

Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические основы изучения «серебряного» волонтерства в социальной работе некоммерческих организаций.....	5
1.1. «Серебряное» волонтерство: понятие, феномен, адаптационный потенциал.....	5
1.2. «Серебряное» волонтерство в социальной работе некоммерческих организаций в России и за рубежом.....	14
Глава 2. Эмпирический анализ «серебряного» волонтерства в социальной работе некоммерческих организаций (на примере ПОО ОБОФ «Российский фонд милосердия и здоровья»).....	23
2.1. Опыт деятельности «серебряных» волонтеров в социальной работе некоммерческой организации	23
2.2. Анализ адаптационных возможностей «серебряного» волонтерства в социальной работе некоммерческой организации	29
2.3. Рекомендации к организации «серебряного» волонтерства в социальной работе некоммерческих организаций.....	38
Заключение	40
Список литературы.....	42
Приложение	46

Введение

Социальные проблемы, связанные со старением, возникли вместе с развитием общества в целом. Они выражались в том, какую позицию занимало общество по отношению к стареющим и старым людям, и какое фактическое место занимали старые люди среди других возрастных групп, какие функции в обществе они выполняли. Истории известно, какое положение занимали пожилые люди в первобытные времена – они считались обузой для племени. В силу физиологических особенностей они выпадали из активного труда, теряли роль охотника, защитника, хранителя очага и т.д. Но с развитием общества в пожилых членах стали ценить опыт и мудрость.

Пожилые люди, теряя одни функции, стали приобретать новые. Глобальные изменения в структуре общества породили множество прав, требующих их защиты. Ответственной задачей высшей школы является подготовка кадров, соответствующих работе со старыми людьми. Законы и положения, призванные способствовать благу пожилых, а также учреждения и центры, предназначенные для удовлетворения их потребностей, будут только тогда соответствовать своему замыслу, когда их будут реализовывать люди, обладающие необходимыми способностями и компетенцией. Эту роль на себя взял институт социальной работы, официально зародившийся в Российской Федерации только в 1991 г.

Волонтерство, как часть института социальной работы, становится все более сложной и многогранной системой. Так, прежние объекты волонтерства теперь становятся активными его субъектами, участниками. Широкое распространение приобретает такое понятие, как «серебряное» волонтерство, подразумевающее под собой участие пожилых людей в волонтерской деятельности в роли организаторов и «деятелей».

Несмотря на то, что изучаемый нами феномен является довольно новым направлением в социальной работе, «серебряное» волонтерство стало популярным среди многих исследователей. У истоков социальной работы

с пожилыми стоят такие ученые, как П.Д. Павленок, М.Я. Руднева, Е.И. Холостова. Непосредственно для нашей бакалаврской работы важны исследования по социальной геронтологии А.Х. Газимова, А.Б. Погодина. Увидеть место и значимость «серебряного» волонтерства в жизни пожилых помогают работы таких исследователей, как С.Р. Агирбов, Т.Н. Арсеньева, О.А. Золотарева, М.В. Карманов, Е.А. Паклина, А.С. Сказко.

Объект бакалаврской работы – социальная работа некоммерческих организаций.

Предмет – осуществление деятельности «серебряных» волонтеров в социальной работе некоммерческих организаций.

Цель бакалаврской работы – изучить опыт деятельности «серебряных» волонтеров в социальной работе некоммерческих организаций.

Задачи:

1. Рассмотреть понятие и феномен «серебряного» волонтерства;
2. Описать развитие «серебряного» волонтерство в социальной работе некоммерческих организаций в России и за рубежом;
3. Изучить опыт деятельности «серебряных» волонтеров в социальной работе некоммерческих организаций г. Пензы;
4. Выявить адаптационный потенциал «серебряного» волонтерства в социальной работе некоммерческих организаций;
5. Сформулировать рекомендации к организации «серебряного» волонтерства в социальной работе некоммерческих организаций.

Гипотеза: участие в волонтерской деятельности способствует адаптации пожилых людей к меняющимся социальным условиям.

Методы исследования: экспертный опрос, интервью, эксперимент.

Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы, приложения.

Глава 1. Теоретические основы изучения «серебряного» волонтерства в социальной работе некоммерческих организаций

1.1. «Серебряное» волонтерство: понятие, феномен, адаптационный потенциал

Одним из компонентов социальной сферы является добровольческая деятельность, или волонтерство. Волонтеры – люди, делающие что-либо по своей воле, по согласию, работающие безвозмездно, как в государственных, так и в частных организациях, либо являющиеся членами добровольческих организаций.

В России волонтерство, претерпевая изменения, стало развиваться в 90-е годы XX в., тогда же, когда и сам институт социальной работы. Приживаясь и развиваясь первоначально в рядах молодежи, которые, как правило, согласно физиологическим показателям, имеют больше сил и выносливости, добровольческая деятельность постепенно стала механизмом и инструментом для самовыражения, способом показать свое «Я» миру даже среди взрослых когорт населения. Как показывают исследования, 26,4% пожилого населения в странах Европы и Америки, то есть около 61,8 млн. человек активно занимаются общественной деятельностью. Прожившие долгую жизнь люди стремятся не терять свое стремление к здоровому и активному образу жизни. [26, с. 47].

Процесс старения является обычным биологическим процессом, который влияет на возрастную структуру населения. Выход на пенсию является переломным моментом в жизни человека, когда с приобретением нового статуса физиологические, умственные и творческие показатели не изменяются, тогда мы видим ситуацию, когда большая группа просто не востребована обществом, но вместе с тем имеет богатый жизненный и профессиональный «запас».

Уже на данном этапе жизни мы видим разницу между средней продолжительностью жизни, вызванную многими показателями, вследствие

этого пожилые люди рассматривают свою жизнь в перспективе, находят новые занятия в появившемся свободном времени. Одним из таких занятий и является волонтерство как способ активного долголетия. Одной из эффективных форм работы государства с этой группой граждан является привлечение их в добровольческую деятельность – в «серебряное» волонтерство. Участие лиц пожилого возраста в добровольческой деятельности, связанной с безвозмездной и бескорыстной реализацией разного рода мероприятий, проектов и программ, получило широкое распространение в наши дни. Названная форма использования возможностей и способностей старшего поколения получила свое официальное название как «серебряное» волонтерство, а волонтеры, задействованные в нем – «серебряные» волонтеры или волонтеры «серебряного» возраста. Вместе с тем нам известны и другие названия данного феномена, например, «золотое» волонтерство. Несмотря на разные названия, данные определения подразумевают одно значение. На наш взгляд, оба названия полностью отвечают содержанию данного феномена, наполняют его метафоричным смыслом, исходящим из прошлого.

Если обратиться к публикациям, касающимся «серебряного» волонтерства, то можно встретить следующие трактовки этого понятия:

1. «Серебряное» волонтерство объединяет то, что участникам больше 50 лет;
2. Волонтер «серебряного» возраста – это человек в возрасте 55 лет и старше, который на добровольной и безвозмездной основе принимает участие в решении тех или иных актуальных общественных проблем [11, с.7];
3. «Серебряные» волонтеры — это пенсионеры, которым скучно бездействовать, и хочется быть полезными обществу безо всякого заработка.

Безусловно, мы видим, что приведённые выше точки зрения имеют одну главную схожую составляющую – пожилые люди, но возрастные рамки не имеют четких границ. С одной стороны, пятилетняя разница не позволяет

выделить четкую и однозначную разницу в возрасте между «серебряными» и другими волонтерами. С другой стороны, отношение к категории пенсионеров тем более важно, поскольку члены общества, не вышедшие из трудоспособного возраста, вынуждены работать и, следовательно, имеют значительно меньше времени и возможностей для безвозмездного посещения общественных мероприятий.

В этом контексте необходимо более четко определить всех «серебряных» волонтеров, особенно с учетом законодательных изменений, которые уже приняты в отношении пенсионного возраста. Так как в нашей стране 60 и 65 лет – это возрасты, являющиеся возрастами выхода на пенсию, то именно после данного возрастного рубежа, человека можно считать «серебряным» волонтером [11, с.232]. Именно данная когорта является основой для формирования потенциального контингента волонтеров в «серебряном» возрасте, т.к. данная группа завершила свою профессиональную деятельность, но, вместе с тем, имеют возможности и ресурсы для досуга и хотят быть полезными обществу.

Таким образом, волонтер «серебряного» возраста – это человек в возрасте от 55-60 лет и старше, добровольно и безвозмездно участвующий в деятельности, направленной на решение актуальных социальных, культурных, экономических, экологических проблем в обществе (в том числе касающейся помощи людям, территориям или животным), и применяющий собственные знания и умения для осуществления этой деятельности [5, с.7].

Но как показывает практика, часто встречаются проблемы при определении участников движения «серебряного» возраста. Это такие проблемы как

1. Неточное определение критериев в зависимости от количества участия в мероприятиях, продолжительность участия, систематичности;
2. Разграничение участников волонтерского движения в зависимости от возможности косвенного или опосредованного получения

любых благ и услуг, связанных с безвозмездным выполнением общественных функций;

3. Подход к учету гражданства и фактического места жительства «серебряных» волонтеров, принимающих участие в общественных мероприятиях, проектах и программах на конкретной территории (в стране, в регионе и т.п.) [11, с. 233].

Очевидно, что пожилые волонтеры, участвуя в мероприятиях, делают это не одинаково, одни могут делать это чаще других. За определенный период времени (например, за год) один «серебряный» волонтер может принять участие в одном мероприятии, а другой систематические, например, раз в неделю. Аналогично может не совпадать и временная продолжительность подобного участия, которое на горизонте в несколько лет способно носить систематический или не систематический характер. В результате мы имеем большие статистические расхождения, которые не дают исследователям четкой картины для определения критериев. На наш взгляд, данный факт намного усложняет ограничение и разведение характерных черт «серебряного» волонтерства по объективным причинам, таким, как, например, физиологические особенности, которые не дают в полной мере жить активной жизнью.

Исследователи предлагают два варианта разрешения этой проблемы. Первый заключается в том, что необходимо совместно определить, сколько раз и с какой продолжительностью волонтеры должны участвовать в общественных мероприятиях за определенный временной отрезок. Чтобы выйти из сложившейся ситуации, возможны два варианта [11, с.234]. Другими словами, важно определить границу необходимого количество участия в общественной деятельности. Это можно сделать только общими усилиями. Немало важно отметить тот факт, что в силу физиологических особенностей пожилые люди нередко становятся жертвами многих заболеваний, которые являются барьером при систематическом участии в добровольческих мероприятиях. В связи с этим данных волонтеров

автоматически определяют как «серебряных». Здесь мы видим такое правило: даже при однократном участии в общественных мероприятиях он становится «серебряным» волонтером. С другой стороны, одноразовая акция не делает индивида волонтером в своем обычно представлении. Поэтому здесь и рождается ряд проблем при определении статуса серебряного волонтера.

Стоит обратить внимание на исследование Объединённой организации здравоохранения. Согласно проведенному ими исследованию, 68% пожилых волонтеров считают себя здоровыми, и имеют хорошее самочувствие, причину этого они видят в выполняемой ими общественной деятельности. Не имеют проблем с определением смысла жизни 92% процента опрошенных, также заявляя, что социально активная жизнь помогает им в этом [11, с. 233]. Согласно исследованиям в области медицины, активный образ жизни – одна из составляющих здорового долголетия человека, которое закрепляется и подкрепляется определенной физической и умственной активностью. Участие в мероприятиях, приносящих пользу обществу, формирует у пожилых волонтеров чувство важности для общества, в связи с этим удовлетворяется потребности в самовыражении, уважении и признании.

Как показывают последние исследования, в причинах, побуждающих людей старшего возраста к добровольческой деятельности в социальной сфере, лежит значительный спектр индивидуальных и социальных потребностей:

1. потребность в общении и стремление быть социально полезным другим людям;
2. потребность в новых знаниях и соответственно в новых социальных ролях;
3. потребность расти и развиваться, обрести новые смыслы жизни (люди, готовящиеся к пенсии и молодые пенсионеры);
4. потребность применения профессионального и житейского опыта (для ставших пенсионерами в недавний срок);

5. потребность влиять и участвовать в социальных изменениях, желание реализовать себя, свои инициативы (гражданские активисты, пожилые люди с высшим образованием, специалисты в гуманитарных областях);

6. потребность в проявлении милосердия, доброты, подвижничество, стремление решать проблемы других людей и свои собственные;

7. потребность в содержательном досуге и развлечениях [8, с.220-230].

Инициаторы волонтерской работы с людьми «серебряного» возраста зачастую являются носителями стереотипного представления о том, что престарелым группам необходимо оказать помощь, слушать их, расхваливать и даже восторгаться накопленными знаниями. Но в процессе работы продуктивнее задавать уточняющие вопросы, затрагивающие этих людей. Согласно исследованиям, главными стимулами для «серебряных» волонтеров являются взаимодействие, подготовка, эмоции, совместность [24, с. 249-254].

Волонтерство как социальное явление способствует удовлетворению социальных потребностей пожилых людей, дает возможность снова стать частью общественной жизни. «Серебряное» волонтерство также рассматривается как инструмент для развития гражданского общества стран. «Серебряные» волонтеры, участвуя в мероприятиях, оказывают влияние на многие сферы, улучшая их, например, на образование, на культурную сферу, на спорт, также они оказывают помощь нуждающимся [24, с. 249].

В России создаются и развиваются разнообразные формы общественных движений, организации «серебряного» волонтерства. Одним из вариантов проявления социальной активности населения «третьего» возраста в последние годы выступает волонтерское движение, т.е. участие лиц пожилого возраста в добровольной общественной деятельности, связанной с безвозмездной реализацией разнообразных мероприятий, проектов и программ.

По существу, роль и значение волонтерского движения лиц пожилого возраста в современном обществе могут быть рассмотрены с нескольких точек зрения или в целом ряде практически значимых аспектов, среди которых важное место занимают следующие:

1. «Серебряное» волонтерство как актуальное направление социальной политики государства в условиях углубления демографического старения популяции. Продолжительность жизни человека стала одним из достижений текущего столетия. В соответствии со статистикой ООН, к 2025 году число людей старше 60 лет вырастет почти в 2 раза и превысит 1 млрд., поэтому очень важно контролировать качество долголетия со стороны государства;

2. «Серебряное» волонтерство как одна из форм социальной адаптации и защиты населения пожилого возраста. Волонтерство является один из структурных элементов адаптации пожилого населения в условиях, когда происходит трансформация социальных ролей;

3. «Серебряное» волонтерство как одна из моделей взаимодействия государства и гражданского общества в сфере волонтерского движения. Отталкиваясь от характерных особенностей гражданского общества как явления, можно сказать, что «серебряное» волонтерство является одним из механизмов осуществления и воплощения в жизнь гражданского общества;

4. «Серебряное» волонтерство как способ преодоления социального неравенства и социальной дискриминации граждан престарелого возраста. Зачастую пожилые люди сталкиваются со стереотипами, которые приводят их к изолированности поэтому добровольческая деятельность способствует преодолению этих стереотипов;

5. «Серебряное» волонтерство как доступный и безвозмездный инструмент решения широкого спектра социальных задач. Добровольческая деятельность всегда являлась сильнейшим инструментом и ведущей силой при решении множества социальных проблем, требующих больших затрат.

На наш взгляд, стоит подробнее обратиться к такому аспекту, как социальная адаптация, которой способствует «серебряное» волонтерство. Социальная адаптация понимается при этом как результат процесса изменений социальных, социально-психологических, морально-психологических, экономических и демографических отношений между людьми, приспособление к социальной среде.

Ф.Б. Березин подчеркивает, что социум является адаптивно-адаптирующей системой [28]. Социально-психическая адаптированность рассматривается как состояние, при котором происходит взаимодействие личности и группы, когда индивид без внешних и внутренних конфликтов эффективно выполняет свою главную деятельность, удовлетворяет свои социогенные потребности, переживает состояния самореализации и свободного самовыражения творческих способностей.

Наряду с адаптацией имеет место быть такое явление, как и дезадаптация. Дезадаптация, в основном, является причиной нарушения взаимодействия человека со средой, параллельно могут возникать конфликтные ситуации. Основными признаками дезадаптации являются нарушения в ходе выполнения своей трудовой деятельности и общении, а также реакции, которые не являются нормой при обычном течении жизни, например, агрессия, повышенная тревожность, депрессия и др. Только сам человек может понять, что для него является смыслом жизни.

В связи с выбором этого смысла и стратегией адаптации в старости ведущая деятельность может быть направлена или на сохранение личности человека, или на индивидуализацию и «выживание» его на фоне постепенного угасания физических, физиологических и других функций. Множество авторов обращают внимание, что пожилой человек вырабатывает у себя чувство неполноценности, поддаваясь общественным стереотипам. Это вызывает обостренное чувство вины, неполноценности, увеличивает уровень агрессии. Все это влияет на процесс адаптации пожилого человека,

то есть приближает его к нулю. Данную стратегию называют стратегией «замкнутого круга», она снижает уровень адаптированности.

Наиболее позитивен другой формат адаптации, когда пожилой человек пытается сохранить себя как личность активную и полезную, и это связано с развитием его связей в обществе. В данном случае ведущей деятельностью в пожилом возрасте можно рассматривать переработку и передачу накопившего жизненного опыта. Распространение своего жизненного опыта, продуктов своей жизненной мудрости поддерживает пожилого человека, делая его полезным для общества и таким образом, осуществляется поддержание его связей с обществом, а также чувства социальной сопричастности. Область такой значимой деятельности в пожилом возрасте самая широкая: это или продолжение деятельности профессионального характера, или написание воспоминаний, или помощь в воспитании внуков и учеников, или дела, которыми всегда хотелось заняться. Или же участие в волонтерском движении, которое вбирает в себя и полезную для общества деятельность, творческую составляющую, а также улучшение здоровья.

Таким образом, мы видим, что при определении границ и понятия «серебряного» волонтерства существует ряд объективных проблем, возникших в связи с довольно новым направлением социальной работы. На сегодняшний день общество имеет общее представление о данном феномене, благодаря исследованиям в этой сфере, а также активному просвещению со стороны некоммерческих организаций. Несмотря на недостаточную изученность данного феномена, существующая и активно функционирующая деятельность приносит свои положительные результаты.

Подводя итог, стоит также обратить внимание на широкий спектр практически значимых ролей данного явления социальной работы, которые объективно свидетельствуют о необходимости оценки масштабов и результатов столь важного общественного движения.

1.2. «Серебряное» волонтерство в социальной работе некоммерческих организаций в России и за рубежом

В данном параграфе мы бы хотели обратиться к опыту «серебряного» волонтерства зарубежных коллег, соотнося его с реалиями нашей страны.

Начнем с определения путей развития и практической организации «серебряного» волонтерства в России. По сложившемуся мнению, данный вид волонтерства зародился в нашей стране в 2013 г. на Универсиаде в Казани, где волонтеры пенсионного возраста активно помогали в организации и проведении спортивных мероприятий. В настоящее время в нашей стране существуют три основных направления организации работы с пожилыми людьми:

1. В первом направлении поддержка пожилых реализуется в удовлетворении основных потребностей без их первичного выявления (проведение праздников, организация раздачи подарков в домах престарелых);

2. Второе направление опирается на изучение ситуации в социальной сфере: специалисты, реагируя на нее, создают новые услуги (просвещение, обучение, привлечение к добровольческой деятельности);

3. Третье направление затрагивает более широкое поле, здесь осуществляется комплексная поддержка пожилых людей, также и работа на дому. В рамках этого же направления специалисты вовлекают пожилых людей в социально активную жизнь, но предварительно их потребности выявляются.

Третье направление является предпосылкой к вовлечению пожилых в добровольческую деятельность, и, как следствие, к возникновению «серебряного» волонтерства как общественного феномена. Пожилые волонтеры участвуют в самых различных мероприятиях, например:

1. пропаганда здорового образа жизни;

2. военно-патриотические мероприятия;
3. экологические десанты, субботники;
4. поддержка семей с детьми (оказание посильной помощи семьям с детьми, в том числе с детьми-инвалидами, в виде услуг сопровождения вне дома, помощи в подготовке к занятиям и т.д.);
5. организация и проведение праздников, досуговых мероприятий, где волонтеры выступают аниматорами, инструкторами и добрыми собеседниками;
6. организация клубов по интересам [5, с. 24-25].

Организации, где мы можем увидеть действующие отряды «серебряных» волонтеров, существуют во многих городах нашей страны: в Санкт-Петербурге, Казани, Самаре, Краснодаре, Сочи, Тюмени, Уфе, Пензе и в других городах.

Рассмотрим в качестве примера деятельность Межрегионального Ресурсного центра «Серебряный возраст» (Санкт-Петербург). Это негосударственный ресурсный центр для некоммерческих организаций и организаций, осуществляющих деятельность в сфере социального развития и социальной адаптации пожилых людей (старше 55 лет). Целями Центра «Серебряный возраст» являются содействие развитию адаптивных технологий для пожилых людей и содействие профессиональному развитию пенсионеров и пожилых работников.

На базе ресурсного центра реализуется модель организации системной работы с волонтерами «серебряного» возраста, которая включает в себя

1. единую систему привлечения волонтеров;
2. единую модель их обучения;
3. единую структуру волонтерского движения;
4. единая система мотивации волонтеров;
5. единую корпоративную культуру;
6. единую систему привлечения волонтеров.

По результатам работы центра сформулированы рекомендации к организации работы с волонтерами «серебряного» возраста, в соответствии с которыми для начала необходимо сформулировать основную идею сообщения, которую организаторы хотят использовать для их привлечения. Пример такого сообщения: «55 лет – жизнь начинается сейчас! «Серебряное» волонтерское движение — это продолжение вашей продуктивной жизни, с новым опытом и знаниями, знакомством с интересными людьми и содействием решению социальных проблем». Для отображения контактов связи: номер стационарного телефона (поскольку не у всех пожилых есть мобильный телефон), номер мобильного телефона, адрес электронной почты и местная организация (если есть). Нужно также указать рабочее время, в которое принимаются заявки. Здесь предусмотрены все варианты связи с учетом особенностей данной категории клиентов.

Для распространения информации используются следующие каналы:

1. Интернет (социальные сети, интернет-издания, электронные рассылки организаций),
2. Средства массовой информации (телевидение, радио, печатные издания),
3. «Сарафанное радио» (распространение информации через организации, где уже существуют волонтерские движения; размещение объявлений; проведение презентаций на крупных мероприятиях, где может быть ваша целевая аудитория).

После того, как информация поступила в массы, начнут активно поступать звонки от заинтересованных людей, поэтому важно назначить специального человека, который сможет корректно ответить на все вопросы и пригласить на первое организационное собрание будущих волонтеров.

Единая модель обучения волонтеров включает

1. План «5 шагов к волонтерству» (включает 5 задач: «Эффективное взаимодействие семьи и сообщества», «Формирование команды», «Компьютерная грамотность», «Краеведение», «Волонтерство»). Временные

рамки: 54 часа (2-3 дня в неделю по 2 часа). Группа не должна превышать 20 человек. В учебном центре всем участникам предлагается участие в творческих и некоммерческих организациях региона;

2. План «Наставничество и кураторство» (организуется волонтерами, которые хотят работать в команде). Цикл длится 30 часов. Команда не должна превышать 10 человек

Обучение пожилых людей строится на тех же принципах, что и воспитание детей и взрослых, но необходимо учитывать большое количество особенностей. Пожилые должны быть адаптированы, т.к., родившись в советское время, они могут быть более консервативны по отношению к жизни: у них сохранилось представление о стандартном способе обучения «учитель-ученик», при котором учитель всегда прав, он говорит истину, которую необходимо запомнить и следовать ей. Нужно быть готовым к тому, что большая аудитория не будет готова к современным методам обучения, например, интеграции, командной работе, мозговому штурму, образовательным проектам и т.д. При построении учебного плана необходимо учитывать специфику современного человека: интеллектуальную, эмоциональную, физическую, социальную [5, с. 4-46].

За пределами нашей страны существуют две основные стратегии, которые особенно важны для побуждения пожилых людей стать волонтерами. Эти стратегии сосредоточены на различных этапах жизни, а также на личном развитии и обучении.

1. Согласно первому плану основными целями должны быть помощь пожилым людям в различных обстоятельствах и забота об их благополучии;

2. Второй общий план направлен на личностный рост и развитие.

Более того, эти две стратегии включают в себя искусство, мудрость и опыт стариков. Также добровольные вещи соотносятся в соответствии с их благами, страстями и интересами.

В рамках стратегий предусмотрено несколько оригинальных способов привлечения старших волонтеров. Эти ключевые концепции и выбор различных подходов представлены ниже:

I. Они дают советы о благополучии на разных этапах жизни.

1. Пенсионный план.

Осуществляется в финансовом консультировании и помощи - помощь благотворительной организации, когда пожилой человек жертвует часть пенсии или пенсия полностью уходит наследство организации.

2. Деятельность, связанная с переменами в жизни, такими, как смена места жительства или условий проживания (совместное волонтерство).

3. Временная и сезонная работа.

Из-за увеличения семейных обязанностей, выхода на пенсию, путешествий, семейного времени и образа жизни многие пожилые люди ищут краткосрочные или временные возможности для волонтерства. Пожилым людям, давно работающим волонтерами, будет интересна ситуация, когда они могут иметь статус «обучающегося». Суть заключается в том, что пожилые волонтеры выполняют мелкую работу, заменяют постоянных волонтеров, помогают, но вместе с тем удовлетворяют свою потребность в волонтерской деятельности с сохранением возможности к быстрой смене деятельности.

II. Обеспечение личного развития и обучения.

1. Добровольчество, основанное на навыках. Среди пожилых людей, желающих добровольно использовать свои навыки и опыт в качестве волонтеров, профессиональная подготовка является перспективным подходом. Многие люди обращают внимание на деятельность, которая полностью отличается от того, что они делали или как работали до выхода на пенсию.

2. Гражданская наука.

В мире развивается гражданская наука, область, в которой в качестве ученых работают волонтеры, занимающиеся экологическими,

консервативными и биологическими исследованиями, точнее, собирают информацию для более компетентных в данной области лиц. Люди связывают свою деятельность с наблюдением за необычными видами птиц, с собиранием камней, измерением уровня воды и т.д.

3.Образование и исследования.

Еще одной недавней тенденцией в добровольчестве является привлечение большего числа людей к науке и исследованиям — сбору информации, проведению обзоров литературы и участию в совместных исследованиях. Одним из таких проектов является проект BRAVO в центре Baycrest Health Sciences [12, с. 119-135].

Наряду с некоторыми трудностями этих исследовательских проектов, есть много преимуществ для ученых и пожилых людей. Благодаря исследованиям пожилые люди принимают участие в большой научной работе, приобретают исследовательские навыки и активно учатся. Они вносят свой вклад в общество, участвуя в проектах, которые приносят новые знания. Их изучение науки может привести к решению насущных социальных и научных проблем.

В 2015 году в рамках Университета третьего возраста (далее – УТВ) начал свою деятельность Волонтерский центр «60+». Участвуя в деятельности Центра, слушатели приобретают знания о волонтерстве, его принципах, задачах и формах, о принципах организации групп самопомощи, а также получают возможность применить полученные навыки на практике[5, с.31] .

Направления деятельности центра выглядят следующим образом:

1. Центр межкультурных коммуникаций — переписка с Университетами третьего возраста других стран, перевод материалов. Требование к пожилым волонтерам — это знание иностранных языков. Здесь мы видим, что профессиональные лингвисты на пенсии могут по-прежнему осуществлять и развивать свой потенциал.

2. Подарим детям радость – оказание помощи семьям с детьми до 3-х лет, оказавшимся в сложной жизненной ситуации на базе социального центра «Счастливый малыш». Бабушка на час. Похожее направление мы можем увидеть и на территории РФ.

3. Школа здоровья – чтение лекций для слушателей Университета на медицинскую тематику, повышение уровня информированности студентов по вопросам здоровья. Профилактические беседы и лекции также имеют широкое распространение, конкретно и в нашем городе. Конкретным примером может служить организация занятий по физкультуре в школах пожилыми волонтерами совместно с учителями.

4. Помощь животным – временный приют домашним животным, помощь в проведении акций в защиту животных.

5. Компаньонство – поддержка маломобильных и слабовидящих людей. Сопровождение в театр, в библиотеку, магазин. Чтение литературы, прессы для слабовидящего человека.

6. Экология – формирование основ экологической культуры среди взрослого населения, достижение экологических знаний, развитие экологического сознания, приобретение навыков, направленных на сохранение природных условий, необходимых для развития общества, гармоничное взаимоотношение между обществом и природой. Участие в экологических акциях: благоустройство территорий, высадка деревьев, уборка лесопарковой зоны и др.

7. Информационный центр – помощь в подготовке информационной афиши и вестника для слушателей Университета.

8. Арт-мастерская – проведение обучающих мастер-классов для слушателей УТВ по различным творческим направлениям. Повышение культурного уровня, путем проведения встреч, выставок, гостиных. Требуются творческие люди, готовые поделиться с другими своими талантами. Это одно из самых распространённых направлений волонтерской

деятельности, способствующих развитию творческих способностей. Данное направление широко распространено на территории Пензенской области.

9. Своё направление, которое предлагают участники обучения.

В Австралии существует комитет, который возглавляет министр по волонтерской деятельности. Разработаны пенсионная и добровольная программы для пожилых людей (RSVP). В рамках плана добавлено более 80 новых маршрутов волонтеров. Их перспективы были адаптированы к возможностям постоянных добровольных изменений.

Цитата главного директора добровольческой и пенсионной программы (RSVP) волонтерства, разработанной для пожилых людей: «После прихода в RSVP я познакомился с несколькими волонтерами, которые проработали здесь 20 лет. Они начали в возрасте 65-70 лет, но вот уже им почти 80 лет, и это совсем другие люди, они потеряли свою былую энергию, энтузиазм. Вопрос, как продолжить свое участие в этом шаге, остается открытым. Очень успешным оказался один метод - найти работу или друзей по телефону. По крайней мере, две трети, участвовавших в проекте нашли таким образом друзей. При встрече эти люди признавались, какое большое значение для них имела возможность получать звонки от друзей. Стоит отметить, что у нас есть отряд волонтеров, который шьет одежду для медсестер неотложной скорой помощи, а также для лиц с ограниченными возможностями. Средний возраст постояльцев дома престарелых в Кембридже составляет 85 лет, они активно вяжут вещи, которые потом отсылают бедным народам Африки, в больницы...».

Программа Senior Corps — это программа созданная Корпорацией национальных и общественных служб, независимое федеральное агентство в Соединенных Штатах Америки. Сегодня это учреждение ищет возможности служить более чем 500 000 американцев. Программы корпорации:

1. Программа Foster Grandparents объединяет 60 волонтеров с детьми и молодыми людьми, нуждающимися в особой заботе. Волонтеры выступают в роли наставников, оказывают помощь и поддержку уязвимым детям в стране,

2. Программа Senior Escort объединяет добровольцев старше 60 лет со взрослыми из сообщества, которым трудно выполнять свои повседневные задачи. Помощники оказывают поддержку на личном уровне, например, ходят в продуктовый магазин, посещают врачей или просто наносят дружеские визиты,

3. Волонтерская и пенсионная программа для пожилых людей (RSVP) объединяет более 55 волонтеров, которые работают на общественных началах, чтобы сбалансировать свои навыки и достижения. От строительства зданий для иммунизации до детей и некоммерческих организаций, занимающихся ремонтом и защитой окружающей среды, волонтеры и волонтеры программы Senior Volunteers Program (RSVP) используют свои индивидуальные таланты для добрых дел.

Таким образом, мы видим, в каких формах осуществляется «серебряное» волонтерство в России и за рубежом. Многие направления деятельности одинаковы для всех стран, несмотря на различия в культурно-историческом, экономическом и социальном развитии. Но вместе с тем они имеют свои специфические черты, характерные каждой общности. Поэтому в рамках данной работы стоит обратить внимание на работу организаций г. Пензы, осуществляющих деятельность в рамках «серебряного» волонтерства.

Глава 2. Эмпирический анализ «серебряного» волонтерства в социальной работе некоммерческих организаций (на примере ПОО ОБОФ «Российский фонд милосердия и здоровья»)

2.1. Опыт деятельности «серебряных» волонтеров в социальной работе некоммерческой организации

С целью изучения опыта деятельности «серебряных» волонтеров в социальной работе некоммерческой организации и выявления его адаптационного потенциала нами проведено эмпирическое исследование с применением методов экспертного опроса, интервью и эксперимента.

Об опыте деятельности «серебряных» волонтеров в социальной работе некоммерческой организации можно говорить, опираясь на данные экспертного опроса. Так, профессор кафедры «Теория и практика социальной работы», доктор философских наук Т.Г. Скороходова (преподаватель дисциплины «Социальная геронтология» в рамках направления подготовки студентов «социальная работа в системе социальных служб»), отметила, что рассмотрение пожилых людей в качестве объектов социальной работы – часть традиционного/патерналистского подхода, в котором социальные работники выступают субъектами, а получателям помощи и социальных услуг отводится роль пассивного объекта. Такому подходу есть альтернатива – концепция активного старения, предполагающая субъектную роль пожилых людей.

Безусловно, активная общественная жизнь влияет положительно – она позволяет поддерживать прежний, привычный режим активности, присущий им до выхода на пенсию, и тем самым поддерживать жизненный тонус. Особо эксперт отметила участие в культурной жизни, которое благотворно влияет на деятельность мозга пожилых людей и является серьёзнейшей профилактикой деменции в возрасте, который называют возрастом долгожителей. «Прежде всего – желание сохранять чувство полезности другим людям, а также поддерживать свою активную жизненную позицию,

коль скоро она была у них до выхода на пенсию», - отметила Т.Г. Скороходова.

Названное направление лежит в русле подхода активизации ресурсов клиента, который эксперт отметила как наиболее адекватный для преодоления привычного субъект-объектного подхода в социальной работе с ними. Оно позволяет предотвратить в самом начале ситуацию, когда пожилые люди выступают пассивными реципиентами социальной помощи, а социальный работник оказывается в роли опекуна, компенсирующего различные утраты и затруднения клиента.

Одной из острых проблем является потеря смысла жизни, когда находясь на пенсии, в условиях при которых индивид работал большую часть жизни, теперь не имеет работы и занятий. Поэтому поиск смысла жизни занимает важное место при работе с пожилыми людьми. Приобщение пожилых к общественной деятельности, а именно в волонтерском отряде, может стать большим толчком и событием в контексте поиска смысла жизни.

Одним из экспертов в социальной работе с пожилыми людьми выступила специалист по социальной работе и психолог, работавший в ГАУСО «Пензенский дом ветеранов» Н.А. Чернышова, беседа с которой позволила выявить наличие стремления пожилых людей к инициативной добровольческой деятельности. «Пензенский дом ветеранов» уделяет внимание материально-бытовому обеспечению, улучшению морально-психологического климата, оказанию медицинской помощи, а также организации культурно-массового досуга.

По словам эксперта, среди клиентов Дома ветеранов наблюдается много инициативных и готовых помочь. Так, в ситуации расселения более здоровые пожилые стараются поселиться вместе с пожилыми инвалидами, которые, к примеру, имеют нарушения опорно-двигательного аппарата, чтобы помогать с удовлетворением первичных физиологических потребностей. Соседи помогают и поддерживают друг друга не только в удовлетворении первичных потребностей, а также оказывают первичную

психологическую поддержку. Помимо этого, пожилые клиенты организации помогают персоналу в стирке вещей и белья, также на добровольной и безвозмездной основе. Как и упоминалось выше, данное учреждение организует досуг жителей с помощью концертов и иных мероприятий. Сами пожилые организуют свои коллективы, которые занимаются организацией концертов для других жильцов. Также стоит отметить, что на официальном сайте «Пензенского дома ветеранов» есть раздел под названием ««Серебряное» волонтерство», но перейдя на страницу, можно обнаружить, что нет информации, отвечающей заголовку. Страница не содержит текстового или фотоматериала, который относится к заданной теме. В ходе экспертного опроса удалось установить, что деятельность организации предполагает наличие добровольческой деятельности среди пожилых людей, но теоретически эта деятельность никак не описана и не закреплена. Также стоит отметить, что данная деятельность находится на стадии становления. Мы можем предположить, что «серебряное» волонтерство в рамках «Пензенского дома ветеранов» будет развиваться, привлекая все большее количество пожилых добровольцев.

Еще одним экспертом выступил заместитель председателя правления Пензенского областного отделения Общероссийского благотворительного общественного фонда «Российский фонд милосердия и здоровья» (далее – Фонд) – В.В. Власова. В.В. Власова имеет непосредственное отношение к движению «серебряных» волонтеров в рамках данного Фонда. Она разрабатывала программу проекта, а также является куратором волонтерского корпуса Фонда.

По словам эксперта, привлечение людей старшего возраста в добровольческую деятельность является одним из важных компонентов активного долголетия, способствующих улучшению качества жизни участников Фонда. Здесь оказывается поддержка имеющегося активного жизненного потенциала участников оздоровительных и творческих клубов для людей 60 лет и старше и помощь в решении проблем социальной

адаптации пожилых людей. Также в задачи Фонда входят содействие укреплению и сохранению здоровья участников благотворительных программ Фонда, профилактика заболеваний занимающихся в клубах и группах.

Эксперт отмечает одну важную особенность волонтеров старшего поколения: огромный опыт общественной деятельности.

На базе Фонда создан и активно действует Центр активного долголетия и поддержки волонтеров. Команда Центра состоит из опытных методистов по оздоровительной гимнастике и скандинавской ходьбе, по первой помощи населению, общественных инструкторов и руководителей оздоровительных и творческих клубов. Ресурсы и возможности Фонда милосердия и здоровья в социальном партнерстве с Движением «Содружество клубов любителей скандинавской ходьбы» заключаются в эффективном опыте применения различных методик оздоровительных занятий, а также привлечению и подготовки волонтеров инструкторов-тренеров. Пожилые волонтеры попробовали себя в роли учителей для школьников на уроках физкультуры. Данный проект предполагал обучению детей основам скандинавской ходьбы, которую пожилые граждане освоили сами, а также активно практикуют несколько раз в неделю на Олимпийской аллее в г. Пензе. Центр проводит регулярные мастер-классы по оздоровительной гимнастике и скандинавской ходьбе, занятия и инструктажи по первой помощи, методические занятия с волонтерами — руководителями клубов и групп. У Центра есть опыт социального партнерства с Министерством физкультуры и спорта Пензенской области.

Волонтеры Центра имеют опыт разработки и реализации социальных проектов, способствующих привлечению дополнительных средств, для деятельности Фонда. Сотрудничество и взаимодействие между объединениями пожилых людей в Пензе и области, занимающимися различными видами физической культуры и творчеством, также могут стать

одним из факторов привлечения новых участников в оздоровительные группы.

Созданные Фондом и имеющие многолетний опыт работы творческие волонтерские клубы «Рукодельница», «Мастерица», «Беседка» и др. содействуют сохранению и развитию творческих навыков пожилых людей, преодолению проблемы одиночества, социальной адаптации пенсионеров и их личностной самореализации. Они объединяют активных творческих людей старшего поколения, способных стать примером для своих сверстников.

В 2018 году в соответствии с Положением о «Серебряных волонтерах» сертифицировано 150 человек в рамках реализации социального проекта «От всей души. 30 лет в помощь людям», поддержанного Правительством Пензенской области.

Опыт проведения занятий и инструктажей по первой помощи населению в рамках реализации социального проекта «Золотой час первой помощи», получившего поддержку Правительства Пензенской области, показал необходимость проведения регулярных инструктажей для участников массовых оздоровительных мероприятий и регулярных занятий. Проект «Активный доброволец» победитель конкурса президентских грантов 2020 года распространил опыт поддержки волонтеров в трех районах Пензенской области и важной частью проекта стал обучающий видеокурс из 20 видеороликов с информацией о направлениях подготовки и адаптации добровольцев старшего поколения. Программа «Современные формы поддержки серебряных волонтеров» является продолжением проекта «Активный доброволец», победителя конкурса Президентских грантов.

Объединения серебряных волонтеров, как экспертов в различных оздоровительных и творческих видах деятельности, в Центр активного долголетия и поддержки волонтеров предоставляет новые формы и возможности волонтерской деятельности, способы их поощрения и поддержки.

Таким образом, мы сформировали представление о деятельности «серебряных» волонтеров благодаря мнениям и экспертной оценке компетентных специалистов данной области. Эксперты подчеркивают значимость волонтерства в преодолении пожилыми людьми трудностей, связанных с изменением социального статуса и ролей. Одной из таких трудностей, как мы уже отмечали, является социальная адаптация. Выявлению адаптационных возможностей «серебряного» волонтерства посвящен следующий параграф.

2.2. Анализ адаптационных возможностей «серебряного» волонтерства в социальной работе некоммерческой организации

Как упоминалось нами ранее, адаптация пожилых людей, а точнее повторная адаптация, которая возникает в силу объективных причин, имеет множество моментов, которые нуждаются в изучении и проработке. Данный процесс сопровождается возникновением новых социальных статусов, ролей, изменений в психоэмоциональном состоянии, возникновением новых знакомств. В связи с этим для изучения влияния «серебряного» волонтерства на социальную адаптацию пожилых было проведено исследование, затрагивающее также и особенности самих пожилых людей.

Так, эксперт Т.Г. Скороходова, подчеркнула, что старение организма влечет за собой множество изменений, которые касаются не только физического состояния, общего самочувствия, но и отношения к обществу, к его изменения, приспособленности к ним. Вместе с тем идет и обратное влияние, то есть мы можем наблюдать последствия психосоматики, когда психологические барьеры и проблемы влияют на ряд соматических заболеваний. Пожилые люди склонны к гиперболизации проблем, слезливости, апатии и депрессии. Следовательно, концепция социальной работы с пожилыми должна быть основана на глубоком знании особенностей людей этого возраста.

Эксперт отметила, что в настоящее же время акцент ставится прежде всего на создание благоприятных условий для пожилых, оказание им материальной помощи. Что же касается их самих, то вряд ли можно говорить о таких особенностях, которые можно определить у всех. И процесс старения, и особенности пожилых серьёзно дифференцированы по типам личности, и, как правило, в пожилом возрасте мы видим обычно продолжение тех положительных или негативных черт характера и жизненной позиции, которые и прежде у них были.

Т.Г. Скороходова отметила: «К ключевой особенности социальной работы с пожилыми я отнесла бы необходимость понимания со стороны социальных работников – понимания в широком смысле, в котором сочетается искренний интерес к пожилому человеку, способность к эмпатии и гибкое восприятие проблем и жизненного опыта при общении. Другой особенностью представляется сотрудничество социального работника с клиентом в решении проблем, сотрудничество, которое желательно наладить с самого начала общения. И, разумеется, это также тонкий учёт всех обстоятельств жизни пожилого человека».

Эксперт Н.А. Чернышова особое внимание акцентировала на проблемах пожилых людей, которые побуждают последних обращаться за помощью к специалистам. В ходе экспертного опроса удалось установить, что основными кризисными ситуациями, с которыми сталкиваются пожилые клиенты, являются

1. Одиночество, в частности отказ близких людей от своих пожилых родственников. Пожилые люди таят обиду на близких, им трудно справиться с ней самостоятельно. Родственники не желают ухаживать за старшими членами семьи, в условиях их возрастающих потребностей. Вместе с тем, встречаются и иные ситуации, когда человек был одинок всю свою жизнь, а сейчас желает «обрести близких людей», приобрести эмоциональную связь с кем-то;

2. Алкоголизм. Здесь, как отмечает специалист, встречаются также и более молодые группы населения, которые не относятся к пожилым, но близкие к этому статусу. Учреждение оказывает помощь данной группе клиентов, медицинскую поддержку, работу с психологом, который проводит индивидуальную работу, а также может комбинировать соседство в жилых помещениях Учреждения;

3. Ряд проблем, которые затрагивают проживание в учреждении: воровство, религиозные распри, отсутствие свободного выхода и др.

Остановимся подробнее на пункте первом: одиночество является самой распространенной и острой проблемой среди пожилых людей. Так, специалист отмечает, что среди клиентов «Дома ветеранов» часто встречаются поздние браки, в которые вступают люди, которые боятся прожить старость в одиночестве. Также специалист отметил одну особенность: если мужчины вступают в поздний брак только из-за боязни одиночества, то женщины, в свою очередь, имеют меркантильные цели, т.к. супружеским парам отводится отдельная комната. Но нередко пожилые люди идут на конфликт, стараясь привлечь внимание, выражая недовольство, вступая в конфронтацию с соседями по комнате.

С целью выявления адаптационного потенциала «серебряного» волонтерства и отношения пожилых добровольцев к своей адаптации, к новым социальным ролям, статусам, новому складу жизни, нами было проведено интервью с пожилыми волонтерами и проведен эксперимент. Эксперимент включал два этапа.

На первом этапе (октябрь 2021 г.) было проведено первичное диагностирование вновь прибывших пожилых волонтеров (в исследовании приняли участие 10 человек), которые находятся на стадии своего вовлечения в добровольческую деятельность, также с ними было проведено интервью. Применены две психодиагностические методики: «Методика субъективного ощущения одиночества» Д. Рассела и М. Фергюсона, а также «Тест индекс жизненной удовлетворенности (ИЖУ)» адаптации Н.В. Паниной.

Между первым и вторым этапами исследования (период с октября 2021 года по февраль 2022 года) новоиспеченные «серебряные» волонтеры успели принять участие в ряде мероприятий:

1. Одним из них стала организация разминки в виде комплекса оздоровительной гимнастики на набережной реки Суры. Разминку участники волонтерского движения подготовили и провели для иных клубов для пожилых, которые не относятся к Фонду;

2. Также пожилые волонтеры провели для собравшихся на набережной реки Суры очередной мастер-класс по танцетерапии и организовали массовый флешмоб «Танцевальная гимнастика»;

3. Инструктором-волонтером был организован выездной мастер-класс клуба любителей оздоровительной гимнастики с элементами танца «Синий платочек» на стадионе «Первомайский» города Пензы. В нем приняли участие участник клуба любителей скандинавской ходьбы, а также все желающие;

4. Фонд проводит традиционную акцию под названием «Благодарение» в честь дня пожилого человека. В данном мероприятии приняли участие «серебряные» волонтеры, сотрудники Фонда, а также студенты факультета педагогики, психологии и социальных наук ПГУ. Акция заключалась в посещении пенсионеров на дому, которые находятся под опекой Фонда. Им были вручены продовольственные наборы и информационные буклеты с самой полезной информацией о благотворительных мероприятиях;

4. Особо стоит отметить победу Фонда в конкурсе президентских грантов с проектом «Гражданская инициатива – активный сельский житель», руководителем которого стала В.В. Власова. Совместно с волонтерами Фонда она будет реализовывать этот проект. Его содержание направлено на работу с сельскими жителями в небольших населенных пунктах Пензенской области. С помощью инициативных сельских жителей команда и волонтеры проекта будут организовывать в 8 селах Пензенской области различные виды активного досуга, продолжая и используя опыт двух предыдущих социальных проектов, получивших поддержку Фонда президентских грантов.

На втором этапе (февраль 2022 г.) были также сделаны контрольные замеры с применением тех же методик, что и на первом этапе.

Результаты применения первой методики показали, что 60% опрошенных (6 человек) имеют высокой уровень одиночества, их результаты варьируются от 40 до 60 баллов. Средний уровень одиночества, где диапазон баллов составляет промежуток от 20 до 40, имеют 30% (3 человека). Низкий

же уровень одиночества имеет лишь 10% (1 человек), диапазон этого уровня составляет от 0 до 20 баллов. На этапе первого замера, мы смогли увидеть, что большинство начинающих волонтеров ощущают себя одинокими, нуждающимся в общении, они считают, что их никто не понимает. Полученные результаты можно объяснить тем фактом, что старость, как период жизни людей вбирает в себя многие коренные проблемы как биолого-медицинской сферы, так и социально-бытового характера. В эмоциональной сфере – проявление некоторых черт характера и темперамента, которые в молодые годы в какой-то мере маскировались, а к старости стали более заметными (более агрессивное поведение, или наоборот, слезливость, грусть). В моральной сфере – отказ от адаптации к новым нормам, ценностям, манерам поведения может привести к конфликтам пожилого человека с окружающими, замыканию в своем мире. Это в свою очередь влияет на понижение самооценки и самоуважения.

Обратимся подробнее к данной методике и проанализируем конкретные вопросы, которые непосредственно затрагивает тему нашего исследования. В ходе первого этапа тестирования «Методики субъективного ощущения одиночества» большинство участников, а именно 70%, ответили, что боятся одиночества и оно для них невыносимо. Также стоит отметить, что 80% волонтеров, прошедших исследование, ответили, что им не хватает общения. Этот факт связан с потерей близких людей, таких как супруг/супруга, друзья и знакомые. Также стоит отметить, что 60% отметили, находятся в ожидании, что люди позвонят им или напишут. Но также на вопрос «Мне трудно заводить разговор с незнакомыми людьми» лишь 20% опрошенных ответили, что им трудно. Вследствие этого мы обратились к результатам другого вопроса «Мои социальные отношения и связи поверхностны», ответили больше половины – 60%. Здесь мы можем увидеть, что, заводя беседу с незнакомыми, пожилые люди считают это общение поверхностным.

Таким образом, делая промежуточный вывод, можно отметить, что у начинающих волонтеров наблюдается повышенный уровень субъективного ощущения одиночества.

Также был применена методика «Тест индекс жизненной удовлетворенности», адаптированная Н.В. Паниной. Опросник, определяющий индекс жизненной удовлетворенности, диагностирует общее психологическое состояние человека, степень его психологического комфорта и социально-психологической адаптированности. Именно поэтому мы выбрали данную методику. Тест может быть использован для дифференцированной оценки особенностей стиля жизни, потребностей, мотивов, установок, ценностных ориентаций человека с целью определения, какие из них положительно сказываются на его общем психологическом состоянии, а какие – отрицательно.

В ходе первого замера, удалось установить, что большинство опрошенных, а именно 70%, имеют среднюю жизненную удовлетворенность, их баллы за тестирование варьировали от 25 до 30. Низкую степень удовлетворённости имеют 30%, прошедших методику, то есть их результаты составляют менее 25 баллов. Большинство вопросов данной методики нацелено на выявление отношения опрашиваемого к своей прошлой жизни, к ее результатам.

На такие высказывания, как «Жизнь принесла мне больше разочарований, чем большинству людей, которых я знаю», «Сейчас самый мрачный период в моей жизни», «Моя жизнь могла бы быть счастливее, чем есть», пришлось большинство ответов «не согласен» (60%), что свидетельствует о том, что пожилые люди ценят свой жизненный опыт и прожитые годы не меньше, чем свою жизнь сейчас. Стоит отметить, что 80% ответили утвердительно на вопрос «Когда я оглядываюсь на свою жизнь, я испытываю чувство удовлетворения». Но лишь 20% оценивают себя лучше, чем большинство других людей того же возраста.

Через несколько месяцев, когда новые члены волонтерского отряда смогли погрузиться в свою деятельность, мы вновь провели замеры, уже контрольные, чтобы выяснить, настолько изменились или не изменились показатели.

Результаты первой проведенной методики показали, что лишь 20% опрошенных (2 человека) находятся на высоком уровне одиночества. Уже здесь мы видим улучшение в показателях: уровень ощущения одиночества снизился. Средний уровень обнаружен также у 30% (3 человека), но стоит отметить, что изменился контингент, входящий в эту группу – это люди, которые ранее находились на более высоком уровне ощущения одиночества. Низкий уровень одиночества обнаружен у половины опрошенных. Уже сейчас мы можем сделать промежуточный вывод о том, что эмоциональное состояние пожилых улучшилось. Поэтому снова подробнее обратимся к некоторым вопросам.

В ходе второго замера по «Методике субъективного ощущения одиночества» 30% участников ответили, что боятся одиночества и оно для них невыносимо. Также стоит отметить, что лишь 10% волонтеров, прошедших исследование, ответили, что им не хватает общения. Находясь в кругу единомышленников, а также общаясь на мероприятиях с другими людьми, пожилые обрели новых приятных собеседников. 50% отметили, что находятся в ожидании, что люди позвонят им или напишут. Данный показатель практически не изменился, пожилые добровольцы все также ожидают большего общения в жизни.

В ходе второго замера по тесту индекса жизненной удовлетворенности удалось установить, что большинство опрошенных, а именно 80%, имеют высокую степень жизненной удовлетворенности. Среднюю степень удовлетворенности имеют 20% прошедших исследование. Большое внимание стоит уделить тому факту, что людей, находящихся на низком уровне жизненной удовлетворенности, обнаружить не удалось. У большего количества респондентов улучшилась самооценка, они стали оценивать себя

лучше, чем другие, также они отмечают, что довольны тем, что получили от жизни.

Таким образом, мы видим, что вовлеченные в волонтерскую деятельность смогли улучшить свое психологическое состояние и социальные взаимодействия. Нахождение в кругу таких же людей, их положительный пример побуждает пожилых людей к инициативной деятельности, проявлять свою активность, стремиться к новым достижениям, раскрывать все новые грани своего потенциала.

В ходе интервью пожилым были заданы вопросы, затрагивающие мотивы вступления в волонтерский отряд: появились ли новые знакомства у участников, что волонтерство принесло в их жизнь, помогает ли их прошлый опыт (возможно, профессия) в волонтерской деятельности и др.

Как отметили волонтеры, желание присоединиться к отряду у них появилось тогда, когда появилась необходимость в укреплении здоровья. Стоит отметить, что отряд занимается не только волонтерской деятельностью, они также проводят спортивно-оздоровительные занятия друг для друга. Эти занятия проходят два раза в неделю на свежем воздухе.

На вопрос о том, помогает ли жизненный опыт и профессия, волонтеры утвердительно ответили, что да. Также они добавили, что богатый жизненный опыт, знания, полученные в течение жизни, все это играет очень большую роль в их деятельности. Например, часть волонтерского отряда состоит в географическом клубе, одна из участниц всю жизнь работала нефтяником.

Особое внимание при анализе данных интервью мы хотели бы уделить вопросу возникновения новых знакомств в ходе добровольческой деятельности. Многие из опрошенных затрагивали тему появления новых знакомств в контексте ответов на другие вопросы. Абсолютно все респонденты отметили, что волонтерство помогло им обрести много новых знакомых людей. Общение помогает пожилым чувствовать в себе новые силы, делясь своим мнением, опытом они подпитывают чувство нужности.

Также волонтеры отмечают, что они не нуждаются во встречах вне проектов волонтерского отряда, так как им хватает общения в его рамках, подчеркивая тот факт, что это общение и встречи происходят регулярно, практически ежедневно.

Таким образом, мы видим, какую роль в жизни пожилых людей играет волонтерство. Оно является механизмом и средством социальной работы, которое положительно влияет как на самих волонтеров, так и приносит общественное благо.

2.3. Рекомендации к организации «серебряного» волонтерства в социальной работе некоммерческих организаций

Являясь довольно деликатной сферой деятельности, социальная работа подразумевает взаимодействие и помощь страдающим людям. Работа с людьми предполагает индивидуальный подход к каждому в зависимости от многих факторов, затрагивающих психологическое, социальное, физиологическое, экономическое состояния и другие. Пожилые люди – категория клиентов, которая также имеет свои особенности.

Проведенное эмпирическое исследование показало, каким аспектам «серебряного» волонтерства стоит уделить внимание, отталкиваясь от особенностей пожилых как объектов социального воздействия.

По нашему мнению, в организации работы с пожилыми волонтерами следует

1. Выработать особый подход к работе с пожилыми, который подразумевает более четкое и простое формулирование мыслей, четкое произношение, сопровождающееся усилением громкости голоса. Пожилые люди могут также не расслышать, поэтому особенно важно повторять информацию с целью полного доведения главной мысли;
2. Ограничить возрастные рамки, которые характеризуют добровольца, как «серебряного» волонтера. Ранее указанные нами возрастные рамки показали, что пожилой возраст начинается с 55 – 60 лет;
3. Стоит чаще освещать феномен «серебряного» волонтерства в сети Интернет и СМИ. Вследствие изучения Интернет-ресурсов с целью подкрепления теоретических знаний нам удалось установить, что данная тема недостаточно освещена в глобальной сети;
4. Признать «серебряных» волонтеров как полноправных субъектов волонтерской деятельности наряду с более молодыми группами населения, в условиях дискриминации пожилых как потенциальных добровольцев;

5. Привлекать жизненный опыт и потенциал пожилых при организации мероприятий для поднятия самооценки волонтеров в общении с более молодым поколением;

6. Расширять круг мероприятий с целью вовлечения большей массы пожилых в волонтерскую деятельность. Занимаясь любимым делом, человек улучшает свое эмоциональное состояние, показывает себя как мастера в определенном занятии. Пожилые люди смогут повысить авторитет, адаптироваться к новой социальной среде;

7. Привлекать к волонтерской деятельности организации людей «извне». Это поможет наладить больше социальных контактов, завести новые знакомства, а также интегрироваться в социум.

Заключение

В переводе с французского «волонтер» означает «доброволец». Представители волонтерского движения искренне считают, что выполнять значимые общественные работы и оказывать помощь нуждающимся следует не ради материальной заинтересованности, а совершенно бескорыстно. Фактически волонтер – это человек, который выполняет общественно значимую работу на безвозмездной основе.

Пожилые люди стараются разрушать стереотипы, связанные с возрастом и его объективными последствиями, а также влиянием его на жизнедеятельность. Используя богатый опыт, желание помочь, «серебряные» волонтеры наряду с другими отрядами трудятся на общественное благо и на благо самих себя.

Цель бакалаврской работы – изучить опыт деятельности «серебряных» волонтеров в социальной работе некоммерческих организаций – достигнута. Проведенное исследование позволило не только изучить опыт «серебряного» волонтерства, но и проанализировать его влияние на самих добровольцев, на их способность адаптироваться к меняющимся социально-психологическим условиям жизни.

Мы смогли установить, что показатели субъективного ощущения одиночества и индекс жизненной удовлетворенности с обретением опыта волонтерской деятельности у лиц пожилого возраста улучшились. Полученные эмпирические данные также позволяют говорить о том, что волонтеры приобрели множество новых товарищей, единомышленников, готовых к активному и здоровому долголетию, сопровождающиеся участием в волонтерской деятельности.

В ходе исследования была подтверждена следующая гипотеза: участие в волонтерской деятельности способствует адаптации пожилых людей к меняющимся социальным условиям.

Таким образом, мы смогли увидеть влияние «серебряного»

волонтерства в социальной работе некоммерческих организаций на состояние социальной работы с пожилыми как одного из направлений социальной работы в целом. Существующая тенденция к распространению этого феномена подкрепляется вовлечением новых пожилых участников, которым небезразлична своя судьба и судьба всего народа.

Список литературы

1. Федеральный закон «О благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтерстве)» от 11.08.1995г. N 135-ФЗ.
2. Федеральный закон «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам добровольчества (волонтерства)» от 5 февраля 2018 г. N 15-ФЗ.
3. Федеральный закон «Об общественных объединениях» от 19 мая 1995 г. № 82-ФЗ.
4. Агирбов С.Р., Сказко А.С. Добровольчество (волонтерство): этический аспект // Научно-исследовательские публикации. 2014. № 4. С. 69-71.
5. Арсеньева Т.Н. Серебряные волонтеры: методическое пособие. Тверь: Полиграфическая компания «Печатня», 2016. 59 с.
6. Арсеньева Т.Н., Виноградова Н.В., Пелевина И.М., Соколов А.А. Практикоориентированные методы психологической подготовки добровольцев. Учебно-методическое пособие. Тверь, 2009.
7. Амбарова П.А. Зборовский Т.Е. Волонтеры «серебряного возраста»: регулирование темпоральных стратегий поведения возрастной общности // Вестник ПНИПУ. 2017. № 4. С 35-46.
8. Бутуева З.А. Добровольческая деятельность старших граждан: особенности и мотивы участия // Вестник Института социологии. 2019. № 4. С. 220-230.
9. Быкова Т.А. Социальная политика в отношении граждан пожилого возраста: опыт и перспективы развития // Формы и методы социальной работы в различных сферах жизнедеятельности: материалы VI Международной научно-практической конференции, посвященной 55-летию Восточно-Сибирского государственного университета технологий и управления / Ответственный редактор Ю.Ю. Шурыгина. 2017. С. 3-4.

10. Денисова Е.А., Фатхуллина Е.В. Особенности социально-психологической адаптации пожилых людей // Концепт. 2015. № 28. С. 1-5.
11. Золотарева О.А., Карманов М.В. «Серебряные» волонтеры как объект прикладных исследований // Научные труды Вольного экономического общества России. 2020. № 2. С. 226-240.
12. Кирилюк О.М., Павлова А.А. Готовность пожилых людей к добровольческой деятельности // Волонтер. 2014. № 2. С. 55-65.
13. Лукьянов В. Вектор добровольчества – старшее поколение / Информационный бюллетень «Право пожилых». 2015. № 2. С. 8–11.
14. Медведева Г.П. Этика социальной работы. М.: Владос, 2002. 208 с.
15. Михайлова С.Р. Люди старшего поколения и добровольчество // Сборник статей, лекций, методических и аналитических материалов «Добровольцы — старшему поколению» / Под общ. ред. В.А. Лукьянова и С.Р. Михайловой. СПб.: ИПЦ СПГУТД, 2015. Т. 2. С.131–145.
16. Нагорнова А.Ю. Теория и технология социальной работы с пожилыми людьми: учебно-методическое пособие. Ульяновск: УлГПУ, 2012. 149 с.
17. Нестерова Г.Ф., Лебедева С.С., Васильев С.В.. Социальная работа с лицами пожилого возраста и инвалидами. М.: Academia, 2014. 320 с.
18. Никитина Р.Г. Организации деятельности пожилых волонтеров в целях оказания помощи семьям, имеющих детей-инвалидов // Социальная безопасность и социальная защита населения в современных условиях: материалы Международной научно-практической конференции / Ответственный редактор Н.С.Антонова. 2018. С. 220-223.
19. Павленок П.Д., Руднева М.Я. Технологии социальной работы с различными группами населения. М.: Инфра-М, 2011. 272 с.
20. Паклина Е.А. Организация волонтерской деятельности в период пандемии Covid-19 // Вестник Санкт-Петербургского государственного института культуры. 2020. № 4. С. 130-135.

21. Парфенова О.А. Вовлечение пожилых в волонтерскую и гражданскую активность как инструмент преодоления социального исключения // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2020. № 4. С. 119-135.
22. Погодина А.Б., Газимов А.Х. Основы геронтологии и гериатрии. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. 256 с.
23. Протасова С.В. Социальная защита: состояние и тенденции развития // Социальная безопасность и социальная защита населения в современных условиях: материалы Международной научно-практической конференции / Ответственный редактор Н.С. Антонова. 2018. С. 246-250.
24. Прохорова Л. Пожилые люди и «Серебряное» волонтерство: реальные кейсы // Вестник НГУЭУ. 2019. № 3. С. 248-259.
25. Смирнова Т.В., Маликова А.Н. Профессиональные ресурсы пожилых: возрастная динамика. М.: Palmarium Academic Publishing, 2014. 260 с.
26. Соболева Е.В. Активное долголетие как способ преодоления возрастного социального неравенства // Социальное неравенство современности: новая реальность научного осмысления: материалы VI Международной научной конференции / Ответственный редактор С.Г. Ивченков. 2018. С. 176-180.
27. Соболева Е.В. Добровольческая деятельность граждан старшего возраста как одна из форм активного долголетия российских пенсионеров // Известия Саратовского университета. Серия «Социология. Политология». 2020. № 1. С. 47-51.
28. Социальное волонтерство. М.: Омега-Л, 2016. 128 с.
29. Ульянова Е.В. Модели взаимодействия государственного сектора и общественных организаций в сфере волонтерской деятельности: социокультурный анализ // Вестник Тамбовского университета. Серия «Гуманитарные науки». 2018. Т. 23. № 74. С. 116-121.

30. Хасанова Г.Б. Социальная геронтология. М.: Инфра-М, 2016. 176 с.
31. Холостова Е.И. Социальная работа с пожилыми людьми. М.: Дашков и К, 2009. 800 с.
32. Шевченко О.П. Социальная определенность категории «Пожилый человек» // Общество и право. 2016. № 4. С. 254-257.

Приложение 1. Бланк экспертного опроса

1. Каковы особенности пожилых людей как объектов социальной работы?
2. Каковы особенности социальной работы с пожилыми клиентами?
3. Каковы основные проблемы пожилых людей, обращающихся в социальные службы?
4. С какими целями пожилые люди обращаться в социальные службы?
5. Как влияет активная общественная жизнь на пожилых людей?
6. Каковы основные мотивы пожилых людей, вступающих в добровольческие отряды?
7. Является ли «серебряное» волонтерство перспективным направлением социальной работы?

1. Почему вы решили стать «серебряным» волонтером?
2. По каким направлениям обычно ваш отряд осуществляет добровольческую деятельность?
3. Помогает ли ваш жизненный опыт, профессия в добровольческой деятельности?
4. Смогли ли вы обрести новые приятные знакомства, когда стали волонтером?
5. Что волонтерство привнесло в вашу жизнь? Как изменило ее?
6. Как часто вы участвуете в мероприятиях?

Методика субъективного ощущения одиночества

Д. Рассела и М. Фергюсона

Данный диагностический тест-опросник предназначен для определения уровня одиночества, насколько человек ощущает себя одиноким.

Инструкция.

Вам предлагается ряд утверждений. Рассмотрите последовательно каждое и оцените с точки зрения частоты их проявления применительно к вашей жизни при помощи четырех вариантов ответов: «часто», «иногда», «редко», «никогда». Выбранный вариант отметьте знаком «+».

Текст опросника (вопросы).

1. Я несчастлив, занимаясь столькими вещами в одиночку.
2. Мне не с кем поговорит
3. Для меня невыносимо быть таким одиноким
4. Мне не хватает общения
5. Я чувствую, будто никто не понимает меня
6. Я застаю себя в ожидании, что люди позвонят, напишут мне
7. Нет никого, к кому бы я мог обратиться
8. Я сейчас больше ни с кем не близок
9. Те, кто меня окружает, не разделяют мои интересы и идеи
10. Я чувствую себя покинутым
11. Я не способен раскрепощаться и общаться с теми, кто меня окружает
12. Я чувствую себя совершенно одиноким
13. Мои социальные отношения и связи поверхностны
14. Я умираю от тоски по компании
15. В действительности никто как следует не знает меня
16. Я чувствую себя изолированным от других

17. Я несчастен, будучи таким отверженным
18. Мне трудно заводить друзей
19. Я чувствую себя исключенным и изолированным другими
20. Люди вокруг меня, но не со мной

Приложение 4.

Тест индекс жизненной удовлетворенности (ИЖУ)

(адаптация Н.В. Паниной)

Опросник, диагностирующий индекс жизненной удовлетворенности, отражает общее психологическое состояние человека, степень его психологического комфорта и социально-психологической адаптированности.

Инструкция.

Оцените каждое утверждение в соответствии со степенью вашего согласия. В столбике с номером вопроса поставьте любой знак напротив нужного ответа – «согласен», «не согласен» или «не знаю».

Тестовый материал к методике жизненной удовлетворенности

1. С возрастом многое мне кажется лучше, чем я ожидал раньше.
2. Жизнь принесла мне больше разочарований, чем большинству людей, которых я знаю.
3. Сейчас самый мрачный период в моей жизни.
4. Моя жизнь могла бы быть счастливее, чем есть.
5. Сейчас я почти так же счастлив, как и в то время, когда был моложе.
6. Большинство дел, которыми мне приходится заниматься, скучные и неинтересные.
7. Сейчас я переживаю лучшие годы в моей жизни.
8. Я считаю, что в будущем меня ожидают интересные и приятные дела.
9. К своим делам и занятиям я испытываю такой же интерес, как и раньше.
10. С возрастом я всё больше ощущаю какую-то усталость.
11. Ощущение возраста не беспокоит меня.
12. Когда я оглядываюсь на свою жизнь, я испытываю чувство удовлетворения.

13. Я не изменил бы свою прошлую жизнь, даже если бы имел такую возможность.

14. По сравнению с другими людьми моего возраста я сделал массу глупостей в своей жизни.

15. Я выгляжу лучше, чем большинство других людей моего возраста.

16. У меня есть некоторые планы, которые я намереваюсь осуществить в ближайшее время.

17. Оглядываясь на прошлое, могу сказать, что я многое упустил в своей жизни.

18. Я слишком часто, по сравнению с другими людьми, нахожусь в подавленном настроении.

19. Я получил довольно много из того, что ожидал от жизни.

20. Что бы ни говорили, а с возрастом большинство людей становится хуже, а не лучше.