

Эффективность организации психологической работы в ПВТ № 6

Автор медицинский психолог ПВТ № 6 Артемьева В. В.

Одиночество на склоне лет становится все более тревожной демографической и социально-экономической проблемой современного общества. Лишенные семейной опоры, друзей, дома, одинокие пожилые люди вследствие болезней далеко не всегда могут наладить нормальный быт, удовлетворить самые необходимые жизненные потребности. Очень часто можно встретить пожилых людей, не сумевших наладить теплые отношения со своими детьми и испытывающих от этого глубокое чувство обиды и разочарования, особо остро ощущающих свои ненужность, не востребованность, т.к. в процессе старения ими утеряна социальная значимость.

Специальные жилые дома для одиноких пожилых людей и супружеских пар - это один из путей решения этой сложной проблемы по оказанию комплексной помощи старикам, оказавшихся в такой ситуации.

Отношение к проживанию в пансионате среди проживающих различно. Одни воспринимают такую ситуацию как положительную, представляющую возможность жить комфортно, не создавая трудностей ни семье, ни обществу в целом. Другие тяготятся своим новым положением и надеются (с долей пессимизма) вернуться домой. В последнем случае часто обвиняют детей в безжалостности и жизнь в несправедливости.

Безусловно, мы как профессионалы понимаем, поступление на проживание в пансионат, изменение привычного уклада жизни является *критическим моментом* в жизни пожилого человека: непредвиденные ситуации, новые люди, непривычная обстановка, неясность социального статуса - эти жизненные обстоятельства заставляют пожилого человека приспосабливаться и к внешнему окружению, и к изменениям, происходящим в них самих. Пожилые жители пансионатов ограничены в принятии решений, выборе социальных контактов, они не видят жизненных перспектив, и у них появляется тревожное внутреннее состояние, которое приводит к депрессии.

Э.Я. Штернберг рассматривает переезд в дом престарелых как *стрессовую ситуацию*, которая не только ведет к нарушению адаптации, но и, усугубляя социальную изоляцию, увеличивает риск сердечно-сосудистых заболеваний и даже смерти. Основными источниками стресса при этом считаются потеря знакомого окружения и разрыв социальных связей. Поэтому, помимо необходимости улучшения бытовых условий и качества медицинского обслуживания, в домах-интернатах остро стоит вопрос об организации социально-психологической адаптации лиц пожилого возраста.

В качестве *противовеса* и альтернативным фактором, влияющим на психологическую адаптацию, можно отнести *профилактику* негативного отношения к пансионатам. Согласно данным отечественных авторов, большинство пожилых людей имели к моменту поступления в пансионат элементарные сведения об этом учреждении, полученные из разных источников. Сведения носили формальный, а в ряде случаев искаженный характер.

Для решения вышеобозначенных проблем, а также для расширения социальных интересов пожилых людей и оказания им психологической помощи, в ПВТ № 6 разработана *комплексная реабилитационная социально-психологическая программа*. Специалистами были поставлены *цели*:

- сохранение и поддержание психического и психологического здоровья пожилых людей,
- повышение социальной активности проживающих пансионата,
- возвращение интереса к жизни,
- улучшение качества жизни.

Данные цели мы решаем с помощью следующих *задач*:

- сохранение жизненного потенциала пожилых пациентов, их самоуважения и идентичности;
- предоставление возможности самовыражения;
- организация разнопланового досуга для людей пожилого возраста;
- создание условий для личностного развития, активизация их творческого потенциала;
- содействие социальному взаимодействию пожилых людей через формирование и развитие навыков коммуникации, расширение круга общения, установление приятельских и дружеских отношений;
- способствование взаимопониманию между пожилыми людьми, а также между проживающими и сотрудниками, преодолению их личностных и возрастных различий.

Конечно же, профессионалы понимают, что пансионаты - это учреждения со специфическим регламентом, режимом, что отражается на психологическом настрое проживающих там пожилых людей, дополняя уже сформировавшийся к преклонным годам портрет. Среди личностных изменений в процессе старения обычно выделяют такие, как проявление нетерпимости, консерватизма, обидчивости и эгоцентризма, недоверчивость и снижение эмоционального фона.

В этом аспекте, *особую значимость* приобретает грамотная организация образа жизни пожилых людей, обучение их правильному общению и межличностным отношениям, вовлечение в общественно полезную деятельность, создание условий для поддержания контактов с внешним миром.

В течение первых дней пребывания пожилого человека в пансионате решается вопрос о подборе соседа для дальнейшего проживания. При этом возникает проблема межличностных отношений, психологической совместимости. Любой специалист, работающий в пансионате, отметит эту проблему как особо острую.

Межличностные конфликты - один из повседневных элементов жизни пансионата для пожилых людей. Проживающие приобретают здесь многие блага, но вместе с тем подвергаются негативным социально-психологическим воздействиям, являющимся следствием «общежитского образа жизни» и «казенного» унифицированного обеспечения.

Важной проблемой является также то, что многие работники пансионата подвержены тенденции негативно стереотипизировать пожилых людей, они уверены, что старикам уже нечего ожидать от жизни. Ее решением, на мой взгляд, может служить повышение профессионального и культурного уровня обслуживающего персонала путем обучения основам гериатрии и геронтологии, геронтопсихиатрии и геронтопсихологии.

Таким образом, *психологическая адаптация* применительно к лицам пожилого возраста в пансионатах — сложный многоуровневый процесс, в результате которого личность, деформированная старением, множественной соматической патологией и стрессовой ситуацией, приспосабливается к новым условиям жизни.

Приведу конкретные статистические данные по работе психолога в ПВТ № 6 ДСЗН г. Москвы.

За 2007 г. в рамках программы и в целях оказания медико-психологической помощи социально-психологической службой было принято 466 проживающих, с которыми проведено:

- ✓ медико-психологических консультаций – 173;
- ✓ коррекции выявленных отклонений в общении с окружающими, в поведении, в настроении (беседы, консультации, посещение сенсорного кабинета) – 48;
- ✓ индивидуальных сеансов медитации, релаксации, гипно-сеансов – 18;
- ✓ плановых наблюдений нуждающихся проживающих, а так же лиц страдающих синдромом алкогольной зависимости – 167;
- ✓ сопровождений вновь поступивших с выраженным тревожным, подавленным эмоциональным состоянием – 36;
- ✓ целевых профилактических осмотров – 24.

Наряду с функциональными обязанностями психолога, предусмотренными должностной инструкцией, по поручению администрации ПВТ 6 № персоналом медико-психологического отделения были выполнены *следующие работы*:

1. разработана и внедрена программа реабилитации проживающих в ПВТ № 6 с использованием сенсорной комнаты в коррекционной

- работе;
2. разработана и внедрена психотерапевтическая программа «Снижение синдрома алкогольной зависимости» для лиц, употребляющих спиртные напитки;
 3. проведено анкетирование проживающих с целью выявления качества питания, предложений по его улучшению, а также по условиям проживания ветеранов в Доме (опрошено – 340 человек);
 4. регулярно проводились профилактические беседы о вреде алкоголизации и табакокурения среди проживающих;
 5. проводилось обследование проживающих по оценке характерологических особенностей личности, интересов профориентаций, пожеланий, индивидуальных способностей и ситуационных возможностей;
 6. оказывалась психокоррекционная помощь проживающим и их родственникам в решении личностных, медико-социальных и бытовых проблем;
 7. организовывались индивидуальные и групповые психологические занятия;
 8. постоянно проводилась организация досуга проживающих (настольные игры, просмотр TV, концерты и тт.);
 9. при коллегиальном взаимодействии с руководством и сотрудниками отделений проводился индивидуальный подбор соседей для ветеранов с целью улучшения психологического климата и адаптации к новым условиям проживания в пансионате;
 10. велась работа в комнате психологической разгрузки, согласно рекомендациям врача по различным методикам (релаксационно-стимулирующим, опорно-двигательным, использовались психоэмоциональные тренинги);
 11. проводились открытые групповые занятия с элементами творческой практики;
 12. проводилась работа по обучению медицинского персонала вопросам медицинской, социальной психологии и деонтологии.

Деятельность психологов совместно с другими специалистами в данном направлении продолжается.

В заключении хотелось бы отметить тот факт, что ученые и практики, работающие в социальной сфере, вносят различные предложения по совершенствованию пансионатов и разработке их новых, перспективных форм. Но главное, мне кажется, необходимо учесть, что работа с пожилыми людьми должна быть, прежде всего, ориентирована на потребности, запросы и интересы этой категории лиц. Осуществляя *дифференцированный подход*, нужно не только создать условия для обеспечения физического комфорта пожилых людей, но и максимально поддерживать их потенциал как *социально активной группы*.