

щает свои эмоции, чувства, надежды, страхи, сомнения и конфликты. Это происходит на подсознательном уровне, и человек начинает много узнавать о себе.

Так девиантный подросток, который занимается творческой деятельностью, идет по пути собственного развития и при этом высвобождает творческие силы, которые могут помочь ему преодолеть кризисные ситуации. Любой вид искусства и творческой деятельности может повысить приспособляемость человека, восстановить психику от ненужных негативных переживаний, приобретенный новый опыт повлияет на психику человека и делает ее более сбалансированной.

Список использованных источников:

1. Киселева, М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми / М.В. Киселева. – СПб.: Речь, 2007 – 336 с.
2. Копытин, А.И. Практическая арт-терапия: Лечение, реабилитация, тренинг/А.И. Копытин. – М.: Когито – Центр, 2008. – 286 с.
3. Овчарова, Р.В. Справочная книга социального педагога/ Р.В. Овчарова. – М.: ТЦ Сфера, 2005 – 480 с.

УДК 364.4

**СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
КАК СРЕДСТВО РЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА**

М.С. Костянко

Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
(e-mail: margomargo22@mail.ru)

Население Республики Беларусь стареет по мере того, как все больше граждан достигает пенсионного возраста – доля людей старше 65 лет в стране составляет 15,2%. По международной классификации, общество является старым, если доля людей в возрасте 65 лет и старше составляет 7%. В нашей стране этот показатель –15,2% общей численности населения, то есть 1 млн. 440 тыс. человек в возрасте старше 65 лет [1].

Старение откладывает свой отпечаток и на личностные характеристики человека. Изменение факторов, влияющих на стабильность форм поведения, определяется тесной взаимосвязью с областями ежедневной деятельности человека. В ходе перестроения уклада жизни и изменения социальных условий, претерпевают трансформации и факторы, оказывающие влияние на поведение. Может наступить интеллектуальное, эмоциональное, творческое и нравственное обнищание.

Одним из направлений работы по продлению активного долголетия людей пожилого возраста может служить комплекс реабилитационных мероприятий, среди которых будет и социально-культурная деятельность.

Цель исследования: выявить удовлетворённость организацией и проведением культурно-досуговых мероприятий у лиц пожилого возраста.

Материал и методы. В ходе данного исследования нами была составлена и апробирована анкета, которая позволила нам определить степень удовлетворенности организацией и проведением культурно-досуговых мероприятий гражданами пожилого возраста, посещающими отделение дневного пребывания для граждан пожилого возраста государственного учреждения «Территориальный центр социального обслуживания населения Первомайского района г. Витебска».

В исследовании приняли участие 22 респондента женского пола в возрасте 63-83 лет.

Результаты и их обсуждение. Повышению качества жизни пожилых людей и снижению социальной напряженности среди данной категории граждан способствует деятельность отделения дневного пребывания для граждан пожилого возраста. Применяются различные технологии социально-культурной реабилитации, способствующие социальной адаптации пожилых граждан. С клиентами работают специалисты по социальной работе и волонтеры. Организована деятельность 28 кружков, клубов и групп взаимопомощи. Реализовывается волонтерское направление «Школа безопасности для пожилых». Внедрена новая форма социального обслуживания – дневной уход. Организовываются мероприятия для поддержания социальной активности пожилых граждан и спортивные мероприятия: городской конкурс «Женщина 60+. Формула успеха», «Спартакиада», круглый стол «Герой нашего времени» и другие.

Начата реализация проекта «Компаньон» – совместное проведение социально-культурной и досуговой деятельности волонтеров-граждан престарелого возраста с гражданами престарелого возраста менее способными к самообслуживанию и самопередвижению (8 волонтеров посещают 21 гражданина).

Согласно ответам, 100% опрошенных респондентов оценивают состояние своего здоровья как удовлетворительное. На возможные варианты «хорошее» и «неудовлетворительное» ответов получено не было.

Следующий вопрос об основных проблемах здоровья пожилых даёт нам почву для обоснования того, что с возрастом люди всё чаще задумываются о хронических и постоянно обостряющихся заболеваниях, так как вариант ответа отсутствия проблем со здоровьем выбран не был.

31,8% отвечают «наличие хронических заболеваний»; 22,7% – «периодическое обострение хронических заболеваний»; так же 22,7% – затрудняются ответить; 13,6% испытывают «общее недомогание (усталость, слабость, апатия) без установленного диагноза», а 9,1% – «частые простудные заболевания».

В качестве основных факторов риска развития заболеваний респонденты отмечают следующие: 27,3% – недостаточную двигательную активность; 18,2% – нарушение режима труда и отдыха, так же 18,2% – излишний вес; 13,6% – стрессы и психологическое неблагополучие; 9,1% относят генетическую предрасположенность и плохую экологию, и только 4,5% (1 респондент) определил «собственную низкую медицинскую активность».

Что касается проявлений влияния образа жизни на здоровье в целом, мнения разделились. 45,5% не связывают проблемы со здоровьем с тем образом жизни, который ведут; 31,8%, напротив, напрямую связывают проблемы со здоровьем со своим образом жизни; 22,7% – затрудняются ответить на этот вопрос.

Весь круг опрошенных считает возможным улучшить свое здоровье и самочувствие посредством ведения здорового образа жизни.

Рассматривая следующий вопрос важно отметить, что пожилые люди испытывают необходимость в трансформации своего образа жизни, так как 100% выбрали один из пунктов изменений, при условии, что вопрос был открытым и подразумевал возможность отказа от изменений. Так, 27,3% опрошенных считают важным в первую очередь оптимизирование питания, а также первостепенным считают научение рациональным способам борьбы со стрессом; 18,2% считают немаловажным как нормализацию режима труда и отдыха в своём образе жизни, так и видят необходимость в увеличении физической нагрузки; 9,1% считают необходимым в первую очередь избавиться от вредных привычек.

Оценивая участия пожилых граждан в мероприятиях по формированию здорового образа жизни, можно говорить о высоком стремлении к сохранению здоровья (рисунок 1).

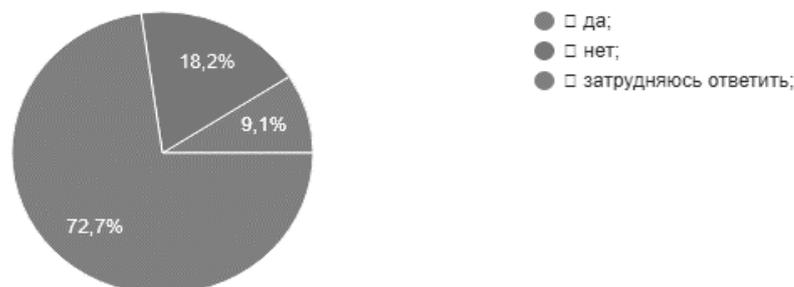


Рисунок 1 – Оценка участия пожилых граждан в мероприятиях по формированию здорового образа жизни

72,7% респондентов участвуют в мероприятиях по формированию здорового образа жизни; 18,2%, наоборот, не участвуют в подобного рода мероприятиях жизни, 9,1% затрудняются ответить на этот вопрос.

Граждане пожилого возраста стремятся к ведению активного образа жизни, более половины: 59,1% – постоянно посещают спортивные и развивающие кружки, а 27,3% – иногда посещают кружки. Только 9,1% не посещают регулярных кружков, ссылаясь на нехватку времени; 4,5% (1 респондент) не посещает кружков постоянно, так как ему не подходят предлагаемые занятия.

Выделяется высокий уровень участия пожилых граждан в различных спортивных мероприятиях. 40,9% – иногда участвуют в различных спортивных мероприятиях; 27,3% участвуют в различных спортивных мероприятиях постоянно; 18,2% не принимают участие, так как считают себя физически неподготовленными; 13,6% не посещают спортивных мероприятий, в частности из них 4,5% (1 респондент) не заинтересован в спортивных мероприятиях и 4,5% (1 респондент) не посещает спортивных мероприятий из-за нехватки времени.

Часть граждан отдаёт предпочтение и таким видам ведения активного и образа жизни, как посещение бассейна и пребывания в оздоровительных санаториях. 33,3% – постоянно приобретают льготные абонементы в бассейн и путёвки в санаторий; 28,6% не пользуются такой возможностью из-за финансовой стороны вопроса, так как льготный также «приходится не по карману»; 23,8% не заинтересованы в таких видах проведения досуга и активности; 9,5% иногда приобретают абонементы и путёвки; 4,8% так же не пользуется возможностью приобретения путёвок и абонементов.

Вместе с тем, одной из отрицательных черт пожилого возраста является присутствие социальных факторов, способствующих развитию психологического дискомфорта (рисунок 2). 40,9% отвечают, что иногда испытывают психологический дискомфорт или стресс; 31,8% не испытывают психологического дискомфорта; 13,6% обуславливают свои психологические проблемы исключительно с внешними обстоятельствами, на которые они не вправе контролировать; так же 13,6% затрудняются ответить.



Рисунок 2. – Оценка состояний психологического дискомфорта пожилых граждан

Исследуя желание пожилых граждан участвовать в мероприятиях, направленных на нормализацию психологического здоровья, были выявлены и некоторые причинные особенности низкого показателя заинтересованности. Так, если только 27,3% не заинтересованы в посещение мероприятий по повышению психологического комфорта, преодолению стрессов, то 27,3% же опасаются огласки и нарушения конфиденциальности полученной информации, поэтому не хотели бы принимать участие в психологических мероприятиях; 22,7% – затрудняются ответить на этот вопрос; 13,6% (3 респондента) считают неэффективными психологические мероприятия; Только 9,1% ответили, что принимали участие в мероприятиях по исследованию морально-психологического самочувствия, повышению психологического комфорта, преодолению стрессов.

Одним из показателей оценки стремления пожилых граждан к здоровому образу жизни являются следующие ответы. Так, 72,7% – не обращались к администрации с предложениями по созданию кружков, так как их устраивает ведение уже существующей кружковой деятельности, организованной на данный момент в отделении центра; 13,6% – обращались к администрации с предложениями по созданию условий ведения здорового образа жизни.

Заключение. Исходя из исследования, можно утверждать о том, что у пожилых граждан существует заикленность на хронических заболеваниях, которые постоянно их беспокоят. Помимо индивидуальных особенностей характера, темперамента у пожилых клиентов возникают социальные причины, стимулирующими пожилых людей обращаться в учреждения социального обслуживания, в том числе для проведения досуга. В первую очередь, к социальным проблемам пожилых относится одиночество. Число социальных ролей пожилых людей вынужденно уменьшается, обрываются их социальные связи и контакты, поэтому в третьем возрасте происходит кризис социальной идентичности. Социальная ситуация, вызванная деформацией общения, в сокращенном наборе социальных ролей порождает дефицит общения. Даже если в течение жизни человек был благополучным в трудовой деятельности и семейной жизни, в пожилом возрасте он сталкивается с проблемой социального одиночества, неизбежно ухудшающем его социальную активность.

Потребность в активной деятельности реализуется в уже существующих кружках, однако, же обосновывается некоторая необходимость создания социально-культурной деятельности с технологией арт-терапии, направленной на улучшение психологического комфорта, снятие стресса, формирование навыков борьбы с напряжением, обусловленным внешними обстоятельствами. Исследование также свидетельствует о том, что досуговый стереотип – культурно-досуговая деятельность – являются весьма эффективной формой арт-технологий для улучшения социального самочувствия пожилого человека, избавления от са-

моидентификации одинокого и ненужного в обществе. В практических исследованиях отмечается очевидная востребованность группового подхода в проведении социально-культурной деятельности.

Список использованных источников:

1. В Беларуси 15,2% населения старше 65 лет [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.belta.by/society/view/v-belarusi-152-naselenija-starshe-65-let-363932-2019/>. – Дата доступа: 14.05.2021
2. Холостова, Е.И. Социальная реабилитация: учеб. пособие / Е.И. Холостова, Н.Ф. Дементьева. – М.: Дашков и К, 2003. – 340 с.
3. Ярошенко, Н.Н. История и методология теории социально-культурной деятельности: учебник / Н.Н. Ярошенко – М.: МГУКИ, 2007. – 360 с.

УДК 316.77

АВАТАР КАК СРЕДСТВО САМОВЫРАЖЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

М.И. Коткова

Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
(e-mail: kotkova.masha@inbox.ru)

Нынешняя молодежь стала неотъемлемой частью нового, информационного мира. В какой-то степени они потребители, а в какой-то разработчики.

Каждый день происходит взаимосвязь огромного количества человек на одной из самых масштабных платформ наше века – Интернет. С появлением Интернета и быстрым его развитием появились не только информационные технологии, но и науки. Социальные сети сейчас пользуются огромной популярностью во всем мире. Люди пытаются выделиться среди нескитанного количества пользователей сайтов и улучшить свой профиль. Трудно найти человека XXI века, который не был бы зарегистрирован в одной из социальных сетей. Мы уже давно используем их для общения, просмотра новостей, дискуссий, вдохновения и не в последнюю очередь для презентации самого себя.

Многочисленные исследования показали, что 80% информации воспринимается визуально. Сознательно или нет, но человек стремится передать важную часть информации через зрительные образы.

Социальная сеть сегодня – это не столько способ общения со старыми друзьями, сколько способ обрести новых знакомых. Именно поэтому стоит говорить о первостепенной значимости жанра самопрезентации, самоподачи в интернет-пространстве. Такое свойство Интернет-коммуникации, как невидимость, дает возможность изменения внешнего представления о человеке. Отсюда основная особенность виртуальной самопрезентации – это возможность почти абсолютного управления впечатлением о себе. Уже существует немало теоретических работ, которые описывают феномен коммуникации во Всемирной паутине, большинство исследователей сходятся в том, что такие особенности интернет-коммуникации, как анонимность и ограниченный сенсорный опыт, порождают 16 уникальную возможность экспериментирования с собственной идентичностью. Анонимность позволяет пользователям Интернета создавать сетевую идентичность, которая часто отличается от реальной идентичности.

Теме самопрезентации в виртуальном пространстве посвящены работы отечественных исследователей в области социологии (А.Д. Зайцев, А.В. Тихонов, З.С. Селезнев, Е.И. Скрипак), психологии и педагогики (И.В. Шаповаленко, А.М. Максимов, Э.А. Голубева), философии и политологии (Д.Г. Балугев), культуроло-