

25 сентября 2020г. состоялось мероприятие социального проекта «Долговременный уход: сбережение души», который реализуется в организации с использованием гранта Президента РФ на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов

### КРУГЛЫЙ СТОЛ ТРЕТЬЕГО ЭТАПА ПРОЕКТА «Долговременный уход: сбережение души»



25 сентября 2020 г. в офисе АНО СОН «Опора» состоялся **круглый стол** на тему «Повышение качества жизни маломобильных получателей социальных услуг путем внедрения системы их психологического сопровождения на дому, ухаживающих за ними родственников и развития профессиональных коммуникативных компетенций социальных работников, осуществляющих долговременный уход» в рамках реализации социального проекта «Долговременный уход: сбережение души», реализуемого при поддержке Фонда президентских грантов.

Участниками круглого стола стали руководители и специалисты некоммерческих организаций города и региона (АНО СОН «Опора»; АНО ЦСОН «Доверие»,



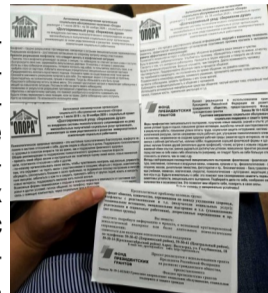
Тракторозаводский район; АНО пансионат «Благодать», Дзержинский район; МРКО «Каритас-Волгоград», Центральный район; ТОС #4 «Радуга», пос. Котубань Городищенского района; ТОС «Высота», Советский район) и государственных учреждений социального обслуживания населения (ГБУ СО «Центральный ЦСОН», ГКУ СО «Советский ЦСОН», ГБУ СО «Тракторозаводский ЦСОН», ГКУ СО «Волгоградский областной центр психолого-педагогической помощи населению»). В работе круглого стола приняли участие представители комитета социальной защиты населения Волгоградской области, ГКУ ЦСЗН по Центральному району, а также преподаватели кафедры общей и клинической психологии ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный медицинский университет» Минздрава России. 25 участников мероприятия находились непосредственно в офисе АНО СОН «Опора», 13 человек участвовали онлайн, дистанционно.

В начале мероприятия с приветственным словом к участникам обратилась **Булгакова Галина Алексеевна, директор АНО СОН «Опора»**. С докладом «Актуальные проблемы получателей социальных услуг, ухаживающих родственников и социальных работников, включенных в систему долговременного ухода, как обоснование запроса на профессиональную психологическую поддержку» выступила **Ануфриева Ирина Георгиевна, зам. директора АНО СОН «Опора»**, руководитель социального проекта «Долговременный уход: сбережение души». О развитии профессиональных коммуникативных компетенций социальных работников, осуществляющих долговременный уход, а также о проблеме эмоционального выгорания социальных работников, оказывающих помощь пожилым людям на дому, и ее исследование в условиях НКО рассказала **Болучевская Валентина Викторовна, кандидат псих. наук, доцент кафедры общей и клинической психологии ФГБОУ ВО «ВолГМУ» Минздрава России**, психолог проекта, ведущий тренингов с участием социальных работников. **Николаева Мария Владимировна, старший преподаватель кафедры общей и клинической психологии ФГБОУ ВО «ВолГМУ» Минздрава России** описала основные техники работы с психоэмоциональным состоянием лиц помогающих профессий. Психологическим особенностям пожилых людей посвятила свое выступление **Грешнова Яна Борисовна, старший преподаватель кафедры общей и клинической психологии ФГБОУ ВО «ВолГМУ» Минздрава России**.

О психологических проблемах получателей социальных услуг, ухаживающих родственников и особенностях их психологического сопровождения в домашних условиях рассказала **Паршина Екатерина Владимировна, психолог ГКУ СО «Дзержинский ЦСОН»**, специалист по психологическому сопровождению получателей социальных услуг и ухаживающих родственников на третьем этапе проекта АНО СОН «Опора». С сообщением об информационном сопровождении психологической поддержки получателей социальных услуг, ухаживающих за ними родственников и социальных работников, осуществляющих долговременный уход, выступила **Шитова Эльвира Петровна, менеджер по развитию АНО СОН «Опора»**, координатор проекта.



После выступлений Ануфриева И.Г., руководитель проекта, показала фотопрезентацию о событиях проекта. Всем присутствующим были вручены листовки, которые были разработаны в проекте для социальных работников, специалистов и пожилых людей. Содержание листовок связано с темами социально-психологических тренингов («Эффективная коммуникация», «Конфликт» и др.), актуальными проблемами целевой группы проекта. Участники круглого стола с интересом выслушали заявленные в программе сообщения и задали ряд вопросов: Проект был направлен больше на пожилых людей или и на другие категории населения? Сколько человек было вовлечено в команду проекта? Есть ли аналогичные проекты в регионе? и др. Проект продлится до конца ноября 2020 г. **Уважаемые получатели соцуслуг, помните: социально-психологическую поддержку может получить каждый из вас, если вы в ней нуждаетесь!**



### ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ, ОКАЗЫВАЮЩИХ ПОМОЩЬ ПОЖИЛЫМ ЛЮДЯМ НА ДОМУ

Результаты проведенного в рамках проекта «Долговременный уход: сбережение души» исследования эмоционального выгорания у соцработников АНО СОН «Опора» представлены в сборнике «Актуальные вопросы клинической психологии в регионе», в котором опубликованы материалы Всероссийской научно-практической конференции (18 сентября 2020г., ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный медицинский университет» Минздрава России). Членами проектной группы (Болучевская В.В., Ануфриева И.Г., Шитова Э.П.) подготовлена статья, опубликованная в сборнике. **Цель** исследования—выявление уровня эмоционального выгорания соцработников АНО СОН «Опора» для оказания им психологической помощи. В период с июля по декабрь 2019г. еженедельно с соцработниками 9-ти отделений «Опоры» психологом проводились занятия с элементами социально-психологического тренинга по развитию их коммуникативной компетентности и снятию психоэмоционального напряжения. По результатам психологической работы от соцработников путем анкетирования была получена обратная связь, в количестве 112 анкет (100 % женщины в возрасте от 23 до 69 лет, средний возраст—45 лет). **Результаты анкетирования.** При ответе на вопрос «Удовлетворены ли Вы в целом проведенным тренингом «Эффективное общение»? абсолютное большинство (около 80%) соцработников отметили, что они полностью им удовлетворены. Около 94% участников считают, что полученные в ходе тренинга знания можно применить в деятельности соцработника. Около 38% считают, что полученные в ходе тренинга знания помогут им понять поведение подопечных, 35% ответили, что узнали новые для себя приемы общения с пожилыми людьми, 27% отмечают, что им стало легче общаться с получателями соцуслуг после участия в тренинге. В декабре 2019г. была проведена также психологическая диагностика степени эмоционального выгорания соцработников, результаты показали, что около 88% соцработников не имеют ярко выраженных признаков эмоционального выгорания и вполне адаптированы к своим профессиональным обязанностям и особенностям подопечных. 12% показали высокий уровень выраженности эмоционального выгорания (13 чел.). Целесообразно проведение дополнительных занятий с психологом для данных работников в групповой и индивидуальной форме. **Выводы.** Психологическое сопровождение соцработников, оказывающих помощь пожилым людям на дому, включающее психодиагностику, психологическое консультирование в индивидуальной и групповой формах, социально-психологический тренинг и психопрофилактику, позволяет предотвратить возникновение у них эмоционального выгорания, оптимизировать их коммуникативные компетентности, что позитивно скажется на качестве ухода за пожилыми людьми и инвалидами. Материалы сборника представлены участникам круглого стола в «Опоре» 25 сентября 2020 года.



**И ЕЩЕ НЕМНОГО О ПРОЕКТЕ**  
**«Долговременный уход: сбережение души»**  
1 октября 2020 г. в № 114 газеты «Волгоградская правда» выйдет статья о нашей организации, о социальных услугах, которые социальные работники предоставляют на дому подопечным, о проектах организации. Проекту «Долговременный уход: сбережение души» уделено специальное внимание: «... В 2019г. поддержку Фонда президентских грантов получил проект «Долговременный уход: сбережение души». Он предусматривает психологическое сопровождение на дому маломобильных получателей соцуслуг, психологическую поддержку ухаживающих за ними родственников и развитие профессиональных коммуникативных компетенций соцработников, осуществляющих долговременный уход. Психолог «Опоры» систематически посещает наших подопечных и ухаживающих за ними родственников на дому по их запросу, оказывает им психологическую помощь, еженедельно проводит социально-психологические тренинги с небольшими группами соцработников, помогает им развить коммуникативные умения, снимает эмоциональное напряжение, обусловленное спецификой профессиональной деятельности, предупреждает эмоциональное выгорание. Психологическая помощь оказывается бесплатно, за счет средств Фонда президентских грантов. Проект будет длиться до конца ноября 2020 года.» Это здорово, что о нашем проекте узнает как можно больше людей благодаря публикации в «Волгоградке».

Дорогие волгоградцы, ветераны войны и труда, уважаемые пенсионеры!

Поддержим вас с Международным днем пожилых людей. Вы заслужили уважение, огромную благодарность за все, что вы сделали для страны и родного города. Восхищаемся вашим опытом и мудростью, трудолюбием и душевной красотой! Желаем вам хорошего самочувствия, бодрости, оптимизма и интереса к жизни. Пусть ваша жизнь будет наполнена добротой и теплом, заботой и вниманием.

Галина БУЛГАКОВА, директор АНО СОН «Опора»

**И НАКОНЕЦ О ПРАЗДНИКЕ!**  
1 октября 2020 г. в № 114 газеты «Волгоградская правда» выйдет статья о нашей организации, которая начинается с поздравления Булгаковой Галины Алексеевны, директора АНО СОН «Опора», с Международным днем пожилых людей.

**Дорогие волгоградцы, ветераны войны и труда, уважаемые пенсионеры!**  
Поздравляем вас с Международным днем пожилого человека.  
Выражаем вам сердечную признательность, огромное уважение и безграничную благодарность за все, что вы сделали для страны и родного города. Восхищаемся вашим опытом и мудростью, трудолюбием и душевной красотой!

Желаем вам хорошего самочувствия, бодрости, оптимизма и интереса к жизни. Пусть ваша жизнь будет наполнена добротой и теплом, заботой и вниманием.

Галина БУЛГАКОВА, директор АНО СОН «Опора»



**Уважаемые получатели социальных услуг! Сотрудники «Опоры» делают для вас много хорошего и полезного, чтобы ваша жизнь была качественной: покупают и доставляют продукты, готовят еду, делают уборку, оказывают уходовые услуги. Мастер делает мелкий ремонт на дому, им было установлено около 150 поручней в квартирах подопечных. Парикмахер «Опоры» на дому стрижет, обрабатывает ногти на руках и ногах. Мы проводим автобусные экскурсии, выпускаем собственную газету «Вестник Опоры», оказываем психологические услуги. Мы и дальше будем работать для вас, как настоящая ОПОРА. С праздником—с Международным днем пожилого человека!**  
Ирина АНУФРИЕВА, зам. директора АНО СОН «Опора»



**ПОЗДРАВЛЕНИЯ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ**

В ваш адрес, наши дорогие читатели, поступили многочисленные поздравления с Международным днем пожилого человека от социальных работников

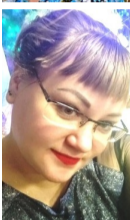
**ДЗЕРЖИНСКИЙ РАЙОН**

**Заведующий и специалисты отделения социального обслуживания: Русскова Н.А., Гончарова О.Ю., Савич Е.А., Подъячева Н.В.:**

«Наши дорогие получатели социальных услуг, поздравляем вас с днём пожилого человека! Пусть в вашей жизни царят здоровье, счастье, доброта и вера во все хорошее! Мы искренне стараемся быть для вас полезными.»



**Рыбакова В.В.:** «Дорогие пенсионеры и ветераны! Поздравляю вас с теплым и сердечным праздником - Днём пожилого человека! От всей души желаю вам крепкого здоровья на долгие годы, душевного равновесия, неугасающего интереса к жизни, тепла, любви и уважения родных и близких людей!»



**Колесниченко М.П.:** «Поздравляю людей, которые очень многое знают об этой жизни. Людей, которые могут многое рассказать и многому научить. Желаю, чтобы, не смотря на возраст, ваша душа всегда оставалась молодой и энергичной. С Днём пожилого человека!»



**Искиндириова С.М.:** «Поздравляю моих получателей, моих подопечных с Днём пожилого человека! От всей души хочу пожелать счастья, крепкого здоровья, внимания родных и близких. Вы и для нас стали родными! Спасибо вам за чуткость вашу и понимание.»



**Пивень М.С.:** «Пожилых людей мы ценим, уважаем и всегда ставим их в пример по жизни, это многое друзья. И сегодня их поздравим, пожелаем им любви, чтоб проблем они не знали, жили словно короли!»



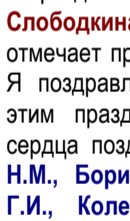
**Фёдорова Н.И.:** «Вам, пожилые люди, обязаны мы всем, пример для нас по жизни навсегда вы. И если будет нужно, пройдем сквозь ряд проблем, чтоб в трудную минуту быть лишь рядом. Сегодня от души мы поздравить хотим вас и пожелать вам счастья побольше. Мы очень, очень ценим, мы очень любим вас, желаем ко всему быть вам готовым.»

**ЦЕНТРАЛЬНЫЙ РАЙОН**



**Ильина И.В.:** «Дорогие наши пенсионеры! Вы много сделали такого, чтоб на земле остался след. Желаем вам сегодня снова здоровья, счастья, долгих лет! Примите от нас в этот день приветствий искренний букет, тепло сердец и поздравлений, чтоб жизнь бурлила много лет. Пусть же осень жизни вашей долго-долго будет!

С праздником, родные наши, мы вас очень любим!!!»



**Слободкина Е.В.:** «1 октября наша страна отмечает праздник «День пожилого человека». Я поздравляю всех получателей соцуслуг с этим праздником. Особенно хочу от всего сердца поздравить: **Бирюкову А.В., Шацкую Н.М., Борисову В.Я., Бублик К.Л., Бублик Г.И., Колесову А.В.** Эти люди прожили нелегкую жизнь, но продолжают дарить свое тепло и доброту окружающим. С любовью, лаской, уважением мы до земли вам шлем поклон! Всех пожилых мы поздравляем с осенним этим светлым днем! Мы вам здоровья пожелаем, долгих лет, счастливых дней! И пусть вас всюду согревает забота ваших внуков и детей!»



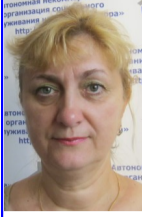
**Кислова И.Н.:** «1 октября—День Добра и Уважения! Это праздник, который дает еще раз понять всем нам, что старшее поколение нуждается в нашей любви, заботе и внимании. В добрый и светлый праздник мы окружаем особым вниманием наших родителей, бабушек и дедушек.»



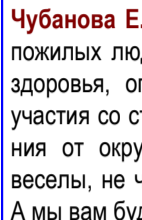
**Идут за ручку двое стариков... Светлана Макарына**  
Идут за ручку двое стариков.  
Притормозят, передохнут немножко,  
И дальше ковыляют по дорожке,  
Толкая время зрелостью шагов.  
Идут за ручку двое стариков.  
И он почти несёт свою подругу,  
Не как когда-то, сильно и упруго,  
А бережно, что горстку лепестков.  
Идут за ручку двое стариков,  
Как две души, сплетённые стволами,  
Два ангела с усталыми крылами,  
Не по земле - по вате облаков.  
Идут за ручку двое стариков...



**ЦЕНТРАЛЬНЫЙ РАЙОН**



**Юнакова С.А.:** «Уважаемые наши получатели социальной помощи, в этот день мы хотим пожелать вам счастья, удачи, радости, успеха. Здоровыми быть, беды не знать, преграды в жизни и помехи легко и быстро устранять, а мы вам в этом будем помогать. Побольше смеха, меньше грусти и никогда не унывать!»



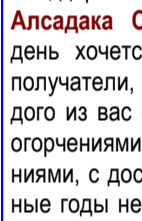
**Чубанова Е.В.:** «Сегодня мы поздравляем всех пожилых людей с их праздником. Желаем вам здоровья, оптимизма, благополучия, любви и участия со стороны близких, внимания и уважения от окружающих. Будьте всегда бодр и веселы, не чувствуйте усталости ума и сердца. А мы вам будем надёжной опорой!»



**Вечирская О.Н.:** «Поздравляем уважаемых пенсионеров, чьи благородные седины означают не только возраст, но и безграничную мудрость, бесценный опыт и большие познания. Желаем вам бесконечно долгих и счастливых лет, наполненных здоровьем, покоем, счастьем и заботой. С Днём пожилого человека!»



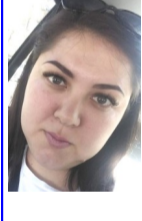
**Романова Е.А.:** «Мы вам благодарны за мудрость, доброту и терпение, за бесценный дар радоваться жизни. Долг каждого из нас - окружать вас повседневной заботой. В этот праздничный день примите добрые слова признательности за ваш неоценимый труд, силу духа, искреннюю любовь к родной земле! Крепкого вам здоровья, благополучия, счастья! Первое октября — это ваш день, День пожилого человека. Желаю вам самого главного — здоровья, радостного сияния глаз, не терять молодости души и мечтаний, делиться со следующими поколениями мудростью и опытом. А жизнь пусть будет полна приятных минут. С праздником, дорогие!»



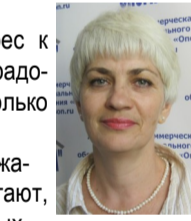
**Алсадака С.С.:** «В этот осенний солнечный день хочется поздравить вас, дорогие наши получатели, с Днём пожилого человека! У каждого из вас своя история жизни с радостями и огорчениями, трудовыми буднями и достижениями, с достатком и потерями. Пусть преклонные годы не станут для вас преградой в общении, поводом для уныния. Пусть ничто не омрачает ваши сердца, ваши души. Живите долго и наслаждайтесь каждым прожитым днём. Пусть любовь ваших детей и внуков, ваших родных и близких будет светлой и искренней. Пусть каждый из вас будет одарён вниманием и заботой. Здоровья вам, сил и материального благополучия.»



**Балуто И.А.:** «Желаю всем сохранять интерес к жизни, умение видеть и ценить причины для радости, наслаждаться жизнью настолько, насколько возможно каждый день!»



**Калашникова В.Г.:** «Пусть вас уважают, всегда помогают, любят и почитают, и теплом согревают. С днем пожилых людей!»



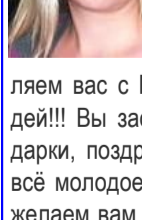
**Долматова К.В.:** «Дорогие наши люди старшего поколения! Крепкого вам здоровья, благополучия, счастья! И пусть всегда с вами рядом будут любящие и заботливые дети, внуки, друзья. Живите долго и счастливо, будьте здоровы и бодр, радуйтесь успехам ваших близких! Долгих лет жизни вам!»



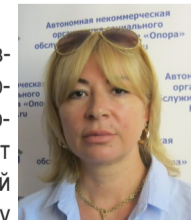
**Киселева Н.Е.:** «В день пожилого человека хочу поздравить своих получателей, пожелать им здоровья, внимания и заботы со стороны их близких и друзей.»



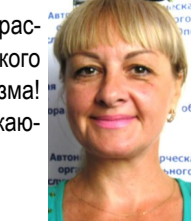
**Жерихова А.С.:** «В Международный день пожилых людей желаю вам долгих лет жизни, прекрасного самочувствия, хорошего настроения. Пусть ваши заветные мечты осуществлят-ся.»



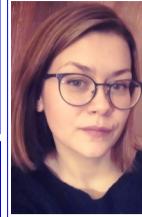
**Власенкова А.А.:** «Уважаемые пенсионеры!!! Поздравляем вас с Международным днём пожилых людей!!! Вы заслужили в этот праздник слова, подарки, поздравления. Пенсионеров поздравляет всё молодое поколение. В день пожилых людей желаем вам радости, тепла и света. Вы многому нас научили, спасибо скажем вам за это!!!»



**Фенина О.В.:** «Этот праздник особенный и прекрасный!!! От всей души хочется пожелать вам крепкого здоровья! Счастья! Долгих лет жизни! Оптимизма! Благополучия! Внимания и уважения от окружающих и близких людей!»

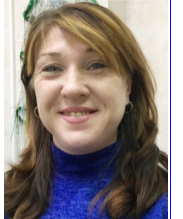


**КРАСНООКТАБРЬСКИЙ РАЙОН**

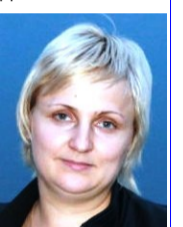


**Султанова И.А.:** «Дорогие ветераны войны и труда, уважаемые пенсионеры! Примите самые искренние поздравления с Международным днём пожилых людей! Для всех нас это особый праздник. В нем - тепло и сердечность, уважение и любовь. Этот праздник—символ единства и преемственности поколений, связи времён. Крепкого вам здоровья, благополучия, счастья! И пусть всегда с вами рядом будут любящие и заботливые дети, внуки, друзья и просто близкие люди. Живите долго и счастливо!»

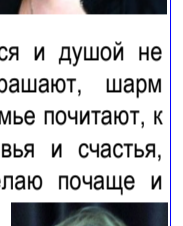
**Еркова Е.М.:** «Пускай, несмотря на возраст, в душе всегда горит огонек задора, веселья, жизненного азарта. Вы являетесь примером для нового поколения, для детей и молодёжи — примером трудолюбия, целеустремлённости, упорства и смелости. И я хочу вам пожелать почёта и уважения, здоровья и долголетия, мира и достатка, всегда иметь силы, крепкое здоровье. Пускай вас почаще навещают дети и внуки, чтобы вы заряжались положительной энергией! Седина на висках словно орден почёта, за плечами у вас — весь накопленный опыт. С уважением вас провожают глазами, вашу мудрость несете вы гордо, как знамя. Пожелать вам хотим — не старейте душой! Пусть она остаётся всегда молодой. Пусть наполнены радостью дни ваши будут, берегут и лелеют вас близкие люди!»



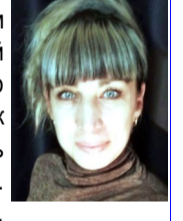
**Шустова А.А.:** «1 октября — это ваш день, День пожилого человека. Желаю вам самого главного — здоровья, радостного сияния глаз, не терять молодости души и мечтаний, делиться со следующими поколениями мудростью и опытом. А жизнь пусть будет полна приятных минут. С праздником, дорогие!



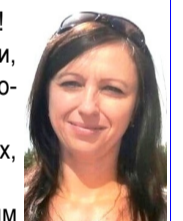
Ну и что, что давно уж не двадцать? Ну и пусть на висках седина. Вам желаю я чаще смеяться и душой не стареть никогда. Пусть морщинки лицо украшают, шарм особенный Вам придают. Возраст ваш пусть в семье почитают, к Вам пускай за советом идут. Пожелаю здоровья и счастья, долгих лет и времен золотых. Веселиться желаю почаще и людей всегда рядом родных.»



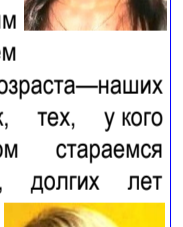
**Ефремова О.Г.:** «Поздравляю с Международным днём пожилых людей! Возраст — отличный кладёшь опыта и мудрости. Это праздник тех, кто вырастил детей, а может еще и внуков, не привык сидеть без дела. Поэтому желаю вам мечтать и делать шаги навстречу собственным желаниям. И пусть у вас для этого будет здоровье, энергия, силы и возможности! Вы опытней, мудрее нас и много в жизни повидали. Сегодня поздравляем вас, пускай уходят прочь печали. Пускай года богатством станут и новых принесут эмоций. Пускай надежды не обманут и просто хорошо живётся!»



**Манацкова Л.А.:** «Мы вас сердечно поздравляем! От всей души мы вам желаем побольше радости, веселья, улыбок, теплых светлых дней! А если что-то вдруг случилось, зови "Опору" поскорей! Мы вас утешим и прикроем от всех несчастных, грустных дней! Мы с вами, вместе мы сильней!»



**Гуркина Н.Г.:** «С Международным днём пожилых людей поздравляем всех, кто достиг преклонного возраста—наших родителей, бабушек и дедушек, тех, у кого мы продолжаем учиться, о ком стараемся заботиться. Счастья, здоровья, долгих лет и хорошего настроения!»



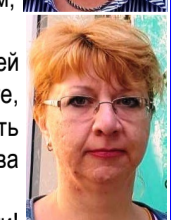
**Давыдова Т.Б.:** «Пожилый человек - это история, написанная людьми, и живущая в их сердцах. Мы желаем вам от всего сердца и души крепкого здоровья, любви всех тех, кому вы так дороги. Желаем вам безграничного счастья и долгих беззаботных лет жизни. Помните, что вы не одни, и рядом всегда находятся люди, так трепетно дорожащие вами и любящие вас, наши дорогие.»



**Матвеева Ю.В.:** «Бесценен опыт золотой. Пусть серебро виски покрыло — в душе вы молоды всегда, и в этом тоже ваша сила. Сегодня поздравляем вас, здоровья крепкого желаем, вниманья близких и друзей. Вас ценим, любим, уважаем.»



**Чигирева Л.Ю.:** «С Днём пожилых людей поздравлю, всем здоровья пожелаю. Не болейте, ярких дней, будет жизнь пусть веселей! Пусть давление не скачет, будет радость и удача, голова пусть не болит, старость к вам пусть не спешит!»



**Павлова Т.С.:** «Дорогие мои дедушки и бабушки! Поздравляю вас с днем пожилого человека. Вы для меня стали близкими людьми. В этот день хочу пожелать, дорогие мои, чтобы каждый новый день был для вас светлым и радостным, пусть родные любят, ценят, понимают вас. Крепкого здоровья, долгих лет жизни.»

