

2. Коммуникация (ведение общения с клиентом и его родственниками).
3. Перемещение и позиционирование.
4. Гигиена.
5. Физиологические отправления.
6. Кормление.
7. Первая помощь.
8. Профилактика осложнений.

9. Профилактика эмоционального выгорания социального работника.

Внедрение и усовершенствование социальной технологии «Сиделка» поможет обеспечить потребность клиентов, неспособных к самообслуживанию, пролонгировать период пребывания пожилых, инвалидов и одиноких граждан в привычной среде, содействовать поддержанию социального и психологического статуса граждан, содействовать их реабилитации, частично снять нагрузку с членов семьи человека, потерявшего способность к самообслуживанию.

Список использованных источников:

1. Морова, А. П. Модель социальной политики в Республике Беларусь: генезис и законодательное обеспечение / А.П. Морова // Социология. – 2012. – №1. – С.64-76.
2. Милькаманович, В. К. Социальная геронтология: учебно-методический комплекс / В.К. Милькаманович. – Минск: Літаратура і мастацтва, 2010. – 321 с.
3. Ярская-Смирнова, Е. Р. Социальная работа с инвалидами / Е. Р. Ярская-Смирнова, Э. К. Наберушкина. – СПб.: Питер, 2015. – 316 с.
4. Комплексная реабилитация инвалидов [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Т. В. Зозуля, Е. Г. Свистунова, В. В. Чешихина [и др.]; под ред. Т. В. Зозули. – Москва: Академия, 2005. – 304 с.
5. Министерство труда и социальной защиты Республики Беларусь [электронный ресурс]- режим доступа: http://mintrud.gov.by/ru/news_ru/view/gosudarstvennaja-sotsialnaja-podderzhka-pozhilyx-grazhdan-_2882 (дата доступа: 11.03.2025).
6. Григорьев, А. Д. Социальная работа на Беларуси: История, опыт, проблемы / А. Д. Григорьев. – Мин.: Дизайн ПРО, 2012. – 335 с.

УДК 615.851.82:502-053.9

ЭКОТЕРАПИЯ КАК ТЕХНОЛОГИЯ ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

А.В. Замбжицкая, С.Д. Матюшкова

Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

(e-mail: matyushkovasd@mail.ru)

Экологическая культура – это совокупность знаний, ценностей и норм поведения, направленных на сохранение окружающей среды и гармоничное взаимодействие с природой [1]. Формирование экологической культуры является важной задачей для всех возрастных групп, но особенно актуально оно становится среди пожилых людей. В современном мире

экологические проблемы становятся всё более острыми, и каждый человек может внести свой вклад в их решение. Одним из эффективных методов формирования экологической культуры у пожилых людей является экотерапия, основной целью которой является улучшение психического и физического здоровья через контакт с природой.

Экотерапия имеет множество преимуществ для пожилых людей: физическое здоровье (регулярные физические нагрузки, такие как работа в саду и прогулки, способствуют улучшению физической формы, укреплению мышц и суставов, а также снижению риска сердечно-сосудистых заболеваний); психологическое благополучие (контакт с природой помогает снизить уровень стресса, улучшить настроение и повысить самооценку). Пожилые люди часто сталкиваются с чувством одиночества и изоляции, и общение с природой может стать источником радости и удовлетворения); социальная активность (участие в коллективных экологических проектах способствует развитию социальных связей и созданию новых дружеских отношений. Это особенно важно для тех, кто живет одиноко или редко общается с другими людьми); формирование экологической культуры (работа в природе позволяет пожилым людям лучше понять важность сохранения окружающей среды и развивать экологически осознанное поведение. Они могут передавать свои знания и опыт молодым поколениям, тем самым способствуя формированию экологической культуры в обществе) [2].

Существует множество примеров успешного применения экотерапии с пожилыми людьми. Можно привести несколько из них: садоводческие клубы (создание садов и огородов на территории домов престарелых или общественных центров. Участники таких клубов занимаются выращиванием растений, ухаживают за ними и обмениваются опытом); природные экскурсии (организация экскурсий в парки, леса и заповедники. Во время таких прогулок участники могут наблюдать за флорой и фауной, учиться распознавать растения и животных, а также узнавать о важности охраны природы); экологические проекты (участие пожилых людей в различных экологических инициативах, таких как уборка территорий от мусора, посадка деревьев или создание экологических троп).

Целью нашего исследования является изучение возможности использования экотерапии как технологии формирования экологической культуры у пожилых людей в условиях территориального центра социального обслуживания населения.

Материал и методы. Материалом для изучения являлись результаты анкетирования пожилых людей отделения дневного пребывания ГУ «Территориальный центр социального обслуживания населения Первомайского района г. Витебска» в возрасте от 55–68 лет в количестве 27 человек.

Для достижения поставленной цели были использованы следующие методы: анкетирование, математическая обработка, анализ и интерпретация данных.

Результаты и их обсуждение. Большинство пожилых, а именно 55,6% описывают свое отношение к природе как положительное, 40,7% – очень положительное, 3,7% нейтральное отношение к природе. Положительное отношение к природе может указывать на осознание ее ценности для физического и психоэмоционального благополучия. Это также может быть связано с тем, что природа ассоциируется у них с отдыхом, спокойствием и гармонией, что особенно важно в пожилом возрасте. Небольшая доля нейтрально настроенных людей может говорить о том, что они либо не испытывают ярких эмоций по отношению к природе, либо не имеют достаточного опыта взаимодействия с ней (рисунок 1).

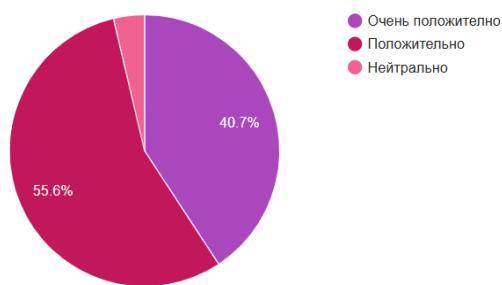


Рисунок 1 – Отношение пожилых граждан к природе

Пожилым гражданам было предложено порассуждать о том, как часто они занимаются активными видами отдыха на природе. 66,7% утверждают, что регулярно занимаются различными видами активностей на свежем воздухе. 29,6% лишь иногда могут активно отдыхать на природе. 3,7% признают, что очень редко занимаются активными видами отдыха на природе.

63% опрошенных каждый день проводят время на свежем воздухе, 29,6% пожилых на свежем воздухе бывают несколько раз в неделю. 7,4% признают, что проводят время на свежем воздухе лишь раз в месяц.

Регулярное времяпрепровождение на свежем воздухе может оказывать положительное влияние на их общее самочувствие и психоэмоциональное состояние. Высокий процент тех, кто проводит время на улице каждый день, указывает на то, что природа играет важную роль в их повседневной жизни, возможно, предлагая им возможность социализации и улучшения качества жизни. В то же время небольшая доля тех, кто редко выбирается на свежий воздух, может указывать на определенные ограничения, такие как физические проблемы или отсутствие интереса к активному отдыху.

К наиболее привлекательным природным активностям опрошенные пожилые люди относят следующие (рисунок 2):

- садоводство – 55,6%;
- прогулки – 37%;
- наблюдение за птицами – 7,4%.

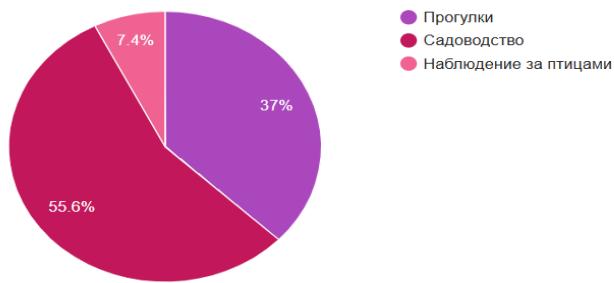


Рисунок 2 – Наиболее привлекательные активности на природе, по мнению пожилых граждан

63% респондентов уверены, что знают такое понятие как «экотерапия», 11,1% когда-то слышали такой термин, однако не знают его значение, 25,9% оказались не знакомы с данным понятием. При этом 70,4% из числа респондентов уверены, что экотерапия может помочь в повышении экологической культуры старшего поколения.

Респондентам было предложено указать мероприятия по экотерапии, которые являются наиболее полезными, по мнению пожилых людей для их возрастной группы. По мнению пожилых людей, следующие мероприятия по экотерапии являются наиболее полезными для их возрастной группы: групповые прогулки на природе – 51,7%; садоводческие клубы – 34,5%; участие в волонтерских акциях по озеленению – 10,3%; мастер-классы по экологии – 3,4% (рисунок 3).

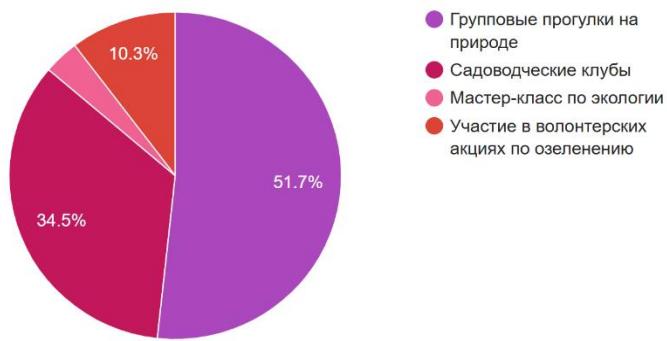


Рисунок 3 – Мероприятия по экотерапии, которые являются наиболее полезными, по мнению пожилых людей для их возрастной группы

55,6% с удовольствием готовы принять участие в мероприятиях, направленных на повышение экологической культуры. 40,7% с полной уверенностью не готовы ответить на этот вопрос, однако считают возможным свое участие в такого рода мероприятиях. 3,7% не заинтересованы в таких мероприятиях.

Заключение. По результатам исследования можно сделать вывод, что высокий процент респондентов, поддерживающих идею продвижения экотерапии как технологии повышения экологической культуры, указывает

на осознание потенциальной пользы для улучшения связи с природой и развития экологического сознания. Результаты исследования могут служить важным ориентиром для формирования более эффективных стратегий по вовлечению пожилых людей в экологические инициативы и практики. Понимание, что многие пожилые граждане не знакомы с концепцией экотерапии и сомневаются в ее пользе, подчеркивает необходимость образовательных программ и инициатив, направленных на повышение осведомленности о том, как время проведенное на природе может улучшать их общее состояние и способствовать формированию экологической культуры.

Список использованных источников:

1. Левданская, В.А. Основы экологии : учебно-методический комплекс для студентов всех специальностей / В. А. Левданская, Г.В.Бельская, Е. В. Карпинская. – Минск : БНТУ, 2013. – 206 с.
2. Кулеш, В.Ф. Экология. Практикум / В.Ф. Кулеш, В.П. Каплич. – Минск: БГТУ. – 2018 – 261с.
3. Замбжицкая, А. В. Экологическая культура студенческой молодежи / А. В. Замбжицкая, С. Д. Матюшкова // Повышение качества профессиональной подготовки специалистов социальной и образовательной сфер [Электронный ресурс] : сборник научных статей : текстовое электронное издание. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2023. – С. 93–98. URL: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/3880834376> (дата обращения: 19.01.2025).

УДК 364.78

ПРЕОДОЛЕНИЕ ОДИНОЧЕСТВА У ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

С.А. Жигун

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

Одиночество в пожилом возрасте – это острая социальная проблема, проявляющаяся в Республике Беларусь, как и во многих других странах с развитой экономикой и стареющим населением. Она не ограничивается простым отсутствием физического присутствия других людей, а представляет собой сложный комплекс эмоциональных, психологических и социальных факторов, оказывающих негативное влияние на качество жизни, здоровье и общее благополучие пожилых людей. В белорусском обществе эта проблема приобретает особую актуальность в контексте демографических изменений, миграции населения и трансформации традиционных семейных ценностей.

Республика Беларусь характеризуется устойчивой тенденцией к старению населения. Согласно статистическим данным, пожилое население составляло около 14% в 1980 году и будет составлять около 30% в 2040 году. Белорусы в возрасте старше 60 лет составляли в 1980 году