

4. Психологічна енциклопедія / Автор-упорядник О. М. Степанов. – К.: «Академвидав», 2006. – 424 с.
5. Савчин М.В. Психологія відповідальної поведінки / М.В. Савчин. – Івано-Франківськ : Місто НВ, 2008. – 280 с.
6. Семенкова О. Формування почуття відповідальності у дітей старшого дошкільного віку в процесі господарсько-побутової праці // „Дитинство. Освіта. Соціум” - Вісник Інституту розвитку дитини. - Вип. 7: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції, – Київ, 2010. – ст. 151-159
7. Тернопільська В. І. Відповідальність особистості: гуманітарний аспект [Електронний ресурс] / В. І. Тернопільська. – Режим доступу: [Studentam_net ua/mht](http://Studentam_net.ua/mht)
8. Фасолько Т.С. Виховання відповідальної поведінки у дітей дошкільного віку // Оновлення змісту і методів початкової освіти: Наук. записки РДПІ. – Вип.8. – Рівне, 1999. – С.118-121.

Туцька В.

Науковий керівник – асист. Слозанська Г.І.

СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ В УМОВАХ СТАЦІОНАРНИХ УСТАНОВ

Зміна соціального статусу людини в старості, викликане, насамперед припиненням або обмеженням трудової діяльності, змінами ціннісних орієнтирів, самого способу життя і спілкування, виникненням утруднень у соціально-побутової, психологічної адаптації до нових умов, вимагає необхідність вироблення особливих підходів, форм і методів соціальної роботи з літніми людьми.

Сьогодні літні люди стали найбільш соціально незахищеною категорією суспільства. Рівень малозабезпеченості зростає з кожним місяцем, а доходи людей похилого віку залишаються на тому рівні, що і були.

В зв'язку зі збільшенням тривалості життя людини, в останнє десятиліття помітно зріс інтерес до геронтологічних проблем. Необхідність збереження активного життя в літньому віці - одна з актуальних проблем.

Літні люди є найбільш соціально - незахищеною категорією суспільства. Будинки-інтернат є тим середовищем, в якому проживає багато людей похилого віку. Від організації всього життя установи, його місткості, розташування, планування, обстановки виду організації дозвілля та зайнятості, соціально-медичної допомоги, ступеня контактів з зовнішнім світом залежить стан фізичного і психологічного здоров'я літньої людини. Тому дуже важливо вивчити проблеми будинків-інтернатів, знаходити шляхи їх вирішення для того, щоб забезпечити літнім людям, що живуть в цих установах, гідно соціально функціонувати. [1; 86].

Метою статті є вивчення діяльності фахівців і служб з соціальної адаптації громадян похилого віку в умовах стаціонарних установ, збереження та продовження соціальної активності клієнтів.

Розвиток особистісного потенціалу літніх людей, надання можливості приємно проводити вільний час, задоволення різноманітних культурно-просвітницьких потреб, потреб у комунікації та визнання, а також пробудження нових інтересів, полегшення встановлення дружніх контактів, активізація особистої активності людей похилого віку та інвалідів, формування, підтримка і підвищення їх життєвого тону [2; с. 284].

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., Ковальнової Н., Комлина М.

Усі 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., Демет'єва Н. Ф., Шаталова С. Ю., Шахматов М. Ф. (дослідження адаптації людей похилого віку в геріатричних будинках) [3, с. 228-322].

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.

У контексті дослідження нами проаналізовано основні *«життєві позиції»* людей похилого віку, що впливають на психологічну адаптованість:

«Конструктивна» позиція: люди з таким орієнтуванням все життя є спокійними та задоволеними; вони позитивно ставляться до життя, здатні змиритися зі смертю, яка наближається, активні та настроєні на надання допомоги іншим; 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, які не прагнуть зближення з людьми, тримаються замкнено, відгороджуючись від людей; старіння сприймають з обуренням;

Позиція «ворожості до світу», особи звинувачують оточення і суспільство у всіх невдачах, які вони зазнали в житті; є підозрілими, агресивними, нікому не довіряють, відчують 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 вважають невдалим, ставлення до смерті не травмуюче – як звільнення від існування [4, с. 56-66].

О.І. Зотова і І.К. Кряжева підкреслює активність особистості в процесі соціальної адаптації. Вчені розглядають соціально-психологічну адаптацію як взаємодію особистості та соціального середовища, яке приводить до правильних співвідношенням цілей і цінностей особистості та групи. Адаптація відбувається тоді, коли соціальне середовище сприяє реалізації потреб і прагнень особистості, служить розкриттю та розвитку її індивідуальності [5, с.25].

Більшість вітчизняних психологів виділяють два рівні адаптованості особистості: повна адаптованість, дезадаптація.

О.М. Жмиріков пропонує враховувати наступні критерії адаптованості:

- ступінь інтеграції особистості з макро-і мікросередовища;
- ступінь реалізації внутрішнього особистісного потенціалу;
- емоційне самопочуття [5, с.25].

А.А. Реан пов'язує побудова моделі соціальної адаптації з критеріями внутрішнього і зовнішнього плану. При цьому внутрішній критерій припускає психоемоційну стабільність, особистісну конформність, стан задоволеності, відсутність стресу, відчуття загрози та стану емоційно-психологічної напруженості. Зовнішній критерій відображає відповідність реальної поведінки особистості установкам суспільства, вимогам середовища, правилами, прийнятим в соціумі, і критеріям нормативної поведінки. Таким чином, дезадаптація за зовнішнім критерієм може відбуватися одночасно з адаптованістю по внутрішньому критерію. *Системна соціальна адаптація* - це адаптація, як по зовнішньому, так і за внутрішнім критерієм [5, с.25].

Таким чином, соціальна адаптація передбачає способи пристосування, регулювання, гармонізації взаємодії індивіда із середовищем. У процесі соціальної адаптації людина виступає як активний суб'єкт, який адаптується до середовища у відповідності зі своїми потребами, інтересами, прагненнями і активно самовизначається [5, с. 25].

У надрукованій літературі виділяють такі типи адаптації:

1) конструктивний (оптимально пристосовані люди) можуть адаптуватися в будь-яких умовах. В якості домінуючих виступають потреби і чітка життєва позиція;

2) захисний (в цілому адекватно пристосовуються) на першому плані виступають потреби в захисті власного «Я», він пристосовується за рахунок себе і може себе захистити;

3) активно-агресивний - вину за власні труднощі приписують зовнішнім обставинам «винен не я». Вони характеризуються агресивністю і неадекватністю сприйняття дійсності;

4) пасивний - для них характерна пасивність, жалість до самого себе, депресія, безініціативність [6, с. 56].

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

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 відчують 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, праце спроможність, 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 [7, с. 187-195].

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

самостійний 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 [8, с.123-133].

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. Холостова Є.І. Літні людина у суспільстві. Частина 1. Є.І. Холостова. – М.: СТІ,1999 – 237 с.
2. Питання соціального забезпечення. №22 / Теорія і практика/ Ресурсний потенціал старшого покоління.
3. Шахматов Н.Ф. Старение. Норма и патология / Н.Ф. Шахматов// Психология старости : Хрестоматия. - Самара : Издательский Дом Бахрах. – 322 с.
4. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл .- М. : Прогрессе. 1990. – 357 с.
5. Соціально психологічна адаптація осіб старших вікових груп у початковий період перебування в будинках – інтернатах : методичні рекомендації / укл. Я.Ф. Дементьева, Є.Ю. Шахматова .- М. : ЦЕНІТ, 1992
6. Гулина М.А. Словник довідник з соціальної роботи . - СПб. : Пітер, 2008 -400с.
7. Смульсон М.Л. Екзистенційне наповнення нарративу старості. Актуальні проблеми психології: психологічна герменевтика / за ред.. Н.В. Чеплевої .- К. : Міленіум,2005. – 212 с.
8. Ермолаева М.В. Структура эмоциональных переживаний в старости / М.В. Ермолаева // Мир психологи.- 1990. - №2.

Швачук М.

Науковий керівник – доц. Андрійчук І.П.

ДИНАМІКА МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ СТУДЕНТІВ ПСИХОЛОГІВ У ПРОЦЕСІ ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Важливим аспектом психічного життя людини є особливості її реагування на стресові ситуації, як внутрішнього так і зовнішнього походження. Психологічний захист особистості допомагає уникнути внутрішніх конфліктів, позбавитися негативних впливів зовнішнього середовища, покликаний на зниження внутрішньої тривоги та напруженості свідомості. Поняття про психологічний захист вперше було використано Зигмундом Фройдом та детальніше описано його дочкою Анною Фройд. Також дане питання розглядали О. М. Степанов, А. А. Налчаджян, Ж. Лапланш, М. Ліф Ж. Понталіс, , В. Менінжер, Е. С. Романова, Л. Р. Гребенніков, Е. Фромм, Ч. Тарт, та ін..

Вивчаючи особистісні якості майбутніх психологів, на нашу думку, перш за все варто звернути увагу на структуру Я-концепції та механізми психологічного захисту, як один з її компонентів. Діяльність практикуючого психолога, як показав аналіз літератури, вимагає позитивної Я-концепції та максимального усвідомлення захисних стратегій. Саме тому, варто звернути увагу на функції психологічного захисту, механізм виникнення, та вплив котрий вони здійснюють на особистість. Ми вважаємо, що цілісне вивчення особистості не можливе без врахування усіх параметрів Я – концепції.

Психологічний захист це психічні реакції, які не допускають до свідомості певний досвід, який може негативно вплинути на Я-концепцію, самооцінку, порушити внутрішню рівновагу. Механізми психологічного захисту допомагають уникнути конфліктів із зовнішнім світом, знайти оптимальний вихід із ситуацій фрустрації. Визнання існування та пріоритетного значення таких психічних процесів визнають не лише представники психоаналітичного напрямку (в рамках якого було введено дане поняття), а й інші психологічні школи, які