



ГАПОУ ТО «ТОБОЛЬСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИМЕНИ В. СОЛДАТОВА»

К современному имиджу профессионала в лучших традициях медицинского образования

1

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. Солдатов

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.



Тобольский медицинский колледж им. В.
Солдатов

4

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

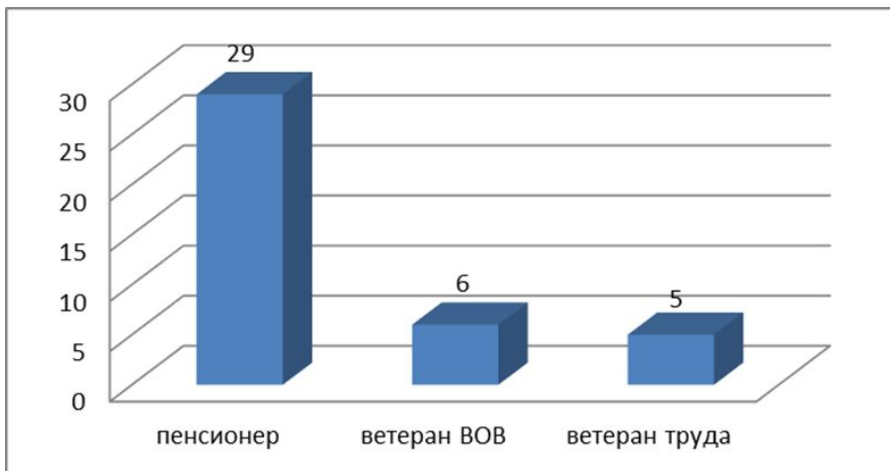
К современному имиджу профессионала в лучших традициях медицинского образования



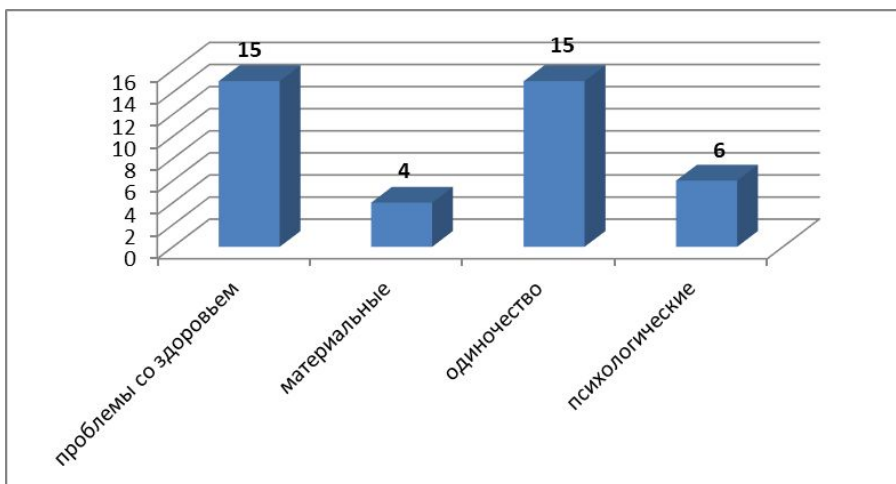
Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатов

Результаты анкетирования

1. Ваш социальный статус?



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

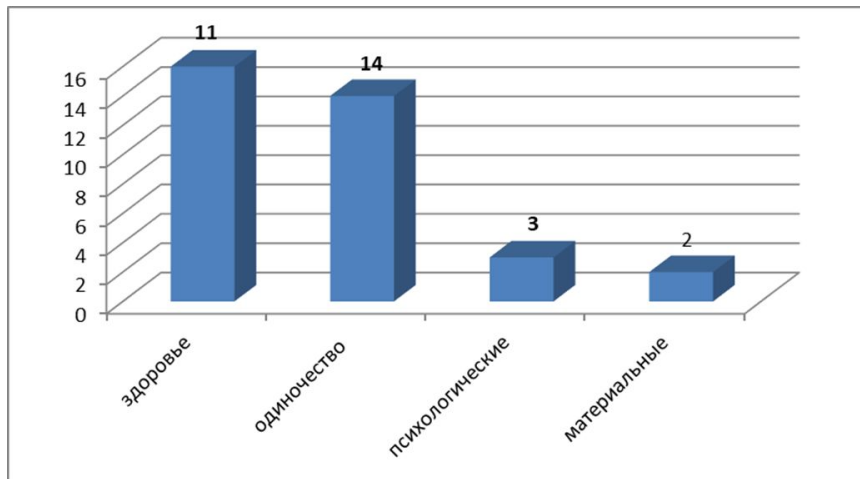




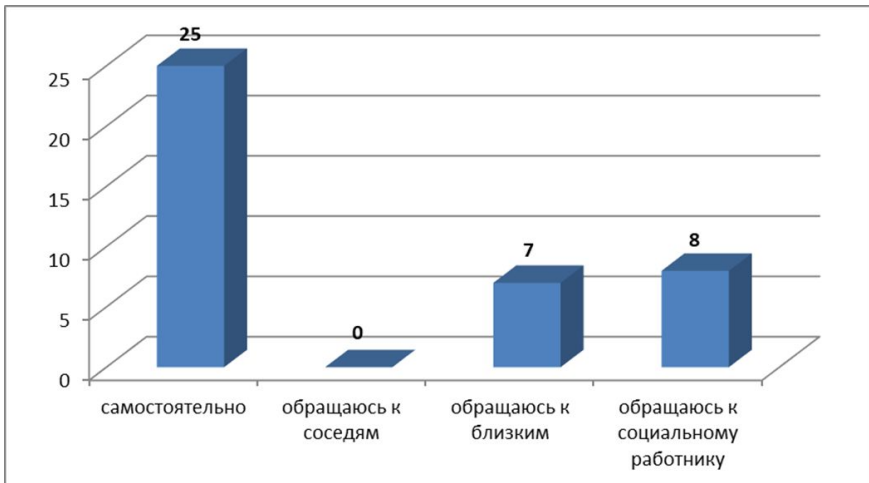
Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатова

Результаты анкетирования

3. Какие проблемы тревожат лично Вас?



4. Как Вы пытаетесь решить эти проблемы?

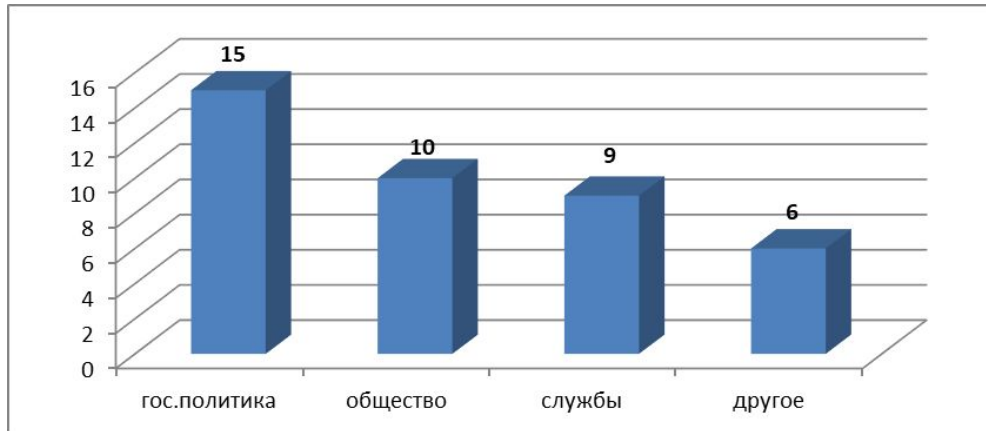




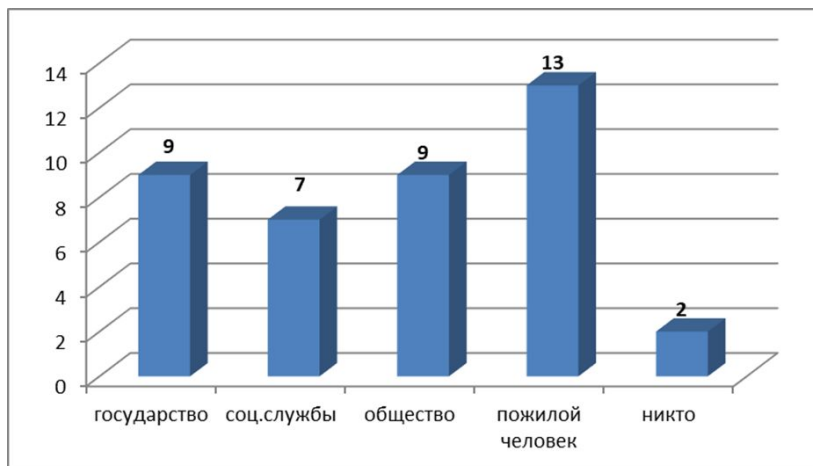
Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатов

Результаты анкетирования

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



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

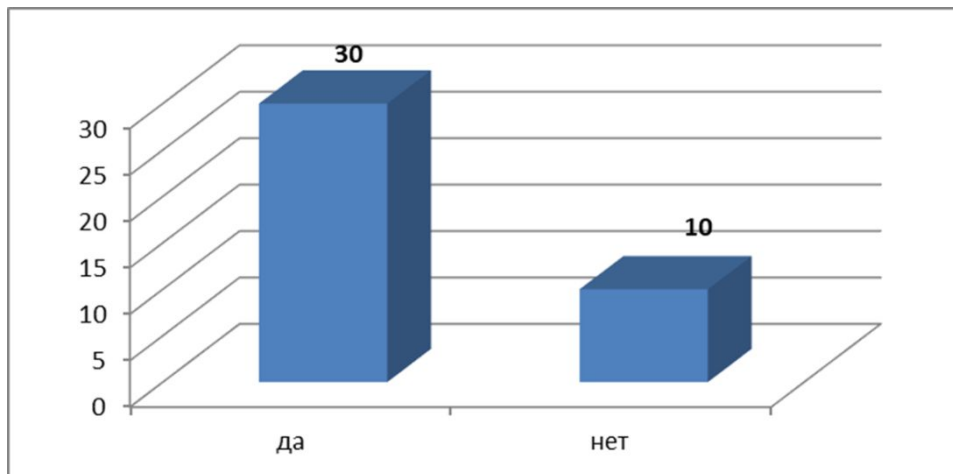




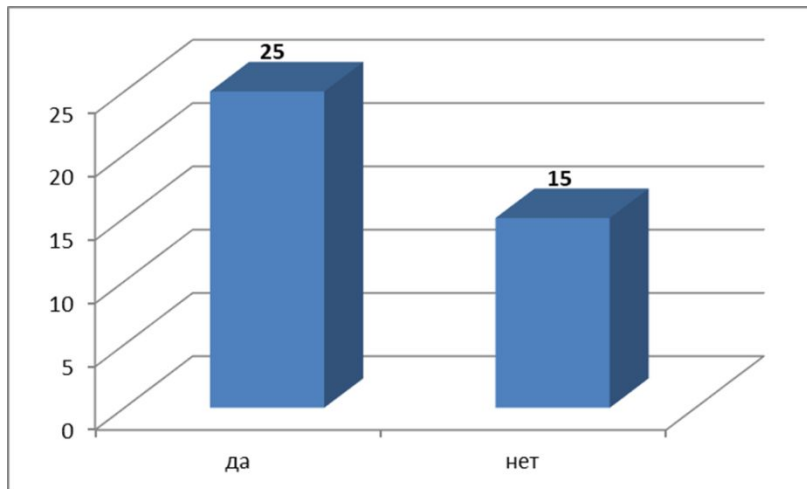
Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатов

Результаты анкетирования

7. Испытываете ли Вы затруднение в самообслуживании?



8. Нуждаетесь ли Вы в помощи социальной службы?

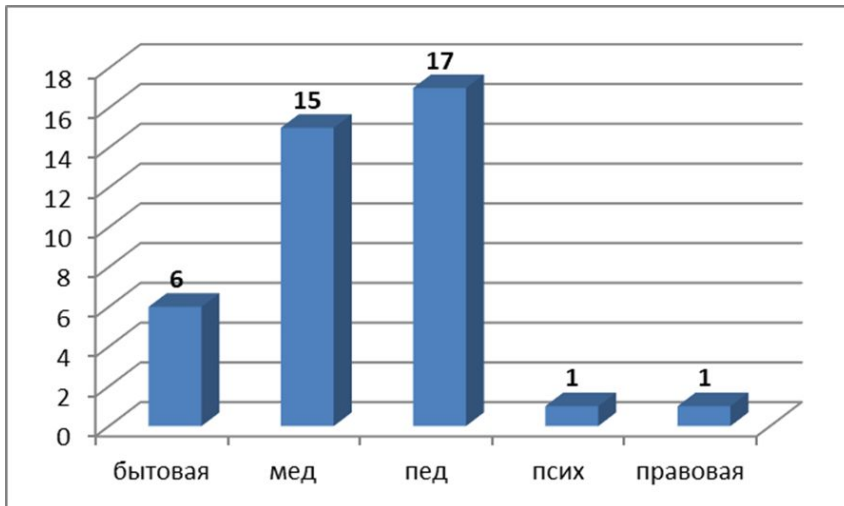




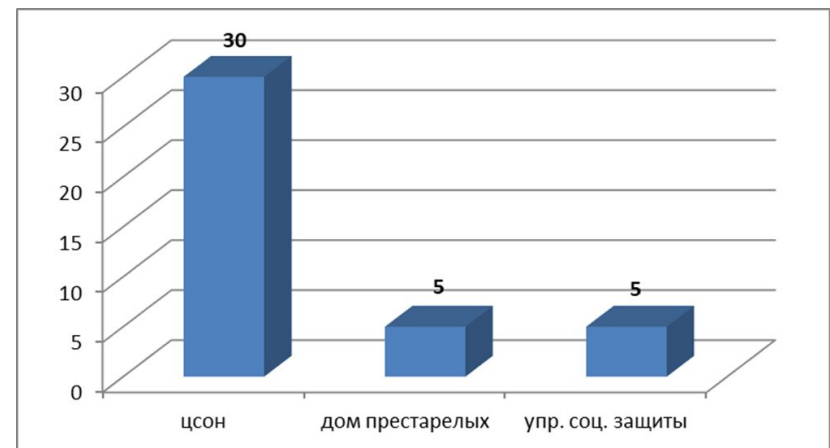
Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатов

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. Солдатова

Проект «Всё в твоих руках»

Наименование проекта	«Всё в твоих руках»		
Автор проекта	Бычкова Светлана Владимировна		
	616150 Тюменская область г. Тобольск 4-й мкр. 38а		
	89829045661		
	Адрес электронной почты	svenabychkova03@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"> 1. Сохранение здоровья, которое оценивается пожилыми как основная ценность и создаёт мотивацию по его поддержанию, сохранению, обереганию; 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.
--	--

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"> 1. Разработать комплекс мероприятий с пожилыми людьми, направленный на профилактику одиночества и улучшение здоровья 2. Социализация людей пожилого возраста, через привлечение к участию в мероприятиях, взаимодействие с волонтерами.
-----------------------------------	---



Тобольский медицинский колледж им. В. Солдатова

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
Функциональное направление «Дорогою добра»		
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
Функциональное направление «Вместе веселее»		
1.	Вечерние посиделки (вышивание, 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
Функциональное направление «Здоровое поколение»		
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
Функциональное направление «Компьютерная грамотность»		
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 получения 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. Солдатова

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 выжить от глубокой депрессии, а групповые занятия помогают освободиться от ощущения социальной изоляции и одиночества.</p>	<p>УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РУК</p> <ul style="list-style-type: none">• Упражнение можно выполнять как стоя, так и сидя на стуле.• Ноги на полу, плечи расправлены.• 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 оставьте в такой позиции в течение секунды.• На вдохе опустите руки.• Повторяйте по 10-15 раз.  <p>ПРИСЕДАНИЯ СО СТУЛОМ</p> <ul style="list-style-type: none">• Сядьте на стул, стопы плотно прилегают к полу, выпрямите спину, сложите руки на груди, дышите глубоко, медленно.• Вытяните руки перед собой параллельно полу и на выдохе медленно поднимайтесь.• На вдохе сядьте обратно. Спина прямая.• Повторите 10-15 раз. Если у Вас имеются проблемы с опорными суставами, проконсультируйтесь с врачом. 	<p>ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ СУСТАВОВ Система также должна получать адекватную нагрузку, но начинать занятия необходимо с минимальной нагрузки.</p> <p>ХОДЬБА «С ПЯТКИ НА НОСОК»</p> <ul style="list-style-type: none">• Пятку одной ноги ставим перед носком другой. Носок и пятка должны соприкоснуться или почти соприкоснуться.• Вытяните руки в стороны, подтяните живот, спина прямая.• Выберите точку перед собой и смотрите на неё, двигаясь по направлению к этой точке.• Шаги же образом меняйте ноги, делая шаги вперед.• Сделайте 20 шагов.  <p>БАЛАНСИРОВАНИЕ ПРИ ХОДЬБЕ</p> <ul style="list-style-type: none">• Вытяните руки в стороны, подтяните живот, спина прямая.• Выберите точку перед собой и смотрите на неё, двигаясь по направлению к этой точке.• Двигайтесь по прямой линии, поднимая одну ногу, согнутую в колене и переставляя её вперед.• Сделайте 20 шагов, меняя ноги.
---	--	---