

УДК 37

DOI: 10.34670/AR.2020.66.11.076

Об организации социокультурной реабилитации пожилых людей на основе мультидисциплинарного подхода

Богдановская Вера Ивановна

Кандидат педагогических наук
доцент кафедры психологии, социальной работы
Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова,
655000, Российская Федерация, Абакан, ул. Ленина, 90;
e-mail: bogdanovskaya_vera@mail.ru

Балганова Екатерина Алексеевна

Магистрант
кафедра психологии, социальной работы
Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова,
655000, Российская Федерация, Абакан, ул. Ленина, 90;
e-mail: balganova-ekaterina@mail.ru

Аннотация

В статье рассматриваются вопросы организации социокультурной реабилитации пожилых людей на основе мультидисциплинарного подхода. Мультидисциплинарный подход рассматривается авторами как сплоченная работа команды специалистов (врачей, психологов и социальных работников) в процессе социокультурной реабилитации с пожилыми людьми, для чего используются специально разработанные мультидисциплинарные программы. Авторы рассматривают технологии социокультурной реабилитации для пожилых людей с учетом их пожеланий и предпочтений, среди которых выделяют: библиотерапию, музыкотерапию, игротерапию и др. Цель работы – анализ социокультурной реабилитации на основе мультидисциплинарного подхода с пожилыми людьми, направленная на продление их активной жизненной позиции и улучшения физического и психического здоровья. Анализ проведенного исследования позволил подтвердить основные положения гипотезы нашего исследования, а именно:

- первое, это изучение специфики человеческой личности в период геронтогенеза;
- формирование базы знаний о специфике и особенностях взаимодействия и установления контактов с пожилыми людьми;
- специалисты должны создавать мультидисциплинарные команды для того, чтобы эффективно применять медицинские, педагогические и психологические знания, умения и навыки для творческого подхода к реабилитации пожилых людей. Результаты исследования могут быть использованы специалистами - практиками, в процессе проведения индивидуальных или групповых занятий социокультурной реабилитации с пожилыми людьми, с учетом мультидисциплинарного подхода, а также студентам и магистрантам по направлению подготовки «Социальная работа».

Для цитирования в научных исследованиях

Богдановская В.И., Балганова Е.А. Об организации социокультурной реабилитации пожилых людей на основе мультидисциплинарного подхода // Педагогический журнал. 2020. Т. 10. № 3А. С. 247-254. DOI: 10.34670/AR.2020.66.11.076

Ключевые слова

Мультидисциплинарный подход, социокультурная реабилитация; пожилые люди; активная жизненная позиция, технологии социокультурной реабилитации; мультидисциплинарная команда.

Введение

Реабилитация пожилых людей подразумевает организацию и разработку мультидисциплинарной программы по оказанию медицинской, психолого-педагогической и социальной помощи, которую пожилой человек должен получать в течение всего периода жизни. Для достижения максимального эффекта реабилитации (максимальное вовлечение пожилого человека в общественную жизнь в соответствии с возрастным циклом) должны применяться два подхода: междисциплинарный и семейно-ориентированный.

Мультидисциплинарный подход включает в себя работу команды врачей, педагогов и социальных работников. Команда определяет конкретные проблемы и задачи, которые должны быть решены путем сотрудничества с целью найти оптимальные пути их решения. Поскольку реабилитация пожилых людей часто является долгосрочным процессом, с возрастными изменениями пожилого человека междисциплинарная команда должна планировать помощь, исходя из наиболее важных его потребностей. Семейноориентированный подход направлен на экспертную оценку семьи и окружения пожилого человека, а также разработку программы ежедневной помощи. Понимая, что эти люди наиболее тесно связаны с пожилым человеком и больше знают о его состоянии, было бы большим упущением исключить их из процесса реабилитации. Семья и окружение пожилого человека не только обладают большими знаниями в отношении состояния и особенностей его, но и имеют уникальную возможность определять, какой из методов реабилитации является наиболее эффективным [Крайг, 2010]

Основная часть

Мультидисциплинарный подход предполагает посещение пожилым человеком самостоятельно или с членами его семьи специализированного учреждения, в котором будет оказана реабилитационная помощь с целью максимального развития возможностей пожилого человека, улучшения функций и предотвращения развития каких либо вторичных осложнений. Команда специалистов проводит оценку двигательного, речевого, когнитивного и социального развития пожилого человека, оценивает медицинские показатели, а также угрозу возникновения или наличие вторичных осложнений со стороны органов и систем. В результате обследования определяются основные краткосрочные задачи реабилитации и пути их решения. При необходимости назначаются дополнительные обследования и консультации специалистов.

Как показывают результаты исследований, проведенных в США, модели мультидисциплинарной организации медико-социального обслуживания были впервые

описаны в справочной литературе по социальной медицине еще несколько десятилетий назад. Однако на практике мультидисциплинарный подход получил большое распространение, чем междисциплинарная система организации услуг [Мишукова, 2011].

Отсюда, можно сделать такое определение; что мультидисциплинарный подход в реабилитации - это комплекс мероприятий медико-социального направления, организованного группой специалистов (медиков, психологов, социальных работников и культурных организаторов), направленного на улучшение физического и психического здоровья пожилого человека, путем включения технологий социокультурной деятельности.

В определениях междисциплинарной системы организации услуг, сформулированных рядом экспертов, можно выделить следующие общие признаки:

- сотрудничество, коллективная работа команды специалистов различных областей;
- взаимодействие, коммуникация;
- коллегиальная выработка общих подходов, равноправный учет мнений всех специалистов;
- интерактивный процесс, подразумевающий участие клиента, строгая ориентация на индивидуальные потребности клиента [Шахматов, 2013].

Мультидисциплинарный подход в реабилитации помогает и расширяет возможности и междисциплинарного подхода, для организационного направления этой деятельности, а именно; комиссия по подготовке специалистов в области здравоохранения отметила следующие преимущества междисциплинарного подхода в обучении и повышении квалификации: студенты получают представление о различных парадигмах охраны здоровья; компетенция будущих специалистов расширяется благодаря ознакомлению с другими дисциплинами; студенты получают опыт формирования программ реабилитации; опыт обогащается в процессе взаимодействия со студентами, изучающими другие дисциплины; новые и неожиданные ракурсы рассмотрения проблем позволяют осознать важность вклада каждого из профильных специалистов в конечный результат.

Зарубежный опыт использования мультидисциплинарных программ позволяет нам сделать некоторые выводы о том, что правильно разработанные программы социокультурной реабилитации помогают в решении некоторых проблем пожилых людей. Так, например; в исследовании Artner J. и соавторов применение интенсивной (3 недели) мультидисциплинарной программы, разработанной специально для амбулаторных пациентов с хроническими болями в спине и основанной на применении инъекционной терапии, фармакотерапии, физических упражнений, *back school*, эрготерапии, тракции, массажа, медицинской аэробики, аквааэробики, TENS и релаксации, ассоциировалось с достоверным улучшением исходов, в частности со снижением интенсивности боли (NRS) и улучшением функционального статуса (Oswestry Disability Index) у 66,83% и 33,33% пациентов соответственно (Artner J., 2012). Pöhlmann K. и соавторы оценили эффективность одной из мультидисциплинарных программ терапии хронической боли (в т.ч. боли в спине), получившей название *Dachau multidisciplinary treatment program* в терапии 189 пациентов с хронической болью. Эта программа используется в ежедневной клинической практике в Германии и отличается высокой интенсивностью (122,5 ч в течение 5 недель, а также 5 дополнительных дней последующего наблюдения в течение 6 мес.). Так, в рамках исследования эта программа продемонстрировала эффективность в уменьшении интенсивности боли, улучшении симптоматической картины депрессии и снижении нетрудоспособности. Эти эффекты сохранялись в течение 6 мес. наблюдения, а частота возвращения пациентов на работу составила 63% (Pöhlmann K., 2009).

В различных странах мира предлагаемые программы мультидисциплинарной реабилитации пациентов с хроническими болями в организме могут существенно варьировать, а их содержание и эффективность являются дискуссионными. Реабилитационные программы разрабатывались индивидуально для каждого пациента на основе клинического диагноза и включали следующие компоненты: мобилизация/манипуляции, упражнения на развитие гибкости, упражнения на укрепление мышц, физические упражнения на выносливость, массаж и модальности с использованием тепла и холода. Так, в группе пациентов с хроническими болями в пояснице (более 6 мес.) отмечалось меньше случаев улучшения функциональных исходов в сравнении с пациентами с продолжительностью симптомов менее 1 мес. Не было выявлено различий между группами в снижении интенсивности боли. По итогам регрессионного анализа было установлено, что после реабилитационной программы у пациентов с болью в пояснице отмечалось значительное улучшение функционального статуса в зависимости от возраста, продолжительности симптомов болевого синдрома, а также включения в программу техник мануальной терапии и упражнений на гибкость и укрепление мышц.

Результаты проекта показывают, что переориентация пожилых людей от уныния и одиночества к общению, взаимопомощи, самопознанию и самореализации в корне меняет их психологию. Согласно проекту в Центре социальной адаптации и переподготовки кадров был создан Информационно-образовательный центр для пожилых людей, в рамках которого и проводилось обучение мультипликаторов. Так же как и первые выпускники, мультипликаторы не захотели расстаться после окончания учебной программы, все новые группы создали впоследствии свои клубы и кружки. Популярностью пользуется клуб "Активное долголетие". Среди многочисленных физкультурно-оздоровительных групп - "Айкидо" и клубы прикладного искусства: "Золотая долина" (лоскутное шитье), "Мех, пух" (изготовление эксклюзивного панно из меха, пуха), "Куколки-обереги" и др.

В рамках исследования по организации социокультурной реабилитации на основе мультидисциплинарного подхода было выбрано несколько основополагающих реабилитационных направлений:

1. Библиотерапия - специальное коррекционное воздействие на пожилое лицо даже с ограниченными возможностями с помощью специально подобранной литературы в целях нормализации или оптимизации его психического состояния. Библиотерапия осуществляется через художественное чтение, дискуссии, литературные вечера, встречи с персонажами художественных произведений или их авторами, тренинг-конкурс на скорочтение, литературные и поэтические клубы, выставки книг. Реабилитационное воздействие чтения проявляется в том, что образы и чувства, усвоенные с помощью книги, восполняют недостаток собственных представлений, восстанавливают душевное.

Библиотерапия с пожилыми людьми, в котором приняли участие 15 пожилых людей – посетителей социально-реабилитационного отделения, из которых была сформирована группа для проведения сеансов библиотерапии. Ими оказались 13 пожилых женщин и 2 пожилых мужчины. Затем создана мультидисциплинарная группа специалистов, в которую вошли: специалист по социальной работе, психолог и медицинский работник, были заданы вопросы для установления состояния и проблем участника группы:

1. Какой у пожилого человека социальный статус, возраст и семейное положение? Он проживает один или с родственниками?

2. Что Вы можете сказать о состоянии здоровья пожилого человека?
3. Какое эмоциональное состояние преобладает у пожилого человека в последнее время?
4. Поддерживает ли пожилой человек отношения с родственниками, друзьями и коллегами?

Каков характер этих отношений?

5. Какое у пожилого человека хобби? Как он проводит свой досуг? Любит ли читать?

На основании ответов экспертов были составлены социальные портреты пожилых людей – участников библиотерапии.

Некоторые характеристики, наиболее выделяющиеся из всего списка участников мы приведем в работе.

Участник А. Пенсионерка, 59 лет, разведена, есть сын (проживает отдельно).

Имеет проблемы со слухом, использует слуховой аппарат. Есть проблемы со зрением — повышенное внутриглазное давление (глаукома). Наблюдается у врача невролога с диагнозом ВСД (вегето-сосудистая дистония), жалуется на частые головные боли, скачки артериального давления, головокружения, сбои в ритме сердца, внезапную слабость.

Считает себя метеочувствительной. Оценивает своё состояние здоровья как плохое. Склонна преувеличивать любые негативные реакции организма. Мнительная.

Поддерживает теплые отношения с родственниками (в основном, по телефону). В отношениях с единственным сыном не всё гладко. Требуется от него постоянного внимания. Часто звонит и просит навестить. Заставляет выгуливать её собаку, ссылаясь на плохое самочувствие. Сын часто её навещает (живет в соседнем подъезде), покупает продукты и лекарства, выгуливает собаку. Но иногда для этого ему приходится срывать с работы, чем он крайне недоволен. На этом фоне между матерью и сыном возникают постоянные конфликты.

По складу характера добрая, любит животных (есть собака и кот). Несмотря на проблемы со слухом и зрением, является активным пользователем ПК: сидит в «одноклассниках», смотрит фильмы онлайн и читает книги. Обсуждает содержание фильмов и книг на различных форумах с другими интернет-пользователями.

Участник Б. Пенсионерка, 63 года, никогда не была замужем, детей нет. Живет одна.

Имеет проблемы с опорно-двигательным аппаратом, в частности, перенесла операции на коленных суставах и позвоночнике. Вследствие этого мало ходит пешком и часто пользуется услугами такси. Есть небольшие проблемы со зрением, были операции на глазах по замене хрусталика.

В последнее время преобладает пониженный фон настроения. Постоянные боли в суставах и позвоночнике негативно сказываются на эмоциональном состоянии. Часто жалуется на проблемы со здоровьем, на «плохих» врачей. Иногда даже плачет.

Что касается социальных связей, то у пенсионерки есть друзья и знакомые, с которыми она регулярно созванивается, переписывается в интернете и встречается. В основном это люди творческих профессий (актеры, режиссеры, музыканты, художники), как и она сама, так как всю жизнь проработала в театре, и долгое время была его директором. Часто собирает друзей у себя дома на «посиделки», и сама с удовольствием ходит в гости.

Досуг у пенсионерки носит культурно-развлекательный характер. Она любит ходить в театр, на концерты, на выставки художников, в музеи. Дома смотрит высокохудожественные фильмы и слушает классическую музыку (оперу) по телевизору или на компьютере. Читает преимущественно классическую литературу.

Для определения возможностей библиотерапии в социальной работе с пожилыми людьми

было решено использовать тестирование пожилых людей до и после библиотерапии. Для этого были выбраны максимально простые и короткие тесты на такие показатели, как память, склонность к одиночеству, стресс и депрессивность. Было проведено первое вводное занятие, в рамках которого произошло знакомство с участниками библиотерапии, их знакомство друг с другом, а также тестирование. Пожилым людям было предложено пройти 4 теста: Тест № 1 «Хорошая ли у Вас память?», Тест № 2 Методика «Склонность к одиночеству», Тест № 3 «Стресс и Вы» и Тест № 4 «Не грустите никогда, не печальтесь никогда...». Приведем результаты тестирования каждого участника библиотерапии в отдельности.

Участник А в Тесте № 1 набрал 11 баллов. Это говорит о том, что память у него не так уж плоха, но он, видимо, не умеет сосредоточиться, а это всегда мешает запоминанию. В Тесте № 2 у участника преобладает отрицательная сумма баллов, что говорит об отсутствии у него стремления к одиночеству.

Таким образом, мы выяснили, что у пожилых людей есть проблемы, которые можно попробовать решить с помощью библиотерапии. Были подобраны программы и литературные произведения, чтобы каждому участнику библиотерапии пришлось что-то по душе. Это и философские размышления о войне, жизни и смерти; и сатирический рассказ; и философские стихотворения; и рассказы о животных, природе и русской деревне; и даже фантастика с элементами сатиры. По размеру все произведения были подобраны небольшие, чтобы их можно было прочитать или прослушать аудиозапись во время сеанса и затем обсудить.

На последнем 10-ом библиотерапевтическом сеансе было проведено повторное тестирование пожилых людей. Пенсионеры прошли те же самые тесты, которые проходили до занятий библиотерапией.

По результатам повторного тестирования сделали вывод, что практически у всех участников произошли позитивные изменения. Для этого был проведен сравнительный анализ результатов тестирования пожилых людей до и после библиотерапии.

Заключение. Таким образом, по результатам эмпирического исследования можно сделать вывод, что библиотерапия обладает определенными возможностями в социокультурной реабилитации, которое мы рассматривали, опираясь на биопсихосоциальную сущность человека, как совокупность трех взаимосвязанных процессов:

- биологическое старение (биологические возрастные изменения в организме);
- психологическое старение (представления индивида о процессе своего старения, специфические ощущения старости, как объективные, так и субъективные);
- социальное старение (поведение пожилого человека в обществе и выполнение им социальных ролей).

Заклучение

Таким образом, в социальной работе с пожилыми людьми можно и нужно использовать библиотерапию, так как она обладает возможностями благоприятно воздействовать и даже предупреждать все три вида старения: биологическое, психологическое и социальное.

Библиография

1. Глазунова, О.В. Библиотерапия: история, методика, практика: информац.-библиогр. Пособие / О.В. Глазунова – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2011. - 28 с.

2. Крайг, Г. Психология развития./ ред. Г. Крайг. - СПб.: «Питер», 2010. - 992 с.
3. Мишукова, Е.О. Лечение книгой, или основы библиотерапии / Е.О. Мишукова – М.: «Академия», 2011. - 353 с.
4. Шахматов, Н.Ф. Психическое старение: счастливое и болезненное / Н.Ф. Шахматов - М.: «Медицина», 2013. – 302 с.
5. Хухлаева, О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость: Учеб. пособие для студ. Высш. учеб. Заведений / О.В. Хухлаева – М.: «Академия», 2013. - 208 с.
6. Всемирный доклад о старении и здоровье [Электронный ресурс]. Режим доступа URL: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186463/10/9789244565049_rus.pdf. (дата обращения 01.10.2019)

On the organization of sociocultural rehabilitation of older persons based on a multidisciplinary approach

Vera I. Bogdanovskaya

PhD in Pedagogy,
Associate Professor, Department of Psychology, Social Work,
Katanov State University of Khakassia,
655000, 90 Lenina st., Abakan, Russian Federation;
e-mail: bogdanovskaya_vera@mail.ru

Ekaterina A. Balganova

Master student,
Department of Psychology, Social Work,
Katanov State University of Khakassia,
655000, 90 Lenina st., Abakan, Russian Federation;
e-mail: balganova-ekaterina@mail.ru

Abstract

The article deals with the organization of socio-cultural rehabilitation of older people based on a multidisciplinary approach. The authors consider the multidisciplinary approach as a cohesive work of a team of specialists (doctors, psychologists, and social workers) in the process of socio-cultural rehabilitation with the elderly, which uses specially developed multidisciplinary programs. The authors consider the technologies of socio-cultural rehabilitation for the elderly, taking into account their wishes and preferences, among which they distinguish: bibliotherapy, music therapy, game therapy, etc. The aim of the work is to analyze socio – cultural rehabilitation based on a multidisciplinary approach with older people, aimed at prolonging their active life position and improving their physical and mental health. The analysis of the study allowed us to confirm the main provisions of the hypothesis of our study, namely:

- first, it is the study of the specifics of the human personality during gerontogenesis;
- formation of a knowledge base about the specifics and features of interaction and establishing contacts with older people;
- specialists should create multidisciplinary teams in order to effectively apply medical, pedagogical and psychological knowledge, skills and abilities for a creative approach to the rehabilitation of older people. The results of the study can be used by practitioners in the process of conducting individual or group socio - cultural rehabilitation classes with the elderly, taking into

account the multidisciplinary approach, as well as by students and undergraduates in the field of "Social work»

For citation

Bogdanovskaya V.I., Balganova E.A. (2020) Ob organizatsii sotsiokul'turnoi reabilitatsii pozhilykh lyudei na osnove mul'tidistsiplinarnogo podkhoda [On the organization of sociocultural rehabilitation of older persons based on a multidisciplinary approach]. *Pedagogicheskiy zhurnal* [Pedagogical Journal], 10 (3A), pp. 247-254. DOI: 10.34670/AR.2020.66.11.076

Keywords

Multidisciplinary approach, socio-cultural rehabilitation; elderly people; Active life position, socio-cultural rehabilitation technologies; multidisciplinary team.

References

1. Glazunova, O.V. Library therapy: history, methodology, practice: information.-bibliogr. Manual/O.V. Glazunova - Rostov-on-Don: Phoenix, 2011. - 28 p.
2. Kraig, G. Psychology of Development./ed. G. Kraig. - SPb.: "Peter," 2010. - 992 p.
3. Mishukova, E.O. Treatment with a book, or the basis of librotherapy/E.O. Mishukova - M.: "Academy," 2011. - 353 p.
4. Chess, N.F. Mental Ageing: Happy and Painful/N.F. Chess - M.: "Medicine," 2013. - 302 p.
5. Huhlayeva, O.V. Psychology of Development: Youth, Maturity, Old Age: Study Manual for the Studio. Educational Institutions/O.V. Huhlayeva - M.: "Academy," 2013. 208 p.
6. World Report on Ageing and Health [Electronic Resource]. URL access mode: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186463/10/9789244565049_rus.pdf. (date of the address 01.10.2019)