

УДК 37.03**Б.К. Шопанова**, КГУ «ЦСОН» (г. Павлодар),**Т.М. Кравцова**, кандидат психологических наук

Инновационный Евразийский университет (г. Павлодар)

E-mail: shopanova.bota@mail.ru

Проблема социальной адаптации пожилых людей

***Аннотация.** В данной статье авторы рассматривают актуальную для современной психологии и педагогики проблему социальной адаптации пожилых людей. Эта проблема важна не только для науки геронтология, но и для социальной политики и общества в целом.*

В статье проведен теоретический анализ социально-психологической литературы по проблеме адаптации людей пожилого возраста, а также предпринята попытка изучить степень разработанности вопроса адаптации пожилых людей в пост трудовой период. Представлены результаты изучения социальной адаптации, которые свидетельствуют, что пожилые люди имеют не только разный уровень адаптационных возможностей, но и отличаются своеобразными особенностями развития личностных качеств в пост трудовой период.

***Ключевые слова:** социальная адаптация пожилых людей, дезадаптация в пост трудовой период, диагностика социально-психологической адаптации, концепции адаптации.*

В современном мире адаптация в пост трудовой период является одной из самых важных как для науки психологии, так и для общества.

Такие науки, как философия, социальная психология, биология, физиология, медицина, социология изучают адаптацию человека.

Интеракционистская концепция Л.Филипса имеет два типа ответов на воздействие среды:

– принятие и эффективный ответ человеком на социальные ожидания, при этом учитывается его пол и возраст.;

– гибкость и эффективность, человек избегает социально опасные для него условия [1, С. 45].

С.П. Рубинштейн считал, что на всем жизненном пути человек преодолевает проблемные ситуации, он постоянно приобретает новый стиль поведения, нарабатывает навыки, контактируя с социумом он меняется.

А.А. Налчаджян тоже рассматривал адаптацию личности, как социально-психологический процесс [2, С. 74]. Разделял адаптированность личности на объективные и субъективные. Субъективные – отношение к самому себе, общение и деятельность. Объективные – результат его деятельности, его положение в обществе. При нарушении психической адаптации появляется тревожность, при ослаблении тревоги это говорит о том, что нормализуется эффективная адаптация человека.

Социальная деятельность, общение, самосознание личности, являются важными механизмами.

При снижении социальной и биологической адаптивности у пожилых людей ухудшается общий фон физического состояния. Как у личности занижается самооценка, приводящая к депрессивному состоянию. Однако, есть категория людей которая довольно оптимистично настроена на свое положение. У этих лиц активная работоспособность и интерес к жизни. Активный образ жизни, овладение методами психической саморегуляции, самозанятости, активная общественная жизнь, благополучное семейное положение.

К внутренним факторам относятся характеристики индивида, личностные качества, темперамент, коммуникабельность.

К внешним факторам относится состояние политики и экономики, общественные традиции, ценности и нормы, культура, эталоны. Надо отметить, что ценности и установленные нормы в целом принимаются личностью и становятся внутренними факторами.

Из этого следует, что процесс адаптации – дезадаптации непростой.

В связи с тем, что продолжительность жизни увеличивается, то и интерес к геронтологии и ее проблемам растет и поэтому адаптация пожилых людей в посттрудовой период, как проблема имеет свое право в научном исследовании. Прекращение трудовой деятельности, изменения социального статуса неизбежно вызывают нарушение жизненного стереотипа, ведут к необходимости его смены, адаптации к новым внешним условиям. В современной жизни положение пожилого человека полностью зависит от его самочувствия, начисляемой ежемесячной пенсии по возрасту, определенной зависимостью перед родными. Проблемы пенсионеров актуальны, требуют гарантий социальной защищенности и государственной помощи. В связи с этим происходит переосмысление ценностей, меняются задачи, интересы, открываются новые пути. Этот процесс происходит небыстро, трудно в преклонном возрасте менять и меняться, по-другому, посмотреть на вещи, которые окружают его. Есть и другая категория пенсионеров, которая быстро адаптируется. Выйдя на пенсию они реализуют свою мечту, так как нет уже обязательств на работе. Они полностью погружаются в свои интересующие их занятия и получают от этого массу удовольствия.

Для того, чтобы изучить степень адаптации в пожилом возрасте использовалась методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда.

В данном опроснике образ жизни человека: предпочтения, мировоззрение, вкусы, интерес. Задача испытуемого прослушав или прочитав опросник дает оценку по 6 бальной шкале, в какой мере это к нему относится:

- «0» – совершенно не относится ко мне;
- «2» – есть сомнения, что это может ко мне относиться;
- «3» – к себе отнести, не решаюсь;
- «4» – уверенности нет, но это похоже на меня;
- «5» – да, похоже на меня;
- «6» – точно про меня;

Рассчитывали интегральный показатель «адаптации». Результатами являлись две шкалы:

- 1) адаптивность
- 2) дезадаптивность

По формуле высчитывается индекс: $A = \frac{a}{a+b} \cdot 100\%$

Выделены 3 группы испытуемых:

1. Высокий уровень адаптации – группа А.
2. Средний уровень адаптации – группа В.
3. Низким уровень адаптации – группа С.

Различия и их значимость в уровне адаптации с данными экспериментальными группами была проверена благодаря t-критерия Стьюдента.

Диагностики социально-психологической адаптации на рисунке 1.

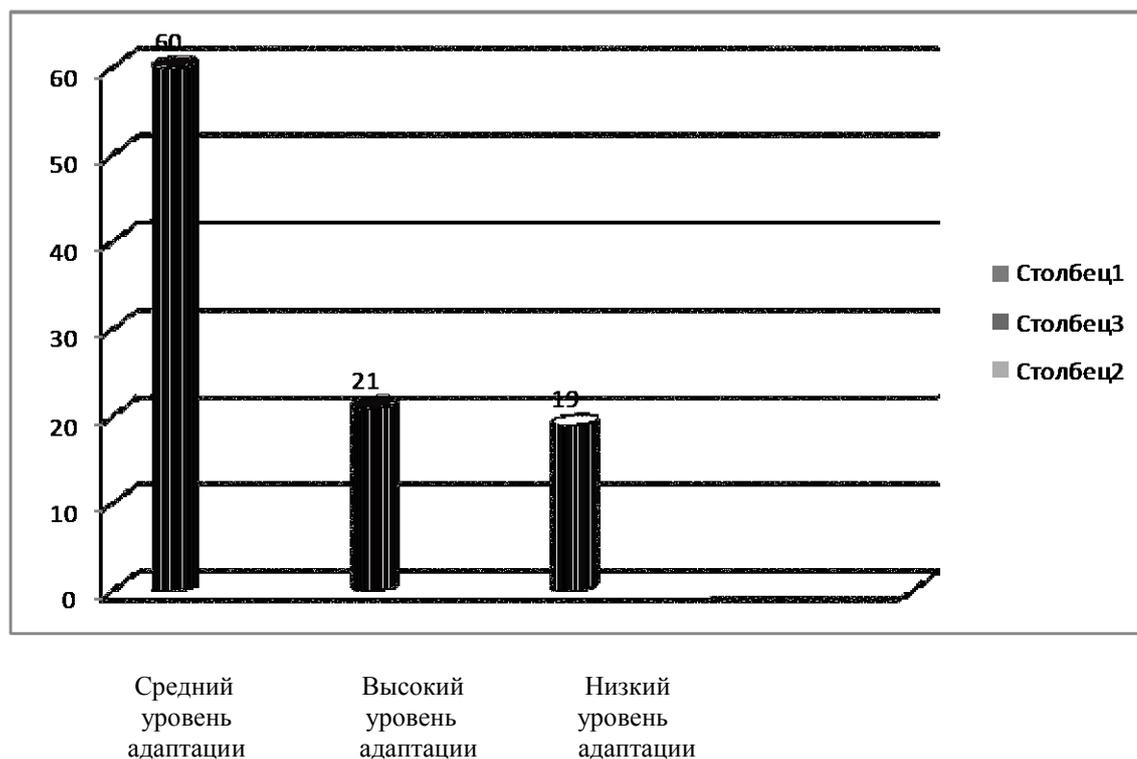


Рисунок 1 – Диагностика социально-психологической адаптации группа В (средний уровень адаптации) по К. Роджерсу и Р. Даймонду.

По полученным результатам, мы можем свидетельствовать о том, что у большинства пожилых людей, средняя степень адаптации – это 60 %. С высокой степенью – 21 %. Группа с низкой степенью составляет – 19 %.

По имеющимся данным экспериментального исследования, можно обеспечить благодаря личностным особенностям, успешную адаптацию людей преклонного возраста, через эмоциональную, мотивационно-потребностную сферу и самосознание человека.

На основании этих данных были разработаны рекомендации, для профилактики дезадаптации данной категории лиц.

ЛИТЕРАТУРА

- 1 Суловская М. Психологические проблемы старого человека. Популярный справочник. – М., 1996. – С. 41–47.
- 2 Популярная энциклопедия пожилого возраста. – Самара, 2003. – 216 с.
- 3 Шибутани Т. Социальная психология: пер. с англ. – Ростов на-Дону: Феникс, 1998. – 540 с.
- 4 Рубинштейн С.П. Основы общей психологии. – М.: Педагогика, 1989. – т. 2. – 328 с.
- 5 Пухальская Б. Старость как фаза развития человека // Старость. Популярный справочник. – М., 1996. – С. 33–41.

REFERENCES

- 1 Suslovskaya M. Psychological problems of the old man. A popular reference book. – M., 1996. – S. 41–47.
- 2 Populyarnaya entsiklopediya pozhilogo vozrasta. – Samara, 2003. – 216 s.
- 3 Shibutani T. Sotsial'naya psikhologiya: per. s ang. – Rostov na-Donu: Feniks, 1998. – 540 s.
- 4 Rubinshteyn S.P. Osnovy obshchey psikhologii. – M.: Pedagogika, 1989. – t. 2.– 328 s.
- 5 Pukhal'skaya B. Starost' kak faza razvitiya cheloveka. //Starost'. Populyarnyy spravochnik. – M., 1996. S. 33–41.

ТҮЙІН

Б.К. Шопанова, КММ «ЦСОН» (Павлодар қ.),
Т.М. Кравцова, психология ғылымдарының кандидаты
 Инновациялық Еуразия университеті (Павлодар қ.)
 E-mail: shopanova.bota@mail.ru

Егде жастағы адамдар мәселенің әлеуметтік бейімдеу

Бұл мақалада ғылым үшін де өзекті мәселені қарайды және тұтас алғанда қоғамның маңызды авторлар қарт адамдар, психология, әлеуметтік бейімдеу үшін солай.

Егде жастағы егде адамдар, сондай-ақ адамдарды әлеуметтік бейімдеу мәселесі бойынша талдау жүргізілді бапта әлеуметтік-психологиялық әдебиет зерттеу әрекеті орындалды дәрежесі еңбектен кейін бейімдеу кезеңі. Зерттеу нәтижесі көрсеткіштері бойынша, бұл әлеуметтік бейімдеу, олар ұсынылған шал-кемпір дәрежесі әртүрлі сипатталады еңбектен кейін бейімделу кезең.

Түйін сөздер: *Әлеуметтік адаптация, бейімдеу, психология, әлеуметтік-психологиялық бейімдеу, тұжырымдамалар, еңбектен кейінгі кезеңі бейімсіздік шал-кемпір, диагностикасы.*

RESUME

B.K. Shopanova, MPI of «CSON» (Pavlodar),
T.M. Kravcova, candidate of psychological sciences,
 Innovative Eurasian university (Pavlodar)
 E-mail: shopanova.bota@mail.ru

The problem of social adaptation of senior citizens

In this article the authors considers the emerging problem of social adaptation of senior citizens, important both for the modern psychology and pedagogy. In the article the analysis of socio-psychological literature on the social adaptation of elderly people, as well as an attempt to examine the degree of adaptation of the elderly people in the post labour period. There are the results of a study of social adaptation, which show that senior citizens are characterized by varying degrees of adaptation in the post labour period.

Keywords: *social adaptation of senior citizens, disadaptation in the post-labor period, the elderly, the diagnosis of psychosocial adaptation, adaptation concept.*