

УДК 316:379.8

ТЕХНОЛОГИИ ОРГАНИЗАЦИИ ДОСУГА ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ СРЕДСТВАМИ СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Аввакумова Екатерина Николаевна,
студентка 3 курса направления подготовки
«Социально-культурная деятельность»*

Чувашского государственного института культуры и искусств

*Научный руководитель – Каримов Ботурджон Кадирович,
кандидат педагогических наук, профессор,
заведующий кафедрой социально-культурной и библиотечной деятельности
Чувашского государственного института культуры и искусств*

АННОТАЦИЯ

В приведенной ниже статье рассматривается организация и проведение досуга пожилых людей средствами социально культурной деятельности, а также раскрываются некоторые особенности проведения досуга.

Ключевые слова: досуг, пожилые люди, организация, свободное время, пенсия.

В настоящий период многие пожилые люди ощущают чувство одиночества. Поэтому важно, чтобы человек, независимо от своего возраста ощущал себя нужным человеком.

Досуг – это важная часть свободного от обязанностей времени, которую человек может использовать по своему усмотрению. Данное время человек может тратить в соответствии со своими интересами и желаниями, удовлетворяя свои физические и духовные потребности.

С переходом на пенсию образ жизни человека меняется, сужается круг общения. В повседневной жизни свободное время осуществляет большое число нескольких функций: рекреационно-оздоровительного и терапевтического вида. Без их осуществления у многочисленных людей неизбежно образуется состояние стресса, интенсивный невроз, психическая вспыльчивость, переходящие в стабильные заболевания. Так же можно отметить такие функции досуга как воспитательные и просветительные.

В отсутствие досуга жизнедеятельность современного человека стала бы не только ущербной, она потеряла бы один из своих базовых стержней, стала бы труднопереносимой. В ходе стандартной жизнедеятельности человек занят различными ежедневными делами: профессиональной деятельностью, воспитанием, семейными делами, общением с людьми, сном, отдыхом, досугом. Люди организуют досуг с целью, для того чтобы отдохнуть, убрать напряжение, почувствовать физиологическое и психическое удовлетворение, поделится со своими интересами с приятелями и родными, завязать общественные контакты и приобрести возможность самовыражения деятельности.

Досуг также важен и для пожилых людей. В наше время люди преклонного возраста занимают в мире маргинальное социокультурное состояние. После ухода на пенсию, человек приобретает огромное количество свободного времени, которым он должен правильно распоряжаться. Он начинает приспосабливаться к новым обстоятельствам жизни и придавать большое значение досугу. К пожилым так же можно отнести разнообразную категорию людей – от здоровых и крепких до глубоких стариков, обремененных недуга-

ми, относящихся к различным социальным слоям. Любой из них имеет различные уровни образования, квалификации.

Свободное время и покой представляют немаловажную значимость в существование людей пожилого и преклонного возраста, тем более, если их содействие в трудовой деятельности затруднено. Трудности, которые смогут появиться при организации досуга и развлечения у лиц преклонного возраста, носят следующий вид: отсутствие рамок досуга из-за экономических, транспортных и иных трудностей.

Структура досуга включает: общение; спортивно-оздоровительную деятельность, забавы и отдых на природе; развлекательную деятельность (прогулки, показ телепередач, прослушивание музыки, визит дискотек); интеллектуально-познавательную деятельность активного характера (прочтение книг, занятие в кружках, визит факультативов); художественное, техническое, естественно-научное творчество; любительскую деятельность прикладного характера (рукоделие, вязание, фотодело и т.п.); общественно активную деятельность и т.д. Помимо спорта, туризма и иных оздоровительных событий, особый смысл в концепции социальной реабилитации людей преклонного возраста относится художественно-творческая форма активности. Осваивая музыкальные звуки, цветовую гармонию, пластику, люди преклонного возраста узнают окружающий мир более легкодоступным для них, просто усваиваемыми формами.

Хотелось бы выделить, что в нашей стране имеются более тридцати разновидностей досуговой работы, которым пожилой индивид способен посвятить свое свободное время. Почти в любом социозащитном учреждении личностям преклонного возраста предлагается целый комплекс культурной деятельности, в этом числе и досуговая.

На сегодняшнее время в Российской Федерации проведение досуга людей преклонного возраста в основном основывается и базируется, отталкиваясь от возможностей пожилых людей. В летний период все люди пенсионного возраста предпочитают проводить время на дачах, фазендах. Для немногих, кстати, дача считается не только ресурсом досуга или отдыха, но и экономическим ресурсом.

Большинство пожилых людей продают овощи, фрукты, выращенные ими на дачах. Таким образом, дача – это и «отдых», и способ улучшить свое финансовое состояние, а также хорошее средство физических нагрузок.

Организацией досуга и отдыха людей преклонного возраста является такой вид деятельности, который дает человеку чувство ощущения, приподнятого настроения и веселия. Люди проводят свободное время для того, чтобы отдохнуть, убрать напряжение, ощутить удовлетворение, поделиться собственными интересами с друзьями и родными, завязать новые знакомства и приобрести возможность самовыражения либо творческой деятельности. Социально-культурная деятельность в этом аспекте социальной работы заключается в выявлении лиц преклонного возраста, находящихся в сложной жизненной ситуации, фактором которой стали трудности социально-психологического характера, а кроме того в проведении специальных событий, которые обеспечивают социально-психологическую адаптацию людей преклонного возраста, которые нуждаются в такие поддержки. Кроме того, одна из задач социально-культурной деятельности состоит в том, чтобы каждого пожилого человека привлекать в повседневные социальные контакты, обучить, поддерживать цивилизованные отношения с родными, с соседями и иными людьми в социально-культурных условиях.

Свободное время дает возможность людям преклонного возраста закрепить навыки сохранения дружеских отношений со своим окружением, где собственные трудности кажутся не такими важными, как раньше. На первое место становится их фактическая польза, таким способом социально-культурная деятельность подразумевает адаптацию пожилых людей при выборе видов. Социально-культурная деятельность с пожилыми

людьми обязана быть нацелена, на предоставление возможности посредством разносторонней социально-культурной и досуговой деятельности, оставаться быть активными гражданами, на повышение качества жизни, укреплению чувства личного достоинства.

В качестве заключение к данной статье можно сделать вывод, что необходимость сохранения активной жизни в пожилом возрасте - одна из актуальных тем в современном мире сегодня.

Литература

1. Акимова Л. А. Социология досуга : учеб.пособие. – М. : МГУКИ, 2003. – 124 с.
2. Аксенов В. С., Наумов А. П. Технические средства культурно-просветительской работы: учеб. пособие. – М. : Просвещение, 1988 – 143 с.
3. Андреева Г. М. Социальная психология. Курс лекций. – М, 2007. – 290 с.
4. Бирженюк Г. М., Бузене Л. В., Горбунова Н. А. Методическое руководство культурно-просветительской работой : учеб. пособие. – М. : Просвещение, 1989. – 176 с.
5. Волкова Л. И. Достойная старость. О домах престарелых в России // Российская газета от 5 января 2005.