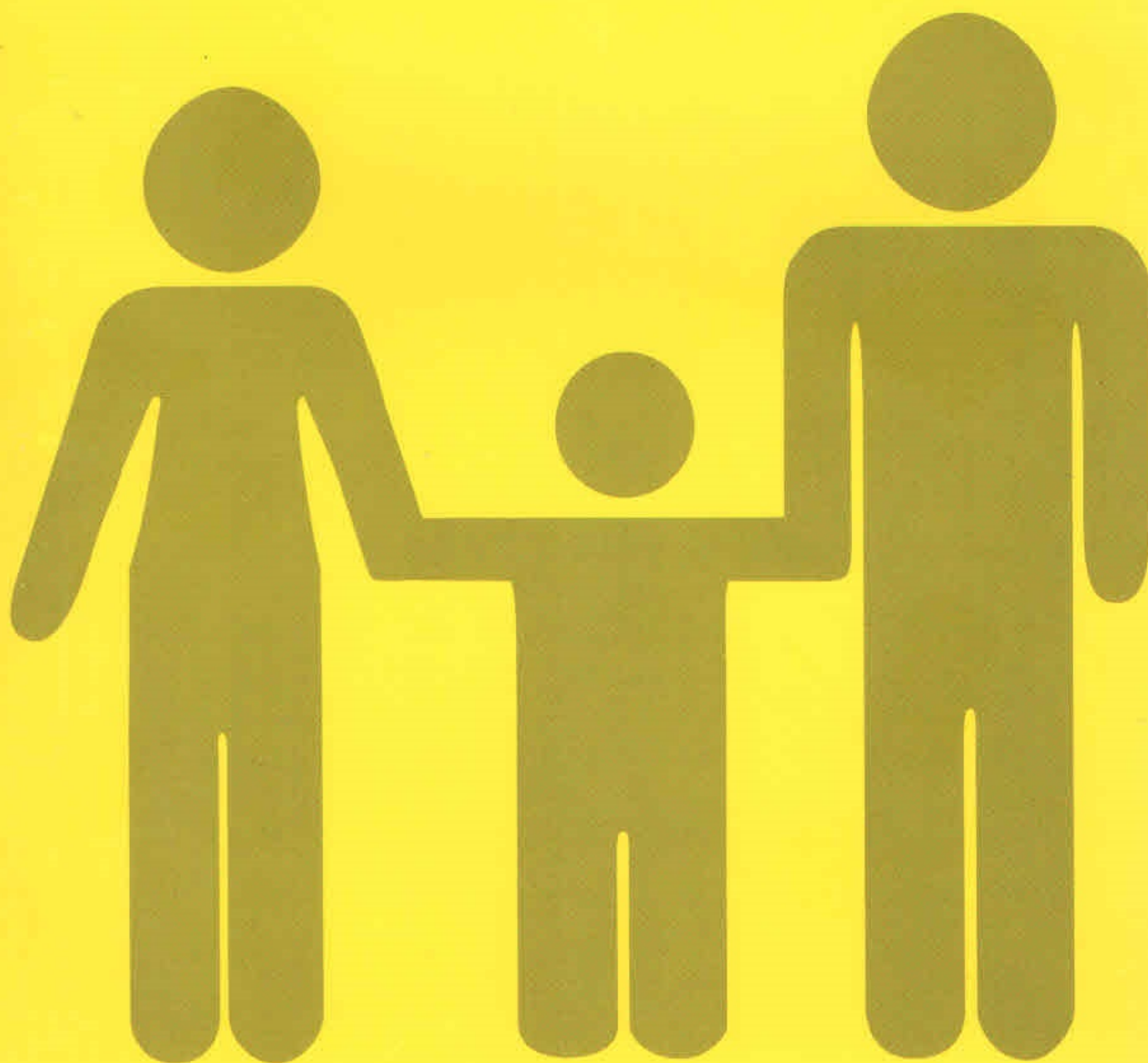


СОЦИАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ 2/2021



БИБЛИОТЕРАПИЯ КАК ПЕРСПЕКТИВНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ ПО СОЗДАНИЮ УСЛОВИЙ ДЛЯ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ И ЭФФЕКТИВНОГО РЕАБИЛИТАЦИОННОГО ПРОЦЕССА В ДОМЕ-ИНТЕРНАТЕ ДЛЯ ПРЕСТАРЕЛЫХ И ИНВАЛИДОВ

А. В. Корчагина

Заместитель директора по социальной работе, лауреат Всероссийского конкурса
«Золотое перо» социальных служб России — 2020»

А. В. Панова

Методист, лауреат Всероссийского конкурса «Золотое перо»
социальных служб России — 2020»

Автономное учреждение социального обслуживания Вологодской области
«Октябрьский дом-интернат для престарелых и инвалидов»

Президент Российской Федерации В. В. Путин на заседании Президиума Госсовета 5 августа 2014 года «О развитии системы социальной защиты граждан пожилого возраста» акцентировал внимание россиян на следующем: «В нашем обществе уже давно есть запрос на новую, современную политику в отношении людей старшего возраста. Она должна опираться на дифференцированный подход, на создание условий, обеспечивающих как активное долголетие, так и эффективную поддержку тем, кто нуждается, действительно, в помощи». Позднее, на одном из заседаний Совета по вопросам попечительства в социальной сфере при Правительстве Российской Федерации ее председатель, Вице-премьер Т. А. Голикова сказала: «Жить не только долго, но и оставаться востребованным, активным и бодрым — в этом суть идеологии активного долголетия. Теперь эта тема актуальна и для России. Нам предстоит выработать собственную программу действий, реализовывать проекты, способствующие активному долголетию, и просто активно жить».

Именно это и стало неким «стартом» для специалистов всех сфер деятельности, работающих с людьми старшего возраста, и Октябрьский дом-интернат для престарелых и инвалидов здесь не стал исключением.

Наше учреждение — автономное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Октябрьский дом-интернат для престарелых и инвалидов» — относится к категории стационарных учреждений социального обслуживания, представляет собой комплекс из 3-х жилых корпусов для проживания 553 граждан пожилого возраста и инвалидов. В Вологодской области Октябрьский дом-интернат для престарелых и инвалидов — это учреждение, которое при поддержке Департамента социальной защиты населения Вологодской области

активно развивается в поддержку пожилых людей и инвалидов в соответствии с требованиями времени и инновационными направлениями работы.

Специфика Организации такова, что мы находимся в 17 км от областной столицы — древнего русского города Вологды, где расположены все наиболее популярные среди пожилых людей организации культуры, досуговые учреждения. И для того, чтобы наши пожилые люди имели возможность жить полноценной культурной жизнью, было решено максимально приблизить всю необходимую инфраструктуру к нам в дом-интернат для удовлетворения выявленных потребностей пожилых людей, ограниченных в физических или психических возможностях. Коллектив Октябрьского дома-интерната для престарелых и инвалидов считает, что поддержка активного образа жизни пожилых людей и инвалидов, возможность видеть результаты своей деятельности повышает их самооценку, дает устойчивость и гарантию определенной стабильности, ощущение доброй перспективы. Поэтому, одной из основных задач, стоящих перед сотрудниками Организации, является — сделать жизнь получателей социальных услуг активной, достойной и полноценной, реализуя миссию Октябрьского дома-интерната: «Дом, где возвращают надежду. Надежду на жизнь, на заботу, на равные возможности. Реализуемую надежду на то, что и в новых обстоятельствах человек остается нужным и востребованным».

В рамках этой миссии в Организации реализуются различные мероприятия, направленные на формирование условий для активного долголетия граждан пожилого возраста, добровольческую помощь старшему поколению со стороны детей и молодежи, осознание духовно-нравственных ценностей, уважительное отношение к пожилым людям и инвалидам, формирование возможностей, позволяющих проявить себя в обществе.

Эти мероприятия реализуются в следующих направлениях деятельности:

- социокультурное (посещение кружков и студий, выставок, концертов, участие в конкурсах и фестивалях и т.д.);
- интеллектуально-развивающее (помощь получателям социальных услуг в освоении компьютера, мобильных приложений, интернета, нахождении необходимой информации, совершении платежей «не выходя из дома», пользование электронными услугами, общение с родственниками и знакомыми онлайн и т.д.);
- спортивно-оздоровительное (занятия в кабинетах ЛФК и на свежем воздухе, скандинавская ходьба, гимнастика, ГТО, участие в различных спортивных соревнованиях, танцы на колясках, шашки и шахматы и т.д.);
- здоровьесберегающее (создание комфортных бытовых условий, лечебное питание, диспансерное наблюдение, ежегодные профилактические медицинские осмотры, реализация проекта «Санаторий на дому», просветительская работа, профилактическая работа по отказу от вредных привычек и т.д.);
- духовно-нравственное (выездные паломнические поездки, молебны, беседы и занятия, реализация проекта «Возрождение» и т.д.);
- гражданско-патриотическое (тематические концерты, акции, выставки, конкурсы рисунков, конкурсы чтецов и т.д.);
- лечебно-трудовое (благоустройство и озеленение территории, подготовка к различным творческим конкурсам, мастер-классы, работа в творческих мастерских с инструкторами по труду и т.д.).

Мероприятия по всем направлениям деятельности с каждым годом становятся все более содержательными и разнообразными, проводятся с учетом возрастных, психологических, клинических особенностей пожилых людей, их образовательного уровня, двигательной и социальной активности, наклонностей, интересов.

Но специалисты Организации не стоят на месте, они находятся в постоянном поиске новых, более качественных способов стационарного социального обслуживания, освоении социальных технологий и программ, внедрении их в практику социальной работы с людьми пожилого возраста.

С этой целью в рамках реализации Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года в Вологодской области в Организации реализуются 15 социально-значимых проектов, об одном из которых мы расскажем поподробнее.

Социально-значимый проект «Почитай мне» реализуется в Организации с 2018 года. Он стал победителем конкурса «Активное поколение», проводимого при поддержке Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко. Целью проекта является формирование навыков и способностей противостоять физическим и эмоциональным расстройствам у граждан пожилого возраста через чтение книг, а также путем активизации волонтерского движения и популяризации чтения среди молодежи.

В основу проекта легла технология библиотерапии, которая является одним из важных, перспективных и наиболее востребованных направлений социокультурного реабилитационного процесса престарелых и инвалидов, ведь она позволяет использовать в качестве терапевтического и коррекционного средства специально отобранный для чтения литературный материал.

Достоинствами библиотерапии, которая используется специалистами Организации в работе с пожилыми людьми уже длительное время, являются включение человека в библиотерапевтический процесс, ориентация его на самопомощь, разнообразие форм взаимодействия библиотекаря и читателя. Наиболее эффективна библиотерапия в отношении лиц со средними и повышенными способностями к чтению.

К основным функциям библиотерапии в социальной работе относятся:

- диагностическая (дает возможность для косвенной и более достоверной диагностики проблем человека);
- библиоведческая (дает возможность отвлечь пожилого человека от проблем, связанных с болезнью);
- психотерапевтическая (помогает самораскрытию человека через механизм идентификации с героем; является составляющей частью лечения в психотерапии, больных психическими расстройствами и неврозами);
- вспомогательная (является частью лечения при неврозах и соматических заболеваниях).

Работа библиотекаря в Октябрьском доме-интернате начинается с приемно-карантинного отделения, когда уже при первом знакомстве с пожилым человеком специалист старается узнать о его книжных пристрастиях, увлечениях. Здесь же, для положительной адаптации пожилых людей и инвалидов в доме-интернате им даются рекомендации посещения библиотеки или выхода

на отделения библиотекаря (в зависимости от состояния здоровья и их психологического настроения).

Ведь придя в дом-интернат, любой пожилой человек испытывает стресс и эмоциональное одиночество, он не сразу адаптируется к новым условиям жизни. Оставшись один на один со вновь сложившейся ситуацией, пожилой человек не может сразу влиться в коллектив с разными по убеждениям, жизненному пути, интеллекту, склонностям и способностям людьми, и на этом этапе ему может помочь общение с книгой. Она возвращает их в привычный мир ценностей и жизненного уклада, пробуждает интерес к происходящему в настоящее время, к возможности скорейшего адаптирования в новых условиях.

Получив книгу в библиотеке, пожилой человек может уединиться, так как окружающая обстановка ему пока непривычна и не располагает к коммуникации. Постепенно он вливается в коллектив, знакомится с постоянными читателями библиотеки, вовлекается в различные мероприятия, сначала литературного характера, а потом и другие социокультурные мероприятия.

Библиотекарь, взаимодействуя с психологом, должен уметь подобрать для пожилого человека такое художественное произведение, которое соответствует различным его требованиям. Во-первых, оно должно быть высокого художественного уровня, а герои произведения духовно близки читателю. Ситуации, описанные в книге, должны быть близки переживаниям читателя, должны побуждать к действиям, борьбе, отыскиванию в себе духовных сил. Поэтому, при подборе книг для пожилых людей, особенно в период адаптации, библиотекарь избегает сюжетов, в которых успех к герою пришел случайно, а также утомительных, путанных философских книг, сентиментальной литературы и литературы ужасов. Самой большой популярностью среди наших читателей пользуются морально-бытовые повести, приключенческая и биографическая литература, исторические романы, книги о путешествиях. Также спросом пользуется сатирическая и юмористическая литература, так как она помогает укрепить уверенность в себе, стимулирует положительные эмоции. При подборе текстов библиотекарю необходимо руководствоваться принципами доступности материала, учета возрастных, половых и индивидуальных предпочтений пожилого человека. Нельзя забывать о том, что читатели неодинаково реагируют на литературу. Поэтому беспокойных следует успокоить, сосредоточить чтением, а людей с подавленным настроением, безразличных — наоборот, заинтересовать, активизировать.

Библиотека Октябрьского дома-интерната работает со дня основания учреждения, с 1969 года. Фонд библиотеки, которая имеется во всех трех корпусах, сегодня составляет более 5600 экземпляров, в том числе издания двух авторов собственного сочинения (Татьяны Алексеевны Яковлевой, Галины Николаевны Бараковой) и три электронные книги. Каждый год стараемся регулярно пополнять книжный фонд, так как наибольшим спросом пользуются, конечно же, новинки. Постоянными помощниками в обновлении библиотечного фонда являются наши верные друзья — члены Попечительского совета и волонтеры,



благодаря которым в рамках общественного движения «буккроссинг» Организация на постоянной основе пополняет свои книжные полки новыми книгами, привлекая новых читателей в библиотеку и в холлы отделений. В основном это детективы, приключенческая литература, фантастика.

Одна из немаловажных функций работы в рамках библиотерапии является работа со слепыми и слабовидящими пожилыми людьми и инвалидами. В рамках взаимодействия с библиотечными учреждениями города и области, БУК Вологодской области «Вологодская областная специальная библиотека для слепых» для слабовидящих и незрячих пожилых людей привозятся книги укрупненного шрифта, рельефно-графические пособия, аудиокассеты или как их еще называют «говорящие книги» (они используются со специальными устройствами для чтения на флеш-картах, которые получают инвалидами как техническое средства реабилитации в рамках исполнения ИПРА).

Практически все проживающие, а также работники дома-интерната являются читателями библиотеки.

Также в библиотеке проводятся различные культурно-просветительские тематические мероприятия, в том числе совместно с библиотеками города и области. Направления работы разнообразны: книжные выставки, обзоры, викторины, литературно-музыкальные композиции, тематические вечера, приуроченные к знаменательным датам и др.

Ярким примером востребованных форм работы по библиотерапии является проведение мероприятий в рамках гражданско-патриотического направления работы специалистов Организации, направленных на пропаганду нравственных ценностей, сохранение и воспитание патриотизма среди пожилых людей. Так как библиотека обладает огромными ресурсами в воспитании патриотизма, возникла идея сотрудничества с БУК Вологодской области «Вологодская областная универсальная научная библиотека им. И. В. Бабушкина», бывший директор которой является членом Попечительского совета Организации. Специалисты библиотеки уже более 8 лет являются постоянными организаторами и участниками различных патриотических мероприятий: библиотечные уроки, обзоры новинок по определенной тематике, викторины, литературные игры, анкетирование, выступления приглашенных артистов, выставки рукодельных работ пожилых людей и др. Совместное проведение социально-значимых мероприятий (презентаций, лекций, литературных вечеров и встреч, тематических собраний и т.д.) способствовало вовлечению пожилых людей, особенно с имеющимися психическими заболеваниями, в процесс чтения, формированию и поддержанию интереса к книге, а, с другой стороны, увеличило число пользователей нашей библиотеки.

В рамках подготовки к празднованию к 75-летию Победы в Великой Отечественной войне с 2018 года по просьбе пожилых людей был составлен цикл мероприятий, посвященных Великой Отечественной войне, «Читаем вместе». В ходе занятий пожилые люди знакомились с творчеством, как русских классиков, так и вологодских писателей и поэтов, встречались с участниками клуба самодеятельных поэтов «Объектив», познакомились с руководителем поискового отряда «Путь воина». В процессе этой деятельности родился проект «Эти письма эпохи войны», в основе которого заложена совместная деятельность сотрудников, получателей социальных услуг Организации и специалистов библиотеки. Впечатления и обретенные навыки участников проекта закреплялись в совместном прочтении

полученной информации, тематических беседах и занятиях на различные темы («Что мы знаем о войне?», «Фронтовой треугольник», «Военно-полевая почта в Вологодской области»). Для сбора и систематизации материала проводятся систематические встречи с представителями КАУ Вологодской области «Вологодский областной архив новейшей политической истории», БУК Вологодской области «Вологодский государственный историко-архитектурный и художественный музей-заповедник» и специалистами БУК Вологодской области «Вологодская областная юношеская библиотека им. В. Ф. Тендрякова».

В зависимости от поставленных задач в каждой конкретной ситуации используются разные виды библиотерапии: групповая и индивидуальная, пассивная (чтение и анализ текста), активная (творчество на основе содержания книги), не специфическая (направленное воздействие на всю личность в целом), специфическая (работа с отдельной чертой характера или проблемой человека).

В процессе индивидуальной библиотерапии пожилому человеку предлагают одну или несколько книг и наблюдают вместе с психологом на их воздействие на личность читателя, а потом уже переходят к следующим книгам. Основу индивидуальной библиотерапии составляет метод беседы. В ходе беседы выясняются возможности усиления читательского удовлетворения, улучшения понимания сути прочитанного с учетом индивидуальных особенностей. Метод самоконтроля способствует усилению самопонимания (используются книги по самопомощи, литература по искусству, научная литература). Метод самопомощи направлен на стимуляцию самопознания (изучение собственных болезненных расстройств, своего характера). Метод творческого самовыражения формирует новое отношение к себе и окружающим, повышает уровень развития личности через обучение, а поэзия, музыка, изобразительное искусство являются инструментами воздействия на личность человека при использовании данного метода.

Групповую библиотерапию составляет консультация. В процессе оказания психологической помощи осуществляется совместное обсуждение возникших у пожилого человека проблем. Метод расслабления — это профилактика эмоционального стресса (здесь подойдет юмористическая литература, детективная и сказки). Метод отождествления себя с персонажем позволит разобраться волнующие пожилого человека на сегодняшний день проблемы, ситуации через героя и его действия (эффективно с использованием элементов сказкотерапии). Метод отвлечения направлен на выработку терпимости и понимания по отношению к окружающим (чтение вслух, написание заметок, сочинение собственных произведений). Профилактический метод характеризуется тем, что развитие и коррекция личности происходит в самом процессе чтения. Данный метод рекомендуется использовать при работе с людьми, испытывающими проблемы отцовства и материнства, адаптации к новому коллективу. Лечебный метод направлен на восстановление здоровья человека, адаптацию к новым условиям и преодоление проблем.

Психотерапевтический эффект библиотерапии достигается различными методами. Например, через художественное чтение, дискуссии, опрос, литературные вечера, наблюдение, встречи с персонажами произведений и их авторами, беседы, конкурсы, импровизацию, мнимые путешествия, выставки книг и творческих работ, литературные и поэтические вечера, библиотечные уроки.

В данном случае воздействие чтения способствует:

– восполнению недостатков собственных образов и представлений через те или иные образы и связанные с ними чувства, желания, мысли, усвоенные с помощью книги;

– отождествлению переживаний героев со своими собственными, что позволяет осознавать свои ошибки и посмотреть на свою жизнь глазами человека со стороны, так как литература дает пожилому человеку возможность основательно, не торопясь, узнать, понять, научиться анализировать;

– возникновению в себе силы, уверенности при чтении биографии, автобиографии, воспоминаний, писем выдающихся людей с интересной, но нелегкой судьбой.

Также для достижения психотерапевтического эффекта библиотерапии эффективно используются методы сказкотерапии, сказочная куклотерапия и имиджтерапия, музыкотерапии и изотерапии.

Сказкотерапия, как наиболее востребованный метод работы с пожилыми людьми при проведении занятий по библиотерапии, направлен на обучение, диагностику и коррекцию, развитие творческих способностей, совершенствование способов взаимодействия с окружающим миром. В рамках комплексной сказкотерапии используется анализ сказок, интерпретация сказочных ситуаций, образов. Анализ сказок проводится как в групповой, так и в индивидуальной работе. Рассказывание сказок позволяет решать психодиагностические и психокоррекционные задачи: выявлять актуальные проблемы пожилого человека путем анализа эмоционального состояния при рассказывании, причем рассказывание сказки проводится как от первого, третьего лиц, так и от имени сказочного героя; допустимо также групповое рассказывание сказок или придумывание продолжения какой-то известной сказки.

Сказочная куклотерапия в психотерапевтической работе с пожилыми людьми позволяет совершенствовать мелкую моторику рук и координацию движений, развивать коммуникативные навыки, проявлять через куклу те эмоции, чувства, состояния, движения, которые в обычной жизни по каким-либо причинам человек не может или не позволяет себе проявлять.

Сказочная имиджтерапия предполагает проигрывание той или иной сказочной роли с использованием костюмов. Сказочное рисование на тему «Иллюстрация к любимой сказке», «Любимый сказочный герой» позволяет организовать работу со сказкой тем участникам, для которых данный способ самовыражения наиболее приемлем. Для достижения наилучшего результата мы используем народные, авторские, дидактические, психокоррекционные, психотерапевтические, медитативные сказки, помогающие обучению, снимающие неадекватные эмоциональные проявления.

Кроме выше перечисленных методов, в работе применяется и метод музыкотерапии. Используется разножанровая музыка, как самостоятельное средство, или как дополняющий элемент к рисованию, театрализованному представлению. Уникальность воздействия музыки состоит в способности объединять людей в делах, мыслях, чувствах, в конкурсах, вечерах, карнавалах. Музыкально-ритмические упражнения включаются на занятиях для развития отдельных частей тела: работа над мимикой и жестами («пугливый воробей», «хитрая лиса», «неуклюжий медведь»); развития мелкой моторики пальцев рук, координации слуха и голоса (подражание животным).

Также для достижения психотерапевтического эффекта библиотерапии специалистом используется метод изотерапии, причем участнику занятия не обязательно иметь художественные способности. Главное, чтобы человек, имеющий ограничения в здоровье, через рисунок мог выразить свое внутреннее состояние, свои ощущения и переживания о прочитанном, услышанном.

Таким образом, используя данный метод в работе, в коллективе пожилых людей формируется положительная аура, способствующая созданию гармонии в отношениях, доверия, любви, необходимых каждому, воспитывается устойчивый интерес к занятиям, желание участвовать в них, выполнять рекомендации библиотекаря, стремиться получить положительную оценку, чувствовать себя полноценным человеком.

На основе библиотерапии, любви к познавательному миру, чтению сформировалась группа самых активных читателей (187 человек), результатом чего явился творческий коллектив — клуб «Любителей поэзии». Пожилые люди посредством этого клуба приобщаются к миру прекрасного, общаются между собой, с другими людьми, любящими чтение, волонтерами. Занятия в клубе позволили пожилым людям участвовать в досуговых мероприятиях, самореализовываться через социокультурную занятость, независимо от состояния здоровья, снять эффект социальной изоляции, стимулировали к сохранению и поддержанию их физического и психического состояния, а волонтерам — с детства развить чувства нужности, толерантности и ответственности.

С 2016 года Организация тесно сотрудничает с волонтерским отрядом «Милосердие» МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 6 имени Героя Советского союза Пименова Ивана Ивановича», школьники которой читают книги пожилым людям, а для некоторых из них стали просто друзьями. Именно эта дружба и совместная деятельность в 2018 году переросли в проект «Почитай мне», благодаря реализации которого снизилась социальная изоляция пожилых людей.

Так как с возрастом здоровье пожилых людей связано с прогрессирующим снижением зрительной чувствительности, особенно к визуальным деталям, в связи с изменением зрения и нервной передачи, пожилые люди испытывают большие трудности при чтении, ограничении их способности участвовать в повседневной деятельности, возможности продолжать работать и просто читать для проведения досуга. Понимание причин возникновения трудностей в чтении явилось первым важным шагом в определении путей борьбы с ней. В этом проекте мы помогли пожилым людям, столкнувшимся с данной проблемой, воздействовать словом, специально выбранной для этого литературой, с целью нормализации состояния пожилого человека. При выборе литературы мы периодически опирались на православную литературу,



так как она ценна для верующих людей, богата жизненным опытом, помогает понять мир и место человека в этом мире, способствует любви к окружающей среде и всему живому в ней, укрепляет жизнелюбие и добро. Большинство пожилых людей сделали выбор в пользу художественной литературы, так как ее изучали в учебных заведениях, с ней можно пережить чувства героев, проанализировать поведение и мысли. Она способствует мысленному возвращению человека в годы молодости, обострению воспоминаний о прошедших годах. Такие воспоминания эмоционально укрепляют пожилых людей, дают им мотивацию жить дальше.

К чтению книг мы привлекали добровольцев из числа учащихся школ, в том числе и наших верных друзей и первых участников проекта — старшекласников МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 6 имени Героя Советского союза Пименова Ивана Ивановича».

Учитывая состояние здоровья пожилых людей, а также их повышенную утомляемость, были спланированы занятия в небольших группах и индивидуально длительностью 30–40 минут. Молодежь доносила информацию, написанную в книгах, тем самым не только лечила словом, благоприятными особенностями которых являются понимание жизни, сопереживание, порядочность и мораль, но и сами дети приобщались к литературе, что очень важно среди подрастающего поколения.

Программа проекта рассчитана на неопределенное время для улучшения физического, психологического и эмоционального состояния граждан пожилого возраста и инвалидов. Для чтения используются как бумажные носители, находящиеся в библиотечном фонде Организации, так и электронные книги, которые были получены благодаря победе в конкурсе «Активное поколение», проводимого при финансовой поддержке Благотворительного Фонда Елены и Геннадия Тимченко. На средства, полученные от благотворительного фонда, были приобретены электронные книги, расширенная память которых позволяет разместить в одной книге полноценную библиотеку.



Также в рамках данного проекта получатели социальных услуг стали участниками городских социокультурных значимых мероприятий:

– V Всероссийских Беловских чтениях «Белов. Вологда. Россия», которые были направлены на постижение творческого и гражданского наследия автора и его влияния на русскую словесность (в мероприятии приняло участие 15 ветеранов Октябрьского дома-интерната, которые получили сертификат участника);

– традиционный конкурс чтецов по Брайлю «Волшебное шеститочие» для читателей, владеющих рельефно-точечным шрифтом, организатором которого выступила Вологодская областная специальная библиотека в честь Международного дня слепых. Ветераны Октябрьского дома-интерната впервые принимали участие в такого рода мероприятии, демонстрируя свое умение в чтении и письме

шрифтом Брайля; по итогам конкурса Орлов Виктор Олегович, проживающий Организации, был отмечен благодарностью.

В результате, проект «Почитай мне» показал свою актуальность, получив много положительных отзывов от проживающих дома-интерната и волонтеров. Благодаря реализации проекта, наши проживающие остаются социально активными, интересующимися жизнью, с чувством уверенности, что их слушают и слышат, что они могут и умеют выступать и побеждать (например, в конкурсах чтецов), что жизнь для них еще не закончена, так как впереди много планов, идей и ожидание их реализации!