

Учреждение образования
«Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина»

**ПОЖИЛОЙ ЧЕЛОВЕК
В ИЗМЕНЯЮЩЕМСЯ МИРЕ**

Сборник материалов
Международной научно-практической конференции

Брест, 16 октября 2019 года

Брест
БрГУ имени А. С. Пушкина
2020

УДК 159.9–053.88

ББК 88.44

П 46

*Рекомендовано редакционно-издательским советом учреждения образования
«Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина»*

Редакционная коллегия:

кандидат психологических наук, доцент **А. В. Северин**
кандидат психологических наук, доцент **С. Л. Яшук**

Рецензенты:

декан факультета психологии
УО «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»,
кандидат психологических наук, доцент **А. В. Ракицкая**
доцент кафедры социальной работы
УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина»,
кандидат психологических наук, доцент **Е. И. Медведская**

П 46 **Пожилой человек в изменяющемся мире** : сб. материалов
Междунар. науч.-практ. конф., Брест, 16 окт. 2019 г. / Брест. гос. ун-т
им. А. С. Пушкина ; редкол.: А. В. Северин, С. Л. Яшук. – Брест :
БрГУ, 2020. – 63 с.

ISBN 978-985-22-0103-2.

В сборнике представлены результаты прикладных исследований и
теоретического анализа, выполненных белорусскими и зарубежными учеными
по проблематике пожилого возраста.

Адресуется студентам, магистрантам, преподавателям, методистам,
специалистам по работе с пожилыми людьми.

УДК 159.9–053.88

ББК 88.44

ISBN 978-985-22-0103-2

© УО «Брестский государственный
университет имени А. С. Пушкина», 2020

3

Е. А. БАЙ

Беларусь, Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

ПЕРИОД ПОЗДНЕЙ ВЗРОСЛОСТИ: КАК СТРОИТЬ ДИАЛОГ ПОКОЛЕНИЙ

Исследователи возрастной группы 60+ (О. В. Краснова, А. Г. Лидерс, Е. А. Сапогова, Р. С. Яцемирская и др.) утверждают, что старость – явление в большей степени *социального и психологического порядка, чем физиологического*, поскольку развитие человека в этих сферах продолжается. Она начинается с того, что перед человеком встают новые жизненные задачи, которые ему нужно будет научиться решать. С точки зрения психологии эти новые задачи могут быть связаны, во-первых, с возникновением новых потребностей, которые не могут быть удовлетворены имеющимися способами, во-вторых, с изменением условий удовлетворения присущих человеку потребностей, не зависящих от него самого, и, соответственно, отсутствием способов их удовлетворения в новых обстоятельствах.

Каковы же психологические задачи, которые предстоит научиться решать пожилому человеку? Как показали многие исследования в области геронтологии, в этом возрасте актуализируется потребность в общении с другими людьми, в установлении близких отношений, которые являются основой для ощущения себя любимым, принятым, ценным. Возможно, потому, что в этот период происходят невосполнимые утраты: умирают супруги, друзья, знакомые, с которыми были близкие отношения, т. е. люди, которые были источником удовлетворения потребности в общении. Как результат, многие пожилые и старые люди начинают переживать чувство одиночества, покинутости. Однако следует помнить, что полноценно развитая потребность в общении характеризуется еще и активной стороной, выражающейся в желании и стремлении помочь другому человеку (а не только себе любимому) почувствовать себя значимым, ценным, принятым, любимым. В старости перед человеком стоит *задача самостоятельного совладания с объективно возникающим дефицитом общения и выбора того, каким образом он будет удовлетворять свое желание общаться с другими людьми.*

Не менее важна для людей пожилого возраста потребность в достижении, в реализации себя как человека умеющего. В период трудовой активности она естественным образом находила свое выражение в создании различных продуктов трудовой деятельности. После выхода на пенсию перед человеком встает *задача самостоятельно найти сферу приложения своим способностям в условиях уменьшения физических возможностей и зачастую отсутствия у общества заинтересованности в том, что делают старые люди.*

По поведенческой шкале: пожилые люди для поддержания собственного здоровья прибегают к диете (15 %), ходьбе и зарядке, закаливанию (25 %), визитам к врачу (40 %), посещению бани (12 %), занятиям йогой (8 %). При ощущении недомогания пожилые люди обращаются к врачу (75 %), занимаются самолечением (17 %), игнорируют свое состояние здоровья (8 %).

По шкале ценностно-мотивационной: пожилые люди не заботятся о собственном здоровье по следующим причинам: нехватка времени (20 %); отсутствие воли (25 %); нехватка материальных средств и компании единомышленников (55 %). Ценности, которые наиболее важны в данный момент для пожилых людей, – здоровье (60 %), семья и друзья (30 %), деньги (10 %). Для достижения успеха в жизни, по мнению пожилых людей, важны везение (23 %), здоровье (40 %), хорошее образование (7 %), упорство и трудолюбие (30 %).

Таким образом, пожилые люди уделяют недостаточно внимания собственной активности по укреплению здоровья и образу жизни (только 8 % опрошенных), знания о здоровье зачастую находят в сомнительных источниках информации, таких как СМИ, телевидение и Интернет (55 %).

Также они демонстрируют высокий уровень тревожности при нарушениях здоровья (80 %) и, наоборот, радость и чувство свободы и уверенности в себе при хорошем состоянии здоровья (75 %).

Большинство пожилых людей уделяют внимание собственному здоровью (60 % – разные виды двигательной активности). При недомогании обращаются к врачу (75 %), самолечению (17 %) и игнорируют состояние недомогания организма (8 %). Основная причина небрежного отношения к здоровью у пожилых – это недостаток материальных средств и друзей-единомышленников (55 %). Наиболее важны для пожилых людей такие ценности, как здоровье (60 %), семья и друзья (30 %). При этом для достижения успеха в жизни нужны для человека здоровье и трудолюбие (40 % и 30 % соответственно), а хорошее образование незначительно (7 %).

Тем не менее следует отметить, что большинство опрошенных пожилых людей имеют достаточную осведомленность в сфере здоровья, знают основные факторы риска, понимают важность здоровья для активной и продолжительной жизни человека в обществе.

Е. Н. СИДА

Беларусь, Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

Анализ положения граждан пожилого возраста свидетельствует о том, что они являются наиболее социально незащищенными категориями населения, нуждающимися в особом внимании и социальной защите со стороны государства.

Вследствие «демографического старения» общества и усложнившейся социально-экономической ситуации в стране, сегодня два поколения наиболее остро чувствуют на себе последствия этих преобразований. Это люди зрелого и пожилого возраста. Чтобы жить, а не выживать, людям пожилого возраста нужны знания и навыки для налаживания социальных коммуникаций, обеспечения стабилизации и стимулирования внутренних и внешних физических и психических процессов.

Особую роль при осуществлении социальной работы с пожилыми людьми играют территориальные центры социального обслуживания, осуществляющие на территории города или района организационную и практическую деятельность по оказанию различных видов социальной помощи пожилым людям [1].

С целью создания условий по преодолению социальной изоляции и усилению общественной интеграции пожилых людей посредством обеспечения доступности образовательных, досуговых услуг, объединения в группы по интересам, создания волонтерских групп и групп самопомощи, привлечения к посильной трудовой деятельности, поддержания активного образа жизни при Березовском территориальном центре обслуживания населения открыто и функционирует отделение дневного пребывания для инвалидов и пожилых граждан.

Специалисты по социальной работе в своей деятельности используют различные технологии: игровые и развлекательно-игровые (подвижные, малоподвижные, театрализованные и др.), художественно-зрелищные, диалогические (показ, рассказ, пересказ, объяснение, иллюстрирование), репродуктивные и творчески развивающие (тренинг, импровизация), обучающие (упражнения, повтор), проблемно-поисковые, информационные и др. [2].

Творчество – деятельность, результатом которой является создание новых материальных и духовных ценностей. Будучи по своей сущности культурно-историческим явлением, творчество имеет психологический аспект – личностный и процессуальный. Оно предполагает наличие у лич-

ности способностей, мотивов, знаний и умений, благодаря которым создается продукт, отличающийся новизной, оригинальностью, уникальностью.

Творческая деятельность пожилых людей включают в себя:

- занятия художественным, прикладным, техническим творчеством;
- праздники, обряды, конкурсы, фестивали;
- логические, интеллектуальные игры и занятия.

При организации творческой деятельности, направленной на реабилитацию людей пожилого возраста, следует учитывать:

- личность самого человека;
- отношения и контакты людей данной категории с окружающей средой, и прежде всего с семейной средой;
- формы и методы, активно влияющие на личность пожилого человека, на его социальную реабилитацию и положение в обществе [1].

С целью определения особенностей социальной поддержки людей пожилого возраста в процессе творческой деятельности в условиях территориального центра обслуживания населения мы провели исследование. Методом исследования явилось анкетирование.

Выборка исследования составила 35 человек в возрасте 65–80 лет, из них 24 женщины и 11 мужчин.

Анализ полученных результатов показывает, что 100 % респондентов предпочтительнее отдают организации и участию в торжественных и развлекательных мероприятиях (праздники, концерт художественной самодеятельности, постановка спектаклей, участие в конкурсах), 93 % пожилых людей желают посещать выставки, музеи, театры, 76 % респондентов предлагают организовывать выставки предметов собственного изготовления (различные сувениры из бисера, глины, дерева, вышивки, поздравительные открытки и др.).

Из результатов анкетирования видно, что пожилые люди, находящиеся в условиях территориального центра обслуживания населения, занимают активную жизненную позицию. Кроме того, 95 % респондентов утверждают, что творческая деятельность способствует стабильности в функционировании познавательных и интегративных процессов (мышление, воображение, внимание, память, речь), 72 % отмечают стимулирование процесса творческой деятельности от собственных достижений, 63 % респондентов обрели смысл жизни и 77 % считают, что творческая деятельность в пожилом возрасте влияет на самочувствие.

Таким образом, результаты исследования показывают, что содержание и функции социальной поддержки пожилых людей средствами творческой деятельности могут обеспечивать стабилизацию и стимулирование внутренних и внешних физических и психических процессов, влиять на самочувствие, жизнедеятельность и смысл жизни человека.

Однако следует учитывать, что существенное значение имеет психологическая мотивация пожилого человека для участия в творческих мероприятиях. Мотивация деятельности пожилых людей (их интересы, влечения, психологические установки, эмоции) видоизменяется в процессе овладения конкретным видом художественного, технического или декоративно-прикладного творчества. Динамика изменения мотивации служит основанием для оценки реабилитирующего воздействия творческой деятельности, которую осваивает человек в пожилом возрасте и с ограниченными возможностями.

При организации творческой деятельности также необходимо учитывать физическое и эмоциональное состояние пожилого человека, состояние его зрения, слуха, мобильности. Зная о снижении работоспособности пожилых людей, необходимо регламентировать длительность занятий, количество пауз и перерывов для разминок с учетом их физических, когнитивных и психоэмоциональных возможностей.

Особого внимания требует методика оценки результатов деятельности пожилых людей. Объективно оценивая их результаты, следует подчеркивать те стороны, которые ведут к успеху.

Таким образом, социальная поддержка и формирование независимого образа жизни пожилых людей в значительной степени зависит от участия в нем разных специалистов (медиков, психологов, педагогов, дефектологов, социальных педагогов, специалистов культуры, специалистов по реабилитации инвалидов). В данном направлении необходимо взаимодействие ученых и практиков, государственных и негосударственных учреждений, широких слоев общественности, средств массовой информации.

Список использованной литературы

1. Социальная работа с пожилыми людьми [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://works.doklad.ru/view/AK2sBiqevuU/all.html>. – Дата доступа: 04.10.2019.
2. Социально-культурная работа с пожилыми людьми [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/179/46413/>. – Дата доступа: 04.01.2019.