



государственное автономное учреждение социального обслуживания Свердловской области «Комплексный центр социального обслуживания населения Слободо-Туринского района»

**Методика ретро-терапии (терапии воспоминаниями) для граждан пожилого возраста и инвалидов, обслуживаемых на дому**

Экземпляр № 3 стр.1 из 5

Утверждаю:  
Директор ГАУ «КЦСОН Слободо-  
Туринского района»  
\_\_\_\_\_/Н.П. Назарова  
Приказ № 95-А от 21.06.2022 г.

**Методика ретро-терапии (терапии воспоминаниями)  
для граждан пожилого возраста и инвалидов,  
обслуживаемых на дому**

Дата введения: «21 » июня 2022 года

с. Туринская Слобода  
2022 год



## Методика ретро-терапии (терапии воспоминаниями) для граждан пожилого возраста и инвалидов, обслуживаемых на дому

Экземпляр № 3 стр.2 из 5

**Актуальность.** Одним из перспективных методов социальной помощи является использование пожилыми людьми собственных ресурсов, среди которых немаловажное значение приобретают воспоминания. Воспоминания способны компенсировать утрату прежних социальных ролей и актуализировать новые, поддерживать высокий уровень самооценки и помочь в поиске смысла жизни в пожилом возрасте. Использование воспоминаний способствует восприятию пожилого человека в качестве субъекта социального действия, которому присущи активность, опора на внутренний мир, способность к изменению, саморазвитию, видению перспективы, многомерности существования. Сами пожилые люди не только хотят быть объектом помощи, но и сами стремятся помогать другим, быть полезными.

### **Цель.**

улучшение эмоционально-психологического состояния пожилых людей и инвалидов, находящихся на надомном обслуживании.

### **Задачи.**

- сохранение и продление социальной активности получателей социальных услуг;
- профилактика одиночества, улучшение качества жизни;
- удовлетворение потребностей в коммуникации и признании;
- осознание и осмысление жизни;
- пробуждение новых интересов;
- активизация личной активности получателей социальных услуг;
- формирование позитивного взгляда на жизнь.

### **Целевая аудитория.**

Обслуживаемые на дому граждане пожилого возраста и инвалиды старше 60 лет.

### **Организация ретро-терапии.**

Ретро-терапия организуется в местах проживания граждан.

### **Кадровое обеспечение.**

Для достижения цели и задач использования ретро-терапии на дому привлекаются:

- социальные работники отделений социального обслуживания на дому.

### **Ожидаемые результаты.**

- приобретение новых навыков эмоционального общения;
- улучшение эмоционального настроения и общего самочувствия;
- облегченное восприятие и переживание проблем;
- общее повышение жизненного тонуса.

### **Формы работы.**



**Методика ретро-терапии (терапии воспоминаниями) для граждан пожилого возраста и инвалидов, обслуживаемых на дому**

Экземпляр № 3

стр.3 из 5

Ретро-терапия, применяемая как технология в социальном обслуживании на дому, предполагает использование индивидуальных форм работы. К ним относятся беседы, просмотр и комментирование фотоальбомов, фильмов, сказок и юмористических передач прошлых лет.

**Периодичность проведения занятий.**

Занятия проводятся не реже 1 раза в месяц, продолжительностью 1,5-2 часа (в зависимости от продолжительности видеоматериала).

**Материалы:** стол, стулья (кресла) – в местах проживания граждан, а также ноутбук и записи фильмов и юмористических передач прошлых годов.

**Практическое воплощение.**

Существует несколько видов техник, связанных с воспоминаниями: рассказ истории, личная биография, работа с фотографиями, просмотр и комментирование фильмов, сказок и юмористических передач прошлых лет.

Беседа о прошлой жизни. Цель занятия – предоставить возможность высказаться, рассказать свою жизненную историю/путь, удовлетворение потребностей в уважении и признании.

Просмотр ретро-фильмов. Цель – улучшение психоэмоционального фона пожилых людей и инвалидов.

Просмотр юмористических передач прошлых лет. Цель – формирование позитивного взгляда на жизнь, создание неформальной обстановки.

Работа с фотографиями. Цель – активизация жизненных ресурсов через подкрепление положительно пережитых эмоций, удовлетворение потребностей в уважении и признании.

Кроме профессиональных знаний и подготовки, социальному работнику необходимо соблюдать культуру общения, выдержку, терпение, невозможно и без личностных качеств – доброты и милосердия. Следовательно, должны соблюдаться следующие правила:

1. Общение в ходе занятия должно быть ровным, спокойным, уважительным и приветливым;
2. Обращение для участников должно быть в удобной форме;
3. Индивидуальный подход к каждому клиенту (учитывайте возраст клиента, его культурный уровень, характер переживаний, тяжесть состояния здоровья);
4. Не подходите предвзято к образу жизни клиента, старайтесь его понять;
5. Конфиденциальность;
6. Уважение к говорящему.





**Методика ретро-терапии (терапии воспоминаниями) для граждан пожилого возраста и инвалидов, обслуживаемых на дому**

Экземпляр № 3 стр.4 из 5

**Этапы проведения занятия (структура).**

Первая часть – ознакомление клиента с темой занятия или беседы. Возможна организация чаепития для проведения занятия.

Во второй части занятия – беседа о личной жизни клиента или просмотр фотографий (фильмов, сказок и юмористических передач прошлых лет).

В заключительной части происходит обсуждение с клиентом прошедшего занятия.

**Методика состоит из трёх этапов:**

1. Подготовительный этап – разработка самой методики; определиться с участниками, подготовить материалы для проведения занятий.
2. Основной этап – проведение самих занятий.
3. Заключительный этап – подведение итогов работы с технологией «Терапия воспоминаниями».

**План работы**

№ п/п	Тема занятия
1	Беседа: «Моя молодость» (с просмотром фотографий) Фильм: «Печки лавочки»
2	Беседа: «Мой первый учитель или человек, который повлиял на мою судьбу» (с просмотром фотографий) Фильм: «Республика ШКИД»
3	Беседа: «Хорошие были времена» (с просмотром фотографий) Юмористическая передача: Фаина Раневская
4	Беседа: «Моя первая любовь» (с просмотром фотографий) Фильм: «Свадьба в малиновке»
5	Беседа: «Моя профессия» (с просмотром фотографий) Фильм: Девчата
6	Беседа: «Годы войны» (с просмотром фотографий) Фильм: «Аты-баты, шли солдаты» (или «Смуглянка»)
7	Беседа: «Мои любимые песни» Прослушивание песен прошлых лет.
8	Беседа: «Судьбы известных людей моего времени» (В.М.Шукшин)



**Методика ретро-терапии (терапии воспоминаниями) для граждан пожилого возраста и инвалидов, обслуживаемых на дому**

Экземпляр № 3

стр.5 из 5

	Фильм: «Калина красная» (или «Печки-лавочки»)
9	Беседа: «Смешные истории из жизни» Юмористическая передача: «Смехопанорама» Е.Петросян и Е.Степаненко.
10	Беседа: «Разные судьбы» (с просмотром фотографий) Фильм: «Осторожно, бабушка!»
11	Беседа: «Остаться в душе молодой/молодым» Фильм: «Старики-разбойники»
12	Беседа: «Мои года – моё богатство» (с просмотром фотографий) Фильм: «Коммуналка» А.Райкина.

**Заключение.**

Воспоминания эмоционально восполняют жизнь пожилого человека, являясь хорошей формой психологической адаптации, способствуя эмоциональному и интеллектуальному комфорту и спасая от одиночества и депрессии. Воспоминания, как внутренние, идеальные, благоприобретённые в течение жизни ресурсы, способны компенсировать утрату прежних социальных ролей и актуализировать новые.