

СЕМЬЯ и ПОЛОЖЕНИЕ в ней - это важные составляющие, обеспечивающие душевную гармонию и долговременную активную жизнедеятельность у пожилых людей.

Находясь в семье, пожилые и старые люди могут надеяться на заботу, внимание со стороны дочадцев и не бояться трудностей, с которыми они могут столкнуться в обычной жизни.

В тоже время, посильная помощь с их стороны остальным членам семьи в ведении домашнего хозяйства, в уходе за детьми, позволяет обрести чувства уверенности, нужности, полезности, а также в какой-то мере облегчить процесс адаптации к периоду старости.



Функции воспитателя, наставника, опекуна подрастающего поколения семьи социально значимы и потому могут компенсировать утрату прежнего социального статуса, социальных ролей, выполнявшихся до выхода на пенсию.

Отмечено, что для пожилых людей характерны установки: «не зависеть от детей», «не быть обузой», «не превратиться в няньку», «не замыкаться только в семейных заботах», и тем самым они начинают понемногу дистанцироваться от семьи, что впоследствии может привести к одиночеству.

ПОМНИТЕ!

Для пожилого человека одиночество может

стать свойством личности – и это основная трагедия старости!

СОВЕТЫ КАК ОБЕСПЕЧИТЬ СЕМЕЙНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ПОЖИЛОМУ ЧЕЛОВЕКУ

(профилактика одиночества)

✓ Принимайте любую помощь пожилого человека с благодарностью и уважением.

✓ Определите пожилому человеку посильную внутрисемейную обязанность.

✓ Помните, что пожилой человек, живущий в семье, должен иметь возможности для развлечений, хобби и общения с друзьями.

✓ Предоставьте ему личное пространство (по возможности комнату), где бы он мог посидеть в тишине, отдохнуть, почитать, принять гостя.

✓ Решайте финансовые вопросы в семье справедливо и чётко; старые люди не должны чувствовать себя ущемлёнными, они должны иметь возможность самим распоряжаться своими деньгами.

✓ Помните, что воспитание детей – обязанность родителей, а бабушка и бабушка



могут лишь помочь им в этом.

✓ Будьте открыты опыту, накопленному старшим поколением, это только расширит ваши возможности в решении каких-либо проблем.

РЕКОМЕНДАЦИИ КАК ОБЩАТЬСЯ С ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ

➤ Избегайте споров, конфликтов, резкой критики в разговоре с пожилым человеком.

➤ Относитесь к пожилому человеку, как к трудному ребёнку: если он бунтует, значит ему плохо. Постарайтесь выяснить настоящую причину такого поведения.

➤ Относитесь серьёзно к страхам и тревогам пожилого человека. Помогите ему озвучить свои страхи, рассказать о них. Это частично снимает психическое напряжение (срабатывает приём активного слушания) и будет служить толчком к поиску решения проблемы, вызывающей страх.

➤ Выслушивайте пожилого человека при любых обстоятельствах до конца, если это невозможно, мягко остановите разговор, пообещайте продолжить его при первой же возможности.

➤ Никогда не навязывайте насильно своего общения пожилому человеку, но и не отказывайте ему в этом.

➤ Всегда обращайтесь к человеку в годах с уважением, произносите слова медленно, достаточно громко; отложите разговор, если он находится в состоянии раздражения, гнева, обиды.



- Не забывайте о ласке – смотрите в глаза человеку, касайтесь рукой, обнимайте, садитесь рядом. Часто престарелые люди, особенно плохо видящие и слышащие, нуждаются в тактильном контакте так же остро, как и

маленькие дети.

- Поощряйте стремление пожилого человека к самостоятельному уходу за собой, чистоте, опрятности.

- Спокойно реагируйте на обвинения о пропаже денег или вещей и, вооружившись терпением, помогайте найти их.

- Поощряйте общение пожилого человека по телефону с родственниками, друзьями, помогайте ему выходить на улицу для общения, прогулки, посещения магазина и т.д.

- Найдите для своего опекаемого старые журналы, фотографии, книги, предметы периода его молодости и музыкальные записи. Посмотрите и послушайте их вместе. Это заметно сблизит вас.



- Всегда будьте тактичны и доброжелательны, сдерживайте отрицательные эмоции.

- В сложных и спорных ситуациях призывайте на помощь юмор.



ПОМНИТЕ!

Неподдельное участие и любовь помогут преодолеть все трудности в общении с пожилым человеком.

КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ
«КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО
ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ «СЕВЕРНЫЙ»

«ШКОЛА ДОЛГОВРЕМЕННОГО УХОДА»

**РОЛЬ СЕМЬИ
В ЖИЗНИ ПОЖИЛОГО
ЧЕЛОВЕКА**



г. Енисейск, 2022 г.