

КГБУ СО КЦСОН «Уярский»



Клуб «Серебряный возраст»

Психолог: Юрченко Е.К.

2025г.

Пояснительная записка

Пожилые люди и инвалиды – категория граждан, особо нуждающихся в психологической реабилитации и социальной адаптации к изменившимся условиям жизни. Пожилему человеку и лица с ограниченными возможностями важно ощущать свою полезность для семьи и общества, значимость себя как личности. Это помогает сохранять высокую самооценку, формировать новую активную жизненную позицию, адекватно относиться к собственному старению.

Поздний возраст обладает психологической уникальностью из-за разнообразия индивидуальных форм старения. Это обуславливает проблематичность использования известных средств психорегуляции эмоциональных состояний, разработанных для зрелого возраста в работе с людьми пожилого возраста. Необходима разработка специфических методов, отражающих характерную для пожилого возраста структуру эмоциональных переживаний.

Цели клуба: повышение уровня адаптации пожилого человека и инвалидов в социуме, реабилитация пожилых людей и инвалидов в меняющихся условиях современной жизни и поддержание интереса к ней, а также помощь в преодолении ощущения ненужности и одиночества и раскрытие потенциальных ресурсов личности.

Задачи:

1. Сохранение внутренней гармонии, которая теперь в основном опирается на прошлое;
2. Преодоление коммуникативных барьеров;
3. Содействие в поиске альтернативных психологических ролей;
4. Активизация психических функций (память, внимание, мышление).

Аудитория, на которую рассчитана работа клуба: лица пожилого возраста и инвалиды, проходящие курс реабилитации в центрах социального обслуживания.

Практическая значимость заключается в сохранении достоинства и реабилитации пожилых людей в меняющихся условиях современной жизни. Программа может быть использована в работе психологов центров социального обслуживания на базе стационарных и полустационарных отделений.

Занятия в клубе способствуют:

1. Развитию креативности личности
2. Формированием образного мышления
3. Развитие мелкой моторики
4. Стимулирует творчество и осознание чувств
5. Помогает членам группы лучше взаимодействовать друг с другом
6. Формирование представлений о себе;
7. Осознание и выражение своих чувств