
ВОЛОНТЁРСТВО В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ

УДК 37.032
ББК 60.8
П 804

ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА С ПОМОЩЬЮ ОРГАНИЗАЦИИ ГРУПП ВЗАИМОПОМОЩИ (На примере работы группы взаимопомощи «Отзывчивое сердце» дома-интерната для престарелых и инвалидов «Отрада» города Нижневартовска)

Прокопьева С. Г., Шагимуратова Э. Т.

*Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа –
Югры «Дом-интернат для престарелых и инвалидов "Отрада"».
628600, Россия, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра,
г. Нижневартовск, ул. Дружбы Народов, д. 15 Б.*

Авторы статьи рассказывают об одном из путей повышения качества жизни людей пожилого возраста, проживающих в учреждениях социального обслуживания, с помощью активизации внутренних резервов личности, организации групп взаимопомощи.

Ключевые слова: волонтерство старшего поколения, группы взаимопомощи.

IMPROVEMENT OF LIFE QUALITY OF OLDER PEOPLE THROUGH THE ORGANIZATION OF SELF-HELP GROUPS

(On example of self-help groups «Tender heart» of the orphanage
for elderly and disabled people «Otrada» of the city of Nizhnevartovsk)

Prokop'eva S. G., Shagimuratova E. T.

*Budgetary institution of Khanty-Mansiysk autonomous district – Yugra
«Home for the elderly and disabled "Otrada"», Nizhnevartovsk.
628 600, Russia, Khanty-Mansi autonomous district – Yugra,
Nizhnevartovsk, Friendships of People st., 15B.*

The authors report about one of the ways of improvement of life quality of elderly people living in social care institutions, with the help of activization of inner resources of the individual personalities, as well as organization of self-help groups.

Keywords: older generation volunteering, self-help groups.

Повышение качества жизни граждан – одно из приоритетных направлений деятельности учреждений Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.

Созданием условий для повышения качества жизни людей пожилого возраста и инвалидов, проживающих в учреждениях социального обслуживания, активно занимаются работники этих учреждений и их добровольные помощники, в первую очередь, на основе совершенствования своей деятельности, внедрения новых форм и технологий социальной работы [1; 3; 4; 6; 7; 9; 10; 11; 13; 14; 15; 16].

В современных условиях все большую актуальность приобретает социальная помощь, направленная на активизацию внутреннего резерва личности, создание малых групп. Русский ученый П. А. Кропоткин отмечал,

что склонность людей к взаимной помощи в нашей стране имеет такие глубокие корни и так переплетена со всей прошлой эволюцией человеческого рода, что она сохранена до настоящего времени, несмотря на все превратности истории [8]. Многие клиенты бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Дом-интернат для престарелых и инвалидов "Отрада"» отмечали, что проживающие в доме-интернате сопереживают и помогают друг другу в быту, в жизни, в различных ситуациях не по указанию, а по личному желанию, по потребности быть полезным.

В связи с этим возникла идея организовать в учреждении направление деятельности «равный – равному» и разработать проект организации группы взаимопомощи для граждан пожилого возраста и инвалидов в условиях стационарного учреждения «Отзывчивое сердце». Целью этого проекта стало повышение социальной активности граждан пожилого возраста и инвалидов посредством их участия в группе взаимопомощи.

Апробация проекта проходила в период с января 2014 года по июнь 2015 года. В его реализации приняли участие 14 сотрудников учреждения. С целью повышения уровня профессиональной компетентности специалистов дома-интерната в марте 2014 года на базе учреждения был организован семинар с привлечением преподавателей и студентов Нижневартковского государственного университета, Нижневартковского социально-гуманитарного колледжа. Преподавателями кафедры социальных наук и права представлен лекционный материал о содержании технологий социальной работы, применяемых в общении с гражданами пожилого возраста и инвалидами.

Для студентов и других приглашенных гостей проведена ознакомительная экскурсия по учреждению. В работе семинара приняли участие 24 слушателя.

На организационном этапе (январь – апрель 2014 года) проведено анкетирование с целью выявления целевой группы. Вопросы анкеты были доступны и просты: *«Нуждаетесь ли Вы в посторонней помощи? Если да, то в какой?»*, *«Кому из проживающих в доме-интернате Вы доверяете, с кем Вам интересно и комфортно?»*, *«Оказываете ли Вы посильную помощь другим проживающим? Если да, то кому?»*, *«Хотели бы Вы оказывать помощь тем проживающим, которые в ней нуждаются?»* и др.

Благодаря проведенной предварительной работе нам удалось сформировать первоначальный состав группы взаимопомощи, в которую вошли 19 человек (7 человек – активисты, 12 человек – подопечные).

С целью отслеживания самочувствия, активности и настроения участников группы взаимопомощи в начале апробации проекта и по её завершении психологом было проведено социально-психологическое обследование с использованием метода САН (метода самооценки психического состояния: самочувствия, общей активности, настроения), который помог определить готовность тестируемых к решению жизненных задач.

В течение первого года апробации для проживающих проводились занятия под общим названием *«Навстречу к друг другу»*, на которых обучающиеся узнавали о важной роли и значении социальной активности в жизни граждан пожилого возраста и инвалидов, о положительном влиянии на психоэмоциональное и физическое состояние факторов участия в общественной жизни.

На практическом этапе (с мая 2014 года по май 2015 года) для эффективной организации процесса взаимопомощи за «активистами» были закреплены кураторы – специалисты учреждения, призванные быть посредниками между участниками группы взаимопомощи, было предусмотрено

регулярное методическое сопровождение сотрудников и участников группы взаимопомощи с целью обучения и мотивации к участию в совместной деятельности. Совместно с активистами специалистами составлялись индивидуальные планы помощи и поддержки с учетом состояния здоровья получателей услуг, их индивидуальных потребностей.

На основании плана реализовывались мероприятия по трем основным направлениям:

- социально-бытовая помощь,
- общение,
- самореализация (помощь в передвижении по комнате и за ее пределами, совместные прогулки, совместное участие в кружковой и клубной деятельности, участие в культурно-досуговых мероприятиях, общественно полезных делах и др.).

Одним из ключевых моментов организации группы взаимопомощи является мотивация самих пожилых людей и инвалидов, проживающих в доме-интернате, к участию в проекте. Поставленная задача решалась через публичное поощрение, похвалу, вручение подарков, размещения материалов на стендах учреждения. Один из выпусков газеты учреждения «Отрадные новости» был полностью посвящен делам и достижениям наших активистов.

Ярким и запоминающимся стало проведение торжественного мероприятия «Я – активный человек!», на котором были подведены итоги деятельности группы взаимопомощи и отмечены 11 самых активных участников проекта, которым присвоено звание «Отзывчивое сердце».

Активисты стали самыми первыми помощниками сотрудников учреждения: видя все изменения настроения своих подопечных, зная их желания, помогают делать жизнь обитателей дома-интерната более интересной,

помогают привлекать пожилых проживающих и инвалидов к участию в культурно-досуговых мероприятиях.

Проектом планировалось

- увеличение количества участников группы взаимопомощи в сравнении со «стартовыми» показателями по итогам реализации проекта;

- положительная динамика в вопросах социальной активности и адаптации клиентов учреждения;

- удовлетворенность клиентов участием в группе взаимопомощи «Отзывчивое сердце»;

- повышение уровня адаптации, психологического комфорта участников группы взаимопомощи.

Внедрение проекта позволило создать условия для перехода от разовых, хаотичных акций помощи проживающих друг другу к их системному и регулярному характеру. По итогам реализации проекта можно сказать, что намеченные цели были достигнуты:

- Сформирована группа взаимопомощи из числа получателей социальных услуг учреждения – 44 человека (20 человек – активисты, 24 человека – подопечные), что вдвое превышает «стартовый» показатель.

- Отмечена положительная динамика в вопросах социальной активности и адаптации участников группы взаимопомощи (доля участников, у которых диагностируется улучшение самочувствия, составляет 98 %).

- Доля получателей социальных услуг, которые удовлетворены результатами проведенных мероприятий, – 100 %.

В настоящее время проект действует, он привлек внимание клиентов дома-интерната и нашел живой отклик и заинтересованность сотрудников.

В ходе реализации проекта «Отзывчивое сердце» мы убедились в том, что привлечение граждан пожилого возраста и инвалидов, проживающих в доме-интернате, способных оказывать посильную помощь и поддержку, является ресурсом, который может и должен применяться в практической деятельности. Проявление активности в пожилом возрасте, участие в общественной жизни делают человека удовлетворенным своей жизнью, помогают преодолеть негативные тенденции по отношению к старости и, как следствие, повышают качество его жизни.

Надеемся, представленный опыт вызовет интерес, будет полезен для специалистов стационарных учреждений социального обслуживания и найдет применение в их практической деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бодак А. В. Методический центр: курс на развитие системы // Всероссийский научно-практический журнал «Волонтёр». – 2014. – № 4. – С. 29-37.
2. Виноградов А. З. Повышение качества жизни пожилых людей: новые подходы // Социальная работа. – 2008. – № 1. – С. 36–37.
3. Волонтёры серебряного возраста (результаты реализации программы за 2016 год) / авт.-сост.: Е. Р. Комлева, М. И. Пономарева. – Сургут: Изд-во бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания», 2016.
4. Григорьева Я. В., Якушева Ю. А. Добровольчество как общественный ресурс для решения социальных проблем граждан: опыт учреждений социального обслуживания Ханты-Мансийского автономного округа – Югры // Всероссийский научно-практический журнал «Волонтёр». – 2015. – № 1. – С. 39-47.
5. Группы самопомощи по работе с пожилыми людьми. – Гомель : Барк, 2011.
6. Иванова Ю. А. Деятельность бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Комплексный центр социального обслуживания населения

-
- “Ирида”» в свете изменения законодательства сферы социального обслуживания // Всероссийский научно-практический журнал «Волонтёр». – 2015. – № 3. – С. 17-24.
7. Комлева Е. Р. Взаимопомощь старшего поколения как платформа развития человеческого капитала // Всероссийский научно-практический журнал «Волонтёр». – 2014. – № 4. – С. 38-44.
 8. Кропоткин П. А. Взаимная помощь среди животных и людей как двигатель прогресса. – 2-е изд., доп. – М. : Либроком, 2011.
 9. Методика обучения геронтоволаонтерров оказанию помощи гражданам пожилого возраста и инвалидам, имеющим тяжелые ограничения жизнедеятельности, персональными помощниками : учебно-метод. пособие / авт.-сост. : Е. Г. Чумак, Е. Р. Комлева, М. И. Пономарева. – Сургут : Изд-во бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания», 2016. (Обучение геронтоволаонтерров).
 10. Пикинская М. В. Внедрение модели добровольческой деятельности в учреждениях социального обслуживания Ханты-Мансийского автономного округа – Югры // Всероссийский научно-практический журнал «Волонтёр». – 2015. – № 2. – С. 6-15.
 11. Пономарева М. И. Группа взаимопомощи – форма социальной поддержки граждан пожилого возраста (на примере работы в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре) // Всероссийский научно-практический журнал «Волонтёр». – 2016. – № 3. – С. 58-67.
 12. Розум С. И. Психология социализации и социальной адаптации человека. – СПб.: Речь, 2007.
 13. Рупасова Е. В. Сфера социального обслуживания в условиях сельской местности (Из опыта работы филиала центра социального обслуживания городского поселения Коммунистический Ханты-Мансийского автономного округа – Югры) // Всероссийский научно-практический журнал «Волонтёр». – 2015. – № 3. – С. 25-36.
 14. Сероокая О. В., Шагимуратова Э. Т. Организация группы взаимопомощи «Отзывчивое сердце» как форма работы с гражданами пожилого возраста и инвалидами в условиях учреждения стационарного типа // Вестник социального обслуживания Югры. – 2014. – № 2 (6). – С. 26-27.