

Аналіз механізмів адаптації літньої людини до умов геріатричного пансіонату

Потрапляючи до геріатричного пансіонату, людина похилого віку певним чином потрапляє в різні проблемні ситуації, які виникають у взаємовідносинах між членами даного закладу. У таких ситуаціях літня людина опановує різні механізми і норми соціальної поведінки, риси характеру та інші властивості, які мають адаптаційну значущість. Тому ми вважаємо, що процес подолання проблемних ситуацій є одним із проявів соціальної адаптації людини похилого віку як суб'єкта життєдіяльності, оскільки вона використовує набутий досвід вирішення проблем і відкриває для себе нові механізми вирішення проблемних адаптаційних ситуацій. Стану адаптованості до нових умов життєдіяльності людини похилого віку досягне тоді, коли без зовнішніх і внутрішніх конфліктів, буде виконувати умови життєдіяльності в геріатричному пансіонаті, йтиме назустріч рольовим очікуванням, які ставить перед нею еталонна група, буде переживати стан самоствердження під час виконання певного виду діяльності, виражаючи при цьому певні творчі здібності. Саме тому вивчення механізмів адаптації є актуальним у розгляді проблеми адаптації літніх людей до умов геріатричного пансіонату.

Мета нашої статті полягає у виявленні механізмів адаптації літніх людей, які мешкають в геріатричних пансіонатах та обґрунтуванні етапів, які передують процесу адаптації.

Завдання, які ми ставили перед написанням роботи:

- проаналізувати механізми адаптації;
- виявити адаптаційні механізми літніх людей, які мешкають в закладах соціального обслуговування;
- розглянути етапи входження особистості в нове соціальне середовище;
- визначити етапи, які проходить людина похилого віку потрапляючи в геріатричний пансіонат.

Вважаємо за доцільне дати визначення поняттю «механізм». Отже, відповідно до тлумачного словника С.І. Ожегова механізм – це послідовність станів процесів, які визначають певну дію, явище [1, с. 354]. Отже, механізми адаптації це повторювальні дії, моделі поведінки особистості, які вона застосовує у новому соціальному середовищі для вирішення проблемних ситуацій, які виникають в результаті пристосувальних дій.

Важливо враховувати при цьому, що процес адаптації з використанням специфічних адаптаційних механізмів призводить до зміни психічного стану індивіда, який був йому властивий до початку адаптації. Індивід у процесі соціально-психологічної адаптації переживає певний психічний стан, який характеризується динамічністю, швидкою мінливістю. Після завершення адаптаційного процесу початковий психічний стан або зникає зовсім, або у значній мірі змінюється.

Дослідники соціально-психологічної адаптації вважають, що адаптація людини похилого віку до нового соціального середовища здійснюється не за допомогою окремих механізмів, а цілих їх комплексів, які знаходять своє відображення в структурі особистості. І.О. Милославова у своїй дисертаційній роботі зазначає, що соціально-психологічні механізми різних форм адаптації виділяються за критерієм активність-пасивність: пристосування та пристосованість дозволяє розглянути комфортні реакції, наслідування, зараження, навіювання, умовляння [2]. Р.Немов дав кваліфікацію психологічних механізмів: ідентифікація (ототожнення індивіда з певною групою), наслідування (свідоме, або несвідоме відтворення індивідом моделі поведінки інших людей), навіювання (процес неусвідомлюваного відтворення індивідом внутрішнього досвіду, думок, почуттів і психічних станів тих людей, з якими спілкується індивід), соціальна фасилітація («полегшення») – стимулюючий вплив поведінки одних людей на діяльність інших), комфортність (усвідомлення особистістю розбіжностей у поглядах з оточуючими та зовнішня узгодженість з нею, яка реалізується через поведінку особистості), ідентифікація (дозволяє засвоїти різні форми стосунків, норм, стилів поведінки) [3]. Н. Сметзер за психологічні механізми вважає такі: імітація

(усвідомлення прагнення копіювати поведінку інших людей), ідентифікація, сором (переживання ганьби, пов'язаною з реакцією інших людей), відчуття провини (переживання ганьби, пов'язаною із покаранням самого себе) [4]. Названі кваліфікації механізмів процесу адаптації доводять, що серед вчених немає єдиного погляду щодо принципів класифікації. Ми спробували узагальнити матеріал, врахували особливості літніх людей й виокремили механізми найбільш типові для літніх людей, які мешкають в геріатричних пансіонатах. Ми погоджуємося з поглядами І.О. Милославової стосовно того, що в основі розуміння механізмів соціальної адаптації лежить активна діяльність [2]. Під активною діяльністю ми розуміємо потребу в перетворенні соціальної сутності особистості та її реалізації в новій соціальній діяльності, спілкуванні, самосвідомості. Ми вважаємо, що саме в цих механізмах відбувається зміна внутрішнього світу особистості, відбувається розкриття її потаємних можливостей, які дозволяють повноцінно включитися процес соціальної адаптації як активної особистості.

Досліджуючи проблему механізмів адаптації науковці [5] виділяють механізм переадаптації, який передує механізму адаптації. До даного механізму входять також механізми регуляції та компенсації. Сутність їх полягає в тому, що змінюючи умови життєдіяльності літня людина відчуває психологічних дискомфорт, який знаходить своє відображення на моделях поведінки літньої людини в умовах нового середовища. Від людини похилого віку вимагаються нові реакції на нове середовище життєдіяльності. Це і обумовлює літню людину до включення механізмів регуляції та компенсації. Використання цих механізмів призведе до організації нового рівня психічної діяльності, яка відповідатиме умовам нового середовища життєдіяльності. Даний механізм переадаптації ми розглядатимемо як:

- процес переходу від звичної усталеної психічної адаптації в звичних умовах життєдіяльності до сталої адаптації в новому соціальному середовищі – геріатричний пансіонат;

- результат цього процесу, який має позитивний результат адаптація суб'єкта до нових умов життєдіяльності.

Отже, формування у літньої людини нових форм поведінки, які відповідатимуть вимогам середовища сприятиме успішному входженню в нове соціальне середовище.

Виходячи з цього науковці до соціально–адаптаційних механізмів відносять: незахисні адаптаційні комплекси, які використовуються у різних проблемних ситуаціях; захисні адаптаційні комплекси, механізми, що входять до їх складу, є стійкими утвореннями; змішані комплекси, до складу яких входять захисні і незахисні адаптаційні механізми [6]. Дані комплекси можуть носити адекватний і неадекватний характер. Прояв неадекватних психологічних установок робить неможливим повноцінну адаптацію. При тривалому існуванні даної адаптації може виникнути внутрішній конфлікт в особистості, що може призвести до стану дезадаптації.

Узагальнюючи вищевикладене, ми вважаємо, що в основі адаптації літньої людини до умов геріатричного пансіонату лежать такі механізми:

- соціальної діяльності - це головний та специфічний механізм в організації адаптації людини похилого віку до нових соціальних умов. В основі цього механізму лежать такі його складові як спілкування, праця, навчання. Вони дозволяють забезпечити повноцінну включенність, активне пристосування особистості до нового соціального середовища. Сам механізм адаптації та соціальної діяльності має свої специфічні етапи та може розглядатися у вигляді схеми. Потреба особистості – потреби – мотиви прийняття рішення – реалізація та підсумування висновків – її оцінка. Завдання соціального працівника полягає в тому, що у випадку невдачі знайти найменш ефективну сторону в цьому механізмі та внести необхідні поправки;

- соціального спілкування – це провідний механізм соціальної адаптації літньої людини, адже вона знаходиться в такому середовищі де обмежене коло спілкування, і тому потреба у спілкуванні є важливою для мешканців соціальних закладів. Мета даного механізму полягають в тому, щоб розширювати коло

засвоєння соціальних цінностей при активній взаємодії з іншими індивідами. Соціальне спілкування в умовах геріатричного пансіонату виступає не тільки видом діяльності окремої людини, але і певною взаємодією соціального працівника зі своїми клієнтами, які необхідно розширювати в системі соціальної практики;

- соціальна самосвідомість особистості – важливий фактор механізму соціальної адаптації людини похилого віку. Завдяки даному механізму відбувається формування та усвідомлення своєї соціальної приналежності до соціального середовища, в якому перебуває літня людина та своєї ролі в ньому. Саме тут функції соціального працівника є соціально-педагогічними, мета яких є формування у людини норм соціальної поведінки, навичок ефективного спілкування, установок, рис характеру та їх комплексів, котрі в цілому приводять до адаптивності. Критерій визначення механізмів адаптації літньої людини до нового соціального середовища є активність - не активність суб'єкта життєдіяльності.

Ми можемо зробити висновок, що адаптацію суб'єкта життєдіяльності, ми можемо розглядати у вигляді цілісної функціонуючої системи механізмів: діяльності, спілкування, самосвідомості. Це одночасно багатоаспектний процес активного розвитку особистості, який відбувається в об'єктивно-суб'єктивній формі та в основі його лежить активне чи пасивне пристосування, взаємодія з існуючим соціальним середовищем.

Розглядаючи проблему механізмів адаптації літньої людини доцільно на нашу думку визначити етапи переходу літньої людини до нових умов життєдіяльності:

1. Підготовчий етап, коли людина усвідомлює та передбачає зміни, які мають відбутися в її житті. Цей етап носить інформаційний характер. На даному етапі літня людина накопичує знання про нове соціальне середовище, а саме про роботу даного закладу, про медичний догляд, режим даної установи та інше. Тобто людина накопичує знання про заклад соціального обслуговування – геріатричний пансіонат. В залежності від того, яким чином буде відбуватися накопичення

інформації ми можемо зробити висновок, який характер буде носити інформаційна поведінка літньої людини активний (бажання отримати якомога більше знань) чи пасивний (пасивне сприйняття отриманої інформації) характер.

2. Етап початкової психічної напруги. Це початкова стадія механізму переадаптації. Цей етап передуює зростанню емоційної напруги, що обумовлює діяльність літньої людини.

3. Етап гострих психічних реакцій, які зумовлені входженням літньої людини в нове соціальне середовище. Саме на цьому етапі людина похилого віку відчуває вплив нових умов життєдіяльності і відбувається активізація адаптивних механізмів [5, с. 86-87].

Л. Шпак [7] пропонує етапи входження суб'єкта з іншої точки зору, беручи основними критеріями виділення адаптаційних етапів послідовність та протяжність входження суб'єкта в нові умови життєдіяльності. Нею було виділено три основні етапи входження суб'єкта в нове середовище, які найбільш повно відображають якісні зміни у взаємодії суб'єкта із соціальним середовищем, зокрема, орієнтаційний етап, під час якого відбувається ознайомлення адаптанта із середовищем і орієнтування у його стереотипах, встановлення контактів з членами даного середовища, отримання первинної інформації про стан і можливості даного середовища, його норми, еталони поведінки. Другий етап – оцінювальний - характеризується інтенсивною пізнавальною та вибірковою діяльністю індивіда. З боку середовища також виявляється активність контактів із адаптантом, у результаті чого встановлюється взаємодія між ними, чітка позиція кожної зі сторін. Третій етап – етап сумісності адаптанта і середовища, тобто відбувається завершальний етап адаптації, який дослідниця називає адаптованістю [7].

Соціологи, при розробці етапів входження суб'єкта основним критерієм беруть психічну переорієнтацію особистості, також визначають декілька етапів адаптаційного процесу, а саме:

- індивід, що пристосовується, знаючи, як діяти у новому середовищі, як себе поводитися, але внутрішньо не визнаючи його цінностей і норм,

намагається дотримуватися власної старої системи цінностей, що викликає дисонанс у взаєминах адаптанта і адаптаційного середовища;

- настання взаємної терпимості, коли і адаптант і соціальне середовище виявляють терпимість до цінностей і форм поведінки один одного, визнаючи їх рівноцінними;

- найбільш глибокий – продуктивний, рівень адаптації, можна назвати акомодацією, яка, виникаючи на засадах взаємної терпимості, передбачає ще й різні уступки і є найбільш поширеною формою соціальної адаптації, яка сприяє вирішенню соціальних конфліктів [8].

Порівняльний аналіз поглядів Л. Шпак [7] та А. Кавалерова [6] і А. Бондаренко [6] дає можливість більш детально визначити сутність адаптаційних процесів. Розглядаючи етапи адаптаційного процесу, науковці беруть різні критерії для їх визначення, це дає можливість поглянути на адаптаційні процеси, які відбуваються в умовах геріатричного пансіонату, як цілісно функціонуючі складові, які забезпечують гармонійне існування адаптантів в умовах нового соціального середовища. Отже, ми можемо виділити етапи, які проходить суб'єкт адаптуючись до нового соціального середовища:

1) ознайомчий – літня людина знайомиться з навколишнім середовищем (макросередовищем) та оточуючими людьми (мікросередовищем). На цьому етапі відбувається накопичення знань про роботу даної установи, про її режим, про правила;

2) етап ситуативної дезадаптації – на цьому етапі, як правило ми можемо спостерігати процес дезадаптації, бо літня людина потрапляє в нове незвичне для неї середовище. Все сприймається як чуже і викликає психологічну напругу, що і спричинює процес дезадаптації;

3) етап «початкової взаємодії» - літня людина прагне налагодити перші комунікативні зв'язки, знайти коло однодумців;

4) етап сумісності – на цьому етапі ми можемо спостерігати процес, коли вимоги суб'єкта (літньої людини) співпадають з вимогами середовища.

Запропоновані періодизації етапів входження літньої людини в нове соціальне середовище орієнтовані на позитивний результат – адаптованість, але існує і протилежна стан – дезадаптація. Дезадаптація розглядатиметься нами в двох аспектах:

1. Як короточасний ситуативний стан, який виник внаслідок дії нових чинників середовища, та супроводжується порушенням рівноваги між психічною діяльністю та вимогами середовища. Дезадаптація виступає необхідним компонентом процесу адаптації літньої людини до умов нового середовища. Процес дезадаптації як правило проявляється на початковому етапі входження в нове середовище.

2. Дезадаптація може бути досить стійким, складним психічним станом, який відображається в поведінці літньої людини [5, с.88].

Даний стан дезадаптації залежить від певних ознак, а саме: цілей, які переслідує індивід; від ціннісних орієнтацій та потреб. Особистість, яка досягла стану дезадаптації не спроможна йти назустріч тим вимогам, які ставить до неї соціальне середовище, в даному випадку геріатричний пансіонат, оскільки вона переживає внутрішні і зовнішні конфлікти і не може віднайти механізми і форми поведінки, для їх вирішення.

Науковці виділяють два типи дезадаптивної поведінки суб'єктів життєдіяльності:

1. Агресивний – прояв активної поведінки на існуючий бар'єр.

2. Уникнення ситуації «відхід» людини в свої переживання. Суб'єкт бачить себе джерелом всіх своїх невдач, звідси почуття повного безвиходу, так як вплинути на середовище та ситуацію вона вважає нездатною. Цей тип суб'єктів життєдіяльності характеризується замкнутістю, зануренням в світ роздумів. Єдиний шлях виходу із ситуації є смерть.

3. Етап завершальної психічної напруги. Характерним змістом цього етапу є своєрідна підготовка суб'єкта к поверненню до старих реакцій та підготовка до вироблення нових реакцій, які відповідатимуть новому соціальному середовищу.

4. Етап гострих психічних реакцій виходу за своїм функціональним заохоченням він схожий з третім етапом. Під виходом розуміється вихід із екстремальних ситуацій в яких літня людина знаходить довгий час. Цей етап характеризується поведінковими реакціями в яких знаходять вираження почуття «повної» свободи [5].

Робота геріатричного пансіонату має бути направлена на підтримку особистості у вирішенні труднощів, які виникають при входженні в нове середовище, на допомогу віднайти резервні механізми, які б сприяли успішній адаптації та на подолання проблемних ситуацій як наслідок уникнення стану дезадаптованості. Робота соціального працівника має бути спрямована на таких суб'єктів життєдіяльності у яких процес переадаптації направлений на успішну адаптацію в новому соціальному середовищі.

Отже, процес адаптації людини похилого віку до нових умов життєдіяльності – це складне багатоаспектне явище, яке сприяє формуванню певного комплексу психічних реакцій, які визначають її поведінку та ефективну взаємодію з новим соціальним середовищем.

Слід зазначити якби не відбувався процес адаптації суб'єкта до нового соціального середовища (переадаптація чи дезадаптація), він завжди супроводжується фрустрацією.

Відмітимо, що фрустрація, в нашому випадку, виступає у вигляді конфлікту між потребами суб'єкта та обмеженнями, які накладаються закладом соціального обслуговування. Наслідки фрустрації є різними в залежності від їх впливу на особистість та її поведінку. Вони можуть бути конструктивними та руйнівними [9,с.87]. Конструктивна фрустрація передбачає, що напруга викликана нею активізує літню людину на пошук шляхів виходу із конфліктної ситуації, яка викликана неможливістю повністю реалізувати свої потреби. Але може і відбутися заміна мети, яка стане прийнятною і відповідатиме вимогам нового соціального середовища, та формування нового комплексу потреб. В даному випадку мова йде про переадаптацію, тобто відбувається перехід літньої людини із дезадаптивного стану в адаптивний. Переоцінивши ситуацію, яка раніше викликала стан

дезадаптації, людина по новому сприймає оточуюче середовище [6,с. 88]. Отже, ми можемо зробити висновок, що конструктивна сторона фрустрації сприяє успішній переадаптації.

Науковці зазначають, що існує поняття фрустраційної толерантності, чи порогова величина рівня напруги. Перевищення даного порогу знаходить своє відображення на поведінці літньої людини, яка носить деструктивний характер [5,с.89].

Людина похилого віку набуває хиткого психічного стану, коли старі, звичні реакції не в змозі задовольнити потребу в ефективній комунікації, а нові не мають достатніх ресурсів для їх реалізації. Внаслідок цього у літньої людини виникає дезадаптивна поведінка.

Узагальнюючи вищевикладений матеріал, ми дійшли висновку, що адаптація суб'єкта життєдіяльності до нового соціального середовища залежить від адаптаційних можливостей літньої людини застосовувати в проблемній ситуації механізми адаптації; від того, наскільки задовольняються потреби як особистості, так і вимоги соціальної групи, до якої вона адаптується. Поведінка людини похилого віку, з точки зору мешканців геріатричного пансіонату може вважатися адаптивною в тому випадку, коли для успіху групової діяльності від нової людини вимагається саме така поведінка, а не інакша.

Перспективи подальшої роботи вбачаємо в розробці програми, яка сприятиме успішній адаптації до нових умов життєдіяльності.

Література

1. Толковый словарь русского языка: 80000 слов и фразеологических выражений : [авт. – укл. Ожогов С.И., Шведова Н.Ю.] – [4-е изд., дополненное] / Российская академия наук. Институт русского языка им. В.В. Виноградова. – М. : Азбуковник, 1997. – 944 с.

2. **Милославова И.А.** Понятие и структура социальной адаптации : автореф. дис. на соискание науч. степени к.ф.н. спец. 09.00.11 «Социальная философия» / И.А. Милославова. – Ленинград, 1974. – 24 с.

3. Психология : Словарь-справочник : [авт. – укл. Немов Роберт Селон] : [в 2 ч.] – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 352 с.
4. **Смелзер Ней** Социология / Н. Смелзер : учеб. пособие для студ. Вузов ; пер с англ. / [В.А. Ядов науч. ред. изд. на рус. яз.]. – М. : Феникс, 1998. – 688 с.
5. Рабочая книга практического психолога: Технология эффективной профессиональной деятельности : пособие для специалистов работающих с персоналом ; [ред. кол. Э.О. Шаманская, А.Я. Истомина, Г.Н. Калашников]. – М. : Издательский дом «Красная площадь», 1996. – 400 с.: ил.
6. **Кавалеров А.І.** Соціальна адаптація: феномен і прояви / А. Кавалеров, А. Бондаренко. – О. : Астропринт. 2005. – 112 с.
7. **Шпак Л.Л.** Социокультурная адаптация в советском обществе. Философско-социологические проблемы / Л.Л. Шпак. – Красноярск : Изд-во Красноярского ун-та, 1991. – 232 с. – ИСБНБ – 7479-0257.
8. Некоторые аспекты состояния здоровья лиц старших возрастов, проживающих в домах интернатах / [И.А.Жук, В.В.Зеленковский, Г.В.Чистяков, В.В.Болтенков] // Проблемы медико-социальной помощи инвалидам и престарелым в домах интерната : сборник научных трудов. – Москва : ЦИЭТИН, 1986. – С. 12-19.
9. Encyclopedia of Psychology. H.J.Eysenck. W.Arnold, R.Meili (EDS), Herder @ Herder, N-Y, 1972, vol. 1, h. 25.

Коленіченко Т.І. Аналіз механізмів адаптації літньої людини до умов геріатричного пансіонату

В даній статті ми визначили адаптаційні механізми літніх людей, які мешкають в закладах соціального обслуговування, проаналізували доробки науковців відносно етапів адаптації та визначили етапи, які проходить людина похилого віку потрапляючи в геріатричний пансіонат.

Ключові слова: механізми адаптації, етапи адаптації, людина похилого віку, геріатричний пансіонат.

КолениченкоТ.И. Анализ механизмов адаптации людей пожилого возраста к условиям гериатрического пансионату

В данной статье мы определили адаптационные механизмы пожилых людей, которые проживают в учреждениях социального обслуживания, проанализировали труды ученых о проблеме этапов адаптации и определили этапы, которые проходит человек преклонного возраста попадая в гериатрический пансионат.

Ключевые слова: механизмы адаптации, этапы адаптации, люди пожилого возраста, гериатрический пансионат.

Kolenichenko T.I. The analyses of mechanisms of the oldest people adaptation to the conditions of the geotratric boarding-house.

We have identified the adaptational mechanisms of the oldest people who live in the institutions of social service, have analyzed the works of the scientists as for the periods of adaptation and defined the stages which the oldest man runs when he or she gets into the geotratric boarding-house.

Keywords: adaptational mechanizms, the periods of adaptation, oldest people, the geotratric boarding-house