

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМ. В. П. АСТАФЬЕВА  
(КГПУ им. В.П.Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий  
Кафедра социальной педагогики и социальной работы

**ШПЕТ СВЕТЛАНА ИВАНОВНА**

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

Клубная работа как средство развития активной жизненной позиции пожилых  
людей

Направление подготовки 39.03.02 Социальная работа

Направленность (профиль) образовательной программы:

Реабилитолог в социальной сфере

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

д. пед. наук, профессор, руководитель  
Фурьева Т.В.

Руководитель

Хацкевич Т.А.

Обучающийся: Шпет С.И.

Дата защиты

16.06.2026

Оценка

отлично

Красноярск 2026

**СОДЕРЖАНИЕ**

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ АКТИВНОЙ ЖИЗНЕННОЙ ПОЗИЦИИ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ.....	6
1.1 Активная жизненная позиция пожилых людей: сущность и содержание понятия.....	6
1.2 Особенности активной жизненной позиции пожилых людей.....	11
1.3 Потенциал клубной работы в развитии активной жизненной позиции пожилых людей.....	17
Выводы по главе 1.....	22
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ АКТИВНОЙ ЖИЗНЕННОЙ ПОЗИЦИИ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ ПОСРЕДСТВОМ ВКЛЮЧЕНИЯ В КЛУБНУЮ РАБОТУ.....	24
2.1. Диагностика сформированности активной жизненной позиции пожилых людей, проживающих в пансионате.....	24
2.2. Программа клуба по развитию активной жизненной позиции пожилых людей .....	30
2.3. Анализ эффективности внедрения разработанной программы клубной деятельности.....	45
Выводы по главе 2.....	50
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	52
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	54
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	61

## ВВЕДЕНИЕ

Тема поиска средств для развития активной жизненной позиции в обществе актуальна в любой исторический период. Это обусловлено тем, что активная жизненная позиция членов общества является одним из ключевых условий для движения вперед и качественного развития любой цивилизационной общности.

В России XXI века, в условиях роста доли людей пожилого возраста, проблема социальной активности данной категории граждан приобрела особую значимость. Подтверждением этому служит принятие Правительством РФ в апреле 2025 года «Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения до 2030 года» [3]. Данная стратегия подчеркивает важность признания заслуг и востребованности опыта людей старшего возраста, а также создания условий для их самореализации и социальной активности. В дополнение к этому программному документу выпущено распоряжение Правительства Российской Федерации от 20 декабря 2025 г. № 3933-р «Об утверждении плана мероприятий на 2025 - 2030 гг. по реализации Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения в РФ до 2030 г» [30]. Дополнительно, в России запущена федеральная программа «Активное долголетие» [29], которая реализует федеральный проект «Старшее поколение» [2] в рамках национального проекта «Демография» [1]. В целях реализации этих программных документов ведется активный поиск технологий, механизмов и иных инструментов, позволяющих использовать потенциал пожилых людей в развитии общества, активизации их общественной жизни и продуктивной деятельности.

Одним из важных направлений признано развитие социальных услуг для граждан старшего поколения, направленных на продление их здоровой жизни и обеспечение качественного ухода. Примерами таких услуг является создание условий для поддержания физического здоровья: занятия физической культурой и спортом, развитие культурно-досуговой деятельности, привлечение самих пожилых граждан к реализации такой деятельности. В ходе практической работы было установлено, что клубная деятельность как возможность проявления

инициатив пожилых граждан и повышения их активности имеет хорошие перспективы. Это и явилось основанием для выбора темы выпускной квалификационной работы.

Объект исследования: процесс развития активной жизненной позиции пожилых людей.

Предмет исследования: условия развития активной жизненной позиции пожилых людей.

Цель: теоретически обосновать, разработать и апробировать условия развития активной жизненной позиции пожилых людей через клубную работу.

Задачи:

1. Проанализировать научную литературу по теме исследования, определить сущность и содержание понятия «активная жизненная позиция», ее особенности у пожилых людей, определить потенциал клубной работы.

2. Провести диагностику сформированности активной жизненной позиции пожилых людей, проанализировать и интерпретировать данные диагностики.

3. Разработать и реализовать программу клубной работы по развитию активной жизненной позиции пожилых людей, оценить ее результативность.

Гипотеза исследования: развитию активной жизненной позиции пожилых людей будут способствовать следующие условия:

1. выявлен уровень сформированности активной жизненной позиции пожилых людей;

2. разработана и реализована программа клубной работы с учетом выявленных интересов, предпочтений, опыта и ресурсов пожилых людей, их активного включения в организацию и проведение мероприятий клуба, постепенного перехода от поддержки к усилению самостоятельности пожилых людей.

Практическая значимость исследования: программа клубной работы, направленная на развитие активной жизненной позиции граждан пожилого возраста, может быть использована в работе специалистов социальных

учреждений и учреждений культуры, осуществляющих социальную реабилитацию пожилых людей.

Методологическая основа исследования: теоретико-методологическую основу исследования составляют: работы, посвященные жизненной позиции личности (В.В. Столин [44], Н.Е. Щуркова [49], В.Н. Маркина [25] и др.).

Методы исследования:

теоретические: анализ литературы по проблеме исследования;

эмпирические: анкетирование, полуструктурированное интервью, наблюдение.

База исследования: Краевое государственное бюджетное учреждение социального обслуживания «Пансионат «Железногорский», участвовало 15 человек.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ АКТИВНОЙ ЖИЗНЕННОЙ ПОЗИЦИИ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

## 1.1. Активная жизненная позиция пожилых людей: сущность и содержание понятия

Жизненная позиция — это отношение человека к окружающему миру, которое отражает его убеждения, ценности, установки. Жизненная позиция проявляется в поступках, мыслях, поведении, любом взаимодействии человека, его реакциях на жизненные обстоятельства. В концепции изложенной В.Н. Маркиным жизненная позиция представляется как формирующееся на протяжении всей жизни человека сложное структурное образование, объединяющее внешние проявления и внутренние механизмы активности личности [25]. Базовая модель жизненной позиции отражает постоянно изменяющееся взаимодействие между внутренними установками, психологическими процессами человека и внешними социальными факторами и условиями. Можно выделить несколько степеней или видов жизненной позиции:

пассивная (конформная) жизненная позиция — характеризуется недостатком инициативности, низким уровнем активности, нежеланием брать на себя ответственность за принятие решений. Человек может быть равнодушен к изменениям в обществе, испытывать апатию, бездействие или суетливость. При пассивной жизненной позиции человек ждет указаний свыше, не ставит перед собой целей, стремится быть как все, считает, что от него лично ничего не зависит и он не в силах ни на что повлиять, а поэтому не стоит и пытаться;

активная жизненная позиция — характеризуется внутренней «обеспокоенностью», позитивной направленностью в социальных взаимодействиях, чёткой постановкой целей, готовностью брать на себя ответственность, преодолевать трудности и адаптироваться к изменяющимся условиям. Человек с такой позицией стремится к самореализации, реализует свой потенциал, участвует в общественной жизни и стремится изменить окружающую среду. [10]

Важно отметить, что чистых видов позиций практически не встречается — обычно можно говорить о преобладании какого-то из них. В зависимости от ситуации человек может реагировать по-разному, что считается наиболее гибким подходом. Жизненная позиция динамична и может меняться под влиянием опыта, обучения и внешних событий. [24] Формирование жизненной позиции и ее изменение происходит в течение всей жизни человека под влиянием внутренних (характер, темперамент, личный опыт, внутренние установки и ценности) и внешних (социальная среда, воспитание, образование, культурные нормы и менталитет) факторов.

Активная жизненная позиция является результатом проявления активности личности, поэтому для осмысления понятия «активная жизненная позиция» необходимо также рассмотреть понятие «активность личности». Часто под активностью личности понимают деятельное отношение человека к миру, его способность производить общественно значимые преобразования [19]. Активность личности заведомо рассматривается авторами как однозначно творческий, направленный на созидание волевой акт. Однако необходимо помнить, что личность — это не только тот, кто проявляет себя положительно, умеет себя вести, хорошо учится, работает, приносит пользу людям. Личность — это каждый человек [9]. Видный российский психолог В. М. Бехтерев в своем труде «Психологическое определение личности» пишет, что «...личность с объективной точки зрения есть психический индивид со всеми его самобытными особенностями...». «Умственный кругозор представляется неодинаковым между лицами различно образованными, но ни один из них не теряет права на признание в нем личности» [9, 18]. Исследования В. М. Бехтерева позволяют сделать вывод о том, что направленность активности личности будет зависеть от уровня ее (личности) развития, то есть активность может иметь и созидательный, и эгоистический (потребительский), и асоциальный характер. В связи с этим, определяя термин «активная жизненная позиция», необходимо указать направленность социальной активности личности. Ценной для самой личности и

полезной для общества является активность, направленная на саморазвитие, на помощь конкретным людям, находящимся рядом.

В трудах разных авторов активная жизненная позиция человека определяется:

- как интегрированное отношение личности к обществу и деятельности - И.Д. Бех [8];

- как осознанное участие человека в жизни общества - П.Н. Лукашова [24];

- как небезразличное отношение к миру, выраженное в мыслях и поступках - Д.Н. Порядин [36];

- как проявление социальной активности и идейной принципиальности - С.Б. Абрамова [4].

К основным структурным компонентам активной жизненной позиции относятся следующие элементы:

~ нормативно-оценочные – полученные и развитые знания, сформированные на их основе убеждения, отношения;

~ мотивационно-побуждающие – социально и лично значимые ведущие потребности, установки, склонности, идеалы и т. п.;

~ практически-действенные – готовность человека к действиям на благо общества, его устойчивые волевые усилия и высокая эмоциональная выдержанность [17].



## Рисунок 1 – Активная жизненная позиция (Владимир Крысько)

Гармоничное развитие этих компонентов позволяет человеку перейти от пассивного существования к осознанному и деятельному участию в общественной жизни. Важно, чтобы активность была вызвана внутренней мотивацией, а не была навязана извне.

Активная жизненная позиция свойственна не каждому человеку: стремление изменить мир требует множества индивидуальных и личных качеств, в частности, принципов, мировоззрения, верований, моральных норм. Показателями проявления активной жизненной позиции могут выступать:

- целеустремленность и сознательность действий и поступков человека;
- ответственность и активность при осуществлении любого вида деятельности независимо от условий, в которых они осуществляются;
- результаты деятельности и общественной активности человека, соответствующие условиям жизни и существующим в обществе требованиям;
- реальные действия, поступки и образ жизни человека [16].

Проведенный выше анализ позволил выделить в определении термина «активная жизненная позиция» следующие характерные признаки: активная жизненная позиция – это неравнодушное, деятельное отношение личности к себе, людям, окружающему миру, выполняемому делу, она формируется на основе мировоззрения, направленного на позитивное преобразование, созидание и реализуется в поведении, поступках. Под неравнодушным и деятельным отношением к себе понимается постоянное стремление человека к самопознанию, самосовершенствованию. Желание расти и развиваться присуще личности, способной к критическому анализу своих поступков, только такой человек способен внести положительные преобразования в жизнь других людей, он ответственно и творчески относится к своей жизни. Активная жизненная позиция - устойчивое мировоззренческое и поведенческое образование, определяющее способность личности действовать сознательно, ответственно и в интересах общества. Она формируется с детства, вырабатывается в течение

продолжительного времени в процессе обучения и воспитания, приобретения жизненного опыта и проявляется как способность планомерно следовать установленной цели. Так как цели в течении жизни могут меняться, следовательно, и активная жизненная позиция личности будет претерпевать изменения.

Определяя для данной работы понятие «активная жизненная позиция» необходимо было выработать его в применении к направлению «социальная работа», в отношении категории пожилых людей, проживающих в стационарных социальных учреждениях, а это граждане, частично утратившие способность к самообслуживанию, у которых утрачены трудовые отношения, семейные связи, ограничены общественные связи, кардинально, относительно сознательной активной фазы жизни, изменилась жизненная среда. Человек, оказавшись в условиях стационарного социального учреждения попадает в большую зависимость от внешней среды и у него часто формируется иждивенческая, пассивная позиция жизни. Человек с пассивной жизненной позицией избегает ответственности, не стремится изменить жизненные обстоятельства, в которых оказывается, принимает те условия жизни, которые складываются не зависимо от его воли, предпочитает следовать за другими и часто жалуется на внешние обстоятельства. [12] Пассивный человек ждет, когда жизнь сама принесет ему возможности. Он избегает ответственности, предпочитает следовать за другими. Такой подход приводит к ощущению беспомощности и неудовлетворенности. Наиболее применимое понятие при таких условиях будет следующим: «активная жизненная позиция человека — это обусловленная конкретными социальными обстоятельствами устойчивая форма проявления идейно-нравственных установок и отношений, знаний и умений, убеждений и привычек, оказывающая регулирующее воздействие на его поведение и деятельность» [17]. В более простой формулировке можно определить активную жизненную позицию пожилых людей как неравнодушное, деятельное отношение к себе, обществу и выполняемому делу. Это внутренняя установка, которая проявляется в готовности влиять на свою судьбу, принимать решения и нести за них ответственность, это

сохранение прежнего отношения к жизни, включённость в различные социальные среды, наполненность жизни различными видами активности и социальными контактами [16,18].

## **1.2. Особенности активной жизненной позиции пожилых людей**

«Активная жизненная позиция у пожилых людей — это сохранение прежнего деятельного отношения к жизни, включённость в различные социальные среды, наполненность жизни различными видами активности и социальными контактами. С активной жизненной позицией связано понятие «активная старость», которое может пониматься в двух смыслах: как сохранение здоровья и физической активности на максимально долгое время, и как сохранение посильной включённости пожилого человека в систему социальных связей и как сохранение посильной включенности пожилого человека в систему социальных связей» [16].

Активная жизненная позиция пожилых людей часто уже не может проявляться в прежних сферах. С уходом на пенсию ограничивается возможность реализации себя в профессиональной деятельности. В семейной и домашней сферах меняются роли и приходится искать новые способы проявления себя. В отдельных случаях при утрате семьи и способности самообслуживания, при переходе в учреждения социального обслуживания в дома интернаты, пансионаты и другие подобные учреждения реализация активности в семейной и домашней сферах очень сокращена или практически невозможна. Снижение когнитивных возможностей сокращает возможности реализации активности в образовании и саморазвитии. Физическая слабость, проблемы со здоровьем сокращают возможности в активном отдыхе и путешествиях. В пожилом возрасте сокращается потребность в активном общении в силу возрастных и общественных особенностей.

Проявление активной жизненной позиции у пожилых людей, как и в ином другом возрасте очень индивидуально, но оно может более активно

стимулироваться обществом в связи с тем, что за предыдущий период жизни активность так или иначе уже проявилась и она привычна. В той или иной степени проявляется активный поиск сфер жизни, где можно реализовать свой потенциал. Присутствует желание удерживать социальный и культурный смысл собственного существования — это индивидуально и основано на сохранении личностного интереса к жизни. Увеличение объёма свободного времени из-за прекращения трудовой деятельности. При этом принятие своего возраста, своих новых статусов и принятие себя в них формирует позитивное отношение к новому жизненному этапу, открывает новые возможности для саморазвития и насыщенной жизни, которые могут быть у человека в этот период [6].

Активная жизненная позиция пожилых людей представляет собой сложную динамическую систему, объединяющую когнитивные, эмоционально-волевые и поведенческие компоненты. Основываясь на теоретическом анализе изученной литературы, можно выделить три компонента активной жизненной позиции пожилых людей, которые неразрывно связаны между собой.

1. Когнитивный компонент - включает осознанное отношение к собственному возрасту и социальной роли, проявляется через:

- осознание общественной ценности своего опыта и знаний. Пожилой человек осознает, что имеющийся у него опыт может быть использован окружающими для решения каких-либо задач;

- готовность к обучению и освоению новых навыков (включая цифровые компетенции). У пожилого человека должна быть внутренняя мотивация к дальнейшему обучению и освоению нового, так как наличие современных навыков позволяет оставаться вовлеченным в жизнь общества;

- умение ставить осмысленные и достижимые цели, учитывая свои возрастные изменения и реальные возможности;

- способность критически осмысливать прожитую жизнь и желание делиться своими знаниями и навыками с младшим поколением.

2. Эмоционально-волевой компонент - отражает психологическую устойчивость и внутреннюю мотивацию человека, включает в себя:

- позитивное отношение к действительности и способность находить позитивные моменты в повседневной жизни;

- стрессоустойчивость и способность адаптироваться к возрастным изменениям, таким как ухудшение здоровья, потеря здоровья, смена места проживания и др.;

- внутреннюю мотивацию к участию в общественной жизни, взаимодействию с окружающими, вовлечению в социальные процессы;

- веру в собственные силы и возможности, которая сохраняется, несмотря на возрастные ограничения и помогает преодолевать возникающие трудности.

3. Поведенческий компонент - отражает реальные формы социальной активности пожилых людей и проявляется в следующей деятельности:

- участие в работе клубов по интересам, общественных, ветеранских объединениях, что позволяет поддерживать социальные связи и находить единомышленников;

- вовлеченность в культурно-досуговые мероприятия, участие в любительских творческих коллективах, что способствует эмоциональному благополучию и обогащению культурной жизни;

- поддержание уровня физической активности путем занятий лечебной либо адаптивной физической культурой, северной ходьбой, садоводством и другими видами активностей, что положительно влияет на здоровье и качество жизни;

- проявление гражданской активности: участие в выборах, работе в общественных советах, территориальных органах самоуправления, что позволяет влиять на жизнь местного сообщества;

- волонтерская деятельность и наставничество (профессиональное и передача опыта младшему поколению), дает возможность делиться опытом, быть полезным обществу и ощущать свою значимость [10].

Ключевыми аспектами активной жизненной позиции пожилых людей являются наличие осознанной мотивации к участию в социальной жизни, реализация реальных действий, направленных на социальную вовлеченность и способность сохранять эмоциональное равновесие в условиях возрастных

изменений. В системе ценностных ориентиров у пожилых людей, имеющих активную жизненную позицию, выделяются такие ценности, как крепкая семья, возможность принести пользу обществу, реализация собственного потенциала, возможность раскрывать свои способности и таланты.

Развитие и поддержание активной жизненной позиции у пожилых людей зависит от взаимодействия внутренних личностных факторов (мотивации, самооценки, состояния здоровья) и внешних условий социальной среды (поддержки со стороны семьи и общества, доступности социальных услуг, развития инфраструктуры для пожилых людей).

Мотивирующие факторы активной жизненной позиции в пожилом возрасте:

- личная независимость – самостоятельность в имеющемся объеме, ответственность, инициативность в достижении общественно значимых целей.

- принятие и освоение новых социальных ролей — например, стать активным участником или даже возглавить, организовать сообщество по интересам (общество, совет ветеранов, клуб).

- осознание собственной значимости, важности своей деятельности для общества – общественное признание, оценка деятельности, присоединение других к проводимым мероприятиям, посещение организованных обществ, клубов.

- моральное удовлетворение – общественная работа замещает, компенсирует прежнюю профессиональную деятельность [17].

Активная жизненная позиция пожилых людей может быть снижена, вследствие иждивенческой позиции, формируемой у человека в течение жизни или приобретенной в следствии изменения жизненных обстоятельств и/или условий проживания в социальном учреждении на полном пансионе. Объективные причины снижения активной жизненной позиции в пожилом возрасте:

- ухудшение (плохое) состояния здоровья;

- изолированность (условная) от общества;

- изменение семейных связей, разрыв прежних связей (трудовых, дружеских), изменение условий проживания (возможно переезд на другое место жительства);

неуверенность в нужности своих прежних знаний, навыков, нет необходимости их практического приложения.

Человек внутри себя переживает свои тревоги по поводу всех случающихся жизненных изменений. Внешние проявления этих переживаний выражаются как: апатия, сниженный жизненный тонус, жалобы на ухудшение здоровья, плохое самочувствие, чувство одиночества, собственной ненужности, бесполезности своей жизни.

Изученный теоретический материал позволил сделать вывод, что жизненная позиция пожилых людей зачастую носит пассивный характер, это проявляется:

- чувством одиночества и нежеланием новых социальных контактов: сужение круга общения, потеря старых связей и отсутствие новых; эмоциональная замкнутость, нежелание делиться своими переживаниями;
- преобладанием пассивных форм досуга: бесцельное времяпрепровождение вместо занятий спортом, творчеством; отсутствие хобби, требующих вовлеченности; большое количество времени занимает «экранное» времяпрепровождение;
- неготовностью брать на себя ответственность и активную роль в организации досуга: ожидание, что кто-то другой придумает и организует; отказ от инициативы; избегание ролей, предполагающих ответственность; участие в коллективных мероприятиях только в роли пассивного зрителя;
- незаинтересованностью в самореализации: равнодушие к личностному или творческому росту; отсутствие гордости за свои прошлые достижения; отсутствие жизненных целей и планов на будущее; неверие в собственные силы и низкая самооценка; нежелание поделиться имеющимся опытом;
- отказом от получения новых навыков и умений, сопротивлением освоению новых технологий.

При изменении жизненной позиции с пассивной на активную человек приобретает смысл жизни, улучшается его психологическое состояние, он начинает следить за своим физическим здоровьем, снижается нагрузка на

окружающих по его обслуживанию и даже возможно получают от него помощь в некоторых делах. Пожилые люди, имеющие активную жизненную позицию - ценный ресурс развития общества. Накопленный опыт, ответственность, внутренние ресурсы таких людей помогают сохранять традиции, преемственность знаний, умений. При этих условиях использование ресурсных возможностей пожилых людей при организации клубной деятельности, является очень перспективным направлением, решающим сразу несколько социальных задач:

- разнообразие активных форм досуговой занятости;
- социальная занятость;
- повышение социальной значимости людей [14].

Действенная поддержка и развитие активной жизненной позиции пожилых людей возможна только при комплексном подходе, который объединит индивидуальные усилия пожилых людей и системные меры социальной политики (создание доступной среды, развитие клубов по интересам, организация образовательных и досуговых программ для старшего поколения).

### 1.3. Потенциал клубной работы в развитии активной жизненной позиции пожилых людей

Потенциал клубной работы в поддержании и развитии активной жизненной позиции у пожилых людей заключается в создании условий для удовлетворения общих интересов и объединяющих потребностей участников, а также в формировании нового социального опыта и позитивной мотивации. Клубные объединения создают условия для удовлетворения общих интересов и потребностей участников, помогают реализовать творческий потенциал, расширить сферу общения и повысить социальную активность.

«Клуб – это добровольно объединившаяся группа людей в целях общения, связанного с различными интересами, а также для отдыха и развлечения» [5]. Основная цель клубов – «предоставление возможности приятно и интересно проводить свободное время, удовлетворение разнообразных культурно-просветительных потребностей, а также пробуждение новых интересов, облегчения установления дружеских отношений» [7]. Множество российских и советских ученых, изучали клубную работу, например Г.А. Аванесова, М.А. Ариарский, В.Н. Гагин, А.В. Каменец, Т.Г. Киселева, С.А. Комиссарова, Т.Г. Кульсеева, Ю.Д. Красильников, Ю.А. Стрельцов, В.Е. Триодин, В.В. Туева и другие. Изучая вопрос социальной работы и организации досуга граждан пожилого возраста, мы обращаем внимание на работы Е.И. Холостовой, Н.Ф. Дементьевой, Е.Ю. Шаталовой, Н.Е. Покровской, И.А. Григорьевой, Е.А. Цацур, Т.Е. Лифановой. Актуальны также работы О.Г. Седых, Е.В. Зиминной, Н.И. Осиповой [40].

Н. А. Куликова и М. Н. Самарина в своих работах отмечают такие цели создания клубов как:

- создание условий для продуктивного и приятного проведения досуга;
- удовлетворение культурно-познавательных потребностей пожилых людей;
- активизация новых интересов;

- установление прочных межличностных контактов;
- организация культурного досуга пожилых людей;
- улучшение настроения и общего эмоционального состояния;
- наличие возможности самореализации, социальной активности и долголетия [19].

К клубным формированиям относятся: студии любительского творчества, любительские объединения и клубы по интересам, народные университеты и их факультеты, кружки, коллективы, школы и курсы прикладных знаний и навыков, физкультурно-спортивные кружки и секции, группы здоровья и туризма, а также другие клубные формирования творческого, просветительского, физкультурно-оздоровительного и иного направления, соответствующего основным принципам и видам деятельности культурно-досугового учреждения [28]. Тематика клубов может быть связана с увлечениями и умениями пожилых людей, например, клуб любителей вокала и хорового пения, клуб любителей рукоделия.

Выделяют два главных свойства любого клуба:

1. клуб объединяет людей, добровольно желающих объединиться во имя общих интересов и целей;

2. в тоже время любой клуб, в некоторой степени, отделяет только что созданную коммуникативную общность при определенных условиях (правилах) локального общения от общества в целом, от окружающей его социальной среды и от других аналогичных ему клубов [45].

Определим особенности клубной работы, которые помогают поддерживать и развивать активную жизненную позицию:

- преодоление одиночества — в процессе общения восстанавливаются коммуникативные навыки, интерес к жизни, формируется социальная среда;

- реализация способностей — участники могут проявлять свои способности, находить новые пути самовыражения;

- установление товарищеских отношений — между участниками происходит установление отношений, получение и оказание поддержки;

- создание позитивного образа пожилого человека — клубная работа помогает позиционировать представителей старшего поколения в качестве активных участников социального развития общества [38].

Некоторые цели клубной работы способствуют развитию активной жизненной позиции пожилых людей:

- активизация образа жизни - обмен знаниями, информацией и увлечениями членов группы, реализация потребности в общении и использовании свободного времени;
- удовлетворение культурно-просветительских и рекреационных потребностей - организация культурно-досуговых мероприятий, которые соответствуют возрастным особенностям и индивидуальным потребностям пожилых людей;
- восстановление утраченных социальных связей и приобретение новых, решение кризиса «социальной изоляции»;
- удовлетворение разнообразных культурно-познавательных интересов - появление новых увлечений и занятий [13].

Ресурсный клуб не выделяют как вид клубов, а определяют его как форму организации досуговой, клубной деятельности, которая основана на возможностях входящих в клуб граждан. Особенность данных клубных формирований в том, что его участники сразу приходят с личным багажом знаний, умений и навыков, готовы к взаимобмену знаниями, умениями и навыками с другими членами клуба. Основной принцип такого клуба: входя в состав клуба ты готов делиться своими знаниями, умениями, навыками и учиться тому, чего сам не умеешь, но что умеют другие члены клуба. Смысл деятельности ресурсного клуба для пожилых людей заключается в том, что общение происходит на том уровне, когда каждый участник процесса повышает свою самооценку - один делится своим опытом, знаниями, умениями и чувствует в этом свою значимость для общества; другой получает новый опыт, новые знания, формирует новые навыки и понимает, что общество готово помогать ему быть нужным. В итоге происходит взаимобмен опытом, передача личного опыта

другим членам клуба и, как следствие, удовлетворение всех членов клуба совместной деятельностью [49].

Функциональный спектр ресурсных клубов, как, впрочем, любых клубов для пожилых людей включает в себя:

1. возможность самовыражения и повышения самооценки – выбирая в клубе активную роль, такую как организатор занятия, ведущий мастер класса, пожилой человек, занимаясь любимым делом, проявляя свои способности и делаясь своими знаниями, ощущает собственную полезность и востребованность, что укрепляет веру в себя, повышает самооценку и мотивацию к активной жизни;

2. развитие познавательных и творческих навыков – в рамках клубной работы проходят различные мастер-классы, встречи с интересными людьми, что позволяет пожилым людям получать новые знания, навыки, сохранять интеллектуальную активность, например, участие в интеллектуальных играх позволяет поддерживать когнитивные функции;

3. социальная адаптация и приобщение пожилых людей к активной жизни в обществе – во время клубных занятий создается среда для общения, регулярные встречи, мероприятия, подготовка к занятиям, встречи с приглашенными гостями, все это помогает пожилым людям почувствовать себя частью сообщества, преодолеть чувство одиночества, что особенно важно, так как одиночество часто становится причиной пассивности и потери интереса к жизни;

4. поддержание физического здоровья – некоторые клубы, а также отдельные занятия направлены на поддержание физической активности, они способствуют сохранению подвижности и улучшению общего состояния пожилых людей [47].

Эффективность клубной работы для пожилых людей в развитии их активной жизненной позиции оценивается по следующим критериям:

- ~ готовность взять на себя активную роль в организации досуга, ответственность за результат;
- ~ выбор активных форм досуга;

~ положительное отношение пожилого человека к обществу, к окружающим и к себе (интерес к жизни, к приобретению новых знаний);

~ умение входить в контакт с другими людьми, преодоление или уменьшение чувства одиночества;

~ стремление к приобретению новых знаний и умений, готовность делиться своими навыками и ресурсами с другими;

~ уровень вовлеченности в клубную деятельность – регулярность посещения занятий клуба, проявление инициативы на занятиях.[46]

Таким образом, в рамках организации клубной работы необходимо придерживаться двух главных принципов:

1. Программа занятий клуба должна определяться интересами и предпочтениями пожилых людей, их актуальными увлечениями, интересами, физическими возможностями, а также иметь возможность задействовать имеющийся у участников жизненный, профессиональный и творческий опыт и ресурсы пожилых людей.

2. Пожилые люди должны активно вовлекаться в организацию и проведение клубных занятий, не быть пассивными потребителями услуг. Когда участник имеет возможность внести личный вклад в жизнь и работу клуба (участие в планировании и составлении расписания, распределение ролей, проведение мастер-класса, в соответствии со своими умениями, обсуждение итогов), то у него растет внутренняя мотивация, человек чувствует свою значимость, ответственность, повышается самооценка [35].

Соответственно развитие активной жизненной позиции пожилых людей через клубную работу возможно тогда, когда клуб становится местом самореализации, когда пожилые люди имеют возможность быть организаторами и соавторами клубной жизни, используя свой жизненный опыт как ресурс для всего сообщества.

## Выводы по главе 1

Изучив теоретические положения подведем итоги. Наиболее применимым и понятным для темы данной работы является определение активной жизненной позиции в следующей формулировке:

Активная жизненная позиция – это неравнодушное, деятельное отношение личности к себе, обществу и выполняемому делу, сохранение прежнего отношения к жизни, включённость в различные социальные среды, наполненность жизни различными видами активности и социальными контактами [16].

Несмотря на определённые объективные жизненные условия, ограничивающие вовлеченность людей пожилого возраста в общественные процессы, потенциал их активной жизненной позиции, остается достаточно значительным и создавая условия для его реализации мы имеем членов общества самореализующихся и продолжающих приносить пользу обществу.

Одним из механизмов позволяющим поддерживать, реализовывать и развивать активную жизненную позицию пожилых людей является клубная работа организуемая, в частности, в учреждениях социального обслуживания.

По данным исследований в пожилом возрасте активная жизненная позиция человека претерпевает значительные изменения, связанные с разными причинами, в том числе изменение социального статуса, физическое и психическое здоровье и др. Особенно значительно эта проблема затрагивает людей, попадающих в стационарные социальные учреждения, когда внешние социальные связи ограничиваются или даже обрываются. С учетом того, что в определенном возрасте становится сложно налаживать новые отношения в незнакомом окружении, но при этом желание и потенциал жизненной активности остаются достаточно высокими, важно помогать пожилым людям в реализации себя как полезных членов общества [27].

Проверим гипотезу, что одним из механизмов, позволяющих развивать активную жизненную позицию пожилых людей является клубная работа,

организуемая, с учетом их интересов и предпочтений, включением имеющегося опыта и ресурсов пожилых людей, в частности, в учреждениях социального обслуживания.

## **ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ АКТИВНОЙ ЖИЗНЕННОЙ ПОЗИЦИИ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ ПОСРЕДСТВОМ ВКЛЮЧЕНИЯ В КЛУБНУЮ РАБОТУ**

### **2.1. Диагностика сформированности активной жизненной позиции пожилых людей, проживающих в пансионате**

В данном параграфе мы представим результаты проведенного нами исследования по сформированности активной жизненной позиции у пожилых людей, проживающих в пансионате.

Исследование проводилось на базе Краевого государственного бюджетного учреждения социального обслуживания «Пансионат «Железногорский». На момент проведения исследования в пансионате проживало 55 человек (плановая коечная мощность 55 человек), 29 женщин и 26 мужчин. В нашем пансионате большинство — это пожилые люди группы «возрастного парадокса» (67–86 лет) — удовлетворённость жизнью повышается («возрастной парадокс») — приходит переосмысление существования, появляется эмоциональная мудрость, выстраивается психологическая защита от стрессов и тревог. На основании этого можно сделать предположение о наличии людей готовых стать активными участниками клуба. Женщины, как правило, социально более активные. При равной численности, интересы женщин будут проявлены в большей степени, они как правило, социально более активные и соответственно, развитие клуба будет в большей степени зависеть от их устремлений, на них можно опираться при создании клуба в пансионате, а так как их численность больше, чем мужчин, то можно выдвинуть гипотезу о том, что клуб будет преимущественно женским, возраст участников клуба составит 60-79 лет.

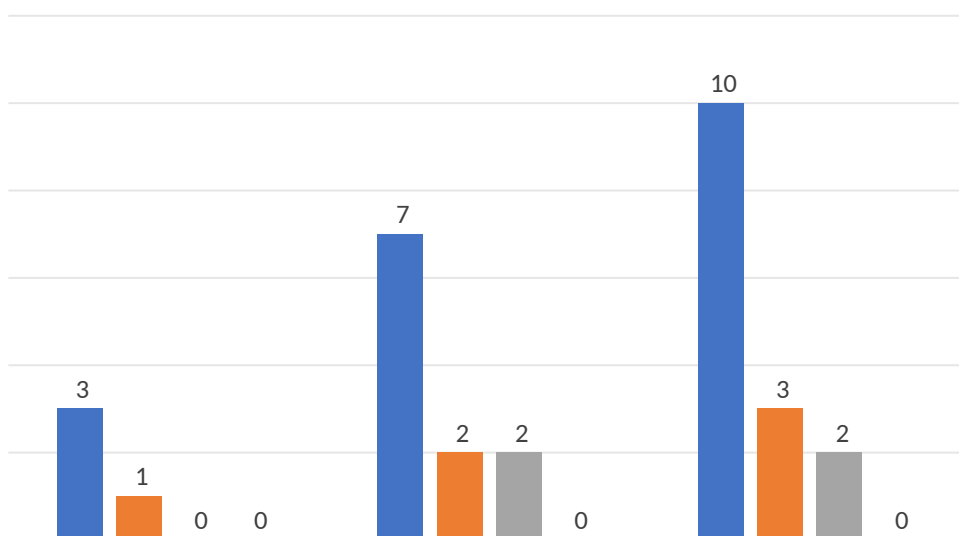
Исходя из теоретического материала о компонентах активной жизненной позиции пожилых людей и мотивирующих факторах её развития, описанного в главе 1.2, для определения уровня сформированности активной жизненной позиции и проведения констатирующего эксперимента была разработана анкета

(Приложение А). Изучали следующие показатели, оказывающие влияние на уровень сформированности активной жизненной позиции:

1. эмоциональный компонент - ощущение одиночества и дефицит общения:
  - а. частота переживания одиночества;
  - б. дефицит общения;
2. вовлеченность в досуговые мероприятия:
  - а. рейтинг досуговых предпочтений;
  - б. уровень вовлеченности в организованный досуг;
  - в. предпочтения пожилых людей в досуговой деятельности;
3. инициативность и участие в общественной жизни - уровень готовности к принятию на себя активной роли, ответственности;
4. личностно-мотивационный компонент - внутренняя мотивация и стремление к самореализации [34].

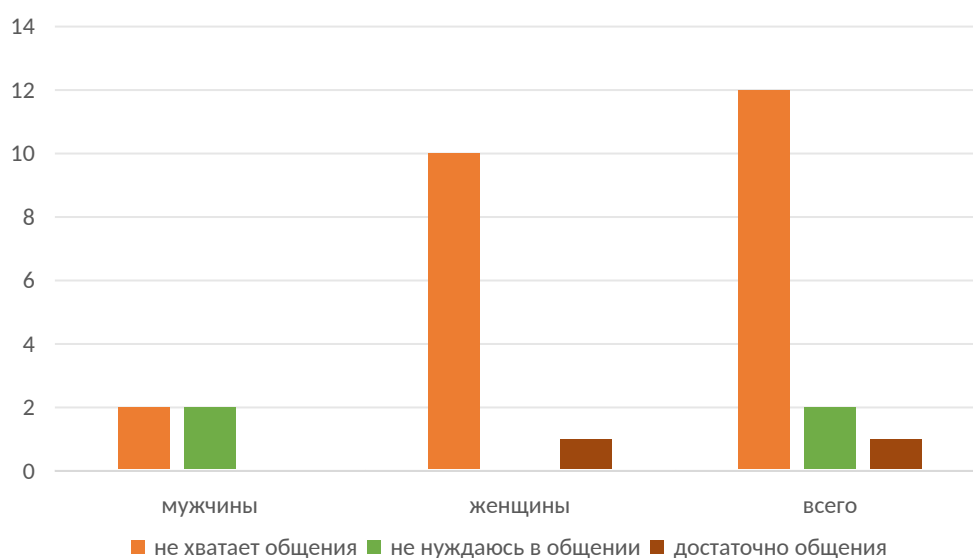
В исследовании приняли участие 15 человек, проживающих в пансионате, в возрасте от 59 до 81 года, 11 женщин и 4 мужчин. Подробно результаты работы рассмотрены далее.

1. Проблема одиночества и дефицита общения - рассматривали как часто у пожилых людей, проживающих в стационарном учреждении, возникают ощущения одиночества и нехватки общения, результаты рассмотрим на рисунке 2.



### Рисунок 2 – Частота ощущения чувства одиночества

Все испытуемые, вне зависимости от пола и возраста, испытывают ощущение одиночества. Показатель «постоянно» выбрали 67% людей, среди мужчин этот показатель достигает 75%, у женской аудитории 64%. 18% женщин испытывают одиночество иногда, для мужчин проблема одиночества стоит более остро. Ощущение одиночества субъективное переживание, оно вызывает чувство ненужности, что снижает желание участвовать в жизни общества и проявлять активность. Проблема одиночества решается вовлечением человека в жизнь сообщества, но при этом он сам должен проявить активность и желать устранить данную проблему.



### Рисунок 3 – Удовлетворенность текущим уровнем общения

Недостаток общения в большей степени испытывают женщины (90%). Мужчины же не испытывают недостатка в общении в половине случаев (50%). Наблюдается парадокс: говоря об одиночестве люди не испытывают недостатка в общении. Это объясняется тем, что человек не готов активно включаться в жизнь социума, но ждет от общества сочувствия, сострадания.

2. Досуг – в этом параметре мы исследовали сформированные досуговые предпочтения пожилых людей, участие проживающих в организованной

досуговой занятости (кружки, мастер-классы), а также какими видами и формами досуговой деятельности они хотели бы заниматься.

Изучив полученные результаты, мы увидели, что количество людей с преобладающим предпочтением пассивных видов досуга выше, чем количество тех людей, которые выбирают активный досуг (Приложение Б). Предпочитают пассивный отдых - 67% опрошенных, активный, соответственно, 33%. Больше всего пожилые люди любят смотреть телевизор, на втором месте стоят общение с людьми, самостоятельное рукоделие и кружковая занятость, ничего не делать в свободное время предпочитает почти половина опрошенных. Спорт занимает в жизни проживающих в пансионате незначительное место, в какой-то степени это оправдано состоянием здоровья и возрастом жильцов.

Изучив уровень вовлеченности проживающих в организованный досуг (кружки, секции), мы выяснили, что кружки привлекают 47% опрошенных. Хоровые занятия и кружок рисования и вышивки посещают по 7 человек, спортом занимаются всего 2 человека, это только мужчины. Уровень вовлеченности в кружковую работу находится на достаточно невысоком уровне, это может быть связано с тем, что количество и направления кружков ограничены и они не могут заинтересовать большее количество пожилых людей. Клубная работа, выстроенная с учетом выявленных интересов и предпочтений пожилых людей, предполагает вовлечение проживающих, пока не участвующих в кружковой деятельности. Уровень вовлеченности проживающих в организованный досуг, по видам кружков представлен на рисунке 4.

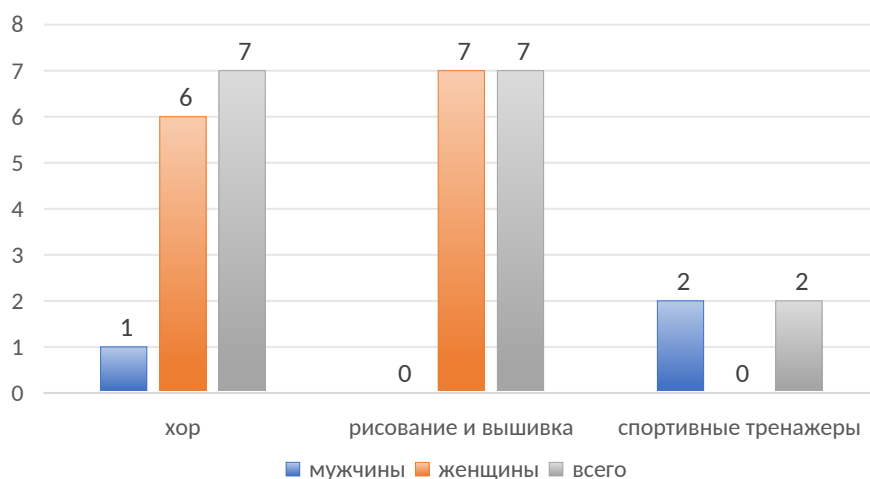


Рисунок 4 – Уровень вовлеченности в организованный досуг, по видам кружков\* (\*все кружки находятся внутри пансионата)

Проанализировав желаемые направления в сфере досуговой деятельности, можно сделать вывод, что интерес к активному досугу у проживающих в пансионате снижен. Настольные игры заняли первое место среди активных форм досуга, затем идут посиделки, рукоделие и занятия прикладным творчеством. Возможно, тематические занятия в форме посиделок с рукоделием, будут привлекательны для женщин. Мужчин больше привлекают настольные игры, можно организовывать соревнования, чемпионаты и тренировки по домино, шашкам, шахматам, нардам. В приложении В представлены виды досуга, которыми пожилые люди хотели бы заниматься в настоящий момент.

3. Уровень готовности к принятию на себя активной роли в организации досуга, ответственности за результат. На вопрос «В какой роли Вы бы хотели участвовать в мероприятиях?» получены следующие ответы:

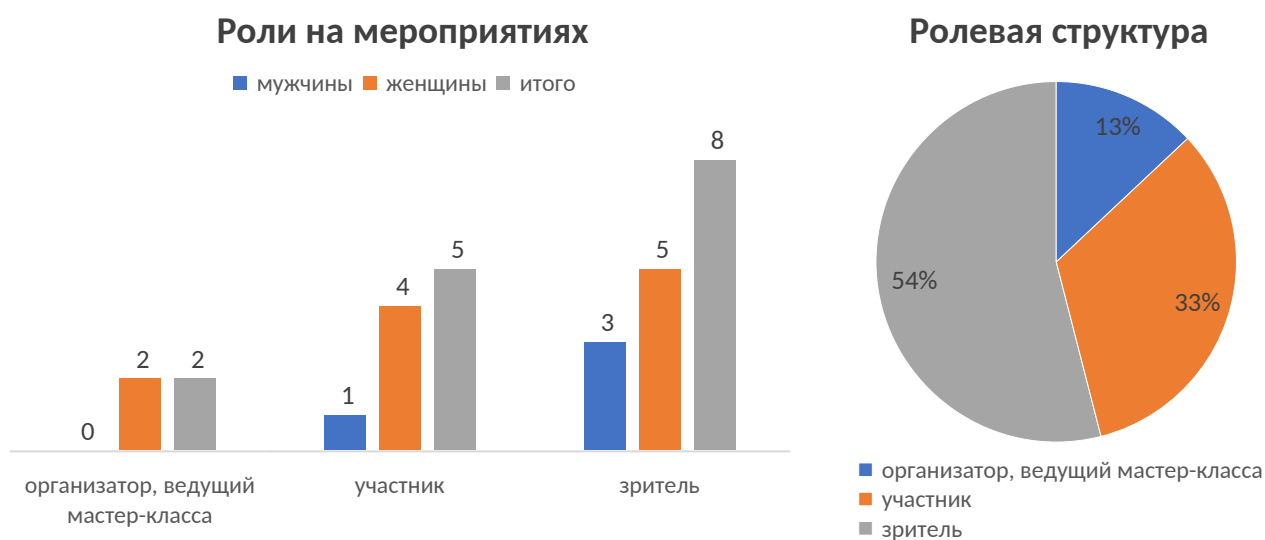


Рисунок 5 – Готовность участников к выполнению ролей на мероприятиях: сводные данные

Из полученных данных мы видим, что мужчины проявляют меньшую активность и готовность к ответственности, чем женщины. Организаторами мероприятий готовы выступить 2 женщины, мужчины в данной роли выступать не готовы, в целом готовы взять на себя проведение занятий 13% опрошенных.

Активно участвовать в мероприятиях готов только 1 мужчина и 4 женщины, что составляет 33% от общего количества. Присутствовать на мероприятиях, быть зрителями, слушателями готовы 54%.

4. Внутренняя мотивация и стремление к самореализации. На вопрос «Какой мотив Вашего участия в мероприятиях?» от пожилых людей, проявивших желание участвовать в мероприятиях, получены следующие варианты ответов (респонденты могли дать несколько вариантов ответов):



Рисунок 6 – Мотивы участия пожилых людей в мероприятиях  
(по результатам опроса)

Вывод: к самореализации и передаче своего опыта, а также к освоению новых социальных ролей стремится только по 13% опрошенных, исключительно женщины. К получению новой информации, новым знаниям и приобретению новых навыков стремится всего 26%. Приобретение новых друзей, и расширение круга общения, несмотря на обозначенные проблемы одиночества и недостатка общения, не являются мотивом участия в досуговой деятельности или люди не видят в них данных возможностей.

По результатам констатирующего эксперимента можно сделать вывод, что активная жизненная позиция пожилых людей, проживающих в доме интернате, снижена, их жизненная позиция носит больше пассивный характер, что проявляется:

- в выборе пассивных форм досуга;
- неготовности брать на себя ответственность и активную роль в организации досуга;
- чувстве одиночества и нежелании новых социальных контактов;
- отказе от получения новых знаний, умений;
- отсутствии заинтересованности в самореализации.

Несмотря на наличие выраженной пассивности в жизненной позиции пожилых людей, проживающих в пансионате, часть из них готова меняться и развивать активную жизненную позицию.

## **2.2. Программа клуба по развитию активной жизненной позиции пожилых людей**

В данной главе будет представлен опыт по организации работы ресурсного клуба в краевом государственном бюджетном учреждении социального обслуживания «Пансионат «Железногорский» и проведен анализ его результативности. Апробированная программа клубной работы создана самостоятельно на основе изученного теоретического материала по теме [22,23], с учетом методических рекомендаций по организации клубной работы [5] и изучения реалий конкретного социума, в интересах которого будет действовать клуб.

Целью клуба является - развитие активной жизненной позиции пожилых людей.

Задачи клуба:

1. поддержание стремления проживающих в пансионате пожилых людей к полноценной, активной жизни, мобилизуя их творческий потенциал и жизненную активность;
2. способствование развитию позитивных интересов пожилых людей, проживающих в пансионате, через проведение занятий, с учетом их интересов;

3. улучшение общего эмоционального фона, повышение уверенности в своих силах, установление дружеских контактов между участниками клуба и новых социальных связей с внешней средой;

4. развитие навыков самоорганизации, ответственности, принятия активной социальной роли;

5. вовлечение в активную творческую и социокультурную деятельность не только участников клуба, но и других пожилых людей, проживающих в пансионате, посредством проведения не только занятий в клубе, но и открытых культурно-досуговых мероприятий в соответствии с запросами.

Основные принципы работы клуба:

- доступность - досуг строиться в соответствии с возможностями здоровья каждого участника клуба;

- сопричастность - принимать посильное участие в работе клуба. Быть активным и давать возможность проявить активность другим;

- равенство - работа в клубе строится с обеспечением равных возможностей всех его участников;

- уважение - уважать права и интересы каждого участника клуба.

Программа клуба состоит из трех этапов:

1 этап: организационный - презентация клуба, определение формы, вида, направлений деятельности клуба, создание актива клуба, составление расписания занятий, планирование занятий клуба.

2 этап: практический - проведение занятий клуба согласно плану.

3 этап: рефлексивный - подведение итогов работы клуба, анализ изменений произошедших в жизни проживающих в пансионате и участвующих в деятельности клуба [39].

Описание механизма реализации программы.

Организационный этап программы.

1. Начиная работу по созданию клуба, мы провели презентацию клуба, целью которой было:

- познакомить проживающих с идеей создания клуба;

- объяснить цели работы клуба;
- рассказать о возможных ролях в клубе;
- вызвать интерес и мотивацию к участию;
- ответить на вопросы.

Формой проведения презентации было выбрано собрание с чаепитием. Во время собрания проживающим была представлена красочная презентация, из которой они узнали цели, задачи, основные принципы работы клуба. Также в презентации были представлены примеры направлений работы клуба (фото и видео), роли, в которых пожилые люди могут присоединиться, что для этого нужно сделать, кто будет курировать работу клуба.

Наибольшую активность на собрании-презентации проявили три человека, две женщины и один мужчина. По результатам анкетирования, именно они были определены как люди активной жизненной позицией. Данная группа стала активом клуба. Так как формат клуба определен как ресурсный, в период организации и становления клуба важно, чтобы среди членов клуба были активисты, готовые в ближайшем будущем взять на себя роль организаторов занятий, мероприятий клуба или хотя бы активных участников, а не просто присутствующих.

Далее на собрании, в присутствии специалиста пансионата по социальной работе, обсудили общие вопросы по созданию клуба:

- направления работы клуба,
- название клуба,
- численность клуба,
- кого можно вовлечь в занятия клуба.

Обсуждение прошло в форме дискуссии. По выбору направлений работы клуба было несколько предложений, все согласились с тем, что это будет клуб по интересам, но интересы у активистов оказались разными. Было предложение просто собираться за столом чтобы поговорить и попеть песни, направленность клуба на спорт, клуб прикладного творчества, совместные вечера вязания или создания вещей из различных материалов, встречи с интересными людьми или

творческими коллективами. Численность клуба, при коллективном обсуждении, учитывая мнения всех участников решено определить в количестве 15 человек. Коллектив количеством  $14 \pm 2$  человека в сравнении с группами большей или меньшей численности оптимально учитывает и сочетает индивидуальные интересы, мнения, оценки, предложения, возможности для функционального распределения ролей, эффективна в ходе групповых обсуждений, и для восприятия ее членами информации, инструкций для выполнения работ [37]. Сами проживающие в пансионате активисты отметили низкую активность своих соседей и поставили под сомнение возможность собрать на регулярные занятия в клубе более 10 человек. Специалист по социальной работе озвучила, что по практике, на зрелищные мероприятия можно собрать около 30 человек, но активными из них будет меньше половины. На мастер-классы собирается человек 7, если даже собрать больше, то необходима будет помощь тьюторов, так как моторика и сосредоточенность на работе у половины собравшихся будет низкой. Собирая коллектив, который будет действовать в продолжительном периоде, нужно учесть, что состояние здоровья не всегда позволит посетить занятие и соответственно при малой численности занятие возможно будет непродуктивным.

2. На повторном собрании потенциальных участников клуба, состоявшимся через несколько дней, были выработаны основные положения и составлена программа клубной деятельности.

Результат работы следующий:

- развитие клубной деятельности в пансионате организовать опираясь на интерес к общественной работе трех человек, вовлечение на первоначальном этапе ориентировать на 11 женщин и 4 мужчин;

- направление: клуб по интересам;

- назвать клуб «Беседка», в название заложено слово «беседа» так как деятельность клуба направлена на общение, также в нем отражается и территориальное размещение клуба в летний период, занятия в хорошую погоду предполагается проводить в беседке, расположенной на территории пансионата, а

в оформлении комнаты отдыха, где планируется проводить занятия клуба, использованы фотообои с изображением беседки-ротонды в южном пейзаже.

Здесь же был задан вопрос: как определить тематику занятий на год? Больше число голосов набрал ответ: тему определять по значимому празднику месяца, календарному или народному. Далее на общем собрании с потенциальными участниками клуба составлен план занятий на год, ориентируясь на календарные события и учитывая этап становления клуба. План занятий представлен в приложении Г.

Практический этап программы.

Важным моментом в работе клуба является организация комплексного занятия, что позволяет привлекать больше участников и при неустойчивости интереса и внимания, удерживать внимание участников на протяжении всего занятия клуба:

каждое занятие в клубе начинаются с приветствия - создание доброжелательной атмосферы, настрой участников на взаимодействие;

затем небольшая физическая разминка для активизации участников и улучшения физического самочувствия (пальчиковая, суставная гимнастика, самомассаж тела/бодиперкуссия);

обсуждение того, что произошло с прошлой встречи - поддерживает непрерывность общения и укрепляет связи между участниками;

основное тематическое занятие: поделка своими руками с обсуждением и разговором о том, что делаем - стимулирование творческой активности, развитие навыков и поддержание когнитивных функций;

свободные 15 минут в конце занятия (просмотр газет и журналов, игра в настольный теннис, настольные игры, беседы по интересам) - время для неформального общения и укрепления социальных связей.

Деятельность клуба базируется на основе заинтересованности актива (в составе трёх человек) в общественной работе, с последующей перспективой расширения круга активных участников и постепенным переходом к их самостоятельной организации и проведению клубных занятий [49].

Ниже представлю краткое описание прошедших занятий:

#### Занятие № 1 «Чудеса у нас в руках»

План занятия и распределение зон ответственности выполнено нами с привлечением актива клуба, мастер-класс полностью подготовили и провели приглашенные специалисты. В начале занятия участникам были разъяснены правила поведения на занятиях клуба. Все участники, в том числе приглашенные специалисты, представились, каждый участник получил бейдж-пропуск на занятия, который оформил по своему усмотрению, основное условие написать крупно, разборчиво «как к Вам обращаться». Представлен план занятия. Дана информация, о том, как будет строиться занятие. Зарядка проведена активистом, участником клуба, комплекс упражнений разучен им заранее со специалистом по АФК. Упражнения адаптированы и могут выполняться как стоя, так и сидя на стуле. Далее была организована игра-беседа между участниками занятия в форме вопрос-ответ «Что за чудо клуб «Беседка»?» Вопросы и ответы составлены заранее и разъясняли суть клуба и его занятий. Приглашенные гости рассказали, что сегодня на занятии будем делать игровую куклу-игрушку на руку, эти куклы будут использованы детским театром в представлении, которое дети покажут на следующем занятии клуба. Каждый участник занятия создавал игрушку по собственному замыслу используя заготовки деталей, которые были разнообразны. В начале работы активность участников была не высокой, но один из участников занятия озвучивая свои действия по созданию задуманного образа куклы увлек всю группу. Активность и интерес к концу работы у всех были очень высокими. Все представили свои игрушки, дали им имена и обыграли их представление аудитории. Убрал рабочие места, сделали коллективное фото с куклами на руках. Предложено всем вместе спеть общую песню, а так как сегодня был День Рождения клуба, то общей песней стала песня «Песенка крокодила Гены». Решено в каждое занятие включать пение общей песни. Для укрепления общности коллектива, после занятия можно было остаться, поиграть в настольные игры.

Занятие посетили 15 человек. Все были активными участниками. В проведении занятия помогли по плану 2 человека, один человек проявил инициативность в ходе мастер-класса.

#### Занятие № 2 «Давайте знакомиться»

План занятия и распределение зон ответственности выполнено нами с привлечением актива клуба, основную часть и мастер-класс полностью подготовили и провели приглашенные гости - фольклорная группа школьников. У всех участников занятия имеются «бейджи-пропуска» с именем по которому к участнику можно обращаться. Проведена игра-представление «Я и мои соседи». Зарядку провел активист, участник клуба. Другой активист клуба напомнил, что мы сделали на прошлом занятии и представил гостей. Фольклорный ансамбль школьников обозначил тему занятия во всех своих выступлениях, частушках, танцах, песнях и народных играх активно вовлекая в действие участников клуба. В конце был мини спектакль «Про дружбу» с куклами созданными пожилыми людьми на прошлом занятии. Дети повели мастер-класс «Подставка под горячее» - техника мозаика из природных камней. Вместе с детьми спели «Песенка про дружбу». Специалист учреждения провел презентацию настольных игр и библиотеки журналов для отдыха. Участникам клуба предложено дать свои идеи по проведению следующего занятия и включится в его проведение. Подойти со своими предложениями не позднее недели до следующего занятия. Все желающие могли дать свои предложения по проведению занятия, взять на себя ответственность за проведение занятия. В заключении все вместе сыграли в большую настольную игру.

Занятие посетили 14 человек. Один участник болел. Дополнительно приглашены на выступление детского коллектива 8 человек проживающих в пансионате, но не являющиеся членами клуба. Два участника клуба активно участвовали в подготовке и проведении занятия. Из приглашенных проживающих в пансионате пожилых людей 4 человека помогли в изготовлении изделия на мастер-классе, тем участникам клуба, которым было физически сложно делать мелкую и достаточно точную работу. Четверо из приглашенных на выступление

проживающих в пансионате, но не являющихся членами клуба, на мастер-класс не остались. Все участники клуба, присутствующие на занятии были активны.

### Занятие № 3 «Нам мороз не беда»

Новогодний праздник. «Зарядка от Деда Мороза» - идея и проведение участника клуба. Активисты клуба напомнили, что мы сделали на прошлом занятии и представили план занятия. Новогодний утренник провела активистка клуба, сценарий утренника подготовлен ею совместно с культорганизатором учреждения. На мастер-классе делали снежинки для украшения помещений пансионата. В программе были песни в хороводе, игры и конкурсы на новогоднюю тему. Волонтеры в роли Деда Мороза и Снегурочки поздравили участников занятия с Новым годом и вручили подарки. Организовано чаепитие с использованием подставок под горячее, изготовленных на предыдущем занятии. После занятия поиграли в настольные игры и посмотрели подборку новогодних ретро-открыток.

На занятии присутствовало 12 членов клуба и 4 гостя, пожилые люди, проживающие в доме интернате, но не являющиеся членами клуба. Проводили занятие 2 активных участника клуба. 4 человека (2 участника клуба и 2 гостя) помогали товарищам, испытывающим сложности с передвижением и моторикой. Все участники занятия активно участвовали в мероприятии.

### Занятие № 4 «В новый год шагнули с оптимизмом»

Инициативная группа, при участии волонтеров, организовала «Поезд коляды»: раздали атрибутику и роли всем участникам, вначале провели репетицию, а затем прошли по помещениям пансионата, поздравив в народных традициях сотрудников и жильцов с Новым годом. Для тех, кто не мог или не пожелал участвовать в «поезде Коляды» волонтеры организовали занятие по аппликации, нужно было собрать картинку по выбору на сюжеты новогодних праздников или пейзаж. Еще одной частью занятия был просмотр фотографии с проведенного ранее новогоднего утренника и разговор о том, кто как когда-то отмечал Новый год и другие новогодние праздники.

На занятие пришли 12 членов клуба и 4 гостя, пожилые люди, проживающие в пансионате, но не являющиеся членами клуба. Занятие проводила активная участница клуба, ей помогали волонтеры (4 человека). 7 членов клуба и 4 гостя были активными участниками, 5 человек не подключились к основной части занятия.

#### Занятие № 5 «Закаляйся как сталь»

Отметили День защитника Отечества как день спорта. Упражнения на зарядке имитировали движения спортсменов из различных видов спорта. Зарядку провел новый активист клуба. Он же предложил идеи для эстафет, которые провели волонтеры. Далее была викторина «На страже Родины» - о родах войск и о тех, кто стоит на защите Отечества. Пели известные песни, по теме занятия: «Катюша», «Смуглянка», «Песенка фронтового шофера», «Три танкиста». Было организовано обучение основам настольного тенниса, проведена показательная игра. Желавшие могли поиграть в шашки и шахматы или в настольные игры.

Занятие посетили 13 членов клуба. 1 человек организовал и провел занятие с помощью волонтеров. 3 человека из числа членов клуба помогали в проведении занятия. Активно участвовали 8 человек. Один человек подключался к некоторым заданиям.

#### Занятие № 6 «Весенняя капель»

Отмечали Женский день. Готовили и проводили занятие 3 человека. Пальчиковую гимнастику и беседу об истории праздника провела одна активная участница клуба. Организационные вопросы по занятиям клуба, план текущего занятия обсудил с коллективом другой активист. Мастер-класс по изготовлению цветов в технике оригами провела подключившаяся к активу участница клуба. После мастер-класса уже традиционно пели песни. Закончили занятие разбившись по интересам: теннис, настольные игры, беседы, просмотр досуговой литературы, обновленной к женскому дню.

На занятие пришли 11 членов клуба прежнего состава, 3 человека принято в члены клуба дополнительно. Один человек, проявивший себя, получил звание активист. Всего членов клуба, посетивших занятие 16 человек, обновленный

состав клуба. Занятие готовили, организовали и провели 2 человека. Подготовили и провели мастер-класс - одна активная участница клуба, ей помогали 2 организатора занятия. 10 человек участники занятия, 3 активных участника занятия, помогали тем, у кого возникли сложности в выполнении работы на мастер-классе.

#### Занятие № 7 «Космические посиделки»

Занятие, посвященное Дню космонавтики. «Космическую зарядку» - провел активный участник новый член клуба. Организационные вопросы по занятиям клуба, план текущего занятия обсудил с коллективом другой активист. Сенсорную игру «Знакомый-незнакомый космос» провели приглашенные специалисты учреждения партнера. В беседе о космической фирме города приняли участие волонтеры, знакомые с её деятельностью. Мастер-класс по изготовлению «космического дерева» - инсталляция из природных материалов с использованием стабилизированного мха, провели гости, а участники клуба работали в парах. После мастер - класса уже традиционно пели песни и разбившись по интересам: теннис, настольные игры, беседы, просмотр досуговой литературы.

На занятие пришли 16 членов клуба. Занятие готовили, организовали и провели 3 человека. 13 человек участники занятия, 6 активных участников занятия, включая организаторов, помогали тем, у кого возникли сложности в выполнении заданий.

#### Занятие № 8 «Мы помним»

Организуют и проводят занятия активисты клуба. Занятие предполагает предварительную подготовку. В связи с тем, что занятие связано с большой степенью переживаний и тревожности, курирует организацию, подготовку и проведение культурный организатор. На подготовку к занятию и само занятие приглашается психолог, чтобы обучить активистов-организаторов правильному выполнению упражнений дыхательной гимнастики, дабы они выступали помощниками во время проведения гимнастики в группе, контролировали правильность выполнения упражнений членами группы. (высокий уровень

ответственности: научись сам, чтобы помочь другому). Также нужно выявить среди проживающих в пансионате лиц, которые сохранили память о близких людях, прошедших ВОВ (1941-1945), пригласить их на занятие, чтобы они поделились воспоминаниями. Возможно, у кого-то есть фотографии военных лет, сделав копии оформить стенд памяти. Приобрести необходимые для изготовления памятного значка материалы. Идея мастер-класса принадлежит активисту клуба, она же и будет проводить мастер-класс. Тематически оформить помещение, где будет проходить занятие.

На самом занятии: проговорить о том, что было за период между занятиями. Показать план текущего занятия, поинтересоваться у присутствующих, есть ли какие-то предложения, дополнения. Принять во внимание поступившие конструктивные предложения. Психолог показывает дыхательную гимнастику, успокаивающую; направленную на снятие тревожности, стресса. Организаторы помогают в проведении. «У костра». Имитация костра в центре круга участников занятия. Организатор занятия – активист клуба освещает основные значимые события, связанные с победой в Великой Отечественной и Второй мировой войнах. Викторина о событиях великой войны и о Дне Победы. Мастер-класс – значок «С Днём Победы!» (с георгиевской лентой) проводит мастерица из числа активных членов клуба. Во время мастер-класса начинаем беседу-воспоминание. Возможно, кто-то вспомнит и прочитает стихотворения по теме занятия, захочет спеть песню. По завершении мастер-класса беседа может быть продолжена. Спеть песни военных лет. Вводим новую традицию. Поблагодарить друг друга за сегодняшнее занятие. Убрать оформление в помещении, привести его в рабочее состояние.

Предполагаемое число участников занятия из числа членов клуба 18 человек. Организаторы и проводящие занятие активисты 5 человек (в том числе один человек проводящий мастер-класс). Активно участвующих 10 человек. Приглашенных проживающих в пансионате 8-10 человек, в том числе те, кто готов поделиться воспоминаниями 2-4 человека.

Занятие № 9 «Летняя беседка»

Физическая активность на открытом воздухе. Организуют и проводят 3 человека. Ассоциативная гимнастика - акцент делается на образном представлении движений, а не только на их терапевтическом эффекте. Экскурсия и беседа об окружающей природе, о безопасном поведении, на открытом воздухе в летний период, о возможностях отдыха во дворе пансионата проводит - один активист. Спортивная часть – проводят двое активистов. Занятия на тренажерах и эстафеты, связать их с уходом за растениями во дворе пансионата. Напоминаем, что 12 июня страна отмечает День России. Говорим о традициях и символике страны. Мастер-класс народная кукла «Россия» проводит мастерица – член клуба. Беседу о России параллельно проводит второй активист. Можно спеть песни или поиграть в настольные игры, побеседовать расположившись на скамеечках площадки. Уходя с площадки, благодарим участников занятия за сегодняшнее занятие.

Предполагаемое число участников занятия из числа членов клуба 18 человек. Организаторы и проводящие занятие активисты 4 человек (в том числе один человек проводящий мастер-класс). Активно участвующих 8 человек, возможно 3 человека будут присутствовать, не проявляя активности. Открытое пространство рассеивает внимание и смущает при выполнении заданий.

#### Занятие № 10 «В середине лета»

Фольклорное занятие на открытом воздухе. Организуют и проводят 3 человека. Ассоциативная гимнастика - акцент делается на образном представлении движений, а не только на их терапевтическом эффекте. Организуется беседа о празднике «День семьи, любви и верности». Игровая программа ко дню «День Иван Купала» - поиски папоротника. Мастер-класс - интерьерное украшение «ромашка». Украшаем своими изделиями беседку. Хоровод с песней. Можно спеть песни или поиграть в настольные игры, побеседовать расположившись на скамеечках площадки. Уходя с площадки, благодарим участников за сегодняшнее занятие.

Предполагаемое число участников занятия из числа членов клуба 18 человек. Организаторы и проводящие занятие активисты 4 человека (в том числе,

один человек проводящий мастер-класс). Остальные 14 человек активно участвующие. Возможно присоединение к занятию 6 человек из числа проживающих в пансионате пожилых людей, не являющихся членами клуба.

#### Занятие № 11 Спасы

Фольклорное занятие. Организуется занятие, в котором объединяются традиции трех народных летних праздников: Яблочный Спас, Медовый Спас, Ореховый Спас. Проводят все активные члены клуба, распределяя между собой зоны ответственности. Русский стиль - суставная гимнастика. Площадка Яблочного Спаса. Площадка Медового Спаса. Площадка Орехового Спаса. Ремесленная площадка – заявленные заранее желающие могут поделиться своими талантами, готовыми изделиями и показать технологию их исполнения. Уходя с площадки, благодарим участников за сегодняшнее занятие.

Предполагаемое число участников занятия из числа членов клуба 18 человек. Организаторы и проводящие занятие активисты 5 человек (в том числе один человек проводящий мастер-класс). Остальные 13 человек – активно участвующие. Возможно присоединение к занятию 8-10 человек из числа проживающих в пансионате пожилых людей, не являющихся членами клуба.

#### Занятие № 12 «Цыплят по осени считают»

Итоговое годовое занятие. Проводят все активные члены клуба, распределяя между собой зоны ответственности. Приглашен фольклорный ансамбль школьников. Общая гимнастика в кругу, каждый участник вспоминает и показывает запомнившееся упражнение из тех, что делали на прошлых занятиях. Инструктор из числа активистов помогает, тем, кто не может вспомнить упражнение, подсказывает и показывает, как сделать правильно. Один из активистов озвучивает план занятия и направленность сегодняшнего занятия на воспоминания о том, что было за год существования клуба. На часть занятия, с участием фольклорного ансамбля школьников, приглашаем всех желающих, проживающих в пансионате пожилых людей, посмотреть и поучаствовать в игровой программе «Цыплят по осени считают», подготовленной детьми. Провести игру в теннис. Сыграть в большую настольную игру. Спеть общую

песню, выбранную к исполнению. Поблагодарить друг друга за занятие. В завершении занятия, после ухода гостей и приглашенных, остаются только члены клуба. Чтобы обсудить результаты работы за год.

Предполагаемое число участников занятия из числа членов клуба 18 человек. Организаторы и проводящие занятие активисты 4 человека. Остальные 14 человек активно участвующие. Возможно присоединение к занятию 8-10 человек из числа проживающих в пансионате пожилых людей, не являющихся членами клуба.

Таким образом в течение года предполагаем сохранение численности участников клуба – 15-18 человек. Большая численность менее управляема. Присоединяются к занятиям клуба в развлекательной части от 4 до 10 человек из числа проживающих в пансионате пожилых людей. На 2 человека увеличивается число активных участников клуба, которые полностью берут на себя организацию и проведение занятий. Все участники принимают участие в занятиях, возможно 1-2 человека не проявляют на отдельных занятиях активность, в связи с самочувствием. Появляется инициатива в помощи на занятиях товарищам. Предполагаем, что от 4-5 человек будут исходить предложения помощи активу клуба в организации и поведению занятий. Такая тенденция уже появилась на 6-7 занятии.

План работы на следующий период члены клуба будут формировать сами.

Рефлексивный этап программы.

После проведения семи занятий клуба было запланировано подведение итогов работы, которое состоялось в форме общего собрания членов клуба. Рефлексия проводилась в виде группового обсуждения и своеобразного публичного полуструктурированного интервью. Каждый участник получил карточку с вопросами-подсказками (Приложение Д) и при помощи вопросов-подсказок, пожилые люди по очереди делились своими мыслями и достижениями (самое яркое впечатление, главное достижение, что было самым трудным, чему я научился, что хочу изменить...). Из ответов участников клуба, прозвучавших на рефлексивном занятии, мы поняли, что занятия клуба положительно влияют на

состояние участников. Они отмечали улучшение настроения, появление чувства радости и удовлетворения. В процессе подготовки и проведения занятий, а также участия в них, у пожилых людей укреплялись межличностные связи, у кого-то сформировались дружеские отношения. Большинство участников отмечало освоение новых навыков (творческих, коммуникативных), повышение самооценки и уверенности в себе. Участникам клуба пришлось по вкусу физкультурные части занятий, а некоторые стали заниматься на тренажерах и играть в настольный теннис в свободное время. Эти результаты подтверждают, что работа клуба способствует формированию и укреплению активной жизненной позиции у проживающих, а также создаёт условия для их самореализации и социальной интеграции [33].

После обсуждения, за чашкой чая, организовали просмотр ролика, включающего фото и видео-моменты прошедших занятий. В подготовке ролика непосредственное участие принял активист клуба, который самостоятельно научился монтировать на телефоне небольшие фото и видео клипы. По завершении рефлексивного занятия, участникам клубной деятельности были розданы анкеты-опросники (Приложение Е), которые они заполняли в свободное время и передали специалистам пансионата. Наблюдение за членами клуба во время занятий и в ходе итоговой рефлексии, а также анализ ответов, свидетельствует об их интересе к занятиям, готовности брать на себя ответственность и активную роль в организации работы клуба, росте самооценки, заинтересованности в дальнейшем участии в работе клуба.

### **2.3. Анализ эффективности внедрения разработанной программы клубной деятельности**

Анализ эффективности внедрения разработанной программы клубной деятельности выполнен на основе итогового анкетирования и итогов, озвученных во время рефлексивных занятий. Приняв методику оценки эффективности клубной деятельности по результатам опросов пожилых людей, посещающих занятия и статистических показателей: сохранение контингента; привлечение новых участников клубных занятий; постоянно проявляющийся интерес к встречам в клубах, и изучив теорию вопроса по методам и способам оценки степени проявления активной жизненной позиции у людей пожилого возраста [26, 29, 32], составили мнение, что проявление жизненной активности в пожилом возрасте можно проследить через наличие личных желаний и устремлений в настоящем, соотнесения их с прошлым опытом деятельности и желанием найти способы поделиться своим опытом в настоящем. Первичная диагностика позволила определить констатирующий уровень сформированности активной жизненной позиции у пожилых людей, проживающих в пансионате. После этапа реализации разработанной программы клубной деятельности, мы можем сопоставить результаты первичной и контрольной диагностики и сделать необходимые выводы. Диагностика уровня сформированности активной жизненной позиции у пожилых людей, проживающих в пансионате, учитывала несколько главных показателей, оказывающих влияние на уровень сформированности, по этим показателям была составлена контрольная анкета. Бланк анкеты приведен в Приложении Е.

Одним из механизмов позволяющим поддерживать, реализовывать и развивать активную жизненную позицию пожилых людей является клубная работа организуемая, в частности, в учреждениях социального обслуживания. Была составлена программа организации клуба по интересам «Беседка». Сформирован план занятий на год, с примерным содержанием и запланированным анализом эффективности реализуемой программы, обеспечено

проведение занятий и осуществлен контрольный эксперимент. Пожилым людям, принимавшим участие в клубной работе, было предложено пройти контрольное анкетирование. Подведя итоги, мы получили следующие результаты:



Рисунок 7 – Показатели, влияющие на уровень сформированности активной жизненной позиции (сравнение результатов констатирующего и контрольного эксперимента)

Как видно по данным графика, после занятий в клубе у части его участников произошли положительные изменения:

1. Снизилось количество пожилых людей, ощущающих чувство постоянного одиночества (четыре человека, 27%), на два человека уменьшилась численность тех лиц, кому не хватало общения.

2. Меняются и досуговые предпочтения, если до начала работы клуба большинство участников предпочитало пассивные формы отдыха, теперь появляется все больше любителей активных форм досуга.

3. Изменилась степень вовлеченности в мероприятия – увеличилась категория активных участников, позицию организатора занятий клуба и ведущих

мастер-классов, дополнительно заняли еще три человека. Увеличение активности среди участников клуба по этой позиции произошло в два с половиной раза. На три человека уменьшилось количество пассивных зрителей мероприятия.

4. Меняется мотивация участия в мероприятиях: к самореализации и передаче своего опыта, а также к освоению новых социальных ролей стремится двенадцать человек, тогда как в начале эксперимента их было всего четыре; в получении новой информации, новых знаний, приобретении новых навыков стало заинтересованно на три человека больше.

Наглядно изменения внутренней мотивации представлены в Приложении Ж.

Анализируя данные, полученные по результатам анкетирования и на рефлексивном занятии, мы отметили следующее:

- пожилые люди отметили улучшение настроения, появление чувства радости и удовлетворения;
- у пожилых людей укреплялись межличностные связи, у некоторых сформировались дружеские отношения;
- общественная активность участников клуба выросла: появилось два человека, занявшихся благоустройством площадок, где проходят занятия клуба;
- после проведенных занятий, неотъемлемой частью которых была творческая составляющая, на 2 человека выросло число участников хора, действующего в пансионате;
- создавать своими руками интересные вещи научились 6 человек, число желающих заниматься прикладным творчеством выросло на 8 человек;
- активность участников клуба в спортивном направлении увеличилась во всех составляющих. Особенно стоит отметить проявленную активность в трансляции спортивного опыта после запуска клуба. Участник клуба взял на себя роль организатора еженедельных спортивных занятий, организовал установку теннисного стола, играет в настольный теннис сам и дает уроки игры желающим;
- популяризация конкурсов, викторин, игр, в том числе настольных, произошла в пансионате благодаря волонтерам, которые провели одно из занятий.

Теперь участники клуба с большим желанием используют игротеху пансионата. Два участника клуба готовы делиться своим опытом игры в нарды, шашки, шахматы и домино с желающими не только на занятиях клуба, но и в другое время для досуга;

- количество постоянных участников клуба увеличилось на три человека, этому способствовало приглашение на занятия клуба, организуемые с привлечением приглашенных гостей, особенно детских коллективов, пожилых людей, проживающих в пансионате, не состоящих в клубе.

Подводя итоги контрольных исследований, мы можем сказать, что уровень выраженности активной жизненной позиции пожилых людей, активно включенных в реализацию программы клубной работы, с учетом их интересов и предпочтений, опыта и ресурсов, их полноценного включения в организацию и проведение мероприятий клуба стал выше. Об этом говорит:

- возросшее проявление инициативности в плане организации занятий, что выражается в предложениях новых тем и форм занятий;

- вовлечение в клуб новых участников, регулярность посещений занятий клуба;

- снижение чувства одиночества, увеличение количества и качества социальных контактов - постоянное взаимодействие с другими участниками клуба, новые знакомства с волонтерами и проходящими на занятия, сторонними специалистами;

- трансформирование социальных ролей, участники стали брать на себя больше ответственности в проведении занятий (самостоятельная организация и проведение занятий, проведение мастер-классов на занятиях, обучение настольным играм...);

- стремление к новым знаниям, желание и готовность делиться своим опытом, навыками и умениями с другими;

- изменение предпочитаемых досуговых форм: с пассивных на более активные - спорт, вокал, прикладное творчество.

Мы можем говорить об эффективности внедрения разработанной программы клубной деятельности, и видим, что, соблюдая два главных принципа, сформулированных нами в рамках теоретического исследования:

программа занятий клуба должна определяться интересами и предпочтениями пожилых людей, их актуальными увлечениями, интересами, физическими возможностями, а также иметь возможность задействовать имеющийся у участников жизненный, профессиональный и творческий опыт и ресурсы пожилых людей;

пожилые люди должны активно вовлекаться в организацию и проведение клубных занятий, не быть пассивными потребителями услуг. Когда участник имеет возможность внести личный вклад в жизнь и работу клуба (участие в планировании и составлении расписания, распределение ролей, проведение мастер-класса, в соответствии со своими умениями, обсуждение итогов), то у него растет внутренняя мотивация, человек чувствует свою значимость, ответственность, повышается его самооценка;

мы отмечаем положительную динамику основных показателей, фиксируем рост личной вовлеченности участников и наблюдаем позитивные изменения в развитии личностных качеств участников.

## Выводы по главе 2

Во второй главе данной работы рассмотрен практический аспект варианта развития активной жизненной позиции людей пожилого возраста, через их участие в клубной деятельности.

Проведена диагностика уровня выраженности активной жизненной позиции у пожилых людей в реальном сообществе Краевого государственного бюджетного учреждения социального обслуживания «Пансионат «Железногорский». Констатирующий эксперимент показал, что уровень выраженности активной жизненной позиции пожилых людей снижен, их жизненная позиция склоняется к пассивной, что проявляется в выборе пассивных форм досуга; неготовности брать на себя ответственность и активную роль в организации досуга; чувстве одиночества и нежелании новых социальных контактов; отказе от получения новых знаний, умений; незаинтересованности в самореализации. Активность на этапе создания клуба проявило очень небольшое число проживающих в пансионате, три человека из пятидесяти пяти.

Одним из механизмов позволяющим поддерживать, реализовывать и развивать активную жизненную позицию пожилых людей является клубная работа организуемая, в частности, в учреждениях социального обслуживания. Была составлена программа организации клуба по интересам «Беседка». Сформирован план занятий на год, с примерным содержанием и запланированным анализом эффективности реализуемой программы, обеспечено проведение занятий и осуществлен контрольный эксперимент.

По данным контрольного эксперимента выявлен положительный эффект от проделанной работы. Возросло число участников клуба, выросло число организаторов занятий, сформировалась группа активных участников клубной работы. Эмоциональное состояние участников занятий клуба улучшилось. Они меньше жалуются на недостаток общения и одиночество, отмечают расширение и разнообразие своей досуговой деятельности. В целом гипотеза о том, что развитию активной жизненной позиции у пожилых людей будут способствовать

выявленный уровень сформированности активной жизненной позиции, а также разработанная и реализованная программа клубной работы, с учетом выявленных интересов, предпочтений, имеющегося опыта и ресурсов пожилых людей, их активного включения в организацию и проведение мероприятий клуба правильна, что и подтвердилось практикой.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема развития активной жизненной позиции остается актуальной в любой исторический период, так как сознательная вовлеченность людей в жизнь общества является необходимым условием развития.

В своем исследовании мы опирались на определение, данное А.Е. Корнышевой: «Активная жизненная позиция у пожилых людей — это сохранение прежнего деятельного отношения к жизни, включённость в различные социальные среды, наполненность жизни различными видами активности и социальными контактами». Изученный теоретический материал позволил предположить, что одним из механизмов, позволяющих поддерживать, реализовывать и развивать активную жизненную позицию пожилых людей является клубная работа организуемая, в частности, в учреждениях социального обслуживания. Потенциал клубной работы в поддержании и развитии активной жизненной позиции у пожилых людей заключается в создании условий для удовлетворения общих интересов и объединяющих потребностей участников, а также в формировании нового социального опыта и позитивной мотивации.

Нами была организована экспериментальная работа, базой исследования и апробации выбранной технологии стало Краевое государственное бюджетное учреждение социального обслуживания «Пансионат «Железногорский». В эксперименте приняли участие 15 пожилых людей, проживающих в пансионате. По результатам констатирующего эксперимента было выявлено, что уровень сформированности активной жизненной позиции пожилых людей, проживающих в пансионате, снижен, их жизненная позиция носит больше пассивный характер, что проявлялось в предпочтении пассивных форм досуга; избегании ответственности и активной роли в организации досуга; ощущении чувства одиночества и нежелании новых социальных контактов; отказе от получения новых знаний, умений; незаинтересованности в самореализации.

Для развития активной жизненной позиции пожилых людей, проживающих в пансионате, была разработана и апробирована программа клубной работы с

учетом выявленных интересов, предпочтений, опыта, знаний и ресурсов, пожилых людей, их активного включения в организацию и проведение мероприятий клуба, постепенного перехода от поддержки к усилению самостоятельности пожилых людей. Программа организации клуба была разработана в тесном сотрудничестве с пожилыми людьми — от формулировки целей и обсуждения тематики до составления годового плана занятий и согласования их содержания. В процессе реализации программы они также активно вовлечены: участвуют в проведении занятий, делятся опытом и помогают адаптировать программу под текущие потребности группы.

Результаты контрольного эксперимента выявили положительную динамику: снизился уровень ощущения одиночества и дефицита общения, досуговые предпочтения сместились с пассивных на активные виды деятельности, вырос уровень вовлеченности и ответственности участников, увеличилось количество пожилых людей, ориентированных на самореализацию и передачу своего опыта, зафиксирована регулярность посещений занятий клуба и вовлечение в клуб новых участников.

Соответственно, можно сказать, о развитии уровня активной жизненной позиции пожилых людей, благодаря их активной включенности в реализацию программы клубной работы, составленной с учетом их интересов и предпочтений, опыта и ресурсов, их полноценного включения в организацию и проведение мероприятий клуба. По завершении программы все участники заявили о готовности продолжать работу клуба в пансионате.

Таким образом, можно считать, что проведенная работа была результативной. Гипотеза о том, что развитию активной жизненной позиции у пожилых людей будут способствовать выявленный уровень сформированности активной жизненной позиции, а также разработанная и реализованная программа клубной работы, с учетом выявленных интересов, предпочтений, имеющегося опыта и ресурсов пожилых людей, их активного включения в организацию и проведение мероприятий клуба нашла своё подтверждение.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. Национальный проект «Демография» - URL : [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_310251/464f40dd565b012f11f6e3cea5e45ad5c48f9d17/?ysclid=mmjc2zg686123433744](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_310251/464f40dd565b012f11f6e3cea5e45ad5c48f9d17/?ysclid=mmjc2zg686123433744) (дата обращения 16.01.2025).
2. Паспорт федерального проекта «Старшее поколение» (утв. Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации) (по состоянию на 12 февраля 2025 г.) Федеральное агентство по делам молодежи – URL: <https://base.garant.ru/411740567/> (дата обращения 16.01.2026).
3. Распоряжение Правительства РФ от 7 апреля 2025 года №830-р «Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения до 2030 года» – URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/411766746/?ysclid=mmjbea1jcx157905834> 14 апреля 2025 (дата обращения 16.04.2026).
4. Абрамова С. Б. Факторы социальной активности людей с инвалидностью // Материалы XXII Международной конференции памяти профессора Л. Н. Когана «Культура, личность, общество в современном мире: методология, опыт эмпирического исследования» (г. Екатеринбург 2019 г.) Екатеринбург: УрФУ, 2019. С. 1620-1631.
5. Аванесова Г. А. Культурно-досуговая деятельность: Теория и практика организации: учебное пособие для студентов вузов / Г.А. Аванесова. – М.: Аспект Пресс, 2021. – 236 с. – ISBN 5-7567-0424-8.
6. Активность и жизненная позиция личности: сборник научных трудов / ответственный редактор К. А. Абульханова-Славская. — Москва: Институт психологии РАН, 1988. — 228 с.
7. Атапина Е. А. Клубы общения как одна из форм повышения жизненного потенциала пожилых людей / Психология зрелости и старения. – 2023 – № 1 – С. 95.
8. Бех И. Д. Избранные научные труды. Воспитание личности: В 2 т. Т.2 Черновцы: Букрек, 2015. 640 с. (Серия «Школа будущего»).

9. Бехтерев В. М. Проблемы развития и воспитания человека: избранные психологические труды / В. М. Бехтерев; под ред. А. В. Брушлинского, В. А. Кольцовой; Российская акад. образования, Московский психолого-социальный ин-т. — Москва: Московский психолого-социальный ин-т; Воронеж: МОДЭК, 2010. — 415 с.: ил.; 21 см. — ISBN 978-5-89502-573-4 (МПЦИ), 978-5-89395-595-8 (МОДЭК).

10. Вдовина М. В. Активное долголетие пожилых людей в условиях социального обслуживания на дому / М.В. Вдовина // Теория и практика общественного развития. - 2018. - № 12 (130). - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/aktivnoe-dolgoletie-pozhilyhlyudey-v-usloviyah-sotsialnogo-obsluzhivaniya-na-domu> (дата обращения: 19.03.2026).

11. Гиматудинова А. Р. Женский потенциал и жизненная позиция / А. Р. Гиматудинова. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2025. — № 24 (575). — С. 562-565. — URL: <https://moluch.ru/archive/575/126767> (дата обращения: 09.03.2026).

12. Жизненные позиции молодёжи: смысловые основания формирования / Ю.А. Зубок, В.И. Чупров, А.С. Любутов, О.В. Сорокин. // Вестник Института социологии. — 2021. — Т. 12, вып. 3. — С. 79–98. Архивировано 6 сентября 2023 год.

13. Как организовать клуб по интересам для пожилых людей: 5 правил успеха // Сообщения и материалы информационного агентства «РБК» Главная Сеть пансионатов «Теплые Беседы» 25 февраля 2026. АО «РОСБИЗНЕСКОНСАЛТИНГ», 1995–2026 — URL: <https://companies.rbc.ru/news/QX4lvogSHp/kak-organizovat-klub-po-interesam-dlya-pozhilyih-lyudej-5-pravil-uspeha/> (дата обращения: 05.05.2026).

14. Кирякова Анна Активная жизненная позиция: что это такое и как это сформировать — URL : <https://4brain.ru/blog/aktivnaya-zhiznennaya-poziciya-cto-eto-takoe-i-kak-eto-sformirovat/>(дата обращения: 09.04.2026).

15. Концепция политики активного долголетия / под ред. Л.Н. Овчаровой, М.А. Морозовой, О.В. Синявской. — М.: Изд. дом Высшей школы экономики,

2020. – 40 с. [Электронный ресурс] / Режим доступа: <https://conf.hse.ru/mirror/pubs/share/360906541.pdf> (дата обращения: 01.04.2026).

16. Корнышева А. Е. Активная жизненная позиция пожилых людей: детерминанты формирования Вестник СПбГУ. Сер. 12. 2011. Вып. 4 стр 413-419 – URL : <https://cyberleninka.ru/article/n/aktivnaya-zhiznennaya-pozitsiya-pozhilyh-lyudey-determinanty-formirovaniya> (дата обращения: 19.04.2026).

17. Крысько В. Г. Психология и педагогика в схемах и комментариях: учеб. пособие / В.Г. Крысько. - 7-е изд., перераб. и доп. М.: Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2013. 218 с.

18. Куликов Л. В. Психогигиена личности: вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики / Л. В. Куликов. – СПб.: Питер, 2004. 93 – 464 с. [Электронный ресурс] / – URL: <https://medznate.ru/docs/index-48850.html> (дата обращения: 01.04.2026).

19. Куликова Н. А. Организация клубов общения для граждан пожилого возраста в контексте реализации модели активной старости / Н. А. Куликова, М. Н. Самарина // Вестник Томского государственного университета. – Томск, 2014. – № 385. – С. 57 – 61.

20. Лебедева М. В. Эмоциональные гендерные различия в пожилом возрасте / М. В. Лебедева, Г. Г. Вербина // Russian economic bulletin. – Махачкала: Издательство: Дагестанский государственный педагогический университет, 2020. – Т. 3. – №2. – С. 283 – 287.

21. Леонтьев Д. А. Шильманская, А.Е. Жизненная позиция личности: от теории к операционализации // Вопросы психологии, 2019. №1 с. 90–100

22. Лифанова Т. Е., Кривоносова, Ж.В. Досуговые методы социальной работы с пожилыми людьми как адаптивная технология // Социологические науки, Коллекция гуманитарных исследований. Электронный научный журнал, 2021 №3 (28) С. 28-33. DOI: 10.21626/j-chr/2021-3(28)/4 УДК: 364.446-053.9<https://www.j-chr.com/jour> (дата обращения: 01.04.2026).

23. Лифанова Т. Е. Технологии социальной работы в специализированных учреждениях социального обслуживания / Т.Е. Лифанова, С.А. Шилина // Учебно-

методическое пособие для бакалавриата по направлению подготовки 39.03.02 «Социальная работа». - Т. 2. - Брянск, 2019. — 160 с.

24. Лукашова П. Н. Формирование активной жизненной позиции подростков средствами проектной деятельности // Студенческий электронный журнал «СтРИЖ». — 2020. — №2 (31). — С. 52–56. — УДК 37.035 — eISSN 2587-7658.

25. Маркин В. Н. Жизненная позиция личности. : Идеол. и социал.-психол. аспекты / В. Н. Маркин. М.: Мысль, 1989. 171 с. 8 [[https://psychlib.ru/mgppu/periodica/MP042005/mi054045.htm#\\$p45](https://psychlib.ru/mgppu/periodica/MP042005/mi054045.htm#$p45)].

26. Милорадова Н. Г. Психология и педагогика: учебник и практикум для вузов / Н. Г. Милорадова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2024. — 307 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08986-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт. — URL: (дата обращения: 29.04.2026).

27. Непочатых Е. П., Стекачева, Е. С. Особенности активного долголетия граждан старшего поколения с разным уровнем социальной активности // Коллекция гуманитарных исследований. Электронный научный журнал. — 2021. — №2 (27). — С. 24–33. — DOI: 10.21626/j-chr/2021-2(27)/3 — УДК 612.681:316.

28. Ноговицына М. П., Ноговицына, К. В. Особенности организации досуга людей пожилого возраста. — URL: (дата обращения: 01.04.2026).

29. О методических рекомендациях по разработке (актуализации) региональных программ «Активное долголетие» субъектов Российской Федерации: Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 20.11.2024 №625. — URL: <https://ruspol-kcson.ru/f/prikaz-rf-no-625-ot-20112024-o-metodicheskikh-rekomendaciyah-po-razrabotke-programmy.pdf> (дата обращения: 08.03.2026).

30. Об утверждении плана мероприятий на 2025–2030 гг. по реализации Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения в РФ до 2030 г.: распоряжение Правительства Российской Федерации от 20 декабря 2025 г.

№3933-р. — URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/413223794/> (дата обращения: 11.04.2026).

31. Отчет директора КГБУ СО «Железногорский дом-интернат» по итогам работы за 2024 год. — URL: [http://kgbu-dom-internat.rupublichnyj\\_otchet\\_direktora\\_za\\_2024.pdf/](http://kgbu-dom-internat.rupublichnyj_otchet_direktora_za_2024.pdf/).

32. Оценка удовлетворенности населения пожилого возраста социальными программами активного долголетия на примере города Москвы / А.В. Маньшина, Н.Р. Валиева, М.М. Бутарева, З.Э. Исраилян. // Национальное здравоохранение. 2022; № 3. С. 20-28. <https://doi.org/10.47093/2713-069X.2022.3.3.20-28>.

33. Оценка эффективности деятельности учреждений социальной поддержки населения / Под ред. П. В. Романова и Е. Р. Ярской-Смирновой. — Серия «Научные доклады: независимый экономический анализ». — М.: Московский общественный научный фонд; Центр социальной политики и гендерных исследований, 2007. — С. 234.

34. Парфенова О. А., Галкин, К. А. Социальная активность пожилых россиян в контексте активного долголетия // Журнал социологии и социальной антропологии, 2023 Том 26 № 1 С. 200-223. DOI: <https://doi.org/10.31119/jssa.2023.26.1.8>

35. Перякина С. И. Клубы по месту жительства как субъекты социальной работы с пожилыми людьми / Научные достижения и открытия современной молодёжи. – Пенза, 2022 – С. 1494

36. Порядин Д. Н. Активная жизненная позиция // Молодой ученый. 2015. № 12.2 (92.2). С. 54-55. — URL: <https://moluch.ru/archive/92/20344> (дата обращения 01.03.2026) 12

37. Почебут Л. Как собраться больше трёх: условия образования малых групп [Электронный ресурс] / Л. Почебут // Клерк.Ру. — 2014. — 12 марта. — URL: <https://www.klerk.ru/boss/articles/352236/> (дата обращения: 20.04.2026).

38. Практики самоорганизации и социальной активности россиян старшего возраста как расширяющие возможности («empowerment») технологии /

Т.С. Киенко, М.В. Певная, Н.А. Птицына. // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Социальные науки, 2022, № 1 (65), с. 89–98 – URL: [https://www.researchgate.net/publication/360932966\\_PRA](https://www.researchgate.net/publication/360932966_PRA) (дата обращения 08.03.2026).

39. Седых О.Г. Культурно-досуговая деятельность как инструмент совершенствования системы социальной работы с гражданами пожилого возраста: успешные региональные практики / О.Г. Седых, Е. В. Зими́на, Н. И. Осипова // КиберЛенинка: научная электронная библиотека. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kulturno-dosugovaya-deyatelnost-kak-instrument-sovershenstvovaniya-sistemy-sotsialnoy-raboty-s-grazhdanami-pozhilogo-vozrasta?ysclid=mosljuw9wt216491445> (дата обращения: 20.04.2026).

40. Седых О.Г., Зими́на, Е.В., Осипова, Н.И. Культурно-досуговая деятельность как инструмент совершенствования системы социальной работы с гражданами пожилого возраста: успешные региональные практики // Социодинамика. 2022. № 2. С. 13-25. DOI: 10.25136/2409-7144.2022.2.37608 URL: [https://nbpublish.com/library\\_read\\_article.php?id=37608](https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=37608) (дата обращения: 01.04.2026)

41. Семейный клуб: опыт учреждений социального обслуживания населения Санкт-Петербурга / под ред. В. А. Барабохиной, Ю. Ю. Ивашкиной, О. В. Костейчука, С. П. Павлова ; СПбГБУ «Городской информационно-методический центр „Семья“», 2013. — (Социальное обслуживание семей и детей: научно-методический сборник; вып. № 1 (1)).

42. Старость в регионах России 29 АПРЕЛЯ 2021 © 2026. «Если быть точным» URL: <https://tochno.st/materials/starost-v-regionakh-rossii> 18 (дата обращения: 01.04.2026).

43. Старшее поколение современной России / под общ. ред. проф. З. Х. Саралиевой. — Н. Новгород: Нижегородский госуниверситет им. Н. И. Лобачевского, 2021. — 779 с. — ISBN 978-5-91326-692-7. — УДК 316. — ББК 60.5.

44. Столин В. В. Самосознание личности. — 3-е изд. — М.: Издательство Московского университета, 2023. — 284 с.
45. Туев В. В. Технология организации инициативного клуба: учебное пособие для вузов искусств и культуры. — М.: Московский государственный университет культуры и искусств, 2003. — 250 с.
46. Туркина Ж. Д., Пилипчак Ю. В. Удовлетворённость жизнью и её значение в обеспечении активного долголетия людей старшего поколения // Актуальные проблемы активного долголетия и качества жизни пожилых людей: сб. ст. по итогам Третьей региональной научно-практической конференции «Калуга, 18–21 декабря 2020 года» / под ред. Н. Ю. Чаусова. — Калуга: Калужский государственный университет, 2021. — С. 187–194.
47. Холостова Е. И. Социальная работа с пожилыми людьми: учебник для бакалавров. — 8-е изд., стер. — М.: Дашков и К°, 2019. — 338 с. — ISBN 978-5-394-03336-0.
48. Шёхолм Л. О пассивном поведении и жизненных трудностях «Психологическая газета» 09.08.2022 URL: [www/https://psy.su/feed/10149/](http://www/https://psy.su/feed/10149/) (дата обращения: 01.04.2026).
49. Шугалева Л. М. Программа ресурсного клуба для пожилых людей // Молодёжь третьего тысячелетия: сборник научных статей XLII региональной студенческой научно-практической конференции. — Омск: Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского, 2018. — С. 806–810.
50. Щуркова Н. Е. Педагогические технологии: учебное пособие для вузов. — 3-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2023. — 232 с. — (Бакалавр. Прикладной курс).
51. Яцемирская Р. С. Социальная геронтология: лекции. — М.: Академический проект, 2006. — 316 с. — (Gaudeamus: учеб. пособие для вузов / Российский гос. социальный ун-т, Фил. РГСУ в г. Павловский Посад Московской обл.; ISBN 5-8291-0678-7).

**ПРИЛОЖЕНИЯ**

## Приложение А

## Анкета - опросник

Пожалуйста отвечайте на вопросы анкеты искренне. Ваше мнение очень важно для нашей работы.

Правдивые и полные ответы помогут сделать жизнь в нашем доме интереснее и насыщеннее.

## Общие сведения

1. Укажите ваш возраст: \_\_\_\_\_
2. Пол: \_\_\_\_\_
3. Как долго вы проживаете в нашем интернате?
  - ⊖ Менее года
  - ⊖ От 1 до 3 лет
  - ⊖ Больше 3 лет
4. Оцените общее состояние вашего здоровья на сегодняшний день:
  - ⊖ Отличное
  - ⊖ Хорошее
  - ⊖ Среднее
  - ⊖ Плохое
5. Вы испытываете одиночество
  - ⊖ Постоянно
  - ⊖ Часто
  - ⊖ Иногда
  - ⊖ Никогда
6. Вы ощущаете недостаток общения?
  - ⊖ Да
  - ⊖ Нет

- ⊖ Часто страдаю от нехватки внимания окружающих
- ⊖ Не нуждаюсь в общении
- ⊖ Мне достаточно общения

Свободное время и досуг

7. Чем вы предпочитаете заниматься в свободное время?

- ⊖ Просмотр телепередач
- ⊖ Чтение
- ⊖ Рукоделие
- ⊖ Настольные игры (домино, карты, лото и др.);
- ⊖ Общение с другими людьми
- ⊖ Спорт, занятия физкультурой
- ⊖ Кружки художественной самодеятельности (театральный, хоровой,

танцевальный)

⊖ Кружки художественного и прикладного направления (рисование, вязание, вышивки)

⊖ Иное \_\_\_\_\_

8. Вы посещаете мероприятия, кружки и секции дома- интерната?

- ⊖ Нет
- ⊖ Да,

Пожалуйста укажите, какие

9. Вы посещаете мероприятия, кружки и секции вне дома интерната?

- ⊖ Нет
- ⊖ Да,

Пожалуйста укажите, где и какие

10. Каким из перечисленных форм досуга Вы хотели бы заниматься?

- ⊖ Хоровое, вокальное пение
  - ⊖ Театральный коллектив
  - ⊖ Музыкальные кружки
  - ⊖ Кружки прикладного и декоративно-прикладного творчества  
(вязание, выжигание и др.)
- 

(укажите, пожалуйста, что именно)

- ⊖ Занятие физической культурой, спортивные секции
- 

(укажите, пожалуйста, вид спорта)

- ⊖ Настольные игры
  - ⊖ Конкурсы, игры, викторины по интересам
  - ⊖ Посиделки, общение с людьми, обсуждение текущих дел и событий
  - ⊖ Групповой просмотр кинофильмов, телевизионных программ
  - ⊖ Обсуждение книг, журналов, газет
  - ⊖ Цветоводство, огородничество
  - ⊖ Собирать и ремонтировать различные механизмы, бытовые приборы
- 

(укажите, пожалуйста, что именно)

- ⊖ Работать в трудовых мастерских
  - ⊖ Смотреть различные телепередачи
  - ⊖ Весь день пролежать в постели без дела?
  - ⊖ Другое, (напишите, что именно)
- 

11. В какой роли Вы хотели бы участвовать в мероприятиях?

- ⊖ Организатора
- ⊖ Участника
- ⊖ Зрителя (слушателя)

12. Каков мотив Вашего участия в досуговых мероприятиях?

- ≡ Занять свободное время
  - ≡ Обрести друзей, расширить круг общения
  - ≡ Получить новую информацию, знания, навыки
  - ≡ Самореализация (делиться с другими своими умениями, навыками, опытом)
  - ≡ Свой вариант
- 
- 

Благодарим за участие в опросе!

Таблица 1 – Рейтинг сформированных досуговых предпочтений

респондент	пол	просмотр телевидения	чтение	ничего не делать	интернет, соц.сети	рукоделие	настольные игры	общение	спорт, занятия физкультурой	кружки	преобладает
1	ж	+	+		+	+		+			П
2	ж	+	+			+		+		+	А
3	ж	+		+	+		+				П
4	ж	+		+				+			П
5	м	+		+			+				П
6	м	+							+	+	А
7	м			+	+				+		П
8	м	+		+			+				П
9	ж			+				+			П
10	ж	+				+		+			А
11	ж	+				+		+		+	А
12	ж	+	+			+				+	П
13	ж		+			+		+		+	А
14	ж	+	+		+					+	П
15	ж	+	+		+	+				+	П

Таблица 2 – Рейтинг желаемых досуговых направлений

респондент	пол	прикладное творчество	рукоделие	настольные игры	посиделки	спорт, занятия физкультурой
1	ж		+		+	
2	ж		+		+	
3	ж	+		+		
4	ж			+	+	
5	м	+		+		
6	м			+		+
7	м			+		+
8	м			+		
9	ж	+			+	
10	ж		+		+	
11	ж		+		+	
12	ж	+	+	+		
13	ж		+		+	
14	ж	+		+		
15	ж		+			
итого		5	7	8	7	2

Таблица 3 – План занятий клуба «Беседка»

№	Сроки	Мероприятие	Партнеры
1	Октябрь	Чудеса у нас в руках (организационное занятие с творческим мастер-классом)	Специалисты КЦСОН
2	Ноябрь	Давайте знакомиться (игры на сближение и знакомство)	Фольклорная группа школьников
3	Декабрь	Нам мороз не беда (в преддверии Нового года)	Волонтеры
4	Январь	В новый год шагнули с оптимизмом (Вспоминаем народные новогодние традиции)	Волонтеры
5	Февраль	Закаляйся как сталь (отмечаем День защитника Отечества)	Волонтер
6	Март	Весенняя капель (отмечаем международный женский день 8 марта)	Без гостей
7	Апрель	Космические посиделки (отмечаем День космонавтики)	Волонтеры, специалисты КЦСОН
		Рефлексивное занятие, подведение итогов	
8	Май	Мы помним (отмечаем День победы)	Без гостей
9	Июнь	Летняя беседка (отмечаем День России)	Без гостей
10	Июль	В середине лета (Народные летние традиции россиян)	Без гостей
11	Август	Спасы (отмечаем три Спаса)	Без гостей
12	Сентябрь	Сентябрины – «Цыплят по осени считают» (подведение итогов работы клуба за год)	Фольклорная группа школьников

## Клуб моими глазами (карточка-подсказка).

1. Что на занятиях Вам понравилось и запомнилось больше всего?
2. Какие новые знания и умения Вы приобрели во время занятий клуба?
3. Что считаете своим главным достижением на занятиях, что не удалось осуществить?
4. Какие чувства у Вас вызывает подготовка и ожидание занятий, сами занятия?
5. Появились ли у Вас новые друзья?
6. Что мотивирует Вас приходить на занятия клуба снова?
7. Что бы Вы хотели изменить в работе клуба? Что новое хотели бы добавить?

## Анкета-опросник

Пожалуйста отвечайте на вопросы анкеты искренне. Ваше мнение очень важно для нашей работы.

Правдивые и полные ответы помогут сделать жизнь в нашем доме интереснее и насыщеннее.

1. Вы испытываете одиночество
  - ⊖ Постоянно
  - ⊖ Часто
  - ⊖ Иногда
  - ⊖ Всегда
2. Вы ощущаете недостаток общения?
  - ⊖ Да
  - ⊖ Нет
  - ⊖ Часто страдаю от нехватки внимания окружающих
  - ⊖ Не нуждаюсь в общении
  - ⊖ Мне достаточно общения
3. Чем вы предпочитаете заниматься в свободное время?
  - ⊖ Просмотр телепередач
  - ⊖ Чтение
  - ⊖ Рукоделие
  - ⊖ Настольные игры (домино, карты, лото и др.);
  - ⊖ Общение с другими людьми
  - ⊖ Спорт, занятия физкультурой
  - ⊖ Кружки художественной самодеятельности (театральный, хоровой, танцевальный)
  - ⊖ Кружки художественного и прикладного направления (рисование, вязание, вышивки)

≡ Иное

---

4. Вы посещаете мероприятия, кружки и секции пансионата?

≡ Нет

≡ Да,

---

Пожалуйста укажите, какие

5. Вы посещаете мероприятия, кружки и секции вне пансионата?

≡ Нет

≡ Да,

---

Пожалуйста укажите, где и какие

6. В какой роли Вы участвуете или хотели бы участвовать в мероприятиях?

≡ Организатора

≡ Участника

≡ Зрителя (слушателя)

7. Каков мотив Вашего участия в досуговых мероприятиях?

≡ Занять свободное время

≡ Обрести друзей, расширить круг общения

≡ Получить новую информацию, знания, навыки

≡ Самореализация

≡ Свой вариант \_\_\_\_\_

---

Благодарим за участие в опросе!

Таблица 4 – Изменение внутренней мотивации участия в мероприятиях

респондент	ПОЛ	освоение новой роли		самореализация, передача своего опыта		получение новых знаний, навыков		занять свободное время	
		констатирующий эксперимент	итоговый эксперимент	констатирующий эксперимент	итоговый эксперимент	констатирующий эксперимент	итоговый эксперимент	констатирующий эксперимент	итоговый эксперимент
1	ж	+	+	+	+		+		
2	ж						+	+	+
3	ж		+					+	
4	ж						+	+	+
5	м					+		+	+
6	м				+			+	
7	м		+	+	+	+			
8	м						+	+	+
9	ж					+		+	+
10	ж						+	+	+
11	ж		+		+			+	
12	ж		+		+			+	
13	ж						+	+	+
14	ж						+	+	+
15	ж	+	+		+	+			
итого		2	6	2	6	4	7	12	8