

Максим
Подберёзкин

**Особенности
взаимодействия с людьми
пожилого возраста**

CAF Charities Aid
Foundation

**Москва,
03.10.2014**

Проблемы пожилых людей

- ❖ потеря смысла жизни
- ❖ ощущение ненужности близким
- ❖ предательство собственного тела
- ❖ неспособность поддерживать привычный образ жизни (особенно физически)
- ❖ зависимость от других (близких, окружающих, социума)
- ❖ сужение круга социальных контактов
- ❖ страх смерти

Особенности общения в старости

- ❖ Социальный интерес препятствует процессам старения (в противовес концентрации на себе)
- ❖ Умение устанавливать и поддерживать социальные контакты облегчает процесс адаптации к старости
- ❖ Степень одиночества зависит от уровня социальных ожиданий и уровня удовлетворения настоящим
- ❖ Из-за разрыва многих социальных контактов, самыми важным становятся внутрисемейные отношения

Особенности общения в старости

При успешной адаптации к старости:

- ❖ Возникает желание общаться с молодёжью (не поучать!), узнавать больше о современной жизни, учиться новому
- ❖ Возникновение чувства особой близости даже к незнакомым людям, глубинного понимания ценности человеческой жизни

При неуспешной адаптации к старости:

- ❖ Возникает враждебное отношение к окружающим, в первую очередь, к молодым (результат страха перед будущем)

Как общаться с пожилыми людьми

- ❖ Регулярное внимание (звонки, вопросы о состоянии, новости, дать возможность высказаться)
- ❖ Не становиться зависимым и не делать зависимым другого
- ❖ Стараться повышать чувство значимости, ценности пожилого человека (ценить его опыт, **просить совета**, просить выполнить важную деятельность)
- ❖ Сохранять всегда позитивное отношение к старости
- ❖ Всегда оставлять свободу выбора, нельзя принуждать надо уговаривать

Как общаться с пожилыми людьми

- ❖ Стараться говорить медленно, чётко использовать ясные формулировки
- ❖ Если пожилой человек капризничает, значит ему плохо и надо выяснить действительную причину
- ❖ Важно **всегда выслушать** пожилого человека – часто это уже окажет большую помощь
- ❖ Больше хвалите пожилых людей
- ❖ Стараться максимально расширять круг общения пожилого человека
- ❖ Стараться вовлекать пожилого человека в обсуждение и/или совместную деятельность

Совет по общению с пожилыми людьми

В каждый конкретный момент пожилой человек готов говорить только на конкретную тему. Другие темы их в этот момент не интересуют настолько, что если они даже начинают о них говорить, то все равно возвращаются к волнующей, актуальной для них. Поэтому, чтобы установить хороший контакт и помочь пожилому человеку развернуть свою историю, надо интересоваться тем, что его сейчас больше всего беспокоит, о чем думается, что интересует

Конфликтность в старости

- ❖ Конфликты между поколениями часто проявляются у тех пожилых людей, которые всегда были на родительской (доминирующей) позиции, а теперь произошла смена ролей
- ❖ Пожилые люди эмоционально реагируют на конфликты, поэтому длительных споров надо избегать
- ❖ Раньше пожилые люди сохраняли опыт поколений и передавали его молодёжи, а сегодня эта роль утрачена
- ❖ Невозможность успевать за социальными изменениями провоцирует их неприятие и конфликт

**Спасибо за
внимание!**

