

УДК 159.922.63:364

ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ГРАЖДАН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ В СТАЦИОНАРНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

¹Кривцова Е.В., ²Долгина М.С.

¹ГОУ ВПО «Кемеровский государственный университет», Кемерово, e-mail: evgeniya_k@bk.ru;

²ООО «Юридическая служба», Кемерово, e-mail: dolgina-marina@rambler.ru

В статье рассказывается о психологических особенностях пожилых людей, находившихся на стационарном наблюдении в учреждениях социального обслуживания. Выяснилось, что пожилые люди, несмотря на неблагоприятное психологическое состояние, располагают энергией и хотят заниматься социально-культурной деятельностью. Респонденты были разделены нами на две группы – контрольную и экспериментальную, с которой проводилась дополнительная работа на протяжении длительного времени. Описываются особенности проведения программы психологической работы с гражданами пожилого возраста в стационарных учреждениях, сроки реализации. Изучено влияние инновационных форм и методов социального обслуживания на самочувствие, активность и настроение пожилых людей в стационарных учреждениях. Сочетание традиционных и инновационных форм работы с пожилыми людьми позволили сделать ряд выводов, о которых говорится в статье.

Ключевые слова: пожилые люди, инновационные формы и методы

INVESTIGATION OF PSYCHOLOGICAL STATE OF ELDERLY CITIZENS IN THE PROCESS OF SOCIAL SERVICES IN HOSPITALS

¹Krivtsova E.V., ²Dolgina M.S.

¹Kemerovo State University, Kemerovo, e-mail: evgeniya_k@bk.ru;

²Obschestvo Limited Liability Company «Legal Services», Kemerovo,
e-mail: dolgina-marina@rambler.ru

The article describes the psychological characteristics of elderly people who were on the stationary observation in social service institutions. It was found that older people, despite the adverse psychological condition, have energy and want to engage in social and cultural activities. Respondents were divided us into two groups - control and experimental, with which to carry out additional work for a long time. The features of the program of psychological work with senior citizens in institutions, deadlines. The influence of innovative forms and methods of social services in the health, activity and mood of older people in hospitals. The combination of traditional and innovative forms of work with the elderly led to a number of conclusions, referred to in the article.

Keywords: elderly, innovative forms and techniques

Демографическое старение как тенденция развития современного российского общества привлекает многих исследователей в области социальной работы, психологии, биологии, медицины и др.

Постоянное возрастание доли пожилых становится влиятельной социально-демографической тенденцией практически всех развитых стран.

К проблеме старости и ее определения, ученые и практики подходили и подходят с разных точек зрения – биологической, физиологической, психологической, функциональной, хронологической, социологической и др. Отсюда и специфика решения проблем общественного и социального положения, роли и места в семье, организации социального обеспечения и обслуживания, социальной реабилитации, социального попечительства над пожилыми людьми и т.д. Нельзя забывать и о том, что процесс старения у отдельных групп населения и индивидов происходит далеко неодинаково.

Система социального обслуживания начала свое становление в 90-е годы прошлого столетия, но даже на сегодняшний день вопрос о современных технологиях и их применение в работе с гражданами пожилого возраста в рамках социально-психологической работы остается открытым. К сожалению, в России в настоящее время преобладает лишь направление социально-бытового обслуживания, что по нашему мнению, и, по мнению ведущих специалистов, отражает не все потребности пожилых людей.

В социальном окружении определилось отношение к престарелым в силу сложившихся стереотипных мнений, как о второсортных гражданах, неспособных внести какой-либо полезный вклад в окружающую жизнь. Это мнение, в свою очередь, отражается на психологическом поведении лиц пожилого возраста. Так исследователь К.М. Грабчук полагает, что позитивное влияние на социальное самочувствие человека

в последние фазы жизненного цикла может оказать социально-культурная активность лиц пожилого возраста [1].

Нами было разработано и проведено эмпирическое исследование на базе МУ «Дом сестринского ухода» г. Киселевска, направленное на изучение особенностей психологического состояния граждан пожилого возраста и проверку эффективности применения инновационных форм и методов социально-психологического обслуживания пожилых людей в стационарных учреждениях.

В исследовании приняло участие 50 граждан пожилого возраста, из которых было сформировано 2 группы испытуемых – контрольная и экспериментальная по 25 человек каждая. Средний возраст испытуемых составил от 65 до 74 лет.

Экспериментальная группа отличалась от контрольной тем, что в ней применялись инновационные формы и методы социального обслуживания.

В исследовании использовались следующие методы: беседа, наблюдение; методика диагностики оперативной оценки самочувствия, активности и настроения САН [3].

Исследование осуществлялось нами в несколько этапов.

Первый этап длился три месяца и включал в себя следующее:

1. Беседу с каждым из испытуемых из экспериментальной группы. В процессе беседы были проанализированы индивидуальные особенности пожилых людей, находящихся на стационарном обслуживании в МУ «Дом сестринского ухода» г. Киселевска. Нами были выявлены физиологические, медицинские ограничения членов экспериментальной группы.

2. Использование методики оперативной оценки самочувствия, активности, настроения. Данная методика предлагалась гражданам пожилого возраста из двух групп – экспериментальной и контрольной.

Анализируя первоначально полученные результаты можно сделать вывод о том, что психоэмоциональное состояние у двух групп неблагоприятное. Однако активность имеет наиболее высокий показатель, что говорит, о том, что граждане пожилого возраста располагают энергией и хотят заниматься социально-культурной деятельностью.

На основании полученных результатов и выводов, в ходе проведенного исследования, нами разработана программа психологической работы с использованием инновационных форм и методов в процессе социального обслуживания пожилых людей.

Цель программы заключалась в улучшении качества жизни пожилых граждан.

Основные задачи программы:

– способствовать положительной динамике функционирования психической, коммуникативной, эмоционально-волевой, познавательной и физической сфер пожилого человека;

– повлиять на самочувствие, активность и настроение пожилого человека.

На основании поставленных цели и задач совместно с сотрудниками МУ «Дом сестринского ухода» г. Киселевска были определены терапии, для которых в последующем использовалась своя технология применения.

Нами были использованы следующие инновационные формы и методы социального обслуживания пожилых людей в стационарных учреждениях: музыкотерапия, книготерапия (библиотерапия), терапия творческим самовыражением Бурно, фото и видеотерапия как новый вид арт-терапии.

В музыкотерапии рекомендованы для использования два основных направления:

– музыкальная терапия для пожилых людей в виде тематических музыкальных вечеров, таких как «музыка разных стран мира», «музыка любимых кинофильмов» и т.п.,

– музыкальная терапия по В.Ю. Завьялову, при которой главной целью является достижение состояния мышечной релаксации и успокоения с помощью прослушивания специально подобранной музыки.

На основе результатов исследования нами сформирован пакет программ классической музыки для регулирования психоэмоционального состояния у пожилых людей:

– уменьшение чувства тревоги и неуверенности: Ф.Ф. Шопен «Мазурка», «Прелюдии», И. Штраус «Вальсы», А.Г. Рубинштейн «Мелодии»;

– уменьшение раздражительности, разочарования, повышения чувства принадлежности к прекрасному миру: И.С. Бах «Кантана 2», «Лунная соната», «Симфония ля-минор»;

– достижение внутренней гармонии: Л. Бетховен «Симфония 6» часть вторая, И. Брамс «Колыбельная», Ф. Шуберт «Аве Мария», Ф.Ф. Шопен «Ноктюрн соль-минор», А.К. Дебюсси «Свет луны»;

– снятие напряженности в отношениях с другими людьми: И.С. Бах «Концерт ре-минор» для скрипки, «Кантата 21», Б. Барток «Соната для фортепиано», «Квартет 5», А. Брукнер «Месса ля-минор»;

– уменьшение головной боли, связанной с эмоциональным напряжением: В.А. Моцарт «Дон Жуан», Ф. Лист «Венгерская рапсодия 1», А.И. Хачатурян «Сюита Маскарад»;

– поднятие общего жизненного тонуса, улучшение самочувствия, активности, настроения: П.И. Чайковский «Шестая сим-

фония» третья часть, Л. Бетховен «Увертюра Эдмонд», Ф.Ф. Шопен «Прелюдия 1, опус 28», Ф. Лист «Венгерская рапсодия 2»; – уменьшение агрессивности, негативизма: И.С. Бах «Итальянский концерт», Й. Гайдн «Симфония».

При использовании библиотерапии (книготерапии) подбирались литература индивидуально, но при этом сохранялись общие подходы, поскольку чтение произведений В. Шекспира, И.А. Бунина, И.А. Бродского является средством от угнетенного состояния. Произведения Ф.М. Достоевского, наполнены таинственностью и в некоторых людях пробуждают, неведомые до этого внутренние чувства и переживания. Л.Н. Толстой некоторых утомляет, а некоторых веселит; рассказы И.А. Бунина вызывают новые ощущения и искорки жизни. У А.П. Чехова, как и у Н.В. Гоголя, есть веселые вещи, а есть и глубокие философские рассуждения. Это только русская классика, сколько еще другой литературы, в том числе зарубежной, не отстающей от русской по способности влиять на восприятие окружающего мира и себя в нем. Много и другой современной литературы, причем почти неизвестной. Одни и те же книги способны действовать по-разному, поэтому, прежде чем рекомендовать какую-либо литературу, выяснялись читательские предпочтения клиентов.

При использовании терапии творческим самовыражением Бурно, совместно со специалистами социальной работы и психологами, гражданам пожилого возраста рекомендовалось создать творческие произведения любого направления. Например, некоторые рисовали то, что вызывает у них воспоминания о счастливом событии. Цель в этом занятии – актуализация положительного эмоционального опыта. Граждане пожилого возраста придумывали рассказы, которые в своем роде являлись самопрезентацией пациента, это помогло им осознать перемены в их жизни, потребности, связанные с ними и найти способы их удовлетворения. Для осуществления данного вида терапии в качестве самовыражения творчеством, клиентам предлагалось так же слепить какую-либо фигуру из пластилина и охарактеризовать ее в процессе группового занятия.

Важным моментом являлось то, что каждый из членов группы (примерно 5-8 человек), мог выразить свое мнение, поделиться эмоциями и реализовать скрытые творческие возможности. Для сохранности и возрождения чувства «нужности» пожилые ухаживали за цветами. Человек ощущал свою ответственность, что способствовало поднятию общего жизненного тонуса,

улучшению самочувствия, повышению активности, настроения.

В процессе применения фото и видеотерапии использовались личные фотографии, видеосъемка испытуемых. После просмотров проводилась беседа, которая была направлена на воспоминание о счастливых моментах в жизни, когда пожилой человек чувствовал себя «полноценным и нужным в обществе». Также проводились занятия, где предлагалось восстановить порядок событий жизни с помощью расположения фотографий в хронологической последовательности. После этого организовывались фотовыставки фотографий из личных архивов. Каждое мероприятие, проводимое в стационарном учреждении, можно фиксировать на камеру, а затем создавать тематические коллажи (с использованием терапии творческого самовыражения Бурно), которые в последующем рассматриваются самими участниками программы, вызывая исключительно положительные эмоции.

Все вышеуказанные терапии в испытуемой группе осуществлялись с определенной периодичностью. Учитывая, что экспериментальную группу, в том числе, составляли пожилые люди с нарушением зрения, было произведено некое разделение в применении инновационных форм и методов социального обслуживания в стационарном учреждении.

Для граждан пожилого возраста с нарушением зрения применялись терапии: музыкотерапия; терапия творческим самовыражением Бурно.

Для пожилых людей, которые не имели нарушений зрения, слуха и т.д., были использованы следующие терапии: музыкотерапия; библиотерапия (книготерапия); терапия творческим самовыражением Бурно; фото и видеотерапия. Занятия с пожилыми проводились каждый день, кроме воскресенья.

Каждая из терапий длилась на протяжении одного часа, проводилась как в индивидуальной форме, так и в групповой. Для каждой из терапий была подобрана своя программа, с учетом тех индивидуальных особенностей, которые фиксировались в процессе беседы.

По истечению трех месяцев применения различных терапий нами и сотрудниками МУ «Дом сестринского ухода» г. Киселевска, можно было наблюдать следующие изменения: улучшение эмоционального состояния; повышение социальной активности; получение новых навыков; расширение круга интересов; сохранение позитивного отношения к жизни; облегчение формирования новых отношений и установок; развитие навыков межличностного общения; повышение эстетических потребностей.

Показатели методики САН на разных этапах эксперимента

Группа, показания методики		I Этап исследования	II Этап исследования	III Этап исследования	Достоверность результатов
Экспериментальная группа	С	3,1	3,9	4,6	$P_{I,III}(0,02) < 0,05$
	А	3,7	4,4	5,0	$P_{I,III}(0,02) < 0,05$
	Н	2,8	4,5	5,0	$P_{I,III}(0,03) < 0,05$
Контрольная группа	С	3,3	3,4	3,5	$P_{I,III}(0,03) < 0,05$
	А	3,5	3,5	3,5	$P_{I,III}(0,02) < 0,05$
	Н	3,0	2,9	3,4	$P_{I,III}(0,04) < 0,05$
Достоверность результатов		$P_{I,III}(0,02) < 0,05$	$P_{I,III}(0,03) < 0,05$	$P_{I,III}(0,04) < 0,05$	

На втором этапе нами использовалась методика оперативной оценки самочувствия, активности, настроения среди граждан пожилого возраста контрольной и экспериментальной групп.

Значительно повысился уровень «настроения» в экспериментальной группе, в свою очередь это оказало влияние на положительную динамику активности среди испытуемых. Настроение действует как контекст, параллельно трансформируя реакции на события.

Субъективное ощущение физиологической и психологической комфортности внутреннего состояния, выраженное через понятие самочувствие также в экспериментальной группе повысилось, что, в свою очередь, оказало благополучное воздействие на активность среди граждан пожилого возраста.

Показатели методики САН в контрольной группе остались на прежнем уровне, исключение составил показатель «настроение», анализируя который, можно сказать, что он ухудшился, оказав неблагоприятное воздействие на самочувствие и социально-культурную активность.

Таким образом, исходя из результатов исследования, полученных по истечению трех месяцев применения терапий, можно сказать, что инновационные формы и методы социального обслуживания благоприятно и эффективно влияют на пожилых людей.

На третьем этапе, который длился три месяца, применение терапий производилось по ранее составленной программе, периодичность применения инновационных форм и методов сохранилась. В контрольной группе социальное обслуживание осталось на уровне социально-бытового.

Затем методика САН была применена третий раз, как среди граждан пожилого возраста, составляющих эксперименталь-

ную группу, так и среди пожилых людей, включенных в контрольную группу.

У испытуемых в экспериментальной группе явно улучшились показатели настроения, активности, самочувствия, поскольку в контрольной группе показатели остались на прежнем уровне, то можно сказать, что подобные изменения связаны с влиянием инновационных форм и методов социального обслуживания (таблица).

Полученные значения можно считать достоверными. Таким образом, результаты исследования говорят о том, что применение музыкотерапии, библиотерапии (книготерапии), терапии творческим самовыражением Бурно, фото и видеотерапии оказывают благоприятное воздействие на граждан пожилого возраста, находящихся в стационарном учреждении. Таким образом, применение инновационных форм и методов социального обслуживания пожилых людей положительно влияет на самочувствие, активность и настроение. Несомненно, данная работа является достаточно сложной, и выполнять ее лишь усилиями работников социальных служб не представляется возможным. Поэтому необходимо развивать и укреплять сотрудничество с негосударственными благотворительными организациями, а также поддерживать любые добровольческие инициативы [2] в оказании поддержки пожилым.

Список литературы

1. Грабчук К.М. Влияние социокультурной активности пожилых людей на преодоление негативных стереотипов старости // Психология зрелости и старения. Ежеквартальный научно-практический журнал. – 2009. – № 2 (46). – С 5–12.
2. Грабчук К.М. Мотивация добровольческой деятельности студентов в социальной работе с пожилыми людьми // Психология зрелости и старения. Ежеквартальный научно-практический журнал. – 2009. – № 4 (48). – С. 94–101.
3. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Редактор-составитель Д.Я. Райгородский. – Самара, 2004. – 672 с.