**Государственное казённое учреждение Самарской области**

**«Комплексный центр социального обслуживания населения Южного округа»**

«Активное долголетие. Универсальная форма реализации модели активной старости».

Шиленко Лариса Николаевна - заведующий отделением социальной реабилитации

 Рассматриваются клубы общения для граждан пожилого возраста как перспективная форма социального обслуживания, направленная на реализацию модели активной старости. В рекомендациях раскрыта роль, функции и направления деятельности клубов общения. Разработана модель активизации граждан пожилого возраста посредством организации клубной работы в условиях учреждения социального обслуживания. Обобщены базовые принципы по созданию клубов общения для граждан пожилого возраста.

Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 ноября 2016 года №2539-р утвержден план мероприятий на 2016-2020 годы по реализации первого этапа Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года. Стратегия направлена на создание общества для всех возрастов, включая формирование условий для организации досуга граждан старшего поколения.

**Актуальность.**

Клубы общения в отделение социальной реабилитации занимают важное место в системе предоставления социальных услуг лицам пожилого возраста и инвалидам**. В целях успешной адаптации пожилого человека к новому периоду жизни требуется поиск специфических подходов, форм и методов социальной работы, ориентированных на создание условий для активизации жизнедеятельности.** Наиболее универсальной формой реализации «модели активной старости» и одновременно эффективным средством поддержания активного образа жизни пожилых людей является организация клубов общения с учетом индивидуальных потребностей и интересов граждан пожилого возраста.

 В настоящее время в отделение социальной реабилитации действуют 5 групп здоровья и 12 клубов общения различных направлений. Главная задача клубной деятельности Отделения состоит в том, чтобы создать благоприятные условия для увлекательного и полезного времяпрепровождения, для удовлетворения познавательных и культурных потребностей пожилых людей, а также для расширения круга их общения.

В целом организация клубов общения представляет собой разновидность социального обслуживания, способствует формированию благоприятных ситуаций, полезных контактов, удовлетворению потребностей пожилых людей.

Значимыми структурообразующими компонентами создания модели клубов общения:

* цели и задачи создания клубов общения;
* этапы организационно-технологической деятельности;
* основные направления и виды работы;
* ожидаемые результаты деятельности.

Целевая направленность культурно - досуговой деятельности, адресованной пожилым, определяется особенностью данной аудитории. Она заключается, прежде всего, в том, чтобы помочь человеку сформировать представление о старости как о времени дальнейшего раскрытия творческих сил и способностей, адаптироваться к новым социальным ролям, стилю и образу жизни, создать условия для проявления и максимального использования знаний, умений, навыков, жизненного опыта пожилых людей. Для многих пожилых людей участие в социально-культурной деятельности должно стать своеобразным способом социальной реабилитации их прошлого, которое представляет для них особую ценность, независимо от исторической оценки этого прошлого с позиции сегодняшнего знания. Пожилому человеку нужно гораздо больше времени на отдых. При этом отдых может быть совершенно разноплановым. Занятия спортом, творчеством, интересные встречи, познавательные мероприятия и другие формы организации досуга. Стоит отметить, что стереотип об отсутствии необходимости в развлечениях у пожилых является заблуждением. Только с возрастом развлечения меняют свой характер.

**Приоритетными целями создания клубов общения для граждан пожилого возраста являются следующие:**

* предоставление возможности комфортно проводить свободное время;
* пробуждение новых интересов;
* пропаганда их позитивной роли в обществе;
* установление дружеских контактов;
* организация культурного досуга пожилых людей;
* улучшение психоэмоционального состояния и в целом сохранение возможностей самореализации, социальной активности и долголетия.

**На достижение целей направлены следующие основные задачи:**

* активизация внутреннего потенциала пожилых людей, направленного на укрепление жизненных сил и возможностей;
* создание позитивного образа пожилого человека;
* расширение сферы общения пожилых людей;
* организация культурного досуга пожилых людей с учетом их потребностей и интересов;
* создание условий для самореализации и творческих способностей пожилых людей, расширение интересов;
* Снятие психоэмоционального напряжения, переключение с материальных проблем на удовлетворение духовных потребностей, снижение тревожности;
* повышение коммуникативной способности граждан пожилого возраста .

Все это задачи, которые ставят перед собой специалисты отделения при организации культурно-досуговой деятельности получателей социальных услуг.

Социальная реабилитация граждан пожилого возраста имеет свои особенности, которые учитывают в своей работе специалисты по социальной работе. При этом упор делается не только на теоретические знания, но и на практические. Основываясь на своем опыте, мы пришли к выводу, что получатели социальных услуг, посещающие клубы получат больше удовлетворения, если они, приходя к нам, побывают за один день в нескольких клубах разной направленности.

Количество участников клуба для пожилых людей должно быть ограниченно. Эксперты не рекомендуют организовывать клубы с большим числом членов. Это будет создавать дополнительные сложности в организационных вопросах, и нарушать атмосферу интимности и комфорта. Практический опыт показывает, что для нормальной работы клуба количество его участников должно быть от 10 до 15 человек. Количественный размер групп для конкретных занятий определяется их характером.

Эффективность деятельности клуба для пожилых людей определяется рядом факторов:

* содержанием программ и их внедрением;
* формами и методиками работы;
* личностью руководителя, уровнем его квалификации и отношением к делу;
* составом клуба общения и т.д.

Чтобы увеличить эффективность деятельности работы клубов, полезно установить контакты с представителями общественности. Клуб для пожилых людей должен решать не только задачи по организации досуга, но помогать в других вопросах, волнующих пенсионеров.

В клубах по организации досуга пожилых людей необходимо создать условия для занятий спортом, вышивкой, вязанием, фотографией, садоводством, плетением, и т. д. Занятия по таким направлениям могут сопровождаться конкурсами, выставками работ или распродажами. В перечень наиболее распространенных мероприятий, проводимых в клубах, входят занятия просветительского характера в форме лекцией и бесед. В клубах спортивной направленности занятия проходят в группах.

Поэтому для того, чтобы успешно работать с пожилыми людьми, нужно знать их социально-экономическое положение, особенности характера, материальные и духовные потребности, состояние здоровья. Стоит отметить, что стереотип об отсутствии необходимости в развлечениях у пенсионеров является заблуждением. Только с возрастом развлечения меняют свой характер. Они больше ориентированы на творчество, познание и философские беседы. С переходом в категорию пожилых людей, пенсионеров, зачастую коренным образом изменяется не только взаимоотношения человека и общества, но и ценностные ориентиры. Меняется и сам образ жизни, распорядок дня, цели и задачи, круг общения. Поэтому все это надо учитывать при создании клуба. Необходимо внимательно отнестись к численному составу клуба, чтобы все чувствовали себя комфортно в определенном коллективе, также в процессе клубной работы необходимо использовать инициативу самих членов клуба по организации различных мероприятий, внедрению новых форм работы. Для многих пожилых людей участие в социально-культурной деятельности должно стать своеобразным способом социальной реабилитации их прошлого, которое представляет для них особую ценность, независимо от исторической оценки этого прошлого с позиции сегодняшнего знания. Известно, что представители данной социальной группы обладают повышенной социальной активностью - они инициативны, хотят самостоятельно действовать и принимать решения, делиться своим жизненным опытом. Поэтому в содержании проекта, разработанного для данной аудитории, необходимо предусмотреть возможность максимального использования творческих возможностей и способностей пожилого человека.

Однако следует учитывать, что в способах и интенсивности проведения досуга лица пожилого возраста условно делятся на две противоположные группы. Во-первых, есть группа с высокой потребностью в общественной работе и социально-ориентированных формах проведения досуга – для них эта деятельность выполняет компенсаторные функции, позволяя человеку в период смены социальных ролей поддерживать чувство собственной значимости.

 Для большей же части пенсионеров характерны пассивные формы проведения досуга – это вышивка, плетение, изготовление поделок из подручных материалов и т.д.

При составлении и реализации социально-культурных программ, для пожилых людей следует учитывать не только проблемы, но и особенности данной категории.

**Для оценки результативности работы клубов общений предлагается использовать следующие критерии:**

* степень активизации жизнедеятельности граждан пожилого возраста;
* повышение уровня психического самосознания;
* повышение уровня самореализации и самоутверждения;
* снижение уровня социальной напряженности и раздражительности в среде пожилых людей;
* расширение круга общения с интересными людьми, обеспечение полноценного человеческого общения;
* сформирована мотивация на дальнейшее ведение активного образа жизни;
* улучшение показателей физического состояния.

Перечисленные условия и критерии позволяют объективно оценить эффективность и результативность деятельности по организации клубов общения для граждан пожилого возраста и инвалидов.

**Основными показателями эффективности клубной работы по активизации пожилых людей являются:**

* положительное отношение пожилого человека к обществу, интерес к жизни, к приобретению новых знаний;
* умение входить в контакт с другими людьми;
* преобладание положительного эмоционального состояния;
* хорошие отношения с окружающими людьми и др.

**Ожидаемыми результатами деятельности по организации клубов общения для граждан пожилого возраста и инвалидов являются:**

* улучшение психологического самочувствия пожилых людей, активизация их жизнедеятельности;
* удовлетворение потребности пожилого человека в общении, использовании свободного времени;
* повышение уровня правовой грамотности пожилого человека; развитие творческих возможностей пожилых людей, самореализация личности; повышение социальной активности, формирование активной жизненной позиции пожилых людей;
* формирование позитивного образа пожилого человека, расширение социальных связей;
* укрепление и сохранение здоровья, увеличение продолжительности жизни пожилых людей, посещающих клубы общения, и в целом повышение уровня и качества жизни граждан пожилого возраста.

Деятельность по организации клубов общения для граждан пожилого возраста основана на ряде принципов, которые находят применение в сфере социального обслуживания пожилых людей и инвалидов.

В целом деятельность клубов общения представляет собой разновидность социального обслуживания, способствует формированию благоприятных ситуаций, полезных контактов, удовлетворению потребностей пожилых людей как особой социальной группы населения, созданию условий для поддержания их потенциальных возможностей.

 Социальная реабилитация граждан пожилого возраста имеет свои особенности, которые и учитывают в своей работе специалисты по социальной работе. При этом упор делается не только на теоретические знания, но и на практические.

**Результат**

Анализируя данную ситуацию, мы пришли к выводу о том, что необходимо обеспечить старшему поколению высокое качество жизни. Во-первых, это позволит уменьшить нагрузку на общество, если пожилые люди смогут обслужить сами себя, а во-вторых, улучшит их личное самочувствие и уровень жизни. Пожилые люди уделяют большое внимание своему здоровью и гораздо чаще, чем молодые, задаются вопросом: как сделать так, чтобы всегда в любом возрасте чувствовать себя здоровым, молодым, активным, не потерять интерес к жизни? Увеличение уровня продолжительности жизни возможно при сочетании правильного образа жизни, грамотного чередования труда и отдыха, здоровой пищи, интересных занятий, новых встреч.

Таким образом, наиболее универсальной формой реализации модели активной старости является организация клубов общения для граждан пожилого возраста. Клубы общения позволяют создать оптимальные условия, способствующие социальной адаптации и активизации пожилых людей, являются площадкой, на которой оказывается целый комплекс социальных услуг, в том числе и интегрированных.

Разработанная рекомендация организации клубов общения для граждан пожилого возраста позволяет определить и соотнести с поставленными целями и задачами основные направления, последовательность соответствующих мероприятий и ожидаемые результаты.

Реализация представленной рекомендации позволит организовать клубы общения, инициируя при этом активность самого пожилого человека, что способствует результативной деятельности, направленной на активизацию граждан пожилого возраста.

Практический опыт организации клубов общения для граждан пожилого возраста и инвалидов на основе представленной методической рекомендации показывает, что клубная работа представляет собой разветвленную систему взаимосвязанных клубов и кружков, созданных на основе принципа учета индивидуальных потребностей и личностных интересов пожилых людей. Клубная работа в целом, и в частности организация клубов общения для граждан пожилого возраста и инвалидов, является перспективной формой социального обслуживания, позволяющей повысить жизненную активность и личностный творческий потенциал пожилых людей и инвалидов на основе включенности их в различные виды деятельности (познавательную, образовательную, культурно-досуговую и др.), что способствует реализации и продвижению модели активной старости.