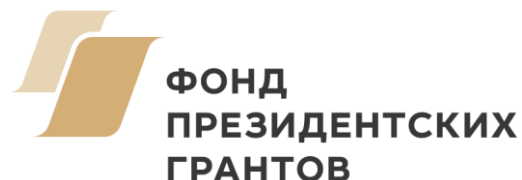


Проект «Субъективное благополучие пожилого  
человека:  
услышать, понять, помочь»



**Проведение психодиагностического исследования  
компонентов психологического/субъективного благополучия  
пожилых людей, проживающих в г.Волгограде  
(отчет о выполнении п.3 календарного плана проекта)**

Мероприятие по психодиагностическому исследованию компонентов психологического/субъективного благополучия, социально-психологический тренинг и консультирование по вопросам психологического/субъективного благополучия пожилых людей, проживающих в г.Волгограде проведено 19 декабря 2017 г., в рамках проекта «Субъективное благополучие пожилого человека: услышать, понять, помочь», реализуемого Волгоградским региональным отделением Всероссийской общественной организации ветеранов (пенсионеров) войны, труда, Вооруженных Сил и правоохранительных органов, руководителем проекта Долгополовой О.А. и членами рабочей группы проекта студентами-психологами Баландиной А., Поливановой А., Фисенко М., Булах К.

Фактическое количество участников исследования составило 26 человек (плановое - 25 чел.). Время работы с 10.00 до 18.00 час. (с перерывом на обед). Время работы по этапам составило:

10-00 - 12-30 – диагностический этап;

12-30 - 13-30 – обед для участников, обработка материалов исследования чл.раб.группы;

13-30 - 15-30 – тренинг;

15-30 – 17-30 – индивидуальное консультирование;

17-30 – 18-00 – кофе-брейк.

Программа разработанного тренинга была направлена на повышение уровня субъективного/психологического благополучия пожилого человека. Социально-психологический тренинг был апробирован на контингенте, проживающем в Доме-интернате. Для тренинга вся группа была разбита на две подгруппы по 13 человек. В каждой подгруппе работали по двое студентов-психологов. Пожилые люди, принявшие участие в тренинге, не стали выполнять некоторые задания, сославшись на усталость. Тем не менее, необходимо констатировать, что именно в тренинге были отработаны некоторые запросы клиентов, на которые они планировали получить ответы во время консультации. По ходу тренинга его программа была скорректирована, после тренинга клиенты расстались удовлетворенными, на позитивной ноте, о чем свидетельствует полученная обратная связь. Своевременный отказ от некоторых упражнений и их корректировка не вызвали негативных эмоций. При проведении тренинга использовались: ватман, цветные карандаши, фломастеры, ножницы, клей, пластилин, цветные мелки.

Индивидуальное консультирование проведено для 8 записавшихся человек. Проведенное консультирование на экспериментальной группе показало, что некоторые этапы консультирования с пожилыми людьми в проекте были успешно решены во время тренинга (например: II этап - повышение самооценки, укрепление позитивного отношения к себе и IV этап - припоминания и обсуждения всего приятного, что есть в актуальной жизненной ситуации клиента пожилого возраста и т.д.). Кроме того, в процессе тренинга некоторые пожилые люди давали адекватные советы членам своей группы, которые, очевидно, будут учтены ими в дальнейшей жизни.

Все вместе и каждый из испытуемых отдельно после окончания рабочего дня благодарили психологов, просили такие встречи сделать регулярными. Так, Лазарева В.А., которая не очень давно проживает в Волгоградском доме-интернате и у нее во время диагностики на глазах были слезы, так как «трудно смириться с тем, что жизнь проходит в доме-интернате и здесь буду умирать», в конце рабочего дня сказала, что будет «по-другому относиться к прожитой жизни, в ней было много хорошего, будет радоваться настоящему. Надо только остановиться и увидеть то хорошее, что меня сейчас окружает, а не думать о плохом прошлом».

Во время кофе-брейка мы наблюдали непосредственное позитивное общение пожилых людей друг с другом. После тренинга они с интересом говорили об упражнениях, выполненных вместе, говорили друг другу такие слова: «вот видишь, ты нам все время говорила про себя только плохое и тяжелое, а оказывается, ты вон кем была, мы тобой гордимся».

Несмотря на то, что некоторые клиенты дома-интерната проживают вместе, они смогли обрести новых друзей и компаньонов, партнеров по хобби и интересам, так как во время разминки, представляясь друг другу, сообщали о себе ту информацию, которую ранее никому не озвучивали.

Клиенты с удовольствием работали с пластилином, рисовали цветными карандашами и цветными мелками, хотя в первое время хотели работать и работали только простыми карандашами. Очень понравилось нашим клиентам упражнение «Подарок», где каждый получил виртуальный подарок от своего соседа. Многие говорили, что такого теплого подарка они не получали давно.

После консультирования все, кто получил консультацию, в один голос говорили о том, что «в их время психологию не преподавали, и, если бы они знали про психологию, то целый ряд ошибок, наверное, не совершили бы».