

**ОРГАНИЗАЦИЯ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЛОНТЕРСТВА,  
КАК ОДИН ИЗ СПОСОБОВ ПРОДЛЕНИЯ АКТИВНОГО  
ДОЛГОЛЕТИЯ ПОЛУЧАТЕЛЕЙ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ  
БУ «ГЕРОНТОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»**



***Е. А. Дереповская,**  
заведующий отделением  
информационно-аналитической работы  
бюджетного учреждения Ханты-Мансийского  
автономного округа – Югры  
«Геронтологический центр»,  
г. Сургут,  
e-mail: DerepovskayaEA@admhmao.ru*



***О. В. Дьячкова,**  
методист отделения  
информационно-аналитической работы  
бюджетного учреждения Ханты-Мансийского  
автономного округа – Югры  
«Геронтологический центр»,  
г. Сургут,  
e-mail: DerepovskayaEA@admhmao.ru*

В статье описывается организация «серебряного» волонтерства в БУ «Геронтологический центр»: способы привлечения волонтеров из числа получателей социальных услуг БУ «Геронтологический центр», направления деятельности «серебряных» волонтеров, результаты деятельности в части повышения двигательной и социальной активности граждан пожилого возраста и продления активного долголетия.

*Ключевые слова:* волонтерство, добровольчество, «серебряное» волонтерство, граждане пожилого возраста, проблемы, активное долголетие, повышение активности, продление долголетия, эффективная деятельность, социальное обслуживание, пожилые люди, геронтологический центр.

Прогрессирующее постарение населения, рост заболеваемости пожилых, особенности патологии лиц старших возрастных групп диктуют необходимость совершенствования организации их социальной и психологической поддержки. Социальная реабилитация, посильный труд, исполнение привычных профессиональных обязанностей, поддержание контактов с окружением, активная жизненная позиция – вот задачи, над решением которых должно трудиться общество в отношении пожилых граждан и вот в чем в настоящее время заключается суть социальной работы. Изменение социального статуса пожилого человека вызвано, прежде всего, не только прекращением трудовой деятельности, но и изменением самого образа жизни, и, как следствие, возникновением затруднений в социально-бытовой, психологической адаптации к новым условиям. Все это приводит к необходимости поиска новых подходов, форм и методов социальной работы с людьми преклонного возраста.

«Серебряное» волонтерство – это одна из наиболее эффективных форм продления активной счастливой жизни. Оно помогает людям старшего возраста ощутить сопричастность и востребованность, что положительно влияет на их эмоциональное и физическое состояние. Для волонтеров из числа получателей социальных услуг БУ «Геронтологический центр» добровольческая деятельность не просто развлечение – это определенная обязанность и ответственность, это образ жизни, непосредственно ведущий к продлению активного долголетия.

С 2019 года в Учреждении активно развивается «серебряное» волонтерство. Актуальность данной практики обусловлена необходимостью решения одной из основных проблем, с которой сталкиваются лица старшего возраста – чувством невостребованности. Добровольческая активность пожилых людей может стать важной составляющей их социализации, повышения самооценки, укрепления физического и психического здоровья, психологического благополучия. Участие в волонтерском движении позволяет гражданам пожилого возраста (волонтерам), чувствующим в себе

физические и моральные силы, реализовать свой внутренний потенциал, в рамках определенных направлений и с учетом личных интересов и предпочтений, оказать необходимую помощь получателям социальных услуг, повысить качество их жизни.

В программе привлечения к добровольческой (волонтерской) деятельности граждан пожилого возраста, в том числе с ограниченными возможностями здоровья, задействованы 6 получателей социальных услуг БУ «Геронтологический центр», в том числе, имеющих ограничения жизнедеятельности. «Серебряные» волонтеры из числа получателей социальных услуг Учреждения выразили желание заняться волонтерской деятельностью добровольно, после того, как психологами Геронтологического центра была проведена информационная кампания о «серебряном» волонтерстве. В ходе данной кампании психологи Учреждения не только рассказали пожилым людям о сути волонтерской деятельности и достижениях «серебряных» волонтеров других регионов, но и провели тестирование и тренинги для выявления у пожилых людей потребности в активном участии в общественной жизни, а также наличия готовности и желания оказания помощи и содействия другим. Также с привлечением психологов были определены основные направления деятельности наших добровольцев и определен перечень обязанностей. В результате проведенной психологами работы обозначены следующие сферы добровольческой деятельности волонтеров «серебряного» возраста БУ «Геронтологический центр»:

сопровождение деятельности, организованной в Учреждении молельной комнаты (контроль наличия свечей, поминальных записок, освященной воды), оказание содействия православным волонтерам при проведении подготовительных бесед перед приездом священнослужителя;

осуществление работ на земельном участке, выделенном под садово-огородные работы на прилегающей к Геронтологическому центру территории;

организация прогулок с получателями социальных услуг;  
оказание помощи в приобретении продуктов для получателей социальных услуг;

оказание помощи в адаптации вновь поступивших граждан пожилого возраста.

Свои обязанности в рамках реализации Программы волонтеры выполняют по мере необходимости, либо по собственной инициативе, либо по просьбе руководителя структурного подразделения. Данные направления деятельности были определены, как в соответствии с личными предпочтениями волонтеров, так и в соответствии с направлениями деятельности Учреждения в рамках проведения реабилитационных мероприятий.

Анализ востребованности услуг, предлагаемых волонтерами, выявил высокую потребность в осуществлении содействия получателям социальных услуг при отправлении религиозных обрядов традиционных конфессий. Люди пожилого возраста в большинстве своем очень религиозны. Молельная комната, организованная в Учреждении, не бывает пуста, сюда каждый день приходят желающие помолиться, поставить свечку, или побыть наедине с собой и Богом. Именно здесь реализует добровольческую деятельность волонтер «серебряного» возраста БУ «Геронтологический центр», выбравший религиозное направление. В его обязанности входит не только сопровождение работы молельной комнаты, но и встреча представителей православного прихода, помощь священнослужителю при проведении обрядов, участие во встречах получателей социальных услуг с православными волонтерами из числа прихожан. Стоит отметить, что волонтер, участвующий в реализации данного направления добровольческой деятельности, человек верующий, имеющий представления об основных церковных канонах. Таким образом, соблюдается условие добровольного участия в волонтерской деятельности в соответствии с личными предпочтениями добровольца.

Еще одним направлением деятельности, основанном на личном увлечении «серебряного» волонтера, и ставшим одним из основных элементов трудотерапии для получателей социальных услуг БУ «Геронтологический центр», стала организация садово-огородных работ на специально оборудованном для этих целей земельном участке на территории Учреждения. Важно, что данная, казалось бы, сезонная деятельность, обеспечивает вовлеченность получателей социальных услуг в процесс в течение всего года. «Серебряный» волонтер организует встречи с заинтересованными пожилыми людьми, где обсуждаются график посадки плодово-овощных культур, специализированная литература, новости и инновации в области садоводства. Пожилые люди, не имеющие возможности по состоянию здоровья принимать участие в работах непосредственно на земельном участке, занимаются разведением рассады. Таким образом, степень вовлеченности пожилых людей, в том числе имеющих ограничения жизнедеятельности, в данную деятельность сложно переоценить.

Наиболее объемный пласт волонтерской деятельности, реализуемой в Учреждении, включает в себя организацию прогулок с пожилыми людьми, содействие в приобретении продуктов для получателей социальных услуг и помощь в адаптации вновь поступивших получателей социальных услуг. К организации данной деятельности привлечены 4 «серебряных» волонтера, которые по мере своих возможностей и исходя из потребностей пожилых людей, оказывают содействие в решении бытовых вопросов. К сожалению, в период пандемии новой коронавирусной инфекции выполнение части обязанностей по данному направлению стало невозможным, однако возросла потребность в активном слушании, подбадривании, участии. Таким образом, «серебряные» волонтеры совместно с психологами Геронтологического центра ведут работу по формированию благоприятного психологического климата в коллективе получателей социальных услуг в изменившихся условиях работы Учреждения.

Несмотря на коррективы, внесенные пандемией, как в работу Учреждения, так и в деятельность «серебряных» волонтеров, можно с уверенностью говорить о видимых результатах добровольческой деятельности. Кроме того, внедренные карантинные мероприятия усилили и подчеркнули значимость проводимой «серебряными» волонтерами работы. В условиях ограничительных мероприятий, когда получатели социальных услуг Геронтологического центра оказались в условиях вынужденной изоляции, именно волонтеры «серебряного» возраста стали надежными помощниками для сотрудников Учреждения, оказывая моральную поддержку и посильную помощь получателям социальных услуг. Несмотря на то, что количество проведенных волонтерами мероприятий сократилось, их эффективность не просто повысилась, а достигла максимальных показателей за все время существования «серебряного» волонтерства в Геронтологическом центре.

Психологи Учреждения, регулярно проводившие с получателями социальных услуг, в том числе волонтерами «серебряного» возраста, социально-психологическую диагностику, направленную на определения самочувствия, активности, настроения, склонности к конфликтам пожилых людей и т.д., отмечают значительное повышение (на 15 %) у пожилых людей таких показателей, как самооценка, социальная активность, чувство удовлетворенности собой и окружающими, и снижение (на 10 %) показателей конфликтности и социальной изолированности. Нельзя не отметить и тот факт, что еще 2 пожилых человека из числа получателей социальных услуг Учреждения заявили о своем желании присоединиться к волонтерам «серебряного» возраста.

Еще одним подтверждением эффективности добровольческой деятельности можно считать отзывы об участии в движении самих «серебряных» волонтеров:

«Говорят: «Твори добро – оно к тебе вернется» и я стараюсь следовать этим словам. Счет добрым делам я не веду, но, когда я вижу улыбку на лице

человека и слышу простое слово «спасибо» – для меня это много значит» (Н. П., волонтер «серебряного» возраста, инвалид 2 гр.).

«Когда мне предложили стать волонтером – я растерялся. Чем могу помочь я, пожилой, да еще и инвалид. Оказалось, что оказывать помощь другим, тем, кому еще тяжелее, вполне мне по силам, и я с удовольствием это делаю. В моих однообразных буднях появился смысл, расширился круг знакомых. Я даже чувствовать себя стал лучше!» (А. И., волонтер «серебряного» возраста, инвалид 2 гр.).

«Я всегда любил огородничать, поэтому, когда был выделен участок для садовых работ, я сразу начал планировать, что можно посадить, как все обустроить. Мне очень приятно, когда ко мне подходят другие получатели услуг, предлагают свою помощь, или просто интересуются урожаем, садоводческими успехами. Буду очень рад, если в следующем году ко мне присоединятся другие садоводы-любители, вместе мы сможем удивить урожаем всех!» (А. С., волонтер «серебряного» возраста, инвалид 2 гр.).

«В Геронтологическом центре я живу уже давно, но до сих пор помню, как тяжело было в первые недели и даже месяцы: непривычная обстановка, незнакомые люди, понимание, что прежняя привычная жизнь осталась в прошлом. Если бы не мой легкий характер и помощь психолога, я бы, наверное, так и замкнулся в себе, не увидел тех возможностей, которые предлагает мне жизнь. Наверное, поэтому я с радостью согласился помогать тем, кто недавно поступил в наш Центр, или кто так пока не может адаптироваться». (М. М., волонтер «серебряного» возраста, инвалид 1 гр.).

Таким образом, внедренная в деятельность геронтологического центра практика «серебряного» волонтерства подтверждает свою эффективность в качестве одного из основных инструментов продления активного долголетия наряду с социально-медицинской и социально-психологической реабилитацией. Добровольческая деятельность мотивирует пожилых людей к социальной активности, давая уверенность в том, что полноценная жизнь, полная положительных эмоций и впечатлений только начинается с момента

зачисления в Геронтологический центр и продолжается еще долгие активные годы!