**Ресурсы развития коммуникации людей пожилого возраста**

***Грауэр Виктория Дмитриевна***

*Алтайский государственный педагогический университет*

*E–mail: vg.starikam.altai@gmail.com*

Научный руководитель – Бокова О.А., канд. психол. наук, доцент

Коммуникация – одна из важнейших составляющих для успешного существования каждого человека. Проблема коммуникации пожилых людей как в России, так и во всем мире вопрос актуальный.

С помощью сравнительного и сопоставительного анализа научной литературы удалось выяснить, что одной из отличительных черт проблематики данного вопроса является его малоизученность в настоящее время. Об этом свидетельствует то, что в научной литературе трудов на тему психологии старости и старческого возраста в разы меньше, чем на тему психологии детства или юного возраста. Теоретической основой настоящего исследования являются гипотеза периодизации старости как эпохи А. Г. Лидерса, развитие личности и проблемы геронтопсихологии Л. И. Анцыферовой, психология общения Л. С. Выготского и обобщение понятие коммуникативных способностей пожилых людей в контексте общения с волонтерами.

В рамках концепции настоящего исследования были изучены сущность процесса формирования коммуникативных умений в пожилом возрасте, диагностический инструментарий и психологические условия формирования коммуникативных умений в пожилом возрасте.

Проблема коммуникации пожилых людей является частью предпосылок к деменции, расстройству психики на фоне чувства ненужности и одиночества пожилого человека. Эта проблема касается в большей степени пожилых людей, проживающих в социальных стационарных учреждениях. Если говорить про престарелых, которые проживают в семье дома, то в формально домашних условиях люди преклонного возраста имеют меньше социальных контактов, но они качественнее. Во время пандемии положительное влияние имеют онлайн-занятия сказкотерапией, творчеством (лепка, рисование, прикладное искусство). Канис-терапия, согласно изученной литературе, также положительно влияет на развитие коммуникативных умений пожилых людей, однако, в настоящей работе изучена не была.

Результаты нашего исследования показали, что основным инструментом, способствующим развитию коммуникативных умений лиц пожилого возрастаявляются арт-терапевтические занятия с культорганизаторами стационарных учреждений индивидуально и в группе, а также с приезжающими волонтерами.

Благодаря творчеству у пожилых людей появляется жизненная энергия и желание жить. Интересные занятия не только помогают им с пользой проводить время, но и сохранять на весьма достойном уровне интеллектуальную форму. Мы считаем, что рисование дает возможность самовыражения, обладает противострессовым действием, успокаивает нервы, позволяет отвлечься от плохих мыслей и освободиться от переживаний. Благодаря рисованию также улучшаются мелкая моторика и память. Суть арт - терапии для пожилых людей заключается в том, что во время творческой деятельности активируются те зоны мозга, которые ранее не использовались, но являются необходимыми для творчества. Именно поэтому для развития и в некоторых случаях восстановления коммуникативных навыков пожилых людей в Алтайской региональной группе фонда «Старость в радость» разработана программа с использованием арт-терапевтических средств для восстановления навыков коммуникации пожилых людей. Специфика арт-терапевтической программы и арт-терапевтических средств заключается в том, что это модифицированная (адаптированная) к условиям интернатного учреждения, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуального течения занятий и возможностей пожилых людей программа. Основная часть арт-терапевтических средств: изотерапия, коллаж, прикладное искусство. Особенно излюбленное занятие пожилых – вырезать и клеить (рисунки из газет и журналов, заранее распечатанные картинки, изображения с открыток).

Результаты нашей работы могут быть использованы в работе школ по уходу за пожилыми людьми и инвалидами Министерством социальной защиты и труда Алтайского края, в работе культорганизаторов стационарных учреждений.

**Литература**

1. Анцыферова Л.И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. – М. : Ин-т психологии РАН, 2004.

2. Выготский Л.С. Психология развития человека. – М.: Изд-во Смысл; Эксмо, 2005

3. Психология старости и старения: Хрестоматия / Сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. – М.: Академия, 2003.

4. Курилович Н.В.[Формирование готовности геронтоволонтеров к осуществлению добровольческой деятельности](https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29429448) // [Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки](https://www.elibrary.ru/contents.asp?id=34487284). – 2017. – Т. 22. [№ 4 (168)](https://www.elibrary.ru/contents.asp?id=34487284&selid=29429448). – С. 7-13.