

## **СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕСОЦИАЛИЗАЦИЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ ПОСРЕДСТВОМ РЕТРОТЕРАПИИ: ИЗ ОПЫТА ВОЛОНТЕРСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Н. Г. НОВАК*

*Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,  
Республика Беларусь*

Рассматривается проблема психологического сопровождения пожилых людей с целью повышения адаптивности и качества их жизни. Описаны цель, задачи и содержание волонтерской деятельности студентов по ресоциализации пожилых людей посредством ретротерапии.

Социальная защита пожилых людей является одним из приоритетных направлений социальной политики нашего государства. С этой целью в нашей республике развита масштабная система социальной защиты, включающая предоставление различных льгот и социальных гарантий, повышение пенсий, социальное обслуживание и социальную помощь на дому. В первую очередь это связано с тем, что в пожилом возрасте только 10 % людей самостоятельно могут справиться с психологическими трудностями и приспособиться к новому социальному статусу. В то же время пожилые люди в республике оказались самой быстро растущей возрастной группой.

Отсутствие прежней занятости, социальная и профессиональная невосребованность, появление избытка свободного времени создают почву для развития у лиц данной категории негативных психологических состояний: чувство одиночества, ощущение ненужности, заброшенности, внимание концентрируется на ухудшении состояния здоровья, переживаниях, неуверенности в завтрашнем дне и т. д. Наряду с проблемой одиночества пожилые люди нередко тяжело переживают отсутствие взаимопонимания со стороны молодого поколения, а также безразличие к их социальному опыту близких родственников – детей, внуков, правнуков. Эти и другие факторы приводят пожилых людей в дома-интернаты. Так, согласно данным Национального статистического комитета Республики Беларусь, по состоянию на конец года 2018 года в нашей стране функционировало 72 дома-интерната для престарелых и инвалидов, общее число проживающих в них составляет 17671 человек.

В случае проживания в интернате на возрастные психологические затруднения у многих пожилых людей наслаиваются сложности адаптации, связанные с необходимостью приспособления к новым условиям жизни в связи с изменением социального положения. Данные обстоятельства требу-

ют разработки комплексной программы мероприятий, направленных на решение проблем пожилых людей, ветеранов, инвалидов (социально-правовая защита, укрепление здоровья, полноценное общение, организация полноценного досуга, возможность самореализации и т. д.).

Одним из направлений социально-психологической ресоциализации пожилых людей является ретротерапия. Данная технология направлена на помощь пожилому человеку в восстановлении осмысленности жизни, в сохранении личностной значимости, позволяет ощутить ценность прожитой жизни, наладить связь поколений, по-новому взглянуть на настоящее и более уверенно смотреть в будущее.

Ввиду актуальности данной проблемы с 2019 года на базе кафедры социальной и педагогической психологии волонтерами отряда «Аксамит» реализуется проект «Социально-психологическая ресоциализация ветеранов войны, труда и инвалидов посредством ретротерапии», который направлен на повышение качества жизни и адаптационных ресурсов пожилых людей.

Целевая группа (участники проекта) – это пожилые люди, проживающие в доме-интернате «Васильевка» (Гомельский район).

Проект был инициирован с целью улучшения психоэмоционального состояния пожилых людей, удовлетворения их потребности в признании и уважении, повышения самооценки и самоуважения, формирования более оптимистичного взгляда на жизнь.

Задачи проекта:

- организация досуга, создание неформальной обстановки для раскрепощения граждан пожилого возраста и инвалидов;
- поддержка социальной активности пожилых людей, побуждение к расширению межличностных контактов;
- восстановление осмысленности жизни, предоставление возможности поделиться жизненным опытом, рассказать о себе и своем жизненном пути;
- переосмысление негативных переживаний прошлого и активизация у участников программы жизненных ресурсов.

Формами реализации проекта выступают следующие: *индивидуальная* (беседа, интервью, просмотр и комментирование фотоальбомов) и *групповая* (встречи с чаепитием, просмотр кинофильмов, сказок и юмористических передач прошлых лет, обсуждение художественных произведений).

В основу проекта положена идея о том, что в пожилом возрасте зачастую снижается адаптационный потенциал и качество жизни личности: наблюдается концентрация внимания на ограниченном круге аффективно заряженных представлений, трудности в организации общения, сложности в приобретении новых впечатлений, переживания тоски и чувства одиночества, нарушение сна. По большей части данные психологические изменения обусловлены возрастными изменениями, однако существенное влияние оказывает сужение социальных ролей и функций. Особенное значение данная проблема приобретает в том

случае, когда пожилой человек переезжает на новое место жительства. В связи с этим предполагается, что применение ретротерапии позволит значительно улучшить психоэмоциональное состояние пожилых людей и инвалидов, расширить их круг общения, помочь восстановить осмысленность жизни и мотивировать их на более активную жизнь.

В качестве заключения можно отметить, что студенческий возраст – это начальный этап профессионализации личности. Участие студентов специальностей «Психология» и «Социальная работа (социально-психологическая деятельность)» в реализации волонтерского проекта способствует развитию их интеллектуальных способностей и раскрытию творческого потенциала будущих специалистов. Волонтерство предоставляет возможность формирования профессионального самосознания, профессионального становления уже на этапе обучения. Организация волонтерской деятельности в студенческой среде является важным условием формирования профессионально важных качеств будущих психологов и социальных работников, последующей успешной самореализации в рамках выбранной профессии.

*N. G. NOVAK*

*Francisk Skorina Gomel State University, Republic of Belarus*

#### **SOCIO-PSYCHOLOGICAL RE-SOCIALIZATION OF THE ELDERLY THROUGH RETROTHERAPY: FROM THE EXPERIENCE OF VOLUNTEERING**

The article deals with the problem of psychological support of elderly people in order to improve their adaptability and quality of life. The purpose, objectives and content of students volunteer activities for the re-socialization of the elderly through retrotherapy are described.

Получено 01.02.2021

УДК 371.27: 378

#### **КОНКУРС ПО УЧЕБНЫМ ДИСЦИПЛИНАМ КАФЕДРЫ: ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ, ОПЫТ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ**

*Т. Г. ПОТЁМКИНА*

*Белорусский государственный университет транспорта, г. Гомель*

Экономические, технические и социальные изменения в обществе создают проблемы и возможности для студентов. Рыночные условия хозяйствования ставят перед выпускниками университетов задачи профессиональной реализации в условиях жесткой конкуренции на рынке труда. Поэтому проведение конкурсов в рамках изучаемых дисциплин кафедры является актуальным и перспективным направлением по подготовке студентов высших учебных заведений.