

УДК 303.833.3

## ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ДО УМОВ НОВОГО СОЦІАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА

Коленіченко Т. І.

*У статті розкриваються критерії, рівні та показники, які визначають процес адаптації людини похилого віку до умов нового соціального середовища. Проаналізовано основні методики, які використовувалися в процесі дослідження. Визначено сукупність умов на різних рівнях функціонування людини, що зумовлюють специфіку адаптаційного процесу в умовах геріатричного пансіонату. Подано показники ставлення мешканців пансіонату до оточення та навколишнього середовища.*

*Ключові слова: людина похилого віку, геріатричний пансіонат, адаптація, експериментальне дослідження, адаптаційний процес.*

*В статье раскрываются критерии, уровни и показатели, которые определяют процесс адаптации пожилого человека к условиям новой социальной среде. Проанализированы основные методики, которые использовались в процессе исследования. Определена совокупность условий на разных уровнях функционирования человека, обуславливающие специфику адаптационного процесса в условиях геронтологического пансионата. Подаются показатели отношения жителей пансионата к новой социальной среде.*

*Ключевые слова: пожилой человек, геронтологический пансионат, адаптация, экспериментальное исследование, адаптационный процесс.*

*The article describes criteria, levels and indicators which determine the adaptation of elderly people to the conditions of a new social environment. The main methods used in the research have been analyzed. A set of conditions at different levels of human functioning that contribute to the specificity of the adaptation process in a geriatric home has been defined. Indicators of the residents' attitude to the surrounding environment have been presented.*

*Key words: elderly people, geriatric home, adaptation, experimental study, adaptation process.*

---

Соціально-демографічна структура сьогоденного суспільства відзначається постійним зростанням чисельності людей похилого віку. У більшості розвинутих країн світу спостерігається виражена тенденція старіння населення. Саме тому у науковців виникає зацікавленість до даного вікового етапу розвитку людини. Створюється ситуація, коли загальноприйняті положення науки не відповідають вимогам сучасного суспільства і не спроможні вирішити нові соціальні проблеми. Постає необхідність до розроблення нових ідей, які б відповідали вимогам суспільства. Саме тому проблема старості стає об'єктом вивчення науковців з різних галузей науки, зокрема біології, геронтології, філософії, соціальної педагогіки. Зміна вікової структури населення ставить перед суспільством певне коло невирішених завдань, які мають психологічний, соціально-педагогічний характер. Важливою проблемою сьогодення є дослідження процесу адаптації людини похилого віку до нових умов життєдіяльності, що і визначає її актуальність.

Отже, мета статті – полягає в експериментальному дослідженні адаптації людей похилого віку до умов нового соціального середовища.

Відповідно до поставленої мети нами визначено завдання дослідження:

1. Визначити критерії, рівні та показники адаптації людини похилого віку до умов нового соціального середовища.
2. Експериментально дослідити процес адаптації людини похилого віку до умов нового соціального середовища.

Варто зазначити, що людина похилого віку стала предметом дослідження таких науковців, як: Н. В. Кирилович [2], яка вивчала технології соціально-педагогічної підтримки як засобу активізації людей похилого віку в закладах соціального обслуговування; педагогічний супровід соціалізації людей похилого віку в стаціонарних

установах досліджувала С. М. Шилова [3]; патронаж людей похилого віку вивчала Т. О. Голубенко [1].

Проаналізувавши наукову літературу, ми можемо зробити висновок, що на сьогодні у науковців існує спільна точка зору, яка пов'язана з тим, що процес старіння вони розглядають не як процес згасання особистості, а як процес активної взаємодії зі світом. Людина похилого віку повинна не тільки орієнтуватися в новій життєвій ситуації, але і реагувати на зміни, які відбуваються в їхньому внутрішньому світі.

Зауважимо, що в науковій літературі з різною активністю порушується питання адаптації особистості до змінених умов життєдіяльності, що уможливило виокремлення основних періодизацій дорослості та визначення віку літніх людей: у нашому дослідженні людьми похилого віку вважаються ті, що досягли 60-річного віку, припинили професійну діяльність та мешкають в будинках-інтернатах протягом 6 місяців.

Проаналізувавши наукову літературу, предметом дослідження якої є людина похилого віку, ми дійшли висновку, що поняттєвий зміст поняття "*людина похилого віку*", "*адаптація*" у педагогічній науці досі не усталений. Ми поділяємо позицію тих учених, які вивчали проблему адаптації людей похилого віку, що тлумачення термінів "*літня людина*", "*людина похилого віку*", "*стара людина*", "*адаптація*", які б детально розкривали сутність даних дефініцій, не існує, хоча й зустрічаються пояснення вищезгаданих понять, які досить широко характеризують процес пристосування особистості та індивідуальні особливості людей похилого віку. На основі аналізу теоретичних джерел нами витлумачено поняття "*людина похилого віку*" та "*адаптація*". Отже, "*людина похилого віку*" – це особистість, яка пройшла періоди розвитку та знаходиться на завершальному етапі свого життя, коли відбуваються зміни на фізіологічному, психологічному та соціальному рівнях, що призводять до акцентуації окремих рис характеру. "*Адаптація*" – це процес, за допомогою якого досягається стан єдності між особистістю (людиною похилого віку) та соціальним середовищем (геріатричним пансіонатом).

Вважаємо за доцільне зазначити, що під новим соціальним середовищем ми розуміємо геріатричний пансіонат. Аналіз теоретико-методологічних розвідок із проблеми дослідження сприяв визначенню того, що геріатричний пансіонат виступає соціальним середовищем, у якому відбувається процес адаптації людей похилого віку. Саме від соціального середовища залежить, яким чином буде проходити адаптація літньої людини до умов геріатричного пансіонату. Для того щоб адаптаційний процес мав позитивну спрямованість, необхідно створювати умови, які б могли задовольнити потреби літніх людей. Правильно організована з соціально-педагогічної точки зору робота пансіонату впливатиме на позитивну адаптацію людини похилого віку до нового соціального середовища.

Отже, експериментально-дослідною роботою було охоплено 90 літніх людей, які мешкають в Чернігівському геріатричному пансіонаті. Нами було задіяно мешканців пансіонату віком від 60 до 80 років, які перебувають у геріатричних пансіонатах протягом 6 місяців, мають бажання, зацікавленість та їхній фізичний стан дозволяв брати участь в експерименті. Основним завданням дослідження був аналіз проблемних ситуацій, які виникають у пристосувальному процесі літньої людини до нових умов життєдіяльності; визначення рівнів, критеріїв та показників адаптації людини похилого віку до умов геріатричного пансіонату.

Під час проведення дослідження нами використано низку психологічних та педагогічних методик, які дозволили виявити реальний стан проблеми адаптації людини похилого віку до умов геріатричного пансіонату. При цьому було застосовано методику діагностики соціально-психологічної адаптації, запропоновану К. Роджерсом та Р. Даймондом; методику дослідження тривожності (опитувальник Спілберга). У ході дослідження було використано методику щодо виявлення потреби в спілкуванні за В. А. Кан-Каликом та М. Д. Нікадровим. За доцільне вважали застосувати методику діагностики рівня суб'єктивного відчуття самотності (Д. Рассела та М. Фергюсона) та методику "Вихід із складних життєвих ситуацій", що допомогла вирішенню життєвих проблем мешканців пансіонату, їх позитивному ставленню до змін у своєму житті.

На основі теоретичного аналізу проблеми і моделювання процесу адаптації нами розроблено *критерії* і показники адаптованості літньої людини до нових умов життєдіяльності:

– соціально-педагогічний (самооцінка соціальної сфери життєдіяльності, адаптивні характеристики, соціальна взаємодія, соціальна компетентність, комунікативна сторона життєдіяльності, прагнення внести свої потенційні творчі можливості в загальну справу перетворення соціального середовища);

– психологічний (самооцінка психологічної сфери життєдіяльності, оволодіння новими типами поведінки, способом життя, особистісні психологічні характеристики, тривожність, відчуття самотності);

– фізіологічний (самооцінка стану здоров'я, функціональний стан, емоційний комфорт).

Відповідно до визначених критеріїв нами було умовно визначено *дві групи* людей похилого віку:

I група – мешканці пансіонату, які виявляють бажання брати участь у життєдіяльності геріатричного пансіонату, мають активну життєву позицію; як правило, це самотні люди, професійна діяльність у минулому відбувалася в інтелектуальній та фізичній сферах, у поведінці спостерігається домінування соціальних чинників, вони фізично спроможні брати участь у запропонованих соціальним педагогом формах роботи;

II група – мешканці пансіонату, які виявляють бажання брати участь у життєдіяльності геріатричного пансіонату, але фізично неспроможні мати активну життєву позицію, у них домінує біологічний чинник у поведінці, їх професійна діяльність у минулому відбувалася в інтелектуальній та фізичній сферах.

Враховуючи особливість вікової категорії людей похилого віку, вважаємо, що запропоновані методики є доцільними для визначення критеріїв адаптації літніх людей до нових умов життєдіяльності.

Визначаючи критерії адаптації, ми використовували допоміжні методи збору інформації, зокрема анкетування, спостереження, індивідуальні бесіди, метод самоаналізу. Відповідно до критеріїв адаптації було виділено її *рівні*: низький, середній, високий.

До *низького рівня* належать такі респонденти, що мають занижену самооцінку, низький рівень адаптованості, можливий низький рівень домагань, високий рівень тривожності, обмежене коло спілкування, відсутні навички самообслуговування, негативне ставлення до соціального середовища.

*Середній рівень* адаптованості характеризується розвитком адекватного рівня самооцінки на недостатньому рівні, відсутністю бажання адаптуватися до нових умов, обмеженістю кола спілкування. Люди похилого віку, що належать до цього рівня, важко переносять зміни в житті, але не втрачають рівноваги й намагаються вирішити проблемні ситуації, мають середній рівень самотності та високий рівень тривоги.

*Високий рівень* адаптації – наявність адекватного рівня самооцінки, бажання пристосовуватися до нових умов, комунікабельності, активної життєвої позиції, задоволеність умовами перебування. Такі люди легко звикають до змін у своєму житті, правильно оцінюють події, що відбулися, та зберігають душевну рівновагу; як правило, не скаржаться на самотність, у них спостерігається помірний рівень тривожності.

Отже, літніх людей, які брали участь у експерименті, ми розподілили за рівнями адаптації. У таблиці 1 наведені середні значення адаптації людини похилого віку до умов нового соціального середовища.

Наведемо середні показники рівнів адаптації людей похилого віку до умов нового соціального середовища у Чернігівському геріатричному пансіонаті.

**Таблиця 1**

**Середні показники рівнів адаптації людини похилого віку до умов геріатричного пансіонату**

Рівні Критерії	Високий, %	Середній, %	Низький, %
Соціально-педагогічний	18,9	45,4	35,7
Психологічний	30,4	28,4	41,2
Фізіологічний	42,2	24,6	33,2

Результати дослідження засвідчили коло показників, які відображають певний психологічний стан літньої людини, а саме: невпевненість, висока тривожність, занижена самооцінка, психологічна нестійкість, замкнутість; у мікрогрупі такі люди виявляють відчуженість, поведінка, як правило, підпорядковується суб'єктивним можливостям без урахування думки інших осіб.

Аналіз суперечностей указує на необхідність визначення сукупності умов на різних рівнях функціонування людини, що зумовлюють специфіку адаптаційного процесу в умовах геріатричного пансіонату:

– на індивідуальному рівні – досягнення внутрішньоособистісної гармонії, стану впевненості, зниження рівня тривожності, підвищення самооцінки, формування психологічної стійкості;

– на рівні мікрогрупи (мікросередовища) – досягнення гармонійної взаємодії між мешканцями пансіонату, уникнення конфліктних ситуацій та ін.;

– на рівні макросередовища – досягнення стану узгодженості можливостей літньої людини з можливостями макросередовища (відвідування церков, музеїв, виставок).

Отже, враховуючи визначені соціально-педагогічні умови адаптації людей похилого віку до нового соціального середовища, робота соціального педагога в геріатричному пансіонаті матиме свою специфіку та буде спрямована на: соціально-педагогічну допомогу людям похилого віку, які знаходяться на початкових етапах входження в нове соціальне середовище, шляхом надання індивідуальної допомоги соціального працівника; налагодження взаємодії між мешканцями пансіонату, які вже тривалий час знаходяться в пансіонаті, та тими, хто тільки вступив до закладу соціального обслуговування, для передачі досвіду перебування в пансіонаті; взаємодію літніх людей з різними соціальними інституціями (організація екскурсій містом, відвідування театральних вистав, музеїв, виставок).

За результатами дослідження було виявлено, що в літніх людей спостерігаються суттєві відхилення в певних сферах (емоційній, психологічній, мотиваційній). Окрім того, під час дослідження з'ясовано, що поряд із заниженою самооцінкою та заниженими адаптаційними можливостями була досить виражена тривожність – 43,3 % (39 осіб). Показники ставлення мешканців пансіонату до оточення та навколишнього середовища подано у таблиці 2.

Таблиця 2

**Показники ставлення мешканців пансіонату до оточення та навколишнього середовища**

	Спробуйте реально поглянути на свої взаємини з навколишнім світом та оцінити за трибальною шкалою своє ставлення до	Позитивне "5"		Нейтральне "4"		Негативне "3"	
		К-ть людей	%	К-ть людей	%	К-ть людей	%
1.	сусіда по кімнаті	16	17,8	25	27,8	49	54,4
2.	мешканців пансіонату	29	32,2	27	30	34	37,8
3.	медичного персоналу	57	63,3	21	23,3	12	13,4
4.	заходів, які проводяться в пансіонаті	18	20	23	25,6	49	54,4
5.	пансіонату загалом	52	57,8	4	4,4	34	37,8
6.	родичів	22	24,4	33	36,7	35	38,9
7.	давніх друзів	16	17,8	52	57,8	22	24,4
8.	своїєї поведінки, своїх вчинків	61	67,8	10	11,1	19	21,1
9.	внутрішнього Я	53	58,9	12	13,3	25	27,8

Досить помітним було небажання літніх людей йти на контакт та налагоджувати стосунки з новими людьми. За запропонованою методикою "Основа спілкування" було визначено, що коло спілкування літніх людей обмежується сусідами по кімнаті – 85, 6 % (77 осіб), у кращому разі, сусідами по поверху.

На запитання "Чи виникають у Вас конфлікти з мешканцями пансіонату (сусідами по кімнаті)?" позитивну відповідь дали 34 особи (38 %). Отже, літні люди, які мешкають в геріатричному пансіонаті, відчувають потребу в ефективному,

конструктивному спілкуванні, яке б зумовлювало виникнення конфліктів. За методикою В. А. Кан-Калика та М. Д. Нікандровим потребу в спілкування відчують 52,2 % (47 мешканців пансіонату), але в них виникає почуття страху перед новими стосунками; спостерігається високий рівень самотності в 54,5 % (49 осіб).

Використовуючи у своїй роботі метод неструктурованої бесіди як додаткового методу збору інформації, було з'ясовано, що на запитання "Які форми роботи у Вас проводяться в пансіонаті?" 54,4 % (49 мешканців пансіонату) відповіли, що вони, окрім концертних програм на свята, взагалі не знають заходів, які б проводилися. Нами було виявлено, що люди похилого віку досить негативно ставляться до сусідів по кімнаті (54,4 % (49 осіб)). До будинків-інтернатів в цілому негативно ставляться 37,8 % (34 особи) мешканців, що впливає, зокрема, і на негативне ставлення до кожного мешканця (37,8 % (34 особи)). Свій внутрішній стан погано оцінюють 27,8 % (25 осіб), вважаючи, що життя вони прожили марно; не зробили того, чого хотіли; були настільки егоїстичними, що ображали людей, які були поряд.

Використовуючи метод спостереження як допоміжний метод збору інформації, ми з'ясували, що в геріатричному пансіонаті літні люди досить агресивно сприймають і нове середовище, в якому опинилися, і мешканців пансіонату, і сусідів по кімнаті, і навіть соціального працівника. Вони виявляли страх, коли до їх кімнати хтось заходить; бояться спілкуватися з новими людьми, говорячи при цьому, що вони нічого не знають і їм немає про що розповідати. Коли людина йшла на контакт, вона завжди повторювала, щоб нікому не передавали інформацію, яка йшла від неї. Наприклад, Одарка М. під час індивідуальної бесіди весь час озиралась на двері та говорила досить тихо. На запитання "Чого Ви боїтеся?" клієнтка відповіла, що з неї будуть сміятися і вона боїться осуду мешканців пансіонату. Уся розмова супроводжувалася висловами "нас тут не розуміють", "ми нікому не потрібні", "тут бажають нашої смерті", "тут усі вважають інших гіршими за себе і насміхаються один з одного". Приблизно в 73 % мешканців спостерігалась подібна тенденція. Аналіз такої поведінки дозволяє зробити висновок, що через велику кількість мешканців (605 осіб) пансіонату взаємостосунки між ними мають формальний характер. Літні люди днями не виходять зі своїх кімнат, вважаючи, що вони стануть предметом осуду і насмішок з боку інших.

Отже, результати дослідження переконують, що у літніх людей, які мешкають у геріатричному пансіонаті, існує певне коло проблем, які впливають на процес адаптації людини похилого віку до умов геріатричного пансіонату: відсутність повсякденної зайнятості, конфлікти між мешканцями пансіонату, відсутність комунікації, обмеженість кола спілкування, відсутність заходів, які б проводились в умовах геріатричного пансіонату, та інші. Всі окреслені проблеми, які існують у мешканців геріатричного пансіонату, є поштовхом до розроблення науковцями ефективних форм роботи в умовах геріатричного пансіонату, які будуть мати на меті задовольнити основні проблеми, що існують у людей похилого віку в нових умовах життєдіяльності.

### Література

1. Голубенко Т. О. Процес старіння як соціально-психологічна проблема / Т. О. Голубченко // Соціальна робота в Україні: теорія і практика. – 2012. – №1. – С. 191–197.
2. Курилович Н. В. Технологии социально-педагогической поддержки как средство активизации пожилых людей в учреждениях социальной защиты населения : дисс. на соиск. науч. степ. канд. пед. наук : спец. 13.00.02 / Курилович Надежда Васильевна Тамбовский государственный университет имени Г. Р. Державина. – Тамбов, 2004. – 220 с.
3. Шилова С. Н. Педагогическое сопровождение социализации пожилых людей в стационарном учреждении : дисс. на соиск. науч. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.02 / Шилова Светлана Николаевна ; ФГАОУ ВО "Российский государственный профессионально-педагогический университет". – Екатеринбург, 2012. – 240 с.