

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

ГЛЕБОК АНАСТАСИЯ ВЛАДИМИРОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Профилактика когнитивных нарушений у пожилых людей в социально-
культурной деятельности

Направление подготовки 39.03.02 Социальная работа

Направленность (профиль) образовательной программы

Реабилитолог в социальной сфере

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

д. пед. наук, профессор Фурьева Т.В.

Научный руководитель

д. пед. наук, профессор Фурьева Т.В.

Дата защиты

Обучающийся

Глебок А.В.

Оценка

Красноярск 2022

Содержание

Введение	3
Глава 1. Теоретические основы социально-культурной деятельности с пожилыми людьми, имеющими когнитивные нарушения.....	5
1.1. Сущность и содержание социально-культурной деятельности	5
1.2. Особенности когнитивных нарушений у пожилых людей.....	18
1.3. Профилактика когнитивных нарушений у пожилых людей в социально-культурной деятельности	24
Выводы по 1 главе.....	33
Глава 2. Организация социально-культурной деятельности для пожилых людей с когнитивными нарушениями в условиях комплексного центра «Кировский»	35
2.1. Изучение особенностей когнитивных нарушений у пожилых получателей социальных услуг в комплексном центре «Кировский».....	35
2.2. Разработка и частичная реализация программы социально-культурной деятельности для пожилых людей с когнитивными нарушениями в условиях комплексного центра «Кировский».....	41
Выводы по 2 главе	44
Заключение	46
Приложения	54

ВВЕДЕНИЕ

В мире наблюдается демографическое старение населения. По предварительной статистике аналитиков с 2015 по 2050 год доля пожилых граждан в мире возрастет ориентировочно с 12% до 22%. В численном выражении, количество пожилых граждан старше 60 лет увеличится с 900 миллионов до 2 миллиардов человек [24].

По данным федеральной службы государственной статистики (Росстат) на 1 января 2021 года доля граждан старше трудоспособного возраста насчитывает 36 895,7 тыс. человек (на 1 января 2020 года – 36 628,5 тыс. человек) [30]. Прогнозируемая численность населения граждан, старше трудоспособного возраста к 2024 году (по высокому варианту прогноза Росстата) достигнет отметки в 35,1 млн. человек, что составит четверть населения нашей страны (23,9%).

Актуальность выбранной темы обосновывается тем, что в связи с увеличением количества пожилых людей в структуре населения нашей страны, важно уделять внимание решению социальных проблем данной категории граждан, поскольку пожилые люди относятся к социально незащищенным слоям общества. И при организации социальной работы с пожилыми людьми важно учитывать их социальный статус, возможности, ежедневные жизненные потребности.

При работе с пожилыми людьми можно выделить следующие ключевые задачи, на которые опирается сфера социального обслуживания: обогащение жизни пожилых людей насыщенной и разнообразной деятельностью, избавление от чувства отчужденности, одиночества, удовлетворение потребностей и интересов, восполнение дефицитов общения. Вышеуказанные задачи на практике преимущественно сопряжены с социально-культурной деятельностью, являющейся неотъемлемой частью образа жизни граждан пожилого возраста.

Объект исследования – социальное обслуживание пожилых людей с когнитивными нарушениями в условиях комплексного центра «Кировский».

Предмет исследования – особенности когнитивных нарушений как основание для разработки программы социально-культурной деятельности пожилых людей в условиях комплексного центра «Кировский».

Цель исследования – выявление особенностей когнитивных нарушений и разработка программы социально-культурной деятельности для пожилых людей с когнитивными нарушениями в условиях комплексного центра «Кировский».

Задачи исследования:

1. Описать содержание и сущность понятий «социально-культурная деятельность», «когнитивные нарушения».
2. Выявить особенности когнитивных нарушений пожилых людей.
3. Разработать и частично реализовать программу социально-культурной деятельности для пожилых людей с когнитивными нарушениями в условиях комплексного центра «Кировский».

Методы исследования, которые были использованы при написании курсовой работы:

1. Анализ литературы по теме исследования.
2. Методы: Монреальская шкала оценки когнитивных функций (MoCA-тест), анкетирование.

База исследования: «Комплексный центр социального обслуживания населения «Кировский» (КГБУ СО «КЦСОН «Кировский»).

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ, ИМЕЮЩИМИ КОГНИТИВНЫЕ НАРУШЕНИЯ

1.1. Сущность и содержание социально-культурной деятельности

В настоящее время социально-культурная деятельность тщательно изучается в научной среде и имеет существенное научное обоснование. Рассматривая данный аспект с философской точки зрения, можно утверждать, что это важная часть жизнедеятельности людей, направленная на формирование и развитие личности человека [3]. Некоторые философы утверждают, что социально-культурное воспитание выступает одним из ведущих факторов формирования не только духовных потребностей, но и психоэмоциональной сферы людей.

В психологии социально-культурная деятельность рассматривается преимущественно с точки зрения культурно-исторического характера развития психики людей. В основе данной точки зрения рассматриваются психологические механизмы создания произведений искусства и культуры, обосновываются формы передачи человеческих чувств, формируются культурные основы потребностей и способностей людей. К неотъемлемому предмету психологических исследований относят такие аспекты, как: становление личностных установок в контексте индивида и общества, а реализация творческого потенциала, который находит свое проявление в культурной жизни социума.

Ведущие отечественные психологи в своих трудах акцентировали внимание на исключительно важную роль культурных факторов на становление человеческих ценностей. В свою очередь, в рамках исследований влияния культурной деятельности на жизнь человека, зарубежные психологи брали за основу концепцию воздействия музыки на поведение людей, поисках корреляции культуры и мышления человека, способности личности воспринимать художественные образы благодаря процессу музыкальной психотерапии.

С точки зрения социологии, социально-культурная деятельность понимается как воплощение независимого и личного выбора человека досуговой сферы, которая становится базисом для формирования вектора ценностей и является неотъемлемой частью социализации личности.

Согласно научной точке зрения, представленной в педагогике, социально-культурная деятельность выступает главным фактором воспитания, развития и обучения индивида, а ее технологии, реализуемые преимущественно в учебно-воспитательном процессе, оттачивают и совершенствуют уровень профессионального мастерства.

Рассматривая социально-культурную деятельность с исторического аспекта, можно выделить ее политическую, экономическую и социальную важность.

Впервые термин «социально-культурная деятельность» приводится в трудах французского социолога и культуролога Ж. Дюмазедье в 1950-х гг. Дюмазедье трактует данное понятие как «осознанное, нарочитое, налаживаемое и проектируемое сближение, конфронтирующее с методами бессознательной и бесконтрольной социально-культурной обусловленности».

Рассматривая мнение вышеупомянутого французского социолога, можно отметить, что социально-культурная деятельность оказывает определенное влияние на человека, которое формирует в обществе подходящую среду для приобщения индивида к культурной жизни.

Отечественные ученые также были активно вовлечены в терминологическое обоснование понятия «социально-культурная деятельность». Первым данный термин был опубликован в научных трудах «Человеческая деятельность» профессора М.С. Кагана в 1974 году. В этом научном труде деятельность человека рассматривается с точки зрения двухуровневой биосоциальной системы. В основании первого уровня заложена биологическая жизнедеятельность индивида, в то время как второй уровень представлен в виде социальной-культурной деятельности самого человека, которая отличается инициативностью и неповторимостью [15]. «У индивида, - пишет Каган М.С., - биологическое существование выступает материальным базисом, поверх которого возводится

пласт в виде социокультурной деятельности. Он доминирует над биологическим фундаментом и не позволяет ему реализовываться в полной мере». Таким образом, в ходе взаимодействия биологической и социокультурной деятельности формируются основы жизнедеятельности индивида.

Понятие «социально-культурная деятельность» нашло множество трактовок среди отечественных и зарубежных ученых. Так, в своем труде «История и методология теории социально-культурной деятельности» Ярошенко Н.Н. подчеркивает, что понятие социально-культурная деятельность формировалось в историческом контексте на протяжении полувека и представляет различные точки зрения: от социально-философского (Дюмазедье Ж.Р.), философско-культурологического (Каган М.С., Ариарский М.А.) до социально-информационного (Соколов А.В.) и педагогического (Киселева Т.Г., Ковальчук А.С., Красильников Ю.Д., Максютин Н.Ф., Ярошенко Н.Н.) и др. [33]. Благодаря многочисленным трактовкам термина, можно сделать вывод, что социально-культурная деятельность затрагивает множество аспектов жизни человека и напрямую влияет на его духовное и эмоциональное обогащение. Для детального рассмотрения данного термина приведем различные точки зрения, демонстрирующие многообразие проявлений социокультурной деятельности в общественной жизни.

Социально-культурная деятельность, по мнению Ярошенко Н.Н. включает в себя общность педагогических технологий, которые превращают культурные ценности в механизм общественного взаимодействия, который помогает отследить реализацию воспитательных процессов в социуме. В тоже время, Туев В.В. считает, что социально-культурная деятельность – это процесс подконтрольный обществом и его подинститутами, в ходе которого индивид вовлекается в культурную жизнь. Киселева Т.Г., Красильников Ю.Д. рассматривают данный термин с исторической точки зрения. В их трактовке социально-культурная деятельность выступает в качестве посредника между культурой и обществом с целью развития последнего. Соколов А.В. напротив, считает, что социально-культурная деятельность активно участвует в развитии

творческих способностей человека при создании новых объектов культурных ценностей [20].

Процесс социально-культурного взаимодействия невозможен без активного участия его субъектов и объектов, к которым относятся граждане, социальные группы, коллективы, общество в целом [3].

Субъекты социально-культурной деятельности оказывают прямое воздействие на объекты. На государственном уровне субъектами выступают преимущественно культурно-досуговые учреждения и их руководители, а также управленские органы власти. В этом контексте в качестве объектов принято рассматривать человека, социальные группы, общественные коллективы. Но если рассматривать человека в контексте нашей темы, можно сказать, что он одновременно считается и объектом и субъектом социально-культурной деятельности. На личностном уровне это проявляется в собственном целеполагании индивида, обосновывающим его включенность в культурную деятельность.

Под процессами социально-культурной деятельности понимают развитие развития социально-культурных явлений, в ходе которых происходит изменение внутреннего состояния людей посредством социально-культурного взаимодействия.

В социально-культурной деятельности можно выделить следующие составляющие, отображающие основное содержание процесса:

- циклические тренировки;
- реализация творческой активности;
- менеджмент;
- активное личностное воздействие.

Завершает этап общего процесса социально-культурной деятельности процесс воздействия, который основан на использовании эмоционально-познавательных факторов, таких как, представления, идеалы, знания, в целях внедрения людей в эмоциональное состояние и побуждение их на определенное поведение, деятельности и поступки.

Основными направлениями процесса воздействия при проведении социально-культурной деятельности являются:

- мотивация (побуждение) на адекватное поведение и деятельность;
- приобщение к общечеловеческим культурным ценностям;
- социально-культурная идентификация личности.

Важными параметрами социально-культурного воздействия являются убедительность, привлекательность и значимость создаваемых культурно-художественных образов.

Технологии социально-культурной деятельности – это совокупность процессов, методов и способов создания и распространения культурных ценностей.

От характера воздействия классифицируются основные технологии социально-культурной деятельности:

- культурно-воспитательные технологии направлены на приобщение людей к ценностям общечеловеческой культуры;
- культурно-побуждающие технологии включают себя мотивирование людей к адекватному поведению и деятельности;
- культурно-познавательные технологии – в рамках реализации данных технологий удовлетворяются потребности человека в развитии и познании;
- рекреационно-реабилитационные технологии направлены на восстановление физических и психических сил;
- культурно-развлекательные технологии направлены на то, чтобы люди получили удовольствие и позитивные эмоции;
- ритуально-обрядовые технологии обеспечивают осуществление нормативно-поведенческих действий людей.

Основные особенности социально-культурной деятельности пожилых людей обусловлены функциональными и возрастными изменениями организма, а также наличием свободного времени в качестве основного ресурса жизнедеятельности.

В настоящее время социально-культурная деятельность выступает как самостоятельная подсистема в рамках общей системы воспитания, социализации и образования людей с одной стороны, и как средство реабилитации, с другой.

Осуществление реабилитационных технологий посредством социально-культурной деятельности подразумевает под собой улучшение психоэмоционального и физического состояния пожилого человека, его интеграция и активная вовлеченность в общественную жизнь, в социальные структуры, связанные с различными сферами жизнедеятельности человека. Качества жизни каждого гражданина зависят от его включенности в социально-культурные взаимодействия. На сегодняшний день терапевтическое воздействие культуры и искусства доказало свою эффективность при организации работы с людьми, в том числе и с гражданами, имеющими ограниченные возможности здоровья [23].

По этой причине социально-культурная деятельность во всем её разнообразии занимает достойное место в комплексе мер реабилитации пожилых людей и может быть определена как социокультурный вид реабилитации.

Основными функциями социально-культурной деятельности в обществе являются:

- информационно-просветительная;
- нормативная;
- коммуникативная;
- культуротворческая;
- рекреативно-игровая (рекреативно-оздоровительная).

Информационно-просветительная функция социально-культурной деятельности связана с производством, потреблением, обменом, и использованием информации из мира, искусства, техники, науки, религии и других областей [16].

Данная функция имеет мотивационный характер, направленный на самообразование, формирование интеллектуальных качеств, создание и развитие конкретной системы знаний и навыков с целью адаптации к определенной социально-культурной среде. Согласно аналитическим подсчетам, с начала нашей эры для удвоения объема знаний человечества потребовалось 1750 лет, второе удвоение произошло в 1900 г., третье – в 1950 г. В настоящее время полученные и накопленные знания эффективно удваиваются в течение 5 лет. Это явление носит

название «информационный прорыв». Для того, чтобы лучше ориентироваться в условиях современной жизни, нам приходится постоянно восполнять свой багаж знаний, умений и навыков. В данном случае, речь идет не о профессиональных компетенциях, которые формируются и развиваются в рамках системы общего и профессионального образования, а о сфере социально-культурных образовательных учреждений и объединений. Между собой их отличает отсутствие установленного регламента, обязательного для учебных заведений, инициатива, добровольность, самодеятельность, присущая социально-культурным образовательным учреждениям.

Информационно-просветительная деятельность осуществляется в библиотеках, планетариях, музеях, информационно-культурных и досуговых центрах, книжных магазинах, способствующих увеличению кругозора и усвоению новых знаний в различных областях. Данные социокультурные учреждения обеспечивают удовлетворение разнообразных досуговых интересов людей вне зависимости от возраста или карьеры. Они используют иные средства, методы и формы приобретения знаний, навыков, умений, дополняют и углубляют ту информацию, которую люди получают в учебных заведениях и в процессе самообразования.

Нормативная функция социально-культурной деятельности напрямую соотносится с социализацией личности, созданием общегуманистических нравственных качеств. Социально-культурная деятельность помогает человеку в усвоении способов и образцов социально приемлемого поведения, условий окружающей среды, а также выступает ориентиром в знаниях, ценностях и нормах группы, коллектива, организации, территориальной принадлежности, в которые включен индивид. Таким образом реализуется комфортное нахождение человека в социуме, основанное на прогнозировании ожиданий и реакций на различные действия, происходит устранение скованности, неловкости, или, напротив, проявляется излишняя вольность в качестве одного из способов общения. Социально-культурная деятельность вкладывает большое значение в формирование благоприятной культурной среды, создание развитой

инфраструктуры творческого досуга, отсутствие которых приводит к возникновению девиантных форм поведения.

Следующая, коммуникативная функция социально-культурной деятельности, включает реализацию потребностей человека в избирательном взаимодействии. Общение в системе социально-культурных объединений и учреждений одновременно демонстрирует удовлетворение и развитие потребностей в эмоциональной разрядке, достижением психологического комфорта, расширением знаний и приобретении новых навыков, возникновения ощущения своей значимости и причастности к неформальной социальной группе, солидарной с предпочтениями и интересами индивида.

Данная функция активно проявляет себя в клубах по интересам, деятельности творческих объединений, при проведении массовых праздников и гуляний, культурных вечерах, дискуссионных клубах, фестивалях, музыкальных и поэтических вечерах, дискотеках и т.п.

Иными словами, коммуникативная функция социально-культурной деятельности связана с различными уровнями коммуникации: индивидуальным, групповым и массовым.

Культуротворческая функция социально-культурной деятельности включает в себя освоение, сохранение и трансляцию культурных ценностей индивидами и социальными группами. Участие в многообразии сфер социально-культурной деятельности способствует приобретению культурной компетентности, формированию ценностных ориентаций и предпочтений.

Культуротворческая деятельность людей решает целый ряд важных социальных проблем [17]. Первоначально, она выступает в качестве компенсации недостатков возможностей для более полной и успешной реализации разносторонних творческих способностей индивида. В тоже время осваивая культурные традиции: нравственные, религиозные, художественные, национальные – позволяет индивиду воспринимать имеющуюся культурную среду как «свою», в которой он чувствует себя уверенно и спокойно, не испытывая внутреннего напряжения. Такое вхождение в конкретную культуру получило

название инкультурации. Этот процесс начинает свое формирование с детства, с приобретения первоначальных навыков культурного поведения и социальной коммуникации, и продолжается в процессе взросления человека. «Сюда можно отнести, прежде всего, изучение системы ценностных ориентаций и предпочтений, принятых в обществе, норм установленных правил поведения в разных жизненных ситуациях, соотнесение общепринятых подходов к различным явлениям и событиям, ознакомление с базисом социально-политического устройства государства и законопослушного поведения в нем, конкретные познания в области национальных и сословных традиций, господствующей нравственности, морали, мировоззрения, обрядов, обычаев, эрудиции...знакомство с главенствующей модой, символами, стилями, регалиями, неформальными статусными ролями...».

Процесс овладения необходимым уровнем культурных знаний и навыков индивидом происходит, в первую очередь, через призму практической деятельности в составе различных социальных групп. В данном случае речь идет о малой социальной группе – семье. Воспитываясь в семье, ребенок начинает усваивать навыки поведения, родной язык, приобщается к культурным традициям и социальным нормам, способен различать «что такое хорошо и что такое плохо». В рамках общества существует несколько способов передачи социокультурной информации: от родителей к детям; в школе, при взаимодействии со сверстниками; непрямая передача, когда индивид получает информацию, включаясь в определенную социально-культурную среду и участвует в различных проявлениях социально-культурной деятельности.

Рекреативно-игровая (рекреативно-оздоровительная) функция социально-культурной деятельности заключается в формировании празднично-обрядовой и игровой культуры, обеспечении зрелищно-развлекательного досуга и психологической разрядки. Она нацелена на регулярное восполнение интеллектуальных и физических сил человека, способам самообучения современным методикам нормализации стрессовых состояний и выхода из кризисных обстановок, гармонизации психики через активное участие в различных

видах отдыха и развлечениях, свободного межличностного общения, а также получение удовольствия от игр, хобби, любительского творческого исполнения.

Под методами социально-культурной деятельности принято понимать совокупность способов, приёмов воздействия средств культуры искусства. Они тесно взаимодействуют с применяемыми средствами. Одним из средств социально-культурного взаимодействия выступает живое слово, которое имеет определённое смысловое значение. Содержание слова может быть выражено в форме радиопередачи, конкретного текста исполнителя и т.д. С помощью живого слова информацию, текст можно преподнести по-разному – просто прочитать или же дать в виде театрализованного представления.

Методы социально-культурной деятельности, в свою очередь, как и формы, всегда взаимосвязаны с содержанием и определяются целями, которые стоят перед организаторами мероприятий.

В социально-культурной деятельности используются следующие собственные методы, такие как:

- монтаж;
- иллюстрирование;
- театрализация;
- игра.

Все остальные методы привнесены в неё извне.

Из психологии в социально-культурную деятельность внесены методы внушения, подражания, заражения и убеждения. Своё название они берут по характеру основных психологических механизмов воздействия. В зависимости от используемых анализаторов восприятия и средств, в социально-культурной деятельности применяются словесные (аудиальные), наглядные (визуальные), комбинированные и динамические (кинестетические) методы воздействия.

В педагогике в качестве методов рассматриваются методы развития, саморазвития, воспитания (поощрение, принуждение, личный пример, убеждение), обучения (наглядные, практические, словесные, контрольные, инновационные),

С понятием «метод» связан термин «методический приём». У каждого метода есть определенная система приёмов. Иначе говоря, каждый метод является совокупностью приёмов, которые объединены общими задачами и единым подходом к их решению. Приёмом считается деталь, элемент метода, вспомогательное средство. Каждый из методов реализуется при помощи различных приёмов. Приём по отношению к данному методу при решении других, более частных задач может стать методом со своими приёмами его применения.

В деятельности учреждений культуры методические приёмы используются как самостоятельные методы и реализуются при помощи определённых методических приёмов. Например, проводя лекцию, могут быть использованы фрагменты из кинофильма и это будет методический приём, прослушивание аудиозаписи в ходе экскурсии будет тоже методическим приёмом

Способы социально-культурной деятельности – это совокупность средств, приёмов и сил, которые зависят от конкретных условий. Распространено мнение о том, что способы – это варианты осуществления деятельности. Способы преимущественно совпадают с формами организации или проведения деятельности.

Сферами социально-культурной деятельности выступают:

- образование (просветительная деятельность вне сферы обязательного или профессионального образования);
- социально-культурная реабилитация и поддержка;
- сфера рекреации и досуга.
- любительское творчество.

Основой социально-культурной деятельности в современном ее понимании, реализации ее функций, видов и форм, положены следующие принципы:

- принцип добровольности и общедоступности социально-культурной деятельности. Добровольность — это способность свободно выбирать род занятий из всего многообразия видов деятельности, предложенными социально-культурными учреждениями в соответствии со своими ресурсами, интересами, кадровыми возможностями, предпочтениями. Содержание данной деятельности

преимущественно определено уровнем духовного развития индивида, она возникает по собственному желанию, для своего саморазвития.

– принцип неразрывности связей социально-культурной деятельности с жизнью и практическими задачами модернизации общества;

– принцип преемственности и последовательности в освоении культурного наследия. Освоение всех имеющихся богатств человеческой культуры, передаваемых ценностей и традиций из поколения в поколение, всегда осуществляется в обществе посредством воспитания, просвещения, обучения, включения в социально-культурные практики, которые соответствуют возрастным особенностям и возможностям индивида. Культурные ценности, равно, как и ценностные ориентиры личности, формируются посредством активного участия в различных сферах социально-культурной деятельности.

– принцип развития инициативности и самостоятельности. Согласно пирамиде человеческих потребностей (по А. Маслоу), эстетические потребности, а также потребность в признании, самовыражении и самоактуализации принадлежат уровню метамотивации [22]. Индивиду присуще неотъемлемое желание расширять границы своих социальных ролей, проявлять себя как личность с различных сторон, реализовывать себя в творческих началах.

– принцип дифференцированного подхода к различным социально-демографическим группам. Процесс изучение различных социально-демографических групп (учитывая возраст, пол, уровень образования, профессиональной деятельности), выявление интересов индивида к определенным видам деятельности помогает не только выявить концепции социально-культурных мероприятий, но и подойти к разработке наиболее эффективных методов и форм работы с этими группами. Дифференцированный подход вполне осуществим как на групповом, так и на индивидуальном уровнях. Для разработки и организации социально-культурной деятельности необходимо принимать во внимание различные особенности культурной среды, например, конфессиональные, этнические, региональные.

– принцип системности и последовательности. Социально-культурная деятельность имеет системный подход и включена в качестве подсистемы в более сложные процессы. В ее основе заложены взаимосвязанные и взаимообусловленные элементы, включающие в себя формулирование цели, разработку технологий, определение субъекта и объекта деятельности, методов осуществления социально-культурной деятельности, прогнозирование ожидаемых результатов, выявление и устранение возможных рисков.

1.2. Особенности когнитивных нарушений у пожилых людей

Когнитивные расстройства, или когнитивные нарушения являются одной из наиболее актуальных проблем современной медицины, с которой сталкиваются врачи различных специальностей в клинической практике. Согласно статическим данным, тяжелые когнитивные нарушения в виде деменции имеют от 3 до 20% лиц старше 65 лет. От 40 до 80 % пожилых людей имеют легкие когнитивные расстройства [9].

Когнитивные нарушения, или когнитивные расстройства выражаются в снижении одной или нескольких познавательных функций по сравнению с ранее имеющимся у человека уровнем [11]. Нарушения могут иметь разную степень выраженности, наблюдаться при огромном количестве заболеваний, и в клинической практике такие люди обращаются к врачам различных специальностей.

Когнитивные функции – это сложные функции головного мозга, с их помощью осуществляется процесс рационального познания мира и обеспечивается целенаправленное воздействие с ним [12].

Существует четыре основных взаимодействующих компонента:

- обработка и анализ информации;
- восприятие информации;
- обмен информацией, построение и осуществление программы действий.
- запоминание и хранение информации.

И каждому из данных компонентов соответствует определенная когнитивная функция:

– обработка и анализ информации – это установление ассоциативных связей, формально-логических операций, выявления различий и сходств, обобщение информации, выдвижение умозаключений;

- восприятие информации – это гнозис;

– обмен информацией, построение и осуществление программы действий – в данный компонент входит речь и праксис, то есть навыки целенаправленной двигательной активности;

– запоминание и хранение информации – сюда относится память.

Гнозис – данная функция выражается в непосредственном восприятии информации с помощью зрительных ощущений, которые преобразуются в полноценный образ благодаря обработке и синтезу. Если у человека наблюдаются нарушения или проблемы с восприятием информации, то имеет место агнозия, которая может быть спровоцирована патологиями задних отделов коры головного мозга.

Память – это процесс усвоения, сохранения и воспроизведение нужной информации головным мозгом. При возникновении у человека выраженных нарушениях данного процесса констатируется амнезия.

Речь – это процесс обмена информацией с помощью речевых высказываний, то есть с помощью слов и предложений. Если у человека имеется затруднение речи, ему сложно выражать свои мысли окружающим, то можно сделать вывод о том, что в организме проецируются симптомы афазии. Данное расстройство преимущественно сопряжено с патологиями лобных или височно-теменных отделов головного мозга.

Праксис – это способность приобретать, сохранять и использовать разнообразные двигательные навыки [18]. Нарушения двигательных навыков называется апраксией, возникает при патологиях лобных и теменных долей головного мозга. Дисфункции проявляются в нарушениях построения двигательной программы, неправильном использовании своего тела в процессе движения.

Интеллект – это познавательная способность, которая выражается в том, как человек воспринимает, объясняет, понимает и прогнозирует происходящее, какие решения он принимает и насколько эффективно он действует в различных ситуациях [28].

У пожилых людей при нарушениях когнитивных функций могут наблюдаться следующие симптомы: неспособность писать, считать, читать, проблемы с логикой, анализом, математическими способностями, пространственные нарушения, уходит способность фантазировать, сопереживать, заниматься различным творчеством, неадекватное поведение и нарушение речи [6].

По мере старения в мозге развиваются нейропатологические изменения. Старение мозга – это комплексный физиологический процесс, который выражается в снижении моторных, когнитивных и сенсорных функций [26].

Образ жизни человека влияет как на его продолжительность жизни, так и на возможность осуществления самостоятельной жизнедеятельности в пожилом возрасте. Учеными и исследователями в области геронтологии были проведены теоретические и практические исследования, которые помогли определить факторы риска, указывающие на непосредственное старение мозга. К данным факторам относятся: ведение активной социальной жизни, качество еды и регулярность питания, поддержание активного эмоционального состояния, отсутствие вредных привычек, а также когнитивную активность и регулярное выполнение физических упражнений.

В настоящее время существует множество сведений о том, что в развитии когнитивных нарушений у пожилых людей стресс имеет особое значение. Благодаря различным экспериментальным и клиническим исследованиям выявлено влияние острого и хронического стресса на функции обучения и памяти.

Научно доказано, что пожилые люди, страдающие от хронического стресса в своей жизни, имеют высокий риск проявления инсультов, инфарктов, общего снижения объема головного мозга и вероятности летального исхода.

Если в течение своей жизни индивид перенес психотравмирующие ситуации в детском или юношеском возрасте, можно утверждать о выявлении в более зрелом возрасте случаев снижения объема гиппокампа, который участвует в процессах памяти и обучения, и миндалин, которые отвечают за возникновение тревожных состояний, эмоций и страха. Такие факторы, как артериальная гипертензия и курение могут негативно влиять на когнитивное функционирование.

Пожилые люди подвержены высокому уровню личностных тревог и депрессивных состояний, ассоциирующихся с низким уровнем когнитивного функционирования, более усиленным когнитивным снижением, увеличением риска развития умеренных когнитивных нарушений и деменции.

Существует три степени когнитивных расстройств: легкая, умеренная и тяжелая степень.

При легкой степени когнитивных нарушений человек испытывает сложности в понимании чужой речи и построении собственной речи, подборе слов для выражения своих мыслей. Считается начальным этапом в цепочке сбоев высшей мозговой деятельности, которые в большей степени, касаются памяти человека.

На этом этапе процессы обратимы, так как симптомы прогрессируют при сильных умственных нагрузках и при хорошем полноценном отдыхе исчезают. Но всё же рекомендуется посетить специалиста для обследования, для предупреждения проблем в будущем.

При ухудшении функционирования нескольких процессов, которые выходят за рамки нормы возраста человека, но не достигают степени деменции, стоит говорить об умеренных когнитивных нарушениях. Согласно статистическим данным эти симптомы наблюдаются у 20 % людей в возрасте от 60 лет. Но у большинства таких людей в последующие пять лет наступает деменция. У 30 % людей медленно прогрессирует заболевание, но, если за короткий промежуток времени происходит нарушение нескольких когнитивных расстройств, потребуется срочная консультация специалиста.

Тяжелая степень когнитивных нарушений выражается в дезориентации в пространстве, времени, у человека теряется способность к самообслуживанию, способность мыслить, появляется бред. К наиболее тяжелым видам расстройств данного типа относится деменция, в большинстве своем она провоцируется болезнью Альцгеймера. Болезнь Альцгеймера – это первичная форма дегенеративной деменции, которая возникает у лиц предстарческого или старческого возраста. Первыми признаками данного заболевания являются забывчивость различных жизненных событий и утрата памяти.

Также причинами деменции могут быть сосудистые заболевания, такие как хроническая ишемия мозга, инсульты, недостаточность мозгового кровообращения. При сосудистой деменции преобладают интеллектуальные нарушения, у пожилых людей снижается концентрация внимания, им становится трудно систематизировать понятия и предметы, появляется медлительность мышления. Помимо перечисленных видов деменции существует смешанный тип (сосудисто-дегенеративный), и он является более распространенным.

Помимо деменции, к тяжелой степени когнитивных нарушений относятся опухоли головного мозга, различные дегенеративные заболевания головного мозга, черепно-мозговая травма.

Причины когнитивных нарушений можно разделить на два типа:

– функциональные расстройства, которые вызваны стрессами, перенапряжениями, перегрузками. Они характерны не только для пожилых людей, чаще всего они проходят самостоятельно, при необходимости проводится лечение препаратами.

– органические нарушения – они вызваны изменениями в головном мозге в следствие воздействия какого-либо заболевания. В большей степени, характерны для пожилых людей.

Диагностируются нарушения когнитивных функций при непосредственной беседе с пожилым человеком, составляется анамнез, проводятся различные виды исследований, например, компьютерная и магнитно-резонансная томография.

Профилактические мероприятия при когнитивных нарушениях у пожилых людей могут включать в себя поддержание здорового образа жизни, например, занятия спортом, сбалансированное питание [13]. А также посещение различных учреждений и объединений, которые занимаются реабилитацией пожилых людей, которая выражается во включении в различную деятельность, например, социально-культурную. Таким образом, нарушения когнитивных функций являются распространенной проблемой у пожилых людей. Среди всех нозологий, количество людей с когнитивными расстройствами велико. В связи с этим

необходимо своевременно обращаться к специалистам, при обнаружении перечисленных выше симптомов.

1.3. Профилактика когнитивных нарушений у пожилых людей в социально- культурной деятельности

Пожилым возраст выступает в качестве самого сильного и независимого фактора риска развития нарушений функций головного мозга [21]. Число граждан, имеющих когнитивные нарушения увеличивается пропорционально общему числу увеличения числа пожилых людей. В связи с этим³⁸, своевременная диагностика и ранняя профилактика когнитивных нарушений у пожилых людей крайне важны, так как эти нарушения могут привести к степени слабоумия в результате поздней диагностики. Снижение когнитивных способностей влияет на ухудшение качества жизни человека, что является очень значимой и актуальной медико-социальной проблемой, решить которую затруднительно. В случае, если индивид теряет ясную память, соответственно теряется возможность обеспечивать нормальное функционирование человека в социуме. Это проявляется в таких сферах жизнедеятельности как: работа, семья, быт, межличностное общение.

Причины возникновения когнитивных нарушений разнообразны. К ним можно отнести физиологические возрастные изменения головного мозга, однако наиболее важную роль ученые отводят возникновению сосудистых и дегенеративных заболеваний, которые преобладают в пожилом и старческом возрасте наряду с когнитивными нарушениями.

Начиная со среднего возраста, необходимо реализовывать профилактические мероприятия, направленные на предотвращение развития когнитивных нарушений, включающие в себя патологические изменения, которые, в свою очередь, приводят к деменции и могут иметь бессимптомный характер на протяжении длительного времени [4]. Профилактические мероприятия, в первую очередь, должны быть направлены на устранение или смягчение действий различных факторов риска возникновения когнитивных нарушений. Среди них можно выделить такие факторы, развитие которых при своевременном выявлении, можно избежать: сердечно-сосудистые заболевания (преимущественно - артериальная гипертензия), а также сахарный диабет.

Риск возникновения когнитивных нарушений увеличивается в пожилом возрасте при перенесенных ранее черепно-мозговых травмах вне зависимости от степени тяжести. В свою очередь, хронический алкоголизм приближает наступление когнитивного дефицита, так как при употреблении алкогольных и спиртосодержащих напитков происходит прямое токсическое воздействие на клетки головного мозга, что повышает вероятность получения травм в состоянии алкогольного опьянения.

На когнитивные функции человека напрямую могут оказывать влияние эмоциональные расстройства личности. Так, например, наличие депрессии у человека может повлиять на возникновение целого спектра когнитивных нарушений, которые, связаны с усвоением новой информации, переключением и концентрацией внимания. Степень снижения когнитивных нарушений зависит непосредственно от выраженности депрессии и симптомов тревожных состояний.

Вследствие повышения уровня личностной тревожности, усиливаются нарушения слухоречевой памяти, которые обусловлены влиянием депрессивных состояний.

Условиями и факторами поддержания когнитивной функций в результате процесса старения выступают длительное сохранение трудоспособности и социальная активность индивида посредством вовлечения в решение семейных и бытовых дел, участия в социально-культурной деятельности.

Наиболее эффективными немедикаментозными методами профилактики когнитивных нарушений является соблюдение диеты, которая включает в себя повышенное содержание ненасыщенных жирных кислот и природных антиоксидантов за счет ежедневного потребления фруктов, овощей, морепродуктов или рыбы (не реже одного раза в неделю), оливкового масла и цитрусовых.

Неотъемлемыми компонентами, обуславливающими замедление развития когнитивных нарушений индивида выступают упражнения по тренировке памяти и концентрации внимания наряду с выполнением физических упражнений. Чтобы достичь устойчивого эффекта от проведения профилактических мероприятий,

требуется регулярное выполнение интеллектуальных упражнений в течении сознательной жизни человека.

Регулярные упражнения, направленные на тренировку памяти, обязательно предусматривают в себе не только развитие способностей относительно длительного поддержания высокого уровня концентрации внимания и активацию воображения, но и обязательное повышение уровня мотивации пожилого человека к запоминанию и воспроизведению различной информации, обучение мнемоническим приемам, а также поддержание способности к длительной высокой концентрации внимания и активации воображения.

С целью тренировки кратковременной памяти в качестве профилактических мероприятий используется метод повтора информации. Принцип данного метода заключается в ежедневных 30 минутных запоминаниях определенной информации. К примеру, человек может мысленно запоминать последовательность чисел, каждое из которых составляет сумму двух предыдущих: $1+1=2$, $1+2=3$, $2+3=5$; либо осуществлять выполнение мнемонических упражнений — написать на листе бумаги десять несвязанных между собой по смыслу и значению слов, выучить и рассказать их в той последовательности, в которой они были записаны. Во время тренировок долговременной памяти используются упражнения, направленные на долговременное запоминание и хранение информации. К данным тренировкам относятся заучивание коротких литературных произведений (стихов, басен, небольших рассказов), песен, документальной информации, необходимой для осуществления трудовой деятельности, составление списка покупок, формирование расписания и планирования на ежедневной основе.

Регулярные занятия физической культурой также способствуют уменьшению рисков заболеваемости деменцией. Пожилые люди, регулярно выполняющие физические упражнения и разминку, наименее подвержены возникновению деменции благодаря ведению активного образа жизни, соблюдению диеты или сбалансированного питания, которые благоприятно влияют на сердечно-сосудистую систему, вес, психоэмоциональное состояние человека.

Неотъемлемой частью профилактических мероприятий, направленных на уменьшение когнитивных нарушений, является проведение социально культурных мероприятий.

Распространенными формами социально-культурной деятельности являются: просмотр кинофильмов, телепередач, посещение театров, музеев, концертов, фестивалей, турниров, конкурсов, экскурсий, лекций, обучение в университетах для пожилых людей, мастер-классы, различные выставки и т.д.

В. М. Чижиков предлагает следующую классификацию форм социально-культурной деятельности в учреждениях социального обслуживания по охвату клиентов:

1. Индивидуальная форма работы заключается в выстраивании диалога с человеком, помощь в решении его проблем, воздействие на его чувства и мысли [29].

Формы индивидуальной работы делятся на беседы, они бывают на различные темы, например, обсуждение литературных произведений между двумя или более людьми; консультации, то есть, пожилому человеку объясняется, разъясняется какого-то информация, даются ответы на волнующие человека вопросы, индивидуальное задание.

2. Групповая форма работы:

- встречи, организация людей в определенном месте, совместное общение,
- тренинги - метод активного обучения, который направлен на развитие навыков, знаний, умений и социальных установок.

В зависимости от выбора методов подачи информации и направлений деятельности выделяются следующие группы форм:

- информационно-просветительские включают в себя различные лекции, беседы, доклады, «круглые столы», вечера встреч, гостиные и др.;

- игровые включают в себя разнообразные индивидуальные и командные спортивно-игровые состязания, аукционы, конкурсы, а также тематические игровые программы. Также сюда можно отнести такие формы, как иллюстрации или театрализации.

– зрелищно-развлекательные – праздники, концерты, фестивали, обряды и т.п.

К групповым формам социально-культурной деятельности относятся:

- любительские объединения с всевозможными проявлениями жизнедеятельности;
- клубы по интересам; клубные гостиные;
- музыкальные и литературные салоны;
- деловые игры, аукционы идей, диспуты [28].

Особую популярность среди групповых форм социально-культурной деятельности занимают клубные гостиные, где проводятся диспуты. Диспутом называется столкновение различных точек зрения. Важную роль в диспуте играет ведущий, поскольку именно он должен добиваться от аудитории активности, корректировать ошибочные мнения, при необходимости, разрешать конфликтные ситуации.

Различные клубно-досуговые программы и проекты служат основой процесса социально-культурной деятельности пожилых людей, они способствуют объединению людей, удовлетворению различных потребностей, таких как, в самореализации, самоутверждении, служат формированию хорошего настроения, развитию самостоятельности и творческой инициативы.

Ю. И. Демченко предлагает применять следующие методы социально культурной деятельности:

1. Библиотерапия – метод, который заключается в применении отобранной литературы в работе с пожилыми гражданами. Библиотерапия может рассматриваться как наука, которая направлена на формирование у людей способностей и навыков противостоять различным ситуациям, таким как стрессы, болезни, депрессии и т.п., укреплять силу воли, повышать образовательный и интеллектуальный уровень на основе прочитанных произведений [7]. Данный метод может проводиться как в индивидуальной форме, так и в групповой. При групповых занятиях участники могут обсуждать помимо известных произведений,

произведения собственного сочинения, общаться между собой, делиться мыслями, опытом.

2. Музыкотерапия – метод, который основывается на благоприятном воздействии музыкальных произведений на организм и эмоциональное состояние человека, при котором музыка под контролем используется в реабилитации и лечение людей с соматическими и психическими заболеваниями [19]. Специалисты, применяющие в своей деятельности музыкальные произведения должны соблюдать соответствующие правила: обеспечить в звучании музыкального произведения спокойного темпа, наполненного гармоничностью и мелодичностью. Важно избегать резких, напряженных и внезапных кульминаций, которые могут повлиять на восприятие музыкальной композиции. При проведении реабилитационных мероприятий музыкальные произведения выступают в качестве фонового элемента наряду с основным видом деятельности (рисованием, рукоделием и т.д.).

Музыкотерапия благоприятно действует на пожилых людей, они получают новые впечатления, эмоции, у них развивается самостоятельность, инициатива и одновременно корректируется активность психических процессов.

3. Изотерапия – это терапия творчеством, в первую очередь рисованием. Она является разновидностью арт-терапии [10]. Занятия могут происходить как в малых, так и в больших группах. Данная технология хорошо помогает разобраться в своих чувствах и проблемах. Иногда человек может чувствовать психологический дискомфорт, но не понимать, с чем он связан. Благодаря изотерапии человек может расслабиться, погрузиться в свой внутренний мир, прислушаться к себе, избавиться от негативных переживаний. Она позволяет показать человеку его способности, возможно, о которых он даже не знал. Для данной технологии используются различные виды художественных материалов.

4. Игротерапия – это метод, направленный на раскрепощение патологических психических состояний человека. Она выполняет функции развития, социализации, адаптации, воспитания, рекреации, релаксации личности и т.д. К видам игротерапии можно отнести: настольные, компьютерные, развивающие и

познавательные игры, турниры, конкурсы, соревнования. Игры, могут быть, адаптированы для пожилых людей с учетом их особенностей и возможностей путем корректировки игровых элементов, например, сокращение времени проведения, численности участников, облегчение условий игр и др.

Игротерапия позволяет пожилым гражданам достичь максимального уровня открытости и свободы при взаимодействии с другими участниками. В процессе игры пожилые граждане могут примерить на себя различные социальные роли, регламентировать правила общения, приобретать новый социальный опыт.

5. Туротерапия – данный метод включает в себя туристические походы и экскурсии, как реальные, так и виртуальные, они помогают пожилым людям установить новые социальные контакты, получить поддержку, интеграцию в общество, апробацию социальных ролей [5].

6. Глинотерапия – направленный на работу с сенсорикой и развитие мелкой моторики человека. В процессе глинотерапии оказывается успокаивающее психологическое воздействие на индивида, улучшается концентрация внимания, активизируется творческое воображение и фантазия. Спокойная обстановка позволяет снизить уровень тревожности пожилых людей, а мелкая моторика помогает активизировать работу мозга [25].

7. Гарденотерапия – это метод социокультурной реабилитации, при котором используются различные растения [27]. С помощью данной технологии улучшается психическое и физическое состояние пожилых людей, повышается творческий потенциал, коммуникативные навыки.

8. Танцевальная терапия – это вид психотерапии, который использует движение для развития когнитивной, социальной, эмоциональной и физической жизни человека [14]. Для использования данного метода необходима должная подготовка, поскольку в процессе взаимодействия люди испытывают сильные эмоции. Цель танцевальной терапии – это развитие осознания собственного тела, развитие навыков общения, создания позитивного образа тела исследование чувств и приобретение группового опыта.

Танцевальная терапия побуждает к свободе и выразительности движения, развивает подвижность и укрепляет силы, как на физическом, так и на психическом уровне. Тело и разум рассматриваются в ней как единое целое.

9. Сказкотерапия – метод, с использованием сказочных форм для интеграции личности, расширения сознания, развития творческих способностей, совершенствования взаимодействий с окружающим миром. К сказкам обращались в своем творчестве известные зарубежные и отечественные психологи: Э. Берн, Р. Азовцева, Э. Фромм, Э. Гарднер, и др. [2].

Тексты сказок вызывают интенсивный эмоциональный резонанс и у пожилых людей. Выделяют следующие коррекционные функции сказки: психологическую подготовку к напряженным эмоциональным ситуациям; символическое отреагирование физиологических и эмоциональных стрессов; принятие в символической форме своей физической активности.

10. Куклотерапия как метод основан на процессах идентификации с любимым героем мультфильма, сказки или фильма. Цель данной технологии – помочь ликвидировать болезненные переживания, улучшить социальную адаптацию, укрепить психическое здоровье, развить самосознание, разрешить конфликты в условиях коллективной творческой деятельности.

11. Арттерапия – данный метод получил широкое распространение с 30-х годов и используется как самостоятельный метод и как метод, дополняющий другие техники. На сегодняшний день арттерапия считается одним из наиболее мягких, но эффективных методов, используемых в работе психологами и педагогами [8].

Методы арт-терапии универсальны и могут быть адаптированы к различным задачам: от решения проблем социальной и психологической дезадаптации лиц с особыми возможностями здоровья и заканчивая развитием человеческого потенциала, использованием взрослым или ребенком различных форм творческой деятельности с целью выражения своего психического состояния.

Таким образом, основными направлениями социально-культурной деятельности лиц пожилого возраста являются: просветительское, досуговое, познавательное, лечебно-оздоровительное, эмоционально-эстетическое.

Выводы по 1 главе

Таким образом, в первой главе было определено основное понятие термина «социально-культурная деятельность — это управляемый обществом и его социальными институтами процесс приобщения человека к культуре и активного включения самого человека в этот процесс» Туева В.В.

Была рассмотрена история термина «социально-культурная деятельность», процессы, субъекты и объекты, основные направления процессов, способы социально-культурной деятельности.

Основные сферы социально-культурной деятельности:

- информационно-просветительная;
- нормативная;
- коммуникативная;
- культуротворческая;
- рекреативно-игровая (рекреативно-оздоровительная).

Основные методы, используемые в социально-культурной деятельности:

- монтаж;
- иллюстрирование;
- театрализация;
- игра.

Из психологии в социально-культурную деятельность внесены методы внушения, подражания, заражения и убеждения. Из педагогики методы развития, саморазвития, воспитания (поощрение, принуждение, личный пример, убеждение), обучения (наглядные, практические, словесные, контрольные, инновационные),

Сферами социально-культурной деятельности выступают: сфера рекреации и досуга, любительское творчество, сфера образования (просветительная деятельность вне сферы обязательного или профессионального образования), социально-культурная реабилитация и поддержка.

А также были рассмотрены принципы социально-культурной деятельности:

- принцип добровольности и общедоступности социально-культурной деятельности;
- принцип неразрывности связей социально-культурной деятельности с жизнью и практическими задачами модернизации общества;
- принцип преемственности и последовательности в освоении культурного наследия.
- принцип развития инициативности и самостоятельности;
- принцип дифференцированного подхода к различным социально-демографическим группам.
- принцип системности и последовательности.

Были рассмотрены особенности когнитивных нарушений пожилых людей, понятия «когнитивные нарушения», «когнитивные функции», факторы, которые влияют на процессы старения мозга, влияние стресса на когнитивные функции, симптомы, причины возникновения когнитивных нарушений, степени когнитивных нарушений, профилактика когнитивных нарушений у пожилых людей через социально-культурную деятельность, а также немедикаментозные методы профилактики.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ С КОГНИТИВНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ В УСЛОВИЯХ КОМПЛЕКСНОГО ЦЕНТРА «КИРОВСКИЙ»

2.1. Изучение особенностей когнитивных нарушений у пожилых получателей социальных услуг в комплексном центре «Кировский»

С целью изучения особенностей когнитивных нарушений у пожилых людей было организовано исследование на базе КГБУ СО Комплексный центр социального обслуживания населения «Кировский», г. Красноярск, в социально-реабилитационном отделении для граждан пожилого возраста и инвалидов, детей и лиц с ограниченными возможностями здоровья. В исследовании приняли участие 10 человек в возрасте 60-84 лет. Была проведена диагностика, в ходе которой оценивались когнитивные функции пожилых получателей социальных услуг центра социального обслуживания населения «Кировский». А также были получены представления о нарушениях процессов памяти и мышления у пожилых людей.

Исследование проводилось в несколько этапов:

1 этап – подбор диагностического инструментария.

2 этап – проведение первичной диагностики MoCA, интерпретация результатов.

3 этап – проведение анкетирования.

4 этап – составление и частичная реализация программы социально-культурной деятельности для пожилых людей с когнитивными нарушениями в условиях комплексного центра «Кировский»

В качестве диагностического инструментария нами использовалась Монреальская шкала оценки когнитивных функций (MoCA).

Монреальская шкала оценки когнитивных функций (MoCA). Данный диагностический метод используется для выявления когнитивных нарушений, он

содержит одиннадцать заданий, с помощью которых оценивается степень когнитивных нарушений. Полученные баллы можно посмотреть в приложениях (см. Приложение Б).

Рассмотрим результаты каждого задания.

Первые три задания методики направлены на создание альтернативного пути, исследование зрительно- конструктивных навыков. Оцениваются лобные функции – тест соединение букв и цифр. Производится оценка праксиса, то есть способности к усвоению, сохранению и использованию разнообразных двигательных навыков.

Конструктивный праксис оценивается в пробах на рисование – в заданиях человека просят самостоятельно нарисовать, либо перерисовать трехмерное изображение, в нашем случае это куб и часы со стрелками. Максимально возможное количество баллов - 5.

Полученные результаты (средний балл): 3.9.

Второе задание «Называние».

В этом задании оценивается восприятие, способность к синтезу, анализу, распознаванию информации, поступающей от органов чувств. Исследуется восприятие пожилым человеком узнавания реальных предметов, визуальных изображений и т.д.

Максимально возможное количество баллов – 3.

Полученные результаты (средний балл): 2.9

Третье задание «Память».

В данном задании пожилому человеку зачитывается список слов, который он должен повторить, есть 2 попытки с разницей в пять минут. Никак не оценивается.

Четвертое задание «Внимание». Здесь оценивается выбор уместной информации, многозадачность, поддержание состояния бдительности и «ментальной скорости».

Максимально возможное количество баллов – 6.

Полученные результаты (средний балл): 5.1.

Пятое задание «Речь». В этом задании необходимо повторить несколько фраз. Исследуется понимание обращенной речи, беглость, грамматический строй и содержание высказываний пожилого человека.

Максимально возможное количество баллов – 2.

Полученные результаты (средний балл): 1.4.

Шестое задание «Беглость речи».

В данном задании оценивается беглость речи, необходимо за одну минуту назвать максимальное количество слов, начинающихся на букву Л.

Максимально возможное количество баллов – 1.

Полученные результаты (средний балл): 0.8.

Седьмое задание «Абстракция». Это задание оценивает интеллект, способность к сопоставлению информации, выявлению сходств и различий, общего и частного, главного и второстепенного.

Максимально возможное количество баллов – 2.

Полученные результаты (средний балл): 1.3.

Восьмое задание «Отсроченное восприятие». Задание используется для оценки состояния памяти, а именно исследуются запоминание и восприятие информации, зрительных изображений. Производится повторение задания 3, пожилому человеку необходимо повторить 5 слов, балл начисляется только за названные слова без подсказок.

Максимально возможное количество баллов – 5.

Полученные результаты (средний балл): 3.4.

Девятое задание «Ориентация». В данном задании оценивается способность к осознанию себя в окружающем мире, определение своего положения в пространстве и времени

Максимально возможное количество баллов – 6.

Полученные результаты (средний балл): 5.1.

По итогу диагностики были получены следующие данные:

– у четверых человек из десяти- 26 баллов и выше, что соответствует норме и это говорит о том, что признаков когнитивного снижения не обнаружено;

– у шестерых из десяти – ниже 26 баллов, что может говорить о снижении когнитивных функций.



Рисунок 1 – Диаграмма, отображающая результаты диагностики

У пожилых людей были выявлены такие нарушения, как:

- проблемы с точностью воспроизведения информации, объемом воспроизводимой информации.
- проблемы с концентрацией внимания;
- двигательные нарушения, у респондентов наблюдались проблемы с координацией, мелкой моторикой.

Третий этап нашего исследования заключался в разработке и проведении анкетирования, с анкетой можете ознакомиться в приложениях (см. приложение В). С ответами можете ознакомиться в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты анкетирования

№ Участника	№ Задания				
	1	2	3	4	5
Участник 1	ж	78	удовл.	нет	скорее да
Участник 2	ж	69	удовл.	нет	скорее нет
Участник 3	ж	81	удовл.	третья группа	скорее да

Участник 4	ж	69	удовл.	нет	скорее нет
Участник 5	ж	68	удовл.	нет	скорее нет
Участник 6	ж	62	удовл.	нет	скорее нет
Участник 7	ж	61	хорошо	нет	скорее нет
Участник 8	ж	60	удовл.	третья группа	скорее нет
Участник 9	ж	84	удовл.	нет	нет
Участник 10	ж	62	хорошо	нет	нет
6					
I	II	III	IV	V	VI
скандинавская ходьба	кино	английский язык	вязание	искусство, театр и кино	затрудняюсь ответить
никакие из перечисленных	кино	никакие из перечисленных	кулинария, домашний и садовый дизайн	никакие из перечисленных	настольные игры, лото
скандинавская ходьба	изобразительное, декоративно-прикладное	никакие из перечисленных	кулинария, вышивка, домашний и садовый дизайн	никакие из перечисленных	настольные игры, лото; интеллектуальные игры
скандинавская ходьба	музыкальное (музыка, пение) декоративно-прикладное;	информационные технологии (компьютер)	кулинария, вышивка, вязание	история, краеведение, психология	настольные игры, лото; интеллектуальные игры,
никакие из перечисленных	кино; литература	информационные технологии (компьютер)	кулинария	никакие из перечисленных	шашки, шахматы; интеллектуальные игры
скандинавская ходьба	музыкальное (музыка, пение) декоративно-прикладное; литература	французский язык	кулинария, домашний и садовый дизайн	здоровье и красота	головоломки, интеллектуальные игры
никакие из перечисленных	музыкальное (музыка, пение) театр, цирк кино; изобразительное (живопись, графика, скульптура); литература;	никакие из перечисленных	домашний и садовый дизайн	здоровье и красота; искусство, театр, кино;	головоломки, интеллектуальные игры

другое – обычная ходьба	кино	никакие из перечисленных	вязание	никакие из перечисленн ых	никакие из перечисленных
скандинавска я ходьба	театр, цирк	затрудняюсь ответить	вязание	никакие из перечисленн ых	шашки, шахматы
ЛФК	музыкальное (музыка, пение) театр, цирк декоративно- прикладное	информационн ые технологии (компьютер)	кулинари я, вязание	никакие из перечисленн ых	психологически е игры, головоломки, интеллектуальн ые игры

И можно сделать следующие выводы:

1. 80% пожилых людей оценивают свое здоровье как удовлетворительное, 20% как хорошо.
2. Большинство респондентов не имеют инвалидность, лишь у двоих из десяти имеется третья группа инвалидности.
3. Лишь 20% респондентов считают себя активными людьми.
4. 50 % респондентов отдают предпочтение скандинавской ходьбе, 10% отдают предпочтение обычной ходьбе и 10% ЛФК, 30% ничего не выбрали.
5. Наиболее популярным направлением в сфере искусства для респондентов – кино (50%), наименее театр и цирк.
6. 30 % отдают предпочтение изучению компьютера, 20% иностранным языкам.
7. Наиболее востребованным направление в сфере домоводства является кулинария (60%), наименее вышивка (20%).
8. Большинство респондентов не интересуется лекциями на различные темы (60%).
9. Наименее востребованным направлением игр для респондентов являются психологические игры, наиболее интеллектуальные игры.

2.2. Разработка и частичная реализация программы социально-культурной деятельности для пожилых людей с когнитивными нарушениями в условиях комплексного центра «Кировский»

С помощью диагностики, проведенной с использованием Монреальской шкалы оценки когнитивных функций нами были выявлены следующие нарушения у пожилых людей:

- проблемы с точностью воспроизведения информации, объемом воспроизводимой информации.
- проблемы с концентрацией внимания;
- двигательные нарушения, у респондентов наблюдались проблемы с координацией, мелкой моторикой.

На основании полученных данных, мы разработали и частично реализовали программу социально-культурной деятельности для пожилых людей с когнитивными нарушениями.

Цель программы: улучшение когнитивных функций у пожилых получателей социальных услуг комплексного центра с помощью социально-культурной деятельности.

Задачи программы:

1. Улучшение когнитивных функций.
2. Включение пожилых людей в социально-культурную деятельность.

Программа социально-культурной деятельности предполагает групповую форму работы. Продолжительность каждого занятия варьируется от 40 до 90 минут.

Разделы программы:

Культуротворческое направление связано с развитием способностей, раскрытием талантов пожилого человека, самореализацией, а также с созданием некоего творческого продукта. В рамках данного направления будут реализованы следующие мероприятия:

– «Литературно-музыкальный вечер «Вечер бардовской песни» данное мероприятие направлено на знакомство пожилых людей с жанром бардовской песни, улучшение эмоционального состояния и на развитие художественного мировоззрения.

– Мастер-класс «Палитра весенних красок» способствует тренировке памяти, мелкой моторики рук.

Коммуникативное направление предполагает реализацию потребности пожилого человека в общении. И реализуется в следующих мероприятиях:

– Музыкально-поэтическая гостиная «С песней по жизни», данное мероприятие направлено на приобщение пожилых людей к музыкальному искусству и поэтическому творчеству, оно развивает коммуникативные навыки, тренирует памяти, улучшает психоэмоциональное состояние пожилых людей.

– «Вечер кино» в ходе данного мероприятия снимается эмоциональное напряжение у пожилых людей, тренируется внимание, память, наблюдательность.

Информационно-просветительское направлено на формирование и удовлетворение информационных, познавательных и интеллектуальных потребностей населения. Эта категория мероприятий содействует просвещению граждан в различных сферах жизни: культуре, медицине, правовых вопросах, и т.д.

Реализуется в следующих мероприятиях:

– Лекции «Финансовая грамотность» направлены на повышение уровня финансовой грамотности среди людей старшего поколения, преодоление неуверенности и непонимания современных финансовых технологий, формирование основных принципов и правил принятия решений по использованию финансовых продуктов и услуг.

– Экскурсии в Краеведческий музей направлены на знакомство с историей края древнейших времён до современности. В ходе мероприятия тренируется память, внимание, концентрация пожилых людей.

– «Интеллектуальная игра «Своя игра» способствует тренировке памяти, внимания, концентрации, улучшает психоэмоциональное состояние пожилых людей.

Рекреативно-оздоровительное направление направлено на восстановление физических и интеллектуальных сил человека, гармонизацию психики через участие в различных видах отдыха и развлечений.

Данное направление представлено в следующих мероприятиях:

– «Соревнования по скандинавской ходьбе» направлено на приобщение пожилых людей к здоровому образу жизни, улучшению их психоэмоционального состояния, улучшение чувства равновесия и координации, общего состояния, укрепление суставов ног и рук.

– Экскурсии в эко-парк «Гремячая грива» способствуют улучшению здоровья, эмоционального состояния.

– Экскурсии в фан-парк «Бобровый лог» направлены на укрепление как физического, так и психологического здоровья, повышение двигательной активности пожилых людей.

Эффективность разработанной нами программы отслеживалась непосредственно во время проведения мероприятий и в конце во время рефлексии. Пожилые люди делились своими впечатлениями, тем, что было для них полезно, интересно. Кто-то вспоминал давно забытую информацию, кто-то узнавал, пробовал новое. А также пожилые люди не останавливались только на занятиях в условиях комплексного центра, но и занимались дома, просили поделиться раздаточными материалами.

Рассмотрим на конкретном примере эффективность программы, нами было проведено мероприятие «Интеллектуальная игра «Своя игра», была подготовлена презентация с 8 категориями в каждой по 3 вопроса. В ходе мероприятия, большинство с легкостью справлялись, но у некоторых возникали трудности, они знали ответ, но вспомнить не могли, это было понятно после оглашения ответов, пожилые люди говорили, да мы знали эту информацию, но воспроизвести не могли.

Выводы по 2 главе

Наше исследование было проведено на базе Краевого государственного бюджетного учреждения социального обслуживания «Комплексный центр социального обслуживания населения «Кировский», в социально-реабилитационном отделении для граждан пожилого возраста и инвалидов, детей и лиц с ограниченными возможностями здоровья. В исследовании приняли участие 10 человек в возрасте 60-84 лет. Была проведена диагностика, в ходе которой оценивались когнитивные функции пожилых получателей социальных услуг центра социального обслуживания населения «Кировский». А также были получены представления о нарушениях процессов памяти и мышления у пожилых людей.

Исследование проводилось в несколько этапов:

1 этап – подбор диагностического инструментария.

2 этап – проведение диагностики МоСА, интерпретация результатов.

3 этап – проведение анкетирования.

4 этап – составление и частичная реализация программы социально-культурной деятельности для пожилых людей с ког в условиях комплексного центра социального обслуживания населения.

В качестве диагностического инструментария нами использовалась Монреальская шкала оценки когнитивных функций (МоСА), а также анкетирование. По результатам диагностики было установлено, что:

– у четверых человек из десяти- 26 баллов и выше, что соответствует норме и это говорит о том, что признаков когнитивного снижения не обнаружено;

– у шестерых из десяти – ниже 26 баллов, что может говорить о снижении когнитивных функций.

У пожилых людей были выявлены такие нарушения, как:

– проблемы с точностью воспроизведения информации, объемом воспроизводимой информации;

– проблемы с концентрацией внимания;

– двигательные нарушения, у респондентов наблюдались проблемы с координацией, мелкой моторикой.

По итогам анкетирования были сделаны следующие выводы:

1. 80% пожилых людей оценивают свое здоровье как удовлетворительное, 20 % как хорошо.
2. Большинство респондентов не имеют инвалидность, лишь у двоих из десяти имеется третья группа инвалидности.
3. Лишь 20% респондентов считают себя активными людьми.
4. 50 % респондентов отдают предпочтение скандинавской ходьбе, 10% отдают предпочтение обычной ходьбе и 10% ЛФК, 30% ничего не выбрали.
5. Наиболее популярным направлением в сфере искусства для респондентов – кино (50%), наименее театр и цирк.
6. 30 % отдают предпочтение изучению компьютера, 20% иностранным языкам.
7. Наиболее востребованным направлением в сфере домоводства является кулинария (60%), наименее вышивка (20%).
8. Большинство респондентов не интересуется лекциями на различные темы (60%).
9. Наименее востребованным направлением игр для респондентов являются психологические игры, наиболее интеллектуальные игры.

А также нами была разработана и частично реализована программа социально-культурной деятельности пожилых людей с когнитивными нарушениями в условиях комплексного центра социального обслуживания населения. Она включает в себя 4 раздела: культуротворческое, коммуникативное, информационно-просветительское и рекреативно-оздоровительное направление.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наше исследование было направлено на изучение особенностей когнитивных нарушений у пожилых людей получателей социальных услуг центра социального обслуживания «Кировский», г. Красноярск. Благодаря изученной нами психологической и социально-педагогической литературе, мы выяснили, что «социально-культурная деятельность – это управляемый обществом и его социальными институтами процесс приобщения человека к культуре и активного включения самого человека в этот процесс».

Была рассмотрена история термина «социально-культурная деятельность», процессы, субъекты и объекты, основные направления процессов, способы социально-культурной деятельности.

А также были рассмотрены особенности когнитивных нарушений пожилых людей, понятия «когнитивные нарушения», «когнитивные функции», факторы, которые влияют на процессы старения мозга, влияние стресса на когнитивные функции, симптомы, причины возникновения когнитивных нарушений, степени когнитивных нарушений, профилактика когнитивных нарушений у пожилых людей через социально-культурную деятельность, а также немедикаментозные методы профилактики.

В своем исследовании мы использовали следующие методы: анкетирование, Монреальская шкала оценки когнитивных функций. Нами была разработана анкета, а второй метод, полезен в качестве быстрой диагностики когнитивных функций.

По результатам диагностики было установлено, что:

– у четверых человек из десяти- 26 баллов и выше, что соответствует норме и это говорит о том, что признаков когнитивного снижения не обнаружено;

– у шестерых из десяти – ниже 26 баллов, что может говорить о снижении когнитивных функций.

У пожилых людей были выявлены такие нарушения, как:

- проблемы с точностью воспроизведения информации, объемом воспроизводимой информации;
- проблемы с концентрацией внимания;
- двигательные нарушения, у респондентов наблюдались проблемы с координацией, мелкой моторикой.

А также нами была разработана и частично реализована программа социально-культурной деятельности пожилых людей с когнитивными нарушениями в условиях комплексного центра социального обслуживания населения. Она включает в себя 4 раздела: культуротворческое, коммуникативное, информационно-просветительское и рекреативно-оздоровительное направление. В данные направления включены следующие мероприятия, такие как:

В культуротворческом направлении это литературно-музыкальный вечер «Вечер бардовской песни», данное мероприятие направлено на знакомство пожилых людей с жанром бардовской песни, улучшение эмоционального состояния и на развитие художественного мировоззрения, мастер-класс «Палитра весенних красок» способствует тренировке памяти, мелкой моторики рук.

В коммуникативном направлении – музыкально-поэтическая гостиная «С песней по жизни», данное мероприятие направлено на приобщение пожилых людей к музыкальному искусству и поэтическому творчеству, оно развивает коммуникативные навыки, тренирует памяти, улучшает психоэмоциональное состояние пожилых людей, «Вечер кино» в ходе данного мероприятия снимается эмоциональное напряжение у пожилых людей, тренируется внимание, память, наблюдательность.

В информационно-просветительском направлении - лекции «Финансовая грамотность» они направлены на повышение уровня финансовой грамотности среди людей старшего поколения, преодоление неуверенности и непонимания современных финансовых технологий, формирование основных принципов и правил принятия решений по использованию финансовых продуктов и услуг, экскурсии в Краеведческий музей они направлены на знакомство с историей края древнейших времён до современности. В ходе мероприятия тренируется память,

внимание, концентрация пожилых людей, «Интеллектуальная игра «Своя игра» способствует тренировке памяти, внимания, концентрации, улучшает психоэмоциональное состояние пожилых людей.

В рекреативно-оздоровительном направлении «Соревнования по скандинавской ходьбе» они направлены на приобщение пожилых людей к здоровому образу жизни, улучшению их психоэмоционального состояния, улучшение чувства равновесия и координации, общего состояния, укрепление суставов ног и рук, экскурсии в эко-парк «Гремячая грива» способствуют улучшению здоровья, эмоционального состояния, экскурсии в фан-парк «Бобровый лог» направлены на укрепление как физического, так и психологического здоровья, повышение двигательной активности пожилых людей.

Эффективность разработанной нами программы отслеживалась непосредственно во время проведения мероприятий и в конце во время рефлексии. Некоторые вспоминали давно забытую информацию, а для кого-то информация была открытием. Поскольку пожилые люди не останавливались только на занятиях в комплексном центре, а еще и занимались и повторяли материал дома, информация лучше усваивалась и не забывалась.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Бодрин, А. В. Особенности досуговой деятельности пожилых людей / А. В. Бодрин, Л. А. Таболько. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2016. — № 6 (110). — С. 739-741. — URL: <https://moluch.ru/archive/110/27125/> (дата обращения: 10.05.2022).

2. Бородич Ю.И. Использование сказкотерапии в коррекционно-развивающей работе [Электронный ресурс] // rep.barsu.by. — URL: <http://rep.barsu.by/bitstream/handle/handle/317/Бородич%2С%20И.Ю.%20Использование%20сказкотерапии%20в.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (дата обращения 11.05.2022).

3. Вайсеро К.И., Хоменко В.И. Основы социально-культурной деятельности [Электронный ресурс] // mguu.ru. — URL: https://mguu.ru/wp-content/uploads/2018/10/Vai-sero_Osnovy_SKD.pdf (дата обращения 25.04.2022).

4. Горшунова Н., Медведев Н., Капошко Ю. Профилактика когнитивных нарушений в деятельности врача общей практики // Врач. 2018. №6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/profilaktika-kognitivnyh-narusheniy-v-deyatelnosti-vracha-obschey-praktiki> (дата обращения: 06.05.2022).

5. Демина Э.Н., Портова Л. 3. Формы социальной работы с пожилыми гражданами (обзор литературы) // Социальные аспекты здоровья населения. 2017. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formy-sotsialnoy-raboty-s-pozhilyimi-grazhdanami-obzor-literatury> (дата обращения: 17.05.2022).

6. Диагностика когнитивных расстройств, депрессий в пожилом и старческом возрасте [Электронный ресурс] // okvd.brkmed.ru. — URL: <https://okvd.brkmed.ru/article/diagnostika-kognitivnyh-rasstrojstv-depressij-v-pozhilom-i-starcheskom-voznraste/> (дата обращения 17.04.2022).

7. Дрешер Ю.Н. Библиотерапия [Электронный ресурс] // elibrary.ru – научная электронная библиотека. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32278500> (дата обращения 05.05.2022).

8. Екименкова, С. Н. Арт-терапия как способ формирования отдельных компонентов психологического здоровья (на примере голосовой терапии) / С. Н. Екименкова. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2019. — № 23 (261). — С. 184-187. — URL: <https://moluch.ru/archive/261/60317/> (дата обращения: 12.05.2022)].

9. Екушева Е.В. Когнитивные нарушения — актуальная междисциплинарная проблема [Электронный ресурс] // портал РМЖ — медицинская информация экспертного уровня для профессионалов. — URL: https://www.rmj.ru/articles/nevrologiya/Kognitivnye_narusheniya_aktualynaya_meghdisCIPLINarnaya_problema/ (дата обращения 28.04.2022).

10. Жукова И.И. Изотерапия как действенный метод психотерапии / И. И. Жукова. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2020. — № 2 (292). — С. 208-210. — URL: <https://moluch.ru/archive/292/66090/> (дата обращения 28.05.2022)

11. Захаров В.В. Когнитивные нарушения в неврологической практике [Электронный ресурс] // трудный пациент — журнал для врачей. — URL: <https://tr-patient.ru/articles/6078/> (дата обращения: 07.05.2022).

12. Захаров В.В., Яхно Н.Н. Когнитивные расстройства в пожилом и старческом возрасте [Электронный ресурс] // kremlin- neurology.ru. — URL: http://kremlin-neurology.ru/library/Zaharov_VV_Kogn-narush.pdf (дата обращения 07.05.2022).

13. Захаров В.В. Факторы риска и профилактика когнитивных нарушений в пожилом возрасте [Электронный ресурс] // Издание «Медиа Сфера». — URL: <https://www.mediasphera.ru/issues/zhurnal-nevrologii-i-psikhiatrii-im-s-s-korsakova/2012/8/031997-72982012816> (дата обращения 15.05.2022).

14. Ионина О. С. Приемы танцевально-двигательной терапии в коррекции негативных проявлений личности // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. 2016. №2 (30). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/priemy-tantsevalno-dvigatelnoy-terapii-v-korreksii-negativnyh-proyavleniy-lichnosti> (дата обращения: 14.05.2022).

15. Каган, М.С. Человеческая деятельность. (Опыт системного анализа) [Электронный ресурс] // Bookree.org. – URL: <https://bookree.org/reader?file=1346045&pg=2> (дата обращения 24.04.2022).

16. Кемерова Т.А. Теория социально-культурной деятельности [Электронный ресурс] // elar.urfu.ru. – URL: https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/77957/1/978-5-7996-2662-4_2019.pdf (дата обращения: 26.04.2022).

17. Киселева Т.Г., Красильников Ю.Д. Социально-культурная деятельность [Электронный ресурс] // studmed.ru. – URL: https://www.studmed.ru/view/kiseleva-tg-krasilnikov-yud-socialno-kulturnaya-deyatelnost_a43131ba0b9.html (дата обращения: 02.05.2022).

18. Клинические рекомендации. Когнитивные расстройства у лиц пожилого и старческого возраста [Электронный ресурс] // Министерство здравоохранения Российской Федерации. — URL: [https://static-0.minzdrav.gov.ru/system/attachments/attaches/000/054/890/original/Клинические_рекомендации_Когнитивные_расстройства_у_лиц_пожилого_и_старческого_возраста.pdf?1614860915#:~:text=Когнитивные%20расстройства%20\(КР\)%20–%20субъективное,профессиональной%20и%20социальной%20и%20бытовой%20деятельности](https://static-0.minzdrav.gov.ru/system/attachments/attaches/000/054/890/original/Клинические_рекомендации_Когнитивные_расстройства_у_лиц_пожилого_и_старческого_возраста.pdf?1614860915#:~:text=Когнитивные%20расстройства%20(КР)%20–%20субъективное,профессиональной%20и%20социальной%20и%20бытовой%20деятельности) (дата обращения 16.05.2022).

19. Котышева Е. Н. Музыкальная психологическая коррекция в процессе реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья // ОНВ. 2009. №2 (76). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/muzykalnaya-psihologicheskaya-korreksiya-v-protsesse-reabilitatsii-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya> (дата обращения 12.05.2022)

20. Литвинцева Г. Ю. Исследовательское пространство социально-культурной деятельности // Вестник СПбГИК. 2012. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovatel'skoe-prostranstvo-sotsialno-kulturnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 25.04.2022).

21. Локшина А.Б. Недементные когнитивные расстройства в пожилом возрасте: современные подходы к диагностике и лечению [Электронный ресурс]

//umedp- медицинский портал для врачей. – URL: https://umedp.ru/articles/nedementnye_kognitivnye_rasstroystva_v_pozhilom_vozraste_sovremennye_podkhody_k_diagnostike_i_lechen.html (дата обращения 17.04.2022).

22. Маслоу А. Мотивация и личность [Электронный ресурс] // lib.ru: библиотека Максима Машкова. – URL: <http://lib.ru/psiho/maslou/motivaciq.txt> (дата обращения: 04.05.2022).

23. Плеханова О. Е. Социально-культурная деятельность как средство реабилитации пожилых людей // Вестник ВУиТ. 2012. №1 (9). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-kulturnaya-deyatelnost-kak-sredstvo-reabilitatsii-pozhilyh-lyudey> (дата обращения: 13.05.2022).

24. Психическое здоровье и пожилые люди [Электронный ресурс] // Всемирная организация здравоохранения. – URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults> (дата обращения 20.04.2022).

25. Ремус С. Сотворение целого. Глинотерапия – эмпирический метод психологического консультирования. Для практикующих специалистов [Электронный ресурс] // электронная библиотека bookz.ru. – URL: https://bookz.ru/authors/svetlana-remus/sotvoren_226/1-sotvoren_226.html (дата обращения 26.04.2022)/

26. Табеева Г. Р. Когнитивные и некогнитивные расстройства у пациентов пожилого возраста, ассоциированные со стрессом // Неврология, нейропсихиатрия, психосоматика. 2015. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kognitivnye-i-nekognitivnye-rasstroystva-u-patsientov-pozhilogo-vozrasta-assotsiirovannye-so-stressom> (дата обращения: 10.05.2022).

27. Терскова С.Г., Носенко А.В. Влияние социально-педагогической среды учреждений стационарного типа на социализацию лиц с ОБЗ и пожилых граждан [Электронный ресурс] // eLibrary. Ru – научная электронная библиотека. — URL: (дата обращения 14.05.2022).

28. Холодная М.А. Интеллект [Электронный ресурс] // Большая российская библиотека. – URL: <https://bigenc.ru/psychology/text/2013918> (дата обращения 10.05.2022).

29. Чижиков В.М. Жарков А.Д. Культурно-досуговая деятельность [Электронный ресурс] // studmed.ru. – URL: https://www.studmed.ru/view/chizhikov-vm-zharkov-ad-kulturno-dosugovaya-deyatelnost_e233f213272.html?page=7 (дата обращения 30.04.2022).

30. Численность населения Российской Федерации по полу и возрасту [Электронный ресурс] // Федеральная служба государственной статистики. – URL: https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/Bul_chislen_nasel-pv_01-01-2021.pdf. (дата обращения 20.04.2022).

31. Шаметкина Т.В. Роль социально-культурной деятельности в адаптации пожилых людей в современном социуме [Электронный ресурс] // rae.ru. — URL: <https://scienceforum.ru/2020/article/2018020723> (дата обращения 15.05.2022).

32. Шишкова В. Н., Адашева Т.В. Новые возможности для улучшения когнитивных функций у пожилых пациентов в практике терапевта // Нервные болезни. 2021. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/novye-vozmozhnosti-dlya-uluchsheniya-kognitivnyh-funktsiy-u-pozhilyh-patsientov-v-praktike-terapevta> (дата обращения 30.04.2022).

33. Ярошенко Н.Н. История и методология теории социально-культурной деятельности [Электронный ресурс] // library.igaki.info. – URL: http://library.igaki.info:404/2019/Ярошенко%20Н.%20Н_История%20и%20методология.pdf (дата обращения 25.04.2022).

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Монреальская шкала оценки когнитивных функций

ИМЯ: _____
 Образование: _____
 Пол: _____ Дата рождения: _____
 ДАТА: _____

Зрительно-конструктивные/исполнительные навыки	Скопируйте куб	Нарисуйте ЧАСЫ (Десять минут двенадцатого) (3 балла)	БАЛЛЫ																		
<p style="text-align: center;">[] [] [] [] [] [] [] [] [] []</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">[]</div> <div style="text-align: center;">[]</div> <div style="text-align: center;">[]</div> <div style="text-align: center;">[]</div> <div style="text-align: center;">[]</div> </div> <p style="text-align: center;">Контур Цифры Стрелки</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> [] [] [] </div> <p style="text-align: right;">___/5</p>																			
НАЗЫВАНИЕ	[] [] []		___/3																		
ПАМЯТЬ	Прочтите список слов, испытуемый должен повторить их. Делайте 2 попытки. Попросите повторить слова через 5 минут.	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td>ЛИЦО</td> <td>БАРХАТ</td> <td>ЦЕРКОВЬ</td> <td>ФИАЛКА</td> <td>КРАСНЫЙ</td> </tr> <tr> <td>Попытка 1</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Попытка 2</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>		ЛИЦО	БАРХАТ	ЦЕРКОВЬ	ФИАЛКА	КРАСНЫЙ	Попытка 1						Попытка 2						нет баллов
	ЛИЦО	БАРХАТ	ЦЕРКОВЬ	ФИАЛКА	КРАСНЫЙ																
Попытка 1																					
Попытка 2																					
ВНИМАНИЕ	Прочтите список цифр (1 цифра/сек). Испытуемый должен повторить их в прямом порядке. Испытуемый должен повторить их в обратном порядке.	[] 2 1 8 5 4 [] 7 4 2	___/2																		
	Прочтите ряд букв. Испытуемый должен хлопнуть рукой на каждую букву А. Нет баллов при > 2 ошибок.	[] Ф Б А В М Н А А Ж К Л Б А Ф А К Д Е А А А Ж А М О Ф А А Б	___/1																		
	Серийное вычитание по 7 из 100.	[] 93 [] 86 [] 79 [] 72 [] 65 4-5 правильных отв.: 3 балла, 2-3 правильных отв.: 2 балла, 1 правильный отв.: 1 балл, 0 правильных отв.: 0 баллов.	___/3																		
РЕЧЬ	Повторите: Я знаю только одно, что Иван – это тот, кто может сегодня помочь. Кошка всегда пряталась под диваном, когда собаки были в комнате.	[] []	___/2																		
	Беглость речи/ за одну минуту назовите максимальное количество слов, начинающихся на букву Л	[] _____ (N ≥ 11 слов)	___/1																		
АБСТРАКЦИЯ	Что общего между словами, например, банан-яблоко = фрукты	[] поезд - велосипед [] часы - линейка	___/2																		
ОТСРОЧЕННОЕ ВОСПРОИЗВЕДЕНИЕ	Необходимо назвать слова БЕЗ ПОДСКАЗКИ	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>ЛИЦО</td> <td>БАРХАТ</td> <td>ЦЕРКОВЬ</td> <td>ФИАЛКА</td> <td>КРАСНЫЙ</td> </tr> <tr> <td>[]</td> <td>[]</td> <td>[]</td> <td>[]</td> <td>[]</td> </tr> </table>	ЛИЦО	БАРХАТ	ЦЕРКОВЬ	ФИАЛКА	КРАСНЫЙ	[]	[]	[]	[]	[]	Баллы только за слова БЕЗ ПОДСКАЗКИ								
ЛИЦО	БАРХАТ	ЦЕРКОВЬ	ФИАЛКА	КРАСНЫЙ																	
[]	[]	[]	[]	[]																	
ДОПОЛНИТЕЛЬНО ПО ЖЕЛАНИЮ	Подсказка категории																				
	Множественный выбор																				
ОРИЕНТАЦИЯ	[] Дата [] Месяц [] Год [] День недели [] Место [] Город		___/6																		

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Таблица 1 – Результаты Монреальской шкалы оценки когнитивных функций каждого человека

№ Участника	№ Задания								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Участник 1	5	3	-	6	1	1	1	3	6
Участник 2	4	3	-	5	1	1	1	5	4
Участник 3	4	3	-	6	2	1	1	3	5
Участник 4	3	3	-	5	1	1	2	4	5
Участник 5	4	3	-	6	2	1	1	4	5
Участник 6	5	3	-	5	2	1	1	4	6
Участник 7	4	3	-	6	1	0	1	5	5
Участник 8	5	3	-	4	2	1	2	3	6
Участник 9	3	3	-	6	2	1	2	2	6
Участник 10	2	2	-	2	0	0	1	1	3

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Анкета для изучения интересов в социально-культурной деятельности среди пожилых людей, имеющих когнитивные нарушения

Здравствуйте! Просим Вас внимательно ответить на задаваемые вопросы, выбрав один или несколько вариантов ответа на каждый вопрос. Анкета анонимная, данные будут обработаны в обобщенном виде. Ваше мнение очень важно для нас. Заранее спасибо!

1. Укажите ваш пол _____

2. Укажите ваш возраст _____

3. Как в целом Вы оцениваете свое здоровье?

а) отлично;

б) хорошо;

в) удовлетворительно;

г) плохо;

д) отвратительно.

4. Есть ли у Вас инвалидность?

а) нет;

б) первая группа;

в) вторая группа;

г) третья группа.

5. Считаете ли Вы себя активным человеком?

а) да;

б) скорее да;

в) нет;

г) скорее нет.

6. Какие занятия для Вас наиболее интересны в направлениях (возможно несколько вариантов ответа).

I. Физическая культура и спорт.

а) лечебная физическая культура;

- б) фитнес, тренажеры;
- в) скандинавская ходьба;
- г) затрудняюсь ответить;
- д) никакие из перечисленных;
- ж) другое _____

II. Искусство

- а) музыкальное (музыка, пение);
- б) театр, цирк;
- в) танцы (народные, современные и т.д.);
- г) кино;
- д) фотография;
- е) изобразительное (живопись, графика, скульптура);
- ж) декоративно-прикладное (роспись, резьба по дереву, декупаж, скрапбукинг, лепка из полимерной глины и др.);
- з) литература;
- и) современное техническое искусство (дизайн, граффити, компьютерная графика);
- к) ничего из перечисленного.

III. Образование.

- А) информационные технологии (компьютер);
- Б) иностранный язык (укажите какой).
- В) затрудняюсь ответить;
- Г) никакие из перечисленных;
- Д) другое _____

IV. Домоводство.

- А) кулинария;
- Б) кройка и шитье;
- В) вязание;
- Г) валяние из шерсти;
- Д) вышивка;
- Е) домашний и садовый дизайн;

Ж) затрудняюсь ответить;

З) никакие из перечисленных;

Ж) другое _____

V. Лекции.

А) здоровье и красота;

Б) история, краеведение;

В) искусство, театр, кино;

Г) психология;

Д) затрудняюсь ответить;

Е) никакие из перечисленных;

Ж) другое _____

VI. Игры.

А) шашки, шахматы;

Б) домино;

В) настольные игры, лото;

Г) психологические игры;

Д) головоломки;

Е) интеллектуальные игры;

Ж) затрудняюсь ответить;

З) никакие из перечисленных;

И) другое _____