

**Алексеева Елена Андриановна,**  
*ведущий методист Центральной городской библиотеки  
МБУ «Централизованная система массовых библиотек  
городского округа город Уфа»,  
Республика Башкортостан*

## **ЧТОБЫ ТРЕТИЙ ВОЗРАСТ СТАНОВИЛСЯ ЗОЛОТЫМ**

Муниципальные библиотеки столицы Башкортостана - это творческое сообщество тридцати четырех библиотек, каждая из которых имеет свой «индивидуальный» голос, но в то же время их объединяют общие принципы тактики и стратегии развития библиотечного обслуживания уфимцев.

Ни одна из возрастных категорий горожан не выпадает из поля зрения уфимских библиотекарей. С каждой из этих категорий выстроена своя, особенная архитектура взаимодействия, результатом чего является ежегодный рост числа уфимцев, привлеченных в библиотеку. Сегодня массовые библиотеки Уфы обслуживают более 108 тыс. жителей.

Значительную часть читателей публичных библиотек города Уфы – более 20%, составляют люди так называемого «золотого» возраста. При этом роль библиотек в социальной реабилитации пожилого населения с каждым годом возрастает, т.к. доля этой категории населения по отношению к остальной части общества неуклонно увеличивается, а старшее поколение, в силу ограниченности средств, практически лишено возможности активно посещать кино, театры, другие платные формы проведения досуга. Пользование библиотечными фондами и услугами им более доступно.

Накоплен немалый опыт и выработаны определенные формы взаимодействия, которые позволяют учитывать стремление этой категории пользователей к общению, восстановлению душевного комфорта, возможности на практике применить свой жизненный опыт, опираясь на профессиональные знания и высокие нравственные принципы.

Цель работы коллектива библиотечной системы с пожилыми читателями в настоящее время состоит том, чтобы **содействовать изменению отношения общества и самих пожилых людей к этому периоду их жизни, чтобы взамен появившегося недавно «казённого» понятия «возраст доживания» пришло отношение к «третьему возрасту» как полноценному периоду жизни, наполненному достойным содержанием.**

### **Основные формы работы**

Опросы, анкетирования, беседы с пожилыми пользователями позволили определить наиболее эффективные формы работы с ними. Ряд библиотек-филиалов выбрали работу с пожилыми читателями своим главным направлением. Вся эта работа проводится совместно с городским и районными советами ветеранов, обществом «Знание», Городским дворцом культуры, медицинскими центрами, районными муниципальными территориальными центрами комплексного социального обслуживания населения, подростковыми клубами, музыкальными школами и др..

Как показала практика, **одной из наиболее эффективных форм работы являются объединения по интересам.** В качестве примера можно привести опыт работы библиотеки №16, где обслуживание лиц пенсионного возраста является приоритетным направлением. В рамках клуба

«Собеседник», который существует в библиотеке с 1999 года, проводятся литературно-музыкальные вечера, праздничные концерты, часы здоровья, встречи с интересными людьми, организуются выставки и т.п. Свободный характер общения создает благоприятные условия для самовыражения и самореализации. Доказательством успешной деятельности клуба является его творческое долголетие, сохранение преемственности поколений, добрых традиций.

Клуб помогает пожилым людям вновь жить активно, забыть на время о болезнях, получить заряд бодрости и положительных эмоций, обрести друзей, узнать что-то новое и полезное, отдохнуть душой и поверить в то, что и в этом возрасте можно радоваться жизни. Здесь у них есть возможность проявить свои таланты, поделиться с друзьями по клубу своими творческими находками: они пишут стихи, поют романсы, занимаются рукоделием и т.д.



*На празднике в клубе  
«Собеседник» библиотеки №16*

Встречи проводятся один раз в месяц. Тематика мероприятий разнообразна. Среди наиболее популярных и востребованных темы сохранения здоровья и профилактики заболеваний.

Началась эта работа с сотрудничества с магазином «Медовый рай», с которым библиотека неоднократно проводила совместные мероприятия с предоставлением продукции и приглашением консультантов. Все мероприятия направлены на содействие активной, здоровой и комфортной жизни пожилых людей. Для них проводятся часы здоровья, часы полезных и практических советов «Медовая диета», «Целебные силы природы», «Правильное питание пожилых людей», акции «Физическая активность – путь к долголетию», где участвуют специалисты и практикующие врачи из медицинских центров. На таких встречах пожилые люди могут не только прослушать лекцию, но и принять участие в дегустации лечебной продукции, познакомиться с литературой по данной теме, представленной на книжных выставках: «Природы дар бесценный», «Тайны здоровья и долголетия», «Фитотерапия - история и современность».

Пользуются популярностью у членов клуба «Собеседник» и обучающие циклы мастер-классов по рукоделию: «Слава русским игрушкам», «Рождественская обрядовая кукла «Коза», «Птица-радость», где люди старшего поколения создают изделия, которые затем с успехом демонстрируются на выставке. Проводит занятия Маковеева Тамара Михайловна, которая является членом клуба и всегда полна творческих идей. Регулярно организуются выставки, где демонстрируются творческие работы, сделанные своими руками.

Очень значимым для людей третьего возраста является **воспитание молодёжи в духе патриотизма**. Это характерно для работы с данной категории читателей во всех библиотеках города.

Интересен опыт модельной библиотеки №32, расположенной в промышленном микрорайоне Инорс. В 30-е годы прошлого века здесь было создано Уфимское моторостроительное производственное объединение, самое крупное из градообразующих предприятий Уфы, на котором одновременно трудилось до 80 тысяч человек. Жители Инорса - заводчане, многочисленные рабочие династии связанные несколькими поколениями с легендарным заводом. В микрорайоне на данный момент проживает очень много людей пожилого возраста с большим жизненным опытом и знаниями. И при этом они по-прежнему активны, сказывается заводская закалка. Ветераны завода - читатели библиотеки объединились в клуб «Активисты».

В соответствии с их интересами работа клуба сосредоточена главным образом на гражданско–патриотическом и правовом направлениях. Наиболее интересны встречи патриотического характера, возможно потому, что на такие встречи приглашаются и молодёжь и учащиеся школ. Протягиваются незримые душевные нити взаимопонимания между поколениями. На высоком духовном подъёме был проведён патриотический час «Вечная память героям», посвященный Сталинградскому сражению; час истории «Муза Победы», посвященный кавалерист - девице Надежде Дуровой; открытие выставки скульптур Заслуженного художника Башкортостана, участника Великой Отечественной войны, летчика – фронтовика Панова А.И. А на вечере «Древо жизни - это вдохновение» звучали стихи ветеранов, рассказы их собственного сочинения: о Родине, о любви к земле, на которой живешь.

В рамках клуба «Активисты» проходят и встречи правового характера. Так, правозащитники выступили перед ветеранами с лекцией «Качество жизни», где доступно и просто объяснили: как защищать свои права, где искать защиту и правовую помощь в разрешении своих проблем. Много вопросов касалось пенсионной реформы, работы ЖЭУ и ЖКХ. Активные члены клуба регулярно посещают даже турнир «Молодой потребитель», который ежегодно проводится среди учащихся школ Инорса, для того, чтобы поддержать команды, поделиться своими знаниями, а также узнать что - то новое.

Многочисленные встречи, посвященные выборам в Государственную думу - яркое свидетельство того, что люди пожилого возраста активны и неравнодушны к событиям в стране, в родном городе, в своем районе, на своей улице... Были и полемика, и предвыборные лозунги и серьезный разговор на злободневные темы.

### **Библиотерапия**

Уйдя на пенсию, люди нередко испытывают трудности социально - психологического характера: определение своего места в жизни в связи с изменением социального статуса, адаптация к новой роли в обществе, ухудшение здоровья, одиночество, дефицит общения. Эти и другие проблемы вызывают необходимость моральной и психологической поддержки пожилых людей, и нередко они надеются получить ее именно в библиотеке. Одной из форм социокультурной реабилитации ветеранов является **библиотерапия**, т. е. воздействие на эмоциональное состояние человека при помощи книги. Именно этот метод взяли на вооружение работники библиотеки №27.

Терапевтический эффект достигается не просто за счет узнавания в тексте своей травмирующей ситуации и типа эмоционального реагирования, но и за счет формирования у читателя активной самостоятельной жизненной позиции, которая помогает справляться с

проблемами в будущем. Иными словами, за счет возможности стать психотерапевтом для самого себя. Помочь подобрать «нужное лекарство» стремятся работники библиотек.

На протяжении двадцати лет эта библиотека сотрудничает с Муниципальным территориальным центром комплексного социального обслуживания населения Орджоникидзевского района г. Уфы «Феникс». В этом центре временно живут и лечатся одинокие и больные пенсионеры. Они с нетерпением ждут такого «врача», чтобы не только окунуться в мир литературы и искусства, но и поговорить о насущных личных и мировых проблемах. Библиотекарь здесь берет на себя роль и психотерапевта, и политинформатора, и просто душевного собеседника.



Заметный библиотерапевтический эффект имели, к примеру, такие мероприятия, как литературно-музыкальный вечер «Татьянин день», литературная беседа по творчеству А.Алексина «Собеседник души моей», литературно-музыкальная композиция по творчеству Мустая Карима «Птиц выпускаю из своей груди», литературно-музыкальный вечер к Дню пожилого человека «Осень жизни, как и осень года надо не скорбя благословить» и др. Эти встречи оказывают благоприятное воздействие на эмоциональное состояние пенсионеров, потому что живое общение, раскрытие собственных талантов и способностей, новые впечатления, ощущение того, что ты не одинок, помогают отвлечься от печальных мыслей и справиться с психологическими проблемами. И, как следствие, улучшается качество жизни пенсионеров.

**Арттерапия** также находит широкое применение в библиотеках системы. Это создание



условий для пробуждения творческих способностей людей третьего возраста и их самореализации. С этой целью созданы объединения по интересам, где пожилые люди осваивают те или иные навыки прикладного творчества, фотодела, проявляют свои таланты в литературном творчестве.

*Обмен творческим опытом в клубе «Вдохновение» библиотеки №29*

К примеру, в библиотеке №29 стабильно работает клуб любителей вышивки крестиком «Вдохновение». В рамках клуба не только устраиваются праздники, но и проводятся мастер-классы по изучению новых швов для вышивки, красивого крестика, основных методов закрепления нити. Мастера представляют современные техники рукоделия, делятся секретами мастерства и опытом организации рабочего пространства.

А в библиотеке №6 существует литературное объединение, члены которого за свой счёт выпускают литературный альманах «Истоки Уфа». В нём печатается проза, стихи, фотоработы, ноты песен, фотографии произведений прикладного творчества и изобразительного искусства. И всё это делают авторы-любители в свободное от основной работы время, 40% из них пенсионеры.

### **Доступ к интернету**

В XX веке наша страна была самой читающей в мире, поэтому чтение книг и периодической печати для читателей этого возраста – наиболее привычный и доступный, а для кого-то любимый вид проведения досуга. Но океан информации не ограничивается сферой литературы.

Сделать мир интернета доступным для пожилых людей позволили курсы компьютерной грамотности, способствующие социальной адаптации пожилых людей к современной информационной среде. Через сеть Интернет пожилые люди получили возможность общаться со своими близкими, живущими в других городах, пользоваться интересующей их информацией, развивать творческие способности. Все это в комплексе способствует улучшению качества жизни людей старшего поколения.

Однако обучение пожилых пользователей имеет некоторые особенности. В качестве примера можно взять уфимскую библиотеку №36. Здесь были учтены психологические особенности «учащихся» пожилого возраста, их «страх» перед незнакомой техникой. Но тщательно отработав навыки владения компьютером на начальном этапе обучения, оказалось проще перейти к более сложным вещам: Интернету и электронной почте. После первых пяти уроков у курсантов пропал тот самый «страх», который раньше тормозил обучение. Появился интерес, а это всегда побуждает узнавать что-то новое. Немолодым студентам интересно буквально все. А настоящим открытием оказалось то, что люди старшего поколения – это очень дисциплинированные, старательные и благодарные ученики. Обучение показало, что если человек овладеет определенными базовыми знаниями компьютера, то все остальные знания будут усваиваться легко.

**Опора на актив.** Порой именно ветераны становятся серьёзными помощниками в решении стоящих перед коллективом задач. Так в библиотеке №1 города Уфы был создан своеобразный «Совет старейшин», который способствует решению самой важной задачи – продвижения чтения. Члены совета не только помогли обозначить круг проблем, которые волнуют эту категорию



читателей, но именно они стали «локомотивами» многих полезных начинаний. Эта библиотека восемь лет назад избрала основным направлением своей работы экологическое просвещение. Много дельных предложений и помощи в их реализации получили работники библиотеки от своих помощников в экологической сфере! Это и ставшие традиционными «ярмарки рассады», и акции «клумба под окном», и создание клуба цветоводов, а также экологические субботники и многое другое.

**Заключение** Люди третьего возраста – быстро растущая социально-демографическая группа, составляющая пятую часть населения. Именно они являются носителями опыта предыдущих поколений. И только изменение отношения к ним со стороны общества может не только изменить их жизнь, создав им достойные условия, но и будет способствовать так необходимой для социума передаче их жизненных принципов – стойкости, преданности своей стране, воли и любви к жизни молодому поколению.

Библиотеки Уфы не имеют возможности содействовать изменению материального положения пожилых читателей, но они стремятся использовать все имеющиеся возможности для того, чтобы создать для них комфортные условия на своей территории, позволяющие ветеранам чувствовать себя полноценными членами общества.

Трудно переоценить роль публичных библиотек – самых демократичных учреждений культуры в этом благородном деле.