

Роль комплексной реабилитации пожилых людей и инвалидов для достижения их адаптации в пансионатах для ветеранов труда

Архипова О. В.

Ключевые слова: стационарные учреждения социального обслуживания, адаптация, методы реабилитации, пожилые, инвалиды

Резюме: В данной статье рассматриваются медико-социально-психологические аспекты работы с резидентами стационарных учреждений социального обслуживания, описана эффективная модель комплексной реабилитации пожилых и людей с ограниченными возможностями в рамках комплексного подхода.

Увеличение численности населения старших возрастов в России определило актуальность создания и развития в стране специальных медико-социальных учреждений – домов-интернатов (также называемых пансионатами для ветеранов войны и труда и т. д.). В пансионатах для ветеранов труда проживают как пожилые граждане, длительное время трудившиеся на производстве, так и люди с ограниченными возможностями, не достигшие пенсионного возраста, нуждающиеся по состоянию здоровья в бытовом обслуживании, уходе и медицинской помощи при отсутствии у них показаний к стационарному лечению в учреждениях здравоохранения.

В последние годы большая часть пансионатов Департамента социальной защиты населения г. Москвы приобретает характер реабилитационных учреждений, помогающих пожилым и людям с ограниченными возможностями адаптироваться к возникшим трудностям своего возраста, здоровья, психического и физического состояния, что направлено на организацию активного образа жизни резидентов, а также на использование их остаточной трудоспособности.

При поступлении на проживание в пансионат пожилой человек оказывается в психологически тяжелом положении. Факт *институционализации* (переход на постоянное жительство в какой-либо стационар, например, в пансионат, и дальнейшее там проживание) изменяет привычную жизнедеятельность пенсионера, что является критическим моментом в его жизни [10]. Многочисленные исследования свидетельствуют о том, что структура личности пожилого человека претерпевает значительные изменения не только вследствие процессов старения организма и появления хронических заболеваний. Существует целый ряд внешних факторов, изменяющих социальную ситуацию развития личности, в том

числе потеря близких людей, одиночество, обесценивающее отношение общества и ближайшего социального окружения к лицам пожилого возраста, а также сам факт попадания в учреждение интернатного типа [8]. Все сказанное делает актуальной разработку специальных реабилитационных программ для лиц пожилого возраста, включающих услуги по геронтообразованию.

Основными задачами является выстраивание мер по качественной и надежной системы ухода за пожилыми людьми и инвалидами; создание условий проживания, приближенных к домашним; повышение интереса к жизни, раскрытия их духовности, поддержание ощущения нужности окружающим, физического здоровья и активного долголетия и сохранения личностного статуса пожилого человека.

Базой для исследования стал Пансионат для ветеранов труда № 31-экспериментально-методическое учреждение Департамента социальной защиты населения г. Москвы (далее ДСЗН), - рассчитанный на 500 мест. Средний возраст резидентов - 80,6 лет. Количество сотрудников ПВТ № 31 – 272 человека.

Необходимо, в первую очередь, подчеркнуть важность *комплексности* в подходе к личности пожилого человека. При поступлении на проживание в пансионат вокруг пенсионера образуется целая система, включающая Департамент Социальной Защиты Населения г. Москвы, медицинских и социальных работников учреждения, психологов, узких специалистов, работающих в стационаре, родственников пожилого человека, религиозные организации, волонтеров и др. Для продуктивной жизнедеятельности всей системы требуется слаженная работа каждого звена.

Психологическая работа в аспекте медико-социальной реабилитации есть важнейшее звено системы, так как через призму психологии, с помощью ее методов и приемов можно продуктивно организовать работу и повысить эффективность всех реабилитационных мер, включая меры медицинского и социального характера. Необходимость все большей интеграции медицинской и социально-психологической помощи пожилым людям обосновывает необходимость разработки комплексных критериев, таких как *социально-психологический статус* пожилого человека, который отражает совокупность характеристик его жизни и отношения ко всему происходящему [9].

В пансионате применяется медикаментозная терапия, физиотерапевтическое лечение, лечебная гимнастика и различные формы социально-психологической работы. Оборудован кабинет «Горного воздуха», комната психологической разгрузки, тренажерный зал,

организованы зооуголки. Широко применяются в работе современные методы реабилитации и ухода за пожилыми людьми: подъемники, ванны для мытья тяжелобольных, ортопедические матрацы и другие приспособления для улучшения качества жизни резидентов и ухода за ними. Все учреждение оснащено современным стационарным оборудованием (сигнализацией, индивидуальным светом, наушниками) и мобильным (колясками, ходунками, палками-торстями).

Включение с первой недели пожилого человека в активную жизнь с распланированным днем служит положительным фактором успешной адаптации к жизни в пансионате. Одна из *основных задач* психологов, работающих в учреждениях медико-социальной сферы, заключается в определении объема и характера повседневной занятости резидента. Основная роль здесь должна быть отведена самому человеку. Стержнем этой работы является формирование отношения к собственному старению и состоянию здоровья [9]. С помощью психолога пожилые и люди с ограниченными возможностями должны прийти к ощущению полноценной жизни в настоящем и освободить внутренние ресурсы для изменения качества своей жизни.

Психосоциальная помощь людям позднего возраста осуществляется как в условиях индивидуального социально-психологического консультирования, так и посредством создания комфортных условий в микро- и макросоциальном окружении. Это способствует гармоничному развитию и позиционированию личности в обществе, с целью помочь обеспечиваемому в адаптации к изменениям, сопряженным с процессом старения, места проживания, и сохранении статуса субъекта собственной жизни. Социально-психологическая работа предусматривает профилактику различных социально-психологических девиаций, помощь в организации свободного времени пожилого человека, комплекс мероприятий по формированию гармоничных взаимоотношений и благоприятной среды.

В своей работе сотрудники психологической службы пансионата активно используют направления и методы, которые уже доказали на практике свою эффективность: ароматерапию, игровую терапию, арт-терапию, кинотерапию, мемуаротерапию, библиотерапию, сказкотерапию, видео- и фототерапию, цветотерапию, оригами, биографический метод, танцевально-двигательную терапию, музыкотерапию и ее отдельный вид – караоке-терапию, анималотерапию, смехотерапию, горденотерапию, трудотерапию, включение в общественно-полезную деятельность, экскурсионные программы, самостоятельные прогулки и индивидуальные с сопровождением, посещение культурно-массовых мероприятий.

Обучение пожилых в современном мире воспринимается как необходимая часть системы образования, сопровождающая человека непрерывно на протяжении всей жизни [6]. Оно выступает как многофункциональное формирование, основной целью которого является формирование комфортной среды обучения для проявления и развития личностного ресурса пожилого человека в разных сферах жизнедеятельности [5]. Немецкий исследователь Ф. Боллнов, позже Мискес, Рупрехт, Петцольд, Зитцманн и другие обосновали необходимость образовательной работы с пожилыми людьми, и подчеркнули важность выделения их в особую целевую группу для обучения и воспитания с целью превентивно-профилактических, интервентно-терапевтических и реабилитационных мер [7, с. 6]. А для пожилых людей, проживающих в стационарных учреждениях социального обслуживания *геронтообразование* – сервисная услуга, являющаяся важной составляющей комплексной реабилитации. По сути, геронтообразование – это активная деятельность субъектов образовательного пространства, в которой и психолог, и обучаемые выступают равноправными участниками процесса обучения. Задача психолога поддерживать активность в обучающихся как субъектах геронтообразования [13]. Наиболее эффективными для этого являются *активные методы обучения*. Опытные специалисты в области геронтообразования О.В. Агапова и Т.М. Кононыгина отмечают: «С помощью активных методов можно мотивировать и активизировать участников; лучше узнать жизненные проблемы и ожидания слушателей; активизировать процессы самоорганизации в группе; создать тёплые дружеские отношения между участниками, уютную атмосферу на занятиях» [1, с. 16].

Основой активных методов обучения пожилых является *групповая работа*. Группа должна включать от пяти до девяти человек. Связано это с тем, что именно столько единиц информации может удерживать в своём внимании обычный психически нормальный человек. Обучение в малых группах позволяет вовлечь в активную деятельность всех её членов. Известно, что степень усвоения знаний, умений и навыков, напрямую зависит от степени участия человека в процессе обучения. Психологи выяснили, что взрослый человек, пассивно слушая лекцию, может усвоить лишь 5 % информации, в то время как обсуждение и дискуссия в группе на определённую учебную тему способны привести к 50%-му усвоению обсуждаемого материала [12].

В области групповой психологической работы в пансионате созданы и функционируют клубы по интересам («музыкальное кафе», «релакс-кафе», студия ручного творчества, клуб здоровья, игровой и литературно-

творческий клуб, пресс-клуб, театр моды, театральный кружок и пр.), программно – ориентированные, тренинговые группы (тренинги когнитивных функций, личностного роста, «Мастерская моего «Я»», «Возрасты жизни» и пр.), дискуссионные, группы общения, «круглые столы».

Активные методы обучения позволяют выявить все потенциальные возможности и субъектные составляющие обучаемого, стимулируют субъектогенез каждого члена группы, поскольку они ориентированы на то, чтобы: «вырабатывать и развивать навыки, способности, необходимые пожилым людям для успешного разрешения проблем (например, посредством изучения конкретных случаев, критических ситуаций и т.п.); навыки планирования, необходимые ветеранам для решения определённых проблем или использования возможностей (стратегическое планирование); предоставить резидентам возможность попрактиковаться в использовании новой техники или приёма (в парах, тройках, четвёрках и пр.); наблюдать поведение друг друга, высказать советы, пожелания; предоставить пожилым людям и инвалидам возможность обмена опытом, как по поводу проблем, так и по поводу возможных решений» [12, с. 30]. Важно только, чтобы включение в любую деятельность человека позднего возраста было проведено не просто с его согласия, но по его инициативе. Только в этом случае возможен положительный эффект. Суть метода вовлечения состоит в том, чтобы, деликатно воздействуя на потребностно-мотивационную сферу обучаемых и выявляя индивидуально-значимые мотивы, побудить их к проявлению активности к самовыражению через творческую деятельность, дискуссию или диалог, т.е. ненавязчиво вовлечь обучаемых в образовательный процесс [4, с.460]. Мотивы могут быть разными (приобретение новых знаний, в том числе в области своих социальных прав, знакомство с молодёжной культурой, расширение круга общения, уважение, признание, любовь, самореализация), но все они при умелом их направлении могут выступать в качестве позитивного стимула к обучению [4].

Очевидно, что социальное самочувствие человека определяется его материальным положением, социальным статусом, а также имеющимися возможностями самореализации как в трудовой, общественно-полезной, так и досуговой сферах. Наличие свободного времени позволяет пожилым людям, проживающим в стационарных учреждениях социального обслуживания г. Москвы, активнее включаться в общественную жизнь, предъявлять спрос на активный досуг.

В Пансионате для ветеранов труда № 31 разработана *технологическая модель организации досуга* проживающих, *модульное структурирование*

досуговых технологий по соответствующим направлениям. Организация досуга обеспечиваемых в ПВТ № 31 входит в комплексный процесс *гериатрической реабилитации*, направленной на сохранение, поддержание, восстановление физического и психического здоровья резидентов и ориентированной на достижение их независимости, улучшение качества жизни и эмоционального состояния. Именно социально-культурные технологии, внедренные в практику стационара, позволяют резидентам надолго закрепить навыки сохранения приятельских, дружеских отношений со своим ближайшим окружением [2].

По результатам проведенного анкетирования в ноябре 2009 г., направленного на выявление эффективных критериев организации досуга, в котором приняло участие 310 человек, обеспечиваемые ПВТ № 31 расставили следующие акценты (см. Таблицу 1):

Таблица 1

Оценка эффективности проведения досуговых мероприятий

№	Критерии оценки эффективности проведения досуговых мероприятий	Показатель (%)*
1.	возможность для самовыражения	62
2.	получение новой информации	88
3.	поддержание физической активности	83
4.	поддержание психической активности	72
5.	удовлетворение естественных культурных потребностей	74
6.	улучшение настроения	81
7.	улучшение самочувствия	58
8.	структурирование свободного времени	92
9.	Занятость	97

* большинство проживающих выделяли одновременно несколько критериев

Комплекс реабилитационных мероприятий, объединяющий меры медицинского, психолого-педагогического, социально-культурного характера, эффективен в работе с пожилыми людьми, так как способствует замедлению психофизиологических процессов старения и восстановлению социального статуса пожилого человека.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Агапова О.В., Кононыгина Т.М.* Образование пожилых. Руководство для практической работы. - Орел: Издательство НП «Редакция газеты «Орловская правда», 2001.
2. *Глуханюк Н.С., Гершкович Т.Б.* Поздний возраст и стратегии его освоения. - М., 2003.
3. *Громкова М.Т.* Андрогикика: теория и практика образования взрослых: Учеб. пособие для системы доп. проф. образования; учеб. пособие для студентов вузов. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2005.
4. Диалог культур и партнерство цивилизаций: VIII Международные Лихачевские Научные чтения, 22-23 мая 2008 г.- СПб.: Изд-во СПбГУП, 2008.
5. *Змеев С.И.* Андрагогика: основы теории, истории и технологии обучения взрослых. - М.: ПЕР СЭ, 2007.
6. *Елютина М.Э., Чеканова Э.Е.* Пожилой человек в образовательном пространстве современного общества// Социологические исследования.- М., 2003, № 7.
7. *Кононыгина Т.М.* Герагогика (пособие для тех кто занимается образованием пожилых людей). – Орел, 2006.
8. *Краснова О.В.* «Руководство по оказанию социально-психологической помощи старым людям».- М., 2002.
9. *Краснова О.В.* «Социальная активность людей позднего возраста как непрерывность социализации» // Психология зрелости и старения. – М., 2005, № 1(29).
10. *Краснова О.В, Лидерс А.Г.* Социальная психология старости. - М.: Изд. центр «Академия», 2002.
11. *Либерман Я.Л., Либерман М.Я.* Прогрессивные методы мотивирования жизненной активности в период поздней взрослости. - Екатеринбург, 2001.
12. Методические материалы в помощь мультимпликатору/ Сост. Г.Л. Дубинин. – Северодвинск: Северодвинская организация общества «Знание» России, 2004.
13. *Парахонская Г.А.* Адаптация пожилых людей в современных условиях и социальная политика (на материалах тверского региона). - Тверь, 2003.