

Болюбах В.В.,

старший науковий співробітник
Науково-дослідного інституту праці і зайнятості населення
Міністерства соціальної політики України та НАН України
vbolubah@gmail.com

Болюбах В.В.,

старший научный сотрудник
Научно-исследовательского института труда и занятости населения
Министерства социальной политики Украины и НАН Украины

Bolyubah V.V.,

Senior Researcher
Research Institute of Labor and Employment of the Population
Ministry of Social Policy of Ukraine and NAS of Ukraine

ПРАЦЕТЕРАПІЯ ДЛЯ ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ В УМОВАХ ІНТЕРНАТНОЇ УСТАНОВИ: СПЕЦИФІКА ТА МОЖЛИВОСТІ

ТРУДОТЕРАПИЯ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ В УСЛОВИЯХ ИНТЕРНАТОВ: СПЕЦИФИКА И ВОЗМОЖНОСТИ

PRACTICE FOR PERSONAL SKILLS IN THE CONDITIONS OF THE INTERNET INSTALLATION: SPECIFICITY AND POSSIBILITIES

У статті досліджено поняття працетерапії для підопічних осіб похилого віку в інтернатних установах системи соціального захисту. Адекватне та своєчасне задоволення індивідуальних потреб громадян похилого віку покликане забезпечити компенсацію наявних обмежень життєдіяльності та вимагає пошуку найбільш ефективних шляхів і засобів вирішення проблем в умовах проживання в інтернатній установі. Одним із таких напрямів і є впровадження такої соціальної технології, як працетерапія, що дозволяє адаптувати індивіда до зміни умов в особистому та суспільному житті, які відбуваються внаслідок вікових обмежень, захворювання, інвалідності тощо.

В статье исследовано понятие трудотерапии для пожилых людей в интернатных учреждениях системы социальной защиты. Адекватное и своевременное удовлетворение индивидуальных потребностей граждан пожилого возраста призвано обеспечить компенсацию имеющихся ограничений жизнедеятельности и требует поиска наиболее эффективных путей и средств решения проблем в условиях проживания в интернатном учреждении. Одним из таких направлений и является внедрение такой социальной технологии, как трудотерапия, которая позволяет адаптировать индивида к изменению условий в личной и общественной жизни, происходящих вследствие возрастных ограничений, заболевания, инвалидности и т.п.

The article explores the concept of occupational therapy for elderly people in residential institutions of the social protection system. Adequate and timely satisfaction of the individual needs of elderly citizens is called upon to provide compensation for existing life limitations and requires the search for the most effective ways and means of solving problems in a residential setting. One such area is the introduction of a social technology such as occupational therapy that allows the individual to adapt to a change in the conditions in personal and public life that occur due to age restrictions, diseases, nvalidnosti and the like.

Ключові слова. Соціальний захист, заходи соціальної реабілітації, інтернатні установи, особи похилого віку, соціальна робота, організація працетерапії, процес, результати, практика, ефективність.

Ключевые слова. Социальная защита, способы социальной реабилитации, интернатные учреждения, граждане пожилого возраста, социальная работа, организация трудотерапии, процесс, результаты, практика, эффективность.

Key words. Social protection, measures of social rehabilitation, boarding schools, elderly citizens, social work, organization of occupational therapy, process, results, practice, efficiency.

Вступ. Значна частина інтернатних установ системи соціального захисту для осіб похилого віку — це багатопрофільні заклади, здатні надавати різноманітні за видами й формами послуги. Однак пріоритетним напрямком соціальної роботи з особами похилого віку залишається організація життєвого середовища підопічних, здійснювана таким чином, щоб у літньої людини завжди була можливість вибору способів взаємодії з цим середовищем.

Літні люди — це не об'єкт діяльності різноманітних соціальних служб, а суб'єкт, який приймає рішення. Свобода вибору породжує відчуття захищеності, впевненості в завтрашньому дні. Звідси випливає необхідність різноманітних технологій соціальної роботи з людьми цієї категорії. Серед таких можна виділити працетерапію, яка дозволяє максимально продовжити перебування літніх людей у звичному для них середовищі та підтримувати їх особистий і соціальний статус [7].

Постановка завдання. Особи похилого віку, які перебувають в умовах інтернатної установи, — це своєрідна сукупність людей, вимушено об'єднаних схожими, подібними умовами проживання та обмеженим режимом тривалого перебування. Більшість з них не проявляють інтересу до повсякденної діяльності, і, навіть, якщо деякі з них самі можуть себе обслуговувати, вони зазвичай звертаються за допомогою до співробітників інтернату, щоб це зробили за них [9]. Зазначені особи відмовляються проявляти хоча б якусь активність тоді, коли вони можуть продовжувати жити повноцінним життям, займаючись продуктивною діяльністю. Втрата інтересу до діяльності здебільшого пов'язана з відсутністю цілеспрямованості або зменшенні надії наприкінці життя. Крім того, коли людина старіє, то активне спілкування та помірне фізичне навантаження ведуть до поліпшення стану її здоров'я [13].

Разом із тим, будинок-інтернат (пансіонат) для громадян похилого віку являє собою соціальну установу. Тому, цілком очевидно, що основними завданнями інтернатної установи через призму соціальної складової виступають: створення сприятливих умов життя; організація догляду за проживаючими, надання їм медичної допомоги та організація працетерапії [1].

Зауважимо, що життєва активність літньої людини проявляється, в основному, у задоволенні різного роду особистих інтересів і виконанні корисної, соціально значущої діяльності в умовах інтернату. Зазначена категорія громадян має доволі значний перелік особистісних проблем, котрі суттєво обмежують їх активність. Найактуальнішими виступають: дефіцит спілкування, незадоволення окремими сферами життя, поступове погіршення здоров'я тощо. Тому важливого значення у вирішенні проблеми набуває соціальна реабілітація із включенням у цей процес елементів посильної праці.

Соціальна реабілітація засобами працетерапії носить специфічний характер — вона не ставить за мету оволодіння професійними навичками, хоча в окремих випадках це не виключено. Головне завдання полягає в організації трудової зайнятості та суспільно-корисної діяльності. Для реалізації цих завдань, зазвичай, створюються лікувально-трудова майстерні або підсобні господарства, а також може здійснюватися працевлаштування [10].

Працетерапія розуміється як організація цілеспрямованої діяльності людини, що будується на принципах виробничих відносин, в якій досягається створення суспільно корисного продукту. При дотриманні цих принципів у процесі працетерапії вирішуються не менш важливі інші завдання, які носять характер психологічного впливу, сприяють адаптації літніх людей до нових умов, оскільки в ході працетерапії виникають і закріплюються міжособистісні зв'язки [11]. Працетерапія має важливе реабілітаційне та профілактичне значення у протистоянні суїцидів, депресії, нервово-психічних розладів [4].

Результати дослідження. Проведення працетерапії в інтернатній установі ґрунтується на повазі до особистості кожного підопічного з урахуванням його потреб, рівня соціального функціонування, наявного реабілітаційного потенціалу, а також з дотриманням законодавства. Разом із тим, це сприяє розвитку особистості підопічних, зацікавленості у придбанні кваліфікації, формуванню та закріпленню позитивного ставлення до праці [3].

Зазвичай, психічно-інтелектуальні активні люди та фізично рухливі особистості старіють значно повільніше: діяльність перешкоджає старінню, а старіння затримується при наявності активного способу життя. У зв'язку з цим, при організації способу життя та зайнятості підопічних доцільно змістити акценти від тривалого спокійного сидіння на диванах на користь рекомендації працетерапії. Адже, тільки рух з урахуванням, звичайно, соматичного стану дозволить запобігти, полегшити, а може й позбутися від недуг і відчутти радість буття.

При організації працетерапії важливо враховувати психологічну та матеріальну зацікавленість людини при виконанні навіть найелементарніших видів праці. Крім того, бажано забезпечити діяльність, результати якої використовуються самим підопічним і тим співтовариством, в якому людина знаходиться. Важливо запропонувати широкий спектр видів праці для задоволення індивідуальних нахилів і здібностей [2].

Завданням фахівців з працетерапії є досконале вивчення осіб, які вступають в ці установи з перших днів їх перебування: виявлення причин надходження, бажань, інтересів, потреб, намірів, ведення пропаганди активного способу життя, участь у розселенні, з урахуванням їх характерних особливостей, формування мікросоціальних груп спілкування, підбір видів зайнятості. При формуванні підходів до вирішення питань залучення до працетерапії громадян похилого віку важливою складовою є необхідність диференціації контингенту, зокрема, можна виділити п'ять основних груп:

1) перша група представлена тими, хто зберіг трудові та професійні навички і потребу здійснювати трудову діяльність. Для цієї категорії осіб підбираються види праці, котрі подібні до їх професійних інтересів і нахилів. Із зазначених вище осіб формується резерв працівників на штатні посади, на них покладаються відповідальні обов'язки, зокрема, бригадирів, контролерів тощо;

2) друга група формується із осіб, для яких трудова діяльність психологічно менш значуща й, у зв'язку з цим, залучення їх у систематичну працю є доволі проблематичним питанням. Поряд із роз'яснювальною роботою з питань корисності працетерапії також практикуються епізодичні доручення (прибирання приміщень, допомога медичному персоналу, чергування тощо);

3) третю групу становлять особи, активність яких обмежена здійсненням виключно самообслуговування. Їх діяльність ґрунтується на усвідомленому ухи-

ленні від суспільно корисної праці: зосереджена на власному благополуччі, спрямована на підтримання й збереження свого здоров'я. Спілкування, як один із видів діяльності для даної групи осіб, обмежене колом сусідів по кімнаті й необхідністю контактів з персоналом;

4) четверта група представлена особами, для яких характерна відсутність будь-якої цілеспрямованої діяльності. Так, епізодично здійснюється діяльність по самообслуговуванню, коло спілкування таких осіб скорочується, а інтерес до навколишнього середовища доволі ослаблений;

5) п'ята група складається з підопічних, що є фізично ослабленими, перебувають на постільному режимі й потребують стороннього догляду. Вони байдужі до навколишнього середовища та нерозбірливі у задоволенні потреб.

Всі заходи по відношенню до цієї групи осіб зводяться до організації медичного догляду для підтримки життєдіяльності. Враховуючи диференціацію контингенту в перших трьох групах і частково у четвертій можливий активний реабілітаційний вплив з використанням індивідуальних програм, в якому найоптимальнішим є вибір працетерапії [6].

В умовах інтернатної установи реалізуються основні моделі працетерапії, які розрізняються за завданнями, засобами й методами здійснення:

1) *загальнозміцнювальна працетерапія* — спрямована на загальне зміцнення, підтримання функціонального стану й підвищення фізичної працездатності. Під впливом трудових занять поліпшується психоемоційний стан підопічного й функція опорно-рухового апарату [12];

2) *відновлювальна працетерапія* — включає тренування постраждалих функцій і використання замісних, необхідних для життєзабезпечення в побуті або при виконанні трудових операцій. Трудові операції повинні відповідати індивідуальним можливостям і інтересам, спонукати до самостійності й творчості, приносити задоволення, мотивувати до відновлення працездатності. Навчальні або виробничі завдання за своєю структурою, обсягом, часом повинні бути потужними, виконувати тренувальну роль і викликати дозоване напруження усіх систем організму підопічного [10];

3) *виробнича працетерапія* — готує підопічного до професійної діяльності, що здійснюється у близьких до виробництва умовах. Виробнича працетерапія пов'язана з роботою на різних верстатах (ткацьких, деревообробних, столярних, картонажних тощо). Вона дає можливість зорієнтувати підопічного на роботу за попереднім фахом або отримання нової спеціальності.

Названі форми працетерапії повинні поєднуватися з таким напрямом, як побутова реабілітація — комплекс заходів щодо освоєння навичок самообслуговування після інсульту, травм, важких захворювань, що спрямована на відновлення функцій кінцівок, допомагає підопічному не відчувати свою безпорадність, з використанням спеціальних пристосувань та тренажерів. Форми праці різноманітні: шиття, в'язання, плетіння, гончарна справа, збірка простих приладів, робота з деревом, папером, картоном, ремонт книг тощо. Можливість вибору роду заняття на підставі самопочуття, умінь і знань, інтересів і переваг допомагає підопічним відчути свою самостійність і дієздатність [8].

Вимогою до організації працетерапії виступає забезпечення різноманіття трудових процесів і поступового їх ускладнення, підтримки інтересу до праці,

психологічний комфорт, постійне спостереження фахівцем з працетерапії за діяльністю підопічних.

В ході оцінки ефективності працетерапії доцільно виявити (методом опитування підопічних) основні стимули, мотиви до працетерапії, щоб в майбутньому, в процесі розробки занять з працетерапії, зробити на них акцент (рис. 1) [2].

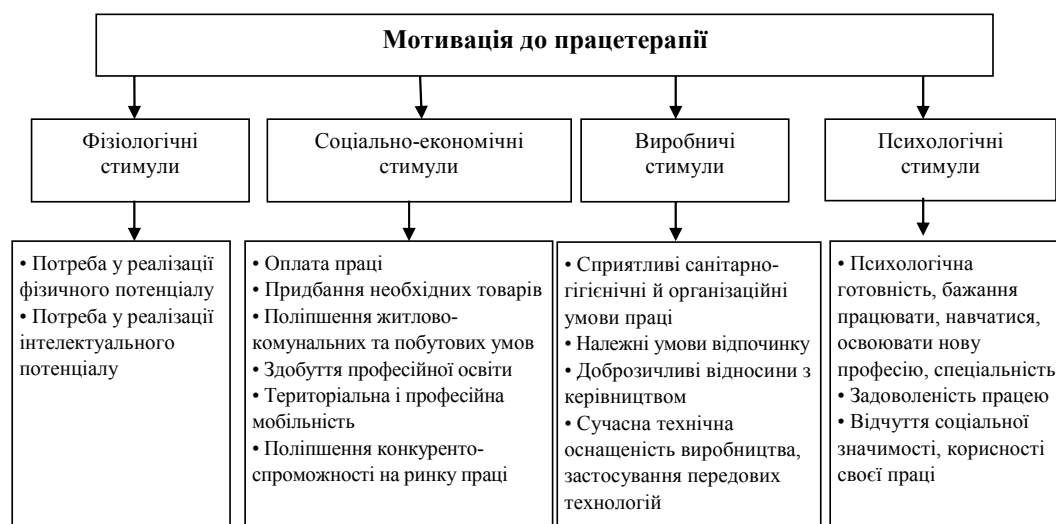


Рис. 1. Мотивація до працетерапії у підопічних інтернатних установ

Оцінити ефективність занять з працетерапії можна також за допомогою проведення діагностичних заходів з виявлення динаміки фізичного та психічного розвитку підопічних. Обстеження триває протягом усього періоду занять з підопічними, фіксуються результати, починаючи з першого заняття і через певні періоди часу. Показником ефективності проведених занять з можуть бути конкретні зміни у поведінкових настановах підопічних: від опору — до взаємодії; від пасивності — до продуктивності; від самотності — до співпраці; від вузької спрямованості — до свободи творчості; від скутості дрібної моторики — до поліпшення моторних функцій.

Ефективність занять також залежить від правильного визначення робочої пози підопічного, яка має важливе значення внаслідок її впливу на втому й витривалість до трудових навантажень. Визначення оптимального рівня навантаження й найзручнішої робочої пози має поєднуватися з динамікою цих показників протягом усього процесу працетерапії. Останні в комплексі з організаційними аспектами складають режим занять з працетерапії.

Практика соціальних закладів, які надають послугу працетерапії громадянам похилого віку, показує, що найсприятливішим часом для працетерапії є — з 1000 до 1300 та з 1700 до 1800; оптимальна разова тривалість занять — 30 — 40 хвилин, сумарна — 3–4 години в день залежно від психофізіологічних і фізичних можливостей підопічних.

Процес і результати працетерапії слід співвідносити з індивідуальною та колективною моральною відповідальністю підопічних. Так, індивідуальні та гру-

пові результати робіт, що проводяться в рамках працетерапії, доцільно обговорювати на зібраннях підопічних, проведення яких відноситься до важливої терапевтичної технології. Подібні групові обговорення допомагають підопічним спільно приймати рішення щодо певних питань і завдань групової працетерапії, дозволяють розділити тривогу, прикрість, радість, успіх з іншими підопічними й отримати адекватну підтримку, що сприяє розвитку почуття товариства, взаємодтримки, відповідальності та взаємоконтролю.

Виникають випадки, коли підопічні не бажають приймати участь у працетерапії, мають негативне, байдуже або пасивне ставлення до праці, що може бути наслідком психоемоційного занепаду підопічного. В такому разі, для заохочення підопічного до трудової діяльності фахівець з працетерапії може застосовувати методи індивідуальної роботи з підопічним. Найпоширенішим є метод психотерапевтичних бесід, протягом яких фахівець розповідає про різні види праці, про значення праці для підопічного, встановлює характер трудових настанов особистості. Цей метод дозволяє виявити уявлення підопічного про різні види діяльності, а головне — визначити його роль у виконанні того чи іншого виду праці. Сам факт прояву інтересу до окремих видів праці стає основою для обговорення, коли бесіда приймає психотерапевтичний, активуючий і коригуючий характер.

Особливо важливим на даному етапі залучення є те, щоб поставлене перед підопічним трудове завдання було здійсненим, тобто відповідало його потенційним можливостям. Воно повинно бути елементарно простим й складатися з окремих елементів, які пов'язані між собою логічною послідовністю. Виконання будь-якої роботи повинно заохочуватися як моральними, так і матеріальними стимулами. Цей метод є найефективнішим для підопічних з байдужим і пасивним ставленням до праці.

Наступний метод полягає в поєднанні психотерапії коригуючого й виховного характеру з елементами наочності трудових процесів в умовах підсобного господарства. При застосуванні цього методу підопічний, незалежно від бажання, включається в групу осіб, які вже добре опанували певні трудові навички й виконують певні види робіт. Поступово формуються неформальні інтерперсональні відносини з працюючими членами колективу, що спричиняє появу спільних інтересів, прагнень, потреб, які можна реалізувати спільною трудовою діяльністю. Цей метод залучення до працетерапії виявляється найефективнішим для більшості підопічних із псевдоактивним ставленням до праці.

До підопічних з різко негативним ставленням, які наполегливо відмовляються від виконання елементарних видів працетерапії, можна застосовувати метод, який полягає в тому, що на фоні раціональної психотерапії підопічному змінюють режим утримання. Всі культурно-дозвілєві заходи, що проводяться у відділенні, стають для нього недоступними. Це, в свою чергу, емоційно впливає на підопічного, який через певний час просить повернути його в свою мікрогрупу (палату), обіцяючи приступити до праці. Цей метод, будучи суворо індивідуальним, дозволяє при правильному застосуванні змінити негативне ставлення до праці у підопічних з негативною настановою [5].

Висновки. Таким чином, визначено основні складові процесу організації працетерапії, які необхідно брати до уваги при розробці та проведенні занять: врахування побажань та інтересів самого підопічного; вимоги до праці; можливості підопічного: медичні показання до працетерапії, самоорганізація та внут-

рішні ресурси; мотивація до праці: зацікавленість і спрямованість на працетерапію; матеріально-технічне забезпечення: координація основних і допоміжних трудових процесів; заохочення або винагорода за працю; робоча обстановка (нормалізація, поліпшення умов праці); міжособистісні відносини підопічних; результати праці: час виконання, кількісні та якісні одиниці виміру.

Правильно організована працетерапія відновлює зв'язок з колективом, згладжує почуття самотності, тривоги, депресії, звільняє від усвідомлення власної неповноцінності, формує санітарно-гігієнічні та господарсько-побутові навички, залучає в трудову діяльність, навчає елементарним професійним навичкам — отже, сприяє успіху соціальної реабілітації підопічних в цілому.

При проведенні даних заходів обов'язково потрібно враховувати показання загального захворювання, показання до працетерапії, бажання брати участь в заняттях, безперервність процесу працетерапії, підбирати індивідуальні заняття для кожного, комплексність, навантаження і збільшення часу занять з працетерапії. Впровадження комплексної програми працетерапії дозволяє знизити кількість девіацій у підопічних, активізувавши соціально-корисну діяльність, що, в свою чергу, позитивно позначається на соціальній адаптації та реабілітації осіб похилого віку, які перебувають у закладах соціального обслуговування.

Література

1. Дементьева Н.Ф. Социальная работа в учреждениях социально-реабилитационного профиля и медико-социальной экспертизы. — М.: Издательский центр «Академия», 2010. — 272 с.
2. Т. В. Зозуля, Е. Г. Свистунова, В.В.Чешихина и др. Комплексная реабилитация инвалидов. — М.: Издательский центр «Академия», 2005. —304 с.
3. Никифоров Ю.В., Котова Л.В. Влияние трудотерапии как метода медико-социальной реабилитации на психическое и социальное функционирование пациентов с психическими расстройствами // Журнал психиатрии и медицинской психологии. — №1 (18). —2008. — С. 62–65.
4. Повышение социальной активности пожилых людей путем использования трудотерапии как фактора успешной социальной реабилитации: [Электронный ресурс] — Режим доступа: http://kcsnpz.ucoz.ru/publ/povyshenie_socialnoj_aktivnosti_pozhilykh_ljudej/
5. Працетерапія. [Електронний ресурс] — Режим доступу: <http://mydocx.ru/10-48424.html>
6. Токарский Б.Л., Токарская Н.М., Нефедьева Е.И. Социологическое исследование социально-психологической адаптации пожилых граждан в условиях стационарного социального обслуживания. // Вестник Тюменского государственного университета. — Тюмень: Тюменский государственный университет. — 2006. — 1. — С. 57–68.
7. Трудотерапия — Сиделка СПб. [Электронный ресурс] — Режим доступа: <http://sidelka.spb.ru/pages.php?pageName=reabilitacija&pageId=56>
8. Трудотерапия в пожилом возрасте как психологическое воздействие. [Электронный ресурс] — Режим доступа: <http://noalone.ru/infocentr/psikhologiya/trudoterapiya/>
9. Трудотерапия: цели и виды терапии. [Электронный ресурс] — Режим доступа: https://www.cbh.su/trudoterapiya__celi_i_vidy_trudoterapii/
10. Холостова Е. И. Социальная работа с инвалидами: Учебное пособие / Е. И. Холостова. — М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2013. — 240 с.

11. Холостова Е. И., Дементьева Н. Ф. Социальная реабилитация: Учебное пособие. — 4-е изд. — М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2006. — 340 с.
12. Occupational Therapy (ergotherapy). available at: <http://autism.am/occupational-therapy-ergotherapy/>
13. Occupational therapy's role in LTC, available at: <http://www.ltlmagazine.com/article/occupational-therapy-s-role-ltc>

References

1. Dementieva N.F. (2010), Sotsial'naya rabota v uchrezhdeniyakh sotsial'no-reabilitatsionnogo profilya i mediko-sotsial'noy ekspertizy [Social work in institutions of social and rehabilitation profile and medical and social expertise], Publishing Center "Academy" Moscow, Russia.
2. T.V. Zozulya, E.G. Svistunova, V.V. Cheshikhin (2005), Kompleksnaya reabilitatsiya invalidov [Integrated rehabilitation of disabled people], Publishing Center "Academy", Moscow, Russia.
3. Nikiforov Y.V., Kotova L.V. (2008), Vliyaniye trudoterapii kak metoda mediko-sotsial'noy reabilitatsii na psikhicheskoye i sotsial'noye funktsionirovaniye patsiyentov s psikhicheskimi rasstroystvami [The influence of occupational therapy as a method of medical and social rehabilitation on the mental and social functioning of patients with mental disorders], Journal of Psychiatry and Medical Psychology, no.1, pp.62–65.
4. Increase of social activity of elderly people by using occupational therapy as a factor of successful social rehabilitation, available at: http://kcsnpz.ucoz.ru/publ/povyshenie_socialnoj_aktivnosti_pozhilykh_ljudej
5. Pratsseaterapiya, available at: <http://mydocx.ru/10-48424.html>
6. Tokarsky B.L., Tokarskaya N.M., Nefedieva E.I. (2006), Sotsiologicheskoye issledovaniye sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii pozhilykh grazhdan v usloviyakh statsionarnogo sotsial'nogo obsluzhivaniya [Sociological research of socio-psychological adaptation of elderly citizens in the conditions of inpatient social services], Bulletin of the Tyumen State University, Tyumen, Russia, no.1, pp. 57–68.
7. Occupational therapy — Sick nurse St., available at: <http://sidelka.spb.ru/pages.php?pageName=reabilitacija&pageId=56>
8. Occupational therapy in old age as a psychological effect, available at: <http://noalone.ru/infocentr/psikhologiya/trudoterapiya/>
9. Occupational therapy: goals and therapies, available at: https://www.cbh.su/trudoterapiya_celi_i_vidy_trudoterapii/
10. Holostova E.I. (2013), Sotsial'naya rabota s invalidami [Social work with disabled people] Publishing and trading corporation "Dashkov and Co.", Moscow, Russia.
11. Holostova E.I., Dementieva N.F. (2006), Sotsial'naya reabilitatsiya [Social rehabilitation] Publishing and Trading Corporation "Dashkov and Co.", Moscow, Russia.
12. Occupational Therapy (ergotherapy), available at: <http://autism.am/occupational-therapy-ergotherapy/>
13. Occupational therapy's role in LTC, available at: <http://www.ltlmagazine.com/article/occupational-therapy-s-role-ltc>

Стаття надійшла до редакції 12.01.18 р.