

Проект

*социально – психологической
поддержки пожилых людей*

«За все тебя благодарю»

разработан и реализован совместно

Ярославским областным геронтологическим центром

(руководитель проекта со стороны ЯОГЦ Муничева Н.И.)

и факультетом психологии

Ярославского государственного университета

им. П.Г. Демидова

(руководитель проекта со стороны университета Руновская Е.Г.)

Продолжается взаимодействие Ярославского областного геронтологического центра с факультетом психологии Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова.

Стартовавший в апреле 2006 года проект социально – психологической поддержки пожилых людей «Жизнь продолжается» получил свое продолжение в виде нового проекта социально – психологической поддержки пожилых людей «За все тебя благодарю».

Цель проекта – повышение качества жизни пожилых людей, проживающих в Ярославском областном геронтологическом центре.

Задачи проекта:

- ориентировать пожилых людей на принятие активной жизненной позиции;
- способствовать осмыслению и интегрированию личностных ресурсов, необходимых для эффективной жизнедеятельности;
- профилактика тревожных и депрессивных состояний; поддержка когнитивных процессов;
- организовать конструктивное межпоколенное взаимодействие между пожилыми людьми, проживающими в ЯОГЦ и молодежью, в лице студентов III курса факультета психологии ЯрГУ им. П.Г. Демидова.

Тема благодарности является психологически ресурсной для личности. Согласно исследованиям японских и американских психологов, «те, кто привык выражать благодарность в повседневности, отличаются оптимизмом, имеют ощущение гармонии и даже чувствуют себя физически лучше других. И, кроме того, эти люди счастливее остальных, поскольку отличаются позитивным мышлением и не склонны к осуждению действий и помыслов других»[1].

В октябре – ноябре 2016 года студенты III курса факультета психологии ЯрГУ им. П.Г. Демидова провели глубинные интервью с пожилыми людьми, проживающими в ЯОГЦ, главной темой которых стала

благодарность. Беседуя со студентами, пожилые люди погрузились в очень важные для себя воспоминания своей жизни, что позволило им по новому взглянуть на события личной истории, найти новые для себя ресурсные источники.

И эти же самые истории стали копилкой мудрости для молодых людей. Они позволили им обратить внимание на тех, кто их окружает; позволили сделать переоценку того, на что они ориентируются и что ценят в своей жизни; научили быть благодарными не только за ощутимую помощь, но и за «малую малость», оказанную другим человеком.

[1] <http://www.cloudwatcher.ru/analytics/5/view/30/>

Из отзывов студентов

Жуков Дмитрий

«Практика в геронтологическом центре стала для меня новым, и действительно полезным опытом. Общение с пожилыми людьми, прежде всего, заставило меня пересмотреть ряд моих личностных убеждений. Если раньше слово «старость» являлось для меня синонимом некоего «увядания» и «затухания», то теперь я осознаю, что старость это совсем не конец. Многие пожилые люди чувствуют себя совсем молодыми и остаются жизнерадостными и энергичными».

Гончарова Ксения

«За время практики в Геронтологическом центре, я увидела одну очень важную для меня вещь – как позитивное общение влияет на здоровье и эмоциональный фон пациента. Как у человека повышается настроение, когда к нему с искренностью проявляют интерес и заботу».

Климова Анастасия

«Практика в ЯОГЦ дала мне большой опыт в общении с пожилыми людьми. Когда я приехала туда в первый раз, было немного страшно, т.к. не знала как правильно вести себя с пожилым человеком, что у него спрашивать, как реагировать на его высказывания. Но как только завязалась беседа, стало достаточно легко общаться. Для себя я поняла несколько важных вещей: не нужно бояться общения со старшим поколением, важно оказывать помощь и поддержку пожилым людям, нужно уметь терпеливо выслушивать пожилых людей».

Сидорова Александра

«Я осознала, что человеку (особенно пожилому) очень важно общение. В процессе общения с пожилым человеком можно очень переосмыслить свою жизнь. Это заставило меня задуматься о необходимости поддерживать доверительные отношения с близкими людьми.

И еще, как оказалось, в геронтологическом центре можно не только поддерживать пожилых людей, но и получить от них положительный отзыв о своей работе. И это значит, что в любой ситуации человек при желании может найти в себе ресурсы для дальнейшей жизни».

Ермолина Дарья

«В личностном плане практика в Геронтологическом Центре дала мне осознание того, что пожилые люди и инвалиды нуждаются в общении с другими людьми, даже если у них есть родственники и друзья.

Визиты студентов важны для них, ведь мы – это новое поколение, которое может чему-то научиться у пожилых, а они, в то же время, могут чему-то научиться у нас».

Акулова Ксения

«У меня не было опыта общения с пожилыми людьми. Поездка в ЯОГЦ дала возможность пообщаться с человеком из другого поколения, с другим воспитанием.

Учитывая предложенное задание, мне необходимо было посмотреть на историю человека его глазами, перенестись на 60 лет назад, к проблемам того времени и к мужеству тех людей, которые тогда несмотря ни на что трудились для своего блага и блага страны.

Это дало понимание того, что в принципе нет понятия «не могу». Человек может все пережить, со всем справиться и остаться Человеком в нечеловеческих условиях».

Кулешова Анастасия

«Пожалуй, моим маленьким открытием можно назвать осознание того, что твоя жизнь полностью зависит от тебя самого, что ни в коем случае нельзя отчаиваться и опускать руки, ведь всегда можно найти в своей жизни что-то светлое, за что можно зацепиться и ради этого и благодаря этому бороться и жить дальше».

Максимова Дарья

«Проведя время в Геронтологическом Центре, начинаешь задумываться над тем, что время быстротечно и что некоторые вещи в жизни не стоят наших переживаний, времени и сил...»

Из отзывов проживающих

Галочкин Н.В.

«Какие девчонки хорошие! Такие внимательные, улыбочивые! Так внимательно слушали. Им все интересно. Про Валю мою говорили. Попросили фотографии показать... Сам с ними улыбаться начинаешь... Обещали, что еще придут...»

Альтов Е.В.

«Студенты ко мне часто ходят. Наверное, интересно им то, что я рассказываю. И я себя с ними моложе чувствую. Вспоминаю, как все было. Я ведь много чего за жизнь повидал. И всегда рядом со мной хорошие люди были...»

Грибкова Л.Н.

«Такие девчушки! Мы с ними так хорошо время провели! И про воробушка я вспомнила... Надо же! Я думала, что уже все забыла. А оказывается, помню про него, бедняжку!»

Леонтьев Ю.А.

«Мне студентки вон какую елку подарили! Мы с ними долго разговаривали. Они все спрашивали, кому я благодарен. А я всем благодарен! Потому что быть благодарным – это главное в человеке! Важно всегда помнить тех, кто тебе помогал! Я всех помню! Благодаря им я много хорошего в жизни видел!»

Пушкова Г.В.

«Какие хорошие девочки ко мне приходили! Я думала, что не смогу с ними разговаривать. Про что говорить то? А они пришли, мы так хорошо пообщались. Каждый раз после них такое настроение хорошее. Пусть еще приходят!»

Щуровская Л.С.

«Ко мне две студентки приходили. Все спрашивали. Я им все рассказала. Про таксиста. Он же мне можно сказать жизнь спас! Я ему до конца дней благодарна буду!»

Марков В.А.

«Я думал, что молодежи уже не интересно про нас, про стариков слушать. А ребятам рассказывал, они слушали. Не ожидал! И я сам вроде ожил! Столько всего за жизнь случилось! Хорошие парни! В следующий раз про меня не забывайте. Полезно с молодыми пообщаться!»

«Мои друзья - мое богатство!»

Степаненко Галина Михайловна, 76 лет



Над вопросом о том, кому вы благодарны в своей жизни за что - либо, Галина Михайловна задумалась. Как говорит она сама: «Все забывается, а потом думаешь - это же ведь помощь была, за которую хотелось бы поблагодарить». Особую благодарность она выразила своим подругам, которые в трудные минуты всегда приходили на помощь.

Галина Михайловна родилась в Ярославле. Потом по семейным обстоятельствам Галина Михайловна уехала жить в Белгородскую область в село, к родственникам. Подруги остались в Ярославле, общались постоянно по телефону. Из рассказа Галины Михайловны было понятно, что с подругами связь они поддерживали, и друг другу всегда помогали.

Там, в Белгородской области, Галина Михайловна заболела. Было тяжело ходить. Ни погулять, ни снег расчистить возможности не было. Из рассказа Галины Михайловны: «у меня воспалились тазобедренные суставы и начался коксартроз. Это не просто артроз - только начавшееся воспаление, а уже серьёзная стадия болезни». Подруги узнали о том, что она сильно заболела и предложили ей вернуться в Ярославль. Они прислали за ней машину. Одна из подруг помогла с жильем и прописала у себя. Подруги активно помогали Галине Михайловне, узнали про госпиталь и про врача. Галина Михайловна очень благодарна этому доктору: «благодаря этому врачу, я начала заново ходить, а суставы больше у меня не болят». Галина Михайловна очень благодарна своим подругам за помощь, внимание и поддержку, которую они оказывали. Всегда легче справиться со сложностями, когда знаешь, что у тебя есть такая опора.

Беседу записали: Бахтурина Юлия, Гершман Ольга

Благодарность матери

Юшкова Оксана Васильевна, 43 года



Когда я заходила в комнату, я ожидала увидеть пожилого человека, но моей собеседницей оказалась молодая женщина, отзывчивая и простая. Делая вместе с ней поделку, я спросила ее о том, были ли у нее в жизни значимые люди. Оксана сходу ответила, что это ее мама. Она рассказала мне, что очень благодарна ей за воспитание, за то, что мама научила ее шить. Вместе с мамой они шили детские комплекты одежды. Возможно, это и подтолкнуло Оксану идти работать в детский сад кастеляншей. Также Оксана с удовольствием вспоминала совместные с мамой поездки в другие города к родственникам. Она была в Калининграде, в Москве. После смерти своей мамы Оксана поселилась в ГЦ. Кроме мамы, за Оксаной некому больше ухаживать, поэтому она здесь. Это сложно — воспитывать ребенка с ограниченными возможностями, но мама Оксаны не позволяла себе опустить руки. Оксана, имея инвалидность, смогла устроиться на работу, хорошо там работать, увидеть новые города. И это все благодаря своей матери.

После этого я поняла, почему Оксане вспомнились именно поездки. Самостоятельно она бы вряд ли смогла их осуществить, но с ней рядом была мама, которая, несмотря на трудности, смогла показать дочери и другие места, и других людей.

Беседу записала Леонтьева Виктория.

«За все благодарю тебя, мой друг!»

Альтов Евгений Владимирович, 89 лет.

С ответом на вопрос о том, кого Вы благодарите в своей жизни за что-либо, Евгений Владимирович долго не раздумывал. Речь сразу пошла о друзьях. Как говорит он сам: «Друзей у меня было много, все были хорошими парнями. И я могу каждого поблагодарить за его дружбу». Но среди всего количества друзей Евгений Владимирович выделил одного – Евгения Калашникова. Они начали дружить далеко не в детстве. Их дружба завязалась, когда Евгений Владимирович приехал в Ярославскую область уже майором.

Дружили крепко, из рассказа Евгения Владимировича было ясно, что взаимопонимание между ним и его другом было всегда.

Оба друга были военными. У Евгения Владимировича первый был сын, и он с нетерпением ждал дочку. А у его друга была первая дочка, и он ждал, что у него родится сын. Однако у Альтовых снова родился сын, а у Калашниковых – дочка. Случилось так, что их новорожденного сына было нечем кормить. Тогда им помогла семья его друга. Жена Калашникова кормила сына Альтовых ровно так же, как бы своего родного сына, за что Евгений Владимирович до сих пор выражает ей глубокую благодарность за это.

Они дружили на протяжении долгих лет. Евгений Владимирович очень ценит все то, что смог дать ему его друг за все время дружбы. Он очень благодарен своему другу «Женьке Калашникову» за искренность, доброту, честность, понимание и поддержку, за всю радость, за все веселье, за жизнь, наполненную яркими событиями их дружбы. И до сих пор Евгений Владимирович поддерживает теплые отношения с дочкой его друга.

Беседу записали: Войнова Т., Соколова П.

«Она мне как сестра»

Пушкова Галина Вячеславовна, 74 года

«Больше всего в жизни я благодарна своей подруге. Мы знакомы с ней с 1962 года (54 года).

Сначала мы вместе учились на бухгалтера в училище, которое находится у нас в Ярославле, рядом с цирком, потом вместе работали. Нашли вакансию очень интересным способом, по объявлению на столбе, на котором было написано «В ПТП требуется бухгалтер», вот туда и пошли.

Правда, подруга сначала работала кондуктором, а потом на кассе, талоны выдавала шоферам. У нас их было около четырѐхсот.

Так вот, на протяжении этого времени мы с подругой очень сблизились. У меня есть сестра, так она мне родней сестры. Когда мне плохо, грустно или просто нужна какая-либо помощь, она всегда приедет и поддержит. Живет она сейчас одна. Я очень переживаю за нее.

Она очень близкий мне человек, который рядом уже со мной столько времени! За это и хочу сказать ей большое спасибо! Я даже не помню, когда мы последний раз и ссорились – то (смеется)».

Хотелось бы написать ещё от себя, что Галина Вячеславовна - прекрасный человек, очень открытая, добрая и общительная. С ней очень приятно проводить время, слушать ее интересные истории. Мы с радостью придем к ней в следующий раз!

Беседу записали: Абрамычева Алина, Лопатина Ирина

«Неожиданная помощь»

Новикова Людмила Александровна, 84 года



«Приблизительно 6 лет тому назад я отправилась в Москву к родственникам. Поводом такого визита послужило не очень радостное событие, поэтому мы его опустим. Самое удивительное меня ждало по пути домой в Ярославль.

Погода тогда была не из лучших. Было очень холодно. Я поехала на вокзал за билетом и, посмотрев расписание, поняла, что до моего поезда осталось совсем немного времени, и я совсем не ожидала, что билет так дорого стоит. Растерялась. Я не знала, что мне делать. И вот стою я с вещами на платформе, объявляют мой поезд, а затем сообщают о конце посадки. Я подошла к проводникам, но билета у меня не было... И тут, совершенно неожиданно меня разворачивает приятно одетый бравый мужчина лет 50 и говорит, что я его тёща. Проводники переглянулись и пустили меня в вагон. Мужчина (до сих пор жалею, что не спросила, как его зовут) сказал, что всё хорошо, что он поможет. Он проводил меня до своего купе. Из разговора я поняла, что этот мужчина имеет отношение к руководству железной дороги. Мне было приятно общаться с этим добрым, интересным человеком.

Этот поступок я запомню на всю жизнь, я очень благодарна этому мужчине за его поддержку и доброжелательное отношение ко мне. Такая встреча позволила мне убедиться, что есть ещё на свете добрые люди, которые готовы прийти на помощь, когда кто-то другой в ней так нуждается».

Беседу записала: Муравьёва Мария

«Настоящий работник»

Леонтьев Юрий Андреевич, 85 лет



В Областном Геронтологическом центре нам посчастливилось познакомиться с добрым, мужественным и понимающим дедушкой, его зовут Леонтьев Юрий Андреевич, 1933 года рождения. В свои 85 лет Юрий Андреевич имеет очень хорошее зрение и огромную тягу к чтению. Когда мы пришли к нему в комнату, он увлеченно читал вслух, а на его прикроватной тумбе стояла высокая стопка книг.

Родом он из Санкт-Петербурга, но во время Великой Отечественной Войны их с матерью эвакуировали в Ярославль. По достижению призывного возраста отправился служить обратно в Петербург, службу нёс матросом в Кронштадте. После службы окончил институт и стал работать в геологических экспедициях.

На вопрос есть ли человек, которому вы благодарны, Юрий Андреевич объяснил, что по роду деятельности встречал очень много разных людей, и очень многим из них он благодарен. Но ярче всех ему вспомнился его начальник Георгий Васильевич. Он вспоминает о нем, как об ответственном, добром, любящем свою работу человеке - «ведь он проработал геологом целых 33 года!».

«Самым главным его качеством, является то, что он никогда никого не бросал в беде и всегда помогал всем нам – обычным работягам», - широко улыбаясь, сказал нам Юрий Андреевич.

Истории благодарности

Марков Владимир Александрович, 89 лет



Бесспорно, в ЯОГЦ проживает немало людей, которые могут похвастаться по-настоящему увлекательными историями из своей жизни. Одного из таких людей нам посчастливилось встретить. Марков Владимир Александрович, родом он из Сибири, из Новосибирска. Когда мы прошли к нему, Владимир Александрович радушно нас принял и усадил на стулья, после чего сразу же завязалась долгая, по-настоящему увлекательная беседа. Мужчина (дедушкой его язык не поворачивается назвать – уж слишком молодо он выглядит) сразу нас сильно удивил – сказал, что родился аж в 1927 году! В августе ему исполнится уже 90 лет. Мы даже решили переспросить, не слышалось ли нам.

За такую долгую и активную жизнь Владимир Александрович многое успел пережить. Чего стоит только день, когда он, будучи водолазом, поднимал со дна американский грузовой корабль. И всё шло согласно плану, но в один момент его ноги оказались выше уровня головы. Его резко выкинуло с такой-то глубины из воды. Благо, коллеги не растерялись. Несколько часов пришлось провести в барокамере, чтобы организм смог вернуться к нормальному функционированию. А ведь ещё б немного и мы бы здесь не беседовали с ним. Конечно, Владимир Александрович безумно благодарен своим коллегам, которые в прямом смысле спасли ему жизнь. Раз уж речь зашла о коллегах на флоте, то мы не можем не упомянуть его рассказов о капитане судна. Как сказал Владимир Александрович, капитан им был как отец. И любили они его именно как

отца. Мог и подзатыльник дать, и отругать, но никогда он не давал их никому в обиду.

Этим список людей, которых добрым словом вспомнил Владимир Александрович, не заканчивается. Как он сказал, нельзя быть благодарным кому-то одному, это было бы неверно. Нужно помнить обо всех, кто когда-либо тебе помог, и вспоминать о них добрым словом.

Из всего множества людей, о которых он рассказал, мы решили выделить еще один рассказ, о его бабушке Олимпиаде Ивановне. В молодости она закончила курсы благородных девиц, и после этого всю жизнь помогала людям, лечила их, выхаживала и наставляла на правильный путь. Как сказал Владимир Александрович, он благодарен ей за то, что она была таким искренним, добродушным и отзывчивым человеком, никогда не бросающим никого в беде или болезни – она всегда старалась всем помочь, и это рвение, желание исходило от чистого сердца. Владимир Александрович сказал, что именно из-за этого он по-настоящему гордится своей бабушкой, и благодарен ей за то, что она была именно такой.

В свою очередь и мы остались благодарны ему. Владимир Александрович оказался очень интересным мужчиной с богатым прошлым. Его рассказы были настолько увлекательны, что время общения с ним пролетело для нас совсем незаметно!

Беседу записали: Кочешков Владимир, Микляев Иван

«Спасибо за заботу!»

Тухбатулин Матыгулла Хамидович, 81 год



Я бы хотел поделиться историей Тухбатулина Матыгуллы Хамидовича или просто дяди Коля, как все его обычно звали. Родился он в Ярославле в 1935 году, на Ляпинке, учился в школе, очень хорошо знал историю и хотел пойти учиться в высшее учебное заведение, но денег на обучение в тот момент у него не было. Пришлось идти на работу, чтобы обеспечивать себя и семью. Работал дядя Коля на самосвале, с детства увлекался различными машинами, отсюда и знания, мог управиться с любой автомобильной техникой. Потом пришло время идти в армию, где прослужил три с половиной года, в авиации, но также ездил на машинах, всегда был за рулем. После своего возвращения, обзавёлся семьей, жена была красавица, и чтобы он не натворил, всегда прощала его и заботилась о нем.

Не так давно дядя Коля похоронил свою жену, которую сильно любил. Он очень скучает по ней. Благодарен ей за её заботу, терпение и любовь. "Жена любила меня, дурака", - говорил Матыгулла Хамидович.

Сейчас дядя Коля живет в геронтологическом центре. Здесь ему нравится. «Я бы, говорит, назначил директора центра мэром города, потому что он активный и порядок любит».

Беседу записал Темарсолтанов Шамхан

История на тему «За всё тебя благодарю»

Куприянов Сергей Александрович, 58 лет



За время посещения геронтологического центра студентам удалось собрать немало историй от пожилых людей. Каждому из них, несомненно, есть, кого поблагодарить в своей жизни, есть о ком вспомнить и рассказать. Однако тему «За все тебя благодарю» можно рассмотреть и немного в другом ключе. Герой моей истории - человек, которого как раз и нужно поблагодарить.

Сергей Александрович Куприянов в стенах геронтологического центра известен многим. И не случайно. Проживая здесь, он успел помочь немалому количеству людей, сделал много хорошего.

Наше общение с Сергеем Александровичем проходило в основном во время игры в шахматы. Процесс игры его затягивал, и он, входя в азарт, порой надолго задумывался. Однако, и это не могло не броситься в глаза, несмотря на весь свой интерес к играемой партии, он то и дело обращал внимание на своих друзей, следя, за тем, чтобы те не были обделены вниманием студентов.

Когда я спросил Сергея Александровича о том, кому он благодарен в своей жизни, он не смог ответить на этот вопрос однозначно. Он выглядел вполне удовлетворенным своей жизнью человеком, считая, что никто, кроме него, не может быть за это ответственным. Его невозможно назвать неблагодарным человеком. Нет, ему, несомненно, есть, кого поблагодарить, и он точно сделает это, если еще не сделал. Просто для такого человека как он непривычно думать в подобном ключе. Он не привык кого-то благодарить, он привык помогать. Наверно именно поэтому первой же историей, которую он вспомнил, стала история о коте, которого они с жильцами подобрали и выходили. Сергей Александрович

рассказал, как он кормил этого кота, показал несколько фотографий с ним. Другие истории всплыли в разговоре уже случайно. Говоря о своей жизни в геронтологическом центре, он рассказал, как зимой он, вместе с другими жильцами собирается в небольшую бригаду, чтобы очистить от снега террасу для прогулок. Весной и в летнее время он помогает женщине на коляске, гуляя с ней и беседуя.

При всем этом, свои заслуги Сергей Александрович оценивает довольно скромно. Для него, всё, что он делает - это не попытка заслужить уважение или получить благодарность. Просто помогая другим, он может почувствовать себя нужным и, скорее, сам благодарен за такую возможность. А остальные благодарны ему.

Выполнил: Жуков Дмитрий

«Если вам нужно настоящее чувство, заведите собаку»

Ахмеджанова Елена Равильевна, 36 лет



В ее жизни есть очень важное, теплое воспоминание, связанное с ее любимым питомцем – псом Нейсоном. Она выражала столько радости, добра, трепета по отношению к нему, заметно преображалась во время рассказа о собаке. У нее есть множество фотографий и видеозаписей с Нейсоном, которые она с радостью мне показывала. Ей очень хотелось поделиться таким воспоминанием. Она называла своего любимца не иначе как «мой пес», «друг», и очевидно, что он безмерно дорог ей. Собака – ее поддержка, искренне любящее близкое существо, которое не позволит остаться в одиночестве. Елена Равильевна безмерно рада и благодарна судьбе, что в ее жизни был такой верный друг. Свою благодарность и любовь к собакам она передала, прочитав свое любимое стихотворение:

Глаза покинутой собаки
Мне снятся ночью... как тут быть?
Ее обидеть может всякий
И даже попросту убить.
Для комнатных нужна порода,
А для дворовых - злобный нрав
Ее обидела природа,
Достоинств этих ей не дав.
Хозяева прогнали прочь,
И я не в силах ей помочь!
В моей квартире коммунальной
Она помехой будет всем.
Но плач ее призывный, дальний
Мне душу вымотал совсем!
И вот, настойчиво и глупо
Я всех прошу, забыв покой,
Плесните ей немного супу!
Погладьте ласковой рукой.
Хоть на часок пустите в сени!

Пусть погреемся она!
Она поймет, она оценит,
До смерти будет вам верна!
О, одиночество огромность
И невозможно потерять
Собачью вечную готовность
Любить, служить и доверять,
Пусть человек добрее будет!
Не прихоть это, не пустяк
Внимательно взгляните, люди,
В глаза покинутых собак!

Историю записала: Монахова Мария

«Благодарю себя за труд»

Малков Леонид Иванович, 81 год



«Благодарю себя за труд»... суть этого названия понятна всем и принимается без каких-либо отрицательных эмоций, в нем нет ни намека на хвастовство. Человек, рассказавший нам свою историю, заслуживает благодарности не только от себя, но и от тех, кто ее прочтет. Она вызывает восхищение, сопереживание, уважение.

Только подумайте, Леонид Иванович начал работать в 15 лет, потому что нужна была рабочая сила. Времена тогда тяжелые были, послевоенные. Он работал на стройке с утра до вечера, копал котлован для строительства дома, который, по его словам, до сих пор стоит.

Отработав несколько лет на стройке, Леонид Иванович пошел устраиваться на завод, но по положению того времени, лиц, не достигших 18 лет, устраивать на завод было строго запрещено. Однако начальник цеха взял его под свою ответственность, за что Леонид Иванович очень ему благодарен.

Вернувшись в свой город после службы в армии, он застал тяжелую ситуацию с трудоустройством: очереди для устройства на работу стояли на лестницах, растянувшись на два этажа вниз. Леонид Иванович знал, что по закону он имеет право вернуться на прежнее место работы после армии, «туда и пошёл», - с каким-то облегчением сказал он.

Работая на заводе, он сталкивался со многими трудностями, например, с «теоретиками» - экономистами и инженерами, чьи указы нужно было «своей головой додумывать» и адаптировать под производственную, практическую действительность. Леонид Иванович с улыбкой говорил нам, что не боялся даже главного инженера, "ногой его дверь открывал". Руководство ценило и уважало его за трудолюбие, начальник говорил: " Не трогайте его, он с искрой внутри".

В итоге он проработал на заводе 36 лет, получил Орден Красного Трудового Знамени и высшую награду СССР Орден Ленина, " есть еще некоторые награды, но это не важно"... Имел высшие разряды по своей специальности, но и этому он особого значения в разговоре не уделил. И это значит что, человек он не хвастливый, простотой и усердный. Он работал ради блага своей страны, ради блага всего общества и в этом видел главный смысл своей жизни.

Беседу записали: Ксения Акулова, Диана Сарымсакова

«Маленькое счастье»

Грибкова Людмила Николаевна, 83 года



«Когда я была маленькая, мне очень хотелось завести дома кошку, но родители не разрешали завести мне домашнего питомца. Однажды после Нового года, когда родители пришли забирать меня из детского сада, в санках я обнаружила какой-то замёрзший комочек. Присмотревшись к нему повнимательней, мы поняли, что это был маленький воробушек. Мне стало его очень жалко, он же мог погибнуть. Я стала просить папу разрешить приютить беднягу у нас дома. Так воробушек стал жить с нами и прожил у нас до апреля. За это время он окреп и набрался сил. Я очень благодарна своему папе за то, что тогда он разрешил мне забрать воробушка домой. Для меня это было настоящее детское счастье! Для меня было очень важно то, что рядом был маленький друг, о котором я могла заботиться».

Беседу записали: Маврина Мария, Сидорова Александра

«Мамины руки»

Волкова Ирина Николаевна, 80 лет



Познакомившись с Ириной Николаевной, мы сразу увидели открытого, доброго человека, с которым легко найти общий язык. Пообщавшись больше, мы поняли, благодаря кому она стала такой, какая есть.

« В своей жизни я благодарна своей маме. Она была очень трудолюбивой. Изначально она работала горничной, а в дальнейшем аппаратчицей на заводе, выпаривала эфир. Без чьей либо помощи она сама смогла купить участок земли и там трудилась, не покладая рук: копала землю, выращивала овощи, ухаживала за картошкой. Никогда не забуду ее мозоли на пальцах - все доставалось большим трудом.

Мы жили в коммунальной квартире в проходной комнате, поэтому было холодно и много сквозняков. Из-за этого я, совсем маленькая, заболела менингитом. Несмотря ни на что, моя мама легла со мной в больницу. Она ухаживала за мной, следила, что за препараты мне дают, в каких дозах. Со мной лежала одна девочка, ее маму не пустили, и один раз она потеряла равновесие и упала, сильно ударившись головой. У неё осталась травма на всю жизнь. Я благодарю своей маму за то, что она сделала всё, чтобы со мной не случилось подобного. Благодаря ей, я выздоровела. Несмотря на постоянный почти непосильный для женщины труд и тяжёлые условия она оставалась доброй и заботливой, всегда поддерживала меня».

Беседу записали: Козлова Екатерина, Ревуненкова Анастасия.

«Драгоценный совет»

Куликова Людмила Сергеевна, 70 лет



« Есть в моей жизни человек, который косвенно поучаствовал в ней, дал драгоценный совет - это был участковый врач Дайхина Людмила Эфимовна. Я лечилась у нее много лет. Из-за стечения обстоятельств мне пришлось сменить место жительства (переехать в центр по характеру схожий с тем, где сейчас проживаю). Я обратилась в райисполком, где мне дали адреса подобных учреждений. Но, к сожалению, мне там отказали, объяснив, что я не подхожу с моими диагнозами (диабет и гипертония). Куда обращаться я не знала, пока мой участковый врач, к которому я пришла со своими недугами, не рассказала мне о центре, в котором я проживаю сейчас. В течение нескольких дней я оформила все необходимые документы и вот, живу теперь здесь. Пока я не жалею о своем выборе и благодарна за столь ценный совет».

Беседу записали: Гогин Ян, Петрова Татьяна

«Из Азии в Европу»

Светлана Николаевна Батракова, 79 лет



«Свою молодость я провела в Барнауле, работала в Барнаульском педагогическом институте. Пришло время защищать кандидатскую диссертацию, а для защиты диссертации необходимо, чтобы на автореферат написали несколько положительных отзывов.

Мне посоветовали обратиться к заведующему кафедрой педагогики психологического факультета Ярославского государственного университета Ерастову Николаю Павловичу. Тогда я позвонила в Ярославль. Николай Павлович согласился написать рецензию. Ему понравилась моя работа, и он пригласил меня работать преподавателем педагогики. В 1978 году я переехала в Ярославль. Я благодарна Николаю Павловичу не только за то, что он пригласил меня, но и помог освоиться в новом городе.

На собеседовании он попросил показать характеристику с прошлого места работы. В Барнауле отпускать меня не хотели, поэтому характеристику написали более чем скромную. Он сразу это заметил и сказал, что это и есть лучшая характеристика. Через два года его пригласили работать в Москву, а я заняла его должность, стала заведующей кафедрой и проработала на этом посту 25 лет.

Это было поистине большое событие в моей жизни, за которое я хочу сказать Ерастову Николаю Павловичу спасибо!»

Беседу записали: Кулешова Анастасия, Васильева Дарья

«Таксист и спасённая жизнь»

Щуровская Лидия Садофьевна, 82 года

«Я не могу сразу сказать, кому благодарна в жизни. В целом все чем-то помогали и родители, и муж, и дети. Было всякое... Изначально я жила в другом городе, но потом переехала в Ярославль. Здесь у меня была и семья, и дети. Так сложились обстоятельства, что мне пришлось перебраться в геронтологический центр. Здесь я живу уже девять лет. У меня есть дочка, правда, так сложилось, что она меня совсем не навещает...

Но был у меня один случай в жизни, который мне хорошо запомнился. В тот день мне нужно было съездить в больницу. Я стояла с сестрой на остановке и ждала автобуса, как вдруг мне стало плохо, и я упала. Мне показалось, что это конец... Моя сестра не знала, что делать, куда идти за помощью, как набрать номер скорой. Через некоторое время к нам подъехал таксист. К сожалению, я не помню его имени. Мужчина выскочил из машины и побежал к нам на помощь. Он помог мне прийти в себя и вызвал скорую помощь. Водитель протянул мне пятьдесят рублей, я отказывалась их брать, говоря, что у меня есть деньги, однако он настоял на своем. Таксист оставался с нами до тех пор, пока не приехала скорая помощь и не забрала меня в больницу. Я очень благодарна этому человеку за то, что он не бросил меня на произвол судьбы!»

Беседу записали: Климова А., Клюева М.

«История любви»

Галочкин Николай Васильевич, 82года



«Родился я в тяжелое для страны время, и поэтому смог закончить только 5 классов. Будучи еще совсем молодым пареньком, встретил свою будущую жену. Она работала учительницей младших классов, приехала в нашу деревню в школу, на практику. Естественно, ухажеров было много, но она выбрала меня, до сих пор не понимаю почему. Звали ее Валентина. Встречались мы недолго, пару месяцев, затем было решено, что пора свадьбу сыграть. С ее родителями познакомился прямо на свадьбе. Затем, меня забрали в армию, она с нетерпением ждала меня, писала письма. А когда я вернулся, то узнал, что она уехала на практику в другое село. Недолго думая, я решил, что пойду к ней, а идти совсем не близко – 18 км. Шел я часов 8. До сих пор помню ее взгляд, когда она увидела меня! Стояли в классе и плакали как дети. Затем я устроился на работу в милицию в своем селе. Она приходила ко мне каждые выходные из такой дали, да еще и пирожки приносила. Так всю молодость бегали: то я к ней, то она ко мне. А как постарше стали, так дочка родилась. Никогда не ругались! Всегда поддерживала меня. С ее помощью я смог доучиться 3 года и закончил по итогу полноценных 8 классов. Для тех времен это было очень хорошо. А как братья мои завидовали мне, это словами не передать! Дай Бог всем найти такую любовь. К сожалению, Валентины уже 8 лет как нет... Но в моей памяти навсегда останется ее светлый образ, ведь она мой Ангел-Хранитель.

Спустя много лет, до сих пор меня не покидает это прекрасное чувство любви. Я очень благодарен своей судьбе, за встречу с моей Валентиной!»

Беседу записали: Гончарова К., Савельева Ю.