

ОТДЕЛЕНИЕ ДНЕВНОГО ПРЕБЫВАНИЯ ДЛЯ ГРАЖДАН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА – ИНСТРУМЕНТ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

*Т.Д. Вакушенко
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

В настоящее время наблюдаемая мировая тенденция старения населения требует внесение глубоких изменений в формирование политики оказания услуг стареющему поколению, которая должна учитывать многообразие интересов, потребностей и возможностей пожилых граждан, содействовать развитию и поддержанию функциональной способности, создавать условия для активного долголетия, использования их ресурсного потенциала.

В Республике Беларусь систематически выполняются государственные программы, предусматривающие создание условий для продления самостоятельной и независимой жизни пожилых граждан. Также с целью преодоления социальной изоляции и усиление общественной интеграции пожилых граждан с 2011 года в структуре территориальных центров социального обслуживания населения создаются отделения дневного пребывания для граждан пожилого возраста.

В 2020 году утверждена Национальная стратегия Республики Беларусь «Активное долголетие – 2030». Цель Национальной стратегии – создание условий для наиболее полной и эффективной реализации потенциала пожилых граждан, устойчивого повышения качества их жизни посредством системной адаптации государственных и общественных институтов к проблеме старения населения [1].

Цель статьи – изучить участие пожилых граждан в досуговой и общественной деятельности.

Материал и методы. Исследование проводилось на базе отделения дневного пребывания для граждан пожилого возраста ГУ «Территориальный центр социального обслуживания населения Первомайского района г. Витебска» (далее – ОДПП). В опросе приняло участие 150 пожилых граждан, из них 93 женщины и 57 мужчин. Использованы методы анализа, синтеза, обобщения, а также анкетирования.

Результаты и их обсуждение. Важен вопрос об отношении к пенсионному возрасту. Респондентам были предложены определенные позиции в отношении пенсионного возраста. Следует отметить то, что большинство анкетированных согласилось с высказыванием, что «пенсия – одно из самых счастливых времен в нашей жизни: человек может наконец отдохнуть от работы, появляется много свободного времени для семьи, любимых занятий, приходит мудрость, бесценный жизненный опыт» (96,67%). Лишь 3,33% – полагают, что «пенсия – один из самых тяжелых периодов нашей жизни: человек оказывается выброшен из активной жизни, резко теряет в доходах, сужается его круг общения, сокращается список доступных ему занятий».

Полученные данные демонстрируют преобладание, безусловно, положительной оценки пенсионного возраста, несмотря на то, что большинство пожилых людей со временем будут иметь многочисленные социальные, медицинские, психологические проблемы. Поэтому крайне важно бороться с устаревшими стереотипами относительно пожилых людей посредством проведения в средствах массовой информации, среди широких слоев населения информационных кампаний, расширяющих знания и содействующих пониманию процесса старения.

Цели проведения свободного времени пожилыми людьми довольно разнообразны и в порядке их популярности в общей выборке опрошенных они представлены следующим образом: посещать мероприятия и кружки ОДПП (95,33%), общаться с семьей, друзьями (83,33%), заниматься физической культурой (64%), посещать культурно-массовые мероприятия и спортивные мероприятия (66%), заниматься подсобным хозяйством (57,33%), общаться с помощью компьютера, смартфона (49,33%), заниматься хобби (44%), смотреть телевизор (45,33%), читать книги, газеты, журналы (42%), посещать парки отдыха, путешествовать (16%), участвовать в работе общественных советов, объединений, партий (6,67%), ходить по магазинам (5,33%).

Согласно представленным выше результатам, потребность пожилых граждан в активном проведении досуга является доминирующей. Участие в досуговой и общественной деятельности мотивирует пожилых людей оставаться мобильными и поддерживать социальные отношения, а также способствует повышению индивидуальной жизнеспособности.

Что же заставляет пожилых людей посещать отделения дневного пребывания для граждан пожилого возраста? 88% опрошенных ответили, что забота о своем здоровье, 73,33% – желание интересно и с пользой проводить свое свободное время, 71,33% – потребность в общении, возможность познакомиться с людьми, близкими мне по интересам, 64,67% – желание учиться чему-то новому, 52,67% – желание поделиться своими знаниями и умениями, 20% – показать другим свои способности и таланты.

Таким образом, результаты исследования показали, что мотивация посещения отделения дневного пребывания для граждан пожилого возраста соответствует задачам здорового старения: удовлетворять свои основные потребности, учиться, развиваться и принимать решения, сохранять мобильность, выстраивать и поддерживать отношения, вносить свой вклад в жизнь общества.

В ОДПП функционирует 25 кружков и 4 клуба интересам. Необходимо отметить, что большинство опрошенных посещает одновременно более двух кружков по интересам. Проведенное исследование показало, что наибольшей популярностью у пожилых граждан пользуются следующие направления работы кружков: физкультура и спорт (83,33 %), танцы (76,67%), образование (66,67%), театральное-художественное (64%), декоративно-прикладное творчество (62,67%), рисование (59,33%). Понимая роль физической активности в сохранении мобильности и здорового старения, пожилые люди выбирают программы физической активности, ориентированные на гибкость суставов, координацию движений, развитие мышечной силы и равновесия: лечебная физкультура, суставная гимнастика, скандинавская ходьба, калланетика, кэм-фут, гимнастика Ниши.

Совпадают мнения респондентов относительно улучшения настроения, общего самочувствия (96,67%), расширения круга знакомств, появления новых друзей (95,33%), возможности занятия любимым делом, хобби (92,67%) при систематическом посещении ОДПП. Как показывают результаты исследования, для пожилых граждан очень важны отношения с членами семьи, друзьями, коллегами, знакомыми, являющиеся стимулом поддержания активности и продолжения социального взаимодействия. Решая проблему одиночества и социальной изоляции, пространство ОДПП является тем местом, где пожилые граждане могут встречаться, устанавливать и поддерживать отношения, а также извлекать пользу из их различных профессиональных знаний, опыта и интересов.

30% опрошенных пожилых граждан готовы принять участие в волонтерской деятельности. Результаты анкетирования свидетельствуют, добровольческая деятельность помогает им ощутить свою значимость (66,67%), получить возможность учиться и внести свой вклад в развитие общества (22,22%), приобрести цель в жизни (17,78%). Так как участие пожилых граждан в добровольческой деятельности положительно воздействует на их состояние здоровья и социальное самочувствие, то социальным службам необходимо предусмотреть меры содействия пожилым добровольцам: поощрение уверенности в себе для занятий добровольческой деятельностью, обеспечение удовлетворенности видом и характером выполняемой работы, соответствия между мотивацией добровольца и его ролью, способы связи, отбора, подготовки и контроля добровольцев [2, с. 236–237].

Таким образом, широкое многообразие среди пожилого населения требует необходимость адаптации государственных и социальных институтов к проблеме старения населения и разработку услуг, отвечающих потребностям пожилых людей, способствующих достижению целей активного долголетия.

1. Национальная стратегия Республики Беларусь «Активное долголетие – 2030» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://pravo.by/document/?guid=3871&p0=C22000693>. – Дата доступа: 18.01.2022.

2. Всемирный доклад о старении и здоровье ВОЗ [Электронный ресурс]. – Режим доступа https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186463/9789244565049_rus.pdf?sequence=10. – Дата доступа: 18.01.2022.