, что важнейшим источником информации о сущности организации досуговой деятельности и образования пожилых граждан в современных условиях его социальной значимости, тенденциях, которые сегодня в нем имеют место, является мнение объектов и субъектов

геронтообразования. В связи с этим было проведено интервьюирование сотрудников, занимающихся организацией деятельности «Школы пожилого возраста» и опрос слушателей «Школы пожилого возраста».

В неформализованном интервью приняли участие 5 заведующих и организаторов «Школы пожилого возраста» в КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района г. Екатеринбурга. Данная выборка обосновывается тем, что специалисты, занимающие руководящие посты, имеют непосредственное отношение к организационному процессу «Школы пожилого возраста», координируют деятельность своих подчиненных, знают и могут отслеживать трудности этого процесса и пути их решения.

Для того, чтобы разнообразить занятия в «Школе пожилого возраста» специалисты КЦСОН «Малахит», помимо разработанных учебных пособий, ссылаются и на потребности самих клиентов и используют дополнительные ресурсы (интернет-источники, журналы, книги, опыт и знания самих «учителей Школы пожилого возраста»). Все опрошенные специалисты, пришли к выводу, что основными причинами, побудившими пожилых людей стать слушателями «Школы пожилого возраста» являются одинокий образ жизни, проблемы взаимодействия в семье, возможность расширить круг общения, тяга к новым знаниям и объективная возможность ими поделиться. В Школе пожилого возраста пожилые люди получают систематическую тренировку памяти, речи, навыки общения, восполнение дефицита ярких эмоциональных впечатлений, речевой, интеллектуальной деятельности, освоение новых общественных ролей через новый образ их жизни, развитие культурных и эстетических интересов. В группах ровесников пожилые люди легко находят людей близкого себе круга, с такими же ценностями, и в дальнейшем — друзей.

В процессе интервьюирования выделились следующие проблемы при организации «Школы пожилого возраста», по мнению всех опрошенных специалистов, во-первых, самая главная проблема состоит в том, что помимо своих должностных обязанностей специалисты занимаются реализацией

программы «Школа пожилого возраста и эта работа не включена в государственный заказ и поэтому можно сказать что всё осуществляется на общественных началах, благодаря творческим людям, которые искренне увлечены этим, но взамен получают только моральное удовлетворение; во-вторых, проблема привлечения дополнительных специалистов для проведения мастер-классов по запросам пожилых людей; в-третьих, проблема привлечения волонтеров и в-четвертых, проблема привлечения дополнительных средств, но как указывают сами сотрудники КЦСОН «Малахит» постепенно и медленными шагами они успешно справляются с возникающими трудностями и проблема.

Респондентами опроса выступили 50 пожилых граждан, посещающие «Школу пожилого возраста» в комплексном центре социального обслуживания «Малахит» Орджоникидзевского района г. Екатеринбурга. Полученные социально-демографические данные позволили составить так называемый «профиль» респондента, то есть усредненный портрет пожилого человека, обучающегося в «Школе пожилого возраста».

Большую часть респондентов анкетирования составляют женщины – 86% (см. Рис.1). Преобладание количества женщин-респондентов по сравнению с мужчинами (14%) закономерно в связи с большой продолжительностью жизни у женщин и ранней смертностью у мужчин. Также результаты нашего исследования подтверждают тот факт, что женщины в нашей стране более активны, чем мужчины, и охотнее посещают культурно-досуговые учреждения.



Рисунок 1. Распределение респондентов по половому признаку

Возраст, опрошенных нами, респондентов от 56 до 86 лет, средний возраст – 63 года (см. Рис.2).

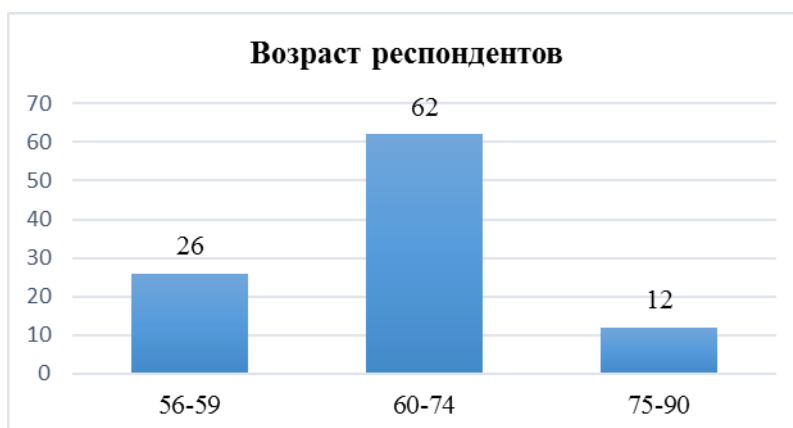


Рисунок 2. Возрастная структура участников опроса

Подавляющее большинство опрошенных находится на так называемом заслуженном отдыхе (60 %), при этом 4% пожилых людей продолжают свою трудовую деятельность, работая полный рабочий день и 36% респондентов работают неполный рабочий день либо по совместительству.

Обобщая результаты можно отметить следующие моменты. Контингент слушателей «Школы пожилого возраста» состоит в основном из лиц, имеющих среднее образование, занимавшихся до выхода на пенсию интеллектуальным трудом. Таким образом, можно сделать вывод, что люди, занимающиеся интеллектуальным трудом, имеющие высокий уровень образования, лучше переживают период социально-психологической адаптации к пенсии и старости вообще, дольше сохраняют активность в

обществе. Так мы рассмотрели зависимость обучаться в посттрудовой период жизни от уровня образования. Из числа всех опрошенных наибольшее количество составляют люди со средним профессиональным образованием (52%) (см. Рис.3). Пожилые люди, имеющие высшее образование составляют 30% они также активны, как и люди со средним профессиональным образованием.

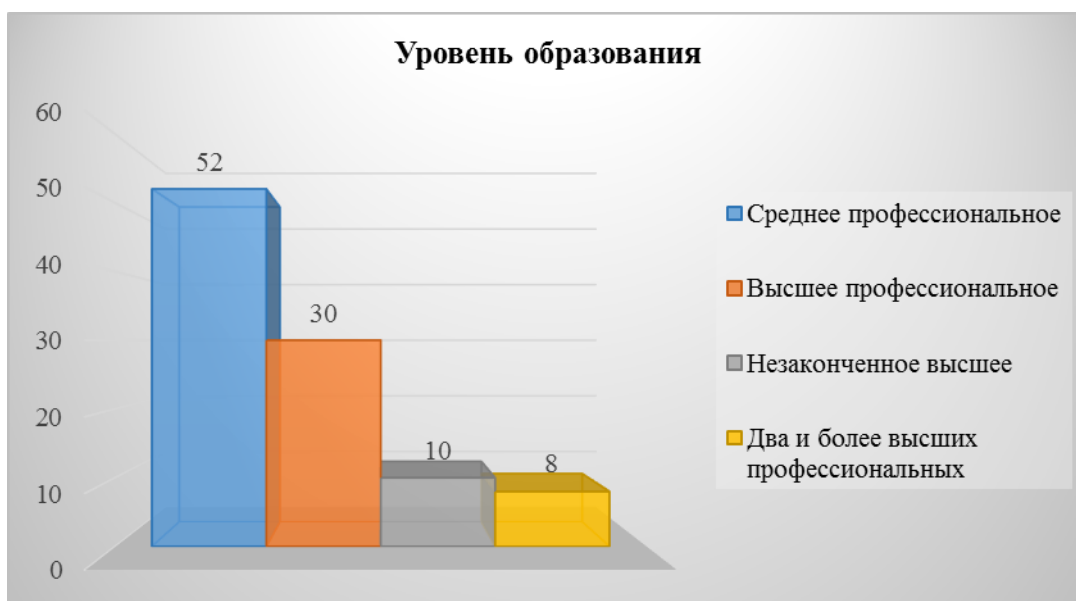


Рисунок 3. Образовательный уровень респондентов

На сегодняшний день существует проблема слабой информированности. Следовательно, необходимо проведение просветительской, информационной работы с данной категорией населения. В первую очередь такая ответственность должна ложиться на социальных работников. Но к сожалению большинство респондентов узнали о работе «Школы пожилого возраста» от знакомых, друзей, родственников (56%) (см. Рис.4), в то время как информацию от социальных работников получили только 24% опрошенных среди граждан пожилого возраста. Необходимо отметить, что существует объективная ограниченность информационного поля в данном возрасте.

Средства массовой информации должны играть не менее важную просветительскую роль, ведь именно газеты, радио и телевидение являются источником получения всей необходимой информации о событиях,

происходящих в стране и в мире. Однако, данный источник получения информации об образовательных и досуговых учреждениях для пожилых людей не оправдал себя, это подтверждают и данные полученные в ходе исследования. Так всего 10% респондентов узнали о школе пожилого возраста через телевидение, 8% из печатных изданий и лишь 2% из радио. Данный факт связан в первую очередь с тем, что рекламодателей больше всего интересует более молодое и платежеспособное население, но всё же средства массовой информации должны ориентироваться и на пожилых людей, стать активными пропагандистами позитивного образа старости, а также привлекать слушателей и проводить систематическую работу по информированию и оповещению населения.



Рисунок 4. Источники получения информации о "Школе пожилого возраста"

Необходимо провести анализ предпочтений пожилых людей о самых посещаемых направлениях «Школы пожилого возраста», а также о возможных причинах посещения данных направлений.

Так самым посещаемым направлением «Школы пожилого возраста» в КЦСОН «Малахит» является направление творческой и прикладной деятельности. Это направление посетили 42% (см. Рис. 5) респондентов, что говорит о желании людей заниматься творчеством, создавать изделия, вещи, сувениры своими руками, не затрачивая при этом большие суммы денег.

Вторым по популярности является направление компьютерной грамотности, на момент исследования — это направление посетило 20% пожилых людей, что свидетельствует о том, что пожилые люди хотят изучать информационные технологии, стремятся получать современные знания, находить нужную информацию через интернет и говорить на одном языке с молодым поколением. Уже сейчас пожилой человек, прошедший обучение может самостоятельно посмотреть свой любимый фильм, найти интересные рецепты в интернете, общаться со своими родственниками по скайпу или в социальных сетях. По мнению специалистов КЦСОН «Малахит», пожилым людям нужно и необходимо осваивать интернет. Во-первых, это общение, ведь одиночество здоровья не прибавит, во-вторых это информация, которая волнует именно «сейчас» и самое главное снимаются стрессовые состояния. Направление активного долголетия является третьим по популярности. 10% опрошенных повышали свой образовательный уровень в данной сфере, что вероятно, также связано со стремлением поддержать либо улучшить свое состояние здоровья, а также получить актуальную информацию о здоровом образе жизни.

Эти три направления являются самыми востребованными среди слушателей «Школы пожилого возраста», однако, есть и другие не менее интересные и посещаемые направления. Так большинство клиентов, ведущих здоровый образ жизни, желают обезопасить себя и своих близких в повседневной жизни и при чрезвычайных ситуациях, посещая направление безопасной жизнедеятельности (8%). Рассмотреть вопросы о правах и сделках с недвижимостью и землей, защите прав потребителей и законных интересов пожилых людей в социально значимых сферах помогло направление правовой и экономической культуры. Данное направление посетило 6% респондентов, это свидетельствует о том, что пожилые люди хотят быть просвещены в правовых вопросах, быть юридически грамотными, чтобы никто не смог их обмануть или втянуть в какую-либо авантюру. Садоводством интересуются 4% респондентов, возможно с практической

целью для работы на собственном приусадебном участке. Интересно, что 4% опрошенных обучались навыкам ухода, вероятно с целью помощи своим тяжелобольным и престарелым близким. Данное направление не является популярным, да и сами сотрудники являются неквалифицированными в данной области. Помимо этого, существует нехватка иллюстративного материала нового образца. Меньшее число слушателей (2%) заинтересовали направления профессиональной ориентации, социального туризма и краеведения.



Рисунок 5. Посещаемые направления "Школы пожилого возраста"

Необходимо отметить, что период обучения зависит от имеющейся программы и содержания того или иного предмета. Так, например, есть дисциплины, которые могут изучаться очень долго и год и два и на это рассчитана программа, т.е. это такая форма обучения, которая не может быть закончена. А есть очень конкретные дисциплины, цель которых развить какие-либо конкретные навыки. Другими словами, обучение есть на результат, а есть на процесс. Поэтому мы можем сделать вывод, что период посещения занятий в школе того или иного направления может быть различным у каждого респондента.

В нашем случае большинство опрошенных (44%) посещают «Школу пожилого возраста» менее полугода и 32% слушателей в течении года (см. Рис. 6). Нашлись пенсионеры (8%), которые посещают занятия с первых дней открытия и функционирования «Школы пожилого возраста» в КЦСОН «Малахит», но не стоит думать, что до момента внедрения Стратегии «Старшее поколение» в данном комплексном центре социального обслуживания не проводилась клубная и кружковая работа, также есть пожилые люди, которые посещают КЦСОН «Малахит» с целью разнообразить свою досуговую деятельность более 3 лет (16%).

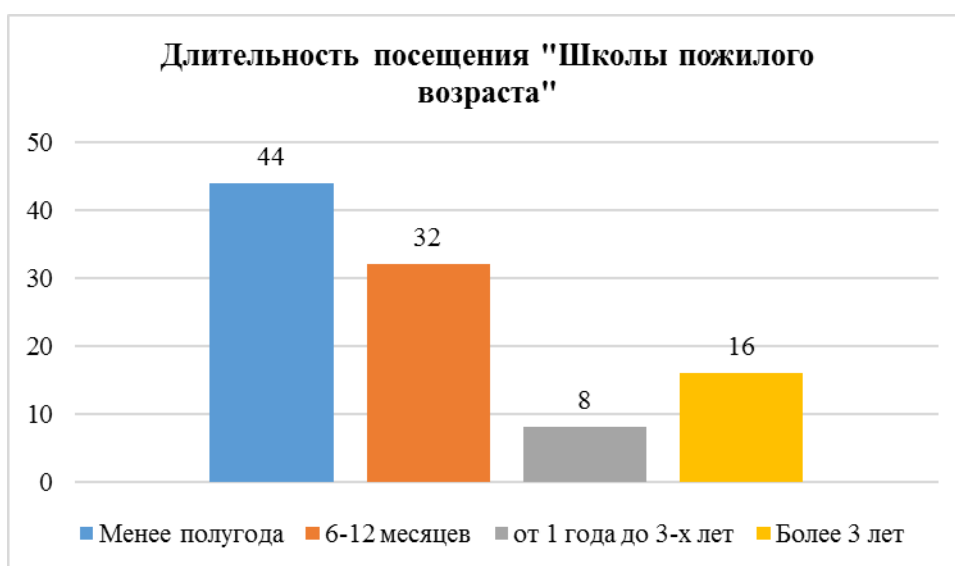


Рисунок 6. Длительность посещения "Школы пожилого возраста"

Такая же ситуация обстоит и с частотой проведения занятий. В среднем – 48% респондентов занимаются в «Школе пожилого возраста» 2-3 раза в неделю (см. Рис.7). Чуть меньше 38% посещают занятия один раз в неделю и 14% опрошенных посещают всего один раз в месяц. Полученные данные еще раз подтверждают тот факт, что частота проведения занятий индивидуальна для каждого направления. Также не нужно забывать о том, что в преклонном возрасте люди чаще болеют, либо чувствуют себя плохо, поэтому им приходится пропускать так называемые «школьные занятия».



Рисунок 7. Частота посещения занятий "Школы пожилого возраста"

Пожилые люди достаточно серьезно относятся к занятиям и получаемые знания в Школе для них имеют существенное значение, это доказывает стремление 26% (см. Рис. 8) опрошенных увеличить количество занятий, а большинство пожилых людей (66%) отмечают, что данное количество занятий для них приемлемо, а умственные нагрузки, получаемые во время занятий вполне достаточны, чтобы не переутомиться. Также 8% респондентов считают, что нужно уменьшить количество занятий. Стоит отметить, что существенное значение имеет отношение пожилых людей к обучению. Так подавляющее большинство респондентов отмечают, что им нравится учиться и они это делают с удовольствием (68%) (см. Рис.8). Другие же считают, что обучаться им просто необходимо (28%). Однако сегодня существует и точка зрения, что пожилому человеку достаточно знаний, приобретенных им до вступления в посттрудовой период жизни, и продолжать чему-либо учиться нет необходимости (4%).

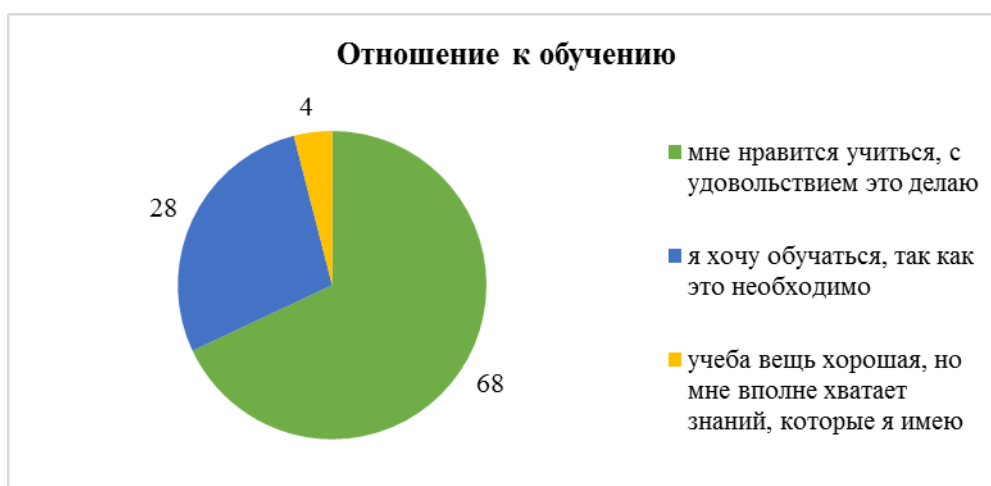


Рисунок 8. Отношение пожилых людей к обучению

Главным мотивом обращения к обучению респонденты определили, возможность расширить круг общения, знакомств – 90% (см. Рис. 9). Немаловажным является стремление респондентов разнообразить свой досуг (64%), также необходимо отметить желание пожилых людей получить новые знания (48%) и стремление поделиться своим жизненным опытом с другими (44%). Существует причина, которая также побуждает пожилых людей посещать досуговые учреждения и включаться в процесс образования – это желание уйти от одиночества (34%), в то время как 20% респондентов, рассматривают «школьный процесс» как возможность улучшить свое здоровье.



Рисунок 9. Причины посещения "Школы пожилого возраста"

*Сумма превышает 100%, поскольку один опрошенный мог дать несколько ответов одновременно. Среднее число ответов на 1 опрошенного 3.

Нередко люди, обучающиеся в «Школе пожилого возраста», находят здесь для себя новых друзей и единомышленников или просто полезные знакомства. Так в нашем случае у 96% респондентов появилось много друзей и знакомых, это говорит о том, что пожилые люди нуждаются в общении со своими единомышленниками, они готовы обмениваться своим жизненным опытом, своим «багажом» знаний. Однако 4% опрошенных во время обучения не появилось новых друзей и знакомых, и они ни с кем не общались. Возможно, это говорит о том, что мы столкнулись с интровертами, которым от природы тяжело заводить новые знакомства, такие люди более закрыты и менее общительны, они предпочитают одиночество, чем меньше вокруг людей, тем комфортнее они себя чувствуют.

Если рассматривать достаточность информации, получаемой на занятиях, то можно говорить, что для большинства слушателей (74%) информации достаточно и недостаточно только для 26%.

В ходе опроса нам представлялось важным выявить мнение пожилых людей о том, как они проводят свой досуг и что они понимают под этим. Как показали результаты нашего исследования, значительно больше половины респондентов (76%) в свободное время занимаются любимым делом (см. Рис.10), 56% опрошенных свободное время уделяют общению с друзьями, родственниками, знакомыми. Нужно отметить, что чем старше респондент, тем менее у него преобладают близкие коммуникативные связи, вероятно, это можно объяснить тем, что в старшем возрасте происходят наибольшие потери в близком окружении. Для 30% опрошенных свободное время – это физический отдых, т.е. пассивный отдых, своеобразный способ релаксации. Это вполне объяснимо, так как в пожилом возрасте снижается физическая активность. Клубы по интересам или так называемые любительские объединения посещают 38% респондентов.

Таким образом, одним из основных направлений социальной работы в отношении организации досуга пожилых людей должна стать деятельность,

учитывающая их индивидуальные предпочтения с акцентом на активную интеллектуальную ее составляющую.

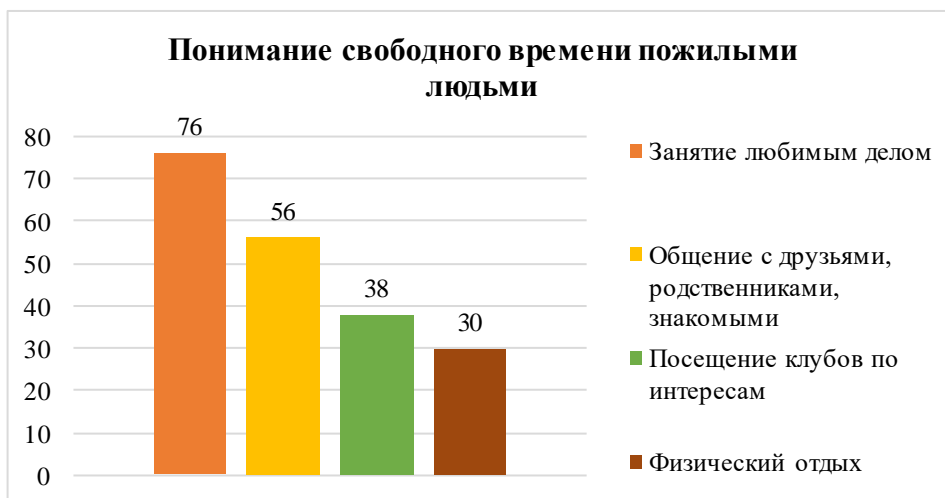


Рисунок 10. Понимание свободного времени пожилыми людьми

*Сумма превышает 100%, поскольку один опрошенный мог дать несколько ответов одновременно. Среднее число ответов на 1 опрошенного 2,4.

Согласно полученным результатам нашего исследования, пожилые граждане чаще всего посвящают свое свободное время просмотру телевизора. Так 68% респондентов указали просмотр телевизора в качестве одного из наиболее распространенных занятий в свободное время (см. Рис.11). Преобладание этого вида досуга в определенной степени коррелирует с материальным положением и возрастом респондентов. На втором месте в качестве наиболее распространенного занятия в свободное время у пожилых людей находится занятие рукоделием и участие в художественной самодеятельности - 40%, чтение литературы, газет и журналов как доступное и распространенное занятие в свободное время указали 32% респондентов. Воспитанием внуков в свободное время занимается 28% опрошенных. Менее распространенными формами проведения свободного времени оказались следующие: посещение музеев (10%), работа в саду и огороде (4%), занятия спортом (2%).

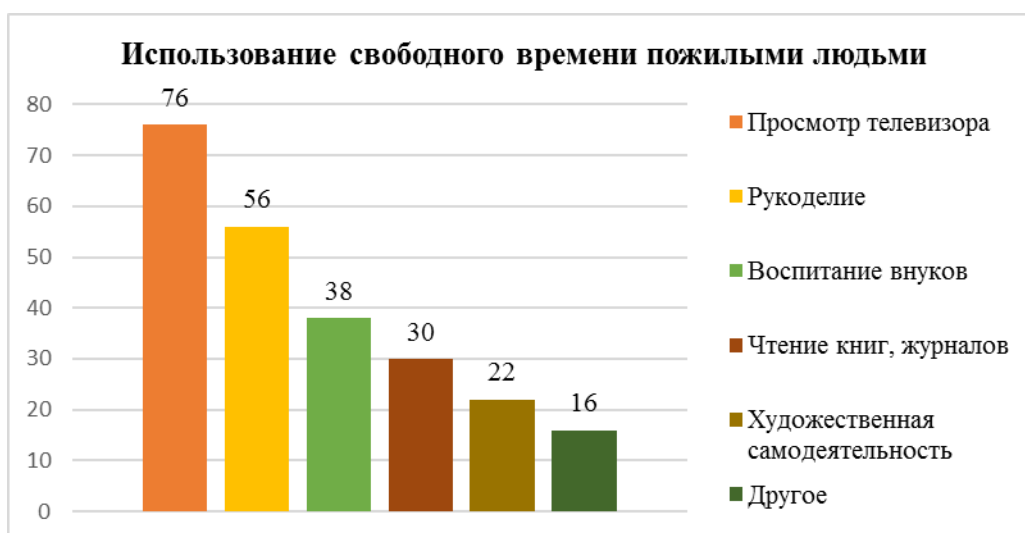


Рисунок 11. Использование свободного времени пожилыми людьми

*Сумма превышает 100%, поскольку один опрошенный мог дать несколько ответов одновременно. Среднее число ответов на 1 опрошенного 2,2.

Каждый человек сознательно или бессознательно применяет в жизни, полученные в школе знания и приобретенные умения, которые впоследствии использует в своей работе и в быту. Сегодня пожилые люди, прожившие большую часть жизни и состоявшиеся как личность, при размышлении приходят к выводу, что, имея все, постепенно утрачивают здоровье, поэтому вопрос сохранения здоровья стоит на первом месте. Так больше всего респондентов 68% (см. Рис.12) ответили, что могут применить полученные знания при решении вопросов, связанных со здоровьем. На второе место (60%) опрошенные ставят возможность использовать полученные знания в культурно-досуговой деятельности. Так в отделении прикладной и творческой деятельности пожилые участвуют в мастер-классах по хенд-мейд, что впоследствии дает возможность участвовать в городских и областных конкурсах, активизируя их жизнь и придавая ей значимость. 56% респондентов применяют информацию, полученную в школе в хозяйственно-бытовой сфере для качественного ухода за жилищем, подворьем, садом и огородом. На четвертом месте (54%) стоит возможность использования полученной информации в решении семейных вопросов, так как семья, состоящая из нескольких поколений, всегда требует дополнительных знаний о возможности совершенствования взаимодействия между пожилыми и молодыми, между женщинами и мужчинами. На пятое место (36%)

респонденты определили использование полученных знаний при решении общественных дел (36%). Возможно, к этим людям относятся те, которые имеют активную жизненную позицию, являются членами каких-либо объединений, организаций, посещают митинги, участвуют в политической и общественной жизни. Также респонденты не отрицают возможность использовать полученные данные в школе в сфере физической культуры и спорта (12%). 8% опрошенных считают, что знания, полученные на занятиях, смогут применить в трудовой деятельности. Такие ответы дали, прежде всего те слушатели, у которых высокая мотивация к продолжению трудовой деятельности. Возможно, этих слушателей не устраивает их сегодняшнее положение: небольшая пенсия, поэтому посещая направление творческой и прикладной деятельности пожилой человек может использовать свои знания для получения дополнительного дохода (продажа поделок). И лишь 6% респондентов считают, что знания можно применить в вопросах правового характера, что говорит о сложности для пожилого человека в решении проблем данного плана.



Рисунок 18. Возможность использования информации, полученной на занятиях

*Сумма превышает 100%, поскольку один опрошенный мог дать несколько ответов одновременно. Среднее число ответов на 1 опрошенного 2,5.

Теперь следует обратиться к анализу предпочтений респондентов относительно форм проведения занятий в «Школе пожилого возраста». Сегодня слушатели охотно участвуют в различных формах занятий, связанных с отдыхом, развлечением, а также получением новых знаний. Так большинство респондентов (48%) отдают предпочтение групповой форме работы (см. Рис.13), так как данная форма способствует удовлетворению такой социальной потребности, как потребность в общении, тогда как индивидуальная работа интересует 24% опрошенных. Помимо традиционных форм обучения, используемых на занятиях в «Школе пожилого возраста», могут применены и нетрадиционные. Так, конкурс относится к видам нетрадиционных занятий, который получил популярность у 16% респондентов. Дух соперничества живет в каждом человеке, а конкурс является доступным и мирным способом для соревнования с другими людьми в определенной области интересов. Также конкурс – это один из способов самосовершенствования, данную форму занятий выбрали 12% опрошенных слушателей «Школы пожилого возраста».



Рисунок 19. Предпочитаемые формы занятий

Большое внимание в исследовании уделялось оценке степени удовлетворенности качеством образовательного процесса. В целом оценивая качество организации обучения и досуга в рамках «Школы пожилого возраста», респонденты дали положительную оценку. Подавляющее

большинство респондентов (76%) полностью удовлетворены занятиями, 24% опрошенных скорее удовлетворены. Респондентов, которые не удовлетворены деятельностью «Школы пожилого возраста» выявлено не было.

Клиенты КЦСОН «Малахит» очень восторженно отзываются об проекте «Школы пожилого возраста»: получив возможность интеллектуально общаться – они восполняют дефицит ярких эмоциональных впечатлений, все, кто участвовал в анкетировании единогласно (100%) заявили о том, что «Школа пожилого возраста» должна и дальше продолжать свою деятельность. Нужно отметить тот факт, что респонденты, которые высказывали свое мнение, относительно «Школы пожилого возраста» заинтересованы в развитии и совершенствовании данного направления организации досуговой деятельности и непосредственно принимают в этом активное участие.

Далее мы постарались разработать методические рекомендации, основанные на замечаниях и предложениях пожилых людей. Возможно, данные рекомендации помогут руководителям, организаторам и преподавателям «Школы пожилого возраста» усовершенствовать свою деятельность и внести необходимые коррективы.

1. Разрабатывать новые учебные программы в зависимости от образовательных, социальных и др. потребностей пожилых людей (например, «уроки фотографии», «уроки рисования» и др.);
2. Внедрять различные виды арт-терапии (изотерапия, фототерапия, сказкотерапия и др.) для гармонизации психического состояния пожилых людей;
3. Совершенствовать работу по обеспечению «Школы пожилого возраста» в КЦСОН «Малахит» квалифицированными преподавателями;
4. Использовать существующие возможности привлечения дополнительных средств (субсидии, гранты, конкурсы, фандрайзинг);

5. Создать электронный ресурс, используя который, слушатели «Школы пожилого возраста» в режиме он-лайн могли бы получать определенные знания и навыки от специалистов и педагогов, так называемое дистанционное обучение и видео-курсы.

Таким образом, деятельность по организации целостной системы процесса обучения людей пожилого возраста в «Школе пожилого возраста» — это сложная комплексная, эмоционально напряжённая интеллектуальная работа, предъявляющая к личности тех, кто её осуществляет такие требования как, во-первых, непрерывное развитие профессионализма и систематическое получение новых знаний, умений, во-вторых, развитие личностно-деловых качеств, повышение потребности к самореализации, от учащихся же требуется только желание разнообразить и привнести краски в свою жизнь, доказав в-первую очередь себе, что пенсионный возраст не помеха для самоактуализации и раскрытия своих талантов, позволяющих полноценно функционировать в социуме.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В рамках данной выпускной квалификационной работы нами исследовалась тема: «Досуговая деятельность как средство преодоления одиночества граждан пожилого возраста». Анализ проведен на примере КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга.

Задачи, поставленные в дипломной работе, достигнуты полностью.

В ходе изучения теоретической стороны вопроса нами были изучены особенности переживания чувства одиночества у граждан пожилого возраста, а также рассмотрен вопрос об организации досуговой деятельности с гражданами пожилого возраста в рамках реализации проекта «Школа пожилого возраста». Обобщая теоретическую часть исследования, мы можем сделать вывод, что пожилые люди — это особая группа клиентов в социальной работе, так как является наиболее уязвимыми членами общества. Есть пожилые люди, которые активные в социальном, физическом и духовном плане, но существует и противоположность им тихие, спокойные, замкнутые в себе, но абсолютно для всех существует одна достаточно веская проблема одиночество, с которой и должны бороться специалисты социальной работы используя разнообразные формы и методы своей деятельности. На сегодняшний день такой формой выступает досуговая деятельность, а правильно организованный досуг улучшает психическое состояние пожилого человека: поднимает настроение, успокаивает, пробуждает оптимизм, даёт ощущение удовлетворённости жизнью. Эффективность досуговой деятельности как целостной системы в значительной мере зависит от таких факторов, как финансовая и материальная база учреждения, модель организации в нём свободного времени, его кадровые, морально-психологические, информационно-методические и социально – демографические ресурсы.

В настоящий момент организацией досуговой деятельности для пожилых людей активно начали заниматься комплексные центры социального обслуживания, реализуя проект «Школа пожилого возраста»,

который старается полностью удовлетворить потребности учащихся как в обучении, так и в продуктивном использовании свободного времени пожилых людей.

Проведенное исследование на базе КЦСОН «Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга подтверждает необходимость организации досуговой деятельности для пожилых людей, а в дальнейшем совершенствование данного процесса с учетом индивидуальных потребностей граждан пожилого возраста. Благодаря занятиям в «Школе пожилого возраста» люди «третьего» возраста ощущают себя востребованными в современном обществе, общение друг с другом способствует их адаптации и интеграции. Из-за сложившихся в обществе стереотипов касаясь пожилых людей, мы забываем, что лица старшего возраста должны и могут заниматься посильной трудовой деятельностью, физической культурой, участвовать в общественной и культурной жизни общества. Для этого необходимо не только создавать оптимальные условия, но и способствовать преодолению барьера возраста - как можно более активно включать пожилых людей в пространство социальной жизни, помогать приспособиться к новым жизненным обстоятельствам, открывать доступ к общественным ценностям в области образования, культуры, духовной жизни и отдыха. Эту роль на себя должны взять специалисты социальной работы, которые в рамках реализации «Школы пожилого возраста» имеют возможность изменить предвзятое отношение к людям пожилого возраста, возникшее в обществе.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. *Акимова Л.А.* Социология досуга: учеб. пособ. для вузов / Л. А. Акимова. М.: МГИК, 2013. 123 с.
2. *Альперович В. Д.* Геронтология. Старость. Социокультурный портрет: учеб. пособ. / В. Д. Альперович. М.: Приор, 2008. 270 с.
3. *Башмановская Я. В.* Преодоление социального отчуждения как условие выхода из состояния одиночества / Я. В. Башмановская // Философия. 2014. №6. С.25-30.
4. *Белянский Р. Г.* Потенциал социально-культурной анимации и рекреации в организации досуга населения / Р. Г. Белянский // Гуманитарные науки. 2011. №7. С. 126-129.
5. *Вербицкая С.Л.* Социально-психологические факторы переживания одиночества / С.Л. Вербицкая // Автореф. канд. психол. наук - СПб.: Питер, 2012. – 21 с.
6. *Возьмитель А. А.* Образ жизни: теоретико-методологические основы анализа / А. А. Возьмитель // Социологические исследования. 2009. № 8. С. 58-64.
7. *Доронина И.В.* Психология зрелого возраста: практикум / И.В.Доронина. Новосибирск.: СИБАГС, 2009. 156 с.
8. *Ефименко В.Л.* Депрессии в пожилом возрасте / В.Л. Ефименко. М.: Логос, 2011. 184 с.
9. Закон Российской Федерации от 05.05.2014 №102 «Основы законодательства Российской Федерации о культуре» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2016) // Собрание законодательства РФ. 2014. №19. Ст. 2307.
10. *Киселева Т.Г., Красильников Ю.Д.* Основы социально-культурной деятельности. М.: Изд-во МГУК, 2009. 539 с.
11. Конституция Российской Федерации (принята на всенародном голосовании 12. 12. 1993) (в ред. от 21.07.2014) // Собрание законодательства РФ. 2014. №31. Ст. 4398.

12. *Краснова О.В.* Социальная психология старения: учеб. пособие для вузов / О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. - М.: Изд. центр «Академия», 2012. 288 с.
13. *Куртиян С.В.* Одиночество как социальное явление: Автореф. дис. ...канд. социол. наук. М., 2012. 145 с.
14. *Левченко А. В.* Переживание одиночества в пожилом возрасте / А. В. Левченко // Психология. 2014. №10 (116). С. 199-203.
15. *Литвак Р. А., Резанович И. В.* Организация досуговой деятельности пожилых людей в фитнес-клубе / Р. А. Литвак, И. В. Резанович // Современные проблемы науки и образования. 2014. №6. С. 12-21.
16. *Литвинова Е. В.* Актуальные проблемы развития сферы досуговых услуг в России / Е. В. Литвинова // Современные проблемы сервиса и туризма. 2015. №4. С.34-40.
17. *Малкина-Пых И.Г.* Справочник практического психолога / И.Г. Малкина-Пых. М.: ЭКСМО, 2010. 896 с.
18. Министерство социальной политики. Методические материалы. URL: <http://uralsocinform.ru/v-pomoshh-centram/metodicheskie-materialy-2/> (дата обращения 17.12.2015).
19. *Михайлова А. И.* Осмысление феномена одиночества как социального явления / А. И. Михайлова // Социология. 2013. №4 (51). С. 90-95.
20. *Плеханова О.Е.* Социально-культурная деятельность как средство реабилитации пожилых людей / О. Е. Плеханова // Культура. Культурология. 2012. №1. С. 23-30.
21. *Попкова М. А., Грицаенко Е. В.* Проблемы досуга пожилых людей / М. А. Попкова, Е. В. Грицаенко // Социосфера. 2013. №51. С.92-94.
22. *Пузанова Ж.В.* Философия одиночества и одиночество философа / Ж. В. Пузанова // Вестник РУДН. 2009. № 4. С. 48-52.

23. *Раимова А.Б.* Социальная работа с пожилыми людьми в зарубежных странах / А. Б. Раимова // Экономика и экономические услуги. 2012. №7. С. 30-33.

24. Распоряжение Правительства РФ от 05.02.2016 №164-р «Об утверждении Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года» // Собрание законодательства РФ. 2016. №7. Ст. 1017.

25. *Рашидова Т.Р.* Одиночество человека: философско-антропологическое осмысление проблемы: Автореф. дис. ...канд. философск. наук. М., 2012. 21 с.

26. *Смакотина Н.Л.* Основы социологии нестабильности и риска: философский, социологический и социально-психологический аспекты / Н. Л. Смакотина // Социология. 2009. №3. С. 61-67.

27. *Стрельцов Ю.А.* Культурология досуга: учеб. пособ. для вузов / под ред. Ю.А. Стрельцова. М.: МГУКИ, 2013. 151 с.

28. Творческая и прикладная деятельность: учебно-методическое пособ. для преподавателей. Екатеринбург.: ИД «Ажур», 2011. 240 с.

29. *Тихонов Г.М.* Феномен одиночества: гендерный аспект / Г. М. Тихонов // Вестник Пермского университета. 2015. №1 (21). С. 26-30.

30. Федеральная служба государственной статистики. Посещение лицами старших возрастов каких-либо развлекательных и спортивных мероприятий в Российской Федерации в 2014 году. URL: http://gks.ru/free_doc/new_site/population/tab-st-soc_akt.html (дата обращения 22.11.2015).

31. *Фирсова Н. Г.* Организация досуга как одна из форм повышения самооценки пожилых людей после выхода на пенсию / Н. Г. Фирсова // Журнал «Концепт». 2013. №1. С.1-4.

32. *Холостова Е. И.* Социальная работа с пожилыми людьми [Электронный ресурс]: учеб. для бакалавров / под ред. Е. И. Холостовой. М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2014. 340 с.

33. *Шагивалеева Г.Р.* Одиночество и особенности его переживания студентами: Монография / Г. Р. Шагивалеева – Елабуга: Изд-во ОАО «Алмедиа», 2007. 157 с.

34. *Щанина Е. В.* Организация досуга пожилых людей / Е. В. Щанина // *Общественные науки.* 2013. №4. С. 149-158.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Кружки и клубы по интересам, созданные в ГАУ КЦСОН «Малахит»

Орджоникидзевского района города Екатеринбурга

Наименование клуба	Цель работы
Семейный клуб «Горлица»	Повышение авторитета семьи в обществе и распространение положительного опыта семейных отношений в замещающей семье; Создание условий для нормального развития и формирования личности ребенка, воспитывающегося в замещающей семье
Клуб любителей танцев «Танцы народов»	Профилактика одиночества; Расширение возможностей для самореализации, удовлетворения интересов и творческих способностей пожилого человека.
Клуб любителей песни «Радуга»	Профилактика одиночества; Расширение возможностей для самореализации, удовлетворения интересов и творческих способностей пожилого человека.
Клуб «Тропа»	Профилактика одиночества; Расширение возможностей для самореализации, удовлетворения интересов и творческих способностей пожилого человека. Повышение познавательной деятельности, передача жизненного опыта молодому поколению.
Клуб «Малахит»	Профилактика одиночества; Расширение возможностей для самореализации, удовлетворения интересов и творческих способностей пожилого человека; Повышение познавательной деятельности.
Родительский клуб «Семейная гостиная»	Психолого-педагогическое просвещение родителей, испытывающих трудности в воспитании детей
Семейный клуб «Гармония»	Социализация и стабилизация эмоционального состояния детей-инвалидов
Творческая мастерская	Расширение возможностей для самореализации, удовлетворения интересов и творческих способностей детей.
Клуб «Киноманы»	Поддержание социального, психологического и физического статуса граждан пожилого возраста и инвалидов.
Клуб путешественников	Социальная реабилитация людей пожилого возраста и инвалидов и интеграция их в общество; Предоставление возможности общения, обмена информацией и содействие развитию творческих способностей и инициатив; Пропаганда навыков самообразования.
Клуб «Православный час»	Социальная реабилитация людей пожилого возраста и инвалидов и интеграция их в общество; Предоставление возможности общения, обмена информацией и приобщение к духовной культуре России и др. стран.
Клуб «Литературная гостиная»	Социальная реабилитация людей пожилого возраста и инвалидов и интеграция их в общество; Предоставление возможности общения, обмена информацией и содействие развитию творческих способностей и инициатив; Пропаганда навыков самообразования;

Клуб «Музыкальная гостиная»	Социальная реабилитация людей пожилого возраста и инвалидов и интеграция их в общество; Предоставление возможности общения, обмена информацией и содействие развитию творческих способностей и инициатив; Пропаганда навыков самообразования.
Клуб любителей пения «Звонкий голос Малахита» (стационар)	Социальная реабилитация людей пожилого возраста и инвалидов и интеграция их в общество; Предоставление возможности общения, обмена информацией и содействие развитию творческих способностей и инициатив; Пропаганда навыков самообразования.
Клуб любителей рисования «Палитра» (стационар)	Социальная реабилитация людей пожилого возраста и инвалидов и интеграция их в общество; Предоставление возможности общения, обмена информацией и содействие развитию творческих способностей и инициатив; Пропаганда навыков самообразования.
Клуб любителей кино «Синема» (стационар)	Социальная реабилитация людей пожилого возраста и инвалидов и интеграция их в общество; Предоставление возможности общения обмена информацией.
Клуб любителей классической музыки и романсов «Орфей» (стационар)	Социальная реабилитация людей пожилого возраста и инвалидов и интеграция их в общество; Предоставление возможности общения обмена информацией; Пропаганда навыков самообразования.
Клуб любителей скандинавской ходьбы «Ходите на Здоровье» (стационар)	Медико-социальная реабилитация людей пожилого возраста и инвалидов.
2 Клуба декоративно-прикладного творчества Малахитовая шкатулка -«Волшебный клубок» -«Умелые ручки»	Социальная реабилитация людей пожилого возраста и инвалидов и интеграция их в общество; Предоставление возможности общения, обмена информацией и содействие развитию творческих способностей и инициатив; Пропаганда навыков самообразования.
10 клубов на дому: «Ветер юности», «Ветераны», «Звезда по имени счастье», «Мои года – мои богатства», «Материнское счастье», «Огонёк», «Надежда», «Рябинушка», «Улыбка», «Уралочка».	Помочь пожилым людям преодолеть одиночество, наполнить жизнь новым смыслом, перейти на активный образ жизни, частично утраченный в связи с выходом на пенсию, создать условия для раскрытия творческого потенциала.

**Анкета слушателя «Школы пожилого возраста»
Российский профессионально-педагогический университет
Институт гуманитарного и социально-экономического образования
Кафедра социологии и социальной работы проводит социологическое
исследование, которое направлено на изучение мнения пожилых людей об их
отношении к «Школе пожилого возраста» в КЦСОН «Малахит»**

Орджоникидзевского района города Екатеринбурга.

**Ответы, совпадающие с Вашим мнением, обведите кружком или допишите
свой ответ в графе «другое», Будьте внимательны и не оставляйте вопросы без
ответа.**

Анкета анонимна, данные будут использованы в обобщенном виде.

Благодарим за участие в исследовании!

1. Как долго вы посещаете занятия в Школе пожилого возраста?

- 1) менее полугода
- 2) 6 – 12 месяцев
- 3) от 1 года до 3-х лет
- 4) более 3-х лет

**2. Укажите источник получения Вами информации о Школе пожилого
возраста? (ОТМЕТЬТЕ ОДИН ВАРИАНТ ОТВЕТА. ВЫ МОЖЕТЕ ДОБАВИТЬ СВОЙ
ВАРИАНТ ОТВЕТА)**

- 1) узнал от знакомых, друзей, родственников
- 2) получил информацию от социальных работников
- 3) печатные издания
- 4) телевидение
- 5) радио
- 6) другое _____

3. Какие отделения Школы пожилого возраста Вы посещаете?

- 1) Правовой и экономической культуры;
- 2) Компьютерной грамотности;
- 3) Активного долголетия;
- 4) Обучения навыкам ухода;
- 5) Творческой и прикладной деятельности;
- 6) Садоводов-огородников;
- 7) Безопасной жизнедеятельности;
- 8) Профессиональной ориентации;
- 9) Социальный туризм;
- 10) Краеведения.

**4. Как часто Вы посещаете занятия в Школе пожилого возраста? (ОТМЕТЬТЕ
ОДИН ВАРИАНТ ОТВЕТА)**

- 1) 1 раз в неделю
- 2) 2-3 раза в неделю
- 3) 1 раз в месяц

5. Продолжите предложение: «Я бы хотел (а), чтобы количество занятий...»

- 1) увеличилось
- 2) осталось таким же

- 3) уменьшилось

6. Укажите, пожалуйста, причины, побудившие Вас стать слушателями Школы пожилого возраста? (ВЫБЕРИТЕ НЕ БОЛЬШЕ ТРЕХ ВАРИАНТОВ ОТВЕТА. ВЫ МОЖЕТЕ ДОБАВИТЬ СВОЙ ВАРИАНТ ОТВЕТА)

- 1) желание расширить круг общения
- 2) тяга к новым знаниям
- 3) желание разнообразить свой досуг
- 4) возможность улучшить свое здоровье
- 5) возможность поделиться своим жизненным опытом
- 6) «бегу» от одиночества
- 7) другое _____

7. Достаточно ли Вам информации, получаемой на занятиях?

- 1) да, достаточно
- 2) нет, хотелось бы узнать больше
- 3) затрудняюсь ответить

8. Определите, пожалуйста, Ваше отношение к обучению. (ОТМЕТЬТЕ ОДИН ВАРИАНТ ОТВЕТА. ВЫ МОЖЕТЕ ДОБАВИТЬ СВОЙ ВАРИАНТ ОТВЕТА)

- 1) мне нравится учиться, с удовольствием посещаю занятия
- 2) я хочу обучаться, так как понимаю, что это необходимо
- 3) учеба – вещь хорошая, но мне вполне хватает тех знаний, которые я имею
- 4) учиться не нравится, так как это отнимает время и силы
- 5) затрудняюсь ответить
- 6) другое _____

9. Что Вы понимаете под понятием «свободное время»? (ВЫБЕРИТЕ НЕ БОЛЬШЕ ТРЕХ ВАРИАНТОВ ОТВЕТА. ВЫ МОЖЕТЕ ДОБАВИТЬ СВОЙ ВАРИАНТ ОТВЕТА)

- 1) занятие любимым делом (чтение, просмотр TV, посещение театров, выставок, музеев и т.д.)
- 2) общение с друзьями, знакомыми, родственниками
- 3) физический отдых
- 4) посещение клубов по интересам
- 5) затрудняюсь ответить
- 6) другое _____

10. Как Вы используете свое свободное время? (ВЫБЕРИТЕ НЕ БОЛЬШЕ ТРЕХ ВАРИАНТОВ ОТВЕТА. ВЫ МОЖЕТЕ ДОБАВИТЬ СВОЙ ВАРИАНТ ОТВЕТА)

- 1) читаю журналы, книги
- 2) смотрю телевизор
- 3) занимаюсь рукоделием (прикладным творчеством)
- 4) участвую в художественной самодеятельности
- 5) провожу время с внуками
- 6) затрудняюсь ответить
- 7) другое _____

11. Как Вы считаете, где Вы сможете использовать информацию, полученную на занятиях? (ВЫБЕРИТЕ НЕ БОЛЬШЕ ТРЕХ ВАРИАНТОВ ОТВЕТА. ВЫ МОЖЕТЕ ДОБАВИТЬ СВОЙ ВАРИАНТ ОТВЕТА)

- 1) в хозяйственно-бытовой сфере

- 2) в решении семейных вопросов
- 3) в трудовой деятельности
- 4) в решении правовых вопросов
- 5) в общественных делах
- 6) при решении вопросов, связанных со здоровьем
- 7) в культурно-досуговой сфере
- 8) в сфере физической культуре и спорта

12. Каким формам занятий в Школе пожилого возраста Вы отдаете предпочтение? (ОТМЕТЬТЕ ОДИН ВАРИАНТ ОТВЕТА)

- 1) групповая работа
- 2) индивидуальная работа
- 3) экскурсии (посещение каких-либо конкретных учреждения)
- 4) конкурсы

13. Удовлетворены ли Вы занятиями в Школе пожилого возраста? (ОТМЕТЬТЕ ОДИН ВАРИАНТ ОТВЕТА)

- 1) полностью удовлетворен
- 2) скорее удовлетворен
- 3) не удовлетворен
- 4) совсем не удовлетворен
- 5) затрудняюсь ответить

14. Нашли ли Вы единомышленников и новых друзей, посещая Школу пожилого возраста? (ОТМЕТЬТЕ ОДИН ВАРИАНТ ОТВЕТА)

- 1) да, у меня появилось много новых друзей и знакомых
- 2) нет, я ни с кем не общаюсь
- 3) затрудняюсь ответить

15. Считаете ли Вы необходимым, чтобы «Школа пожилого возраста» продолжала свою деятельность?

- 1) да
- 2) нет
- 3) затрудняюсь ответить

16. Укажите, пожалуйста, Ваш пол?

- 1) женский
- 2) мужской

17. Укажите, пожалуйста, Ваш возраст (количество полных лет)

18. Уровень Вашего образования:

- 1) среднее профессиональное
- 2) незаконченное высшее
- 3) высшее профессиональное
- 4) два и более высших профессиональных

19. Работаете ли Вы в настоящее время?

- 1) работаю полный рабочий день
- 2) работаю неполный рабочий день/ по совместительству
- 3) не работаю
- 4) другое _____

Лист интервью с руководителями «Школы пожилого возраста»

- 1) Представьтесь, пожалуйста. Расскажите о своей деятельности.
- 2) Достаточно ли Вам знаний и нормативных документов для организации занятий в ШПВ?
- 3) Какой методической литературой Вы пользуетесь при проведении занятий?
- 4) По Вашему мнению, учтены ли в методических пособиях особенности пожилого возраста?
- 5) Что Вы используете дополнительно при подготовке к занятиям?
- 6) Какие методы и формы Вы применяете при проведении занятий?
- 7) Как Вы считаете, каковы причины посещения пожилыми ШПВ?
- 8) Какая форма работы пользуется наибольшим успехом у слушателей ШПВ?
- 9) Какое отделение ШПВ пользуется наибольшим интересом у слушателей ШПВ и почему?
- 10) Как Вы думаете, что дает посещение занятий ШПВ клиентам?
- 11) Как Вы считаете, удовлетворены ли граждане, посещающие ШПВ содержанием программ?
- 12) Как Вы думаете, какие трудности и проблемы решают граждане, посещающие ШПВ?
- 13) С какими трудностями Вы сталкиваетесь при реализации проекта ШПВ?
- 14) Какие трудности у Вас возникают при работе с пожилыми людьми?
- 15) Удовлетворены ли Вы работой в ШПВ и что хотели бы предложить для улучшения ее деятельности?

Интервью №1

Пол: женский

Стаж профессиональной деятельности: 8 лет

Должность: заведующая отделения срочного социального обслуживания (руководитель направления «Садоводов-огородников», «Творческая и прикладная деятельность»)

Образование: высшее

Достаточно ли Вам знаний и нормативных документов для организации занятий в ШПВ?

Самым главным документов при организации занятий в «Школе пожилого возраста» является Постановление Правительства Свердловской области об утверждении комплексной программы в Свердловской области "Старшее поколение" на 2014 — 2018 годы. Согласно данной программы, существует необходимость комплексного решения проблем повышения уровня и качества жизни населения наряду со специально разработанными государственными мерами в отношении отдельных групп населения, в том числе пожилых людей.

Каждое отделение ШПВ в свою очередь использует конкретную методическую литературу для проведения занятий, но существует методическое пособие, с которым все организаторы ШПВ на начальном этапе внедрения были ознакомлены и это пособие является настольной книгой всех преподавателей, осуществляющих работу с пожилыми людьми – это «Социокультурная реабилитация граждан пожилого возраста» учебно-методические пособия для слушателей и преподавателей.

Какое отделение ШПВ пользуется наибольшим интересом у слушателей ШПВ и почему?

Пожилым людям очень нравится отделение «Творческой и прикладной деятельности», в котором можно научиться новым техникам декоративно-прикладного творчества, а в дальнейшем сделанные своими руками поделки

можно дарить своим близким, затрачивая на это минимальное количество средств.

С какими трудностями Вы сталкиваетесь при реализации проекта ШПВ?

Самая главная проблема состоит в том, что помимо своих должностных обязанностей специалисты занимаются реализацией программы «Школа пожилого возраста и эта работа не включена в государственный заказ и поэтому можно сказать что всё осуществляется на общественных началах, благодаря творческим людям, которые искренне увлечены этим, но взамен получают только моральное удовлетворение.

Интервью №2

Пол: женский

Стаж профессиональной деятельности: 26 лет

Должность: Заведующая отделения участкового социального обслуживания (руководитель направления «Компьютерная грамотность», «Профессиональная ориентация»)

Образование: высшее

Как вы считаете каковы причины посещения пожилыми ШПВ?

Самыми главными причинами являются одиночество, проблемы с взаимодействием в семье, возможность расширить круг общения, и тяга к новым знаниям и возможность ими поделиться.

В Школе пожилого возраста пожилые люди получают систематическую тренировку памяти, речи, навыки общения, восполнение дефицита ярких эмоциональных впечатлений, речевой, интеллектуальной деятельности, освоение новых общественных ролей через новый образ их жизни, развитие культурных и эстетических интересов. В группах ровесников пожилые люди легко находят людей близкого себе круга, с такими же ценностями, и в дальнейшем — друзей.

Какое отделение ШПВ пользуется наибольшим интересом у слушателей ШПВ и почему?

Отделение компьютерной грамотности самое востребованное направление. Востребовано оно потому, что сейчас век информационных технологий и наши пенсионеры не хотят отставать от молодежи. Я считаю, что старость должна быть «продвинутой» и поэтому мы стараемся научить пожилых людей работать с компьютерами. Уже сейчас пожилой человек, прошедший обучение может самостоятельно посмотреть свой любимый фильм, найти интересные рецепты в интернете, общаться со своими родственниками по скайпу или в социальных сетях. Еще раз повторюсь, что пожилым людям нужно осваивать интернет. Во-первых, это общение, ведь

одиночество здоровья не прибавит, во-вторых это информация, которая волнует именно «сейчас» и самое главное снимаются стрессовые состояния.

Какой методической литературой Вы пользуетесь при проведении занятий?

«Компьютерная грамотность» учебно-методические пособия для слушателей и преподавателей; «Профессиональная ориентация» учебно-методические пособия для слушателей и преподавателей.

Можно отметить, что пока все учебные пособия выполняют свою функцию, потому что они являются накопителем информации по данному направлению, также многие учебные пособия содержат список литературы и в некоторых из них содержатся практические задания для слушателей и методика проведения занятий. Некоторые учебные пособия являются образцом качественной продукции для людей пожилого возраста, которые учитывают их возрастные особенности.

Помимо рекомендованных пособий для преподавателей ШПВ, сами сотрудники, осуществляющие образовательный процесс стараются подбирать актуальную и необходимую информацию согласно запросам самих учащихся.

Интервью №3

Пол: женский

Стаж профессиональной деятельности: 14 лет

Должность: Заведующая отделения срочного социального обслуживания (руководитель направления «Активное долголетие», «Социальный туризм», «Краеведение»)

Образование: высшее

Какое отделение ШПВ пользуется наибольшим интересом у слушателей ШПВ и почему?

Сегодня пожилые люди стараются следить за своим здоровьем, в этом им помогает отделение «Активное долголетие», где можно узнать, как поддерживать иммунитет, изучить теоретический материал по вопросам очищения организма, правильного питания, закаливания и профилактики, узнать, чем русская баня отличается от сауны и многое другое. Больше всего пожилым нравятся практические занятия: скандинавская ходьба, дендротерапия, участие в спортивных мероприятиях, которые проходят под руководством специалистов КЦСОН «Малахит».

С какими трудностями Вы сталкиваетесь при реализации проекта ШПВ?

Проблема привлечения дополнительных специалистов для проведения мастер-классов;

Проблема привлечения волонтеров;

Проблема привлечения дополнительных средств, поэтому мы сами занимаемся фандрайзингом.

Интервью №4

Пол: женский

Стаж профессиональной деятельности: 3 года

Должность: Заведующая отделения социального обслуживания на дому
(руководитель направления «Обучение навыкам ухода»)

Образование: высшее

Расскажите про свое отделение ШПВ и с какими трудностями Вы сталкиваетесь?

Направление «Обучение навыкам ухода» не является популярным, да и сами сотрудники являются неквалифицированными в данной области. Помимо этого, существует нехватка иллюстративного материала нового образца.

Как вы считаете каковы причины посещения пожилыми ШПВ?

Самыми главными причинами являются одиночество, проблемы с взаимодействием в семье, возможность расширить круг общения, и тяга к новым знаниям и возможность ими поделиться.

В Школе пожилого возраста пожилые люди получают систематическую тренировку памяти, речи, навыки общения, восполнение дефицита ярких эмоциональных впечатлений, речевой, интеллектуальной деятельности, освоение новых общественных ролей через новый образ их жизни, развитие культурных и эстетических интересов. В группах ровесников пожилые люди легко находят людей близкого себе круга, с такими же ценностями, и в дальнейшем — друзей.

Интервью №5

Пол: женский

Стаж профессиональной деятельности: 10 лет

Должность: Заведующая консультативного отделения (руководитель направления «Правовая и экономическая культура», «Безопасная жизнедеятельность»)

Образование: высшее

Расскажите про свое отделение ШПВ и с какими трудностями Вы сталкиваетесь?

Мы организаторы направления «Профессиональной ориентации» даже сами до сих пор не понимаем специфику данного направления. Получается, что мы должны помогать в поиске работы пожилым людям, однако мы не центр занятости, и максимум, что можем предложить это сайты, где можно посмотреть информацию. И совершенно другая ситуация обстоит с направлением «Социальный туризм», пожилые люди активно стремятся посещать разнообразные объекты г. Екатеринбурга.

С какими трудностями Вы сталкиваетесь при реализации проекта ШПВ?

Проблема привлечения дополнительных специалистов для проведения мастер-классов;

Проблема привлечения волонтеров;

Проблема привлечения дополнительных средств, поэтому мы сами занимаемся фандрайзингом.