

DOI: 10.21626/j-chr/2024-1(38)/2
УДК: 364.044.4-053.9

14

ОДИНОКИЕ ПОЖИЛЫЕ ЛЮДИ КАК ОБЪЕКТ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ: АНАЛИЗ ДЕМОГРАФИЧЕСКИХ, СОЦИАЛЬНЫХ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ХАРАКТЕРИСТИК

© Н.В. Забелина, Н.В. Алымова

Забелина Н.В. – кандидат социологических наук, доцент; доцент кафедры социальной работы и безопасности жизнедеятельности, ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации
E-mail: nzabelina@mail.ru

Алымова Н.В. – студент, ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации
E-mail: natasha.alymova08@gmail.com

Адрес: 305041, Курск, ул. К. Маркса, 3, Российская Федерация

АННОТАЦИЯ

Статья посвящена анализу характеристик одиноких пожилых людей как социально-демографической группы с позиции практики социальной работы.

Одинокие пожилые люди, как особая социальная группа, занимают одно из главнейших мест среди объектов социальной помощи, защиты и обслуживания. Старость представляет собой период человеческой жизни, характеризующийся потерей возможности организма продолжать род до наступления естественной смерти, который проявляется в снижении качества жизни, ухудшение физического, психического, социального здоровья и затухания всех ключевых функций организма.

Одинокие пожилые люди часто сталкиваются с проблемами на различных уровнях, будь то личностный или глобальный.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: одинокие пожилые люди; одиночество; социальная изоляция; социально-демографическая группа; социальная работа.

В современном Российском обществе и во всем мире проблема одиночества и социальной изоляции является актуальной и многозадачной, особенно приобретая острый характер в пожилом возрасте [7].

В социологии, педагогике, демографии и других науках определение «одиночества» встречается в различных трактовках. Однако, изучая источники, можно сказать, что данный феномен рассматривается как состояние человека, которое характеризуется нарушением отношений, оторванностью или полным отсутствием связи с сообществом людей, а также полной или частичной потерей социальных связей. Одиночество может рассматриваться с позиции внутренних конфликтов, несогласием с самим собой, когда человек ощущает неполноценность своих отношений с внешним миром, пустоту и чувство неудовлетворённости от общения. Оно неразрывно связано с проблемами межличностной коммуникации, беспокойствами, тревогой, депрессией и изоляцией [6].

При написании статьи были проанализированы и изучены работы по выявлению одиночества и социальной изоляции в пожилом возрасте таких ученых, как: М.Д. Александрова, О.В. Левина, С.Г. Максимова, С.В. Монасыпова, М.В. Прохорова, З.Х. Саралиева, Р.С. Яцемирской. М.Э. Елютина и И.Г. Беленькая в своих исследованиях описывали социально-бытовые и материальные аспекты одиночества, когда Л.И. Анцыферова и О.В. Краснова рассматривали данный феномен с позиции психологических проблем старшего возраста [1].

Ряд авторов утверждали, что «одиночество» и «социальная изоляция» — это два различных понятия. В работах В.Н. Смолиной мы нашли утверждение, что «одиночество — это скорее сугубо субъективное эмоциональное состояние, характеризующееся ощущением разобщенности, отсутствием близких эмоциональных связей, в то время как социальная изоляция — это состояние, которое отличается полным отсутствием или сокращением социальных контактов, ослаблением связей с обществом, обособленным проживанием и замкнутым образом жизни». Такого определения мы будем придерживаться при написании статьи, так как оно позволяет рассматривать одиночество как определённое, чаще всего отрицательное психологическое состояние, связанное с ориентацией индивида на его внутренний мир. Нельзя не отметить, что одиночество не всегда является фактором развития социальной или физической изоляции, в силу того, что человек может чувствовать себя одиноким, даже находясь в окружении и контакте с другими людьми. Данное эмоциональное состояние и переживания лиц пожилого возраста (особенно одиноких) может оказывать серьезные последствия на психическое, социальное и физическое здоровье индивидов [13].

Нами предпринята попытка выявить основные характеристики одиноким пожилых людей как социально-демографической группы с целью понимания форм, методов и направлений социальной работы с ними.

Методы исследования: анализ литературных источников, анализ статистических данных, метод дедукции.

Результаты исследования. В последние десятилетия в развитых странах мира наблюдается тенденция к увеличению численности и доли пожилого населения. Данный процесс сопровождается постепенным и довольно быстрым уменьшением населения более молодого возраста, а также увеличением доли пожилых людей в общей структуре населения.

Согласно прогностическим данным, представленным на официальном портале Росстата, численность населения, находящаяся за рубежом трудоспособного возраста, к 2024 году составит 38,1 млн. человек, а к 2030 году численность населения этой возрастной категории сократится до 35,7 млн. человек (22,8%). Высокую долю данной социально-демографической группы составляют и те, кто проживают одни, не имеют

семьи, помощи и поддержки. Увеличение числа одиноких и одиноко проживающих пожилых людей отражает серьезную ситуацию, происходящую во всем мире. В исследованиях, проводимых в области социологии, данный феномен объясняется такими факторами как: увеличение средней продолжительности жизни, изменениями в структуре семьи, а также ростом числа разводов и разрывов отношений. Смерть супруга или супруги также может привести к тому, что пожилой человек останется один, без различных видов помощи, будь то материальная или духовная. В настоящее время, количество одиноких пожилых россиян составляет около 7 млн. человек. Мы можем предположить, что проблема одиночества пожилых людей будет сохранять свою актуальность в ближайшие годы и потребует разработки более целенаправленных и эффективных социальных программ помощи и поддержки [15, 10].

Социально-демографическая группа «одиноких пожилых людей» включает в себя лиц различной национальности, культуры, места проживания, языка, пола, возраста и т.д. Законодательство Российской Федерации устанавливает, что каждый гражданин РФ должен иметь: «...равный, свободный доступ к социальному обслуживанию вне зависимости от их пола, расы, возраста, национальности, языка, происхождения, места жительства, отношения к религии, убеждений и принадлежности к общественным объединениям...». Данное положение было закреплено в Федеральном законе «О социальном обслуживании граждан пожилого возраста и инвалидов» от 02.08.1995 N122-ФЗ, позднее вошло в обновленную версию Статьи 4. Принципы социального обслуживания Федерального закона № 442-ФЗ от 28.12.2013 «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации» [16].

В ходе анализа различных источников, исследующих одиночество у пожилых людей, были выделены основные причины его возникновения:

- уход из жизни близких родственников (детей, супруга);
- семейные конфликты;
- общественные стереотипы;
- потеря мобильности;
- урбанизация, переезд к детям, в дома-интернаты или дома социального обслуживания;
- выход на пенсию по старости;
- отсутствие способности адаптироваться к изменившимся условиям, а также устоявшиеся консервативные привычки [10].

Американским психологом, основателем Центра когнитивной терапии Джеффри Янгом было предложено 3 типа одиночества, которые широко признаны и в современной социологии и психологии:

- ситуативное одиночество. Характеризуется тем, что пожилой человек столкнулся с событиями, которые нельзя изменить — смерть близкого родственника (супруга, ребенка, внука) или распада отношений, брака. Горевание по утрате, в данном случае, у одинокого пожилого человека затяжное, продолжается более 6 месяцев, и помочь можно с помощью работы с психологом или социальным работником.
- хроническое одиночество. Данный тип характеризуется добровольной изоляцией от внешнего мира в течение длительного периода времени (иногда достигает 2 лет), неспособностью человека вернуться к социально-активной жизни, найти подходящие для него социально-полезные связи. Считается, что данный тип связан с чертами характера, консервативными, устоявшимися взглядами, которые сложно изменить, особенно в пожилом возрасте.
- приходящее одиночество — описывается как кратковременное и непродолжительное одиночество, возникающее при ностальгии по прошлому [1].

Одинокие пожилые люди, в качестве особой социально-демографической группы отличаются следующими чертами:

- физическая уязвимость, появление различных хронических заболеваний, ослабление физиологических функций;
- разнородность группы из-за религии, материального обеспечения, взглядов и убеждений;
- одинаковый статус (пенсионера);
- наличие богатого стажа и опыта трудовой деятельности, который некому передать;
- появлением психических заболеваний и расстройств, в связи с одиночеством и одиноким проживанием, например, депрессий, тревожных расстройств, неврозов;
- устоявшееся мировоззрение, самооценка, ценности, опыт, которым не с кем делиться;
- изменение социального положения в связи с выходом на пенсию, в силу чего — снижение общения и уменьшение социальных контактов, ощущение пустоты, ненужности и одиночества [4].

Рассматривая основные характеристики пожилого возраста, следует начать с демографических характеристик одиноких пожилых людей, которые зависят таких факторов как: гендерные различия, низкая средняя продолжительность жизни мужчин и населения в целом, долгожительство, материальное положение, жилищные условия, место проживания.

Гендерные различия играют существенную роль при описании демографических характеристик одиноких пожилых людей, так как женщины в Российской Федерации живут дольше мужчин. По данным, представленным на официальном портале Росстата, средняя ожидаемая продолжительность жизни у женщин в 2022 году составила 77,8 лет, а у мужчин — 67,6. «Более половины мужчин в России не доживают до 65 лет, преодолевают этот барьер лишь 48%» — директор НИИ урологии и интервенционной радиологии имени Н. А. Лопаткина, главный специалист Министерства здравоохранения РФ по репродуктивному здоровью мужчин Олег Аполихин [5].

Среди общей численности пожилых людей более половины, а именно 67%, — составляют женщины. Значительная часть населения мужского пола не достигают рубежа выхода на пенсию из-за демографических проблем, связанных со средней продолжительностью их жизни. Если, в последние годы, ожидаемая продолжительность жизни при рождении росла, то открытым до сих пор стоит вопрос о том, смогут ли мужчины при измененном пенсионном законодательстве (как мы знаем, согласно пенсионной реформе 2019 года в РФ поднять возраст выхода на пенсию — для мужчин — 65 лет, для женщин — 60 лет) дожить до выхода на пенсию по старости и сколько женщин останутся одинокими [15, 12].

Согласно анализу проводимых исследований в области психологии было выявлено, что мужчины болезненнее и сложнее переживают утрату супруги, так как они менее приспособлены и адаптированы к ведению быта в одиночку. Нельзя не отметить, что мужчине проще найти новую спутницу жизни и перепись населения, проводившаяся в России в 2021 году показала, что в возрасте от 60 лет доля мужчин, состоящих в браке достигает 77,7%. Для пожилой женщины шансы создать новую семью достаточно малы, вследствие чего развивается усиленное чувство одиночества, появляются мысли о самоубийстве, необходимость быть нужной и важной в значении чей-то жизни исчезает. Восполняется это тем, что женщины более коммуникабельны, легко находят друзей и могут самостоятельно позаботиться о собственном быте. Одинокие пожилые женщины сталкиваются с уникальными вызовами, связанными с потерей партнера. Они часто ощущают более острую потребность в поддержке, как материальной, так и духовной,

а проживающие в сельской местности обеспокоены ведением одиночного хозяйства. Партнер для одинокого человека старческого возраста необходим для упрощения решения финансовых, духовных вопросов, как тот, на кого можно положиться, а так же тот, о ком нужно заботиться [9, 15].

Высок процент пожилых людей перешедших границу 90 лет. Долгожительство является достаточно распространенным феноменом, встречаемым в РФ, среди регионов, занимавших первое место по абсолютной численности долгожителей, лидирует Центральный федеральный округ. «По итогам 2022 года численность лиц старше 90 лет выросла на 11,8 тыс. человек и достигла 598,3 тыс.», — следует из данных Росстата. Это составляет 0,4% от общей численности населения России на 1 января 2023 года. «Одинокий долгожитель» на своем заключительном пути встречается с большим количеством трудностей и преград (например, у него снижены слуховые и речевые возможности, отсутствует способность самостоятельного обслуживания, повышенная уязвимость, высокий риск стать жертвой мошенников) [13, 15].

Продолжая анализ демографических характеристик одиноких пожилых людей, стоит отметить их экономическую уязвимость и низкое материальное обеспечение. Согласно анализу статистических данных на 1 апреля 2023 года средняя пенсия пожилых людей, которые состоят на учёте в Пенсионном Фонде Российской Федерации, составляет 18954 рубля. Уровень покупательной способности средней пенсии в России находится на низком уровне, это говорит о том, что одинокие и одиноко проживающие пожилые люди не имеют возможности в полной мере обеспечить себя всеми необходимыми для комфортной жизни благами, потребностями и услугами, как медицинскими, так и социальными. У них отсутствует возможность посещать различные культурные, досуговые и иные мероприятия из-за высоких цен. Согласно данным Росстата на 2023 год потребительская корзина для лиц старше 60 лет составила 8200 рублей, стоит учесть, что это минимум, который необходим для сохранения здоровья человека, обеспечения его жизнедеятельности. Учитывая то, что это практически половина пенсионной выплаты жизнь на пенсии становится финансово непростой, одинокому пожилому человеку необходимо самостоятельно оплачивать ЖКУ, дрова, ремонтировать дом и прочее другое [12, 15].

Оплата жилищно-коммунальных услуг является обширной частью расходов одиноких пожилых людей. По стране, средняя сумма оплаты составляет примерно 6800 рублей, а это значительная часть пенсии по старости. Сумма, оставшаяся от пенсионной выплаты, не позволяет одинокому пожилому человеку, после всех перечисленных расходов, в полном объеме наслаждаться жизнью, использовать все необходимые для благополучной старости возможности и ресурсы. Данная проблема остается актуальной и сегодня, приобретая острый характер в зимний период, так как индивид не всегда может регулярно и вовремя оплатить ЖКУ, как минимум из-за ограниченной мобильности. Вследствие чего одинокие пожилые люди сталкиваются с непосильной финансовой нагрузкой. Они вынуждены экономить на основных продуктах питания, лекарствах, свете, газе, брать в долг, обращаться за кредитами и жить в условиях, не отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, что негативно отражается на их здоровье и общем благополучии [12, 15].

Улучшение и изменение условий проживания одиноких пожилых людей при реализации социальной политики занимает главенствующее положение, однако, некоторые проблемы всё ещё остаются актуальными. Согласно анализу характеристик жилищных условий домохозяйств пенсионеров за 2019 год 93,5% респондентов не испытывали скованности при проживании. Общее количество жилой площади в расчете на одно домохозяйство составляло 2,2 комнаты. По данным Комплексного наблюдения условий

жизни населения из числа всех домохозяйств, пожилые люди оценивали свое жилье следующим образом: отличное — всего 4,4%, хорошее 43,7%, удовлетворительное 47%, плохое 4,3% и очень плохое 0,5% [9, 15].

Проблемы, с которыми сталкиваются одинокие пожилые люди, при проживании в домохозяйствах достаточно разнообразны: плохая шумоизоляция, холод, недостаток солнечного света, аварийное жилье, дорогие коммунальные услуги, повышенная влажность в помещении, антисанитария, недостаток доступа к транспорту и другим удобствам. Одинокие пожилые люди в силу низкой материальной обеспеченности, отсутствия помощи и поддержки со стороны родственников и физических ограничений не имеют возможности самостоятельно решить свои жилищные проблемы, сталкиваются с финансовым мошенничеством и другими преступлениями. Согласно отчету Федерального Бюро расследования (ФБР) о мошенничестве среди пожилых людей в 2021 году жертвами мошенничества стала 92371 жертва из числа лиц 60 лет и старше [12].

Городское и сельское пожилое население также имеет свои демографические особенности. Большинство пожилых граждан проживает в городах, но доля пожилого населения в сельской местности в России все-таки выше, здесь люди старше трудоспособного возраста составляют 22,9% (в сравнении с 19,9% среди городского населения). Распределение пожилого населения по регионам Российской Федерации различно. Высокий процент проживания пожилых людей наблюдается в Тверской и Калининградской областях (26,1%), в то время, когда на Камчатке из всего 5% от общей численности населения. Проживание в селах и деревнях сильно усугубляет положение одиноких пожилых людей, так как становится практически невозможным посещение культурно-массовых мероприятий, отделений дневного пребывания, медицинских организацией, а в некоторых случаях, даже магазина или аптеки, зато отмечается, что уровень социальной изоляции у них ниже, чем у тех, кто проживает в городской среде [11].

Одной из значимых социальных характеристик пожилого человека (в том числе одинокого, одиноко проживающего и находящегося в состоянии социальной изоляции) является физическое здоровье. При изучении данной характеристики, мы обратились к исследованиям ученого М. Ч. Мамчица, которые определял, что физическое состояние здоровья является показателем, влияющим на качество жизни человека в целом, а также на его духовное и психологическое здоровье. Исследования, проводившиеся в области здравоохранения и охраны здоровья граждан, продемонстрировали, что граждане пожилого возраста, не имеющие хронических заболеваний (например, сахарный диабет, гипертонию, атеросклероз) более удовлетворены своим уровнем жизни. Отмечались высокие показатели качества жизни в таких сферах, как общее физическое и психологическое здоровье, физическая активность, доступность медицинских и социальных услуг, транспортная доступность [2].

Одинокие пожилые люди сталкиваются с изменениями, происходящими в различных системах организма (сердечно-сосудистой, мочевыделительной, пищеварительной, а также в органах дыхания, восприятия и мозговой деятельности). Особенно страдает опорно-двигательный аппарат, так как с возрастом снижается содержание минеральных веществ в тканях. Уменьшается костная и мышечная масса, истончаются суставные хрящи и межпозвонковые диски, происходят изменения осанки, позвоночника, снижение роста — все это сказывается на развитии болей при движении и ведение одиночного быта и, несомненно, приводит к развитию сколиозов, артрозов, дистрофическим изменениям в позвоночном столбе, артритам, остеохондрозам. Пожилые люди отмечают, что больше всего их беспокоят боли в области шеи, верхнем отделе позвоночника, тазобедренных, коленных, плечевых суставах при любом, даже незначительном движении (например, в приготовление себе пищи или поднятие ведра с водой, чтобы напоить имеющиеся

хозяйство). Изменение в костной ткани у одиноких пожилых людей приводит к переломам, ушибам и растяжениям, приводит к ограничению мобильности и снижению двигательной активности. Медицинские работники РФ отмечают, что 90–95% случаев переломов тазобедренного сустава случается у лиц достигших 60 лет. Исследование, проводившееся в 2019 году в Acta Orthopaedica указало, что смертность, после перелома ТБС (исправленного медицинским вмешательством), составляет 21%, а у лиц пожилого возраста, не обращавшихся за помощью, показатель стремится к 70%. Ограничения, связанные с физическими возможностями организма одинокого пожилого человека приводят к развитию у него физической и социальной изоляции, апатии, депрессий, желанию находиться весь день в привычной для него обстановке и никуда не выходить, тем самым уменьшая количество друзей и знакомых [5].

Саркопения у пожилых людей проявляется в снижении активности, выносливости и трудоспособности, возникновение быстрой утомляемости, неспособности заботиться о себе, не говоря уже про других людей, появление трудности выполнения привычных дел по дому, а в некоторых случаях доходит до полной недееспособности. Также с возрастом изменяется походка, она становится более медленной, неустойчивой, шаркающей, укорачивается шаг, возрастает период опоры на обе ноги, можно наблюдать неторопливые и неловкие. Нарушение походки, координации движений приводит к тому, что пожилой человек поступает в медицинское учреждение с переломами костей. Одиночество и одинокое проживание усугубляет данное состояние, ввиду того, что при выписке из стационарного учреждения пожилому человеку не к кому обратиться за помощью в домашних делах, некому о нем позаботиться и провести время, хотя бы на момент лечения [3, 5].

Нами было проанализировано российское эпидемиологическое исследование ЭВКА-ЛИПТ, проводившееся в 2021 году. В исследование принимали участие 4308 респондентов в возрасте от 65 до 107 лет. Было выявлено, что за 2020 год частота падений составила 30%, в том числе 25,7% — у пожилых людей в возрасте 65–74 года, 29,8% — 75–84 года, 37,3% — старше 85 лет. Из них 62% пациентов падали 1 раз, 38% — 2 раза и более [3].

Снижение возможности активно двигаться, обслуживать себя самостоятельно, а также трудоспособности, в силу изменений, происходящих в организме одиноких пожилых людей, имеет серьезные последствия как для их физического, так и психологического здоровья. Права на общественную, политическую и социальную жизнь снижаются в силу возникающих ограничений, из-за чего ухудшается общее настроение, появляются депрессии, апатии, чувство бесполезности, ненужности обществу, желание общаться, поддерживать контакты и даже голосовать на выборах пропадает, пожилые люди оценивают данную тенденцию как возможность сконцентрироваться на себе. Перечисленные последствия старения, приводят к добровольной социальной изоляции, утрате возможности обслуживать себя самостоятельно, возникновению зависимости от посторонней помощи, например, социального работника, либо соседей. Социально-полезные связи исчезают, так как посещение отделений сотовой связи вызывает трудности, оплатить самостоятельно услуги не всегда получается, особенно сложно приходится в зимний период, когда наступает гололед, а обратиться за помощью просто не к кому [5, 9].

Одной из социальных характеристик одиноких пожилых людей выступает общность социальных проблем, которые они испытывают.

При анализе исследований, проводившихся в области социологии и социальной работы, нами были выделены четыре основные группы проблем одиноких пожилых людей:

Первой группой проблем являются жилищные. Сюда относятся: отсутствие жилой площади, влажность, несоответствие санитарно-гигиеническим требованиям, одиночное ведение быта, ветхое жилье, отсутствие водоснабжения, газа и прочее.

Социально-экономические проблемы связаны в первую очередь с малообеспеченностью данной социально-демографической группы. В силу низких доходов, одинокие пожилые стараются экономить на важнейших для них предметах (предметах первой необходимости). Денежных средств иногда не достаточно, чтобы купить лекарство, обувь, одежду, предметы быта, не говоря уже о том, чтобы посетить культурно-массовые мероприятия, пойти в театр или кино. В силу этих причин пожилые люди находятся в активном поиске рабочего места, но для работодателя возраст является препятствием, и индивиды сталкиваются с отказом. Отказ в предоставлении работы часто воспринимается враждебно, так как отсутствует помощь со стороны родственников, материальные проблемы приходится решать самостоятельно. Довольно часто появляется злость, агрессия на всё общество, появляется чувство отчужденности, ненужности и брошенности на произвол судьбы, мысли и попытки суицида становятся все чаще, изоляция становится преднамеренной. Хотя, стоит отметить, что анализ исследования Cogito Study, проводимого Институтом Макса Планка по развитию человека, показал, что люди в возрасте старше 65 лет в многодневных тестах на скорость восприятия новой информации показывали более устойчивые и стабильные результаты, чем лица более молодого возраста [8, 10].

Проблемы социально-бытового характера часто идентифицируют с возрастными изменениями. Старение сказывается на общем физическом состоянии, из-за чего затрудненным становится обслуживать себя самостоятельно, передвигаться, выполнять обязанности по дому, без помощи родственников или социальных работников. Быт в данном случае становится бременем. Утрата самостоятельности и мобильности приводит к развитию психических заболеваний, потере самооценки, а также одиночеству и социальной изоляции.

Собственно проблема социальной изоляции и одиночества возникает из-за утраты близких отношений, смерти супруга или ребенка, изменения социального статуса, выхода на пенсию, страха перед новыми знакомствами, ограниченной мобильности и закрытости самого человека. Профессор, доктор психологических наук, кандидат педагогических наук И.М. Слободчиков писал: «есть два эмоциональных состояния, которые можно рассматривать как одиночество — это эмоциональная и социальная изоляция. Эмоциональная изоляция рассматривается с точки зрения того, что индивид теряет социальную связь и отношение с конкретным человеком, нарушается коммуникативная функция, нет чувства привязанности. Социальная же изоляция обуславливается тем, что человек по тем или иным причинным изолирован от общества и у него нет никаких возможных вариантов для выстраивания межличностных взаимодействий» [1, 8].

При изучении характеристик одиноких пожилых людей как социально-демографической группы стоит сказать о том, психика, независимо от изменений, происходящих в физиологическом плане, также претерпевает изменения. Для одиноких пожилых людей психологические характеристики строго индивидуальны и зависят предрасположенности к психическим заболеваниям, наследственности, наличия заболеваний сердца, дыхательных путей, крови, легких (в роду и у конкретного лица), хронических заболеваний, психологического стресса и невозможности обеспечить первичные физиологические потребности [14].

Одиноким пожилые люди больше остальных подвержены страхам, фобиям, паранойям, галлюцинациям, иллюзиям, беспокойствам за будущее. У них наблюдается повышенная тревожность, панические атаки, ПТСР, головокружения, тошнота, усиливается страх смерти. В современных реалиях (СВО, пандемии, вызванной вирусом COVID-19) риски возрастают. Статистика, представленная Всемирной организацией здравоохранения, гласит, что каждый пятый человек зрелого возраста страдает как минимум от одного

психического расстройства. К симптомам психических расстройств одиноких пожилых людей относится:

- бессонница, ночные пробуждения, кошмары;
- повышенное чувство грусти, апатия, низкая самооценка, депрессии;
- мысли и попытки суицида;
- агрессивность и враждебность, как на себя, так и окружающих их людей;
- отказ от общественной жизни (добровольная социальная изоляция);
- тревоги, фобии, психозы, стрессы;
- снижение стрессоустойчивости и адаптивных возможностей (способность справиться с повседневными проблемами, в силу одинокого проживания, становится гораздо сложнее) [8, 14].

Одиночество, в настоящее время в Российской Федерации, является самой острой и распространенной проблемой в пожилом возрасте, которая получила немыслимый статус. Одинокие пожилые люди часто жалуются на тоску, тревожность, усиленный стресс и апатию.

Изучение демографических, социальных и психологических характеристик одиноких пожилых людей как социально-демографической группы легло в основу написания статьи. Среди основных демографических характеристик выделяют: гендерные различия, низкую среднюю продолжительность жизни мужчин, долгожительство, материальное положение, жилищные условия, место проживания. Психологические характеристики в свою очередь индивидуальны и зависят от генетики, предрасположенности к психическим заболеваниям, наступления преждевременной старости, уровня стресса. Посещение культурных мест, досуговых мероприятий, групп дневного пребывания достаточно часто вызывает психические отклонения, страх быть непонятым, отвергнутым. Замкнутое ограниченное пространство становится единственным местом, где человек чувствует себя удовлетворённо. Социальные характеристики зависят от статуса после выхода на пенсию, малообеспеченности, мобильности, проживания в жилье, несоответствующего санитарным нормам, уровня социальной изоляции.

Необходимо отметить, что представленная социально-демографическая группа из-за повышенной уязвимости требует особого внимания и поддержки. Изучение демографических, социальных и психологических характеристик одиноких пожилых людей необходимо для разработки программ и политик, направленных на улучшение качества жизни, предотвращение негативных последствий социальной изоляции и улучшения их психологического благополучия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Акутина, С.П. Феномен одиночества граждан пожилого возраста: предмет обсуждения / С.П. Акутина, Е.В. Столярова. — Текст: электронный // Социодинамика. — 2021. — № 7. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fenomen-odinochestva-grazhdan-pozhilogo-vozrasta-predmet-obsuzhdeniya> (дата обращения: 30.01.2024).
2. Борисов, Г.И. Психологические характеристики пожилых людей третьего возраста / Г.И. Борисов. — Текст: электронный // Педагогическое образование в России. — 2018. — № 5. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-harakteristiki-pozhilyh-lyudey-tretiego-vozrasta> (дата обращения: 13.01.2024).
3. Воробьева, Н.М. Падения и переломы у лиц старше 65 лет и их ассоциации с гериатрическими синдромами: данные российского эпидемиологического исследования ЭВКАЛИПТ / Н.М. Воробьева, Н.О. Ховасова, О.Н. Ткачева. — Текст: электронный // Российский журнал гериатрической медицины. — 2021. — № 2. — С. 219–229. — URL: <https://doi.org/10.37586/2686-8636-2-2021-209-219> (дата обращения: 15.01.2024).
4. Дениско, А.С. Социально-психологический портрет пожилого человека / А.С. Дениско. — Текст: электронный // Молодой ученый. — 2021. — № 27 (369). — С. 160–162. — URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46289822> (дата обращения: 06.01.2024).

5. Ковязина, Г. В. Особенности двигательных возможностей людей пожилого возраста / Г. В. Ковязина, Н. А. Софронова.— Текст: электронный // Современные образовательные практики в студенческих исследованиях.— 2023.— № 1.— URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-dvigatelnyh-vozmozhnostey-lyudey-pozhilogo-vozrasta> (дата обращения: 21.12.2023).
6. Козырева, П. М. Социальная изоляция и одиночество в пожилом возрасте / П. М. Козырева, А. И. Смирнов.— Текст: электронный // СНИСП.— 2022.— № 4.— С. 39–44.— URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnaya-izolyatsiya-i-odinochestvo-v-pozhilom-vozraste> (дата обращения: 30.01.2024).
7. Корнилова, М. В. Социальная изоляция как один из рисков пожилых: новая реальность и новые смыслы / М. В. Корнилова.— Текст: электронный // Вестник НГУЭУ.— 2021.— № 4.— URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnaya-izolyatsiya-kak-odin-iz-riskov-pozhilyh-novaya-realnost-i-novye-smysly> (дата обращения: 30.01.2024).
8. Красовская, Н. Н. Социально-психологические особенности пожилых людей и меры по их социальной защите / Н. Н. Красовская.— Текст: электронный // Социальная работа в современном мире: взаимодействие науки, образования и практики: материалы VIII междунар. науч.-практ. конф. (30 ноября 2018 г., Белгород).— Белгород: Изд-во «Перо», 2018.— С. 64–69.— URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28337333> (дата обращения 13.02.2024)
9. Лакеева, О. С. Особенности жизни людей пожилого возраста / О. С. Лакеева.— Текст: электронный // Наука России: Цели и задачи: сб. науч. трудов по материалам VII Междунар. науч. конф. (Екатеринбург, 10 февраля 2018 г.).— Том 1, Часть 2.— Екатеринбург: Науч.-изд. центр «А-Журнал».— 2018.— С. 39–43.— URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32484675> (дата обращения: 14.02.2024)
10. Меринова, В. Н. Проблемы людей старшего возраста и пути их решения / В. Н. Меринова.— Текст: электронный // Современные практики социальной работы с пожилыми людьми: проблемы реабилитации и обеспечения активного долголетия: сб. материалов науч.-практ. конф. (26 мая 2022 г., Иркутск); отв. ред. Е. В. Решетникова.— Иркутск: Иркутский гос. ун-т.— 2022.— С. 85–92.— URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=50085134> (дата обращения: 17.02.2024)
11. Рыбаковский, Л. А. Сравнительная оценка демографического неблагополучия регионов России / Л. А. Рыбаковский.— Текст: электронный // Социологические исследования.— 2018.— № 10 (294).— С. 81–87.— URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=11529447> (дата обращения: 01.03.2024)
12. Федин, С. М. Современные условия жизни людей пожилого возраста в России / С. М. Федин, Л. А. Чаусова.— Текст: электронный // Актуальные проблемы активного долголетия и качества жизни пожилых людей: сб. науч. трудов.— Калуга: ФБГОУ ВПО «Калужский гос. ун-т им. К. Э. Циолковского».— 2019.— С. 140–143.— URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41281062> (дата обращения: 22.01.2024)
13. Чифтчи, Б. Одиночество пожилых людей как социальная проблема / Б. Чифтчи.— Текст: электронный // Научный журнал.— 2018.— № 2 (25).— URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/odinochestvo-pozhilyh-lyudey-kak-sotsialnaya-problema> (дата обращения: 30.01.2024).
14. Эрдэнэцогт Мунгунцэцэг Социально-психологическая характеристика личности пожилого человека / Эрдэнэцогт Мунгунцэцэг, Е. Н. Прокопенко, А. А. Смирная.— Текст: электронный // Мир человека: сб. материалов ежегодных конф. и аспирантских научно-педагогических чтений; под общей ред. В. В. Игнатовой.— Том Выпуск 1(46).— Красноярск: ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М. Ф. Решетнева».— 2018.— С. 188–191.— URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36575796> (дата обращения: 03.03.2024)
15. Федеральная служба государственной статистики: официальный сайт.— URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/13877> (дата обращения: 18.02.2024)
16. Федеральный закон «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации» от 28.12.2013 № 442-ФЗ (последняя редакция) статистики.— URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_156558/ (дата обращения: 27.02.2024)

Получена: 28.02.2024 г.

Принята к публикации: 19.03.2024 г.

LONELY ELDERLY PEOPLE AS AN OBJECT OF SOCIAL WORK: ANALYSIS OF DEMOGRAPHIC, SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS

© Natalia V. Zabelina, Natalia V. Alymova

Natalia V. Zabelina – Candidate of Sciences in Sociology, Associate Professor of the Department of Social Work and Life Safety, Kursk State Medical University

E-mail: nzabelina@mail.ru

Natalia V. Alymova – Student, Kursk State Medical University

Address: 305041, Kursk, Karl Marx str., 3, Russian Federation

ABSTRACT

The article is devoted to the analysis of the characteristics of lonely elderly people as a socio-demographic group from the perspective of social work practice. Lonely elderly people, as a special social group, occupy one of the most important places among the objects of social assistance, protection and service. Old age is a period of human life characterized by the loss of the body's ability to continue child-birth until natural death, which manifests itself in a decrease in the quality of life, deterioration of physical, mental, social health and attenuation of all key body functions. Lonely older people often face problems at various levels, whether personal or global.

KEYWORDS: lonely elderly people; loneliness; social isolation; socio-demographic group; social work.

REFERENCES

1. Akutina, S. P. Fenomen odinchestva grazhdan pozhilogo vozrasta: predmet obsuzhdeniya / S. P. Akutina, E. V. Stolyarova. — Tekst: elektronnyj // Sociodinamika. — 2021. — № 7. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fenomen-odinchestva-grazhdan-pozhilogo-vozrasta-predmet-obsuzhdeniya> (data obrashcheniya: 30.01.2024).
2. Borisov, G. I. Psihologicheskie harakteristiki pozhilyh lyudej tret'ego vozrasta / G. I. Borisov. — Tekst: elektronnyj // Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii. — 2018. — № 5. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-harakteristiki-pozhilyh-lyudej-tretiego-vozrasta> (data obrashcheniya: 13.01.2024).
3. Vorob'eva, N. M. Padeniya i perelomy u lic starshe 65 let i ih associacii s geriatricheskimi sindromami: dannye rossijskogo epidemiologicheskogo issledovaniya EVKALIPT / N. M. Vorob'eva, N. O. Hovasova, O. N. Tkacheva. — Tekst: elektronnyj // Rossijskij zhurnal geriatricheskoj mediciny. — 2021. — № 2. — S. 219–229. — URL: <https://doi.org/10.37586/2686-8636-2-2021-209-219> (data obrashcheniya: 15.01.2024).
4. Denisko, L. S. Social'no-psihologicheskij portret pozhilogo cheloveka / L. S. Denisko. — Tekst: elektronnyj // Molodoj uchenyj. — 2021. — № 27 (369). — S. 160–162. — URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46289822> (data obrashcheniya: 06.01.2024).
5. Kovyazina, G. V. Osobennosti dvigatel'nyh vozmozhnostej lyudej pozhilogo vozrasta / G. V. Kovyazina, N. A. Sofronova. — Tekst: elektronnyj // Sovremennye obrazovatel'nye praktiki v studencheskih issledovaniyah. — 2023. — № 1. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-dvigatelnyh-vozmozhnostej-lyudej-pozhilogo-vozrasta> (data obrashcheniya: 21.12.2023).
6. Kozyreva, P. M. Social'naya izolyaciya i odinchestvo v pozhilom vozraste / P. M. Kozyreva, A. I. Smirnov. — Tekst: elektronnyj // SNI SP. — 2022. — № 4. — S. 39–44. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnaya-izolyatsiya-i-odinchestvo-v-pozhilom-vozraste> (data obrashcheniya: 30.01.2024).
7. Kornilova, M. V. Social'naya izolyaciya kak odin iz riskov pozhilyh: novaya real'nost' i novye smysly / M. V. Kornilova. — Tekst: elektronnyj // Vestnik NGUEU. — 2021. — № 4. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnaya-izolyatsiya-kak-odin-iz-riskov-pzhilyh-novaya-realnost-i-novye>

smysly (data obrashcheniya: 30.01.2024).

8. Krasovskaya, N. N. Social'no-psihologicheskie osobennosti pozhiykh lyudej i mery po ih social'noj zashchite / N. N. Krasovskaya. — Tekst: elektronnyj // Social'naya rabota v sovremennom mire: vzaimodejstvie nauki, obrazovaniya i praktiki: materialy VIII mezhdun. nauch.-prak. konf. (30 noyabrya 2018 g., Belgorod). — Belgorod: Izd-vo «Pero», 2018. — S. 64–69. — URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28337333> (data obrashcheniya 13.02.2024)

9. Lakeeva, O. S. Osobennosti zhizni lyudej pozhilogo vozrasta / O. S. Lakeeva. — Tekst: elektronnyj // Nauka Rossii: Celi i zadachi: sb. nauch. trudov po materialam VII Mezhdunar. nauch. konf. (Ekaterinburg, 10 fevralya 2018 g.). — Tom 1, CHast' 2. — Ekaterinburg: Nauch.-izd. centr «L-ZHurnal». — 2018. — S. 39–43. — URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32484675> (data obrashcheniya: 14.02.2024)

10. Merinova, V. N. Problemy lyudej starshego vozrasta i puti ih resheniya / V. N. Merinova. — Tekst: elektronnyj // Sovremennye praktiki social'noj raboty s pozhiymi lyud'mi: problemy reabilitacii i obespecheniya aktivnogo dolgoletiya: sb. materialov nauch.-prak. konf. (26 maya 2022 g., Irkutsk); otv. red. E. V. Reshetnikova. — Irkutsk: Irkutskij gos. un-t. — 2022. — S. 85–92. — URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=50085134> (data obrashcheniya: 17.02.2024)

11. Rybakovskij, L. L. Sravnitel'naya ocenka demograficheskogo neblagopoluchiya regionov Rossii / L. L. Rybakovskij. — Tekst: elektronnyj // Sociologicheskie issledovaniya. — 2018. — № 10 (294). — S. 81–87. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=11529447> (data obrashcheniya: 01.03.2024)

12. Fedin, S. M. Sovremennye usloviya zhizni lyudej pozhilogo vozrasta v Rossii / S. M. Fedin, L. A. CHausova. — Tekst: elektronnyj // Aktual'nye problemy aktivnogo dolgoletiya i kachestva zhizni pozhiykh lyudej: sb. nauch. trudov. — Kaluga: FBGU VPO «Kaluzhskij gos. un-t im. K. E. Ciolkovskogo». — 2019. — S. 140–143. — URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41281062> (data obrashcheniya: 22.01.2024)

13. CHiftchi, B. Odinochestvo pozhiykh lyudej kak social'naya problema / B. CHiftchi. — Tekst: elektronnyj // Nauchnyj zhurnal. — 2018. — № 2 (25). — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/odinochestvo-pozhiykh-lyudej-kak-sotsialnaya-problema> (data obrashcheniya: 30.01.2024).

14. Erdenecogt Mungunceceg Social'no-psihologicheskaya harakteristika lichnosti pozhilogo cheloveka / Erdenecogt Mungunceceg, E. N. Prokopenko, A. A. Smirnaya. — Tekst: elektronnyj // Mir cheloveka: sb. materialov ezhegodnyh konf. i aspirantskih nauchno-pedagogicheskikh chtenij; pod obshchej red. V. V. Ignatovoj. — Tom Vypusk 1(46). — Krasnoyarsk: FGBOU VO «Sibirskij gosudarstvennyj universitet nauki i tekhnologii imeni akademika M. F. Reshetneva». — 2018. — S. 188–191. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36575796> (data obrashcheniya: 03.03.2024)

15. Federal'naya sluzhba gosudarstvennoj statistiki: oficial'nyj sajt. — URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/13877> (data obrashcheniya: 18.02.2024)

16. Federal'nyj zakon «Ob osnovah social'nogo obsluzhivaniya grazhdan v Rossijskoj Federacii» ot 28.12.2013 № 442-FZ (poslednyaya redakciya) statistiki. — URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_156558/ (data obrashcheniya: 27.02.2024)

Received: 28.02.2024

Accepted: 19.03.2024