**Содержание**

Введение

Глава I. Характеристика одиночества как социальной проблемы

1.1 Одиночество: виды и причины

1.2 Одиночество пожилых людей как социальная проблема

Глава II. Социализация личности и проблемы одиночества

2.1 Социальный статус пожилого человека

2.2 Социальная работа и социальная политика в отношении пожилых

Заключение

Список литературы

**Введение**

Одиночество - одна из наиболее частых причин обращения к психологу, психотерапевту, психоаналитику - явление столь неоднородное и многозначное, что достойно оказаться предметом исследований отдельного научного учреждения! Даже в жизни одного и того же человека одиночество может оборачиваться разными ликами, высвечивая разнообразные грани и смыслы: от младенческого состояния покинутости и чувства отверженности у подростка до возвышенных состояний удаления от людей (мира) у отшельника и творческой самоизоляции художника. Быть одному и быть одиноким - другое различение и другие переживания: потребность иногда остаться наедине с собой диалектически противостоит потребности в близости с другими, гармоническое их сочетание оказывается не простой задачей, требующей искусного построения как своей душевной жизни, так и отношений с окружающими людьми.

Проблематика одиночества, в основном, сосредоточена в тех случаях, когда человек обнаруживает свою жизнь неполной, недостаточной, неполноценной без другого, значимого лица.

Адекватным способом разрешить эти затруднения являются не механические попытки приложить желаемые характеристики партнера и отношений то к одному, то к другому кандидату, а последовательная проработка неэффективных механизмов социального выбора и формирования привязанности.

Предмет данного исследования - изучение проблемы одиночества пожилых людей, а также изучение возможностей социальной работы в этом направлении.

Объект исследования – пожилые люди, их социальное положение и эмоциональное состояние.

Итак, цель данной работы состоит в том, чтобы раскрыть сущность проблемы одиночества людей пожилого возраста и определить возможности социальной работы в этом направлении. Исходя из названной цели работы, были сформулированы следующие задачи:

- провести теоретический анализ существующих взглядов на социальную проблему одиночества пожилых людей;

- проанализировать возможности социальной работы по решению проблемы одиночества людей пожилого возраста;

- дать характеристику одиночества, как одной из острых социальных проблем пожилых людей.

Гипотеза настоящего исследования заключается в следующем. Во-первых, проблема одиночества у людей пожилого возраста будет занимать одно из первых мест в рейтинге волнующих их вопросов. Во-вторых, процент пожилых людей, чувствующих себя одинокими, которые в действительности не имеют близких, будет больше, чем процент пожилых людей, имеющих родственников. В-третьих, проблема одиночества пожилых напрямую связана с образом жизни, который они ведут, а именно: люди, которые разнообразно проводят свой досуг и имеют широкий круг общения в меньшей степени ощущают себя одинокими, чем те, у которых ограничена социальная сфера.

**Глава I. Характеристика одиночества как социальной проблемы**

**1.1 Одиночество: Виды и причины**

Одиночество воспринимается как остро субъективное, сугубо индивидуальное и часто уникальное переживание.

Одна из самых отличительных черт одиночества - это специфическое чувство полной погруженности в самого себя. Чувство одиночества не похоже на другие переживания, оно целостно, абсолютно всеохватывающе. В чувстве одиночества есть познавательный момент. Одиночество есть знак моей самости; оно сообщает мне, кто я такой в этой жизни. Одиночество - особая форма самовосприятия, острая форма самосознания. Не обязательно абсолютно полно и точно понимать все свои состояния, однако одиночество требует к себе самого серьезного внимания.

В процессе обыденной жизни мы воспринимаем себя лишь в определенном отношении к окружающему миру. Мы переживаем свое состояние в контексте сложной и обширной сети взаимосвязей. Возникновение одиночества говорит нам о нарушениях в этой сети. Часто одиночество появляется в форме потребности быть включенным в какую-то группу или желательность этого или потребности просто быть в контакте с кем-либо. Основополагающим моментом в таких случаях выступает осознание отсутствия чего-то, чувство потери и крушения. Это может быть осознание своей исключительности и неприятия тебя другими. С точки зрения экзистенциальной феноменологии (которая очень уместна в данном случае) одиночество грозит расколоть или даже разорвать интенциональную структуру личности, особенно в интерсубъектной области. Выражаясь менее научно, одиночество представляет собой комплексное чувство, которое связывает воедино нечто утраченное внутренним миром личности.

Учитывая сказанное, можно предложить следующее определение одиночества. Одиночество - это переживание, вызывающее комплексное и острое чувство, которое выражает определенную форму самосознания, и показывающее раскол основной реальной сети отношений и связей внутреннего мира личности. Расстройство, которое вызывает данное переживание, часто побуждает человека к энергичному поиску средств противостояния этой болезни, ибо одиночество действует против основных ожиданий и надежд человека и, таким образом, воспринимается как крайне нежелательное.

Главная задача экзистенциальной феноменологии У. Садлера - разъяснить природу этих возможностей для того, чтобы обозначить рамки, в пределах которых возникают переживания. В итоге жизненный мир личности ориентирован на реализацию четырех определенных экзистенциальных возможностей:

1) уникальность судьбы индивида, актуализация врожденного "Я" и его предельной многозначности;

2) традиция и культура личности, которые дают ей многие ценности и идеи и которые она использует для интерпретации своих переживаний и определения своего существования;

3) социальное окружение индивида, формирующее поле организационных отношений с другими людьми и те сферы, где возникает понятие участия в группе и ролевой функции личности;

4) восприятие других людей, с которыми человек может установить отношения "Я - Ты", отношения, которые могут развернуться в двойную реальность человеческого "Мы". В соответствии с четырьмя возможными направлениями, присущими развитию и распространению вовне личностного мира, измерения одиночества также четырехчленны и их можно обозначить как космическое, культурное, социальное и межличностное измерения.[[1]](#footnote-1)

**Одиночество и самооценка**

Характерной особенностью человека является желание понять самого себя и дать осмысленное объяснение своему опыту. Самооценка - процесс самопознания и критического самосознания - выступает важным компонентом в опыте одиночества.

Когнитивная оценка: осознание и определение одиночества.

Зачастую мы затрудняемся дать точное определение субъективным переживаниям (Gordon, 1981; Pennebaker, 1980), установить, действительно ли человек одинок, или отличить одиночество от других психологических состояний. Определение собственного одиночества - результат длительного когнитивного процесса, в ходе которого мы осознаем или наделяем смыслом наши уникальные личные переживания и обобщаем их в целостную категорию или концепцию.

**Самодиагноз одиночества.**

К выводу "Я одинок" люди обычно приходят с помощью аффективных (эмоциональных), поведенческих (бихевиористских) и когнитивных доказательств. Аффективные признаки одиночества нередко бывают размытыми. Одиночество - это тяжелое эмоциональное переживание: глубоко одинокие люди очень несчастны. Однако одних лишь аффективных переживаний явно недостаточно для определения такого неприятного чувства, как одиночество. Не существует какого-либо уникального набора эмоций, ассоциируемого с одиночеством. Рубинстайн и Шейвер, например, выявили четыре различные группы эмоций, связанные с одиночеством. Хотя переживание негативных эмоций и наталкивает людей на мысль о том, что "что-то не в порядке" в их жизни, оно не приводит непосредственно к самодиагнозу именно одиночества, а не какого-либо другого состояния - депрессии, переутомления или физического недомогания.

Бихевиористские доказательства подобно аффективным способствуют самодиагнозу одиночества, хотя, по всей вероятности, не исчерпывают такого диагноза. Люди, как правило, используют целый ряд поведенческих характеристик для идентификации одиночества, включая низкий уровень социальных контактов, прекращение (разрыв) установившихся связей, или же неудовлетворительные образцы социального взаимодействия. Однако уединение не обязательно связано с одиночеством; люди могут быть счастливы в затворничестве. Если же человек чувствует себя несчастным оттого, что он все время оказывается один, то в этом случае наиболее вероятным диагнозом может быть одиночество.2[[2]](#footnote-2)

Вряд ли люди будут считать себя одинокими, если у них нет когнитивных объяснений этого состояния. Когнитивные индикаторы одиночества, очевидно, выводятся из представления об определенном типе социальных отношений, недостающих в настоящий момент. Общественное сознание отражает потребность в как можно более частом и более тесном взаимодействии человека и общества, а также представление о том, что совершенствование социальных отношений способно облегчить страдания отдельного человека.

Люди определяют состояние одиночества в зависимости от целого комплекса чувств, поступков и мыслей - а не по одной-единственной доминирующей характеристике.

**Причинные атрибуты одиночества.**

Суждения о неполноценности нашей социальной жизни и о том, что мы страдаем от одиночества, редко бывают итогом самооценки. Одинокие люди тоже хотят объяснить причины своего несчастья. Выявление причин одиночества помогает осмыслить это бедственное положение и является первым шагом к разрешению проблемы. Особенно важным вопросом для одиноких людей может быть самообвинение - виноват ли я сам в том, что одинок?

**Личностные объяснения одиночества.**

Личностные объяснения одиночества включают три взаимосвязанных, но различных элемента. Во-первых, одинокие люди обычно отмечают изначальное событие, приведшее их к одиночеству, например, разрыв любовных отношений. Во-вторых, пытаясь объяснить устойчивость состояния своего одиночества в течение длительного времени и свою неспособность установить удовлетворительные социальные связи, люди обращаются к постоянным причинам своего одиночества. Эти причины, как правило, относятся к характеристикам личности (например, стеснительности) или ситуации (например, окружению, в котором трудно встретить новых людей). Наконец, у одиноких людей, как правило, есть определенное представление о характере изменений в их социальных взаимосвязях, которые облегчили бы их одиночество. Эти предвидимые решения могут заключаться в новых знакомствах или большей интимности существующих взаимоотношений. Главное внимание в исследовании объяснений одиночества было сосредоточено на объяснении постоянных причин одиночества.

**Следствия причинных атрибутов.**

Объяснения одиночества могут иметь важное значение для будущих перспектив личности, ее эмоций и поведения.

Зачастую одиночество изображается с помощью сопутствующего ему пессимизма, беспомощности (замкнутых перспектив).

Одиночество может сопровождаться различными эмоциями. Согласно одному из прогнозов теории объяснений, "внутренние" и "стабильные" объяснения одиночества свидетельствуют о депрессии

Наконец, причинные объяснения могут влиять на поведение, ответные реакции одиноких индивидов. Исследования, подтверждающие наличие связи между причинными объяснениями одиночества и реакциями на это состояние, пополняются. Как люди реагируют на одиночество - депрессией или враждебностью, пассивным уходом в него или активной борьбой за преодоление подобного состояния, - это зависит от их собственных объяснений одиночества. Одинокие люди зачастую чувствуют себя никчемными, некомпетентными и нелюбимыми.

**Низкая самооценка как причина одиночества.**

Можно выделить две основные точки зрения на то, каким образом самооценка влияет на одиночество. Согласно первой, причиной одиночества является внутреннее психическое самоотчуждение. Сторонники второй точки зрения считают, что низкая самооценка сопровождается системой установок и поведением, которые затрудняют удовлетворительное социальное взаимодействие и, таким образом, создают предпосылки для одиночества.

**Одиночество как причина низкой самооценки**

Одиночество, в особенности когда это глубокое и продолжительное переживание, снижает самооценку личности. Последствия одиночества для самооценки личности еще больше усугубляются, если одиночество связывается с личностными характеристиками и недостатками. Далее, если одиночество наступает в результате утраты значимых взаимосвязей - при разводе или вдовстве, - у индивида формируется новое самовосприятие - новое "социальное "Я", замещающее прежнее утраченное.

**Одиночество как результат неудачи в общении**

Не иметь любимого, друзей или семьи - значит потерпеть неудачу, по мнению общества, а зачастую и по собственному мнению (Gordon, 1976). Милнер писал: "Сказать: "Я одинок" - значит признать, что ты, по существу, неполноценен, что ты никем не любим" (Milner, 1975). Отсутствие социальных взаимосвязей не только личное несчастье, но и социальная проблема. В соответствии со стереотипами люди, живущие обособлено, - это "одинокие неудачники", холодные, недружелюбные и непривлекательные (Parmelee & Werner, 1978). Человеку всегда неловко быть единственным "одиночкой" на вечеринке, где все парами, обедать одному в ресторане или пойти в кино в одиночку. В любой общинной культуре недостаток друзей или партнера считается социальной неудачей. Менее очевидно, но не менее важно и то, что наличие неудовлетворительных взаимоотношений - неудачный брак или неестественная дружба - также может рассматриваться как социальная неудача.

Когда-то Уильям Джемс представил самооценку в виде "дроби, где в знаменателе - наши претензии, а в числителе - наш успех; таким образом, самооценка = успех / претензии" (James, 1908). Это и ему подобные, основывающиеся на диссонансе определения самооценок ( Cohen, 1959; Wells & Marwell, 1976) подчеркивают соотношение между личными идеалами людей, или ожиданиями, и их осуществлением. Итак, ощущение недостатка в общении может вызвать переживание одиночества и понизить чувство собственного достоинства. Одиночество и низкая самооценка тесно взаимосвязаны.

**Отсутствие близкой привязанности в детстве**

Утрата значимых взаимоотношений тяжела в любом возрасте, но для маленьких детей эти события особенно серьезны по своим последствиям. В своем довольно необычном анализе Шейвер и Рубинстайн ( Shaver & Rubenstein, 1980) утверждали, что лишенные тесной привязанности к родителям дети выстраивают такие модели социального мира и собственного "Я", которые губительным образом сказываются на их самооценке и дальнейшем приспособлении (социализации). Шейвер и Рубинстайн предположили, что дети склонны обвинять себя в потере одного из родителей, особенно если эта потеря - результат развода, а не смерти. Уровень сознательной зрелости ребенка в момент развода может быть критическим. Маленькие дети, подверженные эгоцентризму, более всего склоняются к мысли, что именно они стали причиной развода. В результате, как считают Шейвер и Рубинстайн, снижается их самооценка и утверждается пессимистическое отношение к социальным взаимосвязям, которое трудно преодолеть. Будучи уже взрослыми, такие индивиды подвергаются особому риску одиночества и продолжают обвинять себя в собственных социальных затруднениях. Таким образом, ранняя потеря привязанности оставляет в наследство одиночество и низкую самооценку.

Чувства, которые ассоциируются с одиночеством

**Факторный анализ эмоциональных состояний одинокого человека**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Фактор 1: отчаяние | Фактор 2: депрессия | Фактор 3: невыносимая скука | Фактор 4: самоуничижение |
| Отчаяние | Тоска | Нетерпеливость | Ощущение собственной непривлекательности |
| Паника | Подавленность | Скука | Никчемность |
| Беспомощность | Опустошенность | Желание к перемене мест | Ощущение собственной глупости |
| Напуганность | Изолированность | Скованность | Застенчивость |
| Утрата надежды | Жалость к себе | Раздражительность | Незащищенность |
| Покинутость | Меланхолия | Неспособность взять себя в руки |  |
| Ранимость | ОтчужденностьТоска по конкретному человеку |  |  |

**Факторный анализ причин одиночества**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Фактор 1: свобода от привязанностей | Фактор 2: отчужденность | Фактор 3: уединенность | Фактор 4: вынужденная изоляция | Фактор 5: перемена места |
| Отсутствие супруга | Чувствую себя белой вороной | Прихожу домой в пустой дом | Привязанность к дому | Пребывание вдали от дома |
| Отсутствие сексуального партнера | Непонимание со стороны других | Всеми покинут | Прикован к постели | Новое место работы или учебы |
| Разрыв отношений с супругом или любимым человеком | Никчемность |  | Отсутствие средств передвижения | Слишком частые переезды |
|  | Отсутствие близких друзей |  |  | Частые разъезды |

**Факторный анализ реакций на одиночество**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Фактор 1: | Фактор 2: | Фактор 3: | Фактор 4: |
| Плачу | Учусь или работаю | Транжирю деньги | Звоню другу |
| Сплю | Пишу | Делаю покупки | Иду к кому-нибудь в гости |
| Сижу и размышляю | Слушаю музыку |  |  |
| Ничего не делаю | Делаю зарядку |  |  |
| Переедаю | Гуляю |  |  |
| Принимаю транквилизаторы | Занимаюсь любимым делом |  |  |
| Смотрю телевизор | Хожу в кино |  |  |
| Пью или отключаюсь | Читаю, музицирую |  |  |

**1.2 Одиночество пожилых людей как социальная проблема**

На Земле с каждым годом становится все больше и больше людей пожилого возраста. Доля людей пожилого и старческого возраста в общей численности населения России за последние годы значительно выросла и сегодня составляет примерно 23%. В США уже 30% населения – старики. Мировой стандарт составляет 7% пожилого населения от общей численности населения. Ученые, занимающиеся проблемами народонаселения, утверждают, что этот процесс в нашей стране будет продолжаться еще не одно десятилетие. Средний возраст населения становится все выше, а численность детей, подростков и молодых людей сокращается, что квалифицируется уже как "демографическая революция". Следовательно, количество одиноких пожилых людей будет только расти. Социологические опросы, проведенные в России в последние годы, показали, что жалобы на одиночество у старых людей занимают первое место. У лиц старше 70 лет этот показатель достигает 99-100%, в то время как, по данным А.Г. Симакова, в общей численности старых людей доля одиноких невелика - 6,2%. В некоторых регионах численность одиноких пожилых людей достигает уже 30% от общего числа пожилых. [[3]](#footnote-3)

По данным ООН Россия занимает сегодня одно из последних мест в мире по показателю естественного прироста населения и входит в десятку стран с самой низкой рождаемостью и высокой смертностью, исходя из этого, социологи прогнозируют дальнейшее снижение доли трудоспособного возраста и увеличения доли лиц предпенсионного и пенсионного возрастов. Наша страна занимает последнее место в Европе по продолжительности жизни. В России сложился невиданный для мирного времени "новый" тип воспроизводства населения: "сверхвысокая смертность – сверхнизкая рождаемость". По прогнозам ООН к 2050 году численность населения в России сократиться на 50 млн. человек (будет 104,3 млн. человек, причем 102,7 млн. человек была численность населения в 1950 году, когда Россия была в составе СССР), наша страна будет занимать семнадцатое место, хотя в 2000 году она занимала шестое. Встанет остро проблема приспособления пожилых к новому социальному статусу, проблема существования данной категории людей без родственников, а значит - острее будет ощущаться проблема одиночества людей пожилого возраста. Это увеличит нагрузку на социальные статьи бюджета и, в конечном счете, станет причиной снижения темпов экономического и научно-технического развития. На данный момент, в науке мало изучены вопросы, касающиеся людей пожилого возраста, большинство исследований посвящены детям, юношам, периоду зрелости. Однако проблема одиночества, по мнению многих ученых, во всех возрастных категориях считается потенциальным источником стресса и причиной индивидуальных трагедий во всей сложности. Кроме того, общая социальная и семейная дезорганизация, отсутствие разработанных технологий помощи одиноким или рискующим остаться одинокими людям превращает одиночество в его российском варианте в достаточно злокачественную социальную болезнь.

Пожилой возраст, как период жизни людей вбирает в себя многие коренные проблемы как биолого-медицинской сферы, так и вопросы социального и личного быта общества и психологические трудности адаптации в пенсионном возрасте. В этот период перед пожилыми людьми возникает много проблем, так как пожилые люди относятся к категории "маломобильного" населения и являются наименее защищенной, социально уязвимой частью общества. Следует также признать, что большая группа наших граждан, представленная пожилыми людьми, нуждается в основательной материальной, социальной и психологической поддержке. Ведь это в большинстве своем люди, прекратившие трудовую деятельность (в России, кстати, продолжают работать всего лишь 15% мужчин-пенсионеров и 12% женщин, что очень мало). Пенсионеры имеют материальный доход в несколько раз ниже, чем работающие. Это связано, прежде всего, с дефектами и физического состояния, вызванного заболеваниями с пониженной двигательной активностью. Особенно эта проблема касается одиноких пожилых женщин и мужчин, которым ждать помощи остается только от государства.[[4]](#footnote-4)

Кроме этого социальная незащищенность пожилых людей связана с потерей родственных контактов: умирает супруг, взрослые дети отдаляются от родителей, иногда лишь физически, но чаще из эмоциональной потребности быть самим собой и иметь время и возможность заниматься собственными проблемами и взаимоотношениями. "В 1992-93гг. средняя продолжительность жизни у мужчин была 59 лет и у женщин 78,7 года, в 2002 году эти цифры уже снизились до 58,2 у мужчин и 71,6 у женщин". К 2008 году ученые прогнозируют, что у мужчин упадет до 57 лет, у женщин – до 72 лет. По этому основному показателю состояния качества жизни Россия оказалась на последнем месте в Европе для мужчин и на одном из последних мест для женщин. Это также означает, что среднестатистический мужчина не сможет дожить до пенсионного возраста, следовательно, тенденция по сокращению продолжительности жизни приводит, и будет приводить к тому, что среди лиц пожилого возраста много одиноких женщин и их число будет только расти. Эти данные говорят и о необходимости менять пенсионное законодательство. В Японии, в стране, уровень и продолжительность жизни которой несравнимы с нашими, сверхнизкая рождаемость уже вынудила правительство пойти на увеличение пенсионного возраста до 70 лет. Для нашей страны – это еще большая проблема: что толку увеличивать пенсионный возраст, если мы до него просто не доживем. Ученые выделяют ряд причин, по которым продолжительность жизни в России будет только снижаться: кризисные явления в обществе, несбалансированное питание, отсутствие физической культуры, пренебрежение к своему здоровью и вредные стереотипы поведения (алкоголизм, наркомания). Увеличивается алкоголизм среди пожилых людей. "За 10 лет (1992-2000гг) количество людей, страдающих от наркотиков, увеличилось в 8,8 раза (около 3 млн. человек)". Это означает, что огромная армия родителей еще потеряет своих детей. Тенденция к однодетной семьи также увеличивает риск остаться в одиночестве родителям на склоне своих лет.

Однако наличие родственников еще не является страховкой от одинокого существования, многие пожилые люди проживают вместе с родственниками, но должной эмоциональной, материальной, социальной поддержки не ощущают.

Одиночество и депривация пожилых людей усиливаются и отчужденностью от более молодых поколений. Раньше престарелые, включенные в сеть тесных и многогранных семейно – родственных взаимосвязей, чувствовали себя востребованными в своей семье, не одиноко, внося незаменимый вклад в процесс социализации подрастающего поколения и социального контроля нам ним. Сейчас происходит очень интересная ситуация в России: на смену демографически молодому обществу, где общественный авторитет и власть принадлежали старшему поколения, пришло демографически старое общество с доминирующим положением молодежи. Потеря социального статуса усугубляется психологической проблемой одиночества стариков. Ряд исследований, раскрывающих социальные, геронтологические, психологические особенности людей пожилого возраста (К. Висьневска-Рошковский, В. Климова, Н. Дементьева, Ф. Углова), показывают определенный интерес к этой малоизученной проблеме. Исследования, проведенные Перланом и его коллегами, вывели гораздо больше фактов одиночества среди пожилых людей, которые проживали с родственниками, чем среди других пожилых, которые жили одни. Оказалось, что социальные контакты с друзьями или соседями оказывают больше влияние на внутреннее благополучие пожилых людей, чем контакты с родственниками. Контакты с друзьями и соседями снижали их чувство одиночества и повышали чувство собственной пригодности и ощущение, что тебя уважают и другие.[[5]](#footnote-5)

В этом возрасте часто появляются уже психические расстройства, которые формируют их отношение к обществу и могут затруднять адекватный контакт с ним. Психические проблемы возникают при разрыве привычного образа жизни и общения в связи с выходом на пенсию, при наступлении одиночества, при заострении характерологических особенностей в результате развития склеротического процесса. Все это ведет к возникновению эмоционально-волевых расстройств, развитию депрессии, изменениям поведения. Снижение жизненного тонуса, лежащего в основе всевозможных недугов, в значительной степени объясняется социально- психологическим фактором - пессимистической оценкой будущего, бесперспективным существованием, ощущением оторванности от жизни. Одиночество же, будь то физическое или эмоциональное, только усиливает эти негативные процессы, вплоть до проявления девиантного поведения (пьянство, суицидальные попытки и т.д.).

Возникает еще одна социальная проблема, когда мы начинаем оценивать значения пожилого возраста как возраста жизни и здесь уже большое значение приобретают социальные стереотипы. Как указывает Т.В. Карсаевская, в обществе к пожилым людям относятся двояко: негативно и позитивно. Первое имеет место при сравнении старости с живой могилой, второе – при оценки этого возраста как желанного периода опыта и мудрости. Негативные установки по отношению к пожилым и старым людям оказывают существенное влияние на мотивы поведения, самочувствие и даже состояние здоровья пожилых людей, считающих себя лишними в обществе. Общество искусственно обрекает этих людей на одиночество, как бы говоря: " Ну что с вас взять, что вы теперь можете делать?". По данным отечественных исследователей в возрасте 65-75 лет возможно возникновение суицидоопасных возрастных депрессией, а пожилых старше 75 лет постоянно преследует мысль – уйти из жизни самому. Многочисленные самоубийства стариков в западных странах являются несомненным доказательством существования современной геронтофобии (уничтожение стариков), только нанесение смертельного удара оставляется самому старику. Сегодняшний геронтофоб заслуживает большего осуждения, чем его предшественник из эпохи палеолита: тот мог в свое оправдание сказать, что действует в соответствии с обычаем, современному же геронтофобу нет оправдания. А.Сови видит в геронтофобии явление в высшей степени небезопасное. Он считает, что при определенных условиях, которые сегодня трудно предугадать, молодежь может счесть старых людей балластом и настаивать на их физическом уничтожении.

Пожилые люди все больше становятся невостребованными, поэтому с человеческой, гуманистической позиции большое значение приобретают признание общественной ценности пожилых людей как носителей традиций и культурного наследия наций, пропаганда современных научных знаний о социальной активности поздних лет жизни, о путях достижения "благополучного" старения. Сегодня российское общество находится в состоянии аномии – исчезли единые цели, ценности, многие дезориентированы, потеряли уверенность в будущем, а ведь пожилые люди – это большой резерв традиций и непроходящих ценностей. Восстановить нравственность общества поможет связь поколений путем передачи традиций народа, норм поведения, всеобщего милосердия и благоразумия. Носителями и хранителями этих ценностей является поколение пожилых людей, прошедших вместе со страной сложный путь развития, войн, смены руководства и приоритетов. С этой точки зрения очень важно не обрекать пожилых людей на физическое или эмоциональное одиночество, не изолировать их с "устаревшими понятиями жизни", а наоборот, найти новые формы к сотрудничеству.

Пожилым людям свойственно обладать многими качествами, но есть одно, которого нет и не может быть у других поколений. Это – мудрость жизни, знаний, ценностей. Именно мудрость, свойственная пожившему достаточно на этой земле человеку, может явиться мощнейшим стимулом и фактором развития общества. Ведь мудрость – это не только экономика, это и политика, и этика, и нравственность. Это новое качество социального развития – единства развития общества и развития самого человека. [[6]](#footnote-6)

Как видите актуальность этой проблемы налицо. Закрыть глаза на все возрастающую с каждым годом проблему мы не можем, хотя бы по одной только причине: все мы не вечны, и участь жизни пожилого человека нас всех ждет неминуемо. Если мы хотим, чтобы наше существование было другим в будущем, если мы хотим продолжать активную, деятельную жизнь и быть "на плаву" в этом мире и не позволять обрекать себя на одиночество, будь то социальное или физическое, то шаги реальных действий необходимо предпринимать уже сейчас. Старость для нас должна стать дальнейшим этапом реализации наших стремлений, удовлетворения потребности быть значимыми и самостоятельными людьми.

**Глава II. Социализация личности и проблемы одиночества**

**2.1 Социальный статус пожилого человека**

В отечественной социологической литературе пенсионеров обычно рассматривают как большую общественную, социальную или социально-демографическую группу, причем иногда эти определения объединяются. Одни авторы считают их социальной группой непроизводственного характера: хотя они не участвуют непосредственно в общественном производстве, но в системе разносторонней общественной деятельности занимают важное место. Другие утверждают, что пенсионеры прежде всего социально-демографическая группа. В качестве демографической, более точно, возрастной группы, следует рассматривать только пенсионеров по старости.

Пенсионером по старости может быть и зрелый и пожилой, и старый, и престарелый человек. Говоря о пенсионерах по старости, можно относить их в целом к людям, находящимся на поздних этапах жизненного цикла. Только этим, более широком смысле они являются демографической (возрастной) группой.

Главным признаком, объединяющим людей в группу пенсионеров, является не возрастной, а сугубо социальный признак - получение пенсии, как основного и постоянного источника средств существования.[[7]](#footnote-7)

Социальный статус пенсионеров по старости связан прежде всего с природой получаемой ими пенсии, которая трактуется специалистами по разному. Одно считают, что пенсия по старости – определенное вознаграждение за предшествующий труд, признание заслуг перед обществом, оплата заслуженного отдыха. Другие -пенсия по старости является компенсацией заработка утраченного при наступлении нетрудоспособности, вызванной старостью.

Многие пенсионеры по старости сохраняют частичную или даже полную трудоспособность, но тем не менее, пенсия им выплачивается, как и тем, которые вследствие наступления старости оказались полностью нетрудоспособными.

Часть людей пенсионного возраста продолжают работать. Их социальный статус определяется участием в общественном производстве и основным источником средств существования для них является оплата за труд.

Следовательно, такие признаки, как занятость в общественном производстве, наличие юридически оформленного пенсионного статуса, степень фактической трудоспособности и источник средств существования, необходимо учитывать при выделении типологических групп пенсионеров.

Говорить о пенсионерах по старости, как об однородной в целом возрастной группе, не совсем верно, среди пенсионеров имеются едва вступившие в пенсионный возраст, престарелые и долгожители.

Период, после выхода на пенсию, длительный, он составляет с среднем примерно 16 лет у мужчин и 24 года у женщин. Изменения в это время жизни, причем не только биологические, но и социальные, и психологические, происходят значительно быстрее, чем в среднем возрасте. Существенно разделение пенсионеров и по полу: пенсионный возраст у женщин на пять лет ниже, а средняя продолжительность предстоящей, после выхода на пенсию жизни в полтора раза больше, чем у мужчин.

Имеются большие колебания и в уровне материального обеспечения, как между неработающими пенсионерами и занятыми в общественном производстве, так и между отдельными группами самих неработающих пенсионеров. Главным фактором, обуславливающим последние различия является величина заработной платы и доходов, получаемых работником до выхода на пенсию. Не вызывает сомнения, что практические мероприятия, касающиеся населения пенсионного возраста не могут опираться на представления о некоемом среднем пенсионере, пенсионере вообще.

Проводя такие мероприятия, следует считаться с фактором чрезвычайной неоднородности пенсионеров психосоматической, демографической, социальной и экономической. В противном случае, социальное и экономическое нововведение может улучшить положение одних пенсионеров, но совершенно не затронуть или даже ухудшить положение других. Пенсионеры по старости, представляют собой, ту часть населения, которая представляет повышенные требования к системам социального обеспечения, обслуживания и здравоохранения и в очень большой степени зависит от них.[[8]](#footnote-8)

Это обстоятельство должно учитываться в социальной политике в первую очередь. Но в тоже время необходимо создавать предпосылки для полноценного социального функционирования тех групп пенсионеров, которые имеют возможность и желание вести активную деятельность в различных сферах общественной жизни. Таков социальный статус пожилого человека.

**2.2 Социальная работа и социальная политика в отношении пожилых**

Старость иногда называют «возрастом социальных потерь». Утверждение это не лишено оснований: старость как фаза жизни характеризуется возрастными изменениями в организме человека, изменениями его функциональных возможностей и, соответственно, потребностей, роли в семье и обществе, что зачастую протекает не безболезненно для самого человека и его социального окружения.

Проблемы социальной защиты пожилых людей становятся особенно актуальными в современных условиях, когда старые формы и методы социальной поддержки оказались непригодными, а новая система социальной защиты, соответствующая требованиям рыночной экономики, еще только создается.

В старости у людей редко вырабатывается новая жизненная позиция. Часто жизненная позиция зрелого возраста к старости обостряется под влиянием новых обстоятельств. Знание особенностей поведения, психологических и эмоциональных черт необходимо социальным работникам, чтобы принять их душевное, физическое и психологическое состояние. Перечислим некоторые характерные признаки поведения пожилого человека, которые важно предвидеть при общении.

Главное - не попасть в ситуацию одиночества, не попасть в самоизоляцию. Пожилому человеку необходимы социальные контакты, даже, если он не работает; не поддаваться апатии, бездеятельности; не настраивать себя на ожидание несчастья. Личностно- бытовой уход за собой, за близкими людьми вызывает сознание определенной полезности и важности для пожилого человека.

Не проникаться жалостью к себе. Лучше отдавать силы и время другим людям.

Очень тяжелое состояние пожилых людей - безнадежность и отчаяние. Важно у таких лиц формировать установку: жизнь продолжается, пусть с трудностями, болезнями, лишениями, но продолжается и надо жить сегодняшним днем и радоваться имеющемуся.

Практика показывает, что существуют различные категории пожилых людей:

- не нуждающиеся в помощи;

- частично утратившие трудоспособность;

- нуждающиеся в обслуживании;

- требующие ухода.

В зависимости от принадлежности к той или иной категории разрабатываются программы социальной помощи, выбираются методы и приемы работы с пожилыми людьми. Одним из основных принципов работы с пожилыми людьми является уважение к личности. Необходимо принимать клиента таким каков он есть со всеми достоинствами и недостатками. Профессиональная компетентность социального работника заключается в знаниях геронтологических и психологических особенностей возраста, учете, принадлежности клиентов к определенной социальной и профессиональной группе. Потребности, интересы, увлечения, мировоззрение, ближайшее окружение, жилищно-бытовые, материальные условия, уклад жизни клиентов дают возможность выбрать оптимальную технологию социальной помощи, грамотно определить проблему и путь ее решения. У пожилых людей должна быть сформирована надежда быть нужным людям, социуму, быть им уважаемым.[[9]](#footnote-9)

Для этого используются различные приемы: выяснив проблему, помочь установить контакт с родственниками, оформить необходимые запросы, принять меры к конкретной помощи действием: навести порядок в комнате немощной старушки, доставить медикаменты, слабослышащим - новый слуховой аппарат, - пригласить к участию в конкурсах творческих работ (по пошиву, вязанию, цветоводству и т.д.)

Интерес к личности пожилого клиента, акцент надо ставить на нужность и полезность его опыта, вызывает подъем энергии у такого человека и могут быть полезными для окружающих, особенно подростков и молодых людей.

В социальной работе с пожилыми следует руководствоваться принципами корректности и тактичности. «Не навреди!», «Не лезь в чужую душу». Пусть висят портреты и старые картины в комнатах пожилых, пусть их окружают любимые вещи до тех пор, пока они сами с ним не расстанутся.

Важной установкой в работе с пожилыми людьми является принятие их не только в качестве ее объекта, но и как субъекта. Это помогает определить и подключить их внутренние резервы, способствующие самореализации, самоподдержке, самозащите.

Наблюдения подтверждают, что такой метод служит импульсом для улучшения как физического, так и духовного самочувствия людей «третьего возраста». Особое внимание следует уделить приему пожилых клиентов. При первой встрече предпочтителен

нейтральный стиль общения, пока не найден подход, не сделаны необходимые наблюдения о чертах характера клиента. Сдержанность в интонации, аккуратность в одежде, внимание, чуткость, отсутствие резкости, суетливости в движениях, многословности, дефектов речи импонируют пожилому клиенту, помогают расслабиться, доверительно вести беседу.

Каждая встреча - беседа с пожилым человеком индивидуальна, но можно дать некоторые наиболее общие рекомендации, которые целесообразно учитывать в практической деятельности, определить выбор места для приема пожилого человека.

Идеальный вариант - клиент садится спиной к двери, напротив или чуть наискосок к сотруднику, ведущего прием, чтобы видеть лицо собеседника. Слишком близкая посадка, как и излишняя отдаленность, мешают контакту.

Необходимо проявить доброжелательность и заинтересованность с первых минут встречи избегая при этом суетливости и заигрывания, нежелательна и «бурная атака» в начале беседы. Уместно применять некоторые приемы аттракции (расположения клиента к себе).

Контакт становится оптимальным, если социальный работник при общении использует улыбку, заинтересованное выражение лица, спокойные жесты, ободряющую мимику.

Обращаться к клиенту уместно по имени и отчеству, тем самым поддерживая его достоинства, и подчеркивая свое уважение. Иногда можно начать беседу с комплимента, который также позволит расположить пожилого человека к беседе, диалогу, выяснению проблемы и поиску путей его решения.

Существенной стороной общения социального работника с клиентом выступает перцепция, т.е. восприятия друг друга в качестве партнера по отношениям и установление на этой основе более глубокого взаимоотношения.

Часто пожилой клиент излишне застенчив в своих просьбах, затрудняется их высказать. Важно помочь ему в общении: стимулировать, поддержать, предоставлять ему инициативу и возможность выразить себя, изложить свои просьбы.

Положительно действует обращение социального работника к клиенту: «Давайте познакомимся, как мне Вас называть?», но если клиент растерян, его можно подбодрить репликами: «Слушаю Вас, Иван Дмитриевич», «какие у Вас проблемы?» и т.д. Социальный работник должен обладать такими коммуникативными качествами как наблюдательность, эмпатия, умение слушать и «строить» диалог. Не следует советовать, указывать, делать назидания. Эти меры не располагают к откровенности и доверительности.

В последние годы созданы социальные надомные службы, помогающие пожилым и престарелым (одиноким людям) организовывать свою жизнедеятельность.

Занятые здесь социальные работники должны владеть умениями и навыками срочной доврачебной медицинской помощи, хорошо психологические особенности своего клиента, его проблемы, интересы, увлечения. При контакте следует определить и учитывать тапы личности пожилого человека: семейный, творческая личность, религиозный, больной и увлекающийся своими болезнями и др. при встрече желательно не иметь о клиенте дополнительной, особенно негативной информации, чтобы не создавать предвзятую установку об этом человеке. Но знать имя, отчество и фамилию, наличие родственников и другие объективные характеристики нужно, чтобы проявить определенную заинтересованность к проблемам, возникшим у клиента.[[10]](#footnote-10)

Мир пожилых людей своеобразен. К нему придет большинство людей нашего общества.

Здесь существуют свои критерии, свои оценки, свои законы.

Помочь пожилому человеку сегодня - это прежде всего воспринять и понять его мир, мир человека «третьего возраста».

Социальная служба принимает все необходимые меры для повышения благосостояния народа и в первую очередь лиц пожилого возраста.

При оказании помощи одиноким необходимо учитывать многообразие факторов, приводящих к одиночеству. Дружеские связи, социальное окружение и индивидуальная деятельность представляют собой альтернативу медицинскому вмешательству для оказания помощи одиноким.

Помощь одиноким людям иногда должна состоять в том, чтобы изменить ситуацию, а не личность.

В решении проблемы одиночества важное значение приобретают системы социальной реабилитации и социальной помощи престарелым. Социальная реабилитация представляет собой комплекс социально экономических, медицинских, юридических, профессиональных и других мер, направленных на обеспечение необходимых условий и возвращение этой группы населения к достойной жизни в обществе.

В целом по России около полутора миллионов граждан старших возрастов нуждаются в постоянной посторонней помощи. По данным выборочных обследований, одинокие граждане и одинокие супружеские пары, в которых оба являются престарелыми и могут нуждаться в социальном обслуживании составляют до 69%. Изучение нуждаемости обследованных нетрудоспособных граждан в различных видах помощи свидетельствует о том, что более 78% из них нуждаются в медико-социальной помощи, около 80% - в услугах социально-бытового назначения.

Тенденции к прогрессирующему нарастанию одиночества в пожилом и старческом возрасте в настоящее время и в будущем обостряют эту проблему, делают важным углубленное ее исследование силами не только медиков, но и социологов, демографов, экономистов, психологов.

В настоящее время положение граждан старшего поколения характеризуется такими факторами как малообеспеченность, неудовлетворительное состояние здоровья, одиночество, которые в совокупности приводят к состоянию материальной и физической зависимости, увеличению потребности лиц пожилого возраста в социальной помощи и поддержке.

Поэтому приоритетные направления государственной политики в отношении граждан старшего поколения на ближайшую перспективу должны быть ориентированы на:

обеспечение установленных законодательством Российской Федерации и Республики Татарстан экономических, социальных и правовых гарантий с целью создания условий для достойной жизни граждан старшего поколения;

недопущения дальнейшего снижения уровня доходов лиц пожилого возраста;

стимулирование социально-экономической активности граждан пожилого возраста, поощрение занятости, включая организацию профессиональной подготовки и переподготовки, создание условий для осуществления ими приносящей доход деятельности, всесторонней реализации внутреннего потенциала;

развитие системы социального обслуживания населения;

организации и внедрение новых форм и видов помощи социально незащищенным категориям населения;

обеспечение большей доступности и улучшения качества медицинской помощи лицам пожилого возраста, организацию и развитие гериатрической помощи, расширение профилактического и реабилитационного направлений в медицинском обслуживании пожилых граждан;

привлечение общественного внимания и формированию благоприятной социо-культурной среды для пожилых членов общества.

**Заключение**

Проблема одиночества всегда волновала человечество. В последнее время этой проблеме посвящаются все новые и новые работы, исследующие сущность одиночества, причины его возникновения, характерные проявления и влияние на разные группы людей в разные периоды жизни.

Одиночество – это переживание, вызывающее комплексное или острое чувство, которое выражает определенную форму самосознания и показывает раскол основной реальной сети отношений и связей внутреннего мира личности.

Проблема одиночества имеет специфические черты в каждом возрасте, причём приобретает настолько различные особенности, что даже трудно поверить, что это одно и то же явление. У пожилых людей множество своих причин для переживания чувства одиночества. Среди них: уход на пенсию, потеря близких и друзей, заботы и поддержки с их стороны, болезни, сужение круга общения либо ослабление дружеских связей и сфер деятельности, беднота, спад жизненной энергии.

Старение человека - это сложный процесс, в котором биологические факторы тесно связаны с социальными. Среди этих факторов, в том числе психосоциальных, огромное значение приобретает положение стареющего человека в обществе, национальная политика государства в организации медицинской и социальной помощи пожилым людям. Психофизическое состояние пожилого человека во многом определяется гуманистическим отношением государства, общественных организаций и всех членов общества к ним.

Проблемы, связанные со старостью, старением населения характерны для всех экономически развитых стран. Проблемы эти усугубляются нарастанием экономических трудностей, которые непосредственно отражаются на уровне социальной защиты пожилых людей.

В нашей стране при переходе к рыночной экономике в результате снижения уровня жизни расширяется круг лиц, нуждающихся в дополнительной социальной защите. Требует совершенствования и пенсионное законодательство.

В связи с этим на первый план выдвигается необходимость реформирования пенсионной системы, создавая условия для развития наряду с государственным пенсионным обеспечением, негосударственных пенсионных фондов.

Все большая роль отводится совершенствованию системы государственного социального страхования с установлением дополнительных гарантий для пожилых людей.

**Список литературы**

1. Конституция Российской Федерации (принята на всенародном голосовании 12 декабря 1993 г.).

2. Жилищный кодекс Российской Федерации от 29 декабря 2004 г. N 188-ФЗ (ЖК РФ) (с изм. и доп. от 31 декабря 2005 г.

3. Трудовой кодекс Российской Федерации от 30 декабря 2001 г. N 197-ФЗ (ТК РФ) (с изм. и доп. от 24, 25 июля 2002 г., 30 июня 2003 г., 27 апреля, 22 августа, 29 декабря 2004 г., 9 мая 2005 г., 30 июня 2006 г.)

4.Федеральный закон от 17 декабря 2001 г. N 173-ФЗ "О трудовых пенсиях в Российской Федерации" (с изм. и доп. от 25 июля, 31 декабря 2002 г., 29 ноября 2003 г., 29 июня, 22 августа 2004 г., 14 февраля 2005 г., 3 июня 2006 г.)

5. Федеральный закон от 15 декабря 2001 г. N 167-ФЗ "Об обязательном пенсионном страховании в Российской Федерации" (с изм. и доп. от 29 мая, 31 декабря 2002 г., 23 декабря 2003 г., 29 июня, 20 июля, 2, 28 декабря 2004 г., 4 ноября 2005 г., 2 февраля, 27 июля 2006 г.)

6. Федеральный закон от 15 декабря 2001 г. N 166-ФЗ "О государственном пенсионном обеспечении в Российской Федерации" (с изм. и доп. от 25 июля 2002 г., 30 июня, 11 ноября 2003 г., 8 мая, 22 августа 2004 г., 25 ноября 2006 г.)

7. Введение в социальную работу / под ред. С.В. Тетерского – М: “Академический проект”, 2002 г., 334 с.

8. Все тайны поведения человека / под ред. Д. Куна – СПб: Прайм-Еврознак, 2002 г. – 864 стр.

9. Медико-социальная работа: Введение в профессию / под ред. И.Е. Лукьяновой – М: МГСА, 2002 г. 336 с.

10. Основы социальной работы / под ред. Н.Ф. Басова – М: “Академия”, 2004 г. – 288 с.

11. Организация работы органов социального обеспечения / под ред. А.Н. Савинова – М: “Форум”, 2005 г., 326 с.

12. Правоведение /под ред. Е.В. Магницкой, Е.Н. Евстигнеева – М: Инфра-М, 2001 г.

13. Право / под ред. Н.А. Тепловой, М.В. Малинковича – М: Закон и право, Юнити, 1997 г.

14. Право социального обеспечения / под ред. Е.Е. Мачульской – М: “Книжный мир”, 1999 г., 411 с.

15. Психология / под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского – М: ИЦ “Академия”, 2000 г. – 512 стр.

16. Психология / под ред. Д. Майерса – Мн: ООО “Попурри”, 2001 г. – 848 стр.

17. Психология развития / под рел. Г. Крайга – СПб: Питер, 2001 г. – 992 стр.

18. Российский статистический ежегодник / Стат. Сб. Росстат., М: 2007 г., 211 с.

19. Трудовое право России / под ред. Р.З. Лившица – М: Инфра-М, 1998 г.

20. Теория, история и методика социальной работы / под ред. П.Д. Павлёнка – М: “Дашков и К”, 2005 г., 560 с.

21. Теория медико-социальной работы / под ред. А.В. Мартыненко – М: МГСА, 2002 г. 243 с.

22. Теория социальной работы / под ред. М.В. Фирсова, Е.Г. Студёновой – М: Академический проект, 2005 г., 512 с.

23. Социальная работа / под ред. В.И. Курбатова – Ростов-на-Дону: 1999 г. 423 с.

24. Социальная политика и социальная работа / под ред. Е.И. Холостовой – М: “Дашков и К”, 2007 г. – 216 с.

25. Социальное государство / под ред. Н.А. Волгина – М: “Дашков и К”, 2003 г., 321 с.

26. Социальная работа. Введение в профессиональную деятельность / под ред. А.А. Козлова – М: “Логос”, 2004 г., 488 с.

27. Социальная политика / под ред. Е.И. Холостова – М: СТИ МГУС, 2000 г., 254 с.

27. Что такое психология / под ред. Ж. Годфруа – М: “Мир”, 1999 г. – 496 стр.

28. Экономика и социология труда / под ред. В.В. Адамчука, О.В. Ромашкова – М: 1999 г.

29. Нариньяни А.А. Кто хочет стать пенсионером? / "Московский бухгалтер", N 7, 2006 г., стр. 11-15

1. Все тайны поведения человека / под ред. Д. Куна – СПб: Прайм-Еврознак, 2002 г. [↑](#footnote-ref-1)
2. Психология / под ред. Д. Майерса – Мн: ООО “Попурри”, 2001 г. [↑](#footnote-ref-2)
3. Что такое психология / под ред. Ж. Годфруа – М: “Мир”, 1999 г. [↑](#footnote-ref-3)
4. Нариньяни А.А. Кто хочет стать пенсионером? / "Московский бухгалтер", N 7, 2006 г [↑](#footnote-ref-4)
5. Теория социальной работы / под ред. М.В. Фирсова, Е.Г. Студёновой – М: Академический проект, 2005 г. [↑](#footnote-ref-5)
6. Социальная политика и социальная работа / под ред. Е.И. Холостовой – М: “Дашков и К”, 2007 г. [↑](#footnote-ref-6)
7. Основы социальной работы / под ред. Н.Ф. Басова – М: “Академия”, 2004 г. [↑](#footnote-ref-7)
8. Теория социальной работы / под ред. М.В. Фирсова, Е.Г. Студёновой – М: Академический проект, 2005 г. [↑](#footnote-ref-8)
9. Социальная политика и социальная работа / под ред. Е.И. Холостовой – М: “Дашков и К”, 2007 г [↑](#footnote-ref-9)
10. Социальная работа. Введение в профессиональную деятельность / под ред. А.А. Козлова – М: “Логос”, 2004 г. [↑](#footnote-ref-10)