

## ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СПРИЯТЛИВОЇ АДАПТАЦІЇ ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ ДО НОВИХ УМОВ СОЦІАЛІЗАЦІЇ

Н. І. ГОЛОВА

В старості як і у будь-якому віці життя людини не усвідомлюється без суспільних відносин. Зміст існування в цьому суспільстві зводиться до того, щоб бути йому корисним. Бездіяльність у старості сприймається як відмова від індивідуальності, від повноцінного життя. Обмеження з віком фізичних можливостей відповідно відображається і на психічній сфері осіб похилого віку, цілеспрямовано впливає і на спосіб життя таких людей, утруднюючи його при цьому, а як результат визначає місце їх у суспільстві. Цей фактор є важливою умовою формування в старості нової життєвої позиції, яка спрямована на відмову від минулого способу життя, соціальної активності та утвердження особи в новій соціальній ролі. Формування нової життєвої позиції має свій активний початок, що пов'язаний із адаптацією особи похилого віку до нових умов життя і подальшим процесом соціалізації, що є безперервним процесом.

Сьогодні процес адаптації є предметом дослідження фахівців багатьох галузей наукового знання. Психологи, філософи, соціологи, педагоги, розкривають різні аспекти цього процесу, досліджують механізми, етапи та стадії, визначають фактори. Однак проблеми адаптації осіб похилого віку у вітчизняній літературі ще не є предметом спеціального дослідження, хоч питання адаптації дітей, підлітків та дорослих до нових умов проживання чи навчання дуже актуальні і в теоретичному, і в практичному значенні. Майже не дослідженим є вплив пристосування, входження, звикання до нових умов проживання осіб похилого віку в процесі їхньої соціалізації.

Адаптація осіб похилого та старечого віку до нових умов проживання як предмет наукового аналізу висвітлена в працях Ануфрієвої Р., Білого О., Букіна Т., Волкова Т., Зайцевої В., Ковальової Н., Комлина М. Різні аспекти методологічної та теоретичної геронтопсихології життя людей похилого віку розглядали: Краснова О. В., Лідере А. Г. (особливості розвитку особистості в період похилого віку), Єрмолаєва М. В. (структура емоційних переживань), Чепелева Н. В., Смульсон М. Л. (нарративна психологія людей старечого віку), Галкін В. А., Болтенко В. В., Дементьєва Н. Ф., Шаталова Є. Ю., Шахматов М. Ф. (дослідження адаптації людей похилого віку в геріатричних будинках) [6, с. 228-322].

Мета статті полягає в обґрунтуванні умов сприятливої адаптації осіб похилого віку до нових умов соціалізації.

У психологічному плані адаптації основною проблемою похилого віку є самотність і внаслідок цього втрата необхідних і бажаних контактів, беззахисність перед оточенням, яка, як їм здається, загрожує їхньому благополуччю та здоров'ю. Стосунки між сусідами не завжди доброзичливі. Часто ці стосунки перетворюються у довготривалу війну. Поразки виникають у вигляді дезадаптації, інфарктів, інсультів та інших захворювань. Часто хворобливо підвищена підозрілість самотньої людини провокує спалахи гніву в близького оточення.

Досліджені основні «життєві позиції» людей похилого віку, що впливають на психологічну адаптованість.

*«Конструктивна» позиція:* люди з таким орієнтуванням все життя були спокійними та задоволеними. Вони позитивно ставляться до життя, здатні змиритися зі смертю, яка наближається, активні та настроєні на надання допомоги іншим. Зі старості трагедії не роблять, шукають розваг і контактів із людьми.

*«Залежна» позиція* притаманна людям, які все життя не зовсім довіряли собі, були безвільними, пасивними. Старіючи, вони з ще більшим зусиллям шукають допомоги, визнання, не отримуючи його, почуваються нещасними.

*«Захисна» позиція* формується у людей з підвищеним механізмом до опору. Вони не прагнуть зближення з людьми, тримаються замкнено, відгороджуючись від людей. Старіння сприймають з обуренням.

*Позиція «ворожості до світу».* Такі особи звинувачують оточення і суспільство у всіх невдачах, які вони зазнали в житті. Такі люди підозрілі, агресивні, нікому не довіряють, відчувають відразу до старості.

*Позиція «ворожості до себе і свого життя»*, яка виражається у пасивності, зникненні зацікавленості та ініціативи. Такі люди схильні до погіршення настрою і фаталізму, почувають себе самотніми. Своє життя вони вважають невдалим, ставлення до смерті не травмуюче – як звільнення від існування [5, с. 56-66].

Наведені дані про вікові особливості психологічної адаптованості людей дають змогу врахувати цей параметр під час проведення та надання психологічної і корекційної допомоги, експериментально-психологічного обстеження, діагностики відхилень від норми і т.д.

Виділяють деякі аспекти адаптації осіб похилого віку до старіння: зміна соціальної позиції; місце літньої людини в суспільстві та відносини з ним; побудова нового способу життя літньої людини за допомогою нарративу.

Одним із аспектів сприятливої адаптації, що впливає на соціалізацію особистості, є соціальне піклування, обслуговування та забезпечення. Сьогодні, піклуючись про людей похилого віку, держава створює системи соціального забезпечення в Україні (будинки-інтернати, геріатричні пансіонати, пансіонати для ветеранів війни та праці).

Аналізуючи адаптованість осіб похилого віку до нових умов проживання, ми зосередимо свою увагу на такому виді соціального забезпечення, як соціальне обслуговування. Це такий вид соціального забезпечення, який реалізується в різноманітних формах. Соціальне обслуговування являє собою надання підтримки матеріального характеру, у вигляді позитивних дій з боку відповідних державних органів на користь непрацездатної особи.

Зазначимо, що будинки-інтернати є стаціонарною соціально-медичною установою загального типу для постійного проживання громадян похилого віку, ветеранів війни та праці, інвалідів, які потребують стороннього догляду, побутового і медичного обслуговування. Людина, яка потребує допомоги, може її отримати. Змінюючи одне соціальне оточення на інше, тобто змінюючи мікросередовище, людина при цьому по-різному проходить процес адаптації. Цей процес великою мірою залежить від тих умов і того середовища, в якому вона раніше перебувала. Так, якщо людина похилого віку жила в сім'ї, де були діти, онуки – вона набагато важче переносить процес адаптації, а інколи, взагалі не витримуючи, покидає заклад соціального обслуговування. Ті люди, які й раніше були самотні, швидко адаптуються до нових соціальних умов. Бо саме в таких закладах вони відчувають свою значущість і потрібність у цьому світі. Розглядаючи процес підготовки людини похилого віку до нових умов, які створюють пансіонати соціального обслуговування, треба мати на увазі, що прийняття на кожному етапі життєвого шляху нових та залишення старих ролей, так само як і адаптація до зміни їх змісту та співвідношення, вимагає від індивіда відповідної підготовки, тобто соціалізації. При цьому рольову визначеність можна розглядати тільки в якості фактора адаптації, бо її значення для успішної орієнтації досить велике. Таким чином, рольова адаптація є однією із складових соціальної адаптації особистості.

Соціалізація передбачає адаптацію до середовища з урахуванням індивідуальних особливостей. Одним із показників соціалізації є ідентифікація з виконуваними функціями, що прописані соціальною роллю (статусом). Важливо, щоб ця роль знайшла своє відображення в Я – образі старої людини, при цьому мала позитивне емоційне забарвлення. Зазначимо, що похилий вік не завжди асоціюється з позитивом, особливо на фоні перебування в геріатричних домах. Тому тут виникає необхідність психологічної допомоги із формування нової ідентичності, нового сенсу життя.

Вибираючи методи роботи з людьми похилого віку, соціальний працівник має брати до уваги особливості емоційної сфери, щоб мати можливість впливу на неї з реабілітаційною та корекційною метою. Робота має бути спрямована на той бік психічної діяльності, яка складає сферу її особистісних цінностей. Зазвичай люди похилого віку схильні до негативних емоцій. Оскільки змінився їхній соціальний статус, мікросередовище, в якому вони перебувають, ролі, які вони виконували, то знижуються соціальна і біологічна адаптивність, працеспроможність, продуктивність діяльності, фізичні зміни, що вплинули на самопочуття. Неспроможність старої людини щось робити для інших викликає у неї почуття неповноцінності, роздратованості та бажання заховатися, яке в майбутньому переросте в байдужість до навколишнього світу [4, с. 187-195].

Головне – врахувати те, що кожна особа похилого віку – це особистість і як особистість є самоцінністю. Особистість визначає її особливості процесу старіння. Кожна людина унікальна у

своєму «Я». Тому слід розглядати старість як період розвитку, який відіграє специфічну роль у системі життєвого циклу людини. Як зазначає М. В. Єрмолаєва, саме тут стає можливим пояснити життя людини в цілому, її смисл і цінність для наступних поколінь [1, с. 131].

Розглядаючи старість як вік розвитку, можна припустити, що провідна діяльність на цьому етапі є структуризація та передача досвіду. Іншими словами, позитивна інволюція в старості можлива в тому випадку, коли літня людина знайде можливість реалізувати накопичений досвід у значущій для інших справі й при цьому вкласти в неї частку своєї життєвої мудрості індивідуальності [1, с. 130].

Для соціальних працівників необхідно, насамперед, розуміння безлічі психологічних, психопатологічних, соматичних, морально-етичних проблем, що виникають в осіб похилого віку, оволодіння методиками і технологіями у роботі з такою категорією населення.

Неминуче наступаючі в старості вікові зниження адаптаційних можливостей компенсуються професійною майстерністю, глибокими пізнаннями і навичками, придбаними протягом усього життя. Адаптаційні механізми дійсно знижуються, але це може бути успішно компенсовано високим рівнем суджень, широтою кругозору.

Визначаючи проблеми осіб геронтологічної групи, можна виокремити завдання, що постають перед соціальним працівником в організації соціального забезпечення та піклування: надавати допомогу у вигляді організації дозвілля; активізувати комунікативну сторону спілкування; зробити процес входження людини в нову соціальну групу безболісним; організовувати діяльність людини похилого віку так, щоб вона отримувала емоційне задоволення (вплив соціального працівника на емоційну сферу через індивідуально-особистісний підхід дає можливість зрозуміти людині свою соціальну значущість); організовувати особистісну працю людини похилого віку як головний показник досягнення емоційної стабільності, а відповідно успішної адаптації [3, с. 114-120].

Показником адаптованості виступає соціальний статус особи – становище людини в соціальній ієрархії суспільства. Він включає в себе стать, професію та становище, календарний вік.

Соціальний статус старої людини визначається, у першу чергу, її професійною активністю, індивідуальними можливостями; інтересами поза межами трудової діяльності; фізичною активністю, яка відповідає стану здоров'я; умовами і способом життя.

Зміна соціального статусу людини в старості, що викликана, насамперед, припиненням або обмеженням трудової діяльності, трансформацією ціннісних орієнтирів, самого способу життя і спілкування, а також виникненням різних утруднень як у соціально-побутовий, так і в психологічній адаптації до нових умов, диктує необхідність вироблення і реалізації специфічних підходів, форм і методів соціальної роботи з людьми похилого віку.

Тобто, соціальний статус має два аспекти позитивного та негативного характеру в адаптаційному процесі. До позитивних належать сприятливе ставлення до пенсійного періоду життя, коли особа не відчула відмінностей та зміни соціальних ролей, перебуваючи на тій самій посаді, позиції в соціумі. До негативного відносять самотність особи, яка раніше займала значущу позицію в суспільстві. В організації соціальної роботи з людьми похилого віку необхідно враховувати всю специфіку їхнього соціального статусу не тільки в цілому, але і кожної людини окремо, їхніх нестатків, потреби, біологічні і соціальні можливості, визначені регіональні й інші особливості життєдіяльності.

Самотність виступає негативним чинником, що перешкоджає сприятливому адаптаційному процесу осіб похилого віку. Під самотністю в геронтології розуміють тяжке відчуття розриву з оточенням, острах наслідків самотнього життя, важке переживання, пов'язане з втратою істотних життєвих цінностей чи близьких людей, відчуття покинутості, марності і непотрібності власного існування.

Самотність у старості – поняття, що має соціальний зміст: самотність, як соціальний стан, утруднює зав'язування нових і підтримання старих контактів і зв'язків, обумовлений різними причинами як психічного, так і соціально-економічного характеру; самотність як відсутність родичів, дітей, онуків, а також окреме проживання від молодих членів родини; самотність як повне позбавлення людського спілкування для багатьох осіб, що мешкають у родині; самотність як самотійний спосіб життя: фізичний стан, що активно обирається самою особистістю з огляду на свій характер і психічне здоров'я.

Стратегія соціальної роботи із самотніми особами визначається сферою відмінностей феноменів ізоляції від самотності. Якщо людина змінюється протягом життя, то бажано, щоб змінювалася робота, яку вона виконує; тому альтернативні форми зайнятості пенсіонерів – у сфері малого і середнього бізнесу, у фермерстві, на садових ділянках і т.ін [1, с.123-133].

Сутність соціальної роботи з людьми похилого віку полягає у соціальній реабілітації. У даному випадку така реабілітація – це відновлення в осіб похилого віку звичних обов'язків, функцій, провідної діяльності, відновлення соціальних зв'язків. Головне для соціального працівника – це перетворення людини похилого віку з об'єкта (клієнта) соціальної роботи в її суб'єкта.

На адаптацію впливає фізичний стан та здоров'я особи похилого віку. Багато сторін обміну і функцій людського організму у віці 50-59 років змінюються дуже істотно (ці зміни пов'язані з порушенням нервово-гуморальної регуляції органів і систем зі зниженням імунологічної реактивності, з обмеженням функціональних можливостей серцево-судинної системи, з гіпоксичними порушеннями, з порушенням метаболізму і процесів утворення енергії).

Сьогодні існує такий напрямок діяльності в соціальній сфері, як медико-соціальна робота, яка розглядається як новий вид мультидисциплінарної професійної діяльності медичного, психолого-педагогічного і соціально-правового характеру, спрямованої не тільки на відновлення, але і збереження, і зміцнення здоров'я осіб похилого віку.

Метою медико-соціальної роботи є досягнення оптимально можливого рівня здоров'я, функціонування й адаптації осіб літнього віку з фізичною і психічною патологією, а також соціальним неблагополуччям.

Така робота принципово змінює існуючий підхід до охорони здоров'я, тому що припускає системний медико-соціальний вплив на більш ранніх етапах розвитку хворобливих процесів осіб похилого та старечого віку, що потенційно ведуть до важких ускладнень, інвалідизації і летальному результату. Таким чином, медико-соціальна робота здобуває не тільки виражену реабілітаційну, але і профілактичну спрямованість, що має особливе значення для такої категорії осіб [2, с. 34-73].

Підсумовуючи, слід зазначити, що до проблем старості і її визначення вчені і практики підходили і підходять з різних точок зору: біологічної, фізіологічної, психологічної, функціональної, хронологічної, соціологічної й ін. А звідси і специфіка розв'язання проблем суспільного і соціального стану, зокрема й адаптації, ролі і місця в родині, в організації соціального забезпечення та обслуговування, соціальної реабілітації, соціального піклування над людьми похилого віку і т.д. Таким чином, особистість людини в міру її старіння змінюється, але старіння протікає по-різному, залежно від ряду факторів, як біологічних (конституціональний тип особистості, темперамент, стан фізичного здоров'я), так і соціально-психологічних (спосіб життя, сімейно-побутове становище, наявність духовних інтересів, творчої активності).

Таким чином, зміна статусу людини в похилому віці викликана, насамперед, припиненням або обмеженням трудової діяльності, трансформацією ціннісних орієнтирів самого способу життя і спілкування, а також виникненням різних утруднень як у соціально-побутовій, так і психологічній адаптації до нових умов соціалізації. Компетентність працівників та повне знання особливостей впливу соціально-психологічних і біологічних факторів на процес старіння особистості дозволить спрямовано змінити умови, спосіб життя осіб похилого та старечого віку таким чином, щоб сприяти оптимальному функціонуванню особистості людини і робити тим самим стримуючий вплив на процес її старіння. У роботі з геронтологічною групою потрібно також виокремлювати аспекти адаптації осіб похилого віку до старіння, через які здійснювати психологічну та соціальну допомогу та підтримку таким особам.

#### Список використаної літератури:

1. Ермолаева М. В. Структура емоциональных переживаний в старости / М. В. Ермолаева // Мир психологии. – 1999. – №2. – С. 123-133.
2. Краснова О. В., Лидере А. Г., Социальная психология старения : уч. пособ. [для студ. высш. учеб. завед.] / Краснова О. В., Лидере А. Г. – М., 2002. – 228 с.
3. Проблеми психологічної герменевтики. Монографія / за ред. Н. В. Чеплевої. – К. : Міленіум, 2004. – 276 с.
4. Смульсон М. Л. Екзистенційне наповнення наративу старості. Актуальні проблеми психології : психологічна герменевтика / За ред. Н. В. Чеплевої. – К. : Міленіум, 2005. – 212 с.
5. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М. : Прогрессе, 1990. – 367 с.
6. Шахматов Н. Ф. Старение. Норма и патология / Н. Ф. Шахматов // Психология старости : Хрестоматия. – Самара : Издательський Дом Бахрах. – 322 с.