

Социальная работа и социальная реабилитация в ПВТ № 31

Автор: психолог Поронькина Наталья Александровна

Пансионат для ветеранов труда №31 является медико- социальным учреждением. Он рассчитан на 510 человек. Деятельность учреждения направлена на оказание разносторонней помощи пожилым людям и инвалидам, частично или полностью утратившим способность к самообслуживанию и нуждающимся по состоянию здоровья в постоянном уходе и наблюдении.

Цель работы с пожилыми людьми в Пансионате для ветеранов труда №31 - создание оптимальных условий для проживания пожилых людей, чтобы они смогли почувствовать себя полноценными гражданами общества, не были оторваны от окружающего мира, а наоборот, вовлечены в общественную жизнь.

Основными задачами при работе с пожилыми людьми в пансионате являются:

- обеспечение специализированного ухода;
- сохранение социального статуса пенсионеров;
- повышение интереса к жизни;
- раскрытие их духовности;
- сохранение их физического здоровья;
- поддержания ощущения быть нужным окружающим;
- создание условий для активного образа жизни.

С каждой новой ступенькой развития общества увеличивается количество и повышается качество оказываемых услуг пожилым людям. Если раньше больше думали о том, чтобы накормить и обогреть своих подопечных, то с развитием общества, с возрастанием вклада государства в социальную сферу, приоритетной задачей становится повышение качества жизни пожилого человека.

Смысл социальной работы в ПВТ №31 – социальная реабилитация, действительное восстановление в привычных обязанностях, функциях, видах деятельности, характере отношений с людьми. Надо не только давать пожилому человеку, но и помогать ему продолжать отдавать себя, чтобы он чувствовал определенную стабильность, ощущал оптимизм и надежду на то, что и в новых обстоятельствах человек остается нужным обществу.

В ПВТ№31 осуществляется целый ряд мероприятий реабилитационного значения: проводится работа по социально-средовой, социально-психологической адаптации пожилых людей к новым условиям, включая информирование о пансионате, проживающих в нем и вновь прибывших об оказываемых услугах, изучаются особенности характера, привычек, интересов поступающих людей, их потребности в посильной трудовой деятельности, их пожелания в организации досуга. Все это имеет важное значение для создания нормального морально-психологического климата в пансионате и предотвращения возможных конфликтных ситуаций.

Основная задача социальной работы с пожилыми людьми не просто предоставить пожилому человеку уход и требуемую поддержку, но и постараться сделать процесс перехода к новому жизненному этапу наименее болезненным, снизив до минимума негативные последствия переезда. Первые дни пребывания в пансионате являются самыми тяжелыми. Идет привыкание человека к новым условиям и к новым людям, поэтому здесь проводится специалистами большая адаптационная работа. Человеку выдается памятка «Добро пожаловать» (разработанная психологической службой), проводится ознакомительная беседа с отделением, распорядком дня, подбор и знакомство с соседями по комнате, а также с другими проживающими. Одну из главных ролей в этом играет Совет ветеранов, избранный из числа самих проживающих. Они берут человека под контроль: знакомят его с условиями проживания, предлагают посильную помощь, а сохранным предлагают активно включиться в общественно-полезную деятельность.

Сотрудниками пансионата осуществляется большая работа, направленная на повышение комфортного уровня проживания ветеранов. При размещении проживающих учитываются их физическое и психическое состояние, наклонности, психологическая совместимость.

Важную роль для обеспечиваемых играет обстановка уюта и комфорта, созданная во всех отделениях. Все комнаты и холлы оснащены удобной современной мебелью, холодильниками, телевизорами. На каждом этаже - аквариум. Для удобства ветеранов имеется персональная связь с персоналом, индивидуальный свет, наушники, кнопки вызова медперсонала. Коридоры, туалеты, ваннные комнаты оборудованы поручнями, держателями, приспособлениями для купания, умывания и уборки. Радует глаз большое количество картин, ваз, цветов, различных композиций, икебан.

Для категории людей, нуждающихся в постоянном уходе, в пансионате создано 10 отделений милосердия. Они полностью приспособлены для

комфортного пребывания лежачих больных и людей с ограниченными функциями.

Для проживающих, прикованных к постели, мы стараемся создать условия, чтобы они не чувствовали себя одинокими. Экспериментально опробовано влияние на пожилых людей оригами. Как показал опыт, проживающие реагируют на них положительно. При беседе выяснялось, что у многих наблюдается повышение настроения, стабилизация психоэмоциональной сферы, снижение раздражительности. Но здесь надо учитывать индивидуальный подход к каждому человеку. Эффективны также при работе с лежачими больными методы музыкотерапии, ароматерапии.

В работе любого сотрудника нашего учреждения очень важно - уметь корректно общаться с пожилыми людьми. Ведь пожилые – это очень разные люди. Среди них есть сохранные и полностью утратившие способности к самообслуживанию, довольные жизнью и несчастные, малоактивные домоседы и жизнерадостные, оптимистически настроенные люди, занимающиеся спортом, ведущие активный образ жизни. А ветераны, проживающие у нас, часто обижены на свою судьбу, нетерпеливы, подавлены, пессимистично настроены. Поэтому для того, чтобы успешно работать с пожилыми людьми, сотруднику нужно знать особенности его характера, материальные и духовные потребности, состояние здоровья. Быть терпеливым, внимательным, уметь выслушать и оказать помощь в любых ситуациях.

Для повышения качества обслуживания психологами регулярно проводятся занятия и разработан ряд памяток по поведению в различных ситуациях, которыми руководствуются все сотрудники пансионата:

1. «Памятка по поведению сотрудников в конфликтных ситуациях»;
2. «Памятка при работе слабовидящими и слабослышащими проживающими»;
3. «Рекомендации по поведению персонала при суицидальных и парасуицидальных ситуациях».

Важным моментом социальной работы с ветеранами, проживающими в пансионате для ветеранов труда №31, является оказание помощи в вопросах:

- Оформления документов,
- Консультирование по вопросам, связанным с правом граждан на социальное обслуживание в медико-социальном учреждении;
- Оказание юридической помощи и содействие в получении установленных законодательством льгот;
- Вопросы, связанные с пенсионным обеспечением;
- Содействие в получении страхового медицинского полиса.

Всеми вопросами по документации занимаются специалисты отдела кадров. Таким образом, при поступлении в пансионат, проживающие забывают о проблемах и трудностях, связанных с различными документами и посещениями официальных органов.

В учреждениях медико-социальной сферы, таких как пансионаты общего типа, - медицинская, социальная и психологическая реабилитации неразрывно связаны друг с другом и подчас составляют единое целое.

Функции человеческого организма и особенности его старения свидетельствуют о том, что он приспособлен к деятельности, а не к покою. Поэтому комплекс медико - социальных реабилитационных мероприятий в ПВТ №31 включает в себя несколько направлений, способствующих активному долголетию:

- Медицинское
- Социальное
- Психологическое
- Социально-трудовое
- Организация досуга и отдыха.

Одной из ведущих задач социальной реабилитации в настоящее время, помимо оказания медицинской помощи проживающим, является помощь в сохранении до глубокой старости физической активности, бодрости духа и оптимизма. Таким образом, жизнь при поступлении в пансионат не начинается заново, а продолжается, только вне дома.

При поступлении в пансионат проживающий проходит диагностическое обследование, психологические тестирования, на основе которых составляется индивидуальные планы социально-психологической реабилитации, которые в случае необходимости могут корректироваться.

План реабилитационных мероприятий для ветеранов и инвалидов включает в себя:

- Способность к самообслуживанию
- Нуждается ли человек в посторонней помощи
- Обеспеченность средствами реабилитации
- Диета
- Лабораторные методы обследования
- Консультации специалистов
- Групповые и индивидуальные занятия с ЛФК инструктором
- Групповые и индивидуальные занятия с психологом
- Массаж
- Комната психологической разгрузки

- Физиотерапевтическое лечение
- Участие в культурно-массовых мероприятиях (посещение экскурсий, лекций, концертов, коллективных просмотров фильмов, прогулки на свежем воздухе в весенне-летний и осенне-зимний периоды).

Важным направлением социальной реабилитации в ПВТ №31 является работа специалистов психологической и реабилитационно- оздоровительной служб.

Работа психологической службы направлена:

1. на выявление социальных и личностных проблем ветерана;
2. на помощь при адаптации к новым условиям проживания вновь поступивших, а также ведение пожилого человека во время всего адаптационного периода;
3. на повышение качества жизни для каждого поступающего;
4. на исследование психологических особенностей пожилого человека, что дает возможность подобрать правильную тактику в работе с этим человеком;
5. на подбор индивидуальных методов психологической реабилитации;
6. на разрешение конфликтных ситуаций между проживающими.

Как правило, пожилые люди, проживающие в пансионатах, имеют проблемы не только социального характера, но и проблемы со здоровьем.

С пожилым возрасте у большинства людей происходит снижение когнитивных функций. Согласно планам реабилитации ежедневно проходят групповые занятия, где психолог проводит «Тренинг познавательных процессов», направленный на поддержание когнитивных функций. Как показывает практика, проживающие с удовольствием посещают занятия и участвуют в тренингах. Таким образом, групповые занятия с психологом не только помогают поддерживать мыслительную деятельность, но и способствуют социальному взаимодействию.

В ПВТ №31 функционирует комната психологической разгрузки, оснащенная по передовым технологиям. Занятия в КПР проходят по различным методикам: расслабляющей, общей, стимулирующей и т. д.

Также в ПВТ №31 активно функционирует *реабилитационно-оздоровительная служба пансионата*. Её деятельность заключается в заботе о физическом состоянии здоровья проживающих. Многие наши ветераны уделяют большое внимание занятиям спортом. Для этого в ПВТ № 31 оборудован тренажерный зал, оснащенный современными тренажерами.

Важным направлением в работе инструкторов лечебной физкультуры является обучение навыкам самообслуживания. И как показывает

многолетний опыт, правильно организованный уход и адекватная терапия дают возможность большому количеству ветеранов вернуть способность к передвижению и самообслуживанию.

Инструктора лечебной физкультуры также проводят индивидуальные занятия, которые способствуют *восстановлению утраченных функций*. Для заполнения досуга ветеранов проводятся различные спартакиады, эстафеты и турниры по настольным играм. Причем, важным пунктом является не победа, а участие.

Важным моментом *реабилитации* является организация прогулок в течение всего года. Это очень трудоёмкая работа, но её результаты оправдывают все затраченные на это усилия. В осенне-зимний период проживающие вывозятся на прогулки не реже чем 2-3 раза в неделю, а в весенне-летний период - ежедневно.

Для улучшения *качества жизни* проживающих ведется большая культурно-массовая работа, включающая в себя проведение концертов, лекций, экскурсий, что является неотъемлемой частью программы реабилитации пожилых инвалидов. *Целью* мероприятий является стремление разнообразить пребывание пожилого человека в учреждении, заполнить его свободное время, создать комфортные условия для общения друг с другом, так как наша задача состоит *в повышении уровня психической активности проживающих*.

При поступлении в пансионат, человек часто думает, что здесь он будет спать и есть. Но это очень ошибочное представление о нашем учреждении. Наоборот, пожилой человек получает широкий спектр новых возможностей. Проживающие активно вовлечены в культурную жизнь не только пансионата, но и посещают театры, выставки, исторически значимые места.

Что бы заполнить свободное время ветеранов специалистами ПВТ №31 ведется большая работа. Организован досуг в послеобеденное время. Каждый день его проводят разные специалисты - психологи, ЛФК инструкторы, культорганизатор, а также медперсонал. Занятия могут иметь различные направления (просмотр любимых кинофильмов, видеофильмов с элементами релаксации, час «караоке», занятие по музыкотерапии, настольные игры и т.д.), но обязательно это то, что интересно проживающим. Ветераны проходят тестирование, где они отражают свои предпочтения, чем любят заниматься в свободное время. На основе этого строится программа проведения досуга на месяц.

Регулярно нашим ветеранам организовываются экскурсии, так как многие с удовольствием продолжают вести культурный образ жизни. Для проживающих с ограниченными способностями заказываются специальные

автобусы с подъемниками. Экскурсии предоставляются разноплановые: посещение Кремля «Алмазного фонда», Третьяковской галереи, экскурсия в Сергиев Посад, по вечерней Москве и т.д.

В пансионате, из числа проживающих, образовался ансамбль «Будь здоров!», который стал неоднократным лауреатом и победителем ежегодно проводимого фестиваля «Песни прошлых лет».

Также из числа сотрудников сформирован коллектив художественной самодеятельности «Гармония», который тоже занимает призовые места в фестивалях, организованных Департаментом социальной защиты населения г. Москвы.

Каждый месяц отмечаются Дни рождения наших ветеранов. Это обязательно накрытые столы и, конечно, поздравление ансамбля «Будь здоров!» или приглашенного музыкального коллектива. Регулярно проходят выставки картин художников галереи «Беляево», а также оформляются фотовыставки на различные темы «Я и мой питомец», «30 лет как одно мгновение», «Зимняя сказка» - выставка рисунков детей сотрудников и т.д.

Активно работает программа «Связь поколений», которая включает в себя помощь и активное взаимодействие с детьми из подшефного детского дома №7. В свою очередь, эти дети очень любят бывать в гостях у, ставших им уже почти родными, «бабушек» и «дедушек».

Важную роль в жизни многих пожилых людей религия. Для ветеранов религия выступает основой устойчивого эмоционального состояния. Поэтому в ПВТ №31 открыта и успешно функционирует церковь Серафима Саровского. Каждый верующий может прийти за помощью. На великие религиозные праздники здесь проходят служения, а в день Светлого Христова Воскресения вынос Плащаницы и освящение куличей. В обычные дни богослужения проводятся регулярно. К тем проживающим, которые не могут самостоятельно посетить церковь, священник приходит в комнату.

Для улучшения качества жизни проживающих регулярно проводятся мероприятия «Вечер вопросов и ответов», «День открытых дверей», на которых непосредственно происходят встречи администрации и обслуживающего персонала с общественностью, корректируется работа медицинского и кулинарного советов. Особое внимание уделяется *анкетированию* проживающих. Психологической службой составляются анкеты, цель которых - выявление проблем, а также самых волнующих вопросов наших ветеранов, они, как правило, различного характера:

- анкеты по питанию – «Новогоднее меню», « Удовлетворены ли Вы качеством питания в нашем Доме» и др.;

- анкеты «В человеке все должно быть прекрасно» - о предпочтениях в одежде, обуви, аксессуарах;
 - о психологическом климате в отделениях - «Как вам живется, ветераны», «ПВТ №31 – территория комфорта»;
 - о праздничных мероприятиях: «А готовы ли мы ко Дню рождения любимого города?»,
- а также опросы ветеранов по самым актуальным вопросам их жизни.

Таким образом, выясняется, что нужно изменить, как сделать, чтобы стало ещё лучше. В каждой анкете обязательно есть пункт «Ваши предложения и пожелания», где ветераны с удовольствием предлагают свои идеи.

Все эти мероприятия позволяют расширять возможности и удовлетворять потребности каждого пожилого человека, постоянно улучшать качество его жизни, возвращать к ней интерес и расширять круг общения.

В последнее время *концепция «образа жизни» и «качества жизни»* приобретает все большее значение в реабилитации пожилых людей и инвалидов, проживающих в стационарных учреждениях социальной сферы. Еще совсем недавно пансионаты были ориентированы на оказание лечебной помощи престарелым и инвалидам и облегчение их физических недугов. Работа строилась в большей степени по принципу больничных отделений и была возложена на медперсонал. Уделяя большое внимание качеству жизни, в ПВТ №31 используется комплексный подход к проблеме старения. Разрабатываемые реабилитационные мероприятия дают возможность обеспечиваемым принимать активное участие в своей судьбе, испытывая удовлетворенность своей ролью в жизни, осознавая ценность жизненного опыта. Таким образом, пожилые люди, проживающие в ПВТ№31, знают и чувствуют, что *они нужны и общество заботится о них, защищает их.*