

Технология Ретро-терапия (Терапия воспоминаниями)

Технология направлена на улучшение психофизического состояния граждан пожилого возраста: поддержание социальной активности, побуждение к расширению социальных контактов, переосмысление негативных переживаний прошлого, блокирующих жизненную активность. Использование воспоминаний способствует восприятию пожилого человека в качестве субъекта социального действия, которому присущи активность, способность к изменению, саморазвитию, активизации жизненных ресурсов пожилого человека через эмоциональное переживание, вызывающее определенные чувства состояния молодости.

Технология заключается в наговаривании воспоминаний (разговор, просмотр фотографий прошлых лет, пение песен времен молодости, посиделки у самовара), что является мощным психологическим средством, способным излечить от депрессии. Такой метод эмоционально восполняет жизнь пожилого гражданина, способствуют эмоциональному и интеллектуальному комфорту, спасает от депрессии. Воспоминания обеспечивают пожилым чувство радости, удовольствия.

Технология направлена на:

- сохранение и продление социальной активности клиентов;
- профилактику одиночества, улучшение качества жизни через активные контакты с участниками группы;
- удовлетворение потребностей в коммуникации и признании;
- осознание и осмысление жизни;
- пробуждение новых интересов, облегчение установления дружеских контактов;
- активизацию личной активности клиентов;
- формирование позитивного взгляда на жизнь.

Положительный эффект применяемой технологии:

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

Тема: «Без Бога - не до порога»

Зоя Ивановна Огарышева живет в деревне Меленки Чернышевского сельского поселения.

Зое Ивановне 75 лет. Она бодра и энергична. Глаза с искринкой.



«Видела, какую я площадку около дома расчистила? Физический труд для здоровья полезен. Детей жду в гости. Люблю, когда вся семья собирается, у меня.

Мои воспоминания хранятся в памяти, как в драгоценной шкатулке. Стоит только открыть её, и вот оно, то самое, что сразу вернет тебя в пору, давно минувших дней.

Зима, мороз. Одна пошла в г. Юрьеvec. Дрожжи нужны были. Провалилась в трещину во льду. Вылезти не могу, держусь руками за лед. Кричать? Кругом ни души. Стала молитвы читать. Все, что на ум пришли. И до сегодняшнего дня понять не могу, как я вылезла. Сапоги в воде сели. И я еле доковыляла до Завражье. Обледенела вся. Встретились женщины из села Завражье, пошли в церковь молиться. Одну звали Анной, вернулась со мной. Уложила меня на печь горячую, растерла разными растирками. Думаю, вера в Бога и в добрых людей, спасла меня.

На работу на химзавод меня не брали, так как я была не совершеннолетняя. Но мне нужна была эта работа. Мама инвалид. Отец на фронте пропал без вести. Брат младше меня. И снова я молилась, просила Бога помочь мне. Дуся Веденеева из Архипихи взяла меня к себе в делянку под расписку и стала я работать. После работы Дуся меня провожала до дома. И получается без Бога - не до порога.

Взволновали душу воспоминания.

Я человек верующий. Всегда молюсь не только за себя, но и своих близких. А их у меня 26 человек. Избавиться от грехов можно на исповеди после искреннего покаяния. Ни одной службы не пропустила в церкви Преображения села Чернышева. Благодать в храме. Утром встаю - читаю молитвы. Вечером, спать ложусь снова, читаю молитвы. Читаю по книгам или из численника. На память помню. В дорогу пойду – молитву читаю.

Иисусе Сыне Божий помилуй мя...

Богородица Дева радуйся Благодатная Мария Господь с Тобой....

И всегда благодарю за то, что пошлет Всевышний.

Слава вышних Богу, Слава вышних Богу

Слава, слава, слава....

Зимой день короткий, ночь длинная. Просто так на прогулку не выйдешь: то метель завывает, то мороз щиплет щёки. Хорошо когда дома есть семья. А если ты одна? В четырех стенах становиться порой не по себе. Но я не унываю. Стараюсь верить во все хорошее. Нахожу себе дела. Сейчас я занимаюсь рукоделием. Вяжу круглые половики. У кроватей постелю, у стола. Всё с делом. За рукоделием и молитвы читаю.

Много ли нужно старому человеку? Общение, доброта. Вспомнила, рассказала и на душе легче стало. Наговорила с тобой. Приходи ещё ко мне.

Т.А.Лебедева –

специалист по социальной работе Чернышевского сельского поселения

Воспоминания о военном времени

Поспеловой Лидии Ивановны 1922 года рождения, труженика тыла.

«Но самое главное - я осталась жива»



«В годы Великой Отечественной войны мне было 20 лет. Когда началась война, мы работали в подсобном хозяйстве. Работала летом на ферме, потом стали отправлять нас всю молодежь на Ямки в г. Кинешма. Ямки - это траншеи глубиной 2 метра. После всего этого пришла на зиму домой и дали мне лошадь и работала в лесу. А весной послали на сплав. В 1942 году 17 июля принесли мне повестку в армию. Собрали нас около военкомата всех и отправили в Юрьевец. Оттуда на подводной лодке до Москвы. От Москвы не доезжая до Рязани, нас поместили в казарму. Было 200 человек женщин. На другой день повезли нас в баню и одели в военную форму. Потом нас заставили принять присягу. После всего этого нас стали учить на трактористов. Пахали старые участки, а солдаты ходили за трактором и искали картошку, чтобы потом сварить ее и съесть. По состоянию больной руки меня отстранили от трактора и назначили дежурной по штабу разносить документы. Жила при штабе на 2-м этаже. Так было страшно, думали, что сейчас бомбы упадут на

штаб. Через 4 месяца меня освободили домой из армии. Домой пришла и на зиму снова работала на лошади в лесу. Весной снова отправляли на сплав. В 1943 г. снова пришла повестка в рабочий батальон за Владимиром. Снова из д. Михеево забрали меня. У кого были у девчонок отцы, они дочерей не отдавали, есть кому было защитить. А у меня не было отца, он умер, была только мама. И защитить меня было не кому, и снова меня забрали. Но по состоянию здоровья, я снова вернулась домой. Все документы с войны я отдала секретарю военкомата. После всего этого документов в архиве не оказалось, куда пропали, никто не знает. Хотя в списках в военных в администрации я есть. Но самое главное, что я осталась жива».

Поспелова Лидия Ивановна 1922 года рождения, труженика тыла.

Технология «Терапия воспоминаниями»

Селищенское сельское поселение



Зинаида Федоровна Бережных,

родилась 31 января 1940 года в Вологодской области Кадуйского района, д. Заозерье. В 1945 году умерла мать, и с 5 лет до 1956 года жила с мачехой, которая была очень суровая и учиняла над девочкой физическую расправу. Во избежание несчастного случая, отец отдал девочку на проживание брату. В 1957 году Зинаида Федоровна поступила в ФЗУ в г. Мурманске, работала в горячем цехе (коптили рыбу), жила в общежитии. В 1965 году вышла замуж, родилась дочь Лариса. Но немного пришлось жить замужем, в 1973 году – овдовела, пришлось воспитывать дочь одной. С выходом на пенсию в 1990 году сменила место жительства, приехала в

д. Селище. Дома сидеть не хотелось, пошла работать на ферму молокоприемщицей, в дальнейшем работала в сельской библиотеке. В 1998 году ушла из жизни единственная дочь. Не смотря на все сложности и трудности, Зинаида Федоровна ведет активный образ жизни, занимается общественной деятельностью. Является членом клуба по интересам «Селяночка». По состоянию здоровья находится на обслуживании на дому, социальный работник Е.Н.Егорова оказывает все необходимые социальные услуги.

При нашей встрече Зинаида Федоровна, показывая свои фотографии, прошла мысленно по своей жизни и была очень довольна, что во время беседы ее жизнь и отдельные особо значимые эпизоды вспомнились приятными отголосками. Ведь и в детстве, юности, зрелом возрасте есть и приятные и радостные и грустные моменты.

Уходя, мы пожелали Зинаиде Федоровне здоровья, активного образа жизни и в дальнейшем быть в центре всех событий.

Т.А.Шувалова –
специалист по социальной работе Селищенского сельского поселения

Воспоминания о военном времени.

«Семья наша большая, родители, дед с бабкой и нас довоенных детей было пятеро. Учась в школе в младших классах, во время войны поли лен. У нас в колхозе много занимались льноводством, были очень большие поля. Зимой занимались сбором золы, не только ходили по домам, но и в банях выгребали. Деревня Ступниково у нас на горе, а бани всей деревни были под горой, потом по насту разбрасывали по полям, особенно подкармливали клеверные поля, семенники. Кто повзрослей, ходили на сенокос, помогали маме коров управлять на ферме, она в войну сломала руку, упала, когда возила корма на ферму, так вот ей прижимом всю руку раздробило. Коров доили, у которых вымя слабее и то после нас мама проверяла. Колхоз сажали большие поля картофеля, так как у нас была большая семья, отводили нам больше соток, мы сажали, пололи, окучивали, копали, сдавали на склад и получали проценты от выращенного урожая. Заготавливали дрова для дома. Работали на токах, с подворий возили навоз, лошадь запрягать мне помогали, сил не хватало. Благодаря бабуле, она нам очень помогала, хотя ей было много лет, она ушла в мир иной 94 – х лет. А родители рано: папа 60 лет, мама 64 – х.»

А еще Александра Ивановна вспоминает, как с мамой вязали носки, варежки, шили кисеты, выращивали табак для бойцов, сушили, посылали посылки. И Александра Ивановна вышивала на этих кисетах розочки.

Посылали с такими стихами:
«Отошлю на фронт бойцу,
Вдруг достанется отцу.
Ну, а если не бойцу,
Так другому храбрецу».



Субботина Александра Ивановна, 1931 года рождения, труженик тыла.

Важно быть услышанным

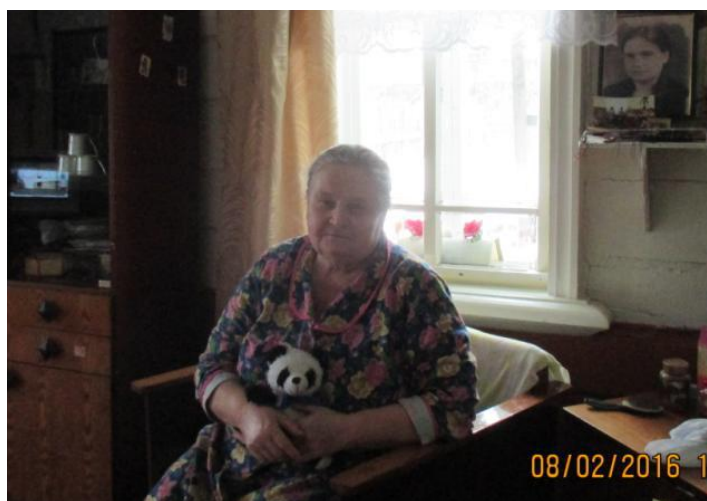
В ОГБУ «Кадынский КЦСОН» применяются новые технологии социального обслуживания граждан. Одна из них - это «Терапия воспоминаниями».

Это даёт возможность людям, особенно одиноким и одинокопроживающим, поделиться воспоминаниями, радостью, болью. А, кому-то так хочется быть услышанным хоть один раз в жизни.

Люсова Галина Николаевна часто вспоминает свою деревню Чигири, которой уже давно нет. На её месте растёт лес.

«Деревенька живет теперь только в моей памяти» - говорит Галина Николаевна.

«Круглый год, с утра до вечера, моя деревня трудилась. К сенокосу готовились, как к празднику, но не все умели хорошо косить. Деревня просыпалась рано, со всех дворов выгоняли на пастбище скот. Люди спешили на работу: кто на ферму, кто в поле. В такие дни деревня наполнялась запахами свежескошенной травы.



И памятными были не частые праздники. На праздники ходили в село Кондома, которое находилось в километре от нашей деревни Чигири. Под гармонь пели песни, частушки.

Я бывало запевала
Во весь ивановский лесок,
А теперь куда девался мой
Веселый голосок

Гармонь - под её напевы раскрывались человеческие души. Радость, грусть, любовь и разлука - обо всем могла рассказать гармошка. Гармонь была почти в каждом доме. Гармониста помню - Юра Соловьев. Веселый

был парень.

В Селе Кондома была церковь Николая Чудотворца. Молились, крестили детей. В селе было 22 двора, ферма, контора, медицинский пункт, школа.

Двери в домах мы никогда не закрывали. Самые приятные воспоминания остались в памяти о том времени и тех людях. Сколько у нас добрых людей. Ведь как мы жили - если радость была у кого-то в доме - радовались всем миром, если горе - вся деревня приходила на помощь.

Ещё один эпизод из детства. Моя мама работала на ферме. За хорошую работу дали ей премию - маленькую телочку. Она привезла её на лошади в телеге и внесла в дом на руках. Выросла телочка в хорошую корову. Я старалась маме помогать во всём. Четыре года было, сама не помню, рассказывала мама. Ходила встречать скотину с пастбища. Дядя Лаврентий спрашивал: - «Куда, Галя, пошла?» Отвечала - «за тёлкой и быкой». Постарше стала - ездила в лес по дрова на лошади. Четыре класса окончила школы, села Кондома. Первую учительницу звали Озерова Зинаида Константиновна. Любила она детей и уважала родителей. Семь классов окончила заочно в Красногорье. В п. Караваево два месяца училась на бригадира комплексных бригад, тогда была уже за мужем.

На химзаводе работала - собирала серу. Набивала ведра серой до 18 килограмм.

На ферме сепарировала молоко, и масло отправляли в г. Кострома.

Замуж вышла в 1966 году. Шесть лет прожили с родителями в селе Кальтино. Потом переехали в д. Лубяны. Детей своих воспитывала в труде и уважении старших.

Тревожат душу воспоминания о своей маме. Сколько ей выпало забот и работы в жизни. Военное лихолетье не сломило её, но подорвало здоровье. Мама вязала мочалки. Набьет мешок мочалками и отправит меня продавать в г. Кинешма.

А, теперь получаю удовольствие от того, что дал мне день сегодняшний. Никогда не обижаюсь на судьбу.

Ну, вот и рассказала, облегчила душу. И наговорила с тобой. Спасибо, что пришла».

Специалист по социальной работе
Чернышевского сельского поселения Т.А. Лебедева