 <https://doi.org/10.28925/2312-5829.2023.34>

УДК 378.78.053.9

Марія Житинська

 <https://orcid.org/0000-0002-3118-790X>

канд. пед. наук,
старший викладач кафедри
соціальної освіти та соціальної роботи
Український державний університет
імені Михайла Драгоманова,
вул. Пирогова, 9
м. Київ, Україна

 m.o.zhytynska@npu.edu.ua



Соціально-психологічна підтримка людей похилого віку в умовах повномасштабної війни

Анотація. У статті розглядаються особливості надання соціально-психологічної підтримки людям похилого віку в умовах воєнного стану в Україні. Здійснено аналіз провідних наукових досліджень з області геронтології та психології, визначено фізіологічні та соціально-психологічні особливості людей похилого віку як окремої вікової категорії, розкрито їх основні потреби.

У статті також представлено результати практичного дослідження, що реалізоване у формі анкетування працівників соціально-психологічної сфери. Результати опитування визначають основні особистісні зміни у людей похилого віку, що виявляють соціальні працівники та психологи в ході своєї професійної взаємодії з ними; надають перелік основних напрямів роботи щодо надання соціально-психологічної підтримки. Закцентовано увагу на особливих потребах та формах їх задоволення, що виникають на підґрунті воєнних дій.

Мета статті полягає в розкритті особливостей надання соціально-психологічної підтримки людям похилого віку в умовах воєнного стану задля збереження соціального здоров'я в цілому та полегшення процесу переживання особистісної й соціальної кризи літніми людьми. Основні завдання дослідження: проаналізувати бази наукових

досліджень з проблеми старіння, визначити особистісні та фізіологічні зміни у представників даної вікової групи; актуалізувати проблему з урахуванням специфіки воєнного часу; визначити основні особливості надання соціально-психологічної підтримки людям похилого віку в умовах війни. Для досягнення мети та вирішення завдань дослідження було використано теоретичні, емпіричні та статистичні методи зведення й обробки даних.

У висновках узагальнено основні результати дослідження, зазначено, що своєчасне якісне надання соціально-психологічної підтримки людям похилого віку сприяє формуванню здорового суспільства шляхом зменшення відсотку соціально пасивного, залежного населення й розквіту держави, що надзвичайно важливо в умовах війни та післявоєнного відновлення.

Новизна дослідження полягає у визначенні актуальних напрямків соціально-психологічної підтримки на основі вивчення потреб людей похилого віку в умовах війни. Практичне значення результатів дослідження полягає у можливості їх використання в процесі складання програми соціальної підтримки людей похилого віку в умовах сучасного соціуму.

Ключові слова: старіння, геронтологія, соціально-психологічна підтримка, потреба, особистісні риси, воєнний стан.

© Житинська Марія, 2023

Вступ. Повномасштабне вторгнення росії в Україну, яке почалося 24 лютого 2022 року, характеризується абсолютною зневагою до цивільного населення та чисельними військовими злочинами. Росія постійно атакує українські міста, в тому числі із застосуванням забороненої зброї, вчиняє показові страти на підконтрольних їй територіях, знищує об'єкти цивільної інфраструктури по всій території України. Десятки тисяч мирних жителів України були вбиті або поранені, мільйони були змушені покинути свої домівки.

Україна, де люди старше 60 років складають майже чверть населення, є однією з «найстаріших» країн світу. За даними HelpAge International, частка людей похилого віку, які постраждали від війни в Україні, є вищою, ніж від будь-якого іншого триваючого конфлікту (Supporting older people in Ukraine, 2022). Це дослідження показує, як пересічні виклики, як-от наявність захворювань чи самотність,

ускладнюються в надзвичайних ситуаціях. Літні люди, які часто не бажають або не можуть покинути свої домівки, складають непропорційну кількість цивільних осіб, які залишаються в районах активних бойових дій, і в результаті вони стикаються з більшою ймовірністю бути вбитими або пораненими. Окрім реальної фізичної загрози, війна спричинює ще й психосоціальну кризу, жертвами якої стають люди не лише в районах активних бойових дій, а й в містах глибокого тилу, і вихід з даної кризи для більшості жертв вимагає професійної підтримки з боку фахівців соціально-психологічної сфери. Тому такою важливою є проблема створення чіткої програми соціально-психологічної підтримки людей похилого віку в умовах воєнного стану .

Загальна тенденція збільшення кількості людей похилого віку в структурі населення країн світу вимагає від суспільства і вченої спільноти визначення старості як нового етапу життя, що характеризується своєю неповторністю й унікальністю, сповненого новими життєвими смислами й драматизмом. У зв'язку з цим актуалізувалася необхідність наукового аналізу феномену старіння з точки зору різних чинників: тих, що визначають соціальну політику в цілому та соціальну підтримку літніх людей зокрема, й тих, що впливають на вироблення індивідуальної стратегії поведінки людей похилого віку (Робак, 2013).

Місце людей похилого віку в сучасному суспільстві (у соціальній структурі різних соціальних систем, спільнотах, в сім'ї, взаємовідносини з представниками інших вікових груп тощо), їхні соціальні проблеми та соціальний статус, вікові зміни особистості та їх причини досі недостатньо досліджені у зарубіжній та вітчизняній науці та практиці.

Серед вчених, що займалися дослідженням проблеми старіння, є класики психологічної науки (З. Фрейд, Е. Еріксон, Є. Херлок, А. Маслоу, Р. Кеган,) й сучасні зарубіжні (Дж. Ентоні, М. Ватлер, Ен Орбах, Р. Сінг, Д. Бромлей, А. Роуз, Я. Стюарт-Гамільтонат ін.) та вітчизняні вчені (І. Мартинюк, О. Ніколенко, В. Робак та ін.).

Для розуміння соціальних процесів та місця старості в свідомості усіх активних діячів соціуму розроблено кілька теорій (теорія неперервності, теорія стигматизації,

суспільного таврування, теорія обміну, теорія вікової стратифікації, феноменологічна теорія, теорія компетентності), кожна з яких має своє раціональне зерно й розкриває своє бачення процесу «успішного старіння» проте все ж не розкриває проблему соціально-психологічної підтримки людей похилого віку цілісно, тим паче в умовах війни.

Мета статті — розкриття особливостей надання соціально-психологічної підтримки людям похилого віку в умовах воєнного стану задля збереження соціального здоров'я в цілому та полегшення процесу переживання особистісної й соціальної кризи літніми людьми.

Основні завдання дослідження: проаналізувати базу наукових геронтологічних досліджень з проблеми старіння, особистісних та фізіологічних змін у представників даної вікової групи; актуалізувати проблему з урахуванням специфіки воєнного часу; визначити основні особливості надання соціально-психологічної підтримки людям похилого віку в умовах війни.

Методологія. Для досягнення поставленої мети й виконання визначених завдань нами були використані теоретичні, емпіричні та статистичні методи дослідження:

- *теоретичні* — аналіз наукових досліджень з проблеми старіння соціально-психологічного та медичного спрямування, аналіз, порівняння й узагальнення провідного наукового досвіду;
- *емпіричні* — анкетування, вивчення й узагальнення соціально-психологічного досвіду;
- *статистичні* — кількісний і якісний аналіз даних, отриманих в ході дослідження, представлення результатів дослідження шляхом групування за істотними ознаками.

Під час війни проведення будь-яких досліджень в умовах реальної зустрічі є завданням надскладним, до того ж соціогеронтологічні дослідження ускладнюються ще й неоднорідністю геронтологічного континууму, а саме: літні люди мають значні

вікові, фізіологічні та психосоціальні відмінності, їм притаманні різні професійні та статусні ознаки; вони різняться за сімейним станом; релігійними та естетичними поглядам й політичними уподобаннями, що були визначені й міцно закріплені протягом життя.

Тому в ході дослідження було проведено анкетування серед фахівців соціально-психологічної сфери з метою виявлення основних потреб та труднощів літніх людей. В анкетуванні взяли участь 146 працівників соціально-психологічної сфери з різних регіонів України. Дослідження проводилося анонімно за допомогою сервісу Google-опитування.

Результати. На будь-якому етапі життя в людини можуть виникати численні фактори ризику, що спричиняють проблеми з психічним здоров'ям. Люди похилого віку можуть відчувати життєві стресори, загальні для всіх людей, але також і такі, які більш поширені в пізньому віці, наприклад, значна втрата працездатності, зниження функціональних можливостей (Dowd, 1975, pp. 584–594). Люди похилого віку нерідко мають обмежену рухливість, хронічний біль, слабкість або інші проблеми зі здоров'ям, для вирішення яких вони потребують сторонньої допомоги. Крім того, літні люди частіше переживають такі події, як втрату близької людини або зниження соціально-економічного статусу, пов'язаного з виходом на пенсію (Ніколенко, 2009). А в умовах війни багато літніх людей пережили ще й втрату майна, що наживалося протягом життя й було показником результативності прожитих років. Усі ці стресори можуть призвести до ізоляції, самотності або психологічного стресу у літніх людей, а отже, їм може знадобитися тривалий догляд й соціально-психологічна підтримка (Мартинюк, 2007).

Аналіз чисельних наукових досліджень засвідчує, що психічне здоров'я впливає на фізичне і навпаки. Наприклад, люди похилого віку з проблемами фізичного здоров'я, такими як захворювання серця, мають більший рівень депресії, у порівнянні зі здоровими представниками тієї ж вікової категорії (Butler, & Orbach, 1993). Літні люди також дуже вразливі до жорстокого поводження, включаючи фізичне, вербальне,

психологічне, фінансове та сексуальне насильство, які для більшості стали буденністю в умовах війни й особливо проживання під окупацією. Окремим видом насильства є дії, що викликають у людей похилого віку відчуття покинутості, нехтування, втрати гідності та поваги (Adams, Hayes, & Hohson, 1977).

Теоретичний аналіз проблеми дослідження дозволяє також виділити основні вікові зміни психічних процесів, що спостерігаються у людей похилого віку.

1. Порушення відчуттів та сприйняття, що пов'язано із погіршенням роботи сенсорної сфери. Як наслідок зменшується потік інформації та швидкість її засвоєння.
2. Послаблення пам'яті, що виявляється у вигляді забудькуватості, прояв синдрому Корсакова.
3. Зниження рівня уваги, розвиток неуважності.
4. Уповільнення мислення й часто зниження його продуктивності.
5. Емоційна пригніченість, дратівливість, часта зміна настрою, схильність до депресивних станів (Kalia, Singh, & Singh, 2002, pp. 465–467).

Практична частина дослідження полягала у визначенні основних особливостей надання соціально-психологічної підтримки людям похилого віку в умовах війни. Розв'язання поставленої задачі здійснювалося шляхом анонімного анкетування працівників соціально-психологічної сфери.

Анкетування мало на меті з'ясувати основні напрямки діяльності фахівців, що визначені актуальними потребами людей похилого віку, й визначити труднощі, що найчастіше ускладнюють процес надання соціально-психологічної підтримки літнім людям.

Дослідження проводилося протягом жовтня — грудня 2022 року. Усього в опитуванні взяли участь 146 працівників соціально-психологічної сфери. 98,7 % респондентів на момент опитування активно займалися своєю професійною діяльністю; 86,3 % опитаних продовжують професійну діяльність на території України, відповідно 16,7 % фахівців перебувають за кордоном через війну, 83 % з даної групи

переміщених осіб надають соціально-психологічну підтримку переміщеним особам на засадах волонтерства чи в якості членів громадських організацій у країнах свого перебування.

З метою визначення психологічних особливостей людей похилого віку та ключових відмінностей даної вікової групи від інших фахівцям було запропоновано позначити риси, властиві їм підопічним літнього віку. Аналіз відповідей показує, що визначені в переліку особистісні зміни притаманні майже усім представникам даної вікової групи (рис. 1).

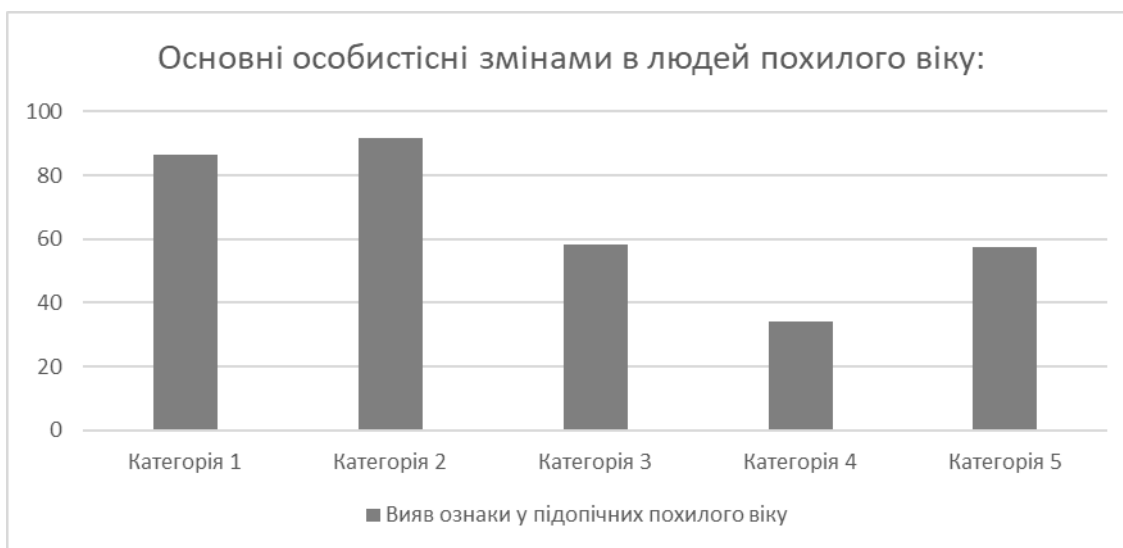


Рис. 1. Основні особистісні зміни у людей похилого віку.

Риси, що визначалися, на діаграмі представлені категоріями. Розкриття категорій представлено в табл. 1.

Таблиця 1

Ключові риси особистості, притаманні людям похилого віку

№ з/п	Номер категорії на діаграмі	Риси особистості

1	Категорія 1	Зниження самооцінки, посилення відчуття меншовартості, невпевненість у собі та своїх діях, підвищення чутливості до критики
2	Категорія 2	Підвищена тривожність, зниження працездатності, загострення відчуття самотності й безпорадності і, як наслідок, тривале й систематичне пригнічення настрою
3	Категорія 3	Постійне прагнення до переживання минулого, надмірна ностальгія
4	Категорія 4	Акцентуація деяких рис характеру
5	Категорія 5	Пригнічення вольової активності, прояв апатії

Працюючи над даною проблемою, фахівці зазначали в коментарях, що деякі ознаки, як наприклад прояв акцентуацій характеру, важко визначати, бо співпраця з більшістю людей розпочалася вже в умовах воєнного часу, коли вони вже перебували в статусі людей похилого віку. Тому відсоток відповідей за даною категорією є досить низьким.

Зазначені особливості людей похилого віку визначають основні напрямки надання соціально-психологічної підтримки, актуальність яких, за вибором респондентів, представлена в *табл. 2*.

Таблиця 2

Провідні напрями діяльності у сфері надання соціально-психологічної підтримки людям похилого віку

№ з/п	Напрямок надання соціально-психологічної підтримки	Актуальність даного виду діяльності
1	Надання соціальної допомоги та прихистку	51,3 %

2	Сприяння адаптації людей похилого віку до нового статусу, яка полягає у переоцінці власних життєвих ресурсів, сфери інтересів та кола спілкування	48,5 %
3	Допомога в прийнятті втрати	62,1 %
4	Допомога в прийнятті старості як закономірного етапу розвитку	37,2 %
5	Підвищення самооцінки й рівня власної значимості в сучасних нелегких умовах існування	46,7 %
6	Пошук нових життєвих орієнтирів, визначення перспектив подальшої діяльності	38,9 %
7	Формування позитивного образу старості як можливості розвитку внутрішнього спокою	40,1 %
8	Підвищення загального емоційного фону	73,6 %

Обговорення. Як видно з результатів дослідження, в умовах війни найбільш затребуваними напрямками надання соціально-психологічної підтримки є підвищення емоційного фону (зниження настрою властиве не лише людям похилого віку, а й більшості населення України), допомога у прийнятті втрати (цей напрям узагальнює прийняття як матеріальних втрат, так і втрату близької людини) та надання соціальної допомоги і прихистку (що особливо актуально для самотніх людей та тих, хто втратив родину й майно).

Серед основних труднощів, з якими доводиться стикатися спеціалістам у процесі надання соціально-психологічної підтримки людям похилого віку, здебільшого виділяють:

- неможливість проведення регулярних зустрічей через ворожі атаки й необхідність перебувати в укриттях (56,4 %);
- зрив запланованих зустрічей через проблеми зі здоров'ям у підопічних (32,1 %);

- апатія та небажання людей похилого віку до роботи з фахівцями (29,8 %);
- невизнання людьми похилого віку своєї потреби у професійній соціально-психологічній підтримці (33,6 %);
- неможливість надання необхідної підтримки через відсутність належного ресурсного забезпечення (35,7 %);
- складність налагодження продуктивної співпраці з клієнтом через психологічну несумісність чи розбіжність життєвих позицій (16,4 %).

Апатія та небажання людей похилого віку працювати з фахівцями, невизнання ними своєї потреби у професійній соціально-психологічній підтримці яскраво підкреслено у теорії активності (Bengtson, 1973). Автори даної теорії (Хеваюрст, Ньюгартен, Мобін) говорять, що, вступаючи в старість, люди зберігають ті ж потреби й бажання, що й у середньому віці, і всіляко чинять опір будь-яким намірам виключити їх із життя суспільства, а робота із спеціалістами соціально-психологічної сфери сприймається літніми людьми саме як визначення їхньої неспроможності до самостійної, звичної для них діяльності.

Висновки. Результати теоретичного аналізу проблеми дають можливість зробити висновок, що населення світу стрімко старіє. Прогнозується, що між 2015 і 2050 роками частка населення світу старше 60 років збільшиться майже вдвічі, з 12 % до 22 %. В абсолютному вираженні це очікуване зростання з 900 мільйонів до 2 мільярдів людей у віці старше 60 років. Літні люди стикаються з особливими проблемами фізичного та психічного здоров'я, які необхідно визнати. Понад 20 % дорослих у віці 60 років і старше страждають від психічних або неврологічних розладів. Найпоширенішими психічними та неврологічними розладами в цій віковій групі є деменція та депресія, якими страждає приблизно 5 % та 7 % літнього населення світу відповідно. Тому ефективна соціально-психологічна підтримка людям похилого віку є надзвичайно важливою для збереження соціального здоров'я населення, й особливо гостро ця проблема стоїть в умовах війни.

Психічне здоров'я людей похилого віку можна покращити, сприяючи активному та здоровому старінню. Зміцнення психічного здоров'я для людей похилого віку включає створення умов життя та середовища, які сприяють добробуту та дозволяють людям вести здоровий спосіб життя. Зміцнення психічного здоров'я значною мірою залежить від стратегій ресурсного забезпечення потреб літніх людей. Саме тому практична частина дослідження була спрямована на визначення актуальних проблем представників даної вікової категорії. Було визначено, що люди літнього віку потребують забезпечення безпеки і свободи; гідних житлово-побутових умов; соціальної підтримки; реалізації програми попередження жорстокого поводження з літніми людьми; створення умов для комунікацій та соціальної активності, особливо для самотніх людей чи осіб з інвалідністю. Отримані результати дозволять удосконалити програму соціальної підтримки людей літнього віку й адаптувати соціальну роботу з даною категорією населення до умов воєнної реальності.

Перспектива подальших досліджень полягає у вивченні довгострокових наслідків війни і їх впливу на соціально-психологічний добробут людей похилого віку з метою удосконалення програми надання їм соціальної та психологічної підтримки.

Список використаної літератури

Мартинюк І. А. Психологічна допомога людям похилого віку або практикум з геронтології. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 1. С. 165-173.

Ніколенко О. С. Вихід на пенсію як психологічна проблема. *Психологія і соціологія*. URL: http://www.rusnauka.com/14_ENXXI_2009/Psihologia/45926.doc.htm (дата звернення: 20.02.2023).

Робак В. Психосоціальні теорії старіння та їх значення для забезпечення процесу якісної опіки літніх людей. *Освіта дорослих: теорія, досвід, перспективи: зб. наук. пр.* URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/OD_2013_6_12 (дата звернення: 20.02.2023).

Adams J., Hayes J., Hohson B. Transition: Understanding and Managing Personal Change. *Martin Robertson & Company*. 1977. 225 p. <https://doi.org/10.1177/002188637801400414>

Antony John D. Types of Counseling: A Life Span Development and Situational Approach. *Nagercoil: Anugraha Publications*. 1996. pp. 83-84.

Bengtson, V. L. The social psychology of aging. *Indianapolis: Bobbs-Merrill*. 1973. 176 p.

Butler M. & Orbach A. Being your Age: Pastoral Care for Older People. *London: SPCK*,

1993. 224 p. <https://doi.org/10.1177/0040571X9409700337>

Cumming E., Henry W. E. Growing Old: The Process of Disengagement. New York: Basic Books, 1961. 293 pp. <https://doi.org/10.1086/223328>

Dowd J. J. Aging as exchange: A preface to theory. *Journal of Gerontology*. 1975. 30 (5). P. 584-594.

Gutmann D. L. Reclaimed Powers: Towards a New Psychology of Men and Women in Later Life. New York: Basic Books. 1987. 335 pp. <https://doi.org/10.1002/gps.930050212>

Kalia H., Singh N., Singh R. Encyclopaedia of the World Psychologists. *Delhi: Global Vision Publishing House*. 2002. Vol. 2. pp. 465-467.

Supporting older people in Ukraine. URL: [Supporting older people in Ukraine | About us | HelpAge International](#) (дата звернення: 20.02.2023).

References

Martynyuk, I. A. (2007). Psykholohichna dopomoha lyudyam pokhyloho viku abo praktykum z herontolohiyi. [Psychological help for the elderly or a gerontology workshop.]. *Praktychna psykholohiya ta sotsial'na robota*. № 1. S. 165-173. (in Ukrainian).

Nikolenko, O. S. (2009). Vykhid na pensiyu yak psykholohichna problema. [Retirement as a psychological problem]. *Psykholohiya i sotsiolohiya*. URL: http://www.rusnauka.com/14_ENXXI_2009/Psihologia/45926.doc.htm (date of application: 20.02.2023). (in Ukrainian).

Robak, V. (2013). Psykhosotsial'ni teoriyi starinnya ta yikh zachennya dlya zabezpechennya protsesu yakisnoyi opiky litnikh lyudey. [Psychosocial theories of aging and their significance for ensuring the process of quality care of the elderly]. *Osvita doroslykh: teoriya, dosvid, perspektyvy: zb. nauk. pr.* URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/OD_2013_6_12 (date of application: 20.02.2023). (in Ukrainian).

Adams, J., Hayes, J., & Hohson, B. (1977). Transition: Understanding and Managing Personal Change. *Martin Robertson & Company*, 225 p. (in English). <https://doi.org/10.1177/002188637801400414>

Antony, John D. (1996). Types of Counseling: A Life Span Development and Situational Approach. *Nagercoil: Anugraha Publications*, pp. 83-84. (in English).

Bengtson, V. L. (1973). The social psychology of aging. *Indianapolis: Bobbs-Merrill*, 176 p. (in English).

Butler, M. & Orbach, A. (1993). Being your Age: Pastoral Care for Older People. *London: SPCK*, 224 p. (in English). <https://doi.org/10.1177/0040571X9409700337>

Cumming, E. & Henry, W. E. (1961). Growing Old: The Process of Disengagement. New York: Basic Books, 293 p. (in English). <https://doi.org/10.1086/223328>

Dowd, J. J. (1975). Aging as exchange: A preface to theory. *Journal of Gerontology*, 30 (5), pp. 584-594. (in English).

Gutmann, D. L. (1987). Reclaimed Powers: Towards a New Psychology of Men and Women in Later Life. New York: Basic Books, 335 pp. (in English). <https://doi.org/10.1002/gps.930050212>

Kalia, H., Singh, N. & Singh R. (2002). Encyclopaedia of the World Psychologists. *Delhi: Global Vision Publishing House*, Vol. 2, pp. 465-467. (in English).

Supporting older people in Ukraine. URL: [Supporting older people in Ukraine](#) | [About us](#) | [HelpAge International](#) (date of application 20.02.2023).

Maria Zhytynska

 <https://orcid.org/0000-0002-3118-790X>

candidate of pedagogical sciences

Senior teacher of the department

social education and social work

Ukrainian State University

Named after M. Drahomanov,

Kyiv, Ukraine

 m.o.zhytynska@npu.edu.ua

Social and Psychological Support of Elderly People in the Conditions of Full-Scale War

Abstract. *The article examines the features of providing socio-psychological support to the elderly in the conditions of martial law in Ukraine. The analysis of the leading scientific research in the field of gerontology and psychology was carried out, the physiological and socio-psychological features of the elderly as a separate age category were determined, and the main needs of the elderly were revealed.*

The article also presents the results of a practical study implemented in the form of a survey of workers in the social and psychological sphere. The results of the survey determine the main personal changes in the elderly, which are revealed by social workers and psychologists in the course of their professional interaction with them; provide a list of the main directions of work on the provision of social and psychological support. Attention is focused on special needs and forms of their satisfaction that arise on the basis of military operations.

The purpose of the article is to reveal the features of providing socio-psychological support to the elderly in the conditions of martial law in order to preserve social health as a whole and facilitate the process of experiencing a personal and social crisis by the elderly. The main tasks are as follows: to analyze the bases of scientific research on the problem of aging, to determine personal and physiological changes in representatives of this age group; update the problem taking into account the specifics of wartime; to determine the main features of providing socio-psychological support to the elderly in war conditions.

Theoretical, empirical and statistical methods of data collection and processing were used to achieve the goal and solve the research problems.

In the conclusions, the main results of the study are summarized, it is stated that timely and high-quality provision of socio-psychological support to the elderly contributes to the formation of a healthy society by reducing the percentage of socially passive, dependent population, and the prosperity of the state, which is extremely important in the conditions of war and post-war reconstruction.

The novelty of the research lies in the determination of current areas of social and psychological support based on the study of the needs of the elderly in war conditions. The practical significance of the research results lies in the possibility of their use in the process of drawing up a program of social support for the elderly in the conditions of modern society.

Keywords: *aging; gerontology; socio-psychological support; need; personality traits; martial law.*

Стаття надійшла до редакції: 25.05.2023

Прийнято до друку: 29.09.2023