

**Мусина-Мазнова Галия Хамитовна**

кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры социальной педагогики  
и психологии  
Астраханского государственного университета

**Сорокина Ираида Аркадьевна**

кандидат психологических наук,  
доцент кафедры социальной педагогики  
и психологии  
Астраханского государственного университета

**Потапова Ирина Александровна**

кандидат психологических наук,  
доцент кафедры социальной педагогики  
и психологии  
Астраханского государственного университета

## ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТИРОВАННОСТИ И ДЕЗАДАПТИРОВАННОСТИ ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

### **Аннотация:**

*Статья посвящена проблеме социально-психологической адаптации пожилых людей. Предложено авторское видение понятия «дезадаптация пожилых людей». Рассматриваются различные типы и типологические социально-психологические особенности пожилых людей, влияющие на степень социальной адаптированности личности. Социально-психологические типы классифицируются по характеру деятельности, уровню активности, стратегиям совладания с трудностями, отношению к миру и к себе, удовлетворенности жизнью. Представленные результаты эмпирического исследования доказывают влияние типологических особенностей на уровень социальной адаптированности пожилых людей. Установлено, что существует взаимосвязь между ведущими сферами жизнедеятельности пожилых людей и успешностью их социальной адаптации. Наиболее важными сферами для успешной адаптации пожилых людей названы профессиональная деятельность, интересы и умение проводить свободное время, активная жизненная позиция.*

### **Ключевые слова:**

*пожилые люди, социальная адаптация, дезадаптация, типологические особенности, социализация, социально-психологические проблемы, невостребованность.*

**Musina-Maznova Galia Khamitovna**

PhD in Education Science,  
Assistant Professor,  
Social Pedagogy and Psychology Department,  
Astrakhan State University

**Sorokina Iraida Arkadyevna**

PhD in Psychology,  
Assistant Professor,  
Social Pedagogy and Psychology Department,  
Astrakhan State University

**Potapova Irina Aleksandrovna**

PhD in Psychology,  
Assistant Professor,  
Social Pedagogy and Psychology Department,  
Astrakhan State University

## THE TYPOLOGICAL FEATURES OF SOCIAL ADAPTATION AND DISADAPTATION OF ELDERLY PEOPLE

### **Summary:**

*This article is devoted to the problem of social and psychological adaptation of older people. The authors present the original definition of "disadaptation of elderly people". The study reviews the various types and typological social and psychological features of older people that affect the degree of social adaptation of personality. Social and psychological types are classified according to the nature and level of activity, the strategies for coping with difficulties, the attitude towards the world and oneself, and life satisfaction. The obtained results of empirical research prove the influence of typological features on the level of social adaptation of older people. It is established that there is a correlation between the leading areas of elderly people activity and the success of their social adaptation. The most important areas for the successful adaptation of the elderly are their professional activity, interests and ability to spend free time, active stand in life.*

### **Keywords:**

*elderly people, social adaptation, disadaptation, typological features, socialization, social and psychological problems, being unclaimed.*

Обоснованием повышенного интереса к изучению проблемы социальной адаптации людей к периоду пожилого возраста является, с одной стороны, значительное увеличение численности пожилых людей и, с другой, трудности, связанные с приспособлением к новому статусу и новым условиям жизни. Изменение социального статуса человека в старости, вызванное прежде всего прекращением или ограничением трудовой деятельности, трансформация ценностных ориентиров, самого образа жизни и общения, возникновение затруднений в социально-бытовой жизнедеятельности приводят к разрыву многих социальных связей и вытеснению пожилых людей из

общественной жизни, т. е. к социальной дезадаптации. Особое значение дезадаптация принимает в старости, так как именно в этом возрасте способности к адаптации и реадaptации резко снижаются по социальным, психологическим и медицинским причинам.

Согласно исследованиям психологов под дезадаптацией понимаются ситуации, в которых психофизиологические и социально-психологические механизмы, исчерпав свои резервы от воздействия психогенных факторов, не могут более обеспечивать адекватное отражение действительности и регуляторную деятельность человека. Психолого-социальное состояние при этом характеризуется преобладанием хронических отрицательных эмоций, дезорганизацией деятельности, утратой социальных контактов.

Нарушение процесса социально-психологической адаптации и развитие процессов дезадаптации происходят на психофизиологическом, психологическом и социальном уровнях и определяются влиянием как ситуативных, так и личностных факторов. Дезадаптация, как правило, приводит к нарушению взаимодействия со средой, может сопровождаться различного рода конфликтами. Основными показателями социальной дезадаптации пожилых людей являются трудности в общении, реакции, которые выходят за пределы ожидаемых реакций на стресс, такие как агрессия, депрессия, повышенная тревожность и др.

Изучив социально-психологические подходы к определению понятия «дезадаптация пожилых людей», предлагаем понимать под ним утрату приспособляемости к условиям социальной среды и профессиональной и социальной востребованности, являющуюся следствием психофизиологических изменений.

Особенности проявления дезадаптации у людей пожилого возраста, психологические факторы ее формирования изучались как в отечественной, так и в зарубежной психологии и социологии. Теорию социальной адаптации разработали зарубежные ученые М. Вебер, Э. Дюркгейм, Р. Парк, Т. Парсонс, П. Сорокин, Г. Спенсер, К. Юнг и др. Особый вклад в развитие теории социальной адаптации внес Питирим Сорокин, сформулировавший концепцию социальной мобильности как результат успешной адаптации индивидов в социуме.

Изучению адаптационных процессов и практик в современной России посвящены работы социологов Е.М. Авраамовой, Л.А. Беляевой, Т.И. Заславской, И.С. Кона, П.С. Кузнецовой, Г.Б. Кошарной, М.И. Шабановой. Анализ социально-психологических причин и проблем социальной дезадаптации пожилых людей представлен в научных трудах Ю.А. Александровского, С.А. Адмаева, Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, М.И. Шабановой, Е.И. Холостовой.

Исследование различных подходов к социальной адаптации позволило выявить следующую ее особенность: субъект социальной адаптации не только приспособляется к заданным природным и социальным условиям, но и сам изменяется, приспособляется к себе эти условия, преобразует свою действительность для целесообразного и нормального функционирования в социуме.

Социальную адаптацию признают одним из механизмов социализации. Во-первых, она позволяет личности активно включиться в различные структурные элементы социальной среды путем стандартизации повторяющихся ситуаций, что дает ей возможность успешно функционировать в условиях социального окружения. Во-вторых, она дает индивиду возможность принимать социальные роли в процессе адаптации [1].

Под социальной адаптацией обычно понимают: а) постоянный процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды, б) результат этого процесса. Адаптация связывается с достижением оптимального взаимодействия между личностью и средой за счет конструктивного поведения, дезадаптация – с отсутствием оптимального взаимоотношения личности и среды. Это происходит вследствие доминирования неконструктивных реакций [2].

М.Д. Александрова под социальной адаптацией пожилых людей понимает то, как старые люди, получившие новые качества в силу возраста, приспособляются к обществу и как общество приспособляется к себе. М.Д. Александрова и Н.В. Панина называют старость «возрастом плохой адаптации», что происходит вследствие различных соматических и психических изменений личности, а также в связи с переменами в семейной жизни и окружающей обстановке. Изучая проблемы адаптации пожилых людей к статусу пенсионера при помощи личностно-ролевого подхода, геронтологи предположили, что социальная адаптация пожилых заключается во вхождении в круг ролей, соответствующих статусу пенсионера [3].

Одним из факторов, определяющих социальную адаптацию, являются ценностные нормы, эталоны, традиции общества в целом и пожилых людей в нем, так как социальная адаптация не может быть исследована вне связи с функционированием общественных отношений, вне объективных социальных процессов. Целевой функцией процесса социальной адаптации служит самосохранение «общества – семьи – личности» в их взаимосвязи. Отсюда адаптацию пожилых людей можно представить по уровням [4]:

- на уровне общества – степень сближения ценностных ориентаций различных половозрастных групп общества и совпадения гетеростереотипов пожилых;
- на уровне группы – степень ролевой адаптации, позитивности социальной идентичности;
- на уровне личности – степень приспособления к самому процессу старения и позитивности личностной идентичности.

Таким образом, с прекращением трудовой деятельности у стареющих людей резко нарушаются жизненный стереотип, приспособляемость к новым условиям, перестраивается весь образ жизни.

Успешность социальной адаптации не одинаково проходит у всех пожилых людей, во многом зависит от типологических особенностей и степени социальной адаптированности (дезадаптированности) личности. Уровень социальной адаптированности пожилого человека может определяться особенностью социальной среды, характерными качествами пожилого человека. К его собственным качествам относятся коммуникативная компетентность, адекватная самооценка, умение идентифицировать себя с группой. Е.А. Денисова указывает на то, что адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (совокупность всех полезных изменений организма и психики), или к негативным (стресс) результатам [5].

Соглашаясь с Е.А. Денисовой, добавим, что уровень социальной адаптации зависит от способности пожилого человека поддерживать физическую, умственную активность и от способности и готовности принимать новый этап жизни, т. е. от психологических, личностных особенностей и качеств. Ученые, проанализировав эти особенности и качества, сгруппировали их и определили типы пожилых людей. Существуют различные подходы к рассмотрению типологических особенностей пожилых людей, интерпретирующие степень социальной адаптированности или дезадаптированности личности.

Е.С. Авербух выделяет два типа пожилых людей в зависимости от их собственного отношения к своей старости: первый тип – не принимающие старость и стремящиеся молодиться, второй тип – переоценивающие старость, уделяющие чрезмерное внимание своему возрасту.

А.И. Анциферова выделяет два типа, отличающиеся уровнем активности, стратегиями совладания с трудностями, отношением к миру и к себе, удовлетворенностью жизни. Представители первого типа спокойно, без особых эмоциональных нарушений переживают уход на пенсию. Для них характерны активная жизненная позиция, позитивная установка на будущее. Представители второго типа пассивны по отношению к жизни, тяжело переживают свою невостребованность, как правило, живут больше прошлым и, будучи здоровыми физически, быстро дряхлеют в моральном плане.

Другие отечественные психиатры условно выделяют три типа старости: счастливая, несчастливая и психопатологическая. Е.И. Холостова пишет о 8 типах людей, выделенных в зависимости от преобладания той или иной стороны жизни и ведущей деятельности. Польский психолог Л. Симеонова сделала попытку сгруппировать типы поведения людей, подверженных одиночеству. И.С. Кон приводит классификацию типов старости в зависимости от характера деятельности:

1. Первый тип – активная, творческая старость. Люди расстаются с профессиональным трудом и продолжают участвовать в общественной жизни.
2. Второй тип также отличается хорошей социальной и психологической приспособленностью, но энергия этих людей направлена главным образом на устройство собственной жизни – материальное благополучие, отдых, развлечение и самообразование.
3. Третий тип, в котором преобладают женщины, находит главное приложение силы в семье.
4. Четвертый тип – люди, смыслом жизни которых стала забота о здоровье.

Все эти четыре типа старости И.С. Кон считает психологически благополучными, но замечает, что есть и отрицательные, дезадаптационные типы развития. К таковым могут быть отнесены агрессивные старые ворчуны, недовольные состоянием агрессивного мира, критикующие все и всех, кроме себя. Другой вариант негативного проявления старости – разочарование в себе и собственной жизни, одинокие и грустные неудачники [6].

Я. Врублевский выделил шесть групп пожилых людей, отличающиеся по уровню сохранности интеллекта и социальной адаптации. Это лица:

- без признаков психических отклонений, сохранившие ясный ум и тенденцию к социальной адаптации и дальнейшему развитию;
- сохранившие ясный ум, но демонстрирующие явные изменения характера (повышенная раздражительность, склонность к конфликтам, эгоизм, деспотичность);
- отличающиеся предприимчивостью, но страдающие снижением интеллектуальных потенций, которым все же удается сохранить гармоничные отношения с миром;
- с глубокими изменениями характера, крайне конфликтные, сохранившие минимум адаптивных возможностей;

- пассивные, страдающие старческим слабоумием, беспомощные, растерянные, пребывающие в состоянии эйфории или апатии, нуждающиеся в опеке;
- впавшие в маразм, то есть совершенно неспособные к адаптации, требующие постоянной заботы.

Успешность социальной адаптации в новых условиях прямо связана с успешностью, скоростью, точностью овладения стереотипами новой группы. При этом процессы групповой идентификации и усвоения групповых стереотипов идут параллельно, т. е. стереотипы начинают усваиваться в том случае, если человек идентифицирует себя с группой, в полной мере осознает себя ее членом [7].

Успешность адаптации зависит от степеней статусной и ролевой определенности, которые прямо пропорциональны уровню социальной идентичности и степени отождествления человеком себя с определенной культурной, национальной, социальной и возрастной группами. В обществе отсутствуют соответствующие ролевые ожидания для пожилых людей. Потеря ролей и, как следствие, ролевая неопределенность деморализуют пожилых. Это лишает их социальной идентичности, часто оказывает негативное влияние на психологическую стабильность.

Социальная адаптация пожилых людей, отмечает Е.В. Щанина, выражается в формировании в старости новой активной жизненной позиции, отражающей переоценку прошлых ценностей, пересмотр прошлых установок, выработку определенного отношения к собственному старению [8]. При благоприятных формах психического старения образ жизни полностью приспособлен к изменившимся в старости внешним и внутренним условиям. В случае неблагоприятного, болезненного психического старения вопросы адаптации пожилых людей становятся серьезными проблемами, с которыми они не в состоянии справиться.

Опросы, проводимые учеными и социологами, показали, что наиболее важными проблемами, возникающими при социальной адаптации пожилых людей, выступают:

- социально-психологические проблемы (одиночество, нарушение привычного образа жизни, отсутствие внимания со стороны общества и близких, негативное отношение к жизни и к себе, отсутствие потребностей и перспектив);
- неудовлетворительное состояние здоровья;
- профессиональная и социальная невостребованность в современном мире;
- экономические проблемы;
- бытовые проблемы.

Таким образом, рассмотренные типологические особенности социальной адаптированности и дезадаптированности людей пожилого возраста показывают, что основными причинами социальной дезадаптации пожилых людей являются характерные качества и способности личности приспособиться к новому этапу жизни.

Нами было проведено эмпирическое исследование на базе Многофункционального центра социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов города Астрахани «Оберег», где студенты – будущие социальные работники проходили производственную практику. В исследовании приняли участие 44 пожилых человека, которые находились на полустационарном социальном обслуживании. В эмпирическом исследовании, направленном на изучение особенностей социальной адаптации и дезадаптации пожилых людей, были использованы следующие методики: «Диагностика социально-психологической адаптации» (СПА) Роджерса – Даймонда, опросник межличностных отношений Т. Лири, методика диагностики коммуникативных установок В.В. Бойко, опросник межличностных отношений В. Шутца.

Для определения корреляционных зависимостей между возрастом, полом и адаптированностью пожилого человека использовался опросник СПА с применением метода корреляционного рангового анализа. После проведенного корреляционного анализа были получены результаты, констатирующие умеренную тенденцию взаимосвязи между возрастом и адаптированностью:  $r_s = 0,31$ . Это говорит о том, что чем старше люди пожилого возраста, тем лучше они адаптируются в обществе.

В результате исследования социальной адаптации по гендерному признаку мы убедились, что существует зависимость между возрастом, полом и способностью к адаптации пожилых людей. Так, чем младше пожилой мужчина, тем лучше он адаптируется, и наоборот: чем он старше, тем ниже его способность к адаптации. Совсем иная картина у пожилых женщин: чем они младше, тем хуже протекает адаптация, и наоборот.

Анализ полученных результатов показал, что чем выше адаптация у людей пожилого возраста, тем выше их самопринятие, одобрение себя в целом, доверие к себе, позитивная самооценка и позитивное отношение к себе. Как правило, принимающие себя относятся позитивно и к другим, способны принимать других такими, какие они есть, не пытаются исправлять их или учить

(особенно молодых). Исходя из этого заключаем, что процесс социализации протекает более успешно при наличии положительного социального контакта.

Обнаружена сильная зависимость между показателями адаптации и эмоциональным комфортом:  $r_s = 0,79$ . Это значит, что высокая адаптация преобладает при положительных эмоциях, ощущении благополучия своей жизни. Однако если степень адаптации низкая, то и жизнь, направление деятельности зависят от общества. Пожилые люди, чья жизнь не сложилась, склонны размышлять, что виновато социальное окружение, в котором они живут.

Корреляционная связь между тенденцией находиться в обществе других людей и адаптацией имеет умеренную противоположную направленность:  $r_s = -0,32$ . Тот, кто адаптирован, не нуждается в общении, так как у него есть свое окружение, в котором он чувствует себя комфортно. Корреляция между желанием, чтобы другие проявляли интерес к индивиду и принимали его в свое общество, и адаптацией имеет обратную среднюю тенденцию:  $r_s = -0,65$ . Чем ниже адаптация у людей пожилого возраста, тем больше у них потребность быть принятыми обществом. Чем выше адаптация, тем меньше проявляется желание быть принятым в обществе, так как они имеют свой статус и определенную роль в обществе. Корреляция между тенденцией контролировать отношения с другими и адаптацией случайна и не отличается от нуля:  $r_s = 0,03$ .

Исследуя корреляционную связь между шкалой адаптации СПА и опросником межличностных отношений Т. Лири, приходим к выводу, что корреляционная связь между адаптацией и дружелюбием умеренная, статистически значима:  $r_s = 0,36$ , положительная. Результаты говорят о том, что адаптированные пожилые люди более общительны, стремятся к тесному сотрудничеству с окружающими, проявляют теплоту и дружелюбие в отношениях, подчеркивают свою причастность к интересам большинства. Они более любезны со всеми, ориентированы на принятие и социальное одобрение, стремятся удовлетворить требования других, эмоционально лабильны.

Низкие адаптивные возможности у людей пожилого возраста обнаруживаются при высокой тревожности, беспомощности, повышенной чувствительности к средовым воздействиям, тенденции к выраженной зависимости мотивационной направленности от отношений, складывающихся со значимыми другими, при повышенной мнительности, чувствительности к невниманию и грубости окружающих, повышенной самокритичности, неуверенности в себе, которая тесно связана с неустойчивой самооценкой.

Таким образом, особенность успешной адаптации состоит в том, что, имея положительные социальные контакты, люди пожилого возраста дружелюбны по своей натуре, самостоятельны и стараются быть независимыми. Пожилые люди, демонстрирующие явные изменения характера, такие как повышенная раздражительность, склонность к конфликтам, эгоизм, деспотичность, агрессивность, злость, характеризуются как социально дезадаптивные.

Исследуя отношение пожилых людей к уходу на пенсию, мы убедились в том, что большинство людей пожилого возраста, принявших участие в эксперименте, нормально отнеслись к этому событию (46 %). Умеренное отношение демонстрируют пожилые люди к выходу на пенсию, связанному с сокращением либо профессиональной невостребованностью. У этих людей не стало работы, коллектива задолго до пенсии (27 %). 11 % пожилых людей тяжело переживают уход на пенсию, потерю работы и коллектива. Всего 5 % опрошенных хорошо относятся к уходу на пенсию. Это те, кто ждал пенсию и ушел добровольно или кто устал от работы.

Из 44 испытуемых 40 (91 %) считают, что приобрели жизненную мудрость, опыт, 4 (9 %) испытуемых отрицают это. Не общаются с младшим поколением 6 испытуемых, 38 поддерживают хорошие дружеские отношения с молодыми людьми. 41 пожилой человек доволен своей жизнью, 3 не довольны и не хотят ничего менять. 29 человек (66 %) хотели бы изменить свою жизнь, 15 (34 %) – нет. 34 пожилых человека не работают, 10 – работают. Больше половины испытуемых – 29 не хотят работать, а 15 желают. 2 человека не имеют любимого дела, тогда как остальные 42 не мыслят своей жизни без занятий по интересам и без общения со сверстниками. Средства информации играют не последнюю роль в социализации людей пожилого возраста. На первом месте находится просмотр телевизора, на втором – прочтение газет, далее следуют книги, замыкают перечень журналы, которыми люди пожилого возраста интересуются меньше всего.

Преодолеть возникающие проблемы, найти способ адекватной социально-психологической адаптации к той ситуации, в которой они находятся, пожилые люди могут скорее в общении со сверстниками, которые сталкиваются с теми же проблемами, имеют примерно такие же жизненный опыт и стереотипы восприятия. При этом необходимо учитывать тот факт, что группа пожилых людей неоднородна по социальному составу, жизненному опыту, стереотипам и оценочным эталонам, а потому общение необходимо налаживать среди людей со сходным социальным статусом, общими ценностными ориентациями и установками.

Так, показатель «Адаптация» практически у всех пожилых людей оказался в норме, и только у незначительного количества пенсионеров социально-психологическая адаптивность выше нормы. Результаты эмпирического исследования показали, что большинство испытуемых пожилого возраста способны успешно адаптироваться к новым социальным условиям, адекватно осознают свои особенности и эмоциональные состояния. У большинства из них сформированы коммуникативные умения и навыки. Однако около 20 % респондентов характеризуются как социально дезадаптивные пожилые люди, которые испытывают трудности в общении, используют неконструктивные способы решения ситуаций, находят трудным принимать себя и других, зависят от чужого мнения и нуждаются в особой поддержке.

В результате эмпирического исследования подтверждено предположение о том, что существует взаимосвязь между ведущими жизненными сферами деятельности пожилых людей и успешностью их социальной адаптации. Социально-психологические типы классифицируются по характеру деятельности, сохранности интеллекта, уровню активности, стратегиям совладания с трудностями, отношению к миру и к себе, удовлетворенности жизнью.

Наиболее важными жизненными сферами для успешной адаптации пожилых людей стали профессиональная деятельность, образование, интересы и умение проводить свободное время со сверстниками, активная жизненная позиция. Несмотря на выход на пенсию, многие пожилые люди считают важной профессиональную занятость и продолжают заниматься трудовой деятельностью. Успешной адаптации в этом возрасте способствуют стремление получать новые знания, расширять свой кругозор, читать новые книги, поиск нового увлечения, любимое хобби, желание поддерживать себя в хорошей физической форме, сохранять и улучшать свое здоровье.

Социальную адаптацию пожилых людей можно рассматривать как многоаспектный и многогранный процесс, в результате которого достигается новое качество в жизнедеятельности пожилого человека. Под влиянием процесса социальной адаптации возможна перестройка сознания личности, которая будет способна осуществлять активную деятельность в новых условиях.

#### **Ссылки:**

1. Теория менеджмента : учеб. для вузов / под ред. А.М. Лялина. СПб., 2009. С. 112.
2. Денисова Е.А., Фатхуллина Е.В. Особенности социально-психологической адаптации пожилых людей // Концепт. 2015. № S28. С. 1–5.
3. Александрова М.Д. Отечественные исследования социальных аспектов старения // Психология старости и старения : хрестоматия. М., 2003. 416 с.
4. Ковалева Н.Г. Образ жизни как фактор адаптации к жизни на пенсии // Психология зрелости и старения. 2004. № 2. С. 34–53.
5. Денисова Е.А., Фатхуллина Е.В. Указ. соч.
6. Кон И.С. 80 лет одиночества. М., 2008. 448 с.
7. Краснова О.В., Лидерс А.Г. Социальная психология старения : учеб. пособие для студентов высших учеб. заведений. М., 2002. 288 с.
8. Щанина Е.В. Интеграция пожилых людей в современный социум // Известия высших учебных заведений. Поволжский регион. Общественные науки. 2015. № 1. С. 150–162.