

**СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ
ТЕХНОЛОГИИ РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ
ЛИЧНОСТИ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ**

И.А. Кузьмицкая, 4 курс

*Научный руководитель – Г.Н. Казаручик, к. п. н., доцент
Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина*

Введение. Глобальной проблемой современного мира, которая имеет огромное экономическое, культурное и социальное значение, является процесс старения общества. *В настоящее время человечество столкнулось с проблемой* значительного увеличения продолжительности жизни и постоянным ростом численности людей пожилого возраста. По данным ООН, доля людей пожилого возраста в составе населения развитых стран уже составляет до 20 %, а процесс старения человечества ускоряется [5]. Постоянное возрастание доли пожилых людей во всем населении становится влиятельной социально-демографической тенденцией практически всех развитых стран. Такой процесс обусловлен двумя причинами. Во-первых, успехи здравоохранения, взятие под контроль ряда опасных заболеваний, повышение уровня и качества жизни ведут к увеличению средней ожидаемой продолжительности жизни людей, которая сегодня в развитых странах приблизилась к 80 годам, а для женского населения превысила этот показатель. Постоянно увеличивается доля долгожителей, доживающих до 90 - 100 лет и более. Предполагается, что в 2018 г. средний возраст в момент смерти будет 85,6 года. Во-вторых, процесс устойчивого снижения рождаемости, ниже уровня простого замещения поколений, уменьшения числа детей, рожденных одной женщиной за весь ее репродуктивный период, приводит к тому, что уровень естественной смертности в нашей стране превысил уровень рождаемости [3].

В последнее десятилетие в связи с увеличением продолжительностью жизни человека заметно возрос интерес к геронтологическим проблемам. Необходимость сохранения активной жизни в пожилом возрасте – одна из актуальных тем современных научных исследований. В своем исследовании мы поставили цель: изучить потенциал социально-педагогических здоровьесберегающих технологий в развитии творческой активности личности в пожилом возрасте.

Результаты исследования и их обсуждение. С выходом на пенсию у пожилого человека появляется больше свободного времени, а вот чем его заполнить – становится проблемой. Пожилой человек в данной ситуации порой не знает выхода из нее и остается в бездействии, просто коротая время, которое в данной ситуации кажется вечностью. На наш взгляд, первый шаг в преодолении бездействия и проявлении активности заключается в общении с другими людьми. Наше исследование, в котором приняло участие 39 пожилых людей в возрасте от 59 до 86 лет, показало, что общительными себя считают 75% пожилых людей, 20% – таковыми себя не считают, 5% – затруднились ответить. На вопрос, касающийся желаний общаться с людьми своего возраста, дали положительный ответ 85% опрошенных, а 5% – дали отрицательный ответ. 100% респондентов отметили, что у них бывают моменты, когда хочется с кем-то поговорить, а рядом никого нет. На вопрос о том, бывает ли им скучно, 65% пожилых людей ответили «да», 35% – «нет». Как видим, достаточно много пожилых людей оказываются почти «изолированными» от внешнего мира, что никак не содействует развитию их творческой активности и, как следствие, долголетию.

В ходе исследования было установлено также, что достаточно много пожилых людей часто переживают отрицательные эмоции: 30% – плачут, 20% – замыкаются в себе, 30% – справляются со своими эмоциями сами, 20% – делятся своими переживаниями с друзьями. А отрицательные эмоции усугубляют и без того не всегда удовлетворительное состояние здоровья пожилых людей. В исследовании А.И. Кравченко установлено, что уровень заболеваемости пожилых людей в 6 раз выше, чем у молодых [1]. Проведенное нами исследование показало, что состояние своего здоровья как «отличное» оценивают только 2% пожилых людей, «хорошее» – 11%, «удовлетворительное» – 38%, «плохое» – 34%, «очень плохое» – 15%. У 55% опрошенных имеются затруднения в передвижении и самообслуживании. 70% респондентов нуждаются в сторонней помощи, остальные 30% – нет. Кроме того, в силу материального положения и, в большей степени, личностных особенностей некоторые пожилые люди пренебрегают здоровым образом жизни, курят, употребляют спиртные напитки, ведут малоподвижный образ жизни, свободное время проводят у экранов телевизоров.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод о том, что здоровый образ жизни пожилого человека, с одной стороны, способствует развитию его творческого долголетия, а с другой, – социальная активность личности является одним из условий сохранения и укрепления здоровья пожилого человека. Поэтому в теории и практике современной социальной работы необходима разработка таких технологий поддержки пожилых людей, которые бы содействовали здоровьесбережению, реализации творческого потенциала личности, расширению круга их общения с различными социальными группами.

Согласно теории «активности» для пожилого человека целесообразно оставаться активным как можно дольше, даже если он прекратил свою трудовую деятельность. Как отмечает автор технологии институционального обеспечения социальной активности пожилых людей Н.Е. Ускова, она может быть заменена новыми видами и формами их социального участия в делах общества [6, с. 22]. Конечно, крайне важной является также забота о том, чтобы люди престарелого возраста имели возможность проводить свой досуг более интересно. Этому могут помочь, например, экскурсии по музеям, различные путешествия с целью ознакомления с достопримечательностями и памятниками истории и культуры, посещение выставок – специально для пенсионеров, особые рубрики в газетах и журналах, представляющие интерес именно для людей преклонного возраста, тематические радио- и телепередачи.

Необходимо создание общественных объединений пожилых людей различного содержания деятельности, а также разновозрастных объединений, организация клубов пожилых людей, привлечение их в различные ветеранские и (или) профессиональные организации и т. д. При этом необходимо учитывать общие закономерности личной и социальной жизнедеятельности человека. Автор технологии адаптации пожилых людей к современной социальной ситуации О.В. Краснова подчеркивает, что пожилой человек сохраняет те же потребности и желания, что и более молодые; он сопротивляется любым попыткам ограничить его участие в общественной жизни, считая, что с помощью социальных работников он может найти себе активное место в обществе, соответствующее его здоровью, жизненным планам, интересам и способностям [2, с. 107–108]. Главное – обеспечить необходимую базу для активной и счастливой старости.

Но ведь создание такой базы выражается не только в организации социальных мероприятий, оказании помощи пожилым в виде пенсий, бесплатного лечения, различных бытовых услуг. Это еще и человеческое участие, уважение, общественный престиж. Автор технологии сохранения психического здоровья в старости Ю.Б. Тарнавский особую роль в развитии творческого долголетия пожилого человека отводит участию и помощи в их жизни со стороны детей. «Особенно важно привить детям это чувство ответственности, заботливости, симпатии к старикам. Потребность помочь, выполнить просьбу должна войти в кодекс нравственности и поведения нашей молодежи» [4, с. 94].

Выводы. Активному долголетию пожилого человека способствует много факторов, ведущими психологическими среди которых можно считать такие: развитие его как социально активной личности, как субъекта творческой деятельности и яркой индивидуальности. И здесь огромную роль играет высокий уровень самоорганизации, сознательной саморегуляции своего образа жизни и жизнедеятельности. С выходом на пенсию пожилому человеку показана профессиональная деятельность в сокращенном объеме и на должности, соответствующей его психофизическим возможностям. Для людей, любящих свою профессию, это будет наиболее желательная форма активности.

Настоящее исследование будет продолжено. Рассмотренные технологии будут реализованы в работе территориальных центров социального обслуживания населения, в воспитательной работе с учащейся молодежью по развитию у них умений и навыков построения конструктивного взаимодействия с людьми пожилого возраста.

Список использованных источников

1. Кравченко, А.И. Социальная работа : учеб. пособие / А.И. Кравченко. – М. : ТК Велби; Изд-во Проспект, 2008. – 416 с.
2. Краснова, О.В. Адаптация пожилых людей к современной социальной ситуации / О.В. Краснова. – М. : Издательский центр «Академия», 1996. – 408 с.
3. Милькаманович, В.К. Социальная геронтология : учеб.-метод. комплекс / В.К. Милькаманович. – Минск : ГИУСТ БГУ, 2010. – 321 с.

4. Тарнавский, Ю.Б. Чтобы осень была золотой... (как сохранить психическое здоровье в старости) / Ю.Б. Тарнавский. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Медицина, 1988. – 112 с.
5. Технологии социальной работы с различными группами населения : учеб. пособие / под ред. А.Д. Павленка. – М. : ИНФРА-М, 2010. – 272 с.
6. Ускова, Н.Е. Институциональное обеспечение социальной активности пожилых людей / Н.Е. Ускова. – М. : Издательский центр «Академия», 2000. – 212 с.