

тают данные меры недостаточно эффективными.

Список использованных источников:

1. Бутова, С. Н. Домашнее насилие в отношении женщин и их жизненные стратегии / С. Н. Бутова, О. Я. Янчук // Социология. – 2010. – № 4. – С. 99-116.
2. Профилактика домашнего насилия. Официальный сайт Министерства труда и социальной защиты – [Электронный ресурс] – Режим доступа: [http://mintrud.gov.by/ru/profilaktika\\_dom\\_nasiliya](http://mintrud.gov.by/ru/profilaktika_dom_nasiliya) - Дата доступа: 23.10.2016.

УДК 364-78:364.62-053.9

## **ГРУППЫ САМОПОМОЩИ КАК ОДНА ИЗ ТЕХНОЛОГИЙ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ С ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ**

**А.Ф. Киселева**

*Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Приоритетное направление социальной работы с пожилыми людьми – организация среды их обитания таким образом, чтобы у пожилого человека всегда был выбор способов взаимодействия с этой средой. Свобода выбора порождает ощущение защищенности, уверенности в завтрашнем дне, ответственности за свою и чужую жизнь [1, с. 12].

Группы самопомощи представляют собой более или менее формальные организации непрофессионалов, преследующих общую цель ради достижения блага для каждого члена группы. Речь идет о группах, главная цель которых – изменения в психологии или поведении участников. Они исходят из двух принципов, а именно: люди, эффективно справляющиеся или справившиеся с личной проблемой, – лучшие помощники по сравнению с профессионалами, не имеющими в этом собственного опыта; такие люди, помогая друг другу, помогают и самим себе.

В литературе упоминаются разные источники происхождения группы самопомощи. Вне зависимости от своих предшественников, современные группы самопомощи создаются, чтобы хоть отчасти удовлетворить терапевтические потребности населения, с которыми не справляются или справляются неадекватно существующие соц. учреждения.

Самая старая, самая крупная и наиболее известная из существующих терапевтических групп самопомощи – общество Анонимных алкоголиков (АА).

Рост групп самопомощи, в особенности с середины 1970-х гг., рассматривался некоторыми как крупное движение в психотерапии, «четвертая сила», следующая за «третьей силой» гуманистической психотерапии [1, с. 12].

Понятие «самопомощь» означает – уметь справляться со своими проблемами и находить возможности их разрешения, проявляя активность в рамках собственных возможностей.

В общем понимании группы самопомощи – это группы, участники которых, сохраняя определенные личные интересы, объединяются для сотрудничества с целью реализации собственных потребностей или потребностей общности благодаря обмену информацией и взаимной поддержке [2, с. 134].

Таким образом, целью данного исследования было изучение особенностей социальной организации групп самопомощи как технологии социальной работы.

Материал и методы. В исследовании приняли участие 50 пожилых людей – клиентов Территориального центра социального обслуживания населения Железнодорожного района г. Витебска в возрасте 65-75 лет.

Исследование проводилось при помощи самостоятельно разработанной анкеты.

Результаты и их обсуждение. Эффективность социальной адаптации пожилых людей оценивается по следующим критериям:

- состояние здоровья пожилых людей;
- психологическое состояние;
- социальная активность;
- особенности проведения досуга;
- коммуникативные возможности;
- общение и чувство одиночества.

После анализа данных анкетирования были получены следующие результаты:

В ходе анкетирования было установлено, что все опрошенные относят себя к категории пожилых людей.

94% опрошенных пожилых людей отметили, что основной проблемой в пожилом возрасте является одиночество, 50 % отметили психологические проблемы такие, как страх, тревога, 50% – проблемы со здоровьем и только 6% опрошенных отметили материальные проблемы. Многие респонденты отметили сразу несколько проблем.

Далее были выявлены проблемы, которые тревожат непосредственно самих опрошенных. Почти все респонденты выбрали по 2 варианта ответа, или одиночество и здоровье, или психологические проблемы и одиночество. Одиночество тревожит 87% из опрошенных пожилых людей, 50% беспокоит их здоровье, 50% – психологические проблемы: страхи, тревожность и т.д. (рисунок 2.1).

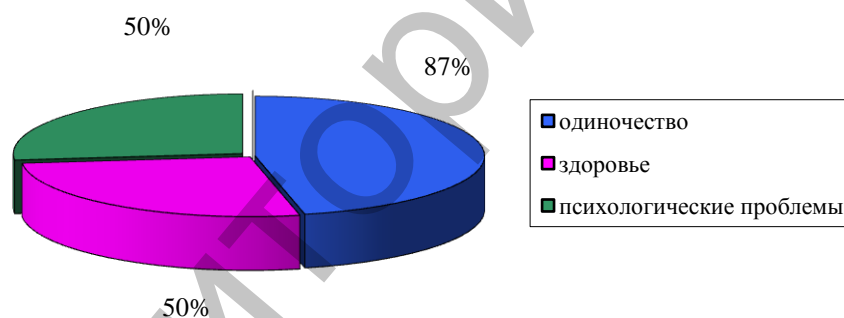
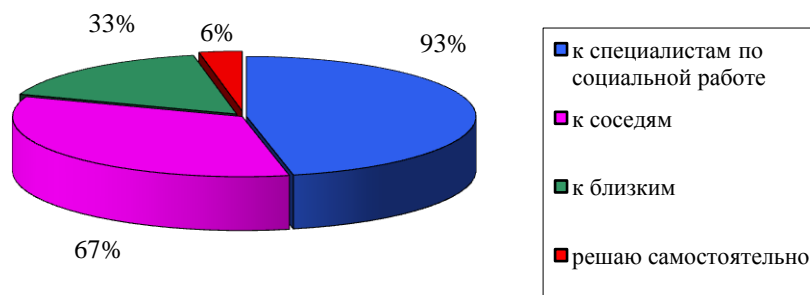


Рисунок 1 – Проблемы, беспокоящие пожилых людей

При решении своих проблем 93% опрошенных пожилых людей ответили, что в первую очередь обращаются к специалистам по социальной работе, 67% опрошенных обращаются к соседям, 33% опрошенных обращаются к близким родственникам и 6% пытаются решить эти проблемы самостоятельно. Многие респонденты отметили сразу несколько вариантов (рисунок 2).



### Рисунок 2 – Пути решения проблем пожилых людей

На вопрос о том, что необходимо пожилому человеку для ведения активной жизни, 65 % опрошенных пожилых людей отметили здоровье, 25 % – общение с другими людьми, 10 % – трудовую деятельность. Большинство пожилых людей (85 %) оценили свое здоровье, как плохое и лишь 15 % - как хорошее для своего возраста.

Также 70 % опрошенных пожилых людей ответили, что у них возникает дефицит общения.

Следующий вопрос был направлен на выявление особенностей проведения пожилыми людьми свободного времени. Большая часть опрошенных пожилых людей отметили все варианты проведения досуга, предложенные в анкете. Так, 66 % опрошенных читают или смотрят телевизор, 33% респондентов в свободное время общаются с соседями, 17% – ухаживают за растениями (животными).

Что касается, необходимых элементов для активной жизни, то 66 % опрошенных пожилых людей отметили, что основным элементом для активной жизни для них является здоровье, еще 66 % считают внимание окружающих важным компонентом активной жизни, и только небольшая часть опрошенных – 17% важным для активной жизни считают какое-либо интересное занятие. Многие пожилые люди выбрали несколько вариантов ответа (рисунок 3).

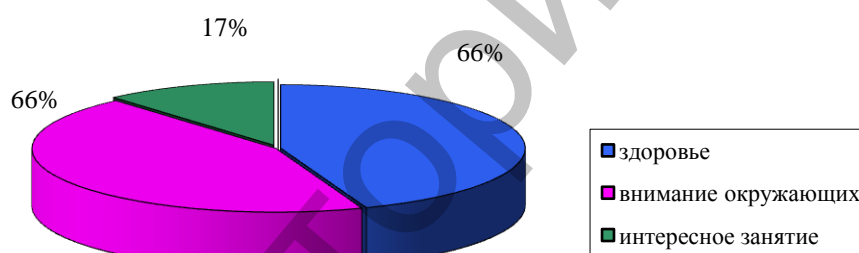


Рисунок 3 – Элементы активной жизни

Далее мы выяснили, что 40 % опрошенных пожилых людей было бы наиболее интересно посетить праздничные мероприятия, 30 % опрошенных хотели бы посетить тематические вечера, встречи с различными специалистами: врачами, психологами и т.д., 30 % посетили бы фестивальные мероприятия.

Анализируя ответы на вопрос об интересе к событиям в мире и нашей стране, мы выявили, что все опрошенные пожилые люди проявляют интерес к событиям, происходящим в стране и в мире, в большей степени их интересует экономика 67%, политика и культурные события интересуют по 50% опрошенных соответственно, и 10% из опрошенных пожилых людей смотрят сериалы. Большинство респондентов сделали по 2, 3 выбора вариантов ответа. Отсюда следует, что пожилые люди хотят как можно дольше сохранить социальную активность и интересуются событиями, происходящими в стране и в мире.

У большинства опрошенных пожилых людей (87 %) есть лишь один-два близких друга, 13 % - вообще не имеют друзей.

На вопрос: «Помогает ли вам не испытывать одиночество общение со специалистами по социальной работе» все опрошенные ответили утвердительно. 100% отмети-

ли, что общение с социальным работником помогает не испытывать чувство одиночества. Так, 17% ответили опрошенных пожилых людей, что специалист по социальной работе является для них тем человеком, с которым можно поделиться своими бедами, проблемами. 10% отметили, что при общении с социальным работником становится легче на душе, еще 10% отметили, что социальный работник всегда выслушает, помогает в трудную минуту, 10% любят поговорить о прошлом, а социальный работник всегда выслушает с интересом, и 7% опрошенных пожилых людей просто испытывают радость при общении с социальным работником, узнают что-то новое, интересное.

Таким образом, проанализировав результаты анкетирования, приходим к выводу, что основной проблемой опрошенных пожилых людей является одиночество, затем проблемы со здоровьем и психологические проблемы. При возникновении каких-либо проблем все респонденты в первую очередь обращаются к специалисту по социальной работе и только потом к родственникам и соседям. Все опрошенные пожилые люди отметили, что боятся одиночества. Причины у всех свои, но основная – недостаток общения. Для активной жизни им не хватает здоровья и внимания окружающих. Все респонденты отметили, что общение с социальным работником помогает в преодолении одиночества.

*Заключение.* Группы самопомощи – новая форма социальной жизни, на мой взгляд, очень позитивная. Они приносят неоценимую пользу людям. У их участников – общие проблемы. Они собираются вместе не для того, чтобы хныкать и жаловаться, а для совместных поисков выхода из создавшейся ситуации и улучшения качества их жизни. Сейчас есть группы, работающие почти над всеми мыслимыми проблемами.

Деятельность групп самопомощи отличается тем, что они работают без профессиональной помощи. Однако, они могут организовать проведение консультаций или оказание поддержки профессиональными специалистами.

Эффективность социальной адаптации пожилых людей оценивается по следующим критериям: состояние здоровья пожилых людей психологическое состояние; социальная активность; особенности проведения досуга; коммуникативные возможности; общение и чувство одиночества.

Проанализировав результаты анкетирования, приходим к выводу, что основной проблемой опрошенных пожилых людей является одиночество, затем проблемы со здоровьем и психологические проблемы. При возникновении каких-либо проблем все респонденты в первую очередь обращаются к специалисту по социальной работе и только потом к родственникам и соседям. Все опрошенные пожилые люди отметили, что боятся одиночества. Причины у всех свои, но основная – недостаток общения. Для активной жизни им не хватает здоровья и внимания окружающих. Все респонденты отметили, что общение с социальным работником помогает в преодолении одиночества.

Нами был разработан проект группы самопомощи для пожилых людей «Встреча», который позволит одиноким пожилым людям реализовать свою потребность в социальной активности, скрасить их свободное время.

#### Список использованных источников:

1. Группы самопомощи по работе с пожилыми людьми / Сост. Н. И. Кекух. – Гомель: Барк, 2011. – 48 с.
2. Ерусланова, Р.И. Технологии социального обслуживания лиц пожилого возраста и инвалидов на дому: Учебное пособие. / Р.И. Ерусланова – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2007. – 587 с.