

Студенческий научный электронный журнал

StudArctic Forum

№ 4 (20), 2020

Главный редактор
И. М. Суворова

Заместитель главного редактора
М.И. Зайцева

Редакционный совет

В.А. Шлямин
В.С. Сюнёв
Г.Н. Колесников
С.В. Волкова

Редакционная коллегия

А.Ю. Борисов
П.С. Воронина
(ответственный секретарь)
Р.В. Воронов
Т.А. Гаврилов
Е.О. Графова
Л.А. Девятникова
А.А. Ившин
А.Ф. Кривоноженко
А.А. Кузьменков
А.А. Лебедев
(ответственный секретарь)
Е.Н. Лузгина
Ю.В. Никонова
М.И. Раковская
А.А. Скоропадская
Е.И. Соколова
И.М. Соломещ
А.А. Шлямина

Службы поддержки

Е. В. Голубев
А. А. Малышев

Издатель

ФГБОУ «Петрозаводский государственный университет»
Российская Федерация, г. Петрозаводск, пр. Ленина, 33

Адрес редакции

185910, Республика Карелия, г. Петрозаводск, ул. Ленина, 33.
E-mail: saf@petrsu.ru
<http://saf.petrso.ru>

Scientific journal
StudArctic Forum

No 4 (20), 2020

Editor-in-Chief

Irina Suvorova

Associate editor

Maria Zaitseva

Editorial staff

Valery Shlyamin
Vladimir Siounev
Gennady Kolesnikov
Svetlana Volkova

Editorial staff

Alexey Borisov
Polina Voronina
(executive secretary)
Roman Voronov
Timmo Gavrilov
Elena Grafova
Lyudmila Devyatnikova
Alexander Ivshin
Alexander Krivonozhenko
Alexander Kuzmenkov
Alexander Lebedev
(executive secretary)
Elena Luzgina
Yulia Nikonova
Marina Rakovskaya
Anna Skoropadskaya
Evgeniya Sokolova
Ilya Solomesh
Anastasia Shlyamina

Support Services

Evgeniy Golubev
Anton Malyshko

Publisher

© Petrozavodsk State University, 2021

Address

33, Lenin av., 185910 Petrozavodsk, Republic of Karelia, Russia
E-mail: saf@petrsu.ru
<http://saf.petrso.ru>

Социология и социальная работа

ТИМОНИНА Вера Александровна

Петрозаводский государственный университет (Петрозаводск,
Российская Федерация),
veratimonina115@gmail.com

Психологические особенности социальной работы с пожилыми людьми

Научный руководитель:

Петровская Юлия Александровна

Статья поступила: 08.12.2020;

Принята к публикации: 18.12.2020;

Аннотация: В статье рассматриваются характерные для пожилого возраста психологические особенности, которые необходимо учитывать специалисту по социальной работе при взаимодействии с пожилым человеком. Смена ведущего вида деятельности после выхода на пенсию, ухудшающееся здоровье, ослабление социальных связей оказывают негативное воздействие на психологическое здоровье людей пожилого возраста. Появляются или обостряются такие психологические проблемы как: ощущение непонятности и безразличия, внутреннее состояние одиночества, потеря полноты жизни, подозрительность, тревожность. Знание и понимание специалистом психологии пожилого возраста оградит его от нежелательных ошибок, позволит выстроить доверительные отношения с клиентом для эффективной работы.

Ключевые слова: социальная работа, пожилые люди, психологические особенности, кризис пожилого возраста, общение

Для цитирования: Тимонина В. А. Психологические особенности социальной работы с пожилыми людьми // StudArctic Forum. 2020 № 4(20)

Пожилый возраст характеризуется своими физиологическими, психологическими, ценностными особенностями, которые необходимо учитывать специалисту при построении работы с клиентами данной возрастной категории. После выхода на пенсию, у человека происходит смена социального статуса, а соответственно и возложение на себя другой роли с другой ответственностью.

Знания о характеристиках, закономерностях, движущих силах, механизмах, индивидуальных особенностях психического развития и психического старения пожилых людей необходимы для создания оптимальных условий жизни людям разных возрастов, для оказания им социально-психологической помощи [2, 128].

Говоря о психологических особенностях социальной работы с пожилыми людьми, важно понимать, что они складываются из психологических особенностей самого пожилого человека – клиента социальной работы, и психологических особенностей специалиста, оказывающего помощь.

Многие исследователи рассматривают пожилой возраст как кризисный период, это связано с тем, что происходят как внешние, так и внутренние изменения, влияющие на жизненный уклад пожилого человека. К внешним можно отнести: появление большого количества свободного времени, изменение социального статуса. А проявлением внутренних изменений является осознание потери прежних физических и психологических сил, зависимое положение от семьи. Изменение социального статуса, смена образа жизни, сужение круга общения не могут не сказываться на поведении человека, на его психической сфере [1, 27].

По мнению отечественного психолога Н. Ф. Шахматова, с возрастом ориентация человека меняется с окружающих на самого себя. Пожилые люди стараются не выставлять свою жизнь на показ, угасает потребность находиться в центре внимания, отстаивать свою позицию в споре (при этом не изменяя ей). Пожилые люди часто жалуются на пониженное настроение, что происходит из-за ощущения собственной ненужности, осознания старения и непонимания окружающими. Они не отстраняются от общения, а наоборот

ищут его, оживляясь во время беседы, но по ее окончании чувство одиночества и ненужности возвращаются. Как подчеркивает Н. Ф. Шахматов «признание себя старым – важнейший психический фактор старения».

В пожилом возрасте происходит эмоциональная перестройка характера, что вызвано постепенным ослаблением контролирующей и тормозной функции коры головного мозга: на передний план могут выйти черты, которые тщательно контролировались или скрывались в молодые годы. Так люди становятся очень чувствительными, плаксивыми или наоборот агрессивными, подозрительными при этом проявления могут быть даже по незначительным причинам. На личностном уровне изменения в эмоциональной сфере характеризуются снижением самооценки, неудовлетворенностью собой, сомнением в собственных силах, ощущением беспомощности. Возможны психосоматические заболевания, которые возникают из-за ложных установок. Пожилые люди сами убеждают себя, что сильно больны и свыкаются с этими мыслями, а если болезнь не подтверждается, то появляется симуляция симптомов. Возможно, что даже реальные заболевания человек будет перекладывать на своих близких, показывая себя мучеником, но такой стиль поведения выбирается для того, чтобы ощутить собственную значимость, почувствовать заботу.

Можно говорить о том, что большинство переживаний в пожилом возрасте возникает из-за чувства одиночества, при этом его могут испытывать не только люди, живущие одни, но те, кто живет в семье (с супругом). Под термином «одиночество» понимают не столько одинокий образ жизни, сколько состояние души, которое характеризуется тягостным ощущением увеличивающегося разрыва с окружающими, покинутости, беспомощности и ненужности собственного существования [4, 214]. Чувство одиночества имеет двойственный характер в пожилом возрасте, т. е. с одной стороны, человека тяготит разрыв со внешним миром, знакомыми, утрата прежней значимости для общества, но с другой, это может быть проявление целенаправленного отстранения от прежней жизни, желание сохранить свои ценности от посторонних. В то время как одинокий образ жизни – физическое состояние, которое может быть выбрано самим человеком.

К одиночеству прилегал еще одна актуальная проблема для пожилых людей – потеря полноты жизни. Люди пожилого возраста тяжело адаптируются к новшествам, воспринимая их с подозрительностью и опаской. Психологическая защита, необходимая человеку, становится проблемой и для пожилых людей, и для их близких. Замедление умственных процессов, сопровождаемое недоверчивостью, становится одной из причин низкой мобильности пожилых людей, привыкших жить своими уже сложившимися ценностными установками. По началу пожилые люди стремятся поддерживать связи с бывшими коллегами и друзьями, но чем дальше по времени они уходят от трудового периода, тем слабее становятся эти связи. Жизнь становится более размеренной, исчезает необходимость в спешке и суете.

Большое значение отводится рассказам о молодости, о важных жизненных событиях. Геронтологи убеждены, что воспоминания создают эмоциональный и интеллектуальный комфорт для пожилого человека, являются своеобразным видом творчества, они изгоняют апатию, вселяют бодрость [3, 148]. Не исключено преувеличение, искажение некоторых событий, а также идеализация своего поколения, к чему необходимо относиться снисходительно.

Таким образом, психологическое состояние пожилых людей обуславливается сменой ведущего вида деятельности и физиологической перестройкой организма, замедлением умственных процессов. Знание и понимание специалистом специфических особенностей возраста позволит ему правильно выстроить работу и найти наиболее эффективные пути решения проблем. При этом для пожилого человека необходимо сохранение своей самостоятельности, поэтому при выборе неуместного типа общения, который может проявляться в навязывании своего мнения, надменном поведении, излишней самоуверенности, выстроить доверительные отношения с клиентом будет практически невозможно.

Специалист должен учитывать интересы и установки пожилого человека при коммуникации с ним: понимать, где уместно промолчать, а где необходимо поддержать разговор мимикой или жестами. Перед началом беседы нужно осведомиться, есть ли у собеседника проблемы со слухом или речью. Коммуникация должна строиться в нормальном звуковом регистре, при необходимости используются компенсирующие средства: чтение по губам, жестикуляция, рисование, запись вопросов и ответов, присутствие родственников, близких или других специалистов [5, 35]. Важно учитывать желание пожилого человека выступать в роли активного рассказчика, быть готовым к лирическим отступлениям, размышлениям, а может и нравоучениям. Неуместно перебивать клиента. Если у социального работника нет возможности побеседовать с пожилым

человеком в данный момент, то с соблюдением правил вежливости он должен попросить перенести разговор на ближайшее время. При ведении беседы пожилому человеку важно видеть заинтересованность своего собеседника, поэтому необходимо поддерживать разговор, не отвлекаться на посторонние ненужные вещи, выступать в роли активного слушателя. Важно реагировать непосредственно на то, о чем говорит пожилой человек, а не на свои мысли в связи услышанным, т. к. фальшь сразу станет заметной и оскорбит чувства рассказчика. Собеседники должны находиться на одном уровне, неправильно если во время диалога специалист будет стоять (если в этом нет определенной потребности). Для расположения человека к себе специалист должен сохранять уместную улыбку, периодически смотреть клиенту в глаза. Не разрешительно употребление в присутствии пожилого человека нецензурных слов. Социальный работник должен быть снисходительным к неточностям, ошибкам, которые могут допускать пожилые люди. Даже если клиент ведет себя раздражительно или плаксиво, специалисту важно сохранять самоконтроль, вежливость и доброжелательность.

Обращаться к пожилому человеку необходимо по имени и отчеству, большое значение приобретает употребление слов «спасибо», «пожалуйста». Если клиент не понял с первого раза, то нужно повторить еще раз, объяснить подробнее. В пожилом возрасте ослабевает память, поэтому желательно напоминать о грядущих событиях, которые запланированы в рамках работы. Большую роль играет четкость и членораздельность речи, неуместным является использование профессиональной терминологии, непонятной пожилому человеку.

Особое внимание нужно уделять своему внешнему виду. Пожилые люди идеализируют свое поколение, которое, по их мнению, было скромнее и порядочнее нынешнего, поэтому изобилие косметики, украшений и новомодная одежда могут стать помехой на пути к установлению доверительных отношений. Важно, чтобы не одежда привлекала внимание клиента, а сама личность специалиста. Не приветствуется небрежность, рассеянность, неисполнение своих обещаний, излишняя болтливость.

При взаимодействии с пожилыми людьми специалисту нельзя забывать о таком профессиональном чувстве как эмпатия. Оно помогает понимать чувства клиента, проявлять сопереживание, но не наполнять себя ими. Это необходимо для профилактики профессионального выгорания.

В заключении необходимо подчеркнуть, что социальная работа предполагает субъект-субъектные отношения, где признается индивидуальность другого человека, его автономность и право на собственный голос. Выход на пенсию становится первым кризисом на новом жизненном этапе, ухудшающим психологическое здоровье пожилых людей. Возраст становится психологическим барьером к полноценной жизнедеятельности, появляется отторжение себя, в сознании начинают главенствовать стереотипы. Знание и понимание специалистом возможных негативных проявлений возрастных изменений оградит его от ошибок при организации работы.

Список литературы

1. Кадырова В. Х. Психологические особенности эмоциональной сферы пожилых людей / В. Х. Кадырова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2012. – №7 (Июль). – С. 26–30. – URL: <http://e-koncept.ru/2012/12086.htm>.
2. Рыбинская А. В. Психологические характеристики кризиса пожилого возраста / А. В. Рыбинская // Вестник ТГУ. – 2013. – №7(123). – С. 128-131.
3. Семенцова Л. И., Николаева Л. С. Социальная работа с пожилыми семьями / Л. И. Семенцова, Л. С. Николаева // Вестник Донского государственного аграрного университета. – 2014. – №. 1(11). – С. 143-155.
4. Тюльтяева Л. А. Проблема одиночества в геронтологии: социальные и половые аспекты / Л. А. Тюльтяева // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2015. – №4-2. – С. 212-214.
5. Хисматуллина З. Н. Организационно-методическая и социальная работа с пожилыми и старыми людьми / З. Н. Хисматуллина // Вестник Казанского технологического университета. – 2010. – №3. – С. 31-41.

Sociology and social work

Psychological features of social work with the elderly

Paper submitted on: 12/08/2020;

Accepted on: 12/18/2020;

Abstract: The article examines the psychological features characteristic of the elderly, which must be taken into account by a social work specialist when interacting with an elderly person. Changes in the leading type of activity after retirement, deteriorating health, and weakening of social ties have a negative impact on the psychological health of elderly people. Such psychological problems as a feeling of incomprehensibility and indifference, an internal state of loneliness, loss of fullness of life, suspicion, anxiety appear or worsen. The knowledge and understanding of a specialist in the psychology of the elderly will protect him from unwanted mistakes, will allow him to build a trusting relationship with the client for effective work.

Keywords: social work, elderly people, psychological features, old age crisis, communication

Bibliography

1. Kadyrova V. Kx. Psychological features of the emotional sphere of elderly people / V. Kx. Kadyrova // Scientific and methodological electronic journal "Concept", 2012, no. 7 (July), pp. 26-30. – URL: <http://e-koncept.ru/2012/12086.htm>.
2. Rybinskaya A. V. Psychological characteristics of elderly age crisis / A. V. Rybinskaya // Vestnik of TSU, 2013, no. 7(123), pp. 128-131 (in Russian).
3. Sementsova L. I., Nikolaeva L. S. Social work with elderly families / L. I. Sementsova, L. S. Nikolaeva // Vestnik of the Don State Agrarian University, 2014, no. 1(11), pp. 143-155 (in Russian).
4. Tyulyaeva L. A. The problem of loneliness in gerontology: social aspects / L. A. Tyulyaeva // Actual problems of the humanities and natural sciences, 2015, no. 4-2, pp. 212-214 (in Russian).
5. Khismatullina Z. N. Organizational-methodical and social work with elderly and old people / Z. N. Khismatullina // Vestnik of Kazan Technological University, 2010, no. 3, pp. 31-41 (in Russian).