



Если вы организуете досуг, удовлетворяющий интересы людей пожилого возраста, вероятно, вы столкнётесь со следующими проблемами:

1. Рамки досуга могут быть ограничены из-за финансовых затруднений, сложностей, связанных с транспортировкой пожилого человека, а отнюдь не по причине его ограниченных физических возможностей. **Интересы пожилых людей являются важным фактором**, определяющим их самочувствие, поэтому, вероятно, придётся пойти на некоторые жертвы, чтобы организовать досуг должным образом;
2. **Общественный досуг не всегда доступен** для пожилых людей;
3. Может оказаться, что вашему родственнику **сложно осваивать новые навыки**, необходимые для проведения досуга. Интересы пожилых людей не всегда соответствуют их физическим возможностям;
4. Пенсионеры привыкают к своему одиночеству и, если они начинают посещать клубы по интересам для пожилых людей, то **социальная адаптация не всегда проходит гладко**.

С чем можно связать интересы пожилых людей

Телевизор

Интересы пожилых людей нередко сводятся к просмотру телевизора. Разумеется, молодому поколению иногда кажется, что подобная увлечённость сериалами губительна. Однако относиться к такому интересу следует терпимо. Здорово, если вы сможете иногда обсуждать перипетии сюжетной линии или посоветуете посмотреть что-то другое, к примеру, передачи о путешествиях или животных.

Если бабушка или дедушка не смотрят телевизор, то удовлетворить интересы пожилых людей намного сложнее. Как правило, **это вызвано следующими причинами:**

- ему кажется, что «телевидение — это зло»;
- он не любит смотреть телевизор и не знает, как можно получать удовольствие от этого процесса. Иначе говоря, передачи и сериалы не вызывают у него никакого интереса;

- проблемы со зрением заставляют его отказаться от просмотра телепередач.

Если отсутствие интереса к телевизору вызвано плохим зрением, **можно предложить пожилому человеку слушать программы**, смысл которых понятен из текстов диалогов. К примеру, одна пожилая женщина плохо видела, но с удовольствием слушала «Папины дочки». Интересы пожилого человека, конечно же, не сводились исключительно к прослушиванию данного сериала, но такое времяпрепровождение позволяло ей получить приятные эмоции и вдоволь посмеяться.

Если речь идёт о первых двух случаях, то найти решение гораздо сложнее. Супруга одного дедушки умерла, когда ему было 93 года. В течение всей жизни они смотрели по телевизору только новости и больше ничего.

Никакие сериалы, передачи, программы интереса у пары не вызывали. Оказавшись на попечении у своих родственников, он продолжал вести себя как раньше и выключал телевизор сразу после того, как заканчивался прогноз погоды. Он искренне недоумевал, когда члены семьи возражали и хотели продолжить просмотр ТВ. Понимая, что **интересы пожилых людей очень важны**, внучка и сын позвали его, чтобы вместе посмотреть «Шрека».

Они объяснили дедушке, что их привлекает в этом «детском мультике», что следить за героями смешно и весело. Пожилому человеку очень понравилось, и на следующий день он посмотрел вторую серию с явным интересом. Более того, через несколько дней он сам проявил инициативу и включил себе «Властелин колец» с самого утра.

Как вы видите, жизнь и интересы пожилых людей не обязательно должны быть скучными и сводиться к вязанию носков для внуков. Многие из них готовы знакомиться с современными фильмами и мультиками, а их просмотр приносит им огромное удовольствие.

Поработайте над программой и предложите посмотреть передачи, которые отражают интересы пожилых людей. Тогда телевизор станет отличным помощником, позволяющим разнообразить досуг престарелого родственника.

Аудиокниги

Пожилой человек проявляет интерес к книгам, но плохо видит? Проблемы со зрением больше не являются препятствием к знакомству с новыми авторами и произведениями. Аудиокниги привлекают многих пожилых людей, ведь их выбор очень широк. Найти и **скачать произведения**, которые были бы привлекательны для вашего родственника и отражали интересы пожилых людей, **не составит никакого труда**.

Покупки

Не забывайте о престарелом родственнике во время шопинга. Иногда вещи, которые не представляют никакого интереса для вас, могут стать целым открытием для него. К примеру, одна супружеская пара не знала пределов своему счастью, получив в подарок перманентный маркер и ручку-корректор. **Интересы людей пожилого возраста иногда распространяются и на высокотехнологичные приспособления.**

Поиск увлечений

Увы, большинство из наших бабушек и дедушек работали на износ, а оставшееся время посвящали огороду, ведение которого позволяло им свести концы с концами. Они вышли на пенсию, у них много свободного времени, но они понятия не имеют, чем себя занять. Но, **если приглядеться к ним внимательно**, то **можно понять, каковы интересы пожилого человека**, что ему приносит настоящее удовольствие.

К примеру, родственники одного дедушки заметили, что он готов бросить все дела, если слышит романс по телевизору или радио. Любящие внуки поняли, каковы интересы пожилого человека, и скачали в Интернете аудиозаписи романсов, а также французскую, итальянскую, испанскую музыку и подарили своему дедушке вместе с магнитолой.

Пожилой человек, который всю жизнь проработал на заводе, оказался тайным меломаном и больше скучать ему не приходится. **Чтобы определить интересы пожилого человека, иногда достаточно просто с ним поговорить по душам.**

Мемуары - способ погрузиться в мысли о прошлом, а их написание — занятие, полезное во всех отношениях. Интересы пожилых людей, связанные с воспоминаниями об ушедшей молодости, зачастую не поддерживаются родственниками престарелого. Увы, мы довольно часто устаём слышать одни и те же истории о юности из уст бабушки, а люди, зашедшие к нам в гости, восторженно им внимают с неподдельным интересом.

Такие **воспоминания ценны как для пожилого человека**, так и для вас. Если вы попросите свою бабушку записать все эти истории, ей будет очень приятно, что вы проявляете интерес к её жизни. Пенсионный возраст — самое время писать мемуары. Этот творческий процесс позволяет окунуться в воспоминания и снова почувствовать себя молодой. Если писать не получается, то можно воспользоваться диктофоном.

Как вы видите, **интересы пожилых людей могут быть очень разнообразными**. Самое главное, уделить внимание этому вопросу и позаботиться о приятном времяпрепровождении и его организации.