



# ГАПОУ ТО «ТОБОЛЬСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИМЕНИ В. СОЛДАТОВА»

К современному имиджу профессионала в лучших традициях медицинского образования

## Выпускная квалификационная работа Современные технологии социальной работы с ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ

Выполнила: студентка 2 курса  
по специальности «Социальная работа»  
Бычкова Светлана Владимировна  
Руководитель работы: Злыгостева Н.С.

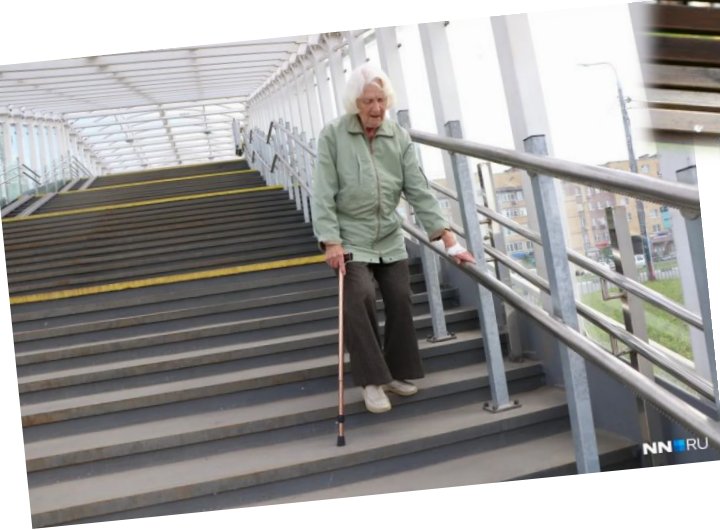
г. Тобольск, 2022 г.





Тобольский медицинский колледж им. В.  
Солдатов

# Актуальность исследования



К современному имиджу профессионала в лучших традициях медицинского образования



Тобольский медицинский колледж им. В.

Солдатовой

# Цель и задачи исследования

**Цель:** выявить социальные проблемы пожилых людей и изучить современных технологий социальной работы с данной категорией граждан.

## **Задачи:**

- Рассмотреть понятие, сущность и содержание социальной работы с гражданами пожилого возраста.
- Дать характеристику технологиям социальной работы с пожилыми людьми.
- Изучить социально-психологические проблемы лиц пожилого и старого возраста и технологии работы с этой группой населения в городе Тобольске.
- Выявить наиболее эффективную технологию социального обслуживания.
- Разработать рекомендации по совершенствованию современных технологий социальной работы с пожилыми людьми.

**К современному имиджу профессионала в лучших традициях медицинского образования**



Тобольский медицинский колледж им. В.  
Солдатов

## Объект, предмет и методы исследования

**Объект:** лица пожилого возраста.

**Предмет:** современные технологии социальной работы с лицами пожилого возраста.

**Методы:**

- изучение литературы и электронных ресурсов;
- анкетирование лиц пожилого возраста;
- анализ результатов анкетирования



# Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатов

## Граждане пожилого возраста, их психологические особенности



*Граждане пожилого возраста – люди, прожившие долгую жизнь, вследствие чего они уже испытывают определённые психофизические ограничения независимо от или отсутствия заболеваний, в некоторых случаях они функционально недееспособны либо им необходима помощь со стороны*



**К современному имиджу профессионала в лучших традициях медицинского образования**



# Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатов

## Роль специалиста по социальной работе с людьми пожилого возраста



*Специалист по социальной работе – специалист, оказывающий помощь человеку (группе людей) по улучшению социального положения*



### *Современные технологии социальной работы с пожилыми людьми*



**К современному имиджу профессионала в лучших традициях медицинского образования**



Тобольский медицинский колледж им. В.  
Солдатов

## Практическое исследование

Цель исследования: выявить проблемы граждан пожилого  
возраста



МАУ «Центр» социального обслуживания населения (г. Тобольск)  
г. Тобольск, 4 мкр., д. 48

В исследовании участвовало 40  
человек

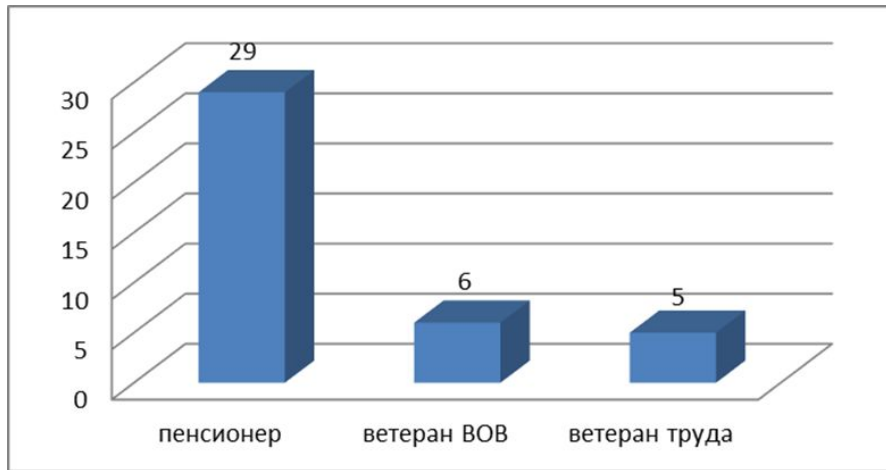
К современному имиджу профессионала в лучших традициях медицинского образования



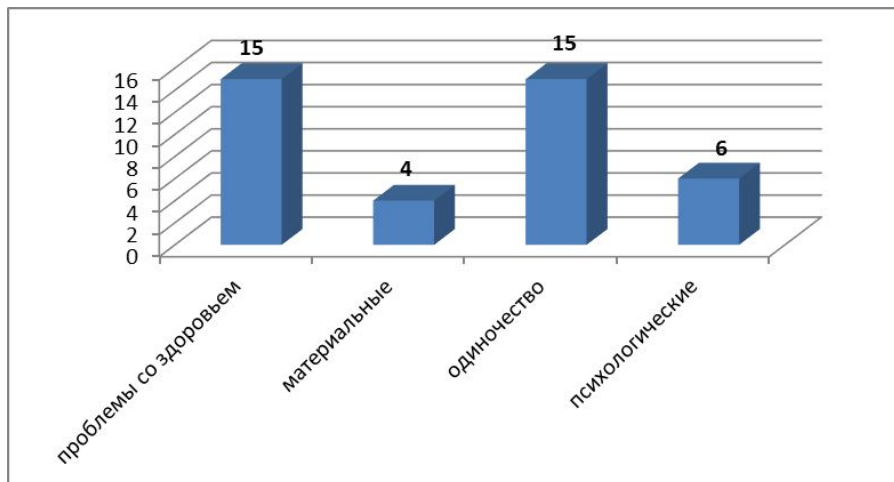
# Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатов

## Результаты анкетирования

### 1. Ваш социальный статус?



### 2. Как Вы считаете какие проблемы возникают у людей Вашего возраста?



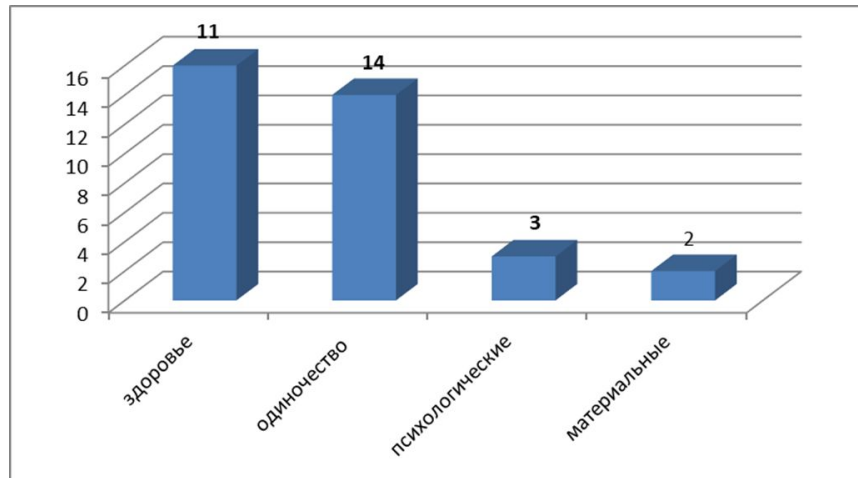




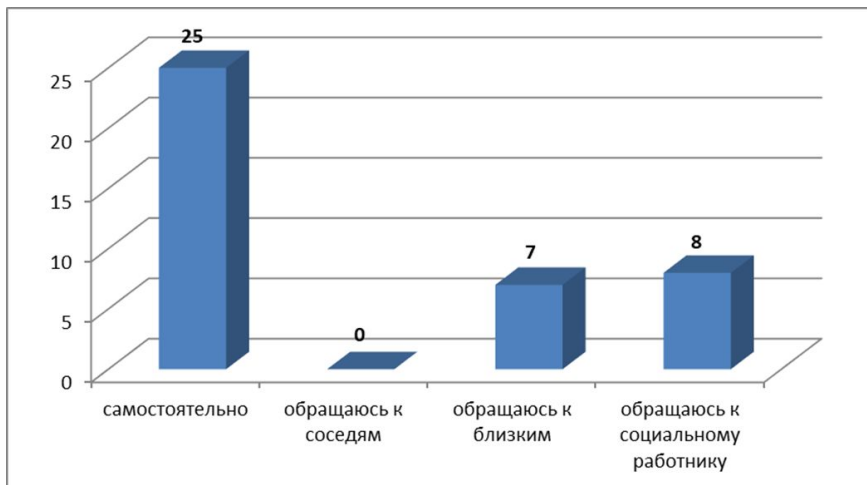
# Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатов

## Результаты анкетирования

### 3. Какие проблемы тревожат лично Вас?



### 4. Как Вы пытаетесь решить эти проблемы?

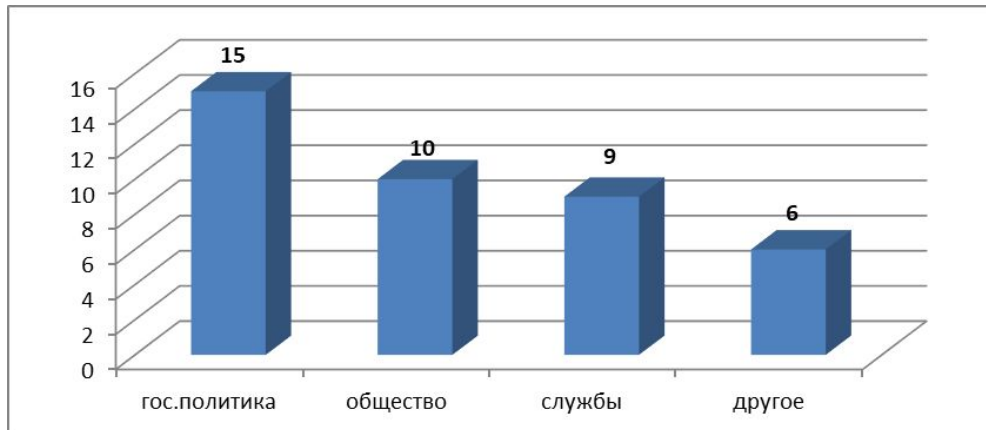




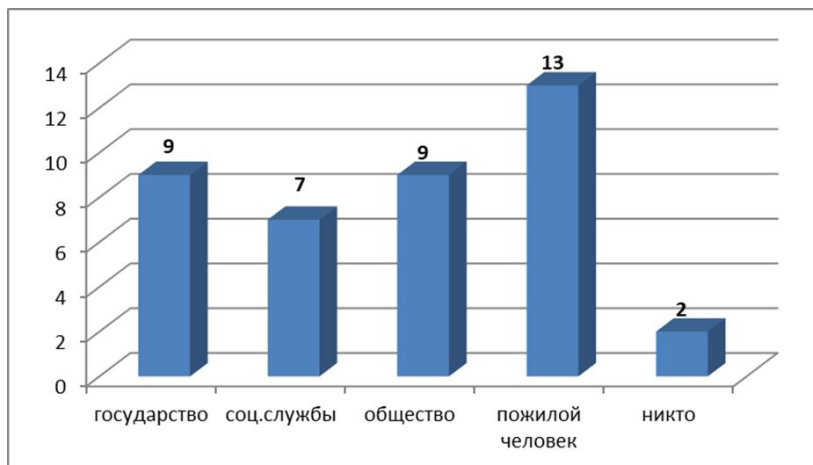
# Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатова

## Результаты анкетирования

5. Как Вы считаете, что можно сделать для решения этих проблем?



6. Кто ответственный за проблемы, возникающие в жизни пожилого человека?



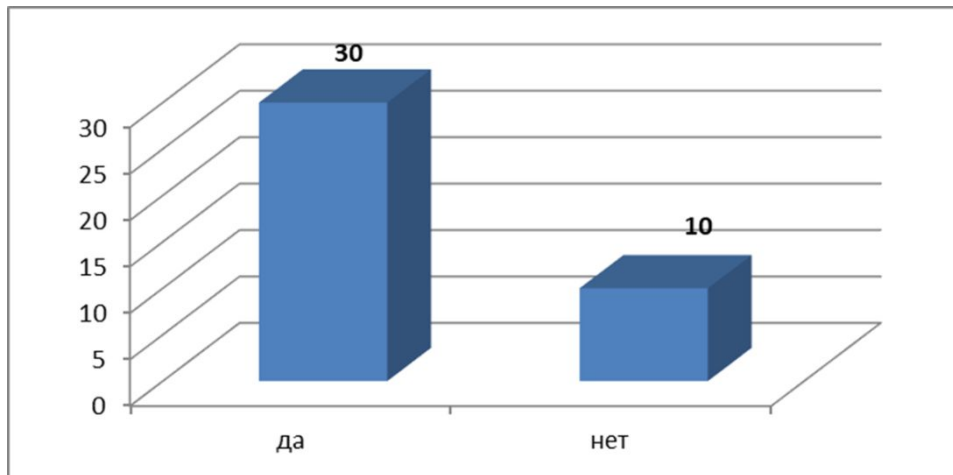
К современному имиджу профессионала в лучших традициях медицинского образования



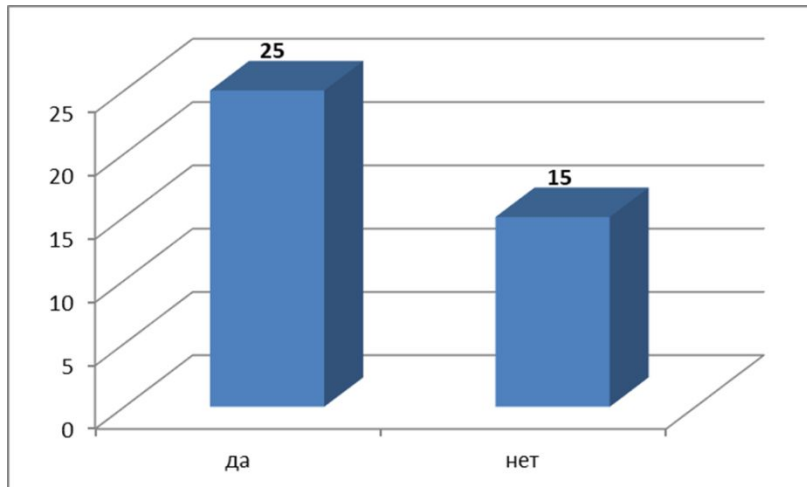
# Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатов

## Результаты анкетирования

7. Испытываете ли Вы затруднение в самообслуживании?



8. Нуждаетесь ли Вы в помощи социальной службы?

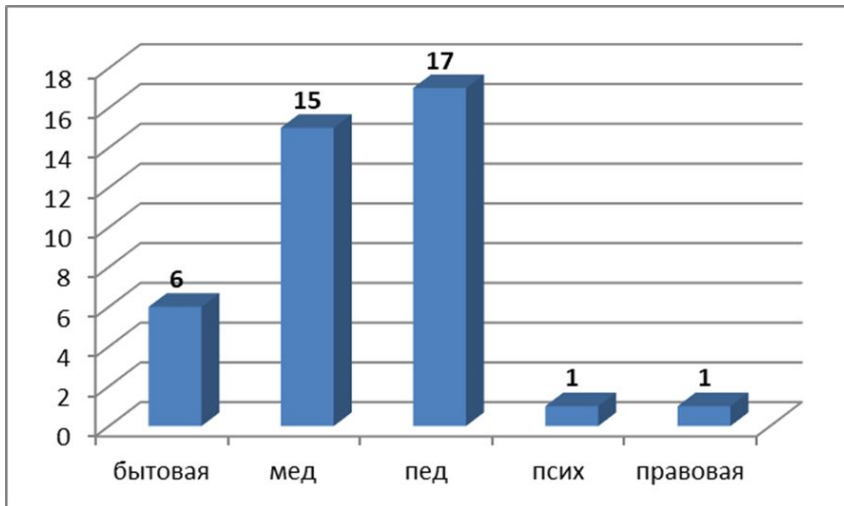




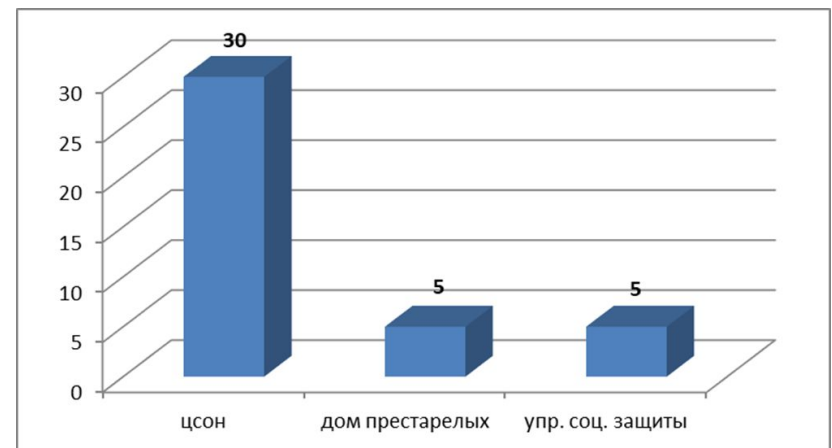
# Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатов

## Результаты анкетирования

9. Какого рода социальная помощь вам нужна?



10. Назовите известные Вам государственные учреждения, социальные службы, общественные организации, помогающие пожилым людям, которые есть в Вашем городе?





# Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатов

## Проект «Всё в твоих руках»

Наименование проекта	«Всё в твоих руках»		
Автор проекта	Бычкова Светлана Владимировна		
	616150 Тюменская область г. Тобольск 4 мкр. 38а		
	89829045661		
	Адрес электронной почты	svenabvchikova03@gmail.com	
	Адреса социальных сетей (ВКонтакте и др.)		
География проекта	г. Тобольск		
Срок реализации проекта	Продолжительность проекта – 1 год		
	Начало реализации проекта –		
	Окончание реализации проекта –		

### Описание проекта

Название проекта	«Всё в твоих руках»
1. Краткая аннотация	Данный проект направлен на организацию современных технологий с пожилыми людьми по преодолению одиночества и улучшению здоровья.
2. Описание проблемы, решение/снижение остроты которой посвящён проект	Человечество стареет и это становится серьёзной проблемой. Сложился такой стереотип, что в зрелом возрасте – ничего хорошего не ждёт. Многие пожилые люди пережили трудные годы. За плечами огромный жизненный опыт и много нерешённых проблем. Когда человек выходит на пенсию, меняется образ его жизни,

	<p>и первое с чем он сталкивается – узкий круг общения. И тут его предстоит по мере его сил и желания задействовать в общественной жизни, а также проблемы со здоровьем.</p> <p>Наиболее актуальными проблемами для людей пожилого возраста становятся:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сохранение здоровья, которое оценивается пожилыми как основная ценность и создаёт мотивацию по его поддержанию, сохранению, обереганию;</li> <li>2. Проблема одиночества, которая возникает в связи с разрушением деловых связей, смерти близких людей и указывает на <u>недостаточную адаптированность</u> пожилых людей в обществе.</li> </ol>
--	--

3. Основные целевые группы, на которые направлен проект	Пожилые люди города Тобольск
---	------------------------------

4. Основные цели и задачи проекта	<p>Цель проекта: организация досуга и социально-психологической поддержки пожилых граждан, направленных на активное долголетие.</p> <p>Задачи проекта:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разработать комплекс мероприятий с пожилыми людьми, направленный на профилактику одиночества и улучшение здоровья</li> <li>2. Социализация людей пожилого возраста, через привлечение к участию в мероприятиях, взаимодействие с волонтерами.</li> </ol>
-----------------------------------	---



# Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатовой

## Проект «Всё в твоих руках»

### Календарный план реализации проекта (этапы)

(последовательное перечисление основных мероприятий проекта с приведением количественных показателей и периодов их осуществления)

№	Мероприятие	Сроки
<b>Функциональное направление «Дорогою добра»</b>		
1.	Акция «Поздравление с праздником» (поздравление пожилых людей с праздниками: Новый год, День защитника Отечества, Международный женский день 8 - е марта, День Победы 9 - е мая, День медицинского работника). Посещение на дому, организация творческих поздравлений, вручение памятных подарков	В течение года
2.	Сопровождение пожилых людей для просмотра поздравительного концерта ко дню Победы (в школах города, колледжах)	9 мая 2022
<b>Функциональное направление «Вместе веселее»</b>		
1.	Вечерние посиделки (визание, рисование, настольные игры)	1 раз в месяц
2.	Шахматный клуб	1 раз в месяц
3.	Литературный клуб (совместное чтение и обсуждение литературы)	1 раз в месяц
4.	Кинолекторий	1 раз в месяц
<b>Функциональное направление «Здоровое поколение»</b>		
1.	Разработка памяток по профилактике заболеваний	В течение года
2.	Организация совместных прогулок, профилактической гимнастики	2 раза в месяц
3.	Физическая активность	2 раза в месяц
<b>Функциональное направление «Компьютерная грамотность»</b>		
1.	Работа с информационной сетью «Интернет»: типы подключения, интернет-браузер, адресная строка браузера, гиперссылки, копирование адреса страницы сайта	В течение года
2.	Работа с сетью «Одноклассники»: загрузка, регистрация в программе, работа в программе, добавление и поиск друзей.	В течение года
3.	Работа с программой «WhatsApp»: телефонный звонок, видео звонок, отработка навыков работы в программе	В течение года
4.	Работа с сайтом Пенсионный фонд: регистрация, оформление заявления на получение <del>получения</del> пенсии.	В течение года

### Ожидаемые результаты

(Описание позитивных изменений, которые произойдут в результате реализации проекта по его завершению и в долгосрочной перспективе)

	Ожидаемые результаты проекта	Сроки
1.	Развить у пожилых людей стремление к активному участию в культурно массовых и общественных мероприятиях	Декабрь 2022
2.	Расширить круг общения, избавиться от одиночества	Декабрь 2022
3.	Удовлетворить образовательные потребности пенсионеров, развить творческую активность пенсионеров	Декабрь 2022
4.	Создать группы здорового образа жизни и активного долголетия пожилых людей, клубы, кружки для занятий творчеством	Декабрь 2022
3.	Тесная связь старшего поколения и молодежи (волонтеров) города.	Декабрь 2022

### Количественные показатели

(указать подробно количественные результаты)

Увеличение количества преодолевших одиночество и улучшение здоровья на 50%

### Качественные показатели

1. Улучшение и повышение качества жизни проживающих пожилых людей.
2. Социализация пожилых людей.






# Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатов

## Проект «Всё в твоих руках»



### Основные рекомендации по физической активности для пожилых людей

<p>Физическая активность является основным компонентом не только здорового образа жизни, но и лечения и профилактики многих заболеваний.</p> <p>Для большей части возрастной группы физическая активность полезна не меньше, чем для молодых. Физически активные пожилые люди имеют более высокий уровень функциональной адаптации сердечно-сосудистой, дыхательной систем, лучшую память, устойчивость работоспособности, координацию, меньший риск падений, большую самостоятельность и более низкие показатели смертности от всех причин.</p> <p>Кроме того, регулярные тренировки помогают выделиться от глубокой депрессии, а групповые занятия помогают освободиться от ощущения социальной изоляции и одиночества.</p>	<p><b>УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РУК</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Упражнение можно выполнять как стоя, так и сидя на стуле.</li><li>• Ноги на полу, плечи расправлены.</li><li>• Возьмите в руки гантели или другие предметы весом 0,5-1,5 кг, поднимите и согните руки в локтях 90°. На выдохе выжмите руки вверх и оставайтесь в такой позиции в течение секунды.</li><li>• На вдохе опустите руки.</li><li>• Повторяйте по 10-15 раз.</li></ul>  <p><b>ПРИСЕДАНИЯ СО СТУЛОМ</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Сядьте на стул, стопы плотно прилегают к полу, выпрямите спину, сложите руки на груди, дышите глубоко, медленно.</li><li>• Вытяните руки перед собой параллельно полу и на выдохе медленно поворачивайтесь.</li><li>• На вдохе сядьте обратно. Спина прямая.</li><li>• Повторите 10-15 раз. Если у Вас имеются проблемы с опорными суставами, проконсультируйтесь с врачом.</li></ul> 	<p><b>ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ СУСТАВОВ</b> Система также должна получать адекватную нагрузку, но начинать занятия необходимо с минимальных нагрузок.</p> <p><b>ХОДЬБА «С ПЯТКИ НА НОСОК»</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Пятку одной ноги ставим перед носком другой. Носок и пятка должны соприкасаться или почти соприкасаться.</li><li>• Вытяните руки в стороны, подтяните живот, спина прямая.</li><li>• Выберите точку перед собой и смотрите на неё, двигайтесь по направлению к этой точке.</li><li>• Шаги же образом меняйте ноги, делая шаги вперед.</li><li>• Сделайте 20 шагов.</li></ul>  <p><b>БАЛАНСИРОВАНИЕ ПРИ ХОДЬБЕ</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Вытяните руки в стороны, подтяните живот, спина прямая.</li><li>• Выберите точку перед собой и смотрите на неё, двигайтесь по направлению к этой точке.</li><li>• Двигайтесь по прямой линии, поднимая одну ногу, согнутую в колене и переставляя её вперед.</li><li>• Сделайте 20 шагов, меняя ноги.</li></ul>
---	--	---

К современному имиджу профессионала в лучших традициях медицинского образования