**Методы и приемы социокультурной практики в библиотеке**

**с пожилыми людьми**

Одно из великих достижений XX века – долголетие, но в то же время старость и старение входят в число наиболее сложных проблем современности.

Поскольку старость – самый тяжелый период жизни человека, а  демографическое старение требует от общества все больших финансовых затрат и других материальных ресурсов на обслуживание этой возрастной категории населения. В настоящее время пожилые и старые люди стали третьей по значимости возрастной категорией населения, что породило очень серьезные экономические, медицинские, а также социальные проблемы, о возможности существования которых в прошлом человечество не могло даже предполагать.

По данным Всемирной организации здравоохранения, возраст от 60 до 74 лет – признан пожилым, от 75 до 89 лет – старческим, от 90 лет и старше – возрастом долгожителей.

По данным ООН, в 1950 году в мире проживало приблизительно 200 миллионов людей в возрасте 60 лет и старше, к 1975 году их количество возросло до 550 миллиона. По прогнозам, к 2025 году численность людей старше 60 лет достигнет 1 миллиард 100 миллиона человек. По сравнению с 1950 года их численность возрастет более чем в 5 раз, тогда как население планеты увеличится только в 3 раза.

Из-за более высокой смертности мужчин, по сравнению с женщинами, процесс старения в разной степени охватил мужское и женское население. Среди населения пенсионного возраста преобладают женщины: в возрасте 60 лет и старше их в 2 раза больше, чем мужчин, в возрасте 75 лет и старше – в 2,9 раза больше, в возрасте 85 лет и старше – в 4,5 раза больше.

Процесс старения связан с изменениями, происходящими в организме и  ведущими к ослаблению биологических и социальных функций человека, к обострению уже имеющихся или появлению новых, нередко весьма тяжелых заболеваний. Для любого стареющего человека характерны изменения со стороны центральной нервной системы, что приводит к снижению работоспособности, появлению обидчивости и раздражительности, снижению памяти и утрате некоторых навыков, депрессии. Необходимо понимать, что пожилой человек больше, чем кто-либо, нуждается в поддержке, человеческом участии.

Переход человека в группу пожилых существенно изменяет его взаимоотношения с обществом и такие ценностно-нормативные понятая, как цель и смысл жизни, добро и счастье и т.д. Значительно меняется образ жизни людей. Прежде они были связаны с социумом, производством, общественной деятельностью. Как пенсионеры они, как правило, утрачивают постоянную связь с производством. Однако как члены общества остаются включенными в определенные виды деятельности в различных сферах жизни.

Выход на пенсию особенно тяжело воспринимают люди, чья трудовая деятельность высоко ценилась в прошлом, а сейчас (к примеру, в современных российских условиях) признается ненужной. Практика показывает, что разрыв с трудовой деятельностью отрицательно сказывается в ряде случаев на состояние здоровья, жизненном тонусе, психике людей. И это естественно, поскольку работа (посильная, конечно) является источником долголетия, одним из важнейших условий сохранения хорошего здоровья.

Работа библиотек со старыми людьми в последние годы стала особенно актуальной для нашего государства. Важно, чтобы деятельность библиотеки осуществлялась по разным направлениям, среди них основные **– *информационное обслуживание и организация досуга.*** Полезно проводить исследования по выявлению и изучению читательского спроса, информационных потребностей пожилых людей. Для них должны проводиться дни информации, составляться рекомендательные списки литературы, оформляться тематические папки-досье. Обслуживание таких пользователей должно осуществляться и с применением электронных ресурсов.

Для выявления читательских интересов в библиотеке целесообразно провести ***анкетирование (Приложение № 1),*** помогающее выявлению активных и пассивных пользователей. Как итог, на основе общности интересов, создание клуба или любительского объединения.

Работникам библиотек необходимо обладать терпением и пониманием при обслуживании лиц пожилого возраста, уметь создавать доброжелательную атмосферу, учитывать их информационные потребности, увлечения. Стоит заметить, что к пожилым всегда должен быть индивидуально-дифференцированный подход. Среди читателей библиотеки встречаются и такие, чье поведение отличается от других, является нестандартным, отклоняющимся от нормы или девиантным.

Вот, например, категория – гневные старики: это люди, в силу различных обстоятельств воспылавшие ненавистью ко всему окружающему, как правило, после 60 лет. Они сознательно идут на конфликт по любому поводу. Часто по надуманным основаниям они склонны обвинять и библиотекарей.

Для того, чтобы противостоять такому поведению, библиотекари должны разрабатывать и использовать различные методы и формы к различным группам читателей, независимо от их девиантного поведения.

Основополагающим для обеспечения рационального библиотечного обслуживания лиц старшего возраста служит понимание того, что по сути большинство остаются такими же, какими были всю жизнь. Теперь, когда на них не лежит более обязанность кормить семью и зарабатывать деньги, многие вступили в такую фазу жизни, когда могут посвятить себя своим интересам. Вероятно, эти увлечения останутся преимущественно без изменений. Те, кто интересовался политикой, историей, будут заниматься этим и впредь и т.д.

Наконец, как и в случае населения в целом, читательские способности и интересы пожилых людей разные. Некоторые – активные читатели, другие умеренные, а кто-то относится к чтению апатично или отрицательно. Следовательно, эффективное библиотечное обслуживание пожилых людей должно быть нацелено на:

* стимулирование и поддержку индивидуальных интересов;
* компенсирование физических и умственных недостатков;
* дополнение специфических видов терапии или иной деятельности;
* удовлетворение разных уровней способностей чтения.

С переходом в категорию пожилых, пенсионеров меняется образ жизни, распорядок дня, цели, задачи и круг общения.

С возрастом меняется ценностная иерархия самооценок. Пожилые люди уделяют меньше внимания своей внешности, зато больше – внутреннему и физическому состоянию.

В процессе нормальной жизнедеятельности человек занят разнообразными повседневными делами: профессиональной деятельностью, образованием, домашними делами, общением с людьми, сном, отдыхом, досугом.

***Досуг*** подразумевает такой род занятий, который даёт человеку ощущение удовольствия, приподнятого настроения и радости. Люди проводят его для расслабления, снятия стресса, физического и психологического удовлетворения. Стараются разделить свои интересы с друзьями и близкими, завязать общественные контакты и получить возможность самовыражения или творческой деятельности.

Возможность активного отдыха у пожилых ограничена нехваткой денежных средств. Большинство престарелых указывают, что они редко посещают кино или театр, не совершают туристические и экскурсионные поездки. Основным способом проведения досуга для пожилых остается чтение художественной и научно-популярной литературы, просмотр телепередач. Кроме того, пожилые люди в свободное время любят шить и вязать, увлекаются растениеводством и резьбой по дереву, ходят на охоту и рыбалку, слушают музыку, занимаются другими видами творчества. Не имея других способов проведения досуга, пожилые люди «активно отдыхают» на дачных и приусадебных участках.

***Досуг и отдых*** могут включать следующие виды деятельности:

* спорт или разнообразная физическая активность;
* художественная деятельность (живопись, рисование, литературное творчество);
* поделки (вышивание, вязание, плетение различных изделий и другое ручное творчество);
* хобби (разнообразная деятельность по интересам);
* посещение музеев, театров, галерей, экскурсии;
* игры (настольные игры, компьютерные игры)
* развлечения (просмотр телепередач, фильмов, чтение литературы);
* общение с другими людьми (телефонные разговоры, написание писем, приглашений, организация и посещение вечеров и других развлекательных мероприятий).

Некоторые ***формы досуга*** могут помочь пожилому человеку в восстановлении утраченных функций в результате старости или болезни. Например, составление картинок с использованием мозаики или пазлов развивает внимание, память и мелкую моторику рук, что особенно важно при параличах верхних конечностей. Можно порекомендовать проводить мастер-классы по вязанию крючком или спицами, вышиванию, рисованию; игры, помогающие в освоении различных новых знаний и навыков; просмотр телепередач или слушание радио, особенно музыкальных программ; просмотр старых фотографий и мемуарные беседы.

Часто единственным и доступным для пожилых людей времяпрепровождением является чтение, а в силу своих особенностей: открытости, доступности и бесплатности – библиотеки взяли на себя функции организации досуга населения, открывая свои помещения различным ***клубам и объединениям по интересам*.** Их популярность и жизнеспособность определяются никакой-то особой темой или сверхзадачей, а главным образом царящей в них атмосферой. Свободное, непринужденное общение оказывается очень полезным для людей пенсионного возраста. Они, получают информацию о новых книгах, журналах, обмениваются опытом, помогают советом другим, находят единомышленников и друзей. Кроме того, создание теплой семейной атмосферы помогает пожилым гражданам бороться с отрицательными стереотипами отношения к старости и ощущать уверенность в завтрашнем дне.

Среди клубов по интересам наиболее востребованными читательской средой были и остаются клубы литературно-музыкальной и нравственно-эстетической направленности. Работа этих объединений нацелена на интеллектуальный и культурный рост участников, на их духовное развитие. Программы клубов включают в себя: беседы, «круглые столы», тематические вечера, литературно-музыкальные композиции, часы поэзии и т.п.

Значение таких клубов огромно. Посещая библиотеку, люди пожилого возраста приходят туда не только за книгой или электронным носителем информации. Библиотека для них была и до сих пор является местом, которое олицетворяет культуру на любом уровне, дает возможность человеку оторваться, отойти от того, что его гнетет: от политических противоречий, финансовых проблем, элементарного одиночества. Пенсионерам нужны малые островки духовности в море сегодняшнего безразличия и равнодушия.

***Выставки и семинары,*** посвященные как истории, так и современности, проводимые на базе библиотек, делают пенсионеров не только посетителями, но и участниками, позволяя им рассказывать о себе, выражать себя в живописи, фотографии, всевозможных поделках.

В последнее десятилетие во многих библиотеках появились ***отделы индивидуального обслуживания на дому****.* Его клиенты – инвалиды, люди пожилого возраста, которые уже не в силах передвигаться самостоятельно. Деятельность такого отдела позволяет заказывать книги, журналы, всевозможные записи на дом. Зачастую, именно библиотекари и активисты читательских клубов остаются «последними ниточками», связывающими одиноких стариков с внешним миром.

Каждый четвертый пожилой человек живет один. Многим не достает социального общения. Телевидение облегчает проблему, но не до конца. Найти способ, как лучше отразить в своих услугах потребности пожилых в общении – это задача для публичных библиотек.

Значение Интернета для людей, в том числе и пожилых, постоянно растет, ведь это не только богатый источник практической информации, но и развлекательное чтение. Там, где это возможно, пользователям нужно открыть доступ в сеть.

При работе с людьми старшего возраста необходимо обратить внимание на литературу, которая может быть предложена данной категории пользователей:

* литература с укрупнённым шрифтом и с большим интервалом между строк;
* книги малого веса;
* издания малого словарного состава, например, альбомы фотографий или книги с иллюстрациями ограниченного текста для людей с низкой концентрацией внимания;
* книги с описаниями путешествий, в том числе с крупными цветными фотографиями;
* самоучители (художественное выражение, резьба по дереву, компьютерные навыки);
* книги по интересам (история, кулинария, садоводство и другие хобби);
* сканворды, кроссворды и другие словесные головоломки, игральные карты настольные игры;
* аудиовизуальные материалы – запись музыки, фильмов, представлений, а также начальные и сложные учебные видеоматериалы. Основные и продвинутые обучающие видео (для глухих если необходимо);
* издания альтернативных форматов, например, говорящие книги, газеты, журналы;
* медицинские информационные книги, журналы, брошюры; информация о специфических нарушениях и болезнях;
* словари и энциклопедии по медицине и смежным наукам по здравоохранению;
* пособия по релаксации и здоровом образе жизни.

***Из опыта работы***

В настоящее время в России появилось много общественных инициатив по привлечению пенсионеров к активной жизни.

К примеру, в Перми придумали ***«Школу немолодого предпринимателя»***, в которой пожилые люди, изучив основы рыночных законов и бухгалтерского учёта, занялись продажей товаров, произведённых собственными руками, через соцсети, специальные сайты и интернет-магазины.

Для многих эта наука далась легко, особенно, если опыт прежней трудовой деятельности создал для этого предпосылки. А заодно получилось, что занятия, которые долгие годы считались просто хобби, стали источником дохода. Например, дизайн, вышивание, вязание, и прочее.

В Москве в рамках программы «Московское долголетие» разработаны:

* проект ***«Освой гаджет»***
* проект ***«Сказки внукам»;*** с октября 2020 года 450 участников проекта записали более 250 видеороликов и свыше 300 аудиосказок для своих внуков и других малышей (видеозаписи можно посмотреть на YouTube-канале);
* клуб любителей мемуаристики ***«Линия жизни»***; свыше 300 человек принимают участие в онлайн-встречах, 22 человека уже написали мемуары о своей жизни, более 250 человек приняли участие в конкурсе мемуаров «В  памяти моей Москва».

В централизованной библиотечной системе им П.П. Бажова Ленинского района города Новосибирска работают ***клубы по интересам различной тематики:*** «Клуб позитивных пенсионеров», «В кругу друзей», клуб любителей почитать и поговорить «Добрые встречи», «Приветливый огонек», «Осенняя палитра»; правовое просвещение: «Затонский управдом»; генеалогия – курсы «Школа родоведения», для тех, кому интересны вопросы родословия, семейной истории и установления родственных взаимосвязей; клуб-курсы: «С компьютером на ты», «Основы компьютерной грамотности», «Компьютер – это просто»; творчество и рукоделие: «Семь цветов радуги» для тех, кто интересуется живописью и архитектурой – школа живописи «В ком живет Рафаэль», обучение пожилых людей основам рисунка и живописи – «Салон изящных искусств».

Одно из направлений работы с пенсионерами сельских библиотек Томской области – информирование по основным интересующим эту категорию читателей направлениям: правовое обеспечение, медицина, садоводство и рукоделие. Правовое информирование осуществляется центрами правовой информации, действующими в библиотеках. В сотрудничестве с Пенсионным фондом РФ проводятся беседы, дни информации, индивидуальные консультации пенсионеров. Оформляются тематические выставки, уголки. Библиотека часто выступает как досуговая площадка для людей старшего поколения: устраиваются тематические вечера, встречи, на постоянной основе действуют клубы. Помимо тематических встреч, устраиваются игры, музыкальные вечера, игровые программы: «Вспомним детство золотое», «Вместе весело», «Русской песни запевала» беседа-дегустация «Постный стол».

Достаточно часто проходят встречи ветеранов с младшим поколением в целях патриотического воспитания молодёжи.

***Дополнительная литература:***

Опыт работы с пожилыми людьми библиотек России и стран СНГ : дайджест / сост. Л. И. Моисеева, И. А. Петрова. – Ангарск : МБУК «ЦБС», 2020 – 36 с.

Режим доступа https://bp.irklib.ru/wp-content/uploads/2020/06/Opyt-raboty-s-pozhilymi-lyudmi-bibliotek-Rossii-i-stran-SNG-na-29.06.20.pdf

**Приложение №1**

**АНКЕТА**

**«Организация досуга пожилых людей»**

Просим Вас ответить на вопросы данной анкеты. Ответы помогут нам разработать предложения по улучшению библиотечного обслуживания людей старших возрастных групп.

Прежде чем ответить на вопрос, прочтите, пожалуйста, все варианты ответов. Выберите один или несколько из них, которые наиболее полно соответствуют Вашему мнению, и поставьте любой знак справа от ответа. Если предложенные варианты ответов Вас не устраивают, можно написать свой.

**Ваш пол:**

Мужчина

Женщина

**Ваше семейное положение:**

Женат/замужем

Вдовец/вдова

Живу (живем) вместе с детьми (внуками)

Живу (живем) отдельно от детей (внуков)

**Ваш возраст:**

55 - 60 лет

60 -70 лет

свыше 70 лет

**Какое у вас образование:**

Начальное

Среднее общее

Среднее специальное

Высшее

**Вы работаете:**

Да

Нет

**Вы считаете себя активным человеком?**

Нет

Скорее нет

Да

Скорее да

**Как в целом Вы оцениваете свое здоровье:**

Хорошо

Удовлетворительно

Плохо

**8**. **Как Вы используете свое свободное время:**

|  |  |
| --- | --- |
| Хожу в библиотеку |  |
| Читаю журналы, книги из домашней библиотеки |  |
| Смотрю телевизор |  |
| Занимаюсь в кружках художественной самодеятельности |  |
| Занимаюсь в клубах по интересам |  |
| Занимаюсь с детьми и внуками |  |
| Занимаюсь садом, огородом, хозяйством |  |
| Хожу в гости или принимаю гостей |  |
| Играю в настольные игры (домино, карты, лото и др.) |  |
| Занимаюсь рукоделием, мастерю |  |
| Другое, что именно (написать) |  |

**9. Оцените, пожалуйста, библиотеку Вашего села (города) по оценочной шкале, где 0 – самая низкая, 10 – самая высокая:**

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**10. Что Вас не устраивает в работе библиотеки?**

Режим работы в будние дни

Режим работы в выходные дни

Уровень мероприятий

Неинтересные мероприятия

Слабая организация подготовки

Мероприятия не для Вашего возраста

Библиотека расположена далеко от дома

Мешают возраст, нездоровье

Другое, что именно (указать)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**11. Какая форма организации аудитории Вас больше всего устраивает:**

Смешанная

Групповая

Индивидуальная

**12. В какой роли Вы хотели бы присутствовать на мероприятии:**

Организатора

Участника

Зрителя (слушателя)

**13. Какими из перечисленных форм досуга Вы хотели бы заниматься:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Кружки прикладного творчества  (вязание, чеканка, выжигание и др.) |  |  |
| Посиделки |  |  |
| Клубы по интересам |  |  |
| Конкурсы |  |  |
| Театральный коллектив |  |  |
| Другое (что именно, напишите)  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |  |  |

**14. Какую помощь Вы можете оказать библиотеке:**

Быть общественным лектором

Руководителем клубного объединения

Вести кружок (какой)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**15. Ваши контактные данные. (По желанию)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Тематика мероприятий для пожилых людей в библиотеке:**

1.Люди пожилые сердцем молодые.

2.Материнское счастье

3.Много песен о матери спето

4.Нас старость дома не застанет

5.Новый год стучится в дверь

6.Повяжу я Любушке платок

7.Учителей мы вспомним и школу

8.Аты-баты, шли солдаты

9.Масленичные забавы

10.Играй, Масленица!

11.Ты женщина, и этим ты права.

12.Затейный вечерок «А ну-ка, бабушки!»

13.Возраст - это не главное, если молод душой человек!

14.Рецепт молодости.

15.Тряхнём стариной

16.Цвет. Эмоции. Здоровье.

17.Вся жизнь потекла по весенним законам...

18.Здравствуй, осень золотая!

19.Идёт зима, аукает...

20.Откуда они родом – домашние животные?

21.Тайнами характеров ведают звёзды... и деревья.

22.Удивительные растения.

23.В царстве смекалки.

24.Следствие ведут ЗНАТОКИ.

25.Турнир смекалистых.

26.Час весёлых вопросов.

27.Ученью возраст не помеха.

28.Когда смешно, тогда не страшно

29.В наш чудесный огород приглашаем весь народ

30.Вспомним детство золотое

31.Детство, детство, ты куда ушло?

32.С песней по жизни

33.Это сладкое слово «Обида».

34.Немного о прощении.

35.Хвостатые психотерапевты

36.Как мы создаём себе болезни?

37.Что такое аутотренинг?

***Составитель: Шевцова В.Ю., главный библиотекарь МО ЦГБ муниципального бюджетного учреждения культуры «Централизованная библиотечная система Шебекинского городского округа»***