

*Краевое государственное бюджетное учреждение социального обслуживания «Спасский дом-интернат для престарелых и инвалидов»*

## ***Практика «Позитивное общение»***

***Пожилой возраст*** – один из сложных периодов жизни, связанный с постепенным снижением физиологических и социальных функций.

*По официальным данным ВОЗ и ассоциации геронтологов, пожилым считается возраст от 60 до 74 лет, старческим от 75 до 90 лет. Чтобы обеспечить человеку комфортное старение, нужно понимать психологические особенности людей преклонного возраста.*

**Цель программы:** снижение психологического дискомфорта, уровня агрессии у пожилых людей, формирование психологической культуры и укрепление психического здоровья пожилых граждан.



**Актуальность программы:** данная программа даст возможность этой категории людей: — встречаться с интересными людьми, развивать личность, обретать друзей-единомышленников; — вооружиться знаниями, облегчающими взаимодействие как с самими собой, так и с окружающим социумом, что является главной составляющей социальной адаптации.

**Задачи программы:** — Повысить чувство значимости себя и способность осознанию возможности продолжения продуктивной и достойной жизни. — Создать возможности для общения, реализации важных жизненных желаний и элементы психотерапевтической поддержки пожилых людей. — Позволить пожилым людям проявить себя как «носителей мудрости».



Особую актуальность и значимость приобретает проблема недостатка общения одиноких людей пожилого возраста. Отклонения в формировании мотивации общения одиноких людей пожилого возраста могут обнаружиться в стремлении к уединению, отсутствию длительных контактов со сверстниками, апатии, эмоциональным нарушениям, замкнутости, озлобленности.

1. Полная незанятость в обществе, отрицательно сказывается на эмоциональном состоянии пожилых людей.

2. Свои отношения одинокие пожилые люди строят на основе личных симпатий, доверительном взаимодействии, участии и поддержке. Из-за неумения общаться у них возникают серьёзные проблемы в эмоциональном состоянии. Из-за низкого уровня самооценки усиливается чувство одиночества, появляется озлобленность и попустительское отношение к самому себе.

Одиноким пожилым людям характерны следующие претензии: равнодушие (называется чаще всего), холодность, безразличие, нежелание выслушать, невнимательность.

3. Потребность в общении у женщин выражена сильнее, чем у мужчин. Потребность в одобрении мужчинам необходима несколько сильнее, чем женщинам. Одиночество в этом возрасте женщинами переносится менее болезненно, чем мужчинами.

4. Основными элементами практики «Позитивное общение» являются: формирование навыков общения, формирование позитивного восприятия возраста, развитие чувства сопереживания, адекватной самооценки.



**У одиноких пожилых людей понизился уровень склонности к одиночеству повысился уровень эмпатии и потребности в общении.**

---

Участники мероприятия	Кол-во участников	Место проведения
Прихожане корейской церкви	10	Спасский ДИПИ
Д/С Аленка 4.05 -праздничный концерт	23	Спасский ДИПИ
Д/С Солнышко 6.05 -праздничный концерт	13	Спасский ДИПИ
Администрация г. Спасска-Дальнего -праздничный концерт	20	Спасский ДИПИ
Д/С Лучик -Видеопоздравление, концерт.	20	Спасский ДИПИ