

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

**ЛАКОМОВА НАТАЛЬЯ НИКОЛАЕВНА**

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

Организация досуговой деятельности женщин пожилого возраста в условиях  
сельского клуба

Направление подготовки 39.03.02 Социальная работа

Направленность (профиль) образовательной программы

«Социальная работа в системе социальных служб»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ  
Заведующий кафедрой, руководитель  
д. пед. наук профессор Фурьева Т.В.

---

Руководитель  
Хацкевич Т.А.

---

Дата защиты

---

Обучающийся  
Лакомова Н.Н.

---

Оценка \_\_\_\_\_

Красноярск 2021

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические аспекты организации досуговой деятельности женщин пожилого возраста в условиях сельского клуба .....	6
1.1. Социальные проблемы женщин пожилого возраста .....	6
1.2. Содержание понятия «досуговая деятельность» в научной литературе .....	15
1.3. Направления и особенности организации клубной работы с пожилыми людьми.....	20
Выводы по главе 1 .....	28
Глава 2. Экспериментальная работа по организации досуговой деятельности женщин пожилого возраста.....	29
2.1. Диагностика социальных проблем .....	29
2.2. Программа досуговой деятельности .....	33
Выводы по главе 2.....	41
Заключение .....	42
Список использованных источников .....	44
Приложения.....	50

## ВВЕДЕНИЕ

Современное российское общество переживает сложный период становления новой системы ценностей, которая должна послужить основой для формирования государственной идеологии, способной служить целям достижения единства государства и общества.

Процесс этот протекает весьма противоречиво. С одной стороны, мы наблюдаем тенденцию к возрождению традиционных ценностей семьи и брака, а, с другой стороны, всё острее проявляется проблема одиночества престарелых людей, оставшихся без поддержки детей и внуков.

Наряду с увеличением численности государственных программ помощи и поддержки социально уязвимых категорий граждан, можно наблюдать выраженный приоритет материальных форм такой поддержки, которые, безусловно, необходимы, однако не могут удовлетворить потребностей в полноценной жизнедеятельности их получателей.

Обилие мероприятий, пропагандирующих ценность уважения к старшим поколениям, парадоксальным образом сочетается с недостаточностью мероприятий, направленных на продуктивную интеграцию пожилых людей в современное общество, на действенное преодоление проблемы их отчуждения от социума.

Проблема социальной эксклюзии пожилых людей особенно актуальна для сельской местности, где социальная инфраструктура, как правило, развита слабо, что само по себе создаёт предпосылки для снижения социальной активности пожилых людей.

Вместе с тем, нельзя не отметить, что за последние годы заметно усилилась поддержка развития учреждений культуры в сельской местности – на селе создаются и функционируют централизованные библиотечные системы и сельские клубы, которые призваны содействовать организации интересного и полезного досуга сельчан, их самореализации в различных видах творчества.

На основании вышеизложенного, можно констатировать наличие

противоречия между очевидной остротой проблемы недостаточной вовлеченности пожилых людей, проживающих в сельской местности, в различные виды социальной активности и неиспользованием ресурсов учреждений культуры для решения этой проблемы. Такое противоречие обуславливает актуальность темы настоящего исследования.

Цель исследования: выявить и реализовать условия организации досуговой деятельности женщин пожилого возраста в сельском клубе.

В качестве объекта исследования выступает процесс организации досуговой деятельности с женщинами пожилого возраста.

Предметом исследования условия организации досуговой деятельности с женщинами пожилого возраста в сельском клубе.

Достижение поставленной цели предполагает решение следующих задач:

- 1) Проанализировать литературу по теме исследования.
- 2) Организовать и провести эмпирическое исследование социальных проблем женщин пожилого возраста.
- 3) Разработать программу досуговой деятельности с женщинами пожилого возраста в условиях сельского клуба.

В качестве гипотезы выступило предположение о том, что организация досуговой деятельности женщин пожилого возраста будет способствовать решению их социальных проблем при следующих условиях:

- будут изучены и описаны социальные проблемы одиноких пожилых женщин;
- будет разработана и реализована программа сельского клуба, направленная на вовлечение пожилых женщин в творческую деятельность в соответствии с их интересами и на расширение их социального окружения.

В процессе работы использовались следующие методы:

- общетеоретические методы исследования (анализ, синтез, обобщение, систематизация);
- эмпирические методы исследования (тестирование, анкетирование).

В перечень диагностических методик вошли:

- опросник САН (Самочувствие. Активность. Настроение);
- тест «Индекс жизненной удовлетворённости» Н.В. Паниной;
- методика «Склонность к одиночеству» (фрагмент ПДО А.Е. Личко в модификации В.Б. Никишиной, Т.Д. Василенко)
- авторская анкета на выявление потребности одиноких пенсионеров в участии в клубной деятельности.

Исследование проводилось на базе Колбинского СДК. В нём приняли участие 10 одиноких пенсионерок, проживающих на территории Колбинского сельсовета.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОРГАНИЗАЦИИ ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЖЕНЩИН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОГО КЛУБА

## 1.1. Социальные проблемы женщин пожилого возраста

В современной России увеличение доли граждан пожилого возраста на протяжении последнего десятилетия является устойчивым и неизменным трендом. Хронологические границы пожилого возраста определяются декларациями МОТ и ООН, согласно которым пожилым человеком признаётся лицо, достигшее 60-летнего возраста. При этом в большинстве зарубежных стран, особенно с высокоразвитой экономикой, возраст выхода на пенсию превышает 60-летний рубеж [31]. Россия в этом плане до недавнего времени была исключением, так как возраст выхода на пенсию для мужчин совпадал с международной точкой начала отсчёта пожилого возраста, а для женщин был меньше на 5 лет. На сегодняшний день, в связи с повышением пенсионного возраста, ситуация поменялась: время приобретения статуса пенсионера для женщин приравнялось к вышеуказанной точке отсчёта, а для мужчин увеличилось на 5 лет.

Начиная с 2002 года, по данным Росстата, численность граждан в возрасте от 60 лет и старше увеличилась более чем на миллион человек. По состоянию на 1 января 2019 года число таких граждан в Российской Федерации составило 31 226 тысяч человек [25].

Помимо абсолютного роста числа пожилых граждан, заметно увеличилась и доля этих граждан в общей численности населения России. За 18 лет доля граждан в возрасте старше 60 лет в общей численности населения Российской Федерации увеличилась на 2,8 % [25]

Таким образом, в Российской Федерации имеет место устойчивая тенденция к росту числа лиц пожилого возраста и доли этой категории граждан в составе населения. По данным среднего варианта прогноза Федеральной службы государственной статистики доля граждан старше трудоспособного возраста

увеличится к 2025 году до 27,4 % и составит 40,2 млн. человек [25].

Как отмечают Е.И. Холостова, И.В. Дашкина и И.В. Малофеев, «старение населения отражает демографический переход к новой модели воспроизводства населения и является частью долгосрочной глобальной демографической тенденции роста продолжительности жизни и снижения рождаемости». [35].

Помимо очевидного доминирования в возрастной структуре населения России лиц старшего возраста, имеет место снижение уровня смертности пожилых и увеличения продолжительности их жизни. Об этом свидетельствуют данные последнего проведенного экспертами Минтруда России мониторинга социально-экономического положения пожилых россиян [8].

Вместе с тем, указанные позитивные тенденции отнюдь не означают улучшения качественных характеристик жизни людей пожилого возраста. Это в равной степени относится и к состоянию их здоровья, и к материальному положению, и к социальному самочувствию. Напротив, всё более значительной становится та часть пожилых граждан, которая нуждается в различных видах социальной помощи и поддержки.

В исследовании Г.И. Черновой и её коллег показано, что продолжительность жизни пожилых людей сопровождается ухудшением состояния здоровья тех, кто по возрасту превысил средние показатели продолжительности жизни. Потребность в социальном обслуживании испытывают порядка 80% граждан пожилого возраста, из них треть нуждается в комплексном медико-социальном обслуживании на постоянной основе [37].

Ухудшение состояния здоровья пожилых людей и возникновение необходимости оказывать им всестороннюю социальную помощь и поддержку не является фактором, препятствующим тому, чтобы считать пожилых граждан ценным для социально-экономического развития страны человеческим ресурсом. Так, в Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года имеется прямое указание на то, что, с точки зрения государственной социальной политики, старшее поколение – источник знаний и опыта, неотъемлемый элемент совокупного интеллектуального потенциала нации,

ценные производители материальных и духовных благ [22].

По мнению С.А. Григорьевой, такое утверждение справедливо по отношению к продолжающим трудовую деятельность гражданам пенсионного возраста. При этом, используя данные Федеральной службы государственной статистики и социологических опросов, она констатирует наличие противоречия между трудовой активностью лиц пожилого возраста и позицией работодателей, которые не рассматривают граждан, достигших пенсионного возраста, в качестве сотрудников своих предприятий, несмотря на наличие у них солидного опыта работы в соответствующей профессиональной области и отличных квалификационных характеристик [6].

Возрастная категория пожилых людей очень неоднородна, так как в ней присутствуют люди с разным уровнем образования, сферой прежней и нынешней (для работающих пенсионеров) профессиональной деятельности, интересами, образом жизни [22].

На основании вариативности этих характеристик, Т.Ю. Тяпкиной описано пять основных вариантов протекания процесса старения [31].

Первый вариант – регрессивный. Для него характерно то, что пожилой человек демонстрирует инфантильные формы поведения, подчёркнуто демонстрирует свою беспомощность (в большинстве случаев – мнимую, а не действительную).

Второй вариант старения назван Т.Ю. Тяпкиной бегством. При таком варианте старения пожилой человек старается избегать всех тех сложностей, которые возникают в его жизни в связи с переходом к этому этапу онтогенеза. Самый распространённый вариант – смена места жительства.

Третий вариант старения – добровольная социальная эксклюзия: пожилой человек сам отказывается от общения с окружающими, из дома выходит редко и только по необходимости, проявляет пассивность в любых формах общественной жизни.

Четвёртый вариант – демонстративный. При таком варианте старения пожилой человек всеми способами пытается вызвать у окружающих интерес к



себе. Формы поведения при этом могут быть самыми разными – и конструктивными, и деструктивными.

Пятый вариант старения – добровольная социальная инклюзия. В этом случае пожилой человек самостоятельно включается в разные формы общественной жизни, невзирая на возраст и состояние здоровья.

Принадлежность пожилого человека к определённому типу старения нередко оказывается не связанной с возрастом, ведущим фактором такой принадлежности становится осознание пожилым человеком самого факта наступления возрастного этапа, именуемого старостью, хотя свойственные этому возрасту морфофункциональные признаки у них проявляются незначительно. Существует и другая категория пожилых людей – те, кто проявляет максимально возможную степень физической и социальной активности, борясь, тем самым, с процессами старения организма и психики.

А.Н. Ведякин, подробно исследовавший явление бездомности людей пожилого возраста, со ссылками на научные исследования других авторов, предлагает выделять три вида старости: счастливую, несчастную и психопатологическую [3]. В первом случае процесс старения протекает благополучно, сопровождаясь изменением мировосприятия в позитивном направлении. Пожилой человек эмоционально стабилен, склонен высоко оценивать собственный жизненный опыт, обладает мудростью, пребывает в умиротворённом состоянии духа и тела. К числу основных характеристик несчастной старости относятся: повышенная личностная тревожность с постоянными переживаниями по поводу состояния своего здоровья и благополучия близких людей, консервативность взглядов, мнительность и обидчивость, подозрительность и скупость. Проявление таких негативных черт характера не возникает само по себе, их проявление свидетельствует о том, что эти черты характера и прежде были присущи человеку, а в пожилом возрасте произошло их заострение (акцентуация). Психопатологический вариант старения всегда сопряжён с органическими нарушениями психики, образующими различные возрастные симптомокомплексы и требующими медицинского

вмешательства. Личностные и поведенческие деформации в данном случае являются следствием психического расстройства, и не все из них поддаются коррекции [3].

Отмеченные выше тенденции к увеличению доли граждан пожилого возраста в структуре населения России и продолжительности их жизни, по мнению Е.Н. Васильевой и О.А. Мосиной, требуют пересмотра существующих представлений об оптимальных формах и методах взаимодействия общества с рассматриваемой возрастной категорией [2]. Исследователями отмечается, что людям пожилого возраста свойственны две разновидности социальной активности:

- семейно-бытовая, которая чаще всего выражается в уходе за внуками, работах на дачном участке;

- досугово-рекреативная, которая представляет собой минимальный набор практик проведения досуга, типа прогулок на свежем воздухе, посещения театров и т.д.[2]

В современных условиях эти виды деятельности являются традиционными, но недостаточными. В качестве обоснования этого тезиса Е.Н. Васильевой и О.А. Мосиной приводятся данные социологических опросов, проведённых ими на выборках пожилых жителей Оренбургской области, которые продемонстрировали наличие потребности в самореализации не только в двух основных видах социальной активности, но и в других, а именно: в трудовой и общественно полезной деятельности. На основании полученных данных авторы исследования приходят к выводу о том, что одной из самых актуальных проблем лиц пожилого возраста является отсутствие возможностей для их самореализации за пределами тех видов социальной активности, которые предписаны им в силу сложившихся традиций [2].

По мнению А.А. Еремина, смена социального статуса с «трудоспособного населения» на «пенсионер» имеет особое значение ввиду того, что переход из одной категории в другую сопровождается широким спектром социально-психологических сложностей и проблем, а именно: приспособление к новым

социально-экономическим затрудняется, сужается круг общения, появляются сложности с восприятием современных ценностно-смысловых установок, уровень доходов уменьшается [10].

О.В. Хухлаева, описывая старение как закономерный процесс, указывает на его сложность в биологическом и социально-психологическом аспектах: физиологическое старение организма проявляется в снижении функций всех органов и их систем, обострении хронических заболеваний, ограничении подвижности, вследствие чего уменьшается двигательная активность пожилых людей, увеличивается риск утраты способности к самообслуживанию, повседневная деятельность ограничивается минимальным перечнем бытовых действий [36]. При этом особо отмечается, что негативные социально-психологические последствия биологического старения, хотя и являются закономерностью, степень их актуальности для каждого отдельно взятого человека будет различной, и зависит она, прежде всего, от собственной позиции человека относительно заботы о своём здоровье.

По мнению Т.З. Козловой, ключевые социально-психологические факторы старения таковы: завершение трудовой деятельности и, соответственно, самореализации в профессии, ослабление (а в ряде случаев – разрыв) межличностных отношений с родственниками, бывшими коллегами, друзьями, коммуникативная депривация, утрата прежних социальных ролей [13].

Выделяя такой же перечень социально-психологических факторов старения, И.А. Шмерлина дополнительно указывает на то, что наиболее ярко их воздействие проявляется в жизнедеятельности пожилых людей, проживающих в условиях сельской местности с её специфическим, в сравнении с городским, образом жизни, численностью населения, устройством социальной инфраструктуры [41].

В работах И.Е. Холостовой отмечается, что закономерным следствием прекращения трудовой деятельности и слабой включённости в общественную жизнь является утрата пожилым человеком ощущения собственной значимости. Вслед за появлением ощущения собственной незначимости, невостребованности

стремительно падает жизненный тонус. Наиболее остро это состояние переживают одинокие пожилые люди. При этом не имеет особого значения, какое это одиночество – физическое или психологическое. Утрата прежних социальных связей во многих случаях становится источником страха беспомощности в случае болезни или материальных сложностей, а смерть ровесников и родных актуализирует переживание страха смерти [34].

Проблематика жизнедеятельности пожилых людей не ограничивается теми трудностями, которые проистекают из биологических факторов старения организма. Значительную роль в возникновении социальных проблем в пожилом возрасте играют условия рыночной экономики, диктующие свои правила взаимодействия человека с обществом. Эти проблемы принято обозначать понятием социальной незащищённости. В социологии и социальной педагогике одиноких пожилых людей относят к «группе риска». Один из основных рисков одиноких пожилых людей – риск утраты жилья, которое они нередко продают в попытках улучшить своё материальное положение и/или уменьшить объёмы бытовой нагрузки и обязательных коммунальных платежей. Не владея соответствующими правовыми знаниями и обладая повышенной внушаемостью, такие люди становятся жертвами недобросовестных покупателей и продавцов, что, в конечном итоге, приводит к бездомности. Ещё одна ситуация, при которой пожилой человек может попасть в разряд лиц без определённого места жительства – семейные конфликты на почве того, что пожилой родственник становится в тягость, и от его присутствия стараются избавиться [2].

В контексте темы настоящего исследования отдельное внимание следует уделить социально-психологическим проблемам пожилых женщин.

Анализируя проблемы людей пожилого возраста, О.В. Фетисова акцентирует внимание на различиях в продолжительности жизни мужчин и женщин. В среднем, женщины живут на 7-10 лет дольше мужчин, а это, по мнению исследователя, означает, что все свойственные пожилому возрасту ограничения и трудности гораздо более актуальны именно для женщин, которым дольше приходится справляться с ними [32].

На специализированном Интернет-портале «Старшее поколение» размещён целый ряд публикаций специалистов, осуществляющих медико-социально-психологическое сопровождение лиц пожилого возраста [23]. Анализ размещённых материалов позволяет выделить ряд особенностей, присущих протеканию процесса старения у женщин.

Прежде всего, это гораздо более сильное, в сравнении с мужчинами, переживание пожилыми женщинами ощущение своей ненужности и одиночества. Основная причина высокой интенсивности таких переживаний – в фактической утрате материнского функционала [23]. Женщины более болезненно переживают взросление детей и их уход из родительского дома. Создавая собственные семьи, дети, так или иначе, в большей или меньшей степени, ограничивают общение с родителями. У женщины больше нет необходимости заниматься воспитанием детей и организацией их быта, а именно эти виды деятельности прежде составляли достаточно объёмную часть их жизнедеятельности.

Эта проблема менее значима для тех пожилых женщин, которые живут неподалёку от детей и активно участвуют в воспитании внуков. Для тех женщин, дети которых живут далеко, возможности самореализации в роли бабушки сильно ограничены, а редкость встреч с детьми и внуками усиливает субъективное ощущение одиночества и невостребованности.

Пожилые мужчины гораздо меньше подвержены подобным переживаниям в силу специфичности их социальных ролей мужа и отца: мужчина в большей мере ответственен за материальную сторону жизни семьи, он меньше участвует в воспитании детей.

В качестве ещё одной причины, вызывающей усиление негативных переживаний женщин пожилого возраста, снижения их жизненного тонуса, специалисты называют смерть супруга [23]. Становясь вдовой, женщина также утрачивает значительный объём своего прежнего ролевого функционала жены, которая заботится о муже в бытовом и духовном аспектах, что усиливает чувство одиночества, переживание утраты прежних смыслов.

В материальном плане женщины пожилого возраста оказываются более

приспособленными к тому уровню доходов, который им доступен после выхода на пенсию [23]. Несмотря на то, что работодатели, как правило, предпочитают принимать на работу людей трудоспособного возраста, существует целый ряд вакансий, доступных для женщин пожилого возраста: продавцы периодической печати, вахтёры, билетёры и контролёры в учреждениях культуры и т.д. Женщины пожилого возраста проявляют больше активности в поиске вариантов подработки и более рационально, нежели пожилые мужчины, распределяют свои расходы, что является следствием сформировавшейся у них привычки управлять семейным бюджетом, заботиться о том, чтобы все основные расходы были учтены.

Помимо прочего, женщины пожилого возраста нередко практикуют продажи урожая овощей, ягод, фруктов, выращиваемых ими на дачах и огородах. Таковую практику, разумеется, нельзя признать нормой, с точки зрения уровня материальной обеспеченности пожилых людей, так как она свидетельствует о наличии проблем с нормальным уровнем доходов. Тем не менее, такая деятельность пожилых женщин является одной из особенностей переживания ими возрастных проблем и сложностей.

В публикациях по рассматриваемому вопросу отмечается, что меры социально-психологической помощи пожилым людям должны носить, прежде всего, предупредительный характер и быть направлены, в первую очередь, на группу риска, т.е. на одиноких пожилых женщин [34].

Таким образом, люди пожилого возраста – это неоднородная социально-демографическая группа. Она может характеризоваться достаточно широким многообразием и внутренними различиями. Старение – естественный процесс, сопровождающийся изменениями в физическом состоянии организма, его физиологическом функционировании, трансформацией личностной сферы. Многие эти изменения влекут за собой сложности адаптации пожилых людей к реальному миру. Существенное значение для полноценной жизни пожилого человека имеет качество его социальных контактов и досуга.

## 1.2. Содержание понятия «досуговая деятельность» в научной литературе

Содержание понятия «досуговая деятельность» базируется на понятии «досуг», которое, как многие другие категории, которыми оперируют гуманитарные науки, не имеет однозначного толкования [28].

На сегодняшний день в гуманитарных науках сложилось 4 теоретических подхода к определению содержания понятия «досуг» [33]. Согласно первому подходу, понятие «досуг» призвано отражать особое интеллектуальное и душевное состояние, возникающее в процессе созерцания и сопряжённое с пользой для интеллектуального и личностного развития человека.

Второй подход позиционирует досуг как специфический вид деятельности, не связанный с выполняемой человеком работой и предназначенный для самореализации личности.

Третий подход отождествляет со свободным временем или временем выбора. Использование свободного времени может быть каким угодно, важно лишь то, что это время, свободное от исполнения человеком любых его статусно-ролевых обязанностей (профессиональных, семейных и т.д.). При этом следует отметить, что решение о том, как провести свободное время, не исключает возможности занятия такими видами деятельности, которые подразумеваются его социальными ролями (например, родитель выбирает прогулку с детьми в парке в своё свободное время). Принципиально важное значение здесь имеет именно свобода выбора, когда человек сам делает выбор в пользу именно такой деятельности, без связи с теми обязанностями, которые сопутствуют его социальной роли в данный конкретный момент (т.е. родитель, выбрав прогулку с детьми в своё свободное время, делает такой выбор не потому, что он должен гулять с детьми, а потому что он хочет именно так провести своё свободное время).

Последний, четвёртый, подход раскрывает понятие досуга как интегральную категорию, в которой объединяются и созерцание, и деятельность, и свободное время. При таком подходе досуг представляет собой нечто среднее

между «работой» и «не работой», которое может быть описано в терминологии человеческого поведения и пространственно-временных характеристик.

Чаще всего понятием досуга определяют особый формат проведения свободного времени, объединяющий в себе отдых и труд, притом это может быть учебная деятельность или безвозмездный, добровольный общественно полезный труд (волонтерская деятельность) [4].

Д.Ю. Гришмановский и В.К. Пашнина предлагают рассуждать о содержании понятия «досуг» с позиции разделения его на реальный и мнимый [7]. Под реальным досугом ими понимается лично и общественно полезное времяпрепровождение, результатом которого является усовершенствование внутренней картины личностного развития человека и окружающей его обстановки. Это усовершенствование не обязательно должно быть ярко выраженным во внешнем плане, важен сам факт того, что сам человек и мир вокруг меняются от его деятельности в свободное время в лучшую сторону. Более того, реальный досуг не тождественен отказу от развлечений. Речь в данном случае идёт о том, что развлечения должны обладать свойством продуктивности. Мнимый досуг всегда нацелен исключительно на удовлетворение сугубо личных потребностей, преимущественно, гедонистического характера. Такому досугу всегда, в той или иной степени, присуще свойство асоциальности. Сформировавшаяся привычка к мнимому досугу может перерасти в асоциальный образ жизни [7].

Руководствуясь принципом деления досуга на реальный и мнимый, следует признать, что, с теоретико-методологической точки зрения, замена понятия «досуг» понятием «свободное время» выглядит некорректно. У всех людей есть свободное время, но не все проводят это свободное время так, чтобы результат был общественно полезным, а именно общественная полезность, как говорилось выше, является основным критерием реальности досуга.

В контексте темы настоящего исследования речь будет идти о досуге в деятельностном аспекте, то есть о досуговой деятельности.

На сегодняшний день общепризнанным является тот факт, что досуговая



деятельность выполняет социализирующую функцию в силу того, что она является благоприятной почвой для испытания личностью фундаментальных человеческих потребностей. В процессе досуговой деятельности человеку гораздо проще формировать уважительное отношение к себе, даже личные недостатки можно преодолеть посредством досуговой активности [12].

Досуговая деятельность в существенной степени влияет на формирование характера, в частности, таких качеств, как инициативность, уверенность в себе, сдержанность, мужественность, выносливость, настойчивость, искренность, честность и т.д. [35]. При известных обстоятельствах досуговая деятельность может стать важным фактором физического развития человека [14]. Любимые занятия в часы досуга поддерживают эмоциональное здоровье. Досуговая деятельность способствует выходу из стрессов и мелких беспокойств [24]. Особая ценность досуговой деятельности заключается в том, что он может помочь человеку реализовать то лучшее, что в нём есть [4].

Более того, досуг ярко подвержен состоянию политики, экономики, идеологии, образования и культуры [4]. В этой связи к досуговой деятельности людей разного возраста сегодня следует относиться с повышенным вниманием, так как в условиях относительно низкой культуры его использования он не только не приносит ожидаемого восстановления утраченных сил, расцвета творческих способностей и общего социализирующего эффекта, а напротив, может обернуться сферой личностной и социальной деградации.

Обобщив и систематизировав имеющиеся сведения о социализирующем потенциале досуговой, мы можем выделить основные её характеристики:

- досуговая деятельность имеет ярко выраженные физиологический, психологический и социальный аспекты;
- досуговая деятельность основана на добровольности при выборе рода занятий и степени активности;
- досуговая деятельность предполагает свободную творческую деятельность;
- досуговая деятельность формирует и развивает личность;

- досуговая деятельность способствует самовыражению, самоутверждению и саморазвитию личности через свободно выбранные действия;
- досуговая деятельность упорядочивает проявление двух разнонаправленных потребностей человека – потребности в свободе (независимости) и потребности в социальных контактах, общении;
- досуговая деятельность способствует раскрытию природных талантов и приобретению полезных для жизни умений и навыков;
- досуговая деятельность стимулирует творческую инициативу;
- досуговая деятельность способствует формированию социально одобряемых ценностных ориентаций;
- досуговая деятельность выступает для человека в качестве своеобразной «зоны комфорта», так как вмешательство других людей в досуговую деятельность, как правило, ограничено.
- досуговая деятельность способствует формированию объективной самооценки и позитивной «Я-концепции».
- досуговая деятельность обеспечивает весёлое настроение и удовольствие от времяпрепровождения.

Таким образом, сущностью досуговой деятельности является творческое поведение (взаимодействие с окружающей средой) людей в свободной для выбора рода занятий и степени активности пространственно-временной среде, детерминированное внутренне (потребностями, мотивами, установками, выбором форм и способов поведения) и внешне (факторами, порождающими поведение) [18].

Особого внимания заслуживает тот факт, что досуговая деятельность – это зона активного общения, удовлетворяющая потребности человека в контактах с теми, кто ему близок по духу, интересам, образу жизни [14].

Досуговое время оказывает огромное влияние на познавательную деятельность человека, ведь в досуге, так или иначе, в большей или меньшей степени, происходит узнавание нового в самых разнообразных областях знания.

Наиболее продуктивными, по мнению многих исследователей, являются такие формы досуговой деятельности, как самодеятельное объединение по интересам, совместное участие в организации и проведении массовых праздников, коллективная общественно полезная деятельность [1]. В таких формах проведения досуга создаётся благоприятная атмосфера для осознания себя, своих качеств, достоинств и недостатков в сравнении с другими людьми, для оценки себя с позиции социально принятых критериев и эталонов, для формирования социально одобряемых общностей.

В процессе коллективного досугового времяпрепровождения, содержанием которого является общественно полезная деятельность, происходит упрочение чувства товарищества, стимулирование трудовой активности, выработка жизненной позиции, научение нормам поведения в обществе.

Самой распространённой формой организации коллективной досуговой деятельности является клубная деятельность. Клуб – это «общественная организация, добровольно объединяющая группы людей в целях общения, связанного с различными интересами, а также для совместного отдыха и развлечений» [22].

Клубная деятельность, по мнению В.В. Полукарова, представляет собой «специфическую коллективную форму самодеятельной реализации индивидуально-творческой активности индивидов, имеющую социально и личностно значимый характер, организации которой присущи наличие цели, предметность, коммуникативная процессуальность, отношения ответственной зависимости, продуктивность и результативность» [24].

Исходя из приведённых трактовок понятия «клуб», мы делаем закономерный вывод о том, что участие в клубной деятельности – дело сугубо добровольное, а потому в процессе организации клубной работы с населением, в первую очередь, учесть, что для привлечения жителей к участию в клубной деятельности учреждений, занимающихся организацией культурно-досуговой деятельности, нужно будет создать мощную мотивирующую основу.

Кроме того, клубная деятельность базируется на интересе, следовательно,

клубная работа должна быть организована таким образом, чтобы интерес участников постоянно поддерживался.

Социальный эффект от клубной работы с населением может быть достигнут лишь в том случае, когда содержание деятельности соотносится не только с интересами самих потенциальных и реальных участников клубных объединений, но и с актуальными проблемами и потребностями общества.

Таким образом, мы выяснили, что досуговая деятельность является мощным средством разностороннего развития личности, а её грамотная организация способствует формированию социально одобряемых когнитивных установок, аффективных реакций и поведенческих стереотипов. Это, в свою очередь, является ключевым условием социально-психологического благополучия человека. Самой распространённой организованной формой коллективной досуговой деятельности является клубная деятельность.

### **1.3. Направления и особенности организации клубной работы с пожилыми людьми**

Проведённый В.М. Школьниковым и его коллегами статистический анализ продолжительности жизни представителей разных поколений показал, что для людей «третьего возраста» необходимо проводить ряд мероприятий по профилактике негативных аспектов старения [40]:

- создавать условия для активизации межличностного взаимодействия с окружающими из разных поколений, в котором у них будет возможность реализовать себя в каком-либо социально значимом и лично ценном качестве (воспитатель внуков, специалист в ведении домашнего хозяйства, садовод и т. д.);
- включение пожилых людей в общественно полезную деятельность, соразмерную его силам и возможностям;
- создание для пожилых людей клубов здоровья и общения по интересам.

Фактически речь идёт об организации продуктивной досуговой деятельности пожилых людей.

В предыдущем параграфе был подробно рассмотрен вопрос о том, какие задачи способна решать грамотно организованная досуговая деятельность, и отмечалось, что коллективный досуг чаще всего представлен в форме клубной деятельности. На сегодняшний день организация клубной деятельности осуществляется специалистами социокультурной и образовательной сфер. Возможности организации досуговой деятельности населения в клубной форме во многом зависят от типа муниципального образования и потребностей населения.

Почти в каждом клубном учреждении для пожилых людей используют целый комплекс культурных мероприятий, включая и досуг.

Спецификой организации досуга и творческой деятельности в клубных формированиях и любительских объединениях является дифференцированный подход с учетом субъективных, психологических и социальных особенностей каждого человека [21].

Сохранение и поддержка давних интересов и хобби – одна из частей политики клубных учреждений, потому что многие из бывших увлечений человека могут иметь продолжение, невзирая на состояние здоровья. Одной из особенностей культурной активности людей преклонных лет является баланс группового и индивидуального участия [27].

Включение пожилых людей в клубную культурно-досуговую деятельность осуществляется по нескольким направлениям.

Первое направление – включение пожилых людей в творческую деятельность. Люди этого возраста с удовольствием участвуют в кружках и коллективах художественного творчества: в певческих и музыкальных, в театрах и студиях, в клубах гармонистов и частушечников. Они занимаются живописью, флористикой, декоративно-прикладным творчеством, учатся шить, вязать, изготавливать мягкую игрушку. Причем, очень часто пожилые люди выступают не только в роли обучаемых, но и обучающих [29].

Второе направление работы клубных учреждений с пожилыми людьми – создание условий для коммуникативной деятельности. Если говорить о формах реализации этого вида, то здесь, несомненно, первое место принадлежит

любительским объединениям [27].

Третье направление работы клуба с этой аудиторией – организация мероприятий просветительской направленности. Здесь уместны такие формы, как лекции, беседы, встречи с деятелями культуры и искусства, специалистами в разных отраслях знаний, журналистами, представителями власти, музыкально-поэтические и литературные программы, экскурсии, тематические вечера и т.п. [29].

И, наконец, в работе с людьми «третьего» возраста необходимо использовать широкий спектр форм работы рекреационной направленности: вечера отдыха, посиделки, концерты, спектакли, конкурсные и игровые программы, танцевальные вечера, праздники (от камерных до массовых), литературно-музыкальные гостиные [30].

При организации работы клубных учреждений с пожилыми людьми необходимо учитывать ряд факторов. Это, прежде всего, особенности данной аудитории, ее проблемы, интересы, запросы. Затем – наличие особых дней в году, о которых нельзя забывать при планировании работы. К ним относятся День защитников Отечества, День Победы, День пожилых людей, День инвалидов, так как среди пожилого населения достаточно много людей с ограниченными возможностями; общественно-политические праздники, которые чтятся старшим поколением. При этом нельзя замыкать общение людей пожилого возраста только в среде себе подобных. Необходимо создавать условия для контактов людей всех поколений, ибо это служит еще одним звеном объединения общества [129].

Все технологии клубной деятельности с пожилыми людьми подразделяются на две большие группы: реабилитационные технологии и анимационные.

К числу реабилитационных технологий относятся следующие: библиотерапия, изотерапия, музыкотерапия, игровая терапия, глиготерапия, паркотерапия, физкультурно-спортивная деятельность.

Библиотерапия и ее реабилитационная направленность осуществляется через художественное чтение, дискуссии, литературные вечера, встречи с персонажами произведений и их авторами, тренинг-конкурс на скорочтение,

литературные и поэтические клубы [12]. Художественно литературные вечера могут снять напряжение, обеспечивают получение удовольствия от жизни. Мир художественной литературы позволяет постигнуть сложную многогранную жизнь человека и на художественных примерах найти то позитивное, что делает его жизнь интересной и радостной.

Изотерапия, или терапия художественным творчеством – универсальный междисциплинарный метод, используемый в целях комплексной реабилитации и направленный на устранение или уменьшение нервно-психических расстройств, восстановление и развитие нарушенных функций, компенсаторных навыков [27].

Музыкотерапия. Ввиду того, что двигательная активность под музыку усиливает обмен веществ в организме, повышает общий тонус, улучшает деятельность сердечно-сосудистой системы, регулирует нервную деятельность, развивает физические способности, музыкальное воспитание с полной уверенностью можно рассматривать как один из важных факторов социальной адаптации пожилых людей [30].

В процессе прослушивания музыкального произведения уходит напряжение, снимаются многие негативные чувства. Музыка часто соответствует уже имеющемуся настроению или способна менять его в позитивную сторону [30].

Целесообразность использования игры в работе с людьми «третьего возраста» обусловлена тем, что этот вид деятельности и общения является наиболее приемлемым для любого возраста, где человек может свободно выражать себя, освободиться от напряжения и разочарования повседневной жизнью, опробовать себя в конкретной социальной роли, установить общение, овладеть социальными навыками [29].

Игровая технология может выполнять функции социализации, развития, воспитания, адаптации, релаксации, рекреации и др. К видам направленной игровой терапии относятся: познавательные и развивающие игры, настольные и компьютерные игры, конкурсы, турниры, соревнования, подвижные игры [29].

Глинотерапия – эффективный способ реабилитации, имеющий в своей

основе работы с пластическими материалами (глина, пластилин, тесто и т.п.) Показателями реабилитационной эффективности глинотерапии служат развитие интеллекта, мелкой моторики, овладение навыками профессионального мастерства [30].

Паркотерапия – одна из инновационных здоровьесберегающих технологий социально-культурной деятельности. В современных условиях на парки культуры ложится не только культурно-досуговая нагрузка, но и весомая рекреативно-оздоровительная нагрузка [29].

Основываясь на исследованиях современных ученых, выделяют следующие направления этой технологии [29]:

1. Ландшафтотерапия – положительное влияние на психоэмоциональное состояние человека происходит благодаря комплексному воздействию через все органы чувств человека природной красоты.

2. Акватерапия, фонтанотерапия – перенос театрализованных программ на водные просторы добавляет зрелищности. Во всех культурах вода почиталась как источник и символ жизни, как носитель информации. Издревле было известно успокаивающее и релаксирующее воздействие неторопливого течения проточной воды.

3. Садовая терапия – один из старейших видов активной терапии, которая практикует физическое и психологическое исцеление человека через общение с растениями. Садовая терапия основывается на взаимодействии человека с природой, специалисты рассматривают этот процесс не только как положительную физическую нагрузку, но и как возможность постоянного сопереживания, соучастия. Практика показывает, что люди «третьего возраста» с удовольствием выращивают растения и ухаживают за ними.

Спорт, активный отдых и туризм являются важными факторами в процессе реабилитации и адаптации людей «третьего возраста». Движения, упражнения и спорт поддерживают и восстанавливают физическое и душевное состояние человека. Кроме того, у людей «третьего возраста» уменьшаются осложнения, вызванные недостатком физической активности [15].



Туризм оказывает большое влияние на оздоровление пожилых людей, так как является фактором, противодействующим гипокинезии (малоподвижному образу жизни), которая отрицательно влияет на здоровье и психику. Спорт и туризм создают возможность устанавливать независимые и разнообразные контакты, которые помогают получить уверенную и эффективную жизненную поддержку, так необходимую пожилому человеку [15].

Анимационные технологии. Социально-культурная анимация способствует удовлетворению потребностей людей в общении, культуре, творчестве, движении, приятном времяпрепровождении, развлечении. По степени проявления активности участников анимационных социальнокультурных программ существуют следующие разновидности.

Зрелищные социально-культурные мероприятия. Они не предполагают высокой степени проявления внешней активности зрителей. В социально-культурной работе наиболее широкое распространение получили зрелищные программы с использованием различных видов искусства, создаваемые силами участников любительских коллективов художественного творчества [27].

Культурно-просветительные анимационные программы характеризуются информационной направленностью. Наряду с информацией по вопросам культуры, литературы, искусства широкое распространение получили лекции и беседы с врачами, геронтологами, диетологами, юристами, кулинарами, агрономами, социальными работниками. Специфика подобных мероприятий состоит в том, что слушатели могут непосредственно обращаться с вопросами к специалистам и обсуждать интересующие их проблемы [29].

Обучающие программы направлены на то, чтобы дать знания и некоторые навыки по отдельным видам деятельности, имеющим жизненно важное значение, или досуговым увлечениям. Для пожилых людей могут иметь значение навыки оказания первой доврачебной помощи, лечебной физкультуры, самомассажа, лечебного питания, кулинарии, рукоделия [27].

Праздничные мероприятия для пожилых людей включают в себя всё многообразие календарных праздников в течение года. Праздничные мероприятия

готовятся работниками учреждений и общественными организациями с активным привлечением всех заинтересованных граждан [27].

Подвижно-рекреационные программы проводятся в виде прогулок на свежем воздухе в скверах, парках, на рекреационных территориях. Прогулки могут сопровождаться небольшой экскурсионной программой, свободным общением и действиями развлекательного характера. Такие мероприятия проводятся в виде игровых конкурсов, состязаний, коллективных танцев. Подобные мероприятия следует планировать и проводить с учетом особенностей контингента с тем, чтобы не допускать перегрузок организма пожилых людей [29].

Физкультурно-оздоровительные программы должны проводиться по рекомендации и под контролем специалиста-медика в области лечебной физкультуры, с учётом индивидуальных особенностей и состояния здоровья [18].

Спортивно-оздоровительные программы проводятся для людей, не имеющих противопоказаний для занятий любительским спортом. Для организации этой работы необходимы соответствующие условия: спортивные сооружения, доступные для пожилых людей; специалисты, готовые работать с пожилыми; отсутствие социально-бытовой дискриминации в отношении спортсменов преклонного возраста [15].

При составлении и реализации социально-культурных программ для лиц пожилого возраста следует учитывать не только проблемы, но и особенности данной категории. Поэтому в содержании проекта, адресованного данной аудитории, необходимо предусмотреть возможность максимального использования творческого потенциала и способностей человека пожилого возраста [29].

Однако следует учитывать, что в способах и интенсивности проведения досуга лица пожилого возраста условно делятся на две противоположные группы: существует группа с высокой потребностью в общественной работе и социально-ориентированных формах проведения досуга – для них эта деятельность выполняет компенсаторные функции, позволяя человеку в период смены

социальных ролей поддерживать чувство собственной значимости; для большей же части пожилых людей характерны пассивные формы проведения досуга (чтение, телевизор) [29].

Таким образом, существует широкое разнообразие направлений и технологий организации клубной деятельности с пожилыми людьми. Выбор конкретных направлений и форм организации клубной досуговой деятельности осуществляется с учётом актуальных потребностей и интересов контингента. Проектирование содержания клубной деятельности пожилых людей может быть вариативным – включать и активные формы досуговой деятельности, и пассивные, однако, с учётом специфики возраста, наиболее предпочтительными являются активные виды деятельности, предполагающие непосредственное участие самих пожилых людей и в организации, и в реализации мероприятий.

## Выводы по главе 1

Старение – естественный процесс, сопровождающийся изменениями в физическом состоянии организма, его физиологическом функционировании, трансформацией личностной сферы. Многие эти изменения влекут за собой сложности адаптации пожилых людей к реальному миру. Люди пожилого возраста – имеющая единые хронологические границы, но не однородная по своему составу социально-демографическая группа, внутри которой можно выделить различные подгруппы, в зависимости от образа жизни, степени активности, типа занятости, особенностей проведения досуга и т.д. Существенное значение для полноценной жизни пожилого человека имеет качество его социальных контактов и досуговой деятельности.

Досуговая деятельность является мощным средством разностороннего развития личности, а её грамотная организация способствует формированию социально одобряемых когнитивных установок, аффективных реакций и поведенческих стереотипов. Это, в свою очередь, является ключевым условием социально-психологического благополучия человека. Самой распространённой организованной формой коллективной досуговой деятельности является клубная деятельность.

На сегодняшний день досуговая деятельность пожилых людей в клубах организуется по самым разнообразным направлениям: творчество, физкультура и спорт, туризм, образование и др. При этом применяется широкий спектр реабилитационных и анимационных технологий. Их выбор зависит от целей деятельности и потребностей контингента.

## ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЖЕНЩИН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

### 2.1. Диагностика социальных проблем

Анализ литературных источников по теме исследования показал, что ключевыми проблемами в пожилом возрасте становятся уменьшение психофизиологических ресурсов организма, в основе которого лежат закономерные процессы старения, а следствием становятся снижение настроения и активности, ограниченность пространства и содержания социального взаимодействия, которая приводит к сложностям в самореализации, одиночество (чаще всего вынужденное). В этой связи для разработки актуальной программы досуговой деятельности в условиях сельского клуба необходимо, прежде всего, определить, насколько актуальными являются эти проблемы для женщин пенсионного возраста, проживающих в сельской местности.

Исследование проводилось на базе Колбинского СДК. В нём приняли участие 10 одиноких пенсионерок, проживающих на территории Колбинского сельсовета.

Для проведения исследования был подобран следующий диагностический инструментарий:

- опросник САН (Самочувствие. Активность. Настроение)
- тест «Индекс жизненной удовлетворённости» Н.В. Паниной
- методика «Склонность к одиночеству» (фрагмент ПДО А.Е. Личко в модификации В.Б. Никишиной, Т.Д. Василенко)
- авторская анкета на выявление потребности одиноких пенсионеров в участии в клубной деятельности.

Рассмотрим результаты исследования.

На рисунке 1 представлены результаты диагностики самочувствия, активности и настроения пожилых женщин.

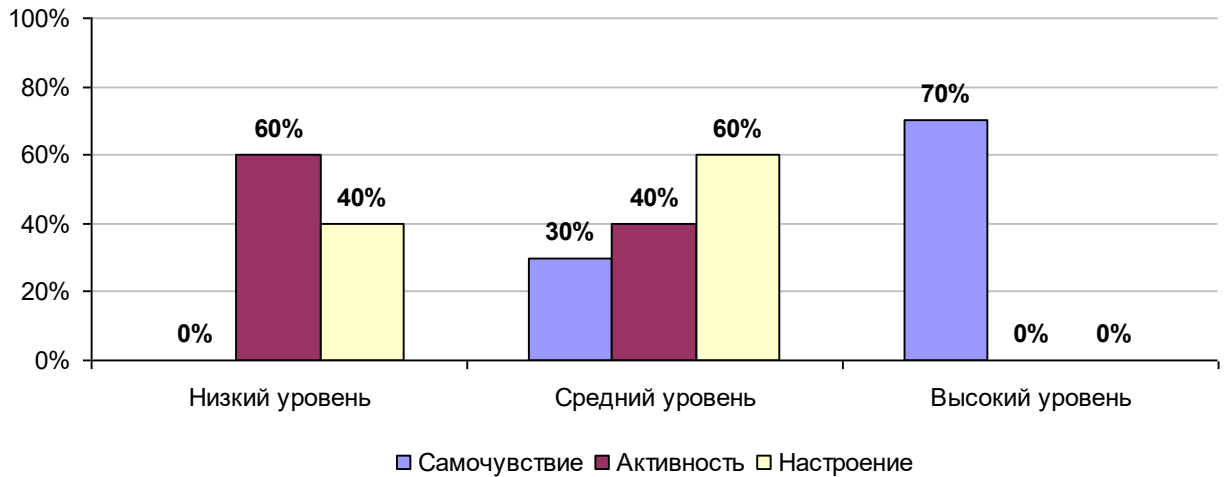


Рисунок 1 – Результаты исследования по методике САН

Участницы исследования продемонстрировали, преимущественно, низкие показатели по шкалам активности и настроения, при этом показатели по шкале самочувствия, напротив, в большинстве случаев высокие. Это свидетельствует о том, что сниженное настроение и малая активность не являются следствием плохого самочувствия.

Следовательно, потенциальные ресурсы соматического здоровья для активной жизнедеятельности у одиноких пенсионерок имеются, но они не используются. Примечателен тот факт, что сами женщины признают необходимость в повышении своей двигательной активности и проявляют интерес к занятиям физкультурой и спортом по программе, которая будет им по силам.

На рисунке 2 показано распределение участниц исследования по уровням удовлетворённости жизнью.

При исследовании жизненной удовлетворённости обнаружилось, что у одиноких пенсионерок сохранился интерес к жизни, но при этом показатели последовательности в достижении цели, согласованности между поставленными и достигнутыми целями, положительной оценки себя и своих поступков, общего фона настроения не выходят за пределы средних значений.

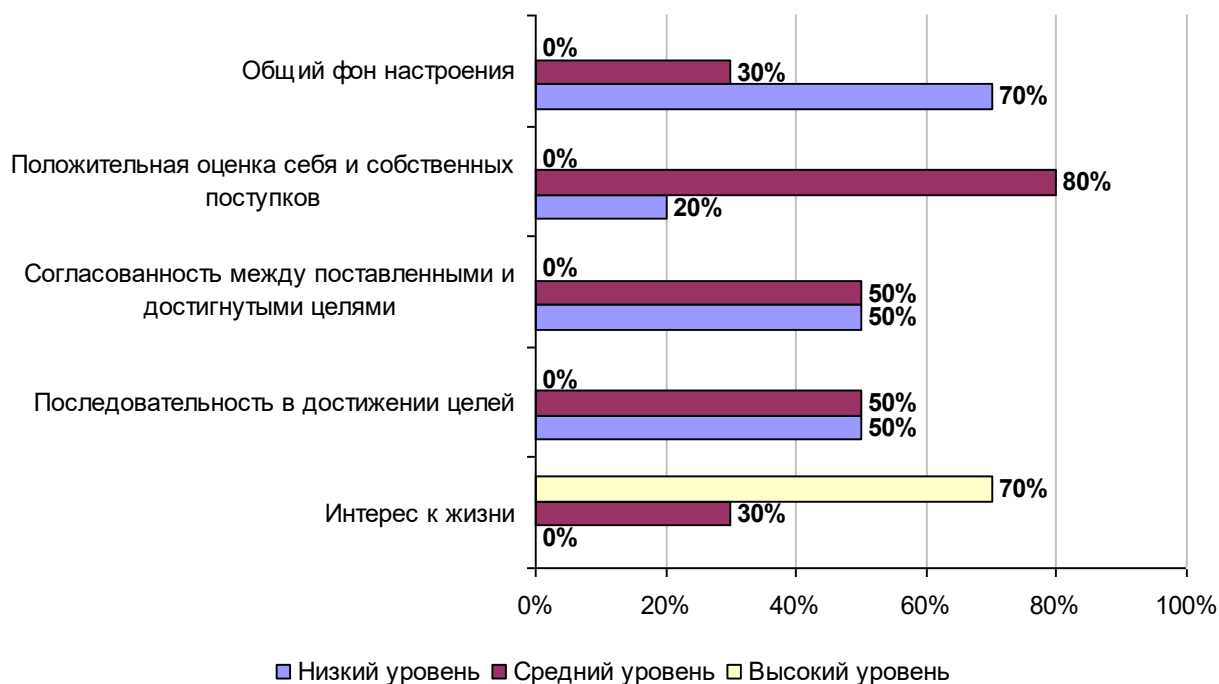


Рисунок 2 – Результаты исследования по методике «Индекс жизненной удовлетворённости»

Это можно расценивать как признак недостаточной мотивации к осуществлению действий, направленных на обогащение собственной жизнедеятельности положительными событиями, на отсутствие видения одинокими пенсионерками возможностей реализовать имеющийся у них интерес к жизни в деятельностном аспекте.

Особый интерес вызывают данные исследования склонности к одиночеству, которые представлены на рисунке 3.

В выборке испытуемых полностью отсутствуют женщины с высокими показателями стремления к одиночеству. Более того, подавляющим большинством одиноких пенсионерок продемонстрированы отрицательные значения по данному параметру. Из этого мы делаем вывод о том, что внутренней потребности в одиночестве у участниц исследования нет, их одиночество можно назвать вынужденным, обусловленным отсутствием у них представлений о том, какими способами это формальное одиночество преодолеть.

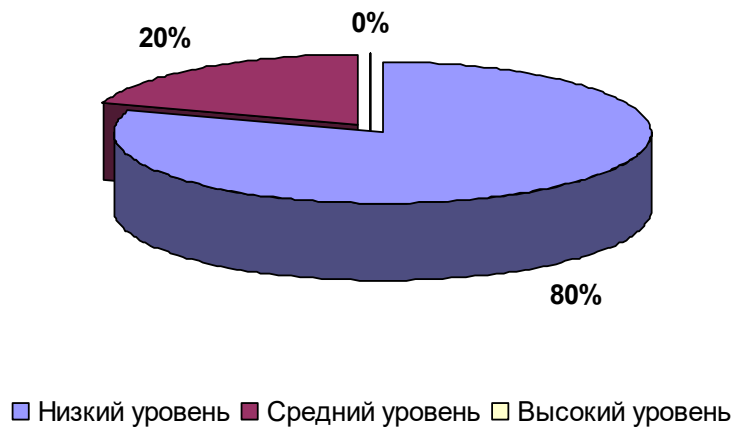


Рисунок 3 – Результаты исследования по методике «Склонность к одиночеству»

На рисунке 4 представлены результаты анкетирования.

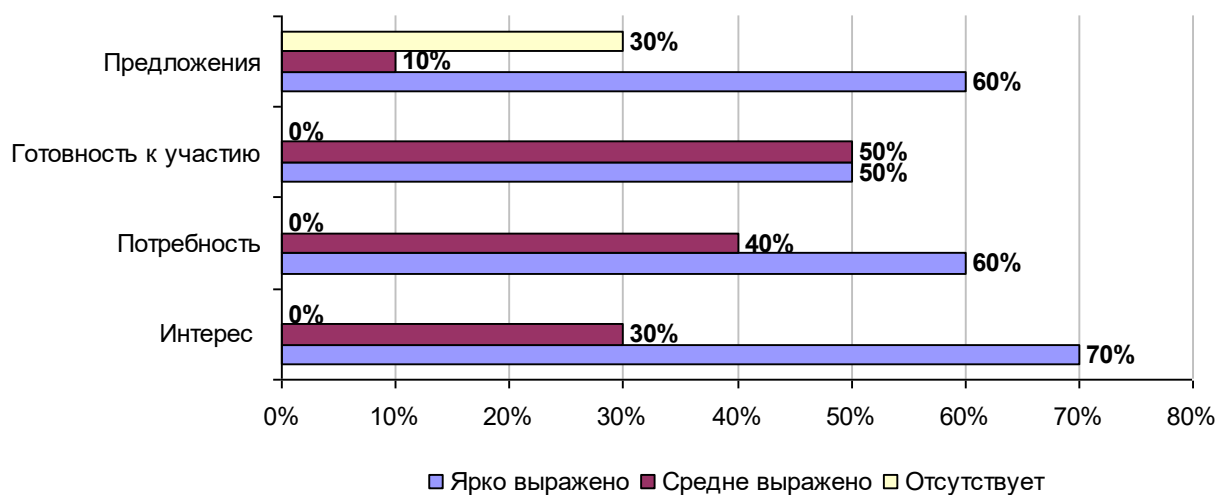


Рисунок 4 – Результаты анкетирования

Проведённое анкетирование продемонстрировало наличие у большинства одиноких пенсионерок интереса к участию в клубной деятельности, потребности в организации их досуга в клубном формате, готовности принимать активное участие в клубной работе, наличие собственных идей о том, какие именно виды клубной работы могли бы заполнить их досуг.

Очень важный момент, на который нельзя не обратить внимания, – это наличие у каждой из женщин, принявших участие в исследовании, индивидуальных интересов и способностей в творческой деятельности. При этом



многие из них достаточно продолжительное время не занимались творческой деятельностью, считая эти занятия ненужными. В ходе обсуждения результатов анкетирования эти интересы были актуализированы, обнаружился интерес участниц исследования к тем видам творческой деятельности, которыми увлекаются другие, и готовность расширять границы собственных способностей.

Таким образом, можно констатировать наличие следующих проблем:

- снижение общего эмоционального фона и активности при наличии ресурсов здоровья для интересной и активной жизни;
- наличие потребности в социальных контактах на фоне вынужденного одиночества, обусловленного отсутствием родственников и/или контактов с ними;
- наличие широкого спектра интересов в разных сферах и готовности к активной жизни при отсутствии возможностей для самореализации.

## **2.2. Программа досуговой деятельности**

На основании полученных результатов была разработана программа организации клубной работы с одинокими пенсионерами в условиях сельской местности на примере Колбинского СДК.

Цель программы – создание условий для продуктивной досуговой деятельности, способствующей преодолению социальных проблем пожилых женщин, проживающих в сельской местности.

Задачи:

- повышение общего эмоционального фона и активности пожилых женщин;
- удовлетворение потребности пожилых женщин в социальных контактах;
- предоставление возможностей для реализации пожилыми женщинами имеющихся у них интересов в творческих и общественно значимых видах деятельности.

Разработка программы организации клубной работы с одинокими

пенсионерами в условиях сельской местности осуществлялась с учётом базовых педагогических принципов социальной работы.

Принцип преемственности, последовательности и систематичности находит своё отражение в выборе тех видов досуговой деятельности, которые соответствуют имеющимся у пожилых женщин знаниям, умениям и навыкам, а также в долгосрочности программы.

Принцип дифференциации и индивидуализации реализуется через выстраивание содержания программы на результатах диагностики социальных проблем и имеющихся у женщин индивидуальных интересах в различных видах творчества и общественно полезной деятельности.

Принцип практической направленности реализуется посредством выбора тех видов деятельности, которые приводят к созданию конкретного осязаемого продукта.

Принцип опоры на положительное в человеке предполагает использование имеющихся у пожилых женщин ресурсов социальной активности, ориентацию на стимулирование их к использованию имеющихся у них возможностей для самореализации.

Принцип взаимодействия коллективного и индивидуального находит своё отражение в сочетании индивидуальных и групповых форм деятельности участниц клубной работы.

В программу вошли следующие направления клубной работы:

1. Организация работы гостиной «Бабушкины посиделки».
2. Волонтёрский отряд «Твори добро».

Каждое направление включает разнообразные соответствующие интересам одиноких пенсионерок мероприятия, организация и проведение которых подразумевают активное участие их самих.

Рассмотрим каждое направление подробнее.

Гостиная «Бабушкины посиделки» представляет собой 10 серий мастер-классов, тематика которых определяется талантами участниц исследования, а именно:

1. Серия мастер-классов по вязанию крючком «Ажур».
2. Серия мастер-классов по лепке из глины «Старинные ремёсла – 1» (дымковская игрушка и т.д.).
3. Серия мастер-классов по росписи кухонной утвари «Старинные ремёсла – 2» (хохлома, гжель, росписи Северной Двины и т.д.).
4. Серия мастер-классов по росписи по ткани «Батик».
5. Серия мастер-классов по плетению из лозы и пакли «Плетёночка».
6. Серия мастер-классов по лепке цветов из холодного фарфора «Живой фарфор».
7. Серия мастер-классов по изобразительному искусству «Волшебный карандаш» (рисование простым и цветными карандашами).
8. Серия мастер-классов по вокалу «Соловухи».
9. Серия мастер-классов по кулинарии «Кухни мира».
10. Серия мастер-классов по плетению из бисера «Умелые руки».

Целевое предназначение всех мастер-классов заключается в создании условий для повышения уровня удовлетворённости пожилых женщин собственной жизнью посредством их самореализации в творческой деятельности, в соответствии с имеющимися у них интересами и способностями, и организации особого коммуникативного пространства.

Кроме того, каждый вид деятельности сопряжён со специфическими эффектами.

Участие в мастер-классах по декоративно-прикладному искусству позволит женщинам расширить свой кругозор, приобщиться к старинным народным ремёслам.

Ажурное вязание крючком хорошо развивает мелкую моторику и глазомер, доставляет эстетическое удовольствие.

Занятия изобразительным искусством обладают ярко выраженным психотерапевтическим эффектом, позволяя через цвета и фигуры отреагировать свои эмоциональные состояния.

Лепка из глины, холодного фарфора, занятия бисероплетением развивают

мелкую моторику, способствуют улучшению функционирования всех познавательных процессов.

Занятия вокалом предполагают освоение техники правильного дыхания, что положительно воздействует на все вегетативные процессы.

В мастер-классах могли принимать участие не только пенсионерки, но и жители села иного возраста, заинтересованные в освоении тех видов творчества, которые будут представлены ведущими мастер-классов.

Работы, выполненные участниками мастер-классов, будут демонстрироваться на выставках. Эти же работы могут использоваться в качестве подарков для детей-сирот, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа и детских домах, для одиноких пожилых людей из домов престарелых, иных категорий социально незащищённых граждан.

Мастер-классы проводились 3 раза в неделю, при этом тематика мастер-классов чередовалась, что позволяло поддерживать высокий уровень интереса участниц.

В каждой серии мастер-классов самое сложное занятие – первое. К нему необходимо было подготовиться особенно тщательно, так как от подготовки в значительной степени зависел интерес участниц к предлагаемому им виду творческой деятельности.

Как известно, большую часть информации люди, как правило, воспринимают зрительно, поэтому женщинам предлагалось к первому занятию подготовить презентации, которые будут сопровождать их рассказы о том, чем они предлагают занять женщинам своё свободное время. Обсуждение содержания презентации позволяет не только отобрать самый интересный материал, найти малоизвестные занятные факты, но и продумать свою речь. Кроме того, наблюдая за конструированием слайдов и, при желании, принимая в этом участие, женщины получают возможность, помимо подготовки к проведению занятия, освоить элементы компьютерной грамотности, которые выходят за пределы их умения пользоваться социальными сетями и мессенджерами.

Второе направление организации клубной работы с пожилыми женщинами

– волонтерский отряд «Твори добро».

Целевое предназначение этого направления клубной деятельности – создание условий для расширения пространства социального взаимодействия, которое будет способствовать преодолению субъективного ощущения одиночества, появлению и укреплению чувства востребованности, установлению и поддержанию межпоколенческих связей.

Волонтерский отряд «Твори добро» осуществляет общественно полезную деятельность на добровольных началах. Его деятельность предполагает тесное межведомственное взаимодействие Колбинского СДК с образовательными учреждениями и администрацией сельсовета.

Мероприятия, которые осуществлялись силами волонтерского отряда:

- благоустройство общественных мест на территории сельского поселения;
- организация продуктивного досуга младших школьников;
- участие в социализации обучающихся средней школы;
- присмотр и уход за детьми дошкольного возраста;
- благотворительная деятельность.

Благоустройство общественных мест на территории сельского поселения предполагает выращивание и высадку рассады на клумбах, создание скульптурных композиций из растений, покраску ограждений и скамеек. Пожилые люди, особенно женщины, очень внимательно относятся к окружающему их пространству. Для них важно, чтобы оно выглядело эстетично и опрятно. Даже в больших городах можно заметить, что возле многоквартирных домов, в которых проживают пенсионеры, на клумбах высаживаются цветы, в порядке содержатся скамейки и ограждения. Всё это делается силами самих пенсионеров на добровольных началах и на основе их внутренней потребности в осуществлении такой деятельности.

Аналогичная тенденция наблюдается и на селе: придомовая территория у пожилых жителей отличается чистотой, в палисадниках обильно произрастают цветы и декоративные кустарники. При этом пожилые женщины занимаются работами по облагораживанию территории с удовольствием и хорошо с этим

справляются.

Этот ресурс использовался в деятельности по благоустройству мест общего пользования, а участие женщин в такой работе позволило им получить то признание, которое ими утрачивается с завершением трудовой деятельности.

Как отмечалось в теоретической главе настоящего исследования, одна из главных проблем женщин пожилого возраста – вынужденное одиночество, обусловленное разрывом непосредственного контакта с близкими людьми – детьми и внуками, живущими в отдалённых местностях. Объективная невозможность реализации ролевого функционала бабушки и матери может быть компенсирована путём вовлечения пожилых женщин в организацию продуктивного досуга младших школьников.

Большинство обучающихся начальных классов в сельской школе посещают группу продлённого дня. В группе продлённого дня на школьных педагогов возлагается усиленная нагрузка, так как в одно и то же время необходимо осуществлять помощь детям с академическими сложностями (повторить недостаточно хорошо усвоенный материал, сделать работу над ошибками и т.д.) и организовывать развивающую деятельность для тех детей, у которых нет сложностей с учёбой.

Занятия со второй категорией младших школьников могут осуществляться путём делегирования педагогических полномочий пожилым женщинам. Школа располагается в непосредственной близости от клуба, поэтому дети могут проводить время занятий группы продлённого дня в клубе, играя с пенсионерками в настольные игры, занимаясь изготовлением поделок из природных материалов, изготовлением и размещением кормушек для птиц в осенне-зимнем сезоне, иными видами совместной деятельности. Такое совместное времяпрепровождение позволит пожилым женщинам реализовать потребность в воспитании детей, детям – с пользой проводить свободное время.

Пожилые женщины могут принимать участие и в социализации обучающихся средней школы посредством проведения занятий по разделу «Домоводство», содержащемуся в учебной дисциплине «Технология». У каждой

женщины имеется собственный опыт ведения хозяйства, свои рецепты и секреты бытового устройства. Пожилые женщины могут обучать детей и подростков приготовлению простых блюд, мелкосрочному ремонту одежды, рациональной и эффективной уборке в помещении и содержанию личных вещей в порядке.

На добровольных началах пожилые женщины могут осуществлять присмотр и уход за детьми дошкольного возраста. Речь в данном случае идёт о помощи пенсионерок воспитателям детского сада в работе с воспитанниками – чтении сказок, постановке театрализованных представлений по мотивам русских народных сказок, обучении детей социально-бытовым навыкам.

Ещё одна форма работы волонтёрского отряда «Твори добро» – благотворительная деятельность, а именно: совместная деятельность со школьниками по изготовлению подарков для воспитанников детских домов и социальных учреждений для одиноких пожилых людей, оказание (совместно со школьниками) бытовой помощи престарелым людям, проживающим в селе.

В заключение отметим, что, как показала практика проведения занятий, предложенный нами подход к организации клубной работы Колбинского СДК способствует преодолению негативных аспектов социальной эксклюзии пожилых женщин в условиях сельской местности. Регулярные встречи пожилых женщин в клубе, освоение ими различных видов деятельности вызывали у участниц эксперимента неподдельный интерес. Из высказываний самих женщин следует, что каждое занятие на мастер-классах приносило им удовольствие, и они продолжали заниматься вязанием, лепкой, рисованием, пением в свободное время дома. Женщины признавались в том, что с началом посещения клуба у них практически не возникает ощущения будничной скуки, им всегда есть чем заняться.

Общий эмоциональный фон пожилых женщин, участвовавших в предложенных им мероприятиях, заметно улучшился. При встречах они стали обсуждать, преимущественно, позитивные события, в то время как прежде их свободные беседы концентрировались, по большей части, вокруг негативных аспектов жизнедеятельности. При этом важно отметить, что обсуждение проблем

не перестало быть темой для бесед, изменилась эмоциональная окраска, отношение женщин в проблемным ситуациям. Если раньше это была констатация объективных фактов в сугубо негативном ключе, то теперь пенсионерки стали смотреть на все эти факты иначе, через призму собственных дел. Например, вопросы воспитания подрастающих поколений уже не вызывали в них прежнего негатива, из высказываний о детях, подростках и молодёжи исчезли резкие категоричные суждения, уступив место пониманию того, что они живут и воспитываются в совершенно иных условиях и открыты для конструктивного общения со старшим поколением, с ними интересно общаться, они восприимчивы к воспитательным воздействиям.

За счёт активного вовлечения в общественно полезную деятельность произошло расширение социальных контактов, замещение дефицита общения с родственниками общением с детьми и подростками, с которыми пенсионерки проводили время, помогая воспитателям детского сада и учителям школы в организации режимных моментов, проведении внеклассных мероприятий и уроков.

Волонтёрская деятельность приносила участницам эксперимента особое удовольствие потому, что положительные оценки их общественной деятельности (особенно, работ по благоустройству территорий общего пользования в селе) и слова благодарности от тех, кому они помогли, позволили им чувствовать себя не просто нужными, а ещё и представляющими ценность.



## Выводы по главе 2

Исследование социальных проблем женщин пожилого возраста осуществлялось на базе Колбинского СДК. В нём приняли участие 10 одиноких пенсионерок, проживающих на территории Колбинского сельсовета.

Участницы исследования продемонстрировали, преимущественно, низкие показатели по шкалам активности и настроения, при этом показатели по шкале самочувствия, напротив, в большинстве случаев высокие. Это свидетельствует о том, что сниженное настроение и малая активность не являются следствием плохого самочувствия.

При исследовании жизненной удовлетворённости обнаружилось, что у одиноких пенсионерок сохранился интерес к жизни, но при этом показатели последовательности в достижении цели, согласованности между поставленными и достигнутыми целями, положительной оценки себя и своих поступков, общего фона настроения не выходят за пределы средних значений.

В выборке испытуемых полностью отсутствуют женщины с высокими показателями стремления к одиночеству. Более того, подавляющим большинством одиноких пенсионерок продемонстрированы отрицательные значения по данному параметру.

Проведённое анкетирование со всей очевидностью продемонстрировало наличие у большинства одиноких пенсионерок интереса к участию в клубной деятельности, потребности в организации их досуга в клубном формате, готовности принимать активное участие в клубной работе, наличие собственных идей о том, какие именно виды клубной работы могли бы заполнить их досуг.

На основании полученных результатов была разработана программа организации клубной работы с одинокими пенсионерами в условиях сельской местности на примере Колбинского СДК.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Целью выполнения выпускной квалификационной работы заключалась в выявлении и реализации условий организации досуговой деятельности женщин пожилого возраста в сельском клубе.

Анализ литературных источников по теме исследования показал, что старение – естественный процесс, сопровождающийся изменениями в физическом состоянии организма, его физиологическом функционировании, трансформацией личностной сферы. Многие эти изменения влекут за собой сложности адаптации пожилых людей к реальному миру. Существенное значение для полноценной жизни пожилого человека имеет качество его социальных контактов и досуговой деятельности.

Досуговая деятельность является мощным средством разностороннего развития личности, а её грамотная организация способствует формированию социально одобряемых когнитивных установок, аффективных реакций и поведенческих стереотипов. Это, в свою очередь, является ключевым условием социально-психологического благополучия человека. Самой распространённой организованной формой коллективной досуговой деятельности является клубная деятельность. На сегодняшний день досуговая деятельность пожилых людей в клубах организуется по самым разнообразным направлениям: творчество, физкультура и спорт, туризм, образование и др. При этом применяется широкий спектр реабилитационных и анимационных технологий. Их выбор зависит от целей деятельности и потребностей контингента.

Исследование социальных проблем женщин пожилого возраста осуществлялось на базе Колбинского СДК. В нём приняли участие 10 одиноких пенсионерок, проживающих на территории Колбинского сельсовета. Участницы исследования продемонстрировали, преимущественно, низкие показатели по шкалам активности и настроения, при этом показатели по шкале самочувствия, напротив, в большинстве случаев высокие. У одиноких пенсионерок сохранился интерес к жизни, но при этом показатели последовательности в достижении цели,

согласованности между поставленными и достигнутыми целями, положительной оценки себя и своих поступков, общего фона настроения не выходят за пределы средних значений. В выборке испытуемых полностью отсутствуют женщины с высокими показателями стремления к одиночеству. Проведённое анкетирование продемонстрировало наличие у большинства одиноких пенсионерок интереса к участию в клубной деятельности, потребности в организации их досуга в клубном формате, готовности принимать активное участие в клубной работе, наличие собственных идей о том, какие именно виды клубной работы могли бы заполнить их досуг.

На основании полученных результатов была разработана программа организации клубной работы с одинокими пенсионерами в условиях сельской местности на примере Колбинского СДК.

В программу вошли следующие направления клубной работы: организация работы гостиной «Бабушкины посиделки», волонтерский отряд «Твори добро». Каждое направление включает разнообразные соответствующие интересам одиноких пенсионерок мероприятия, организация и проведение которых подразумевают активное участие самих.

Предложенный нами подход к организации клубной работы Колбинского СДК способствовал преодолению негативных аспектов социальной эксклюзии пенсионеров в условиях сельской местности.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Антонова Л.Ю. Досуговая культура старшеклассников в контексте региональной социокультурной среды: автореф. дис. ... канд. культурологии // Национальная Электронная Библиотека. [Электронный ресурс]. URL: [https://rusneb.ru/catalog/000199\\_000009\\_005016146/](https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_005016146/) (дата обращения: 04.05.2021)
2. Васильева Е.Н., Мосина О.А. Ресурсный потенциал «пожилых»: технологии реализации // Современные проблемы науки и образования. 2014. №. 1. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.science-education.ru/pdf/2014/1/222.pdf> (дата обращения: 06.05.2021)
3. Ведякин А.Н. Бездомность людей пожилого возраста: актуальные проблемы изучения и особенности социально-психологической реабилитации // Электронная библиотека ELibrary. [Электронный ресурс]. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=20557426> (дата обращения: 06.05.2021)
4. Головина Г.В. Культура досуга и культурное формирование личности // Электронная научная библиотека «КиберЛенинка». [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kultura-dosuga-i-kulturnoe-formirovanie-lichnosti> (дата обращения: 04.05.2021)
5. Гордон Л.А. Социальная адаптация в современных условиях // Научно-образовательный портал НИУ ВШЭ. [Электронный ресурс]. URL: [http://ecsocman.hse.ru/data/195/604/1231/001\\_Gordon.pdf](http://ecsocman.hse.ru/data/195/604/1231/001_Gordon.pdf) (дата обращения: 05.05.2021)
6. Григорьева С.А. Формирование условий для социальной активности граждан старшего поколения // Социальные и гуманитарные знания. 2018. Т. 4. №. 3. С. 165.
7. Гришмановский Д.Ю., Пашнина В.К. Искажённая трактовка понятия досуга населения в современном обществе // Электронная научная библиотека «КиберЛенинка». [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/iskazhennaya-traktovka-ponyatiya-dosuga-naseleniya-v-sovremennom-obschestve> (дата обращения: 04.05.2021)

8. Доклад о результатах комплексного мониторинга социально-экономического положения пожилых людей за 2018 год // Официальный сайт Минтруда России. [Электронный ресурс]. URL: <https://rosmintrud.ru/docs/1340> (дата обращения: 06.05.2021)

9. Дуликов В.З. Индустрия досуга: к интерпретации понятия // Электронная научная библиотека «КиберЛенинка». [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/industriya-dosuga-k-interpretatsii-ponyatiya> (дата обращения: 04.05.2021)

10. Еремин А.А. Глобальные демографические прогнозы и демографическое развитие России // Электронная библиотека ELibrary. [Электронный ресурс]. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23341546> (дата обращения: 07.05.2021)

11. Зиннуров Ф.К., Кочнев И.Ю. Понятие и сущность культуры досуга // Электронная научная библиотека «КиберЛенинка». [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-i-suschnost-kultury-dosuga> (дата обращения: 05.05.2021)

12. Карпаева Е.А. Культурно-досуговая деятельность с лицами пожилого возраста. [Электронный ресурс]. URL: <https://scienceforum.ru/2018/article/2018010031> (дата обращения: 06.05.2021)

13. Козлова Т.З. Самореализация людей старшего поколения // Социальные исследования. 2017. №1. С. 54-61.

14. Колосова Е.В. Досуговая деятельность как фактор социального благополучия пожилых граждан // Амурский научный вестник. 2013. №3. С. 72-77.

15. Кряжев В. Д. Новые физкультурно-оздоровительные технологии школы здоровья для лиц пожилого возраста // Вестник спортивной науки. 2012. № 2. С. 49-52.

16. Куликова Н.А., Самарина М.Н. Организация клубов общения для граждан пожилого возраста в контексте реализации модели активной старости // Вестник ТомГУ. 2014. № 385. С. 57-61.

17. Кутузовская А.С. Культура досуга необходимый элемент формирования здорового образа жизни // Электронная научная библиотека «КиберЛенинка». [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kultura-dosuga-neobhodimyuy-element-formirovaniya-zdorovogo-obraza-zhizni> (дата обращения: 07.05.2021)

18. Литвак Р.А., Резанович И.В. Организация досуговой деятельности пожилых людей в фитнес-клубе // Современные проблемы науки и образования. 2011. № 6. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=5233>. (дата обращения: 06.05.2021)

19. Логинова А. В., Ольховская Е. Б. Оздоровительная физическая культура людей пожилого возраста // Электронная библиотека РГППУ. [Электронный ресурс]. URL: [https://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/30737/1/fkszh\\_2019\\_032.pdf](https://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/30737/1/fkszh_2019_032.pdf) (дата обращения: 05.05.2021)

20. Мельник Ю.И., Яковлева И.Л. Особенности экономической идентичности сельских и городских жителей // Материалы международной интернет конференции. URL: <https://sites.google.com/site/konfep/Home/1-seksia/melnik-1> (дата обращения: 04.05.2021)

21. Мударисова А.А. Ценностно-смысловые компетенции как средство формирования досуговых потребностей молодежи в условиях деятельности культурно-досуговых учреждений // Электронная научная библиотека «КиберЛенинка». [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tsennostno-smyslovye-kompetentsii-kak-sredstvo-formirovaniya-dosugovyh-potrebnostey-molodezhi-v-usloviyah-deyatelnosti-kulturno> (дата обращения: 06.05.2021)

22. Об утверждении Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года: распоряжение Правительства РФ от 5 февраля 2016 г. №164-р // Официальный сайт Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации. [Электронный ресурс]. URL: <https://rosmintrud.ru/docs/government/173> (дата обращения: 04.05.2021)

23. Основные проблемы пожилых людей и способы их решения // Специализированный Интернет-портал «Старшее поколение». [Электронный ресурс]. URL: <https://dom-prestarelyh.ru/blog/problemu-pozhilykh-lyudey/> (дата обращения: 07.05.2021)

24. Полукаров В.В. Теория и практика организации клубной деятельности учащихся: Дисс. ... докт. пед. наук. // Национальная Электронная Библиотека. [Электронный ресурс]. URL: [https://rusneb.ru/catalog/000199\\_000009\\_004024061/](https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_004024061/) (дата обращения: 06.05.2021)

25. Россия в цифрах. 2020: Крат. стат. сб. М.: Росстат, 2020. 74 с.

26. Сигова С.В., Мазаева К.А. Старение населения как глобальный вызов современности // Электронная научная библиотека «КиберЛенинка». [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/starenie-naseleniya-kak-globalnyuy-vyzov-sovremennosti> (дата обращения: 04.05.2021)

27. Современные технологии социально-культурной деятельности: Учебное пособие для вузов / Ред. Е.И. Григорьева. 3-е изд., перераб. и доп. Тамбов: Наука-бизнес-общество, 2011. 92 с.

28. Соколова Е.А. Студенческий клуб как форма студенческого самоуправления. [Электронный ресурс] URL: <http://www.scienceforum.ru/2015/840/16259> (дата обращения: 07.05.2021)

29. Специфика работы с людьми пожилого возраста в учреждениях культуры и досуга клубного типа / сост. Т.В. Григорян. Гродно: ГУК «Гродненский областной методический центр народного творчества», 2019. 20 с.

30. Стрельцов Ю.А. Культурология досуга: учеб. пособие // Национальная Электронная Библиотека. [Электронный ресурс] URL: [https://rusneb.ru/catalog/000199\\_000009\\_002461754/](https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_002461754/) (дата обращения: 05.05.2021)

31. Тяпкина Т.Ю. Характеристика пожилых людей как особой социально-демографической группы // НАУКА-RASTUDENT.RU: электронный научно-практический журнал. Уфа, 2017. [Электронный ресурс]. URL: <http://nauka-rastudent.ru/37/3907/> (дата обращения: 04.05.2021)

32. Фетисова О.В. Социальные проблемы людей пожилого и

престарелого возраста // Электронная научная библиотека «КиберЛенинка». [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnye-problemy-lyudey-pozhilogo-i-prestarelogo-vozrasta> (дата обращения: 03.05.2021)

33. Фирсова Н.Г. Организация досуга как одна из форм повышения самооценки пожилых людей после выхода на пенсию // Концепт. Современные научные исследования. 2013. Вып. 1. [Электронный ресурс]. URL: <http://e-koncept.ru/2013/53655.htm> (дата обращения: 03.05.2021)

34. Холостова Е.И. Социальная работа: история, теория и практика: учебник. М.: Издательство Юрайт; ИД Юрайт, 2011. 905 с.

35. Холостова Е.И., Дашкина А.Н., Малофеев И.В. Зарубежный опыт социальной работы: учебное пособие. М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2017. 452 с.

36. Хухлаева О.В. Возрастные задачи развития в старости // Психология развития: молодость, зрелость, старость. [Электронный ресурс]. URL: [http://med-books.info/vozrastnayapsihologiya\\_783/vozrastnyie-zadachi-razvitiya-40148.html](http://med-books.info/vozrastnayapsihologiya_783/vozrastnyie-zadachi-razvitiya-40148.html) (дата обращения: 08.05.2021)

37. Чернова Г.И. [и др.] Анализ социально-демографической характеристики граждан пожилого возраста и инвалидов, проживающих в стационарных учреждениях социального обслуживания населения Российской Федерации // Электронная научная библиотека «КиберЛенинка». [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-sotsialno-demograficheskoy-harakteristiki-grazhdan-pozhilogo-vozrasta-i-mvalidov-prozhivayuschih-v-statsionarnyh> (дата обращения: 03.05.2021)

38. Шарковская Н.В. Понятие «досуг» в контексте гуманитарного дискурса // Электронная научная библиотека «КиберЛенинка». [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-dosug-v-kontekste-gumanitarnogo-diskursa> (дата обращения: 02.05.2021)

39. Шилова Л. С. Факторы социальной адаптации пожилых в условиях реформ // Электронная библиотека ELibrary. [Электронный ресурс]. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26657549> (дата обращения: 02.05.2021)



40. Школьников В.М., Жданов Д.А., Андреев Е.М. Быстрый рост рекордной продолжительности жизни реальных поколений // Успехи геронтологии. 2014. Т. 27. № 2. С. 229-236.

41. Шмерлина И.А. «Либерализация старения»: теоретические иллюзии и эмпирические «аномалии» // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2013. № 4(116). С. 71-83.

42. Щанина Е. В. Проблема одиночества в пожилом возрасте // Сборник материалов IX международной научной конференции «Сорокинские чтения». Приоритетные направления развития социологии в XXI веке. М.: Б/И, 2014. С. 837-840.

43. Щепеткова И.О. Досуг как научная категория: разнообразие подходов к изучению // Электронная научная библиотека «КиберЛенинка». [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/dosug-kak-nauchnaya-kategoriya-raznoobrazie-podhodov-k-izucheniyu> (дата обращения: 08.05.2021)

44. Эксклюзивная жизнь или жизнь в эксклюзии. [Электронный ресурс]. URL: <http://thirdage.ru/obshhestvo/stil-jizniu-nas-i-u-nih/630.html> (дата обращения: 08.05.2021)

45. Ярошевич Т.М. Досуг: теоретические аспекты, структура, содержание // Электронная научная библиотека «КиберЛенинка». [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/dosug-teoreticheskie-aspekty-struktura-soderzhanie> (дата обращения: 03.05.2021)

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

## Анкета для пенсионеров

Уважаемый посетитель, мы стремимся к постоянному улучшению своей работы, поэтому просим Вас ответить на ряд вопросов.

1. Какой образ жизни Вы считаете приемлемым для пожилого человека?
  - Активный
  - Преимущественно активный
  - Преимущественно пассивный
  - Пассивный
2. Как Вы можете охарактеризовать свой образ жизни?
  - Активный
  - Скорее, активный, нежели пассивный
  - Скорее, пассивный, нежели активный
  - Пассивный
3. Насколько часто Вы посещаете культурные учреждения (театры, музеи и т.д.) и мероприятия?
  - Часто
  - Иногда
  - Редко
  - Никогда
4. Хотели бы Вы посещать культурные учреждения (театры, музеи и т.д.) и мероприятия чаще, чем обычно?
  - Да
  - Скорее, да, чем нет
  - Скорее, нет, чем да
  - Нет
5. Насколько часто Вы посещаете спортивные учреждения и мероприятия?
  - Часто
  - Иногда
  - Редко
  - Никогда
6. Хотели бы Вы посещать спортивные учреждения и мероприятия чаще, чем обычно?
  - Да
  - Скорее, да, чем нет
  - Скорее, нет, чем да
  - Нет
7. Как Вы считаете, в достаточной ли степени пожилые люди в сельской местности вовлекаются в активную общественную жизнь?
  - Да
  - Скорее, да, чем нет

- Скорее, нет, чем да
  - Нет
8. Готовы ли Вы активно участвовать в общественной жизни своего села (быть членом общественных советов и объединений, инициативных групп и т.д.)?
- Да
  - Скорее, да, чем нет
  - Скорее, нет, чем да
  - Нет
9. В каких мероприятиях для пожилых людей Вы хотели бы принимать участие?
- Спортивно-оздоровительные
  - Встречи с интересными людьми
  - Массовое празднование календарных дат
  - Участие в работе клубов художественной самодеятельности
  - Участие в работе клубов по интересам
  - Другое
10. В каких мероприятиях для пожилых людей Вы хотели бы выступать в качестве организатора?
- Спортивно-оздоровительные
  - Встречи с интересными людьми
  - Массовое празднование календарных дат
  - Участие в работе клубов художественной самодеятельности
  - Участие в работе клубов по интересам
  - Другое
11. Как Вы считаете, образовательным учреждениям (детским садам, школам, техникумам и т.д.) пригодилась бы помощь пожилых, умудрённых жизненным опытом людей в воспитании подрастающих поколений?
- Да
  - Скорее, да, чем нет
  - Скорее, нет, чем да
  - Нет
12. Как Вы думаете, каким образом пожилые люди могли бы помогать образовательным учреждениям в решении задач воспитания подрастающих поколений?
- Проводить беседы с детьми на разные жизненно важные темы
  - Участвовать в организации и проведении культурно-досуговых мероприятий
  - Вести кружки по интересам
  - Проводить дополнительные занятия с плохо успевающими детьми по освоению школьной программы
  - Другое
13. Хотели бы Вы принимать участие в воспитательной работе образовательных учреждений (вести для детей кружки, помогать плохо

успевающим детям и т.д.)?

- Да
- Скорее, да, чем нет
- Скорее, нет, чем да
- Нет

14. Как часто Вы общаетесь и интересно проводите досуг со своими сверстниками?

- Часто
- Редко
- Иногда
- Никогда

15. Хотели бы Вы чаще общаться и интересно проводить досуг со своими сверстниками?

- Да
- Скорее, да, чем нет
- Скорее, нет, чем да
- Нет

Благодарим за сотрудничество!