

Социальные сети являются отличным местом для изучения особенностей поведения и общения подростков. Благодаря изучению социальных сетей, можно изучить, каким образом различные стили поведения соотносятся с реальным образом и поведением несовершеннолетних, и как их Интернет-окружение влияет на них в реальности.

Исследования форм коммуникации в Интернете – это очень важная ветвь для изучения становления будущих поколений.

#### Список использованных источников

1. Соколов А.В. Общая теория социальной коммуникации: Учебное пособие. – СПб: Изд-во Михайлова В.А., 2002. – 461 с.

2. Понятие и сущность сетевой коммуникации с точки зрения социологической науки/ [Электронный ресурс]. Режим доступа – <https://cyberpedia.su/17x81b0.html>

3. Опросник поведения в Интернете Жичкиной А.Е. / [Электронный ресурс]. Режим доступа – <https://cyberpsy.ru/tests/oprosnik-povedeniya-v-internete-zhichkinoy/>

**УДК 371.60**

## **ТУРОТЕРАПИЯ КАК СОЦИОКУЛЬТУРНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ПОВЫШЕНИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ**

**И.И. Зайцева**

*Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

(e-mail: [nikitik.zii@mail.ru](mailto:nikitik.zii@mail.ru))

В XX веке туризм стал массовой и преобладающей формой путешествий. Значительный рост произошел в 50-е годы. Миллионы людей отправляются путешествовать, чтобы увидеть новое, необычное, то, о чем они читали в книгах, чтобы вдохнуть воздух морских просторов и лесов, узнать, как живут люди в других странах и регионах, испытать радость и бодрость от движения.

Путешествие – слово ёмкое, старое. Словарь В.И. Даля определяет его как «странствование, ходьба или езда по чужим местам». Путешественники в далекие времена открывали моря, земли. Совершали путешествия – в целях познания, развлечения, укрепления здоровья – в основном люди обеспеченные. С тех пор многое изменилось. Современный мир – мир движения. Никогда прежде люди не передвигались так часто и на столь большие расстояния [2].

Современный туризм многообразен. Различают плановый и самостоятельный туризм. Плановый туризм – это туры и путешествия по путевкам, организованные учреждениями, которые обеспечивают транспорт, жилье, питание, экскурсионное обслуживание. Самостоятельный туризм предоставляет туристу больше самостоятельности в выборе маршрута, организации питания, размещения, экскурсий.

В наше время туризм становится все более доступным для людей пожилых, с проблемами здоровья, с инвалидностью. Пожилых людей и инвалидов все чаще можно встретить в экологической экспедиции, турах в разные страны мира, они поднимаются на вершины гор, пересекают ледовые материки, путешествуют на колясках, автомобилях, сплавляются по рекам, принимают участие в международных конгрессах и конференциях. Туризм становится стилем жизни современного человека, в том числе и людей с ограниченными функциями.

По оценкам Всемирной туристской организации, лечение и оздоровление относятся к числу важнейших туристских мотиваций. За последние 15 лет количество поездок на лечение увеличилось в мире на 10%. Лечебный туризм стано-

вится одним из приоритетов в мировом туризме. До сих пор идут споры, какие виды туризма относить к лечебному туризму. Если в качестве критерия использовать цель путешествия, то можно выделить отдельно лечебный туризм и оздоровительный туризм.

Туризм является уникальным средством рекреации и реабилитации для людей с проблемами здоровья, так как его функции соответствуют реабилитационным задачам, включают различные механизмы адаптации и самоадаптации, при условии активного участия в процессе самого реабилитанта.

Цель исследования: формирование здорового образа жизни через туризм и активную жизненную позицию.

**Материал и методы.** За последние 20 лет количество туристов среди граждан пенсионного возраста заметно возросло. Сегодня самыми активными туристами являются люди старше 60 лет. В связи с этим следует обратить внимание на туристов пожилых людей, направляя инвестиции в создание комфортных условий для путешествий и отдыха этой категории граждан: специально оборудовать гостиничные номера, обучить соответствующий персонал, организовать услуги сопровождения, создать условия для свободного передвижения (пандусы, лифты, эскалаторы) и использования гигиенических комнат, приобрести специализированный транспорт. И самое главное, диверсифицировать туристические предложения, применяя мягкую ценовую политику.

В связи с этим сегодня социально-культурная реабилитация инвалидов и пожилых людей рассматривается как комплекс мер, направленных на то, чтобы помочь этой категории граждан достичь и поддерживать оптимальную степень их участия во взаимодействии и общении с обществом. Это наиболее полно интегрирует их в общество, обеспечивая тем самым позитивные изменения в образе жизни.

Развитие социального туризма, разработка туристических программ с учетом их доступности для людей с особыми потребностями – все это создаст равные возможности для реализации права инвалидов и пожилых людей на отдых и ознакомления их с культурными ценностями.

Одним из востребованных сегодня направлений социокультурной реабилитации инвалидов и пожилых людей является туротерапия – технология социокультурной реабилитации, основанная на туристической и экскурсионной деятельности. Развитие данной технологии сегодня очень актуально, так как пагубное однообразие, монотонность в жизни, длительное скованное состояние пожилого человека приводит к физическому истощению и нервному напряжению. Ему необходима смена сферы деятельности и туротерапия позволяет решить вышеперечисленные проблемы.

**Результаты и их обсуждение.** Рассмотрим туризм как туротерапию. Во-первых, это двигательная активность. Известно, что движение имеет большое значение в развитии человека с первых минут жизни. Движение различных частей тела, тела в целом, перемещение в пространстве – необходимый фактор развития физических и психофизиологических качеств организма на протяжении всей жизни. Хронические заболевания, инвалидность, возрастные изменения приводят, как правило, к снижению двигательной активности, способствуя тем самым понижению психической и физической устойчивости организма. Туризм оказывает большое влияние на оздоровление пожилых и людей с ограниченными возможностями, является фактором, противодействующим гипокинезии, которая деструктивно влияет на здоровье и психику. Двигательные ограничения значительно снижают жизненные возможности, служат причиной угнетения, уныния,

стресса, потери веры в себя. Через туризм осуществляется терапия и профилактика психосоматических заболеваний, поддержание физической формы и здоровья.

Во-вторых, создает среду полноценного общения, в которой человек с проблемами взаимодействует с разными людьми, устанавливает социальные контакты и имеет возможность выполнять различные социальные роли. Туризм устраняет чувство потери достоинства, неполноценности, интегрирует пожилых и инвалидов в общество. Спорт и туризм создают возможность устанавливать независимые и разнообразные контакты, помогающие получить уверенную и эффективную жизненную поддержку.

В-третьих, воспроизводящая функция направлена на восстановление сил, затраченных при выполнении производственных и повседневных бытовых обязанностей. Туризм помогает восстановить и психические ресурсы человека. Отдых при этом носит активный характер, включая разнообразные развлечения, которые помогают отвлечься от монотонности быта и работы, познать мир шире, познакомиться с различными традициями, обычаями, новыми людьми, узнать неизвестные ранее природные явления.

В-четвертых, экологичность туризма как вида деятельности. Благоприятный климат, красивая природа, близость водных пространств (река, озеро, море), наличие природных памятников, памятников материальной культуры – все это способствует положительному психоэмоциональному настрою, что также является реабилитирующим фактором.

В-пятых, предоставляет возможности для развития личности. Познание истории, культуры, жизни других народов несет в себе большой гуманитарный потенциал, обогащает человека, расширяет кругозор. Туризм помогает устанавливать дружеские отношения с жителями других регионов и стран.

Основными функциями туризма с социальной точки зрения являются: компенсаторная, восстановительная, реабилитационная. Развитие социального туризма, разработка туристских программ с учетом доступности для людей со специальными нуждами – все это создает равные возможности для осуществления права на отдых, для приобщения к культурным ценностям. Туризм становится стилем жизни современного человека, в том числе и многих пожилых людей.

Для эффективного использования туризма в социокультурной реабилитации пожилых людей необходимо соблюдать следующие правила:

- вид туризма подбирается в зависимости от имеющихся физических нарушений и в соответствии с индивидуальной программой реабилитации, учитывать персональный интерес, желание, финансовые возможности, место проживания, ожидаемые реабилитационные результаты;

- обеспечение безопасности для туристов и окружения;

- программа включает осмотр достопримечательностей;

- наличие некоторой физической подготовки, психологической готовности к трудностям;

- планируемые нагрузки должны быть адекватны состоянию здоровья.

**Заключение.** Жители крупных городов ежедневно подвергаются стрессам, неблагоприятным экологическим условиям, а также несбалансированному питанию. Различные современные препараты и витамины не дают должного эффекта, что приводит к развитию различных заболеваний и старению организма.

Оздоровительный отдых – это полноценная помощь для тех, кто хочет поправить здоровье, получить консультацию специалистов мирового уровня, расслабиться и отдохнуть.

Идея здорового образа жизни активно пропагандируется во всем мире, и все больше людей стремятся к гармоничному состоянию души и тела. Несомненно, проблема организации разумного, духовно поддерживающего отдыха нуждается в дальнейшем исследовании и поиске новых продуктивных теоретических и технологических решений.

Туризм имеет экономическую природу, а рекреация – социальную.

Туротерапия также направлена на организацию отдыха населения, поэтому является социокультурной. Терапия реабилитационного процесса, позволяющая при относительно небольших материальных затратах обеспечить удобное использование историко-культурных ресурсов.

Туротерапия – это метод социокультурной реабилитации, когда туристские походы и экскурсии создают у людей пожилого возраста сферу полноценного общения, возможность установления новых социальных контактов, апробацию социальных ролей, получение поддержки, интеграцию в общество.

Реализация такой технологии, как туротерапия, развитие туризма – все это создает равные возможности для осуществления права на отдых, для приобщения к культурным ценностям.

Таким образом, созданные благоприятные условия для лиц пожилого возраста посредством организации рекреационной и реабилитационной деятельности, определяют положительную динамику в психоэмоциональном самочувствии, в принятии возрастных изменений, в снижении чувства одиночества, в активном взаимодействии с другими людьми. Туротерапия – является залогом успешной интеграции пожилых людей в современное общество и активизации их потенциальных возможностей.

#### **Список использованных источников:**

1. Бастрыкина, А.В. Туризм в системе реабилитации и социальной интеграции пожилых и людей с ограниченными возможностями / А.В. Бастрыкина // М.: ТАСИС, 2008 г. – 132 с.
2. Даль, В.И. Толковый словарь живого великорусского языка / В.И. Даль // М.: Русский язык, 1989 г. – 708 с.
3. Макарычева, Д.С. Геронтологические аспекты социальной работы: учебное пособие / Д.С. Макарычева // М.: Наука, 2010 г. – 328 с.
4. Холостова, Е.И. Социальная работа с пожилыми людьми: учебно-методическое пособие / Е.И. Холостова // М., 2009 г. – 173 с.
5. Сушкова, Г. М. Туризм – действенное средство реабилитации инвалидов с психоневрологическими заболеваниями / Г.М. Сушкова, И.Г. Холопова // Социальное обслуживание, 2015. – № 1. – С. 34–40.

**УДК 37.035:[364-4+37.013.42-057.8]**

## **ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ГРАЖДАНСКО-ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ В ВУЗЕ**

**Е.А. Ильин**

*Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*  
(e-mail: egor.iluo@gmail.com)

Актуальность рассматриваемой тематики заключается в том, что в настоящее время, проблема формирования гражданско-патриотического воспитания будущих специалистов является одной из ключевых задач воспитания социокультурной среды ВУЗа. Данная проблема очень актуальна потому, что будущее нашей страны целиком зависит от подрастающего поколения и перед педагогами сферы высшего образования стоит сегодня непростая задача сформировать в каждом студенте такие