МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІОЛОГІЇ ТА УПРАВЛІННЯ

КАФЕДРА ФІЛОСОФІЇ, ПУБЛІЧНОГО УПРАВЛІННЯ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

Кваліфікаційна робота магістра

АДАПТАЦІЯ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ДО УМОВ ЖИТТЯ В ГЕРІАТРИЧНИХ ПАНСІОНАТАХ

Виконав: магістрант 2-го курсу,
групи 8.2313-ср
спеціальності 231 «Соціальна робота»
освітньо-професійної програми
«Соціальна робота»
О.М. Кадук

Керівник: доцент кафедри філософії,
публічного управління та соціальної
роботи, доцент, к.філос.н. Ель Гуессаб К.

Рецензент: доцент кафедри філософії,
публічного управління та соціальної роботи,
доцент, к.філос.н. Маловічко О.В.

Запоріжжя – 2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціології та управління
Кафедра філософії, публічного управління та соціальної роботи
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 231 «Соціальна робота»
Освітньо-професійна програма «Соціальна робота»

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри філософії, публічного управління та соціальної роботи
_____Т.І. Бутченко
«_____»_____2024 року

З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ МАГІСТРАНТУ

Кадуку Олександру Миколайовичу
(прізвище, ім'я, по-батькові)

1.Тема роботи Адаптація людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах
керівник роботи Ель Гуессаб К., к.філос.н., доцент
(прізвище, ім'я, по-батькові, науковий ступінь, вчене звання)
затверджені наказом ЗНУ від «11» березня 2024 року № 434-с

2.Строк подання магістрантом роботи 4 грудня 2024 року

3.Вихідні дані до роботи Лукашевич М. П., Семигіна Т. В. Соціальна робота (теорія і практика) : підручник. Київ : Каравела, 2017. 366 с.; Карпенко О. Г., Н. Ф. Романова Теорія та практика соціальної роботи : навч. посіб. Київ : Слово, 2015. 408 с.; Мацкевіч Ю. Р. Соціальний захист людей похилого віку в Україні : навч. посіб. для ВНЗ. Запоріжжя, 2014. 336 с.; Зацерковний В. І., Тішаєв І. В., Демидов В. К. Методологія наукових досліджень : навч. посіб. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. 236 с.; Тюптя Л. Т., Іванова І. Б. Соціальна робота : теорія і практика : навч. посіб. Київ : Знання, 2014. 575 с.

4.Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) 1. Дослідити стан наукової розробки соціальної роботи з людьми похилого віку. 2. Уточнити основні поняття дослідження. 3. Визначити принципи та методи дослідження. 4.Охарактеризувати людей похилого віку як клієнтів соціальної роботи. 5. Визначити специфіку соціальної профілактики життєвих криз в процесі адаптації до нових умов життя. 6. Проаналізувати інноваційні методики як складова соціальної адаптації в роботі з людьми похилого віку. 7. Організувати та провести емпіричне дослідження. 8. Розробити рекомендації щодо підвищення адаптації літніх людей до умов життя у геріатричних пансіонатів через цифрову активність.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень)

_____
_____
_____

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посадаконсультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
Розділ 1	Ель Гуессаб К., доцент кафедри філософії, публічного управління та соціальної роботи	06.05.2024	06.05.2024
Розділ 2	Ель Гуессаб К., доцент кафедри філософії, публічного управління та соціальної роботи	25.06.2024	25.06.2024
Розділ 3	Ель Гуессаб К., доцент кафедри філософії, публічного управління та соціальної роботи	16.09.2024	16.09.2024

7. Дата видачі завдання 28 квітня 2024 року

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Термін виконання етапів роботи	Примітка
1.	Вибір теми кваліфікаційної роботи	Лютий – березень 2024	*виконано*
2.	Бібліографічний пошук	Квітень 2024	*виконано*
3.	Розробка основних положень роботи	Травень 2024	*виконано*
4.	І розділ	Травень – червень 2024	*виконано*
5.	ІІ розділ	Липень – вересень 2024	*виконано*
6.	ІІІ розділ	Вересень – жовтень 2024	*виконано*
7.	Систематизація висновків	Листопад – грудень 2024	*виконано*
8.	Нормоконтроль	Листопад – грудень 2024	*виконано*

Студент _____ О.М. Кадук

Керівник роботи _____ Ель Гуессаб К.

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ І.С. Цапліна

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота складається з 86 сторінок, 63 позиції у списку літератури, 4 малюнків, 2 додатків.

СОЦІАЛЬНА РОБОТА, ТЕХНОЛОГІЇ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ, СТАЦІОНАРНЕ СОЦІАЛЬНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ, АДАПТАЦІЯ, ЛЮДИ ПОХИЛОГО ВІКУ

Мета дослідження: розробка та обґрунтування ефективних підходів і технологій соціальної роботи, спрямованих на полегшення адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах, з урахуванням їхніх фізичних, психологічних і соціальних потреб.

Об'єкт дослідження: процес адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах як соціальний феномен.

Предмет дослідження: технології соціальної роботи, спрямовані на забезпечення адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах.

Методи дослідження: об'єктивний, історичний, системного підходу.

Гіпотеза: ефективна адаптація людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах можлива за умови впровадження інноваційних технологій соціальної роботи, які базуються на сучасних методах оцінювання індивідуальних потреб, інтеграції ресурсів державних, недержавних і благодійних організацій.

Висновки: 1. Люди похилого віку є специфічною категорією клієнтів соціальної роботи, які потребують особливого підходу через фізичні, психологічні та соціальні зміни, характерні для цього життєвого періоду. 2. Індивідуальне консультування, соціальна терапія та адаптаційні тренінги показали свою ефективність у зниженні рівня стресу, подоланні соціальної ізоляції та формуванні позитивного ставлення до нового середовища. 3. Залучення літніх людей до використання цифрових технологій сприяє не лише покращенню їхньої соціальної інтеграції та адаптації, але й зміцненню відчуття незалежності та самореалізації.

SUMMARY

The qualification work consists of 86 pages, 63 items in the bibliography, 4 figures, 2 appendices.

SOCIAL WORK, SOCIAL WORK TECHNOLOGIES, INPATIENT SOCIAL CARE, ADAPTATION, ELDERLY PEOPLE

The aim of the research is development and justification of effective approaches and technologies of social work aimed at facilitating the adaptation of elderly people to living conditions in geriatric nursing homes, taking into account their physical, psychological and social needs.

Research Object – the process of adaptation of elderly people to living conditions in geriatric nursing homes as a social phenomenon.

Research Subject – social work technologies aimed at ensuring the adaptation of elderly people to living conditions in geriatric nursing homes.

Research Methods: objective, historical, systemic approach.

Hypothesis: Effective adaptation of elderly people to living conditions in geriatric nursing homes is possible provided that innovative social work technologies are implemented, which are based on modern methods of assessing individual needs, integrating the resources of state, non-state and charitable organizations.

Conclusions: 1. Elderly people are a specific category of social work clients who require a special approach due to the physical, psychological and social changes characteristic of this period of life.

2. Individual counseling, social therapy, and adaptation training have shown their effectiveness in reducing stress levels, overcoming social isolation, and forming a positive attitude towards the new environment.

3. Engaging older people in the use of digital technologies not only improves their social integration and adaptation, but also strengthens their sense of independence and self-fulfillment.

ЗМІСТ

ВСТУП 3
РОЗДІЛ 1 ІСТОРИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ДО УМОВ ЖИТТЯ В ГЕРІАТРИЧНИХ ПАНСІОНАТАХ 6
1.1. Стан наукової розробки соціальної роботи з людьми похилого віку 6
1.2. Уточнення основних понять дослідження: «соціальна робота», «технології соціальної роботи», «стаціонарне соціальне обслуговування», «адаптація», «люди похилого віку» 15
1.3. Принципи і методи дослідження адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах 24
РОЗДІЛ 2 ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ДО УМОВ ЖИТТЯ В ГЕРІАТРИЧНИХ ПАНСІОНАТАХ 33
2.1. Люди похилого віку як клієнти соціальної роботи 33
2.2. Соціальна профілактика життєвих криз в адаптації до нових умов життя .. 45
2.3. Інноваційні методики як складова соціальної адаптації в роботі з людьми похилого віку 55
РОЗДІЛ 3 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ АДАПТАЦІЇ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ДО УМОВ ЖИТТЯ У ГЕРИАТРИЧНИХ ПАНСІОНАТАХ ТА ЇХ АКТИВНОСТІ У ВІРТУАЛЬНОМУ ПРОСТОРІ 64
3.1. Організація та методологія дослідження рівня адаптації літніх людей до умов геріатричних пансіонатів та їх активності у віртуальному просторі 64
3.2 Рекомендації щодо підвищення адаптації літніх людей до умов життя у геріатричних пансіонатів через цифрову активність 70
ВИСНОВКИ 75
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ 78
ДОДАТКИ 84

ВСТУП

Актуальність дослідження адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах є багатогранною, оскільки ця проблема набула особливого значення в умовах сучасних соціально-економічних викликів, зокрема в період воєнного стану в Україні. Демографічні зміни, що характеризуються зростанням частки населення похилого віку, супроводжуються збільшенням їхніх потреб у соціальній підтримці та допомозі. Люди похилого віку є однією з найбільш вразливих груп, особливо в ситуаціях, що потребують адаптації до нових умов життя, таких як проживання в геріатричних пансіонатах.

Сучасна ситуація в Україні, пов’язана з воєнним станом, суттєво посилила соціальні проблеми цієї категорії населення. Воєнні дії спричиняють масові переміщення, втрату житла, розрив сімейних зв’язків, що особливо болісно позначається на літніх людях. У цих умовах геріатричні пансіонати стають не лише місцем проживання, а й осередком соціальної та психологічної підтримки. Однак процес адаптації до нових умов життя вимагає спеціального підходу, враховуючи фізичні, психологічні та соціальні особливості літніх людей.

Важливість дослідження зростає через необхідність вдосконалення механізмів соціальної роботи та розробки нових технологій, спрямованих на підтримку незалежності, інтеграції та якості життя літніх людей. У контексті воєнного стану зростає значення гуманістичних підходів, спрямованих на збереження людської гідності, подолання самотності та соціальної ізоляції. Крім того, сучасні виклики вимагають ефективної взаємодії між державними, недержавними і благодійними організаціями для організації адресної допомоги.

Проблемна ситуація полягає у невідповідності між зростаючими потребами людей похилого віку та існуючими можливостями соціальної підтримки, зокрема в умовах геріатричних пансіонатів. Хоча ці установи забезпечують базові умови проживання, вони часто не враховують комплексних соціальних, психологічних і фізіологічних потреб цієї категорії населення. Виникає розрив між необхідністю адаптації літніх людей до нового середовища

та спроможністю системи соціальної роботи забезпечити відповідні механізми для цього процесу.

Цей розрив посилюється в умовах воєнного стану, коли значна частина людей похилого віку втрачає звичне соціальне оточення через переміщення або евакуацію. У геріатричних пансіонатах, які часто є єдиним притулком для таких людей, адаптація ускладнюється обмеженістю ресурсів, недостатньою кількістю персоналу та низьким рівнем підготовки працівників до роботи в умовах екстремальних ситуацій. Відсутність індивідуального підходу, обмежений доступ до сучасних методик соціальної діагностики й психологічної підтримки призводять до соціальної ізоляції, втрати самостійності та погіршення якості життя літніх людей.

До того ж, відсутність ефективної координації між державними, недержавними та благодійними організаціями, які мають потенціал для надання допомоги, обмежує можливості геріатричних пансіонатів у забезпеченні належного рівня адаптації своїх підопічних. Враховуючи актуальність гуманістичних підходів до роботи з людьми похилого віку, ця проблемна ситуація потребує комплексного дослідження, щоб визначити найбільш ефективні механізми й методи підтримки їхньої адаптації та інтеграції в нових умовах проживання.

Об'єктом дослідження є процес адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах як соціальний феномен.

Предметом дослідження є технології соціальної роботи, спрямовані на забезпечення адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах.

Метою дослідження є розробка та обґрунтування ефективних підходів і технологій соціальної роботи, спрямованих на полегшення адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах, з урахуванням їхніх фізичних, психологічних і соціальних потреб.

Мета роботи обумовлює такі *завдання:*

– дослідити стан наукової розробки соціальної роботи з людьми похилого віку;

– уточнити основні поняття дослідження: «соціальна робота», «технології соціальної роботи», «стаціонарне соціальне обслуговування», «адаптація», «люди похилого віку»;

– визначити принципи та методи дослідження адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах;

– охарактеризувати людей похилого віку як клієнтів соціальної роботи;

– визначити специфіку соціальної профілактики життєвих криз в процесі адаптації до нових умов життя;

– проаналізувати інноваційні методики як складова соціальної адаптації в роботі з людьми похилого віку;

– організувати емпіричне дослідження рівня адаптації літніх людей до умов геріатричних пансіонатів та їх активності у віртуальному просторі;

– розробити рекомендації щодо підвищення адаптації літніх людей до умов життя у геріатричних пансіонатів через цифрову активність.

Гіпотеза: ефективна адаптація людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах можлива за умови впровадження інноваційних технологій соціальної роботи, які базуються на сучасних методах оцінювання індивідуальних потреб, інтеграції ресурсів державних, недержавних і благодійних організацій.

Структура роботи: кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку літератури та додатків.

РОЗДІЛ 1
ІСТОРИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ДО УМОВ ЖИТТЯ В ГЕРІАТРИЧНИХ ПАНСІОНАТАХ

1.1. Стан наукової розробки соціальної роботи з людьми похилого віку

Проблема старіння завжди займала центральне місце в світоглядних уявленнях людства, притаманних різним епохам і культурам. Прагнення продовжити тривалість життя та досягти безсмертя виникало разом із усвідомленням унікальності людського існування, яке контрастує з життям інших живих істот. Важливим етапом суспільного розвитку стало встановлення турботи про літніх людей, які виконували роль зберігачів колективного досвіду та джерела мудрості. Із розвитком цивілізації старіння, як природний етап життєвого циклу, набувало нових значень, а ставлення до людей похилого віку змінювалося. Збільшення кількості осіб похилого віку, що стало наслідком прогресу суспільства, зробило актуальною потребу в розбудові соціальної роботи для цієї категорії населення.

Одним із перших значущих досліджень у сфері старіння стала праця сера Френсіса Гальтона «Вивчення людських здібностей та їх розвитку» (1883 р.). У своїй роботі він акцентував увагу на аспектах інтелектуальної діяльності людини та її змін у старшому віці [21, с. 302].

К. Юнг, засновник альтернативної школи психоаналізу, надавав значну увагу дослідженню аспектів, пов’язаних із «другою половиною життя» людини. Він вважав, що середина життя є переломним моментом, коли перед особистістю відкриваються нові можливості для саморозвитку. У цей період втрачається необхідність у побудові нових зовнішніх соціальних зв’язків або прискоренні соціалізаційних процесів. Натомість, у похилому віці акцент зміщується на внутрішню діяльність, спрямовану на глибоке самопізнання та усвідомлення свого місця у світі.

А. Адлер зазначав, що основним рушієм людської поведінки є відчуття власної неповноцінності, яке тією чи іншою мірою властиве кожній людині. Це відчуття особливо проявляється у дитинстві, коли лише дорослі мають доступ до владних і значущих позицій. У старшому віці воно може загострюватися через фізичне ослаблення організму та усвідомлення зменшення життєвої енергії [30, с. 59].

Однією з найбільш значущих концепцій, які стосуються старіння, є теорія Е. Еріксона, що описує вісім стадій розвитку особистості. На стадії старості головним завданням людини стає досягнення цілісності свого «Я», що передбачає усвідомлення сенсу прожитого життя та гармонію із собою. Ця гармонія протистоїть дисгармонії, яка виникає через втрату цілісності особистості, що здатна викликати почуття пригніченості й відчаю. Відчай часто зумовлений усвідомленням власних невдач і браком часу для їх виправлення.

У XIX столітті проблеми старіння досліджувалися переважно через клінічні спостереження, які проводилися в таких країнах, як Німеччина, Англія та Франція. Систематичний науковий підхід до аналізу адаптації літніх людей виник лише у XX столітті. Одним із перших вагомих внесків у вивчення соціально-психологічних аспектів старіння стала монографія Дж. Холла «Старіння», опублікована в 1922 році. У 1950-х роках було започатковано новий міждисциплінарний напрямок – соціальну геронтологію, що зосередився на дослідженні питань старіння. Сам термін «соціальна геронтологія» увели в науковий обіг Р. Хевігхерст і Р. Альбрехт.

Різні аспекти адаптації до старіння розглядалися з різних підходів зарубіжними науковцями. Наприклад, П. Сорокін пов’язував адаптацію з системою цінностей як окремої особистості, так і суспільства, а також із соціальною мобільністю. Інтеракціоністи, зокрема Л. Філіпс, зосереджувалися на взаємодії індивідів у процесі адаптації [32, с. 119]. Представники необіхевіоризму, серед яких Г. Айзенк і Р. Хенкі, акцентували увагу на поведінкових аспектах цього явища. Психоаналітики, такі як Ф. Ніцше, З. Фрейд і Г. Гартман, аналізували адаптацію через внутрішні психологічні процеси.

Антропологи, включаючи Е. Вестермарка, А. Редкліффа-Брауна та Б. Маліновського, досліджували її у контексті культурних і соціальних факторів .

Психоаналітики розробили ґрунтовну теорію адаптації особистості до соціального середовища, яка базувалася на біологізаторському підході, що спирався на фрейдистську концепцію структури психіки людини. Водночас представники неофрейдизму, зокрема К. Хорні, Г. Салліван, А. Кардінер та інші, висунули ідею культурного детермінізму як ключового принципу соціальної адаптації. Цей підхід підкреслює вирішальну роль соціального середовища у формуванні психіки особистості та її здатності пристосовуватися до змінених умов існування [55, с. 98].

Особливу позицію зайняв Т. Шибутані, який наголошував на необхідності розмежування соціальної адаптації особистості та соціальної групи від загальної адаптації до типових проблемних ситуацій. Виходячи з цього, він розділив поняття «адаптація» та «пристосування». «Пристосування» він визначав як повне погодження індивіда з вимогами зміненого середовища, тоді як «адаптація» означала більш стабільні підходи – організовані методи та прийоми для поступового впораювання зі змінами.

Особливості соціальної роботи з людьми похилого віку є предметом досліджень багатьох науковців. Серед провідних фахівців у цій галузі виділяються Е. І. Холостова, В. М. Шахрай, Л. Т. Тюптя, І. Д. Звєрєва, А. І. Капська, І. Г. Зайнишев та інші. Їхні наукові праці значно сприяють розвитку теоретичних і практичних підходів у соціальній роботі з літніми людьми, зосереджуючи увагу на їхніх потребах, правах та адаптації до сучасних умов життя [36, с. 141].

Е. І. Холостова у своїх дослідженнях акцентує увагу на життєдіяльності людей похилого віку протягом усіх етапів їхнього життя. Вона розглядає похилий вік як значущу соціальну проблему, яка потребує комплексного вивчення. Її дослідження охоплюють аналіз ставлення до літніх людей у суспільстві, в сімейному колі та найближчому оточенні, а також вивчення впливу цих факторів на їхнє самопочуття і якість життя. Окрему увагу вона приділяє висвітленню

основних труднощів, з якими стикаються літні люди, включаючи соціальну ізоляцію, недостатню підтримку та дискримінацію за віковою ознакою.

В. М. Шахрай розглядає людей похилого віку як окрему соціальну спільноту, що вирізняється специфічними характеристиками, переконаннями та накопиченим життєвим досвідом, який вони активно застосовують у суспільному житті [33, с. 271]. У своїх наукових дослідженнях він аналізує різні теорії старіння, зосереджуючись на принципах соціальної роботи з представниками цієї вікової категорії. Його праці спрямовані на розроблення підходів, які сприяють інтеграції літніх людей у соціальне середовище з урахуванням їхніх унікальних потреб і можливостей.

Л. Т. Тюптя акцентує увагу на вивченні ставлення суспільства до людей похилого віку та аналізі стереотипів, які формуються стосовно цієї вікової категорії. Її дослідження охоплюють також питання підготовки особистості до похилого віку, що включає прийняття нового соціального статусу літньої людини та адаптацію до змін, які супроводжують цей життєвий період.

І. Д. Звєрєва у своїх наукових працях вивчає різні рівні, на яких реалізується соціальна робота з людьми похилого віку, і формулює основні принципи цієї діяльності. Вона підкреслює, що важливим аспектом роботи з цією віковою категорією є стимулювання їхньої «соціальної самодіяльності». Це включає активне залучення літніх людей до соціального життя шляхом участі в суспільно корисних заходах, а також розробку програм, орієнтованих на підтримку їхньої активності та сприяння інтеграції в громаду [40].

А. І. Капська зосереджується на дослідженні напрямів і завдань соціальної роботи з людьми похилого віку, акцентуючи увагу на вирішенні проблеми самотності, яка є особливо гострою в цей життєвий період. Її дослідження також охоплюють аналіз системи соціального захисту літніх людей, вивчення механізмів її функціонування та визначення основних напрямів для її вдосконалення.

І. Г. Зайнишев досліджує проблему старіння як важливий соціальний феномен ХХ століття. У своїх наукових працях він розкриває ключові аспекти

соціальної політики, спрямованої на підтримку осіб похилого віку, приділяючи увагу принципам і механізмам її реалізації.

На сучасному етапі розвитку соціальної роботи з людьми похилого віку вчені Н. Кабаченко та Т. Семигіна пропонують застосування комплексу технологій соціальної роботи, серед яких особлива увага приділяється технологіям, спрямованим на соціальну адаптацію [32, с. 125].

Соціальна робота з людьми похилого віку як в Україні, так і за кордоном завжди вважалася однією з найбільш складних сфер діяльності. Одним із ключових і найактуальніших завдань соціального працівника є забезпечення умов для гідного життя людей похилого віку, які нині становлять близько п'ятої частини населення України.

В Україні соціальна робота з літніми людьми здійснюється на двох рівнях:

1) макрорівень;

2) мікрорівень.

На макрорівні здійснюється розроблення соціальної політики, яка враховує інтереси людей похилого віку. Вона охоплює створення пенсійних та інших форм соціальної підтримки, а також побудову комплексної системи соціального страхування, медичного, психологічного та консультаційного обслуговування.

Цей рівень діяльності включає формування стратегій, розроблення нормативно-правових актів та впровадження державних програм, спрямованих на забезпечення гідного рівня життя осіб похилого віку.

На мікрорівні аналізуються умови життя людей похилого віку, а також визначаються рівень і якість соціальної допомоги, яку вони отримують. Один із ключових напрямів соціальної роботи – це соціальна допомога вдома, що включає організацію харчування, доставку продуктів, сприяння в придбанні ліків, забезпечення медичної допомоги, надання соціально-побутових послуг і допомогу в оформленні документів. Основна мета такої роботи полягає в максимально можливому продовженні перебування літніх людей у звичному для них середовищі, підтриманні їхнього особистісного і соціального статусу, а також захисті їхніх прав і інтересів [57, с. 119].

В Україні послуги для людей похилого віку надаються різними державними установами, зокрема територіальними центрами соціального обслуговування одиноких непрацездатних громадян, будинками-інтернатами, геріатричними пансіонатами, а також пансіонатами для ветеранів війни та праці. Аналогічно до зарубіжних моделей будинків компактного типу, в Україні впроваджуються спеціалізовані житлові будинки для ветеранів і пенсіонерів. Одним із новаторських кроків у нашій країні є створення нових соціальних і соціально-медичних служб, зокрема будинків компактного проживання, розрахованих на 12-15 осіб, а також будинків тимчасового проживання [63, с. 86].

Некомерційні благодійні організації значно сприяють догляду за літніми людьми та особами з інвалідністю в усьому світі. Серед них вирізняється «Карітас» – релігійна організація, що займає третє місце в Німеччині за наданням послуг непрацездатним літнім людям. Вона включає 1200 відділень «Домашньої опіки», 500 лікарень і близько тисячі реабілітаційних центрів.

«Карітас» підтримує літніх людей також в Італії, Франції, Бельгії, Румунії та інших європейських країнах. Її послуги, які базуються на християнських цінностях, охоплюють фізичні, духовні, соціальні та матеріальні аспекти життя. Організація орієнтується на індивідуальні потреби, дотримуючись принципу «допоможи собі сам».

Такий підхід забезпечує фізичну, соціальну й емоційну підтримку, допомагаючи зберегти гідність і значущість літніх людей у суспільстві.

В Україні «Карітас» працює з 1999 року, впроваджуючи проєкт «Домашня опіка». Його мета – покращення умов життя самотніх літніх людей та осіб з інвалідністю. Завдяки підтримці міжнародної організації, українське відділення створює ефективну систему домашнього догляду.

«Карітас» надає широкий спектр послуг, які неможливо виконати самостійно хворими, їхніми родичами чи іншими особами, що забезпечують догляд. Зокрема, це:

– медичне обслуговування та догляд за хворим;
– реабілітаційні рухові вправи;

- супровід під час відвідування лікаря та приватних візитів до хворого;
- інформаційна підтримка, консультування та емоційна допомога;
- прокат допоміжних засобів догляду;
- допомога у веденні домашнього господарства та організації харчування;
- навчання догляду й інструктаж членів родини хворого.

Програма «Домашня опіка» спрямована на доповнення стаціонарних послуг, які забезпечують державні установи. Вона передбачає створення ефективної мережі співпраці з лікарнями, будинками для людей похилого віку та іншими організаціями й установами сфери охорони здоров'я. Ця мережа покликана реалізовувати схожі проєкти або напрями діяльності, орієнтовані на надання послуг домашньої опіки для хворих [19, с. 118].

Хеседи, благодійні соціальні служби єврейських громад, є прикладом догляду за літніми людьми. Вони діють у всіх обласних центрах України, великих містах і районах. Хеседи використовують комплексний підхід до вирішення проблем літніх людей. Окрім догляду вдома, вони організовують денні центри, клуби за інтересами, гуртки та бібліотеки. Також пропонуються програми прокату реабілітаційного обладнання, доставка обідів, безкоштовне харчування в їдальнях і «теплих будинках», гуманітарна допомога, консультації лікарів і юристів. Важливою складовою є залучення волонтерів та сприяння самореалізації клієнтів.

У США волонтерська діяльність є однією з ключових форм соціальної роботи з людьми похилого віку. Цікаво, що саме літні люди часто виступають волонтерами, допомагаючи своїм одноліткам і людям старшого віку. У 1993 році в США було створено Корпус обслуговування людей похилого віку, який об'єднує понад мільйон американців, що активно підтримують літніх людей. Вони забезпечують дружню підтримку для осіб, які перебувають в ізоляції, допомагають виконувати прості домашні завдання та організовують транспортування.

У США успішно функціонують центри денного перебування для людей похилого віку, які можуть бути організовані як державними, так і приватними

структурами. У цих центрах працюють як кваліфіковані спеціалісти, так і волонтери. Професійні працівники забезпечують надання медичних послуг, тоді як соціальні працівники організовують різноманітні заходи, включаючи спортивні активності, арт-терапію, масаж та інші види дозвілля. Крім того, місцеві організації та підприємства сприяють організації розважальних програм, таких як спектаклі, концерти, сезонні заходи, виставки й інші культурні події [37, с. 51].

Державний департамент США, відповідальний за питання людей похилого віку, реалізував програму «Їжа на колесах», яка передбачає доставку харчових продуктів безпосередньо додому. Ця програма орієнтована на літніх людей із низьким рівнем доходу та тих, хто проживає самотньо. Її мета – забезпечити доступ до здорового харчування, зменшити соціальну ізоляцію серед літніх людей і надавати їм регулярну підтримку та увагу.

У США, як і в Англії, спостерігається чітка тенденція до створення умов для проживання людей похилого віку вдома. У країні діє велика кількість різноманітних фондів, які забезпечують оплату медичних послуг, доступ до житла, продуктів харчування та транспортних послуг. Все більше поширення отримує система соціальних виплат сім'ям для організації догляду за літніми людьми вдома. Для цієї категорії населення передбачено широкий спектр соціальних послуг, таких як доставка обідів додому, купання, стрижка, чищення речей, надання транспорту, лікувальна гімнастика, ремонт і благоустрій житла, а також організація дозвілля та розваг.

Р. В. Корнюшина, аналізуючи закордонні методи роботи у Швеції, дійшла висновку, що основні проблеми людей похилого віку пов'язані з питаннями здоров'я, матеріального становища, зайнятості та житла. У цій країні найбільша увага приділяється забезпеченню медичного й соціального обслуговування літніх людей [33, с. 158].

Досвід соціальної роботи в Скандинавії (Фінляндії, Швеції, Норвегії) є цінним. Тут зростає кількість літніх людей, адже пенсійний вік для обох статей починається з 65 років, що суттєво впливає на соціальне обслуговування.

Серед ключових тенденцій: більше самотніх осіб, вищий рівень освіти та доходів, обізнаність старшого покоління про пільги й послуги, а також їх активна участь у громадському житті.

Одним із основних завдань системи обслуговування літніх людей у Швеції є забезпечення права вибору місця проживання. Якщо людина бажає залишатися вдома, їй повинна бути надана така можливість, навіть якщо це потребує більшого обсягу допомоги. Для тих, хто потребує догляду, але не може або не хоче жити вдома, передбачено можливість проживання в «особливих умовах».

Розширення послуг на дому та поліпшення житлових умов сприяють тому, що більшість літніх людей воліє залишатися вдома. Заявки на переїзд до «будинків сервісу» зазвичай подають лише за значної потреби в догляді. Ці будинки розташовані в житлових районах і забезпечені медико-соціальними службами для цілодобового догляду, який надають фахівці з відповідною освітою [35, с. 21].

Однак деякі літні люди потребують інтенсивного догляду, що вимагає довгострокового соматичного чи психіатричного лікування в клініках.

Таким чином, соціальна робота з людьми похилого віку за кордоном є більш розвинутою порівняно з Україною. Це проявляється у специфіці організації роботи з цією категорією населення. Зарубіжний досвід може й повинен бути адаптований для впровадження у роботі соціальних служб нашої країни. В Україні соціальна робота з літніми людьми здебільшого базується на нормативних актах, які регулюють порядок її виконання, і більшість громадян очікують отримання допомоги лише від держави. У той час, у зарубіжних країнах успішно розвиваються благодійні фонди, волонтерські організації та інші форми недержавної підтримки.

На сучасному етапі пріоритетним завданням суспільства й держави є вдосконалення та розвиток як державних, так і недержавних організацій, що працюють з людьми похилого віку.

Процес старіння та пов’язані з ним проблеми почали активно вивчатися науковцями з початку XX століття. Саме тоді людей похилого віку почали

виділяти в окрему категорію клієнтів із специфічними потребами та характеристиками. На нашу думку, соціальна робота з людьми похилого віку має базуватися на комплексному підході до проблем старіння. Необхідно враховувати як індивідуальні психологічні особливості клієнта, так і соціальні чинники, а також статус літньої людини в суспільстві. Комплексний підхід до питань зміни соціального статусу дозволить ефективно адаптувати людину похилого віку до нових умов життя [41].

Для подальшого дослідження цієї теми важливо визначити основні поняття, які є ключовими для розуміння та аналізу проблеми. Визначення основних термінів дозволить забезпечити чіткість і однозначність використання понять у процесі наукового дослідження, що сприятиме досягненню його цілей і завдань.

1.2. Уточнення основних понять дослідження: «соціальна робота», «технології соціальної роботи», «стаціонарне соціальне обслуговування», «адаптація», «люди похилого віку»

На цьому етапі роботи необхідно конкретно визначити поняття «соціальна робота», «люди похилого віку», «адаптація», «технології соціальної роботи», «стаціонарне соціальне обслуговування», які використані в цій кваліфікаційній роботі.

Ми зосереджуємо дослідження на соціальній роботі з літніми людьми, тому важливо уточнити поняття «соціальна робота». Соціальна робота – це наукова сфера, академічна дисципліна та професійна діяльність, спрямована на підтримку та надання кваліфікованої допомоги окремим людям, групам чи громадам для розширення або відновлення їх соціального функціонування. Вона також сприяє реалізації громадянських прав і запобіганню соціальній ізоляції [3, с. 267].

Як професійна діяльність, соціальна робота є системою цінностей, теорій і практичних підходів. Її місія – допомогти людям розкрити свій потенціал, покращити якість життя та уникнути дисфункцій.

Методологія соціальної роботи базується на знаннях, отриманих через дослідження та оцінку практики, які засновані на доказах, включаючи специфічні знання щодо контексту цих взаємодій [20, с. 18].

Основою професійних принципів соціальної роботи є той самий гуманістичний фундамент, який становить підґрунтя для цієї професійної діяльності, особистісних схильностей і вибору життєвого шляху, що описуються поняттям «соціальна робота» [29, с. 190].

Згідно з кваліфікаційним довідником, фахівець із соціальної роботи виконує такі обов'язки: виявляє сім'ї та осіб, які потребують соціально-медичної, юридичної, психолого-педагогічної, матеріальної чи іншої допомоги, а також охорони морального, фізичного стану та психічного здоров'я; визначає причини виниклих труднощів та конфліктних ситуацій, у тому числі на роботі, в навчальних закладах тощо, сприяє їх вирішенню та забезпечує соціальний захист; сприяє інтеграції роботи різних державних та громадських організацій щодо надання необхідної соціально-економічної допомоги населенню; надає підтримку у сімейному вихованні, укладенні трудових договорів для жінок з неповнолітніми дітьми, інвалідів та пенсіонерів; проводить психолого-педагогічні та юридичні консультації з питань сім'ї та шлюбу, організовує виховну роботу з неповнолітніми дітьми з асоціальною поведінкою.

Наступним важливим визначенням є «людина похилого віку». Чіткого визначення цього поняття наука досі не надала, і дискусії серед фахівців тривають. Загалом цей термін стосується осіб, які прожили довге життя і можуть мати психофізичні обмеження. Захворювання можуть ускладнювати їх життя, а в деяких випадках вони стають функціонально нездатними чи потребують допомоги.

У тлумачному словнику Ожегова «похилий» означає «немолодий, починає старіти». Курбатов поділяє людей похилого віку на групи за класифікацією

ВООЗ: літні (55-64 роки), старі (65-74 роки), дуже старі (75-84 роки) та похилого віку (85 років і старші). Басов визначає їх як покоління з унікальним досвідом і способом життя. Найчастіше цей термін застосовується до осіб, які досягли 65 років.

Людина похилого віку – це вразлива особа, яка потребує відповідного соціального забезпечення. Такі люди прожили довге життя і відчувають психофізичні обмеження, незалежно від наявності захворювань. У деяких випадках вони стають функціонально недієздатними або потребують сторонньої допомоги.

Протягом історії поняття «літній» і «старий» змінювали значення. Раніше «старий» асоціювався з якостями «сильний», «значний», «незалежний», тоді як «молодий» – із «слабкий», «беззахисний», «залежний».

Старість може трактуватися як немічний стан, що асоціюється з фізичним зношенням («Старість – каліцтво; старість – неволя»). Водночас старість виступає символом досвіду. Вирази типу «стріляний горобець» чи «травлений вовк» характеризують людину з багатим життєвим досвідом, яка викликає повагу та впливає на інших своєю мудрістю.

Геронтологія досліджує процес старіння, який супроводжується змінами в організмі, що ослаблюють біологічні та соціальні функції людини, загострюють існуючі захворювання або викликають нові.

У людей похилого віку змінюється робота центральної нервової системи, що знижує працездатність, підвищує уразливість і дратівливість, призводить до втрати навичок, зниження розумових здібностей і депресії. Літні люди потребують більше підтримки, ніж інші групи населення.

Ці особливості роблять людей похилого віку специфічним об’єктом соціальної роботи, що вимагає підвищеної уваги з боку держави та суспільства.

Соціальні технології – це методи професійного впливу для оптимізації функціонування соціальних об’єктів, які можна тиражувати. У соціальній роботі вони включають інститути, що забезпечують соціальне забезпечення,

страхування, опіку та піклування, спрямовані на добробут літніх людей [3, с. 102].

Технологія соціальної роботи з літніми людьми – це сукупність методів і дій, спрямованих на збереження, відновлення та покращення їх соціального функціонування, а також на запобігання негативним процесам із можливістю повторного застосування через системний підхід.

Основні технології соціальної роботи з літніми людьми охоплюють кілька ключових напрямів, кожен із яких має свою специфіку й мету.

Соціальна діагностика є базовим методом збору інформації про літню людину. Вона спрямована на визначення соціального діагнозу та розробку програми допомоги, яка враховує індивідуальні потреби клієнта.

Соціальна терапія фокусується на усуненні несприятливих впливів, які негативно впливають на життя людини похилого віку. Цей процес сприяє покращенню соціального здоров'я та якості життя.

Соціальне консультування надає літнім людям необхідну інформацію про можливості отримання соціальної допомоги. Воно допомагає обрати оптимальні дії чи моделі поведінки для ефективного вирішення проблем.

Соціальна адаптація спрямована на полегшення пристосування літніх людей до нових соціальних умов. Ця технологія допомагає зберегти активність і соціальні зв'язки навіть у змінених життєвих обставинах.

Соціальний контроль забезпечує впорядкування взаємодій у соціальній системі через нормативні механізми. Він включає регулювання реакцій суспільства й окремих осіб на дії груп, контроль за ефективністю роботи та координацію дій соціального працівника.

Соціальна опіка є важливою формою державного захисту прав недієздатних літніх людей. Вона реалізується соціальними працівниками відповідно до чинного законодавства та спрямована на підтримку найбільш вразливих категорій населення.

Соціальний патронаж виконує функцію постійного спостереження за літніми людьми з метою виявлення ступеня їхньої соціальної дезадаптації. Ця

технологія дозволяє надавати своєчасну допомогу й підтримку в критичних ситуаціях, покращуючи їхнє життя та забезпечуючи необхідну соціальну підтримку.

Під час патронажу збирається інформація про літніх людей, виявляються ті, хто опинився у складних життєвих обставинах, і їм надається своєчасна допомога чи підтримка.

Технологія соціальної роботи з погляду практичної соціономії має два основні напрями.

Перший охоплює технології, орієнтовані на всі прошарки населення та широкий спектр соціальної сфери. Вони спрямовані на покращення умов життя, підвищення рівня добробуту й зменшення потреби в соціальній допомозі, маючи стратегічний характер.

Другий напрямок зосереджений на роботі з найбільш уразливими категоріями населення. Це тактичні технології, які нині є пріоритетними, оскільки економічні труднощі обмежують розвиток стратегічних підходів [5, с. 154].

Для ефективної соціальної роботи важливо поєднувати стратегічні та тактичні технології. Наприклад, для подолання дитячої безпритульності недостатньо розробити програми допомоги. Необхідно також впроваджувати технології, спрямовані на усунення причин бездомності та профілактичні заходи.

Технології соціальної роботи поділяють на загальні та прикладні.

Загальні технології включають діагностику, профілактику, адаптацію, реабілітацію, корекцію, соціальну терапію, експертизу, прогнозування, проектування, посередництво й консультування. Деякі дослідники також відносять до них соціальне забезпечення, страхування, опіку та піклування.

Прикладні технології спрямовані на підтримку окремих категорій і соціальних груп. Вони охоплюють роботу з безробітними, особами з девіантною поведінкою, родинами, людьми з психічними розладами чи схильними до суїциду, інвалідами, літніми людьми. Серед них – фемінологічні технології, робота з дітьми, молоддю, малозабезпеченими, бездомними, мігрантами,

біженцями, внутрішньо переміщеними особами. Інші напрями – соціальна робота в армії, пенітенціарних установах, на виробництві та за місцем проживання.

Головним завданням соціальних працівників є впровадження традиційних, перевірених технологій та апробація інноваційних процедур [8, с. 14]. Інноваційні технології повинні розвивати у клієнтів навички соціального самозабезпечення та самозахисту.

При розробці та впровадженні технологій необхідно враховувати не лише потреби конкретної сфери соціальної роботи, а й стратегічні завдання, спрямовані на досягнення взаємовигідного балансу між громадянами та суспільством. Це дозволяє покращувати рівень життя.

У роботі з літніми людьми перед соціальними працівниками стоять важливі завдання, які спрямовані на покращення їхнього життя та забезпечення належної підтримки. Першочерговим є попередження причин проблем, з якими стикаються люди похилого віку, щоб мінімізувати їхній вплив на соціальне й емоційне благополуччя.

Також важливо сприяти реалізації їхніх прав і можливостей для самореалізації, запобігаючи соціальній ізоляції та забезпечуючи активну участь у житті громади. Для цього необхідно дотримуватися принципів рівності в наданні допомоги та послуг, враховуючи соціальні ризики, які впливають на різні групи літніх людей.

Значна увага приділяється виявленню індивідуальних потреб кожної людини та наданню адресної допомоги, особливо в ситуаціях, що загрожують здоров’ю або життю. У цьому контексті важливим є впровадження інноваційних технологій, адаптованих до потреб літніх осіб, а також забезпечення їх інформованості про доступні соціальні послуги.

Соціальна робота з людьми похилого віку охоплює кілька ключових напрямів, які забезпечують різні аспекти їхньої підтримки. Перш за все, це соціальне забезпечення та допомога, спрямовані на створення належних матеріальних і фінансових умов для підтримки їхньої життєдіяльності.

Значущим аспектом є догляд у стаціонарних установах Міністерства праці та соціальної політики, де літні люди отримують комплексне обслуговування, включаючи медичну допомогу та соціальну підтримку.

Важливу роль відіграє робота з літніми людьми в територіальних центрах і відділеннях денного перебування, які забезпечують можливості для соціальної активності, спілкування та участі в різних заходах.

Окремий напрям – догляд і підтримка на дому. Він орієнтований на тих, хто не може залишати своє житло, але потребує регулярної допомоги в побуті, медичної підтримки та соціального супроводу [28].

Соціальна допомога літнім людям включає підтримку у грошовій, натуральній формах, послугах або пільгах, відповідно до законодавчо закріплених гарантій. Вона може бути разовою чи регулярною, наприклад, доплати до пенсій, видача товарів або послуг. Основна мета – усунення або пом’якшення критичних ситуацій, спричинених складними соціально-економічними умовами.

Соціальна допомога для літніх людей поділяється на термінову, адресну та бригадну допомогу для важкохворих.

Термінова допомога надається разово тим, хто гостро потребує підтримки. Вона включає забезпечення гарячим харчуванням, продуктовими наборами, одягом, взуттям, предметами першої необхідності, одноразову матеріальну допомогу, тимчасове житло, а також екстрену соціально-психологічну та юридичну підтримку через телефон довіри.

У великих містах України діють соціальні аптеки, лікарні, їдальні, спеціалізовані магазини, будинки побуту та інші установи для літніх людей, створені останніми роками. Також доступні послуги перукарень, ремонтних майстерень і пунктів прокату за доступними цінами для пенсіонерів [24, с. 328].

Адресна допомога надається літнім людям, які опинилися у складних життєвих обставинах. Соціальні працівники відвідують таких осіб, забезпечуючи побутову чи соціально-психологічну підтримку.

Бригадна допомога для важкохворих пенсіонерів включає соціальні та медичні послуги. Працівники забезпечують побутову допомогу, а медичні сестри виконують сестринський догляд.

Громадяни у стаціонарних установах отримують повний комплекс соціальних послуг, включаючи медичну допомогу та соціально-трудову реабілітацію.

Для літніх людей і інвалідів у системі Міністерства праці та соціальної політики України діють будинки-інтернати, геріатричні пансіонати, пансіонати для ветеранів, дитячі й психоневрологічні інтернати. Їх діяльність регламентована наказом від 29.12.2001 «Про затвердження типових положень про будинки-інтернати для громадян похилого віку, інвалідів та дітей».

Мешканці будинків-інтернатів та пансіонатів забезпечуються відповідно до встановлених норм, які охоплюють широкий спектр послуг для підтримки їхньої життєдіяльності та добробуту.

Передусім вони отримують комфортне житло з комунально-побутовими зручностями, забезпечуються одягом, взуттям, постільною білизною, інвентарем і столовим посудом. Харчування організовано чотириразово (для дітей – п’ятиразово) з урахуванням віку та стану здоров’я, включаючи дієтичні страви.

Цілодобове медичне обслуговування передбачає консультації, лікування, забезпечення засобами медичної корекції, протезно-ортопедичними виробами, інвалідними колясками та медикаментами [47, с. 15]. Для дітей також проводиться щорічне оздоровлення.

Окрім основних послуг, мешканцям надаються комунальні зручності, такі як опалення, освітлення, водопостачання, а також можливості для працетерапії. Важливим елементом є культурно-масові та спортивні заходи, які організовуються з урахуванням віку та стану здоров’я підопічних, сприяючи їхній адаптації до умов проживання.

Особи, які проживають в інтернатах і пансіонатах, за необхідності стаціонарного лікування направляються до закладів Міністерства охорони здоров’я України згідно з чинним порядком [15, с. 165].

Мешканці зберігають право на пенсії та допомоги відповідно до законодавства.

Будинки-інтернати для громадян похилого віку, інвалідів, геріатричні пансіонати та пансіонати для ветеранів війни є стаціонарними установами для постійного проживання осіб, які потребують догляду, побутового та медичного обслуговування. На державне утримання приймаються літні люди, які досягли пенсійного віку, та інваліди першої й другої груп старші за 18 років, що потребують сторонньої допомоги, не мають працездатних родичів, які зобов'язані їх утримувати, і відповідають медичним вимогам для проживання в інтернаті.

Ветерани війни та постраждалі від Чорнобильської катастрофи I-III категорій за законом мають право на позачергове влаштування до будинку-інтернату.

Ветерани, відповідно до Закону України «Про основні засади соціального захисту ветеранів праці та інших громадян похилого віку в Україні», та члени сімей загиблих військовослужбовців мають переважне право на влаштування до будинку-інтернату.

Як виняток, до інтернату можуть прийматися літні люди та інваліди, які мають працездатних дітей або родичів, що за законом повинні їх утримувати, якщо ті об'єктивно не можуть виконати свої обов'язки. За наявності вільних місць можливе прийняття осіб із працездатними родичами за умови повного відшкодування витрат.

Особи, що мають пільги, сплачують за утримання з урахуванням цих пільг. Для бажаючих, за умови наявності вільних приміщень, у будинку-інтернаті можуть створюватися платні відділення, які діють на госпрозрахунковій основі [26, с. 41].

Літні люди, інваліди, ветерани війни та праці можуть бути прийняті до будинку-інтернату на тимчасове проживання (1-6 місяців) за наявності вільних місць, як на загальних підставах, так і на платній основі.

Путівка до будинку-інтернату видається за наявності таких документів:

1. особистої заяви про прийняття;
2. паспорта чи іншого документа, що підтверджує особу;
3. медичної картки з висновком про необхідність стороннього догляду;
4. довідки про розмір пенсії;
5. довідки про склад сім'ї;
6. довідки медико-соціальної експертної комісії про групу інвалідності (за наявності).

Відрахування підопічного здійснюється за наказом установи: за особистою заявою підопічного з довідкою про житло або згодою родичів на утримання; при встановленні інвалідності I чи II групи для осіб, які не досягли пенсійного віку, або III групи інвалідності [27, с. 180].

Таким чином, старість можна визначити як період припинення трудової діяльності та виходу на пенсію, що часто призводить до послаблення соціальної ролі літніх людей у суспільстві. Похилий вік характеризується специфічними змінами внутрішнього характеру та умов життя, які впливають на фізичний і соціальний стан людини.

Самотність у цьому контексті розглядається як соціально-психологічне явище, яке проявляється в емоційному стані літніх людей, котрі відчувають потребу в позитивних емоційних зв'язках із оточуючими. Соціальна ізоляція може викликати страх втрати таких зв'язків, що посилює відчуття самотності.

Соціальна робота з самотніми літніми людьми є процесом цілеспрямованої організаційної діяльності. Її мета полягає у наданні допомоги клієнтам, які опинилися у складних життєвих обставинах, через ефективне вирішення їхніх проблем і створення умов для поліпшення якості життя.

1.3. Принципи і методи дослідження адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах

Для більш об'єктивного аналізу проблеми тренінгу у соціальній роботі, спрямованій на формування навичок користування Інтернетом у людей похилого

віку, було визначено низку наукових принципів, які забезпечують глибше розуміння досліджуваної теми.

Принцип об’єктивності передбачає отримання інформації, яка точно відображає об’єкт дослідження, виключаючи вплив суб’єктивних факторів, таких як світоглядні чи моральні позиції дослідника. Дотримання цього принципу дозволяє максимально неупереджено аналізувати становище літніх людей у суспільстві та особливості їх користування Інтернетом.

Принцип системності орієнтує на всебічний аналіз предмета, розкриваючи його внутрішні та зовнішні аспекти, єдність форми та змісту, структури та елементів. Це дозволяє вивчати проблему людей похилого віку у сукупності факторів, розкладаючи її на складники для повнішого розуміння.

Принцип історизму акцентує увагу на розвитку та взаємозв’язку причин і наслідків проблеми. Використання цього підходу допомагає простежити історичне формування труднощів, які виникають у літніх людей під час користування Інтернетом, а також знайти способи їх подолання [30, с. 114].

Принцип розвитку базується на законах діалектики, розглядаючи явища у динаміці. Він дозволяє дослідити, як технічний прогрес ускладнює взаємодію літніх людей із сучасними технологіями, та знайти методи підтримки у цьому процесі.

Принцип синергізму спрямований на розробку ефективного механізму впливу, враховуючи такі ефекти, як дифузія (проникнення ідей у суміжні області) та резонанс (стимулювання змін у суміжних сферах). Цей підхід сприяє творчому підходу до оптимізації тренінгів, орієнтованих на вирішення проблем літніх людей.

Дотримання зазначених принципів гарантує об’єктивність, точність та всебічність аналізу, забезпечуючи розгляд досліджуваного явища в контексті його історичного розвитку та сучасних викликів. Цей підхід дозволяє отримати науково обґрунтовані результати, спрямовані на розробку ефективних методів допомоги людям похилого віку у користуванні Інтернетом [45].

Реалізація принципів дослідження можлива лише за допомогою загальнонаукових методів, які забезпечують системність і точність аналізу. Основу становлять загальнологічні методи, такі як аналіз, синтез, абстрагування, індукція та дедукція.

Аналіз передбачає поділ об’єкта на складові частини для їх окремого вивчення, розкриття тенденцій розвитку та способів функціонування. Синтез, у свою чергу, є об’єднанням цих частин у єдине ціле, що дозволяє виявити зв’язки між елементами та зрозуміти сутність об’єкта.

Абстрагування полягає у виділенні важливих ознак досліджуваного явища та відволіканні уваги від несуттєвих характеристик. Це допомагає зосередитися на головних аспектах проблеми.

Індукція є методом переходу від окремих фактів до загальних висновків, виявляючи закономірності. Протилежним прийомом є дедукція, яка рухається від загальних знань до конкретних фактів, логічно виводячи нові знання із загальних правил [52, с. 104].

Головним методом дослідження в роботі є порівняння. Цей метод дозволяє встановити схожість та відмінності між об’єктами, виокремити їхні спільні риси, що сприяє розумінню закономірностей. Для плідного порівняння важливо, щоб об’єкти мали об’єктивну спільність і порівнювалися за найсуттєвішими ознаками.

Інформація, отримана шляхом порівняння, може бути первинною або похідною. Часто основною метою є виявлення вторинної інформації, наприклад, через висновок по аналогії, коли нові явища співставляються з уже відомими.

Крім загальнонаукових підходів, у дослідженні застосовуватимуться емпіричні методи, які забезпечують пізнання окремих аспектів реального світу, характерних для конкретних систем знань.

Класифікація методів соціальної роботи базується на мотиваційних характеристиках способів впливу на стан і поведінку особистості, групи чи спільноти. Одним із ключових компонентів цієї класифікації є соціальна діагностика, яка виступає процесом дослідження соціального об’єкта або явища

через розпізнавання та вивчення причинно-наслідкових зв'язків, що характеризують його стан і тенденції розвитку. Цей етап зазвичай є початковим перед застосуванням інших технологій у соціальній роботі [18, с. 103].

Методи соціальної діагностики умовно поділяються на дві основні групи:

1. Методи проведення діагностичного дослідження, які забезпечують збір достовірної інформації.
2. Методи аналізу діагностичної інформації, які допомагають визначити пріоритетність проблем.

До першої групи належать методи збору первинної інформації, аналіз документів і статистичних матеріалів, бесіда, спостереження, інтерв'ю, анкетування, тестування тощо.

На початковому етапі діагностики важливо зібрати первинну інформацію та вивчити наявні документи, зокрема нормативні акти, довідки та звіти. Це дозволяє сформувати початкове уявлення про досліджуване явище.

Одним із найпоширеніших методів є бесіда, яка має дослідницький і клінічний характер. Вона дозволяє отримати точну інформацію, перевірити припущення та відновити контекст проблеми.

Особливе місце серед методів займає спостереження, яке дозволяє вивчати клієнта, його психологічні особливості, оцінювати ситуацію, відношення до оточуючих. Дані про поведінкові реакції фіксуються фахівцем у журналі спостереження [47, с. 21].

Методи спостереження тісно взаємодіють з іншими діагностичними методами, такими як інтерв'ю, анкетування та тестування. Фахівець може використовувати спостереження під час проведення інтерв'ю або у процесі заповнення анкет і виконання тестових завдань, що дозволяє отримати додаткову інформацію про об'єкт дослідження.

Інтерв'ю є ефективним способом збору діагностичної інформації. Виділяють два типи інтерв'ю: вільне інтерв'ю, де фахівець лише мінімально впливає на хід бесіди, задаючи навідні запитання; формалізоване інтерв'ю, у якому запитання структуровані, а роль фахівця є активною.

Анкетування використовується для збору даних у великої кількості респондентів, зокрема думок і фактів. Для ефективного анкетування слід дотримуватися кількох вимог: формулювати мету дослідження чітко, створювати короткі й зрозумілі запитання, що дозволяють однозначні відповіді («так» або «ні»), розташовувати питання логічно та групувати їх для полегшення обробки інформації.

Тестування дає можливість отримати детальну інформацію за допомогою питань, проективних малюнків або геометричних фігур. Ці тести розробляються фахівцями та можуть визначати рівень тривожності, товариськості, комунікабельності та стресостійкості.

Після проведення діагностики відбувається аналіз отриманої інформації та визначення пріоритетних проблем. Для цього застосовуються методи класифікації, кореляції, порівняльного аналізу, конвент-аналізу, ранжування альтернатив, диференціації тощо [6, с. 38].

Застосування методів соціальної діагностики є важливим для оцінки соціально-психологічного стану літньої людини, її здатності адаптуватися до змін і виявлення особистісних якостей, що необхідно враховувати у груповій роботі. Це дозволяє не лише організувати ефективний процес взаємодії, але й створити дієздатну та підтримуючу групу, спрямовану на вирішення проблем літніх людей.

Методи соціальної роботи поділяються на три основні групи: соціально-економічні, організаційно-розпорядчі та психолого-педагогічні, кожна з яких спрямована на вирішення різних аспектів підтримки клієнтів.

Соціально-економічні методи зосереджуються на впливі на матеріальні, моральні, сімейні та інші інтереси, а також на потреби та цінності підопічних. Вони відіграють ключову роль у мотивації та підтримці життєдіяльності людей, які цього потребують. Особливу актуальність ці методи мають у роботі з людьми похилого віку, які після виходу на пенсію часто стикаються з труднощами в матеріальній, соціальній та духовній сферах. Серед них найбільш гострими є

проблеми матеріального забезпечення, що вимагають адресної та системної підтримки [1, с. 308].

Організаційно-розпорядчі методи базуються на таких мотивах поведінки, як усвідомлення необхідності дотримання громадської та трудової дисципліни, почуття обов'язку і відповідальності. Ці методи спрямовані на впорядкування взаємодії в соціальній роботі через субординацію та координацію дій як окремих спеціалістів, так і всієї структури соціальних служб. Відмінною особливістю цих методів є прямий характер впливу, який базується на нормативно-правових актах, що регламентують роботу фахівців та організацій.

Для ефективної роботи з людьми похилого віку соціальний працівник має орієнтуватися на законодавчу базу, що регулює права та можливості цієї категорії населення. Це допоможе забезпечити отримання всіх видів допомоги, передбачених законодавством, а також захистити їхні права та інтереси.

Психолого-педагогічні методи характеризуються непрямим впливом на людину через регуляцію її соціального самопочуття та поведінки. Цей вплив спрямований на свідомість, яка є основним регулятором поведінки, адже кожен імпульс до дії залежить від сформованих у людини поглядів, принципів і норм. Завдяки цим методам у літніх людей можна сформувати установки та навички, що допоможуть їм адаптуватися до швидких соціальних і економічних змін, а також задовольняти свої потреби в умовах сучасного суспільства [38].

Основним методом розвитку духовного світу особистості є переконання. Воно апелює до логіки та розуму людини, сприяючи розвитку її мислення. Цей метод реалізується через роз'яснення, поради, аргументовані рекомендації, позитивні приклади та зразки активної життєдіяльності. Використання переконання дозволяє осмислено засвоювати наукові знання, правові норми, а також етичні й естетичні ідеали, що сприяє гармонійній адаптації в суспільстві.

У практиці соціальної роботи широко застосовуються різновиди методів переконання, серед яких ключовими є інформація, дискусія та взаємне просвітництво [57, с. 76].

Інформація виступає базовим методом, що використовується для ознайомлення з новими ідеями, теоріями та фактами, які є важливими для освіти у певній галузі. Особливе значення цей метод має у профілактичній роботі. Ефективність інформаційного впливу залежить від її повноти, об'єктивності, суспільної значущості та цінності. Основними формами передачі інформації є розповідь, бесіда, лекція тощо. Для підвищення інтересу до інформації важливими є простота, доступність, логічність, доказовість та послідовність її подання.

Психологічний вплив у соціальній роботі спрямований на зміну механізмів регуляції поведінки й діяльності людини. Він здійснюється через вербальні засоби, які можуть мати різний сенс для різних осіб, а також через невербальну інформацію, таку як інтонація, міміка та жести. Ще одним ефективним підходом є залучення людини до спеціально організованої діяльності, яка сприяє змінам у її поведінці [63, с. 92].

Серед важливих психологічних феноменів, які використовуються у практиці, є наслідування. Воно полягає у відтворенні дій, вчинків і якостей іншої людини. Умовами ефективного наслідування є привабливість образу, позитивне емоційне ставлення, менша досвідченість наслідувача порівняно з об'єктом, а також ясність і доступність для сприйняття.

Навіювання є методом впливу, який спрямований на несвідоме та емоційну сферу людини через словесні засоби. Ефективність цього методу значною мірою залежить від авторитету джерела інформації. Існують три основні форми навіювання: гіпнотичне, яке застосовується у стані гіпнозу; навіювання у стані релаксації, коли людина перебуває у фізичному та психічному розслабленні; та навіювання в активному стані, за якого людина залишається свідомою та активною.

У соціальній роботі механізм педагогічної регуляції стану та поведінки людини часто поєднується із соціально-психологічними методами. Ці методи орієнтовані на формування певних рис свідомості, які залежать від умов життя, діяльності та особистого досвіду людини. До таких методів належать

використання творчого потенціалу звичаїв і традицій, проведення соціологічних досліджень, застосування соціально-психологічної діагностики, інформування та створення можливостей для розвитку творчих здібностей.

Взаємозв'язок різних факторів, що впливають на свідомість і поведінку людини, вимагає використання всіх груп методів соціальної роботи. Їх взаємопов'язаність передбачає комплексний підхід, що є основним принципом ефективної соціальної роботи.

У межах цього дослідження будуть використані загальнонаукові та емпіричні методи, а також дотримані принципи об'єктивності, системності, історизму, розвитку та синергізму. Такий підхід дозволить забезпечити всебічний і глибокий аналіз досліджуваної проблеми [55, с. 118].

Аналіз стану наукових досліджень у сфері соціальної роботи з людьми похилого віку свідчить про те, що проблеми старості та старіння виникли разом із розвитком суспільства. Вагомий внесок у вивчення старості зробив Ф. Гальтон, чиї ідеї продовжили такі вчені, як К. Юнг, А. Адлер, Е. Еріксон і Дж. Холл. У 50-х роках XX століття Р. Хевігхерст і Р. Альбрехт ввели в науковий обіг термін «геронтологія».

Соціальну адаптацію як явище вивчали представники різних наукових підходів: інтеракціоністи (Л. Філіпс), необіхевіористи (Г. Айзенк, Р. Хенкі), психоаналітики (Ф. Ніцше, З. Фрейд, Г. Гартман) і антропологи (Е. Вестермарк, А. Редкліфф-Браун, Б. Маліновський). Сьогодні проблемами людей похилого віку активно займаються такі українські науковці, як В. М. Шахрай, Л. Т. Тюптя, І. Д. Звєрєва, А. І. Капська, І. Г. Зайнишев. Н. Кабаченко і Т. Семигіна підкреслюють необхідність комплексного підходу у соціальній роботі з літніми людьми.

У нашому дослідженні ми будемо використовувати такі визначення ключових понять:

Тренінг – це метод соціальної роботи, що поєднує психотерапевтичні, психокорекційні та навчальні підходи для формування конкретних умінь і навичок.

Люди похилого віку – статево-вікова група осіб віком від 65 років, які характеризуються зниженням адаптивних можливостей і руйнівними змінами в організмі.

При вивченні тренінгу у соціальній роботі з формування навичок користування Інтернетом у літніх людей ми будемо керуватися загальнонауковими принципами: об’єктивності, системності, історизму, розвитку та синергізму [39, с. 78].

Дослідження базуватиметься на загальнонаукових методах, таких як аналіз, синтез, абстрагування, індукція, дедукція та порівняння, а також на емпіричних методах. До останніх належать соціальна діагностика, соціально-економічні, організаційно-розпорядчі та психолого-педагогічні підходи, які забезпечать комплексний аналіз проблеми.

РОЗДІЛ 2
ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ДО УМОВ ЖИТТЯ В ГЕРІАТРИЧНИХ ПАНСІОНАТАХ

2.1. Люди похилого віку як клієнти соціальної роботи

Забезпечення гідного життя літнім людям, які становлять п’яту частину населення України, є важливим завданням сучасного суспільства. У цьому контексті соціальна робота з літніми людьми набуває особливого значення в системі соціального обслуговування.

Старість супроводжується зміною соціального статусу через припинення або обмеження трудової діяльності, трансформацію цінностей, способу життя і спілкування. Такі зміни створюють труднощі у соціально-побутовій і психологічній адаптації, що потребує впровадження спеціальних підходів і методів соціальної роботи.

Зростання чисельності літніх людей вимагає суттєвих змін у соціальній політиці, особливо в умовах переходу до ринкової економіки, щоб забезпечити підтримку цієї вразливої категорії населення.

Проблему старості вчені та практики розглядають із різних позицій – біологічної, фізіологічної, психологічної, соціологічної та інших. Відповідно, підходи до вирішення питань соціального статусу, ролі літніх людей у родині, організації їх соціального забезпечення, обслуговування й реабілітації мають свої особливості. Процес старіння серед різних груп і окремих людей є неоднорідним.

Визначаючи літніх людей як соціально-демографічну групу, важливо враховувати внутрішню вікову різноманітність і специфіку їхніх потреб.

Серед цієї категорії є як здорові, так і хворі; самотні або ті, хто проживають у сім’ях; оптимістичні й активні чи, навпаки, малоактивні й зневірені. Одні задоволені життям після виходу на пенсію, інші відчувають розчарування. Такі відмінності потребують індивідуального підходу у роботі з літніми людьми.

Для ефективної роботи з літніми людьми соціальний працівник має враховувати їхнє соціально-економічне становище, характер, матеріальні та духовні потреби, стан здоров'я, а також орієнтуватися в сучасних досягненнях науки й практики в цій сфері. Практика свідчить, що зміна соціального статусу у старості часто негативно впливає на моральний і матеріальний добробут, погіршує психічний стан, знижує імунітет і ускладнює адаптацію до змін навколишнього середовища [48, с. 31].

З 60-х років XX століття розпочалися спроби теоретичного узагальнення досвіду та спостережень за процесом старіння, які допомагають визначити роль літніх людей у суспільстві.

1. Теорія роз'єднання пояснює старіння як поступове взаємне віддалення між особистістю та суспільством, що призводить до втрати соціальних зв'язків і ролей. Цей процес готує людину до завершення життєвого циклу. Він характеризується зменшенням соціальних контактів, зниженням значущості матеріальних цінностей і переважанням внутрішніх переживань.

2. Теорія активності стверджує, що у старшому віці важливо максимально підтримувати соціальні контакти й активність. Літня людина повинна зберігати свої потреби та бажання, притаманні їй у середньому віці. Старіння, згідно з цією теорією, є боротьбою за збереження активного способу життя.

3. Теорія розвитку та безперервності життєвого шляху акцентує на важливості попередніх життєвих етапів для розуміння старості. Індивідуальний досвід готує людину до виконання нових соціальних ролей у старшому віці. Старіння розглядається як адаптація, що передбачає збереження колишнього стилю життя. Нормальне старіння можливе за умови багатогранної адаптації.

4. Теорія маргінальності описує старість як девіантний стан. Літні люди часто сприймаються як ізгої через низькі доходи, обмежені можливості та стереотипи про їхню пасивність. Для покращення їхнього становища необхідно розробляти соціальні програми, спрямовані на підтримку цієї групи.

5. Теорія вікової стратифікації пояснює поділ суспільства за віком і соціальними ознаками. Вона підкреслює, що кожне покоління літніх людей унікальне, має свій досвід і особливості способу життя, характерні для його часу.

6. Теорія меншин та субкультури аналізує старість як соціальне явище. Перша вважає літніх людей меншиною із зниженим соціально-економічним статусом. Друга розглядає їх як субкультуру, яка характеризується особливою близькістю між членами старшого покоління та специфічними формами взаємодії з іншими групами [21, с. 149].

Ці теорії висвітлюють старість у двох протилежних аспектах. З одного боку, вона постає як неминуче виключення літніх людей із суспільного життя через економічні труднощі, вікову стратифікацію, стигматизацію, зниження соціальної активності, обмеження контактів, уповільнення розумових процесів і психологічні особливості. З іншого боку, збереження активної позиції та підтримка соціальних зв’язків сприяють адаптації до нового статусу та попереджають ізоляцію. Обидві теорії доповнюють одна одну, підкреслюючи важливість комплексного аналізу старіння.

Старіння часто змінює не лише взаємини з суспільством, а й ціннісні орієнтири, такі як сенс життя, щастя, добро і зло. Разом із цим змінюється спосіб життя, розпорядок дня і коло спілкування.

З віком самооцінка набуває інших акцентів: зовнішність відходить на другий план, поступаючись фізичному і внутрішньому стану. Часова перспектива також змінюється: для глибокої старості характерний акцент на минулому, тоді як інші більше думають про майбутнє. Для літніх людей найближче майбутнє стає важливішим, а час здається швидшим, але менш насиченим подіями.

Літні люди часто опиняються на узбіччі життя. Це зумовлено не лише матеріальними труднощами, але й психологічними проблемами. Вихід на пенсію, втрата близьких, хвороби, звуження кола спілкування та сфер діяльності призводять до збіднення життя, втрати позитивних емоцій, самотності й відчуття непотрібності. Зі зростанням тривалості життя та зниженням народжуваності

частка літніх людей у суспільстві значно збільшується, що потребує належної організації допомоги [27, с. 181].

Слід враховувати дві ключові особливості стилю життя літніх людей. Перша – незначна насиченість життя подіями, але вони заповнюють весь індивідуальний простір і час. Події, які молодь сприймає як дрібниці, для літньої людини стають головною справою дня.

Друга особливість – специфічне сприйняття часу. Літня людина переважно зосереджена на теперішньому, а хід часу уповільнюється, стаючи більш плавним [39, с. 104].

Ключовою проблемою для літніх людей є нерозкритий потенціал і відчуття чи страх власної непотрібності. Крім того, їхній потенціал часто не узгоджується з менталітетом молодших поколінь, що підкреслює важливість розгляду поняття «самотність».

Самотність, аналізована багатьма вітчизняними та зарубіжними психологами, має численні значення, які залежать від теоретичного підходу до вивчення цього соціально-психологічного явища.

За визначенням із психологічного словника, самотність є психогенним чинником, який впливає на емоційний стан людини, що перебуває в умовах ізоляції. Ізоляція – експериментальна, географічна, соціальна чи тюремна – розриває живі зв'язки з людьми, що викликає гострі емоційні реакції, тривогу, депресію та фізіологічні зміни. З часом ізоляція підсилює потребу в спілкуванні [11, с. 12].

Поняття самотності має різні трактування як у вітчизняній, так і зарубіжній психології. Воно отримує різні визначення залежно від контексту досліджень і теоретичних підходів авторів.

Л.А. Коростильова виділяє три основні аспекти розуміння самотності: психологічний, філософський і побутовий. У психологічному сенсі самотність полягає у втраті важливих зв'язків, емоційній ізоляції та відчутті непотрібності. У філософському – людина може відчувати самотність навіть за наявності значущих зв'язків, якщо вони не викликають позитивних почуттів. У побутовому

аспекті самотність може бути шлюбною (відсутність офіційного шлюбу) чи родинною (відсутність близьких родичів) [38].

Ю.М. Швалб і О.В. Данчева зазначають, що усвідомлення людиною тимчасовості ізоляції та можливості повернення до звичних контактів полегшує переживання самотності. Однак неможливість протистояти примусовій ізоляції призводить до внутрішнього відчуження, що супроводжується відчуттям безглуздого існування. Відсутність внутрішньої культури може викликати дезінтеграцію особистості в умовах відриву від звичного середовища [58, с. 44].

Н.А. Агильдеєв відзначає, що самотність, на відміну від усамітнення, «суперечить самій сутності людини як соціальної істоти» [4, с. 90]. Вона «відокремлює особистість від колективу, створює її закритий внутрішній світ, вибудовуючи невидиму стіну між людиною та зовнішнім середовищем, яку неможливо побачити зі сторони». В такому стані проблеми інших стають байдужими, а відчуження руйнує солідарність людства [4, с. 103].

Деякі автори вважають, що самотність не є природною властивістю людини, а виникає через несприятливі умови існування. Вона постає як неможливість повноцінного зв’язку між людьми, спільного обміну почуттями та розуміння один одного, що створює трагедію особистості та відчуття відокремленості.

Н.Е. Покровський описує самотність як стан, спричинений втратою зв’язків із сім’єю, колективом чи суспільством. О.Н. Кузнєцов підкреслює універсальність цієї проблеми, яка однаково стосується як чоловіків, так і жінок [18, с. 62].

Р.С. Нємов визначає самотність як важкий психічний стан, що супроводжується поганим настроєм і сильними емоційними переживаннями [23, с. 231].

Г.С. Абрамова називає самотність однією з найгостріших проблем XX і XXI століть. Це складний емоційний стан, зумовлений порушенням взаємодії з соціальним, сімейним чи професійним середовищем, а не лише відсутністю сім’ї [1, с. 47].

Л.П. Грімак бачить самотність як внутрішній важкий стан, що виникає через втрату контактів із людьми.

Ю. Хоріцка та С. Шевченко розглядають самотність як соціальне явище, яке виникає через дезадаптацію та порушення зв'язків індивіда із соціальним середовищем.

За словами психіатра М.Е. Телешевської, самотність – це глибоко суб'єктивне переживання ізоляції, «порожнечі», що руйнує внутрішній світ людини. Вона вважає, що неможливість бути на самоті є протиприродною і веде до духовної та соціальної деградації.

У зарубіжній психології поняття самотності має багато визначень. Зупинимося на кількох із них.

Д. Рассел вважає самотність складним відчуттям, що охоплює думки, почуття та вчинки особистості, акцентуючи роль свідомості у цьому процесі. Він сприймає самотність як можливість для усамітнення й осмислення важливих моментів життя, надаючи цьому явищу позитивного змісту. У його трактуванні самотність фактично збігається з усамітненням і є конструктивним станом.

Однак більшість дослідників вважають самотність болісним станом, що виникає через брак значущих соціальних зв'язків. Наприклад, Ф. Фромм-Рейхман характеризує її як екстремальний стан, здатний призвести до психотичних розладів [51, с. 59].

У. А. Садлер і Т. Б. Джонсон визначають самотність як форму самосприйняття та гостру самосвідомість, що виникає через порушення у системі зв'язків. Самотність часто проявляється як потреба в контактах, взаємодії чи включеності у групу. Основним аспектом є усвідомлення втрати чогось важливого, що супроводжується відчуттям краху [32, с. 121]. На їхню думку, самотність спричиняє стрес і виявляє розрив у стосунках та зв'язках особистості.

Попри численні дослідження, самотність залишається одним із найскладніших понять сучасної соціальної психології. Її трактування є різноманітними та суперечливими, що потребує глибшого аналізу. Дослідники сходяться на думці, що самотність пов'язана з відчуттям відірваності від родини,

спільноти чи реальності. Ця «відірваність» може виявлятися як фізична ізоляція чи розрив духовних зв'язків, які є основою взаємодії людини із соціальним середовищем.

Дослідження свідчать, що фізична ізоляція не завжди викликає самотність. Самотність, або соціальна ізоляція, є важливою частиною гармонійного духовного життя поряд із багатогранним спілкуванням. Вона не припиняє взаємодію, а фокусується на найбільш значущих і збагачуючих формах спілкування. Дж. Зілбург розрізняє відокремленість як природний стан, зумовлений відсутністю іншої людини, та самотність, яку він описує як хворобливий і тривалий стан.

Самотність відображає емоційний стан людини в конкретний момент або період життя. Вона може виникати навіть у присутності інших. Відомий вислів «самотність у натовпі» точно описує тих, хто відчуває психологічний дискомфорт у процесі соціальної взаємодії.

Поняття «самотність» не має однозначного трактування, і його розуміння залежить від контексту. У зарубіжній психології самотність може розглядатися як стан із двома основними аспектами. З одного боку, це можливість для індивіда залишитися наодинці з собою, осмислюючи події свого життя, що надає цьому явищу позитивного відтінку. З іншого боку, самотність може бути інтенсивним і болісним переживанням, яке виникає через відсутність значущих зв'язків та стосунків, що робить цю проблему особливо актуальною для психологічних досліджень [2, с. 381].

Оскільки самотність є ситуативним поняттям, можна вважати, що її відчуває людина, опинившись у певних обставинах. Наприклад, В. Серма вважає, що основним фактором виникнення самотності є конкретні ситуації в житті людини, такі як смерть близьких, розлучення, переїзд у нову місцевість та інші події, що можуть викликати почуття самотності. В. Серма навіть розробив «анкету ситуативної самотності», вважаючи, що самотність виникає через суб'єктивне відчуття «невідповідності між реальним станом і бажаним

ідеальним». Коли ситуація змінюється, самотність зазвичай припиняється [33, с. 231].

Про «вічний» характер самотності говорили представники різних теоретичних напрямів, серед яких можна виділити екзистенціальний, біологічний та соціологічний підходи. Кожен з цих підходів має свої особливості та підхід до розуміння цього феномену, тому варто розглянути їх детальніше.

Психологи екзистенціального напряму розглядають самотність як універсальне і неминуче явище, що є частиною людського існування. Вони вважають, що самотність закладена в самій сутності буття, оскільки кожна людина унікальна й ніхто не може повністю розділити її думки й переживання. Самотність, на їхню думку, виникає з реалій індивідуального існування та проявляється в крайніх життєвих ситуаціях, таких як народження, смерть чи значущі зміни в житті. Однак екзистенціалісти підкреслюють позитивний аспект цього стану, закликаючи сприймати його як можливість для внутрішнього діалогу та взаємодії із суспільством, що відкриває перспективи для особистісного розвитку.

Психологи психодинамічного напряму, навпаки, розглядають самотність як хронічний і негативний стан, що супроводжує людину протягом усього життя. Ф. Фромм-Рейхман описує її як приховану «хворобу», яку складно виявити й неможливо повністю вилікувати. Вона вважає, що самотність закладена в сутності людини, як метафізично, так і психологічно, що свідчить про її невід’ємність від людської природи.

Представники біологічної теорії також трактують самотність як «вічне поняття», прирівнюючи її до базових фізіологічних потреб людини, таких як дихання, їжа чи сон. Наприклад, М. Міюськович зазначав, що самотність є постійною складовою існування людини, і питання полягає лише в тому, чи задовольняється ця потреба [21, с. 54]. У цьому контексті самотність розглядається як природна і незмінна частина життя.

Розглядаючи походження та розвиток самотності, дослідники виділяють кілька її типів, зокрема міжособову, внутрішньоособову та надособову. В межах

внутрішньоособового підходу особливе місце займає психодинамічна теорія, яка пояснює самотність через клінічну практику. Представники цього напряму, зокрема Ф. Фромм-Рейхман, розглядають самотність як феномен, тісно пов'язаний із дитячими передумовами. Вона вважала, що найгостріше самотність переживається артистичними й емоційно нестабільними особистостями, що іноді межує з патологією. Цей підхід викликає дискусії, оскільки часто трактує самотність як явище, що потребує психіатричного втручання. Водночас він наголошує на важливості аналізу причин самотності, які формуються ще в дитинстві [51, с. 27].

Представники міжособового підходу вважають, що причину самотності слід шукати у сфері людських взаємодій. За словами Мартіна Бубера, основоположним фактом людського існування є стан «людина з людиною». Він стверджував, що самотня людина може подолати свою ізоляцію, лише зрозумівши іншу особу у всій її унікальності.

Соціологічна теорія також акцентує увагу на міжособистісних стосунках. Д. Рісмен і Н. Глазер відзначають, що сучасні індивіди, зокрема американці, все більше орієнтуються на зовнішнє середовище. Люди, «орієнтовані на інших», не тільки прагнуть подобатися, але й постійно адаптують свою поведінку до оточення, контролюючи соціальну взаємодію.

У надособовому підході самотність розглядається як явище, що має фатальний і універсальний характер. Вона вважається невідворотною складовою людського буття, яка вражає кожного.

Деякі дослідники трактують самотність як нормальний стан, який може відчувати будь-яка здорова людина, незалежно від віку чи статусу. Водночас інші, як-от Фромм-Рейхман, розглядають самотність як патологічний стан, що не піддається остаточному лікуванню, підкреслюючи її складний і хронічний характер [51, с. 44].

У психодинамічній теорії основну увагу приділяють особистості у її найглибших і найпарадоксальніших проявах. Деякі з цих проявів часто інтерпретуються як патологічні. Відомо, що в кризових ситуаціях чи навіть під

час сильних емоцій, таких як безмежна радість, поведінка людини може виглядати неадекватною. Травматичні події, наприклад смерть близької людини чи розлучення, здатні спричинити довготривалу емоційну напругу, яка вимагає мобілізації ресурсів і може провокувати загострення «незвичних» поведінкових проявів.

Дж. Флендерс розглядає самотність як потенційно патологічний стан, описуючи її через механізм зворотного зв'язку. Вона вказує на дефіцит соціальних контактів і може бути сигналом про «збій» у системі людської взаємодії. Самотність, таким чином, є наслідком порушення норми у «системі людина».

Загалом самотність трактується як суб'єктивне переживання, що відображає відчуття соціальної ізоляції та брак підтримки. Вона є емоційним станом, що вказує на розрив у соціальних зв'язках і внутрішньому світі особистості. Рівень самотності можна розглядати як важливий індикатор якості життя, що відображає суб'єктивну оцінку благополуччя людини.

Підсумовуючи, термін «самотність» не має універсального визначення, адже в різних дослідженнях цей стан описується по-різному. Самотність може означати усвідомлене уникнення соціальних контактів, коли людина має можливість взаємодіяти, але не робить цього. Вона також може виражатися як брак відповідних людей для спілкування, невідповідність між фактичними й бажаними стосунками чи болісне переживання дефіциту соціальних зв'язків [17, с. 45].

Науковці акцентують увагу на різних аспектах цього явища. Одні досліджують когнітивну складову самотності, інші – її особистісні та емоційні переживання, а треті підкреслюють важливість реальних соціальних зв'язків. Теоретичні підходи до вивчення самотності теж відрізняються. Екзистенціальна теорія бачить у самотності можливість для рефлексії й саморозуміння, когнітивна теорія фокусується на браку взаємодій, які зміцнюють самоповагу, психодинамічна теорія пояснює самотність через досвід дитинства й труднощі у

встановленні прихильностей, а інтеракціоністська теорія об’єднує емоційні та соціальні аспекти цього феномену [17, с. 47].

У вітчизняній психології вивчення самотності здебільшого зосереджено на міжособових стосунках, а спілкування використовується як ключове поняття для аналізу її взаємозв’язків. Концепції «усамітнення» і «самотності» часто поєднуються в єдине цілісне поняття [15, с. 192].

Системний і багаторівневий підхід до самотності показує, що кожен дослідник має рацію, описуючи цей феномен на певному рівні людської системи: біологічному, соціальному чи міжособовому. Через це виникає плутанина у визначеннях, де самотність постає і як процес, і як стан, і як відчуття чи почуття. Особистий досвід кожної людини також впливає на інтерпретацію цього явища. Тому не можна абсолютизувати певну точку зору, відкидаючи інші.

Люди похилого віку є особливо вразливою соціальною групою. Їхні доходи зазвичай нижчі за середній рівень, тоді як потреби, зокрема в медичному обслуговуванні та дієтичному харчуванні, значно вищі. Часто літні люди проживають окремо від родин, що посилює труднощі у подоланні фізичних недугів і самотності. Раніше турбота про літніх покладалася переважно на родину, однак нині дедалі більшу роль у цьому процесі відіграють державні та місцеві органи, а також установи соціального захисту.

К. Вісневська-Рошковська запропонувала класифікацію життєвих позицій людей похилого віку, виділивши п’ять основних типів.

Конструктивна позиція притаманна людям, які протягом усього життя залишалися спокійними, розважливими та оптимістичними. У старості вони зберігають ці риси, залишаючись активними й відкритими до життя. Такі люди не вважають свій вік чи фізичні недуги трагедією, шукають спілкування з іншими та прагнуть допомагати оточуючим.

Залежна позиція характеризується невпевненістю в собі, схильністю до пасивності й потребою у підтримці. У старості ці люди шукають визнання й допомогу. Якщо вони не отримують цього, то почуваються нещасними та ображеними.

Захисна позиція проявляється у прагненні уникати близьких зв'язків і відмові від допомоги інших. Люди з такою позицією зазвичай тримаються замкнуто, приховують свої емоції та почуття. Старість стає для них викликом через відчуття залежності, яке вони сприймають із неприязню.

Позиція ворожості до світу властива тим, хто звинувачує оточення і суспільство у своїх життєвих невдачах. Вони є підозрілими, агресивними, не довіряють іншим і прагнуть уникати залежності. Такі люди часто відчувають огиду до старості й чинять опір змінам, які вона приносить.

Позиція ворожості до себе і свого життя характерна для пасивних і депресивних осіб. Вони не мають інтересів чи ініціативи, відчувають себе самотніми й непотрібними, а власне життя сприймають як невдале. Такі люди ставляться до смерті без страху, розглядаючи її як звільнення від страждань [23, с. 125].

Ця типологія відображає реальні особливості поведінки та життєдіяльності літніх людей, що дозволяє об'єктивно оцінювати їхні дії та підбирати найбільш ефективні методи спілкування. Вона також слугує основою для формування необхідних навичок, спрямованих на підтримку їхньої соціальної активності та адаптації.

Сучасне суспільство спостерігає зростання числа літніх людей, які живуть самотньо або у складі сімейних пар, що не мають дітей чи проживають окремо від них. Погіршення стану здоров'я в старшому віці нерідко супроводжується обмеженням фізичних можливостей, зниженням рухової активності та здатності до самообслуговування, що підвищує потребу в сторонній допомозі.

Основне завдання держави полягає в збереженні й покращенні здоров'я літніх людей, запобіганні інвалідності та відстроченні моменту, коли вони починають потребувати постійної допомоги. Для забезпечення успішної адаптації до соціального середовища необхідно враховувати психологічні особливості цього вікового періоду, а також індивідуальні характеристики, що визначаються їхнім соціальним досвідом і життєвим шляхом. Такий підхід

сприяє кращій інтеграції літніх людей у суспільство та підвищенню якості їхнього життя.

2.2. Соціальна профілактика життєвих криз в адаптації до нових умов життя

Соціальний працівник, обираючи підходи до роботи з літніми людьми, які опинилися в нових життєвих умовах, повинен враховувати особливості їхньої емоційної сфери. Це дозволяє ефективно впливати на неї з метою профілактики й корекції. Основна увага має бути зосереджена на аспектах психічної діяльності, які визначають сферу особистісних цінностей.

Літні люди часто схильні до негативних емоцій через зміни у соціальному статусі, мікросередовищі та втрачених ролях. Зниження фізичної активності, працездатності та продуктивності, а також вікові зміни можуть погіршувати їхнє самопочуття. Неможливість приносити користь іншим нерідко викликає відчуття неповноцінності, роздратування й бажання уникати контактів, що згодом може призвести до байдужості до світу.

Старість є особливим періодом життя, коли життєдіяльність значно змінюється під впливом різних зовнішніх і внутрішніх факторів. Літні люди часто стикаються з вимушеними рішеннями під тиском обставин, втратою здоров'я, близьких або фінансової стабільності. Також вони можуть відчувати обмеження в спілкуванні, культурному відпочинку та здатності до самообслуговування.

Втрата мотивації ускладнює їхню соціальну адаптацію, що призводить до психологічного дискомфорту. Згодом погіршується стан здоров'я, і літні люди потребують постійної соціальної та медичної підтримки [4, с. 21-28].

Старіння населення є глобальною проблемою в розвинених країнах. За прогнозами ООН, до 2050 року кількість людей похилого віку у світі досягне 1,5 мільярда, що становитиме близько 14,7% людства. Вже сьогодні частка літніх людей у цих країнах перевищує 20%. Демографічна ситуація в Україні

відображає світові тенденції старіння [12, с. 81–83]. Зростання числа людей похилого віку вимагає розвитку та вдосконалення геріатричної допомоги як у медичних закладах, особливо на рівні первинної медико-санітарної допомоги (ПМСД), так і в установах соціального захисту. Літні люди потребують особливої уваги, зокрема регулярних профілактичних оглядів у поліклініках, діагностичних центрах та центрах сімейної медицини. ПМСД для них має специфічні особливості, пов'язані з високою частотою хронічних захворювань, віковими змінами організму, поширеністю онкологічних хвороб, зниженням фізичної активності та великою потребою в сторонній допомозі [63, с. 17].

Турбота про літніх людей в Україні реалізується через розробку відповідної законодавчої бази та створення мережі лікувально-профілактичних закладів. Серед таких ініціатив – центри первинної медико-санітарної допомоги (ПМСД) під егідою Міністерства охорони здоров’я України, пункти догляду за тяжкохворими вдома, організовані Товариством Червоного Хреста, а також хосписи, лікарні відновного лікування та відділення сестринського догляду.

При плануванні заходів з профілактики та лікування вікових захворювань на державному та місцевому рівнях важливо враховувати демографічну ситуацію та структуру захворюваності й смертності серед літніх людей. Станом на 1 січня 2024 року, за оцінками, чисельність населення України становила близько 28-30 мільйонів осіб, без урахування мешканців тимчасово окупованих територій. Згідно з даними, частка людей віком 65 років і старше в Україні досягла 22% у 2024 році.

Соціальна профілактика є ключовим елементом технологій соціальної роботи, спрямованим на запобігання соціальним проблемам на ранніх етапах. Її заходи створюють умови для уповільнення розвитку соціальних проблем у суспільстві.

Соціальна профілактика охоплює державні, суспільні, соціально-медичні та організаційно-виховні аспекти, спрямовані на усунення чи нейтралізацію причин, які призводять до негативних соціальних явищ або відхилень у поведінці й соціальному статусі особи. Головна мета – сприяти формуванню соціально

прийнятної поведінки та забезпечувати стабільну взаємодію між індивідом і соціумом.

Профілактика також розглядається як комплекс своєчасних і науково обґрунтованих дій, що запобігають фізичним, психологічним чи соціокультурним конфліктам у групах ризику. Вона спрямована на підтримку нормального рівня життя, здоров'я і допомогу в реалізації цілей та розкритті потенціалу індивіда.

Соціальна профілактика базується на важливих принципах, що забезпечують її ефективність. Вона передбачає системний підхід, який включає аналіз причин соціальних проблем, створення умов для їх вирішення та застосування різних форм і методів роботи. Основою профілактичної діяльності є превентивність, тобто запобігання виникненню проблем. Важливим аспектом є об'єктивне визначення актуальності проблеми для конкретної особи, а також залучення її до активної участі у вирішенні ситуації.

Соціальна профілактика охоплює широкий спектр суспільних проблем, включаючи злочинність, суїциди, алкоголізм, наркоманію, безпритульність, розпад сімей, насильство в родинах, психічні розлади, інвалідність і передчасне старіння. Завдання профілактики полягає у зменшенні впливу цих явищ на суспільство.

Основними формами профілактичної діяльності є розробка профілактичних програм і реалізація конкретних заходів, спрямованих на зниження ризиків і запобігання негативним явищам. Такий підхід дозволяє зберігати соціальну стабільність і підтримувати гармонійні умови для життя.

Профілактичний захід є спеціально організованою взаємодією між фахівцями або волонтерами та представниками цільової групи, спрямованою на запобігання певній соціальній проблемі або усунення її окремих аспектів. Окремі заходи можуть впливати лише на частину чинників проблеми, тому їхня ефективність залежить від характеру причин. Такий підхід є доцільним у ситуаціях, коли причини проблеми поверхові, не пов'язані зі світоглядом або способом життя цільової групи й не потребують суттєвих змін у соціальному

середовищі. Проте, у більшості випадків, профілактичні заходи виявляються ефективними лише у поєднанні з іншими діями в межах профілактичної програми.

Профілактична програма є системою заходів, спрямованих на запобігання певній соціальній проблемі чи комплексу взаємопов'язаних проблем. Вона дозволяє реалізувати технологію комплексної соціальної профілактики, об'єднуючи дії в різних напрямах. Програма зазвичай включає співпрацю спеціалістів з різних сфер та залучає установи й організації, зацікавлені у вирішенні проблеми. Такий підхід забезпечує систематичне й ефективне запобігання негативним соціальним явищам [53, с. 154].

Ефективна профілактична програма має охоплювати всі аспекти, що сприяють підвищенню обізнаності, формуванню цінностей та навичок, а також емоційній стабільності учасників. Її реалізація залежить від рівня мотивації учасників до участі та готовності змінювати свою поведінку. Програма спрямована на розвиток знань, навичок безпечної поведінки, усвідомлення цінності здорового способу життя, а також на вдосконалення здатності регулювати емоції та адекватно виражати почуття.

Особливу роль у підтримці активної життєвої позиції літніх людей після виходу на пенсію відіграють університети третього віку. У країнах Східної Європи, наприклад, у Франції, кількість таких університетів перевищила 70. Вони пропонують освітні та навчальні курси, творчі майстерні, тренінги, курси за різними програмами, а також культурно-дозвіллєві заходи. В Україні ці форми роботи з літніми людьми поступово набувають популярності, сприяючи їхній соціальній активності та самореалізації.

Перші університети третього віку в Україні були засновані Інститутом геронтології. Їхній розвиток активно підтримується проєктами Фонду народонаселення ООН і урядом України. Сьогодні такі університети функціонують у більшості обласних центрів, часто на базі центрів соціального захисту, клубів чи вищих навчальних закладів. Вони спрямовані на активізацію соціальної та інтелектуальної діяльності літніх людей, розвиток їхніх здібностей

і забезпечення умов для фізичного та морального благополуччя. Університети також сприяють розвитку творчих здібностей, комунікативних навичок і інтелектуальних інтересів.

Дослідження, проведені у 2021-2022 роках на базі Університету третього віку при Дніпропетровському університеті ім. А. Нобеля, охопили 257 осіб віком від 59 до 78 років, які навчалися за економічними та гуманітарними напрямами [49, с. 198]. Результати показали, що 95% учасників завдяки участі в освітній і дозвіллєвій діяльності змогли подолати почуття самотності й відчуженості, отримавши можливість змістовного спілкування. Знання, отримані на заняттях, ставали темою обговорень із родичами та знайомими, що допомагало літнім людям відчувати себе впевненіше у новому соціальному й інформаційному середовищі.

Участь у культурно-дозвіллєвій діяльності позитивно вплинула на літніх людей: 90% респондентів розширили коло знайомств, знайшли однодумців, відчули емоційну єдність і покращили настрій, самопочуття та життєвий тонус. Учасники змогли подолати почуття апатії, порожнечі та похмурих думок. Крім того, 98% відзначили задоволення інтелектуальних потреб, підвищення розумової активності, розвиток пам’яті та інтелектуальних здібностей, а також розширення пізнавальних інтересів. Це стимулювало самостійну пізнавальну діяльність і поглибило їхні знання про суспільство.

Більшість учасників (92%) також повідомили про покращення змістовного ставлення до життя, відчуття зв’язку поколінь, духовної самореалізації, соціальної значущості й розкриття творчого потенціалу. Це підтверджує, що залучення літніх людей до духовних цінностей сприяє розвитку їхніх пізнавальних, ціннісно-орієнтаційних, творчих і комунікативних потенціалів [40].

Однією з основних причин когнітивних порушень у літньому віці є підвищення вимог до інтелектуальної діяльності в різних сферах життя, а також старіння населення. Це явище потребує уваги, оскільки проблема когнітивних порушень стає дедалі актуальнішою в умовах старіння суспільства.

«Університет третього віку» забезпечує літнім людям можливість безперервного навчання та розвитку творчого потенціалу. Одним із головних завдань цієї ініціативи є профілактика когнітивних порушень через тренування пам’яті, уяви та уваги. Літні люди часто стикаються з труднощами у запам'ятовуванні, концентрації, регулюванні емоційного стану, а також зі сприйняттям і відтворенням інформації. Для цього в університеті реалізуються програми інтелектуального, естетичного та фізичного розвитку, які доповнюються необхідною інформацією для підтримки когнітивних функцій.

Для стимулювання інтелектуальної активності на базі Освітнього центру діють факультет іноземних мов, історичний напрямок та гурток садівництва [32, с. 125]. Ці програми сприяють не лише розширенню знань, але й соціалізації, розвитку когнітивних функцій і стимулюванню розумової діяльності.

Напрямок вивчення іноземних мов адаптований до психологічних особливостей літніх людей, їхніх можливостей засвоєння нової інформації та рівня попередніх знань. Слухачі опановують новий матеріал через ігрові методи: вірші, пісні, скоромовки. Вони навчаються будувати прості речення, перекладати тексти, використовуючи наочні матеріали, як-от флеш-картки, малюнки чи мультфільми. Особлива увага приділяється створенню комфортної атмосфери, яка знімає страх помилок і забезпечує індивідуальний підхід до кожного. Такий підхід сприяє подоланню мовних бар’єрів та ефективному засвоєнню нових знань.

Історичний напрямок спрямований на формування теоретичних знань із залученням інтерактивних методів, таких як дискусії та дебати. Учасники не лише засвоюють інформацію, але й розвивають навички відтворення знань, формування власної думки та її аргументованого захисту. Тематика лекцій охоплює історичні пам’ятки міста, області, країни та світу. На основі отриманих знань учасники створюють власні карти подорожей, готують доповіді про значущі місця та події, що дозволяє обмінюватися досвідом і розширювати кругозір [19, с. 130].

Напрямок садівництва набув популярності серед літніх людей завдяки практичності та актуальності. Багато учасників мають земельні ділянки чи досвід у землеробстві, але потребують знань з агрономії для оптимального вибору сортів культур. Для мешканців багатоповерхівок курс включає інформацію про вирощування кімнатних декоративних рослин. Програма охоплює основи садового дизайну, врахування кліматичних умов, підбір добрив, алгоритми догляду за рослинами, використання садівничого календаря та ресурсів з відповідної тематики. Ці знання допомагають слухачам ефективно доглядати за рослинами та впроваджувати нові підходи у своєму хобі.

На заняттях з образотворчого мистецтва використовуються техніки колажу, мозаїки, оригамі та декупажу, які дозволяють літнім людям створювати оригінальні прикраси для дому чи подарунки. Така діяльність сприяє розвитку концентрації, уяви, запам’ятовування послідовності дій та дрібної моторики. Робота з папером допомагає розвивати вміння розрізняти кольори та гармонійно їх поєднувати, що сприяє створенню естетично привабливих композицій.

Заняття проходять у дружній атмосфері, де учасники підтримують і мотивують одне одного [13, с. 268]. Це сприяє розвитку художнього мислення, креативності та фантазії. Літні люди мають змогу самостійно створювати образи, комбінувати їх на папері та вигадувати власні композиції, що надає їм відчуття самореалізації.

Викладачі дотримуються принципів поваги до інтересів слухачів, поєднання навчання з розвитком, системності та послідовності. Вони також враховують індивідуальні потреби учасників, забезпечуючи диференційований підхід. Завдяки цьому слухачі не лише освоюють нові вміння, а й розвивають упевненість у собі та своїх можливостях, що мотивує їх продовжувати творчу діяльність.

Хореографічний напрямок охоплює різні танцювальні жанри, такі як класичні, народні, бальні та сучасні танці. Участь у заняттях не лише знайомить літніх людей з історією та географією танцю, а й сприяє їхньому внутрішньому збагаченню. Основна мета цього напрямку полягає у відпрацюванні вправ, що

допомагають підтримувати правильну поставу, покращувати координацію рухів, розвивати музичність і ритмічність. Під час занять учасники запам'ятовують танцювальні комбінації, працюють синхронно, спостерігаючи за хореографом і партнерами, що покращує командну роботу та соціальну взаємодію [29, с. 146].

Заняття також сприяють розвитку естетичної культури через уміння слухати і розуміти музику. Літні люди вчаться співати, розвивають голос, оцінюють якість вокалу та покращують власну музичну майстерність, що дозволяє їм глибше сприймати музику.

Для забезпечення фізичного розвитку літніх людей в рамках Освітнього центру «Університет третього віку» було впроваджено медико-валеологічний напрямок. Заняття включають фізичну культуру, рухливі та спортивні ігри, серед яких особливою популярністю користується волейбол. Це сприяє підтримці активності, покращенню фізичного стану та розвитку командного духу серед учасників.

Комп'ютерний напрямок в «Університеті третього віку» було впроваджено для поліпшення інформаційної обізнаності літніх людей. У рамках цього напрямку створено газету «Пенсіонер» і вебсайт Освітнього центру, де розміщується інформація про його діяльність. Літні слухачі освоюють комп'ютерні навички, роботу з Інтернетом, створення акаунтів у соціальних мережах і користування різними онлайн-сервісами. Ті, хто вже має комп'ютерний досвід, удосконалюють свої знання, що дозволяє їм підтримувати зв'язок із рідними та друзями, навіть якщо ті перебувають за кордоном.

Метою напрямку є підвищення якості життя літніх людей через доступ до сучасних технологій. Слухачі навчаються користуватися онлайн-сервісами, такими як Приват24, і отримують доступ до новин та фото, розміщених на вебсайті центру [8, с. 13]. Для полегшення комунікації між учасниками були створені публічні сторінки у соціальних мережах. Це сприяє інтерактивному спілкуванню, обміну досвідом і підтримці соціальних зв'язків серед слухачів.

Усі заходи в «Університеті третього віку» спрямовані на профілактику когнітивних порушень у літніх людей, оскільки ці проблеми значною мірою

залежать від рівня їхньої пізнавальної активності. Участь у навчальних і творчих процесах допомагає підтримувати та розвивати розумову діяльність, що є важливим фактором у запобіганні чи зменшенні когнітивних розладів.

Навчання в Освітньому центрі виконує не лише профілактичну функцію, а й сприяє адаптації літніх людей до нових умов життя. Воно допомагає зберігати пізнавальну активність, розвивати когнітивні функції та сприяє їхньому загальному благополуччю.

Старіння нерідко супроводжується особистісними змінами, такими як нетерпимість, консерватизм, егоцентризм і зниження емоційного фону. Ці прояви можуть посилюватися в умовах будинків-інтернатів, де специфічний режим і регламент суттєво впливають на психологічний стан мешканців. Е. Штерн зазначає, що переїзд до таких закладів є стресовою ситуацією, яка ускладнює адаптацію. Основним джерелом стресу стає втрата звичного середовища та соціальних зв’язків, що створює додаткові труднощі для літніх людей.

У літніх людей, які потрапляють до пансіонатів, часто спостерігається високий рівень тривожності, спричинений травмуючим досвідом переходу до закладу та негативним ставленням до умов проживання [11, с. 15]. З часом, через кілька тижнів чи місяців, рівень тривожності може знижуватися завдяки наявності компенсаторних механізмів у літніх людей. Однак тривале перебування в будинках-інтернатах нерідко призводить до підвищення тривожності, що свідчить про стресові фактори в таких умовах.

Ці спостереження підкреслюють важливість процесу адаптації до геріатричного пансіонату. Соціальний працівник відіграє ключову роль у підтримці літніх людей, допомагаючи зробити цей період менш болісним і сприяючи їхньому швидшому та ефективнішому пристосуванню до нового середовища.

Завдання соціального працівника полягає у запобіганні соціальній депривації та формуванні позитивного ставлення до будинків-інтернатів. Для цього важливо інформувати населення про особливості роботи таких установ, надавати відомості про розташування побутових служб, медичних кабінетів,

організацію харчування, зайнятість і дозвілля мешканців. Організація способу життя літніх людей включає навчання ефективному спілкуванню, побудові міжособистісних відносин, залучення до суспільно корисної діяльності та підтримку зв'язків із зовнішнім світом [15, с. 144].

Запобігання конфліктам через психологічну несумісність передбачає роботу з вивчення нахилів, інтересів, характеру, рівня культури та освіти мешканців. Адаптацію до умов інтернату полегшує підвищення професійного та культурного рівня персоналу. Основною метою таких установ є забезпечення комфортних умов проживання, самообслуговування, надання соціально-побутової й медичної допомоги та створення можливостей для активного способу життя.

Діяльність геріатричних установ регламентується нормативно-правовими актами, такими як Закон України «Про соціальні послуги» №966-IV, Закон України «Про державні соціальні стандарти та державні соціальні гарантії» №2017-III, а також Постанова КМУ №76 від 31.01.2007 р. про створення соціалізованих будинків для ветеранів війни, громадян похилого віку та інвалідів.

У цьому розділі встановлено, що адаптація людей похилого віку до нових умов життя залежить не лише від їхніх особистісних характеристик та впливу середовища, але й від напрямків і форм соціальної профілактичної роботи. Така діяльність сприяє ефективному подоланню труднощів адаптації, забезпечуючи превентивний вплив на проблеми, життєві кризи або складні ситуації. Профілактика допомагає зменшити негативні наслідки цих викликів і продовжити життя з усвідомленням можливих змін. Її характер і підходи залежать від сфери, в якій вона застосовується [12, с. 299].

Проект «Університет третього віку» відіграє важливу роль у соціальній профілактиці, пропонуючи літнім людям можливість розвивати свої здібності, здобувати нові професійні навички, запобігати когнітивним порушенням і розширювати коло спілкування. Це дозволяє зберігати активний спосіб життя, який не лише знижує соціальну, психологічну та фізичну вразливість, але й сприяє адаптації до вікових змін і кризових ситуацій. У складних періодах життя,

коли літні люди відчувають апатію чи відчай, профілактичні заходи стають ключовими для подолання таких станів.

Особливої уваги потребує психологічний стан літніх людей у геріатричних установах. Їх адаптація ускладнюється не лише фізичними проблемами, але й необхідністю пристосування до нових умов проживання. Для успішної адаптації важливо забезпечити широкий спектр соціальної роботи, який виходить за межі вирішення побутових питань. Персонал має активно сприяти соціалізації мешканців через організацію бесід, вечорів спогадів, тренінгів, прослуховування музики, а також інших культурно-розвиваючих заходів. Відвідування установи творчими колективами також позитивно впливає на процес адаптації. Такі заходи сприяють профілактиці ускладнень, що можуть виникати під час перебування літніх людей у геріатричних закладах.

2.3. Інноваційні методики як складова соціальної адаптації в роботі з людьми похилого віку

Адаптація – це процес інтеграції людини в суспільство, яке постійно змінюється разом із нею самою, її способом життя, поглядами та звичками. Зміни обставин, як контрольовані, так і неконтрольовані, вимагають від людини пристосування до нових умов та середовища. Юлія Лисенко зазначає, що адаптація особистості є складним і динамічним процесом, значною мірою зумовленим соціокультурними чинниками [26, с. 34].

Для літніх людей адаптація стає особливо складною через наявність сформованих звичок, поведінкових моделей і сталих цінностей, а також значного життєвого досвіду [26, с. 35].

Процес адаптації людей похилого віку ускладнюється низкою факторів, таких як погіршення матеріального становища, зниження самоповаги та поваги з боку оточуючих, почуття самотності, а також обмеження свободи вибору в організації свого часу та спілкуванні. Крім того, зменшення соціальних амбіцій і

прагнень впливає на психологічний стан літніх людей, що посилює їхнє відчуття ізольованості та непотрібності.

Часто у суспільстві увагу зосереджують на фінансових труднощах і фізичних проблемах, які супроводжують старіння. Однак питання морального стану та психологічного добробуту літніх людей залишаються менш обговорюваними. Це значною мірою впливає на їхнє фізичне здоров'я та ставлення до власної ролі у суспільстві. Після виходу на пенсію літні люди стикаються з відсутністю підтримки, оскільки немає достатньо розвинених соціальних послуг або механізмів моніторингу їхнього стану. Попри це, забезпечення психологічного комфорту та підтримка морального духу є не менш важливими, ніж матеріальна чи медична допомога.

Голованова Д. В. та Кабак О. М. зазначають, що вирішення економічних і медичних питань літніх людей можливо організувати централізовано та стандартно для всіх осіб певної вікової групи. Однак психологічні труднощі потребують індивідуального підходу, враховуючи особистісні властивості людини похилого віку та її соціальну ситуацію [2, с. 90-91]. Бакай О. також наголошує, що для літніх людей важливо підтримувати не лише фізичну активність, але й психологічне здоров'я, яке безпосередньо пов'язане з адаптацією до нових соціальних ролей, усвідомленням своїх можливостей і формуванням цілей на пізньому етапі життя [1, с. 144].

Процес адаптації літніх людей потребує врахування багатьох чинників, які впливають на їхню соціалізацію. Важливими є соціальна ситуація, рівень життя, матеріальна забезпеченість та умови середовища, в якому перебувають літні люди. Не менш значущим є вплив засобів масової інформації та екологічний стан навколишнього середовища. Водночас адаптація залежить і від особистісних характеристик: типу особистості, ціннісних орієнтацій, готовності до саморозвитку, гнучкості мислення, сили волі, а також стратегії старіння та особливостей переживання вікової кризи. Ці аспекти вказують на необхідність цілісного та індивідуалізованого підходу до роботи з літніми людьми, що дозволяє ефективніше підтримувати їхню соціальну інтеграцію.

Зважаючи на чинники, які ускладнюють адаптацію літніх людей до нових умов, проблема пристосування до життя в геріатричних пансіонатах є актуальною і потребує ефективного вирішення. На процес адаптації впливають не лише фінансові аспекти, але й психологічний стан літніх людей, який залежить від їхньої включеності у нове соціальне середовище. Важливими є відчуття власної значущості, можливість впливати на навколишнє середовище, рівень взаємопідтримки та поваги, які вони отримують від оточуючих.

Крім того, моральний стан літніх людей має значний вплив на суспільний розвиток. За даними Державної служби статистики, у 2021 році в Україні було понад 7 мільйонів осіб віком від 65 років і старше, що становило 18,8% населення країни. Як зазначає Лисенко Ю. О., потенціал цієї вікової групи повинен бути використаний для підвищення рівня розвитку держави та якості життя її громадян [7, с. 18]. Таким чином, створення умов для соціальної активності літніх людей є важливим елементом забезпечення їхньої адаптації та внеску в загальний розвиток суспільства.

Літні люди є не лише значною частиною населення, а й цінними фахівцями, які мають багатий професійний і життєвий досвід. Їхні чіткі погляди та цінності формують основу для подальшого розвитку, а можливість реалізувати свій потенціал дозволяє їм відчувати, що життя залишається наповненим і цікавим. Вихід на пенсію не варто розглядати як пасивне завершення життя. Як зазначають дослідники, цей період може стати повноцінним етапом особистісного розвитку та соціальної активності [14, с. 115].

Проте вихід на пенсію нерідко супроводжується стресом і труднощами адаптації. Літні люди стикаються з моральними викликами, обмеженням можливостей і відчуженням від суспільства. Для успішної адаптації необхідно забезпечити їхню соціальну активність і залученість до суспільних процесів. Сучасні умови життя вимагають розробки нових методів і доступних шляхів адаптації, які допоможуть пенсіонерам зберегти активність і реалізувати свій потенціал.

Інформаційні технології та Інтернет сьогодні охоплюють майже всі сфери життя, включаючи навчання, дозвілля, комунікацію та виконання рутинних завдань. Для багатьох професій та повсякденних справ навички користування віртуальними ресурсами стали необхідністю, а наявність профілю в соціальних мережах спрощує доступ до інформації та взаємодію з іншими. Як зазначає Мещеряков Д. С., значна частина життєвих процесів уже відбувається у віртуальному просторі. Це пришвидшує поширення інформації, полегшує соціалізацію, сприяє налагодженню нових зв'язків і вивільняє час [11, с. 16].

Віртуалізація життя охоплює всі вікові категорії, включаючи літніх людей, чия активність в Інтернеті постійно зростає. Віртуальний простір відкриває перед ними можливості для спілкування, перегляду новин та обміну інформацією, що сприяє їхній інтеграції в сучасне суспільство [17, с. 43].

Інтернет для літніх людей може слугувати важливим засобом адаптації та розвитку потенціалу. Він забезпечує доступ до комунікації, інформації та освіти. Величезний обсяг даних, що зосереджений у мережі, робить її ключовою платформою для пошуку, збереження та створення нових знань. Інтернет сприяє навчанню, самонавчанню, перекваліфікації, а інтерактивні технології значно полегшують освітній процес [8, с. 1].

Крім освітніх можливостей, Інтернет розширює доступ до послуг, таких як туризм. Онлайн-екскурсії стають дедалі популярнішими завдяки своїй доступності, економічності та можливості повторного перегляду. Вони дозволяють культурно збагачуватися, навіть без фізичної присутності на місці, що є особливо важливим для літніх людей [9, с. 326].

Таким чином, віртуальне середовище стає ефективним інструментом для інтеграції літніх людей у сучасне суспільство, надаючи їм нові можливості для особистісного розвитку, навчання та комунікації.

Із початком повномасштабного вторгнення Інтернет став життєво важливим інструментом для багатьох людей, забезпечуючи зв'язок із рідними та близькими. Новинні ресурси дозволяють отримувати інформацію про актуальні події в містах і селах, а волонтерські та громадські онлайн-групи сприяють

наданню та отриманню допомоги. Крім того, держава активно використовує онлайн-платформи для надання соціальної підтримки. Зокрема, платформа «єДопомога», ініційована Міністерством соціальної політики України та Міністерством цифрової трансформації, надає доступ до грошових виплат, підтримки міжнародних організацій та волонтерської допомоги [24, с. 365].

Однак, поряд із перевагами віртуального середовища, існують фактори, які обмежують ефективність його використання. Зокрема, висока вартість пристроїв, необхідних для доступу до Інтернету, та потреба постійного навчання новим навичкам створюють бар'єри для багатьох користувачів. Як зазначає Семигіна Т.В., навіть базові дії, такі як онлайн-запис до лікаря або передача показників лічильників, можуть бути складними для певних груп населення через недостатній рівень цифрової грамотності [4, с. 158].

Цифрова нерівність, що виникає через фінансові обмеження та технічні складнощі, ставить під сумнів ідею Інтернету як універсального простору. Хоча Інтернет має потенціал для полегшення комунікації та забезпечення рівного доступу до інформації, ці бар'єри вказують на необхідність створення програм підтримки, спрямованих на підвищення доступності цифрових технологій і навчання їх використанню [3, с. 270].

Одним із ключових викликів для літніх людей у цифровому середовищі є їхня психологічна неготовність і недостатній рівень цифрової грамотності. Ці проблеми впливають на мотивацію та здатність освоювати новітні технології. Як зазначає Лисенко Ю. О., багато людей похилого віку стикаються з інформаційним «голодом», оскільки не володіють базовими навичками користування мобільними телефонами, комп'ютерами чи соціальними мережами. Це суттєво обмежує їхній доступ до необхідної інформації та ресурсів [7, с. 18].

Відсутність технічних засобів і навичок користування ними значно звужує можливості літніх людей у сучасному цифровому середовищі. Наприклад, проєкт «єДопомога», створений для надання фінансової та гуманітарної підтримки, передбачає подання онлайн-заявок. Для цього потрібен доступ до смартфону або комп'ютера з Інтернетом, а також базові технічні знання. Багато літніх людей не

мають таких пристроїв або не вміють ними користуватися, через що вони змушені звертатися за допомогою до родичів чи знайомих, а іноді навіть відмовляються від необхідної допомоги.

Навіть за наявності технічних засобів і доступу до Інтернету подання заявки вимагає певного рівня цифрової компетентності, якою володіють далеко не всі літні люди. Це створює додаткові перешкоди, адже значна частина цієї категорії населення не має базових навичок роботи з цифровими платформами, що суттєво ускладнює доступ до соціальних послуг [22, с. 2].

Інформаційно-комунікаційні технології стають важливою частиною повсякденного життя, і для літніх людей вони відкривають нові можливості участі у соціальних процесах, які все частіше переміщуються в онлайн-простір. Для забезпечення інтеграції літніх людей у цифрове суспільство необхідно навчати їх основам користування Інтернетом та мотивувати до освоєння віртуальних ресурсів. Це дозволить літнім людям почуватися повноцінними учасниками сучасного суспільства, де більшість сфер життя переходить у цифрову площину. Соціальні служби та суспільство загалом повинні активно підтримувати цю інтеграцію, мінімізуючи бар’єри, що заважають освоєнню цифрових технологій.

Після виходу на пенсію літні люди стикаються з труднощами адаптації до нового способу життя, які можуть бути зумовлені різними факторами. Водночас сучасні методи соціалізації, зокрема залучення до віртуального простору, відіграють ключову роль у їхній адаптації. Важливо розглянути, як цифрові технології можуть слугувати інструментом підтримки та інтеграції літніх людей, особливо в умовах геріатричних пансіонатів.

Як зазначає Мітіна С.В., Інтернет-простір стає одним із потужних агентів адаптації, що суттєво впливає на розвиток особистості, водночас знижуючи значення традиційних інститутів адаптації [12, с. 437].

У Європі адаптація літніх людей активно підтримується через безперервну освіту, яка позитивно впливає на їх соціальне становище. Проєкти на кшталт Erasmus+ спрямовані на підвищення самооцінки, адаптаційних можливостей та

медіа-грамотності. Такий підхід є цінним прикладом для України, де старіння населення є природним і важливим процесом, що вимагає відповідального та екологічного ставлення. Розширення освіти та медіа-освіти для літніх людей в Україні має стати нормою, адже інтеграція у цифровий світ не лише забезпечує переваги, але й є необхідністю у сучасному житті [1, с. 502].

Лук'янчук С. В. зазначає, що Інтернет-простір суттєво впливає на засвоєння соціальних норм, формування цінностей і орієнтацій, а також сприяє апробації сімейних, громадянських та загальнолюдських форм поведінки [8, с. 27]. Зі збільшенням інтелектуальної активності літніх людей зростає їх когнітивний резерв, розширюються можливості для спілкування, самовираження та розвитку особистості. Це зменшує їх залежність від інших і покращує міжпоколінні контакти [14, с. 171].

Освоєння технологій у сучасних реаліях стає важливим етапом навчання для літніх людей, відкриваючи нові можливості для освіти, дозвілля та навіть професійної діяльності. Використання Інтернету для адаптації літніх людей стає актуальним і перспективним напрямом соціальної роботи, який може сприяти покращенню їхньої якості життя та соціальної включеності.

Пандемія COVID-19 продемонструвала важливість технологій у житті людини та необхідність уміння ними користуватися. Завдяки інформаційно-комунікаційним технологіям (ІКТ) тисячі учнів і студентів продовжували навчання дистанційно, а сотні працівників змогли виконувати свої обов'язки в онлайн-форматі. Інтернет став платформою для розвитку, спілкування та участі в суспільному житті, підтвердивши свою значущість у періоди життєвих змін. У моменти, коли зовнішні та внутрішні фактори створюють труднощі, цифровий простір виявляється потужним інструментом для мінімізації деструктивних впливів і підтримки як особистості, так і громади.

З початком повномасштабного вторгнення ІКТ набули ще більшої ваги. Вони стали своєрідним «фронтом», що підтримує суспільство, допомагаючи зберігати зв'язок із близькими, отримувати актуальні новини та брати участь у волонтерських ініціативах. Соціальні мережі та онлайн-ресурси забезпечують

доступ до культурного й освітнього контенту, стають платформою для донатів і взаємодії. Інтернет дає змогу зберігати культуру, залишатися активними й демонструвати стійкість як у реальному, так і у віртуальному світі, навіть в умовах війни.

Ці обставини підкреслюють важливість інтеграції літніх людей до цифрового простору. Через обмеження комунікації, труднощі адаптації та зменшення можливостей для самореалізації у реальному житті літні люди стикаються з новими викликами. Включення їх у віртуальний світ відкриває нові перспективи для спілкування, навчання та соціальної активності, дозволяючи їм залишатися залученими в суспільне життя навіть у складних умовах.

Використання інформаційно-комунікаційних технологій є перспективним елементом адаптації літніх людей до життя в стаціонарних закладах. Це сучасний метод, який потребує популяризації серед старшого покоління. Ситуація, пов’язана з пандемією та воєнними умовами, ще раз підкреслює актуальність цих технологій для підтримки адаптації літніх людей до нових обставин.

Проаналізувавши питання адаптації людей, які вийшли на пенсію, можна зробити висновок, що їх життя залежить від природних і зовнішніх чинників. Зміни, що виникають у цей період, потребують пристосування до нових умов, яке ускладнюється через вікові обмеження, досвід і фізичний стан. Унаслідок цього обмежується потенціал літніх людей, що негативно впливає на їх моральний стан, самопочуття та соціальну активність [18, с. 149]. Проте літні люди залишаються важливим ресурсом суспільства, і для їхньої успішної адаптації необхідно створювати умови, які сприятимуть психологічному добробуту та соціальному включенню.

Інтеграція старшого покоління у віртуальний простір є ключовим напрямом, який дозволяє забезпечити доступ до важливих ресурсів, нових можливостей і способів комунікації. Включення в цифрове середовище позитивно впливає на самоусвідомлення літніх людей, розширює їх доступ до інформації та дозволяє брати участь у житті суспільства незалежно від фізичних

обмежень чи місця перебування. Це особливо важливо в сучасному світі, де більшість процесів переходить у цифровий формат.

Об’єднуючи питання адаптації людей похилого віку та переваги цифрових технологій, можна стверджувати, що Інтернет-простір стає важливим інструментом для підтримки літніх людей у процесі їх адаптації до умов життя в геріатричних пансіонатах. Використання цих технологій дозволяє покращити якість життя старшого покоління, забезпечуючи їхню інтеграцію та активну участь у суспільному житті.

РОЗДІЛ 3
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ АДАПТАЦІЇ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ДО УМОВ ЖИТТЯ У ГЕРИАТРИЧНИХ ПАНСІОНАТАХ ТА ЇХ АКТИВНОСТІ У ВІРТУАЛЬНОМУ ПРОСТОРІ

3.1. Організація та методологія дослідження рівня адаптації літніх людей до умов геріатричних пансіонатів та їх активності у віртуальному просторі

Адаптація літніх людей до умов життя у геріатричних пансіонатах є одним із ключових завдань соціальної роботи. Часто ці установи асоціюються з ізоляцією, що може впливати на психологічний і соціальний стан мешканців. Використання інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ) у таких умовах може сприяти зменшенню почуття самотності, підвищенню соціальної активності та загального добробуту. Однак дослідження вимагає глибокого розуміння цього питання через безпосереднє вивчення досвіду людей.

Мета дослідження: вивчити особливості адаптації людей похилого віку до умов геріатричних пансіонатів та роль активності у віртуальному просторі у цьому процесі.

Методи дослідження:

1. Теоретичні: аналіз наукових джерел із питань адаптації до стаціонарних закладів та впливу цифрових технологій.

2. Емпіричні:

– проведення фокус-групи з мешканцями геріатричного пансіонату;

– застосування шкали виміру самотності UCLA *(UCLA Loneliness Scale)* – це психологічний інструмент, розроблений для оцінки рівня самотності. Шкала була створена в 1978 році вченими Расселом, Пеплау та Фергюсоном в Університеті Каліфорнії, Лос-Анджелес (звідси абревіатура UCLA). Вона широко використовується у психологічних дослідженнях і практиці для вимірювання суб’єктивного відчуття самотності серед різних груп людей.

– застосування шкали сприйняття соціальної підтримки MSPSS *(Multidimensional Scale of Perceived Social Support)* – це психологічний інструмент, який використовується для оцінки суб'єктивного сприйняття соціальної підтримки з боку оточення. Її було розроблено Грегорі Зіметом (Gregory Zimet) та його колегами у 1988 році. Шкала широко застосовується у клінічній практиці та дослідженнях, пов'язаних із психічним здоров'ям, адаптацією та соціальними зв'язками.

Аналіз вибірки: для проведення дослідження було проведено дві сесії фокус-груп із 10 учасниками, віком від 65 до 85 років, які проживають у геріатричному пансіонаті. Учасників поділили на дві умовні підгрупи:

1. Активні користувачі віртуального простору (5 осіб): регулярно користуються Інтернетом для спілкування, дозвілля або інших потреб.

2. Малозалучені або неактивні користувачі (5 осіб): не використовують ІКТ або роблять це дуже рідко.

Гендерний розподіл: 6 жінок і 4 чоловіків.

Бесіди проводилися в груповому форматі з модератором для отримання якісних даних щодо особливостей адаптації та використання ІКТ. Обговорення включало теми про умови життя, взаємодію з іншими мешканцями та персоналом, а також досвід використання Інтернету та цифрових технологій.

Інструменти збору даних включали анкету для самозаповнення перед початком фокус-групи, що містив питання про базові демографічні характеристики та загальні звички використання ІКТ (додаток А)

Очікувані результати:

1. Визначення ключових чинників, які впливають на адаптацію до умов геріатричних пансіонатів.

2. Аналіз впливу активності у віртуальному просторі на психологічний і соціальний стан мешканців.

3. Виявлення бар'єрів, які заважають літнім людям використовувати цифрові технології (технічні, психологічні, організаційні).

4. Розробка рекомендацій для підвищення рівня цифрової грамотності та адаптації людей похилого віку у геріатричних пансіонатах.

Результати роботи з фокус-групою:

1. Рівень адаптації до умов життя у стаціонарному закладі:

Активні користувачі ІКТ:

– 4 із 5 учасників відзначили, що використання Інтернету сприяє полегшенню адаптації. Це пов’язано з можливістю підтримувати зв’язок із рідними (наприклад, через відеодзвінки) та знайомитися з новинами.

– 3 учасники заявили, що участь у віртуальних групах за інтересами (наприклад, групи садівництва, кулінарії) допомагає їм відчувати себе частиною спільноти.

– Учасники зазначили, що доступ до онлайн-ресурсів допомагає їм залишатися активними та зменшувати почуття ізоляції.

Малозалучені користувачі:

– 4 із 5 учасників висловили почуття ізоляції та ностальгії за родинними стосунками.

– Основними проблемами названо відсутність доступу до технологій (3 особи) та небажання освоювати нові навички через страх або невпевненість у собі (2 особи).

2. Соціальна підтримка:

– Більшість учасників відзначили, що основною формою підтримки є спілкування з персоналом закладу та іншими мешканцями.

– Активні користувачі частіше отримують підтримку через віртуальні канали (наприклад, групи підтримки у месенджерах або соціальних мережах).

– Неактивні учасники частіше вказували на почуття самотності через відсутність регулярних контактів із родичами.

3. Активність у віртуальному просторі:

Популярні платформи:

– Viber використовували всі активні учасники для зв’язку з рідними.

– YouTube як засіб для перегляду навчальних відео та дозвілля (4 із 5 активних користувачів).

– Соціальні мережі (Facebook, Instagram) популярні серед трьох учасників, переважно для перегляду новин або участі у групах за інтересами.

Серед основних перешкод неактивні користувачі зазначали відсутність гаджетів або невміння ними користуватися; 3 учасники з обох груп зазначили, що технічна підтримка (наприклад, допомога персоналу закладу) є недостатньою; 2 учасники висловили побоювання щодо безпеки та конфіденційності в Інтернеті.

4. Вплив віртуального простору на адаптацію: *активні користувачі* відзначили, що можливість спілкування через відеодзвінки або месенджери полегшує емоційний стан і сприяє інтеграції у нові умови. *Неактивні учасники* частіше вказували на почуття самотності та залежність від соціальних контактів у межах закладу.

За результатами проведення фокус-груп усі учасники підтримали ідею проведення навчальних тренінгів із цифрової грамотності, зокрема:

1. Ознайомлення з основами використання смартфонів (6 осіб).
2. Навчання користуванню месенджерами та соціальними мережами (7 осіб).
3. Допомога в налаштуванні гаджетів (4 особи).

Результати дослідження свідчать, що літні люди, які активно використовують Інтернет, краще адаптуються до умов життя у стаціонарних закладах. Вони частіше повідомляли про задоволення рівнем життя в пансіонаті (80%), у той час як серед неактивних користувачів цей показник становив лише 40% (див. рис 3.1).

Активні користувачі також демонстрували значно нижчий рівень самотності за шкалою UCLA: лише 20% серед них мали високий рівень самотності, порівняно з 60% у групі неактивних користувачів (див. рис 3.2). Цей результат підкреслює роль цифрових технологій у подоланні ізоляції та зміцненні соціальних зв’язків.

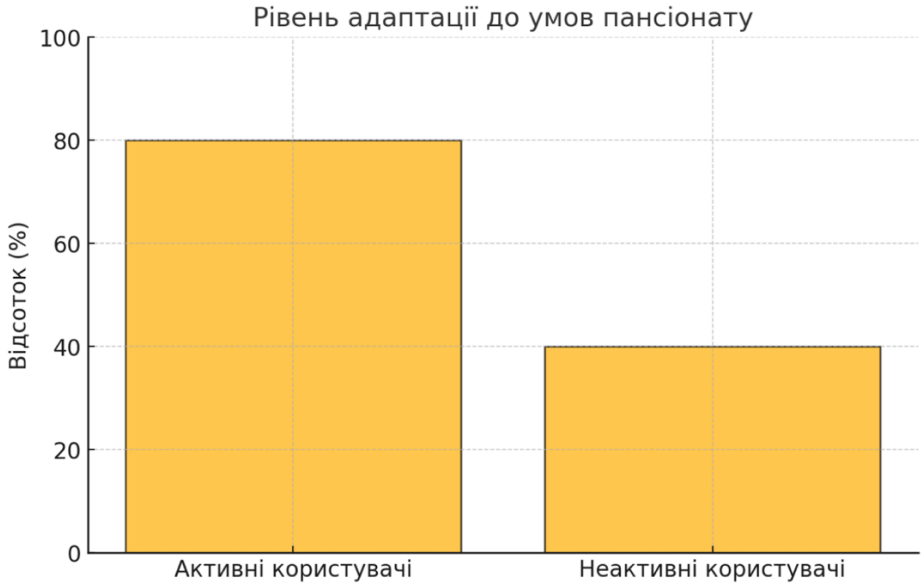


Рис. 3.1. Рівень адаптації до умов пансіонату

Активні користувачі цифрових платформ мали більше джерел соціальної підтримки. Зокрема, 80% респондентів цієї групи отримували регулярну підтримку через віртуальне спілкування, у той час як лише 30% неактивних користувачів могли похвалитися таким рівнем соціальної взаємодії.

Респонденти зазначали, що можливість комунікації через месенджери (Viber, Telegram) та соціальні мережі (Facebook, YouTube) допомагає їм підтримувати емоційну стабільність.

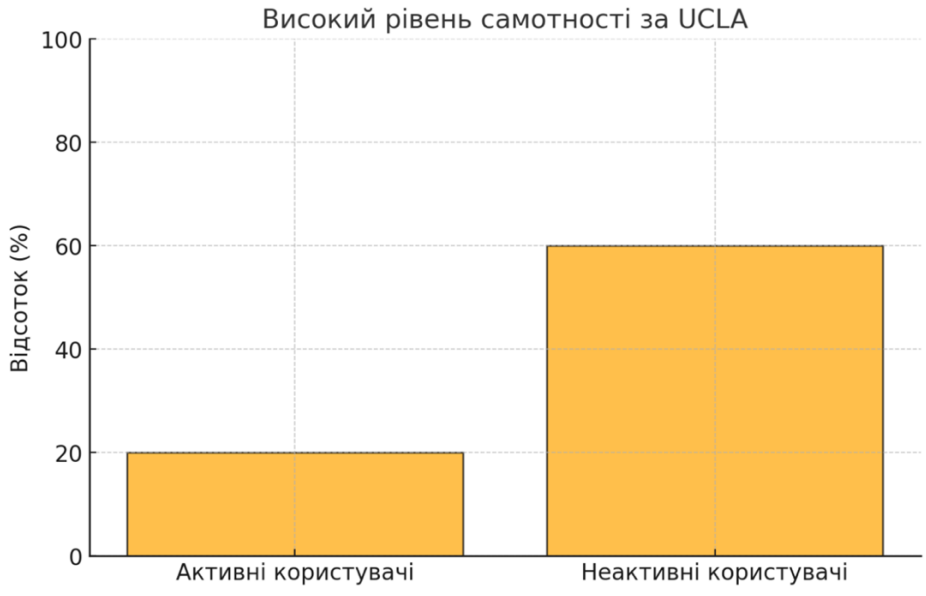


Рис. 3.2. Рівень самотності

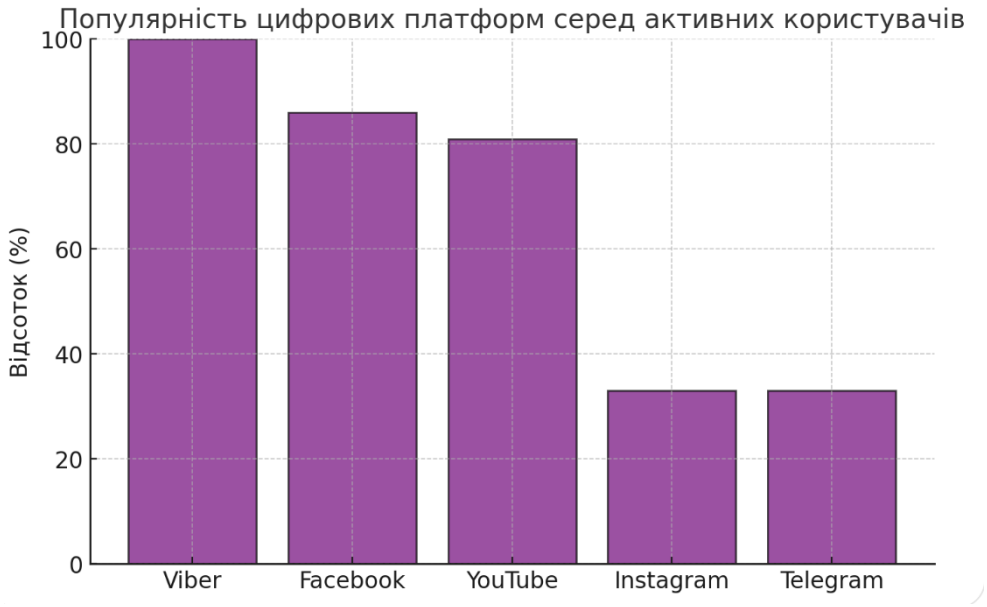


Рис. 3.3. Популярність цифрових платформ

Це свідчить про важливість цифрової грамотності для збереження соціальних зв’язків.

Серед активних користувачів найбільш популярними платформами були:

– Viber – 100%;
– Facebook – 86%;
– YouTube – 81% (див. малюнок 3).

Менш популярними виявилися Instagram (33%) і Telegram (33%). Такі результати демонструють перевагу простих у використанні платформ для спілкування та отримання інформації.

Інтерес до навчання цифровим технологіям варіювався серед респондентів:

– 33% висловили однозначне бажання навчатися;
– 22% відповіли «скоріше так»;
– 11% респондентів були невизначеними;
– Решта висловили байдужість або небажання освоювати цифрові технології (див. рис.3.4).

Таким чином, ми бачимо, що результати свідчать про необхідність організації навчальних тренінгів, орієнтованих на базові цифрові навички.

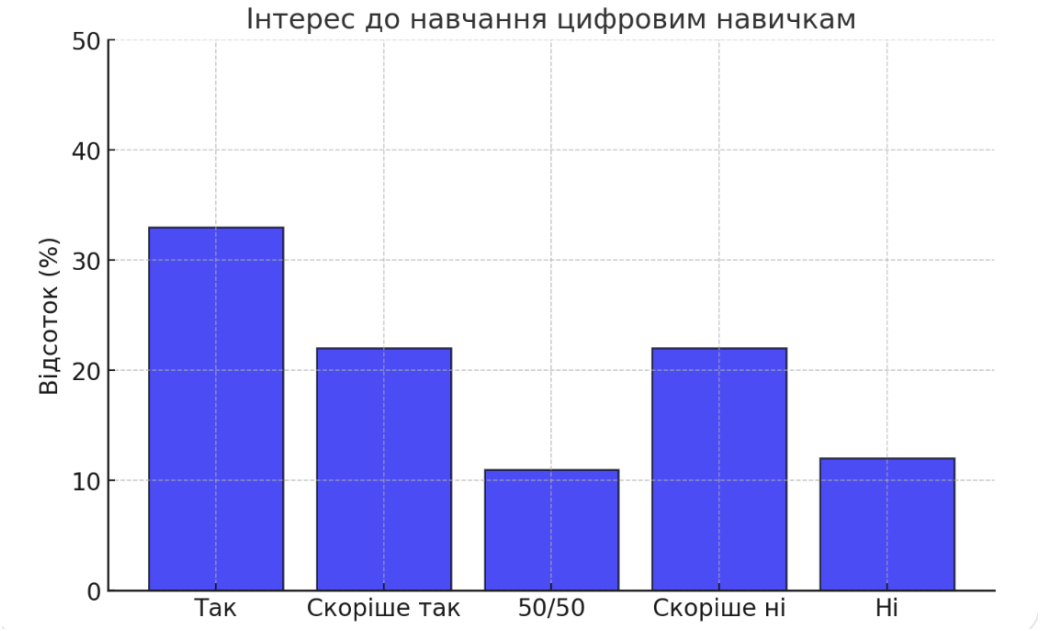


Рис. 4.4. Інтерес до навчання цифровим навичкам

На основі проведеного дослідження можна зробити висновок, що активність у віртуальному просторі суттєво впливає на адаптацію літніх людей до умов життя у геріатричних закладах. Використання цифрових платформ сприяє розширенню соціальних зв'язків, зменшенню почуття самотності та покращенню загального емоційного стану. Проте технічні та психологічні бар'єри залишаються суттєвими перешкодами для багатьох літніх людей.

3.2 Рекомендації щодо підвищення адаптації літніх людей до умов життя у геріатричних пансіонатів через цифрову активність

У сучасному світі інформаційно-комунікаційні технології стали невід'ємною частиною повсякденного життя, відкриваючи нові можливості для спілкування, навчання та розв'язання побутових завдань. Однак літні люди, особливо ті, які проживають у геріатричних пансіонатах, стикаються з численними викликами, пов'язаними із цифровою нерівністю. Відсутність цифрових навичок може посилювати почуття ізоляції, ускладнювати доступ до важливої інформації та послуг, а також негативно впливати на процес адаптації до умов проживання у стаціонарних закладах.

Геріатричні пансіонати є специфічним середовищем, яке вимагає від мешканців перебудови звичного способу життя. Літні люди часто відчувають емоційні труднощі, пов’язані з відривом від сімейного середовища, друзів та звичного ритму життя. У цих умовах віртуальний простір може стати важливим інструментом для полегшення адаптації: підтримки зв’язків із близькими, отримання інформації та організації дозвілля.

Опановуючи цифрові навички, літні люди можуть знайти нові способи організації свого повсякденного життя, що полегшує пристосування до геріатричного закладу. Використання цифрових технологій дозволяє швидше інтегруватися у нове соціальне середовище та зберігати зв’язок із рідними.

Оволодіння базовими навичками роботи з гаджетами та Інтернетом сприяє підвищенню впевненості літніх людей у власних силах, допомагаючи їм відчути себе більш незалежними та самодостатніми.

Запропонований тренінг з цифрової грамотності сприятиме не лише технічній підготовці, але й емоційному комфорту літніх людей. Вони стануть ефективним інструментом для підтримки адаптації мешканців геріатричних пансіонатів до умов життя, надаючи їм більше можливостей для розвитку, спілкування та інтеграції в сучасне суспільство.

Цільовою групою тренінгової роботи стали 10 осіб віком від 65 до 85 років. Усі учасники проживають у геріатричному пансіонаті. Серед яких 6 жінок і 4 чоловіки. 70% учасників мали мінімальний досвід використання смартфонів, 30% ніколи не користувалися цифровими пристроями (Додаток Б)

На основі отриманих результатів тренінгу з підвищення цифрової грамотності літніх людей можна виділити такі ключові досягнення.

Перш за все, усі учасники (100%) успішно освоїли базові навички роботи з цифровими пристроями. Вони навчилися вмикати та вимикати смартфон, а також підключати його до зарядного пристрою. Крім того, 80% змогли налаштувати основні параметри пристроїв, такі як регулювання гучності звуку та яскравості екрана.

Важливим аспектом стало опанування роботи з месенджерами та соціальними мережами. Більшість учасників (90%) створили облікові записи у популярному месенджері Viber та освоїли навички надсилання текстових повідомлень. Значна частина (70%) також навчилася здійснювати відеодзвінки та додавати нові контакти.

У рамках тренінгу учасники отримали базові навички пошуку інформації в Інтернеті. Зокрема, 60% самостійно змогли знаходити інформацію про місцеві новини або прогноз погоди. 40% респондентів оволоділи навичками користування платформою YouTube для перегляду освітніх або розважальних відео.

Особливо важливим є те, що після завершення тренінгу 80% учасників зазначили про підвищення рівня емоційного комфорту. Вони почуваються впевненіше в умовах пансіонату, маючи можливість підтримувати зв’язок із рідними та друзями завдяки освоєним цифровим навичкам.

Крім того, тренінг сприяв покращенню соціальної взаємодії серед учасників. Спільні навчальні сесії допомогли налагодити більш тісні контакти між мешканцями геріатричного пансіонату.

Щодо бар’єрів, то на початковому етапі 60% учасників відчували страх перед помилками та низьку впевненість у своїх силах. Однак після проходження тренінгу ці показники знизилися до 20%, що свідчить про ефективність програми у подоланні психологічних труднощів.

Ці результати демонструють, що адаптований під потреби літніх людей тренінг не лише підвищує їхні цифрові компетенції, але й позитивно впливає на їхню адаптацію до життя у стаціонарних закладах.

Адаптація людей похилого віку до умов життя у геріатричних пансіонатах є складним процесом, що потребує комплексного підходу. Цей період часто супроводжується емоційними труднощами, такими як почуття ізоляції, втрата звичних соціальних зв’язків та необхідність пристосуватися до нового середовища. Для того щоб полегшити цей процес, слід впроваджувати заходи, спрямовані на підтримку психологічного комфорту, забезпечення доступу до

нових можливостей для спілкування та самореалізації, а також розвиток навичок, необхідних для адаптації до нових умов.

Одним із ключових напрямів роботи є створення сприятливого емоційного клімату у пансіонаті. Це включає забезпечення підтримки з боку персоналу, організацію регулярного спілкування з родичами та друзями, а також створення можливостей для взаємодії з іншими мешканцями закладу. Особливу роль у цьому процесі відіграють індивідуальні бесіди та групові зустрічі, під час яких мешканці можуть ділитися своїми переживаннями та отримувати підтримку.

Важливим фактором адаптації є активне залучення мешканців до соціального життя пансіонату. Це може включати організацію різноманітних заходів, таких як майстер-класи, заняття за інтересами, тематичні вечори та інші активності, які сприяють відчуттю спільності. Особлива увага має приділятися індивідуальним інтересам і потребам кожного мешканця, щоб запропоновані активності відповідали їхнім вподобанням.

Водночас значну роль у сучасному світі відіграє використання цифрових технологій. Забезпечення доступу до Інтернету та базових пристроїв, таких як смартфони або планшети, може значно полегшити адаптацію. Літні люди отримують можливість підтримувати зв’язок із родичами, знаходити нові джерела інформації та навіть долучатися до онлайн-спільнот за інтересами. Для цього необхідно проводити спеціальні тренінги, спрямовані на освоєння базових цифрових навичок, включаючи використання месенджерів, соціальних мереж та інших сервісів.

Крім того, важливим є фізичний комфорт мешканців. Забезпечення належних умов проживання, увага до індивідуальних потреб, включаючи харчування, медичну допомогу та зручність побуту, сприяють загальному добробуту літніх людей. Пансіонати мають бути облаштовані таким чином, щоб мешканці відчували себе в безпеці й комфорті.

Таким чином, сприяння адаптації людей похилого віку до умов життя у геріатричних пансіонатах потребує комплексного підходу, що включає емоційну підтримку, залучення до соціального життя, використання сучасних технологій і

забезпечення фізичного комфорту. Реалізація цих заходів не лише полегшить процес адаптації, але й підвищить якість життя мешканців у таких закладах.

ВИСНОВКИ

Підведення підсумків за результатами дослідження, проведеного на основі аналізу адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах, дозволяє визначити ключові виклики та можливості, виявлені у проблемній ситуації.

У ході аналізу історико-методологічних аспектів дослідження адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах було встановлено, що проблема старіння та соціальної підтримки літніх людей є однією з ключових у сучасному суспільстві. Історичний аналіз засвідчив, що розвиток суспільства супроводжувався трансформацією підходів до забезпечення потреб людей похилого віку, зокрема через створення систем соціальної підтримки.

Проведений огляд наукових досліджень виявив значний інтерес до проблем старіння, починаючи від філософських і антропологічних концепцій до сучасних міждисциплінарних підходів, які інтегрують соціологічні, психологічні та медичні аспекти. Особливу увагу приділено теоретичним основам соціальної роботи з літніми людьми, зокрема принципам гуманізму, індивідуального підходу та інтеграції послуг.

Уточнення ключових понять, таких як «соціальна робота», «технології соціальної роботи», «адаптація», «стаціонарне соціальне обслуговування», забезпечило методологічну базу для подальшого дослідження.

У другому розділі дослідження було розкрито теоретичні аспекти адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах. Визначено, що літні люди є специфічною категорією клієнтів соціальної роботи, які потребують особливого підходу через фізичні, психологічні та соціальні зміни, характерні для цього життєвого періоду. Особливу увагу приділено соціальній профілактиці життєвих криз, яка сприяє збереженню їхньої активності та незалежності в нових умовах життя.

Окреслено роль інноваційних методик у процесі адаптації літніх людей. Використання сучасних технологій соціальної роботи, таких як індивідуальне

консультування, соціальна терапія та адаптаційні тренінги, показало свою ефективність у зниженні рівня стресу, подоланні соціальної ізоляції та формуванні позитивного ставлення до нового середовища.

Також у розділі акцентовано на важливості комплексного підходу до адаптації, який передбачає не лише вирішення базових потреб літніх людей, але й врахування їхньої соціальної активності, духовних потреб і психоемоційного стану. Особливу роль у цьому відіграють організаційна підтримка, залучення волонтерів і використання цифрових технологій, які можуть значно полегшити адаптацію до нових умов життя.

У третьому розділі було проведено емпіричне дослідження, спрямоване на вивчення рівня адаптації людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах. Аналіз отриманих даних показав, що основними викликами, з якими стикаються літні люди, є соціальна ізоляція, труднощі у встановленні нових соціальних зв'язків, а також психологічний дискомфорт, пов'язаний зі зміною звичного середовища.

Результати дослідження підтвердили важливість індивідуального підходу до роботи з літніми людьми, який включає психологічну підтримку, активізацію соціальних контактів та створення комфортних умов для проживання. Виявлено, що застосування адаптаційних програм, орієнтованих на формування нових соціальних зв'язків та залучення до активностей, сприяє значному зниженню рівня тривожності та депресії серед підопічних пансіонатів.

Також було досліджено роль цифрової активності як інструменту адаптації. Залучення літніх людей до використання цифрових технологій сприяло не лише покращенню їхньої соціальної інтеграції, але й зміцненню відчуття незалежності та самореалізації. Цей напрямок виявився особливо ефективним у контексті сучасних викликів, пов'язаних із дистанційною комунікацією та доступом до інформації.

На основі аналізу даних сформовано практичні рекомендації щодо вдосконалення роботи геріатричних пансіонатів, зокрема впровадження

адаптаційних програм, розвиток інфраструктури для соціальних активностей і посилення психологічної підтримки.

Отримані результати дослідження підтвердили гіпотезу про те, що ефективна адаптація людей похилого віку до умов життя в геріатричних пансіонатах можлива за умови впровадження інноваційних технологій соціальної роботи, які базуються на сучасних методах оцінювання потреб, інтеграції ресурсів державних, недержавних і благодійних організацій, а також враховують соціально-економічні виклики, включаючи вплив воєнного стану.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Авер'янов В. Б. Демократичні засади державного управління та адміністративне право: монографія / за заг. ред. В. Б. Авер'янова. Київ : Юридична думка, 2010. 564 с.

2. Авер'янов В. Б. Виконавча влада і адміністративне право / за заг. ред. В. Б. Авер'янова. Київ : Ін-Юре, 2002. 668 с.

3. Агарков О. А. Технології соціальної роботи з людьми похилого віку. *Технології соціальної роботи* : навч.посіб. Запоріжжя, 2015. С. 266-280.

4. Алексєєв В. М. Правовий статус людини та його реалізація у взаємовідносинах держави та суспільства в державному управлінні в Україні. *Теоретичні засади взаємовідносин держави та суспільства в управлінні* : монографія. Чернівці, 2012. С. 151-169.

5. Арутюнов В. Х., Абрамов В. І. Методологія системного підходу та наукових досліджень (дослідницький та інноваційні процеси в державній службі) : навч. метод. посіб. для самост. вивч. дисц. Київ : КНЕУ, 2005. 178 с.

6. Бабкін В. Д. Соціальна держава та захист прав людини. *Правова держава*. 1998. № 9, 45 с.

7. Бережний Я. В., Слобожан О. В. Методичні рекомендації з використання інструментарію стратегічного планування в роботі органів місцевого самоврядування : науково-виробниче видання; за наук. ред. І. В. Козюри. Київ : «К.І.С», 2010. 28 с.

8. Битяк Ю. П. Адміністративне право України / за ред. Ю. П. Битяка. Київ : Юрінком Інтер, 2005. 44 с.

9. Болотіна Н. Б. Право соціального захисту України : навч. посіб. Київ., 2008. 663 с.

10. Болотіна Н. Б. Право соціального захисту : становлення і розвиток в Україні. Київ : Знання, 2005. 381 с.

11. Васильєва Н. В. Адміністративні послуги – важлива складова державних і муніципальних послуг. *Управління сучасним містом*. 2009. № 33-36. С. 12-18.

12. Гавкалова Н. Л., Власенко Т. А., Гордієнко Л. Ю. та ін. Вступ до публічного адміністрування : навч. посібн. / за заг. ред. докт. екон. наук, професора Н. Л. Гавкалової. Харків : Вид. ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2016. 382 с.

13. Гусов К. Н. Право соціального забезпечення : підручник / за ред. К. Н.Гусова. Київ : Инфра - М, 2007. 328 с.

14. Дембіцька, С. Л. Адміністративні послуги населенню України органами місцевого самоврядування : навч. посібник / за заг. ред. О. І. Остапенка ; м-во освіти і науки України, Нац. ун-т "Львівська політехніка". Львів : Вид-во Львівської політехніки, 2015. 212 с.

15. Дзюндзюк В. Б., Коротич О. Б., Мельтюхова Н. М. Публічне адміністрування в Україні : навч. посіб. / за заг. ред. д. філос. н., проф. В. В. Корженка, к.е.н., доц. Н. М. Мельтюхової. Харків : вид-во ХарРІ НАДУ «Магістр», 2011. 256 с.

16. ДСТУ ISO 9001:2001. Системи управління якістю. Вимоги. Київ : Держстандарт України, 2001. 24 с.

17. Дубенко С. Д. Адміністративні послуги органів виконавчої влади : теоретичні підходи до вирішення практичних завдань. *Державне управління : удосконалення та розвиток*. Київ : НАДУ, 2008. С. 44 – 48.

18. Зацерковний В. І., Тішаєв І. В., Демидов В. К. Методологія наукових досліджень : навч. посіб. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. 236 с.

19. Іванова О., Семигіна Т. Система соціального обслуговування та соціальних служб в Україні. *Соціальна робота в Україні : перші кроки* / за ред. В. Полтавця. Київ : КМ Academia, 2000. С. 112 - 129.

20. Ільчанінова, Н. І. Адміністративні послуги як важлива складова діяльності органів публічного управління. *Право та державне управління.* 2018. № 1. С. 16-21.

21. Карпенко О. Г., Романова Н. Ф. Теорія та практика соціальної роботи : навч. посіб. Київ : Слово, 2015. 408 с.

22. Коваль Л. Доступ до публічної інформації - лакмус для влади. *Урядовий кур'єр*. 2021. № 136. С. 1-3.

23. Колиушко И. Б., Куйбида Р. О. Административная юстиція. Европейский опыт и предложения для Украины : учеб. пособ. Киев: Факт, 2003. 536 с.

24. Коліушко І. Б. Виконавча влада та проблеми адміністративної реформи в Україні : монографія. Київ : Факт, 2002. 450 с.

25. Коломоєць Т. О., Лютіков П.С. Адміністративні процедури та адміністративні послуги. *Публічне адміністрування в Україні в умовах реформування* : навч.посіб. Запоріжжя, 2013. 180 с.

26. Коломоєць Т. О. Оцінні поняття в адміністративному законодавстві України: реалії та перспективи формулювання їх застосування. *Вісник Запорізького національного університету. Юридичні науки.* Запоріжжя, 2017. № 1. С. 36-46.

27. Коломоец Т. Управлінські послуги в контексті взаємодії особи й органів місцевої влади в Україні: концептуальний і нормативний аспекти. *Актуальні проблеми державного управління* : зб. наук. пр. / редкол.: С. М. Серьогін. Дніпропетровськ, 2002. № 1 (7). С. 178-182.

28. Концепція розвитку системи надання адміністративних послуг органами виконавчої влади, схвалена Розпорядженням Кабінету Міністрів України від 15.02.2006 р. № 90 - р. URL : http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=90-2006-%F0.

29. Король В. М. Вибір технології роботи з людьми похилого віку в сучасних умовах. *Інноваційні підходи до застосування технологій у соціально - педагогічній роботі* : матеріали Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф., 15–16 лютого 2009 р. Черкаси.: ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2009. 240 с. URL: http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/vchu/n144/N144p084-089.pdf.

30. Кривоконь Н. І. Соціально-психологічні особливості розвитку соціальних послуг людям літнього віку. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць імені І. Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка. 2010. 512 с. URL: http://www. nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/pspl/2010_8/822-828.pdf.

31. Кунцевич М. П. Надання адміністративних послуг як форма реалізації виконавчої влади. *Держава і право* : зб. наук. пр. : юридичні і політичні науки / за ред. Ю. С. Шемшученко. Київ. 2012. №. 58. С. 248-254.

32. Кухта М. Люди похилого віку очима експертів : труднощі та шляхи подолання життєвих негараздів. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2015. № 4. С. 119-132. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/stmm_2015_4_9.

33. Лукашевич М. П., Семигіна Т. В. Соціальна робота (теорія і практика) : підручник. Київ : Каравела, 2017. 366 с.

34. Реформування основних адміністративно-правових інститутів: проблеми теорії і практики : матеріали семінару. Київ, 2003. 52 с.

35. Мацкевіч Ю. Р. Соціальний захист людей похилого віку в Україні : навч. посіб. для ВНЗ. Запоріжжя, 2014. 336 с.

36. Мельтюхова О. М. Аналіз зарубіжного досвіду публічного адміністрування / за заг. ред. О. М. Мельтюхової. Київ : НАДУ, 2018. 65 с.

37. Мущинська Н. Ю. Публічно-приватне партнерство як інструмент сталого регіонального розвитку. URL : http://eprints. kname.edu.ua

38. Нижник Н. Р., Гончарук Н. Т. Адміністративна реформа в Україні: сучасний стан, проблеми та перспективи : монографія. Київ : Монолит, 2009. 123 с.

39. Новікова О. Інтернатні заклади для людей похилого віку як складна соціально-педагогічна система. *Наукові записки: серія «Педагогічні науки»* : зб. наук. пр. 2010. № 88. URL: http://www.nbuv.gov. ua/portal/soc_gum/Nz_p/88/statti/41.pd.

40. Нові стандарти обслуговування. URL : http://kakhovka-rada.gov.ua/ua/novi_standarti_obslugovuvannja.

41. Пилипенко П. Д. Право соціального забезпечення : навч. посіб. Київ : видавничий дім «Ін Юре», 2006. 496 с.

42. Про адміністративні послуги : пропозиції Президента України до Закону України «Про адміністративні послуги». *Голос України*. 2012. № 188. С. 10-22.

43. Про адміністративні послуги : Закон України від 06.09.2012 року № 5203-VI. URL : http://www.me.gov.ua/LegislativeActs/Detail?id=4b0c2a42-e20d-4c17-962b-75b66101012a.

44. Про затвердження Програми запровадження системи управління якістю в органах виконавчої влади : Постанова Кабінету Міністрів України від 11.05.2006 р. № 614. URL : http://zakon.rada. gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=614-2006-%EF

45. Про організацію прийому та обслуговування осіб, які звертаються до органів Пенсійного фонду України : Постанова правління Пенсійного фонду України від 30.07.2015 р. № 13-1. *Офіційний вісник України*. 2015. № 12. С. 1-7.

46. Про основні засади соціального захисту ветеранів праці та інших громадян похилого віку в Україні : Закон України від 16.12.1993 р. № 3721-XI. *Офіційний вісник України*. 2014. № 4. С. 1 – 25.

47. Про схвалення Концепції розвитку системи надання адміністративних послуг органами виконавчої влади : Розпорядження Кабінету Міністрів України № 90-р від 15.02.2006 р. *Офіційний вісник України*. 2006. № 7. С. 25-40.

48. Сіньова Л. Соціальне забезпечення людей похилого віку в Україні: сучасні реалії. *Публічне право*. 2017. № 1. С. 191-197.

49. Сопко Р. І. Система потреб людини похилого віку (специфіка і суть). *Грані*. 2016. № 10. С. 86-92.

50. Стичинський Б. Право соціального забезпечення : проблеми становлення і розвитку. *Право України*. 2002. № 6. С.87.

51. Степанов В. Ю. Послуги в системі державного управління. *Право та державне управління*. 2015. № 2. С. 104-107.

52. Тимощук В. П. Адміністративна процедура та адміністративні послуги. *Зарубіжний досвід і пропозиції для України* : навч. посіб. Київ : Факт, 2003. С. 150-170.

53. Тимощук В.П. Адміністративні послуги : навч. посіб. Київ : ТОВ «Софія-А», 2012. С. 50-104 с.

54. Титаренко І. О. Соціальний захист людей похилого віку в Україні : теоретичний аспект. *Вісник Черкаського університету.* 2008. № 3. 161 с. URL: http://nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/VKPI_soc/2009_4/Titarenko,%20 Ivanenko.pdf.

55. Толстоухова А. В., Нижник Н. Р., Гончарук Н. Т. Публічна адміністрація в Україні: становлення та розвиток : монографія. Харків : Монолит, 2010. 340 с.

56. Тюптя Л. Т., Іванова І. Б. Соціальна робота : теорія і практика : навч. посіб. Київ : Знання, 2014. 575 с.

57. Чічкань М. Теоретико-правові аспекти захисту громадян похилого віку в Україні. *Підприємництво, господарствово і право*. 2013. № 5. С. 44-46.

58. Шклярська І. Ю. Організація роботи територіальних управлінь Пенсійного фонду України. *Вісник Пенсійного фонду України*. 2016. № 7 (166). С. 4-9.

59. Шклярська І. Ю. Аналітичні дослідження контингенту пенсіонерів та розмірів пенсій. *Вісник Пенсійного фонду України*. 2016. № 11 (170). С. 43-44.

60. Шклярська І. Ю. Про реалізацію завдань, визначених Стратегією модернізації. *Вісник Пенсійного фонду України*. 2020. № 7 (214). С. 4-7.

61. Шклярська І. Ю. Український пенсійний форум: про пенсії та якість життя. *Вісник Пенсійного фонду України*. 2020. № 12 (219). С. 2-25.

62. Ярошенко І. С. Організаційно-правові форми соціального захисту людини і громадянина в Україні : дис. … канд. юрид. наук : 12.00.02. Київ, 2006. 219 с.

63. Alisoun Milne. Promoting good social work with older people and their families. URL: https://www.researchinpractice.org.uk/media/21ph25uc/promoting-good-social-work-with-older-people-and-their-families-pt-a-web.pdf

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета для проведення фокус-групи

Блок 1: Загальні питання

1. Як довго ви проживаєте у цьому закладі?

2. Як ви оцінюєте свої умови проживання у пансіонаті? (комфорт, харчування, взаємодія з персоналом та іншими мешканцями).

3. Чи виникали у вас труднощі під час адаптації до життя у пансіонаті? Якщо так, то які саме?

Блок 2: Соціальні контакти

4. Як часто ви спілкуєтеся з родичами або друзями? Яким чином (телефон, особисті зустрічі, Інтернет)?

5. Чи відчуваєте ви підтримку з боку інших мешканців, персоналу закладу або родичів?

6. Що для вас є найбільшим джерелом підтримки та комфорту в умовах пансіонату?

Блок 3: Активність у віртуальному просторі

7. Чи користуєтесь ви Інтернетом або цифровими пристроями (смартфон, планшет, комп'ютер)? Якщо так, то як саме (наприклад, для спілкування, перегляду відео, новин тощо)?

8. Якими платформами або додатками ви користуєтеся найчастіше (Viber, YouTube, Facebook, інші)?

9. Чи відчуваєте ви, що віртуальний простір допомагає вам залишатися активним або зменшує почуття самотності?

10. Які труднощі ви відчуваєте у використанні цифрових пристроїв або Інтернету (відсутність гаджетів, складність навчання, технічні проблеми)?

Блок 4: Взаємозв'язок між адаптацією та віртуальним простором

11. Як ви вважаєте, чи може використання Інтернету полегшити адаптацію до життя у пансіонаті? Якщо так, то яким чином?

12. Чи брали б ви участь у групах за інтересами (онлайн чи офлайн) через Інтернет? Які саме групи вас цікавлять?

13. Що вам найбільше допомагає відчувати себе частиною спільноти у пансіонаті?

Блок 5: Пропозиції та побажання

14. Що б ви хотіли змінити або покращити у своєму повсякденному житті у пансіонаті?

15. Чи було б вам цікаво взяти участь у тренінгах із цифрової грамотності? Якщо так, то які саме навички ви б хотіли освоїти (наприклад, спілкування через месенджери, використання соціальних мереж)?

16. Як, на вашу думку, можна поліпшити доступ до цифрових технологій у пансіонаті (технічна підтримка, забезпечення гаджетами, навчання тощо)?

Додаток Б

Програма тренінгу з підвищення цифрової грамотності для адаптації літніх людей до життя у геріатричних пансіонатах

Мета тренінгу: Сформувати базові цифрові навички у мешканців геріатричних пансіонатів, які сприятимуть їхній адаптації до умов проживання, зменшенню почуття ізоляції та забезпеченню доступу до інформаційних і комунікаційних ресурсів.

Тривалість програми 4 тижні (по 2 заняття на тиждень, кожне заняття – 40 хвилин).

Програма складається з 5 модулів

Модуль 1: Ознайомлення з цифровими пристроями та їхнім призначенням

1. Основні компоненти пристроїв (смартфон, планшет, ноутбук): кнопки, екран, зарядка.

2. Як увімкнути/вимкнути пристрій. Робота з сенсорним екраном (основи натискання, масштабування).

3. Встановлення часу, яскравості екрана, налаштування звуку.

4. Безпечне зберігання пристроїв та заряджання.

Модуль 2: Основи користування Інтернетом

1. Як підключити пристрій до Wi-Fi (з підтримкою персоналу).

2. Основи роботи з браузером (Google Chrome): пошук інформації, збереження сторінок.

3. Практичні завдання: пошук інформації про погоду; пошук рецептів чи інструкцій;

Модуль 3: Спілкування через цифрові технології

1. Завантаження та використання месенджерів (Viber, Telegram): додавання контактів, надсилання повідомлень, здійснення дзвінків.

2. Основи відеодзвінків через Zoom чи інші програми.

3. Створення груп для спілкування з мешканцями та обговорення побутових питань.

Модуль 4: Цифрові послуги для повсякденного життя

1. Використання YouTube для перегляду навчальних відео або розваг.

2. Основи електронного запису до лікаря (за допомогою адміністрації пансіонату).

3. Практика: оплата послуг (комунальні рахунки, онлайн-магазини) з підтримкою.

Модуль 5: Основи цифрової безпеки

1. Як створювати та зберігати паролі.

2. Розпізнавання шахрайських повідомлень та дзвінків.

3. Безпечне використання особистих даних.

Декларація

академічної доброчесності

здобувача ступеня вищої освіти ЗНУ

Я, Кадук Олександр Миколайович, студент 2 курсу, форма навчання денна, факультет соціології та управління, спеціальність «Соціальна робота» освітньо-професійна програма «Соціальна робота», адреса електронної пошти litvinovazn@ukr.net,

– підтверджую, що написана мною кваліфікаційна робота на тему «Надання послуги соціального супроводу сім'ям, які опинилися у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій» відповідає вимогам академічної доброчесності та не містить порушень, що визначені у ст. 42 Закону України «Про освіту», зі змістом яких ознайомлений;

– заявляю, що надана мною для перевірки електронна версія роботи є ідентичною її друкованій версії;

– згоден на перевірку моєї роботи на відповідність критеріям академічної доброчесності у будь-який спосіб, у тому числі за допомогою інтернет-системи, а також на архівування моєї роботи в базі даних цієї системи.

Дата 03.12.2024 Підпис_____ПІБ (студент) Кадук О.М.

Дата 03.12.2024 Підпис_____ПІБ (науковий керівник) Маловічко О.В.