

Самота и потребности от социални контакти при хора в напреднала и старческа възраст – потребители на услуги в домашна среда¹

Атанас Генчев

Резюме: Тази статия е резултат от емпирично изследване, проведено с цел установяване нивата на самота и потребност от социални контакти на хората в напреднала и старческа възраст, потребители на услуги в домашна среда. Идеята е да се проследят състоянието и възможностите към момента на тези услуги да предотвратяват появата на самота и разширяват социалните контакти на старите хора. Целта е да се изведат насоки и препоръки, подпомагащи работата на социалните работници и полагащите грижи лица.

Ключови думи: хора в напреднала и старческа възраст, самота, потребност от социални контакти.

Loneliness and need for social interaction of older people – users of home care services

Atanas Genchev

Abstract: The paper presents results from an empirical research, conducted to establish the levels of loneliness and need for social interaction of older people – users of home care services. Provision of home care services for older people in Bulgaria is analyzed in regard to their potential to address the need for social interaction and prevent the feelings of loneliness of older people. In this regard and in conclusion guidelines supporting the work of social workers and carers are outlined.

Keywords: older people, feelings of loneliness, need for social interaction.

Човек идва на този свят винаги в присъствието поне на един човек до него – неговата майка, но е напълно възможно да си отиде от него напълно сам.

Увод

В нашето съвремие наред с миналите социално-исторически периоди възникват и се развиват социално-психологически проблеми, които въздействат както на формирането и развитието на отделната личност, така и на обществото като цяло. Разбира се, от това множество се открояват и няколко водещи, като за различните епохи те са различни (така например за Древността това са били

¹ Настоящото изследване е част от дипломна работа на тема „Самота и потребности от социални контакти при хора в напреднала и старческа възраст – потребители на услуги в домашна среда“.

робството и кастовото разделение, по-късно и най-вече през средните векове са произтичащите проблеми от религиозните разбирания за човека и света и ширещите се по това време болести и бедност, последвани от по-новите проблеми на социална и национална идентичност, появили се само преди столетие-две). Така според нас пък водещите днес са застаряването на населението, самотата и свързаната с нея социална изолация (въпреки съвременните уникални възможности, предоставяни от новите технологии за свързаност между хората) на отделните индивиди. Това мнение утвърждават и защитават много автори като Н. Александрова, К. Владимирова, Ч. Младенов, Е. Димитров и много други². Важно е да се насочи вниманието и към взаимовръзката между самотата и потребността от социални контакти като една силна детерминанта за развитието на човека през периода на геронтогенезиса и влиянието върху неговото здравословно състояние, творческата, мотивационната и обществена изява.

Основни понятия

За целите на настоящото изследване ще се опрема на определянето на периода, обхващащ хората в напреднала и старческа възраст, от Н. Александрова, цитирайки Световната здравна организация (СЗО). Периодът на геронтогенезиса е разделен на три подпериода: „напреднала възраст – 60–74 години, старческа възраст – 75–90 години и дълголетници – над 90 години“ (Александрова, Н., 2001, с. 9). В нашето изследване ще приемем, че този период започва с навършване на **60 години и завършва на 90+ години**.

Понятията „трета възраст“, „възрастни и стари хора“, „стари хора“, „възрастни хора“, използвани в различните източници и според различните автори като обозначение на хората, намиращи се в последния период от своя живот, в нашето изследване се обединяват в понятието **хора в напреднала и старческа възраст** в горепосочените граници.

² Виж накрая в Използвана литература.

Единна дефиниция за понятието **човек в напреднала и старческа възраст** няма, както видяхме, че няма единно мнение и за самото наименование на периода. Едни по стари във времето определения са цитирани например от Г. Йолов, който припомня, че едно от често срещаните е „безпомощно същество, мъчително търсещо своето място в света“ (Йолов, 1982, с. 23), както и още едно – „човек с приключени сметки с живота, който от време на време е бодър и весел, носен от индукцията на събитията“ (пак там).

„**Самотата** съдържа различни противоречиви чувства: безпомощност, безнадеждност, абсолютна нищожност. Тя е изпълнена със сложни емоционални движения на отчаяние, самосъжаление, захвърленост, ранимост, тъга, опустошеност, на самоунищожение и непоносима скука“ (Стаматов, 2005, с. 166).

Теоретични основи на проблема

Теории за самотата

Влиянието на самотата и изолацията върху човека е изследвана много, и то в повечето случаи в лабораторни условия. Такъв пример дава и Г. Йолов в своята книга „От върха на годините“, където посочва, че „изследванията на лица, поставени в барокамера, установяват, че само след 12–13 дни личността се деперсонализира под формата на безкритична тържественост и игривост, на еуфория, за да стигне до дълбока депресия и накрая – към 20–22 ден до риска от необратими психични разстройства“ (Йолов, Г., 1982, с. 35).

Изолацията, която провокира самотата, или по-точно става нейна причина, може да бъде обособена в няколко разновидности:

- пространствена (поради трудна подвижност в следствие на степен и вид инвалидизиране, дълбока немощ от загуба на физически сили или в следствие на тежки психични заболявания като различни видове психози и депресивни епизоди);
- комуникационна (изолация от семейството и близкото и по-далечно обкръжение, не желание за общуване);

➤ икономическа изолация (поради липса или силно ограничение на финансови средства).

Самотата също така може да бъде преживявана, от една страна, като физическа липса на семейство, близки и приятели за общуване, но и като незаинтересованост от иначе съществуващите близки и семейство.

В статията си „Самота и самотност при юношите“ Иван Григоров представя обстоен преглед на разбиранията за самотата при юношите според различни психологични направления. Много от изводите, които авторът прави, могат да бъдат съотнесени в някаква степен и за хората в напреднала и старческа възраст.

Според **психодинамичния модел** самотата е „обусловена от погрешно усвоен социален опит през периода на детството. Склонността към самота и самотност се обуславя и от такива негативни черти на характера като нарцисизъм, мания за величие, враждебност и др.“ (Григоров, И., 1999, с. 5).

„Според **феноменологичната концепция** самотата се обуславя от трудности при реализирането на Аз-концепцията на личността“ (пак там).

„Според **егзистенциалистите** самотата е заложена в човешката природа. Човек винаги се чувства самотен и изолиран. Самотата е трудно преодолимо състояние“ (пак там, с. 6).

„Според представителите на **социологическото направление в психологията** самотата е социално обусловено явление. Хората винаги са неудовлетворени от това, че не срещат разбиране и съпричастност от социалната среда“ (пак там).

„При **интеракционистичния модел** за обяснение на самотата се обръща внимание както на някои характерови и личностни особености на склонните към самотност, така и на влиянието на конкретно стекли се жизнени обстоятелства. Условиата на живот и най-вече трудностите при общуването на личността със социалната среда ускоряват възникването на самотата“ (пак там).

„Според **когнитивната концепция** самотата се стимулира от осъзнато несъответствие между желанията и амбициите на личността за общуване и реално постигнатите контакти и връзки“ (пак там).

Най-общо основните детерминанти, които водят до самота или от които зависи тя, можем да разпределим в няколко по-големи групи: произтичащи от здравословното състояние (физическо или психическо); личностови особености; произтичащи от характеристиките на социалната среда и междуличностните отношения; произтичащи от материално-битовите условия и заемания статус в обществото; биологична детерминираност – тип на работа на нервната система, интровертност, темперамент.

Теории за потребностите. Потребност от социални контакти

Първо нека разгледаме две от най-известните теории за потребностите, съответно теорията на Е. Маслоу и теорията ERG на С. Alderfer. Според теорията на Маслоу потребностите се подреждат в йерархична пирамида в 5 групи, като за достигането на всяка следваща по-висока в йерархията група е необходимо удовлетворяване на по-долните. Те вървят само нагоре от 1-ва към 5-та група и поведението зависи от незадоволените потребности. Независима от останалите е потребността от себеактуализация, изразяваща се в „реализация на пълния потенциал на човека, това е неговото върховно осъществяване в дадена сфера, възможността му да докаже на какво е способен“ (Ларсен, Крумов, К., 2010, с. 392). Всичките 5 групи потребности са свързани помежду си, като първите две са базисни.

Недостатък на тази теория е, че не отчита възможността от доминиране на определени потребности или стремеж към тях, които са различни за различните възрастови периоди. Също така и положението, че те вървят само по възходящ ред, а знаем, че има немало примери, където има регресивни тенденции в удовлетворяването на потребностите или пък прескачане на групи потребности и стигане до по-горен ред, без да са удовлетворени напълно такива от по-долен (пак там). В подкрепа на това твърдение са и следните заключения на Б. Ивков: „С течение на времето потребностите на човека се променят, защото се променя житейската перспектива. Стеснява се кръгът на социалните контакти, намаляват социалните мрежи, в които участва старият човек инвалид, отпадат редица

социални роли. Появява се рефлексията към миналото, появяват се тревогата и страхът. Затова неслучайно самотата се смята за един от големите социални проблеми на възрастните“ (Ивков, Б., 2006, с. 553). До подобно заключение стига и В. Гюрова, извеждайки някои от основните социални потребности на човека, като за тази възрастова група тя отбелязва, че „хората на „третата възраст“ имат съвършено различни потребности, сред които водещо място заемат потребностите от общуване (социални контакти) и информация (грижа) за здравето“ (Гюрова, В., 2010, с. 13).

По-съвършена според нас е теорията ERG³ на С. Alderfer, която се различава от тази на Маслоу точно по това, че може да има и обратен вървеж при недостигане на потребности от по-горните нива в йерархията. По-желани стават потребности от по-долен ред, което обяснява донякъде самотата и фокусирането на някои хора от напреднала и старческа възраст да задоволяват потребности, свързани със съществуването им, или потребности от свързаност (те стават бърбиви⁴ макар и да са вече достигнали последната степен на „растеж“ в своя живот – понеже от тук насетне старите хора не растат (нямат растеж). „При фрустрация на по-високите потребности се получава регрес към задоволяване на по-ниските“ (Ларсен, Крумов, К., 2010, 393–394). Когато имат фрустрираност на потребностите от свързаност (нямат достатъчно социални контакти), регресът много често се изразява в това, че старите хора стават егоистично-материалистично настроени.

Описание на услугите, предоставяни в домашна среда, и потенциалът им да подпомагат социалните контакти и преодоляването на самотата

³ Наименованието на тази теория е образувано от началните букви на трите вида потребности, които съгласно С. Alderfer лежат в основата на човешкото поведение – потребности, свързани със съществуването (existence needs), потребности от свързаност (related needs) и потребности от растеж (growth needs) (Ларсен, Крумов, К. 2010, с. 393).

⁴ С повишена общителност.

У нас това са сравнително нови социални услуги („Личен асистент“, „Социален асистент“, „Домашен помощник“), които като професионални длъжности (домашен санитар, личен асистент, социален асистент) от 1996 г. официално са включени в група „Персонал, грижещ се за хора в домашни условия“. Това е и резултат от прилагането в България на Националната класификация на професиите и длъжностите, съобразена с изискванията на Международната организация на труда (МОТ) (Владиминова, К., 2010, с. 141), което безспорно е и една от стъпките към утвърждаването на професионализацията на социалната работа като цяло. Нова е и социалната услуга „Дневен център за стари хора“, която се предлага също от 90-те години на миналия век, като най-стара е услугата „Домашен социален патронаж“.

„Личен асистент“ – лице, полагащо постоянни грижи за дете или възрастен с трайно увреждане или за тежко болен за задоволяване на ежедневните му потребности“ (Симеонова, Р., 2011, с. 96). Предвид изброените дейности в определението и специфичните цели на този вид услуга не се отделя много внимание върху потребността от социални контакти. Освен това тук най-често лицето, което става „личен асистент“, е роднина на клиента, което допълнително намалява потенциала на услугата поне що се отнася до разнообразието от социални контакти, които може да предостави. В един по-общ план и особено що се отнася за другите дейности по услугата това, че личният асистент е близък или роднина, е дори предимство от гледна точка на преодоляването на притеснението и чувството за сигурност, но за социалните контакти това е голям недостатък, ограничаващ допълнително кръга на общуване на клиента.

„Социален асистент“ – лице, предоставящо комплекс от услуги, насочени към социална работа и консултации на потребителите и свързани със задоволяване на потребностите от организация на свободното време и осъществяване на контакти“ (пак там). Тази услуга се доближава най-много до пълноценно удовлетворяване на потребността от социални контакти, но тук в определението ѝ акцентът е консултиране, което дава възможност за тълкуване в

смисъл само на даване на съвети как да се случват социалните контакти, без по-голяма ангажираност на самия социален асистент лично по задоволяването на потребността от социални контакти като такава услуга. В методиката на услугата е предвидено проучване на основните потребности на клиентите, като сред тях присъстват и потребността от социални контакти. Тук както и в другите видове услуги изниква и още един проблем, за който по-общо вече споменахме по-горе – този с капацитета на услугата. Например за 2009 г. в нашата страна хората с увреждания, които са имали нужда от някоя от трите услуги („Социален асистент“, „Домашен помощник“ и „Личен асистент“), са били около 600 000⁵ души, а максималният капацитет, заложен за втора фаза по Оперативна програма „Развитие на човешките ресурси“, е 6300 души. Това затруднява силно обхващането на нуждаещото се население от такъв тип социална подкрепа и особено за нашата целева група на хората в напреднала и старческа възраст.

„Домашен помощник“ – лице, предоставящо услуги в домашни условия, насочени към поддържане на хигиената на обитаваното жилище, пазаруване и приготвяне на храна, пране и други комунално-битови дейности“ (Симеонова, Р., 2011, с. 96). И тук, както при услугата „Личен асистент“, не се акцентира много върху потребността от социални контакти. Въпреки това в методиката към нея е залегнало и проучване на потребността от социални контакти. „Въз основа на направената оценка в плана за предоставяне на услугата се разписват конкретни дейности, които са насочени към постигане на най-пълно задоволяване на индивидуалните потребности на конкретния потребител“ (Методика за предоставяне на социалната услуга в общността "Домашен помощник"). Все пак може да се каже, че има заявена възможност за планиране на дейности в посока на удовлетворяване на потребността от социални контакти, но характерът на услугата е по-скоро друг, функцията ѝ е повече помощна за домакинството и свързаните с него дейности.

⁵ По данни от Владимирова, К. (2010) Професионализация на услугите за възрастни и зависими хора. София, 147–148.

Особеността че тези услуги могат да се предоставят от близки членове на семейството, от една страна, е положително нещо, както вече стана ясно от погоре, защото те ще могат да обръщат повече внимание и отделят повече време на своите нуждаещи се роднини. От друга страна, обаче, това ограничава кръга от хора, с които старите хора общуват, най-малкото с един човек, понеже грижещото се лице е едновременно най-близко обкръжение и възможен социален контакт.

„Домашен социален патронаж“ – комплекс от социални услуги, предоставяни по домовете, свързани с доставка на храна; поддържане на личната хигиена и хигиената на жилищните помещения, обитавани от ползвателя; съдействие за снабдяване с необходимите технически помощни средства при ползватели с увреждания; битови услуги и др.“ (Симеонова, Р., 2011, с. 97). Тази услуга дава много и разнообразни възможности за подпомагане на хората в напреднала и старческа възраст и е най-целенасочена след услугата „Дневен център за стари хора“ за тази целева група. Проблемът тук като цяло също е малкият ѝ капацитет и липсата на достатъчно служители и социални работници, които да отделят повече време и внимание на иначе немалкия брой дейности, които предоставя на своите клиенти. Основната причина за това отново е недостатъчното финансиране на услугата. Тук обаче се избягва недостатъкът, който изтъкнахме по-горе. Даже обратно, много често дейностите се извършват от различни служители и социални работници, обслужващи даден район, което дава добри възможности за разнообразни социални контакти и в крайна сметка води до ограничаване на самотата сред ползващите услугата клиенти.

„Дневен център за стари хора“ предлага „комплекс от социални услуги в общността, които създават условия за цялостно обслужване на потребители през деня, свързани с предоставяне на храна, задоволяване на ежедневните, здравни и рехабилитационни потребности, както и на потребностите от организация на свободното време и личните контакти“ (Указание за предоставяне на социалната услуга в общността "Дневен център за стари хора"). Този вид услуга се предоставя в общността, но не е типичен пример за услуга, предоставяна в домашна среда, въпреки че има такива елементи. Иначе като услуга тя в най-голяма степен може

да се каже, според заложените и дейности, че удовлетворява потребността от социални контакти на хората в напреднала и старческа възраст. Защото „основните дейности в дневния център целят ограничаването на социалната изолация, в която се намират хората след пенсионирането си“ (Стамболиева, М., 2009, с. 416).

Съществуващите услуги и форми на подпомагане са недостатъчни и не могат да покрият все повече повишаващия се брой на нуждаещите се. „Тези програми не могат да покрият реалните потребности на обществото от организирана и дългосрочна грижа“ (Владимирова, К., 2010, с. 146). Единствената специално насочена социална услуга за хора в напреднала и старческа възраст е услугата „Дневен център за стари хора“ и до някаква степен „Домашен социален патронаж“ и „Социален асистент“, което намалява силно разнообразието от форми и начини за подкрепа и социални услуги, оказвани на тази категория клиенти в домашна среда, поне що се отнася до социалните им контакти, пък и не само.

И накрая може да се направи изводът, че зададените дейности в съществуващите социални услуги, както и самите социални услуги, които се предлагат за момента на хората в напреднала и старческа възраст, са твърде ограничени в пълноценното удовлетворяване на потребността от социални контакти и ограничаването на самотата сред тази категория клиенти най-малко по две причини: първо, поради тяхната ограничена разновидност по форма и вид на предлагане и, втората, малкият капацитет на възможни обслужвани лица предвид увеличаващата се нужда.

За пълноценността на тези услуги по посока на удовлетвореността от социални контакти на практика ще разберем от резултата на получените стойности в емпиричната част на изследването, където ще видим има ли средни и високи стойности на удовлетвореност на потребността от социални контакти и има ли голям процент хора в напреднала и старческа възраст, ползващи социални услуги в домашна среда, които да чувстват самота.

Модел на емпиричното изследване

Цел на изследването е да се установи нивата на самота и удовлетвореност от социалните контакти на хората в напреднала и старческа възраст, потребители на услуги в домашна среда. Крайната цел е извеждането на **насоки и препоръки**, насочени към работещите специалисти в сферата на геронтологичната социална работа, за по-успешно преодоляване на самотата и удовлетворяването на потребността от социални контакти.

За осъществяване на тази цел, бяха поставени следните **задачи**:

- извеждане на теоретични обяснения на самотата според различните психологически направления и основни теории за потребностите с фокус върху тези на старите хора⁶;
- да се направи оценка на възможностите за удовлетворяване на потребността от социални контакти на съществуващите социални услуги в домашна среда в нашата страна⁷;
- да се изследва самотата и нивата на удовлетвореност на потребността от социални контакти, към момента, на хора в напреднала и старческа възраст потребители на услуги в домашна среда;
- да се изведат най-желаните от изследваните лица нови възможности за социални контакти, които биха искали да имат;
- да се изведат практически препоръки улесняващи социалната работа с тази целева група и във връзка, с така поставеният по-горе проблем.

И накрая бе изведена хипотезата, че нивото на удовлетвореността на потребността от социални контакти на хората в напреднала и старческа възраст, ползващи социални услуги, предлагани в домашна среда, ще бъде занижено, без съществени различия между различните видове ползвани услуги. От което предполагаме, че нивото на самота ще е с висока стойност.

Във връзка с реализирането на така поставените цели, задачи и изградена хипотеза беше избрана следната изследователска методика:

⁶ В теоретичната част.

⁷ В теоретичната част.

- Ска́ла за самота – The University of California Los Angeles Loneliness Scale (UCLA Loneliness Scale, Version 3)⁸.
- Въпросник за установяване на нивата на удовлетвореност на потребността от социални контакти (разработен от автора).

Обработка⁹ – бяха изчислени номинални, средни и абсолютни стойности.

За да се установи съществуваща връзка между отделните променливи, беше използван критерият коефициент на Пирсън. За установяване на надеждността на скалата за самота бе използван методът за определяне на надеждност – коефициент на Кронбах, който показва, че тя е надеждна със стойност от 0,86.

Обемът на извадката е 35 лица във възрастовия диапазон 65–87 години, клиенти на социалните услуги, предоставяни в домашна среда – „Домашен социален патронаж“, „Домашен помощник“, „Социален асистент“ и „Социален помощник“, гр. София. По пол те са разпределени на 12 мъже и 23 жени. Изследването беше проведено в периода 18 февруари–15 март 2013 г.

Операционализация на променливите

Таблица. Модел на променливите

Променливи	Инструментариум
Потребност от социални контакти (удовлетвореност от общуването в дома, честота на излизания извън дома, възможности за контакти) Демографски (пол, години, вид използвана услуга)	Специално конструиран въпросник
Самота	Ска́ла за самота

Анализ на получените резултати и изводи

Ще започнем анализа в реда на изведените променливи при операционализацията представени по-горе.

⁸ По: Ганева, З. (2009) Социална идентичност и психично благополучие. София.

⁹ За обработката на получените резултати бяха използвани програмите Microsoft Office Excel 2007 и статистическа изчислителна програма SPSS версия 13.

Удовлетвореност от общуването в дома

Възможността за оценка на нивото на удовлетвореност от наличните социални контакти бе словесно изписано в 5-степенна скала от напълно неудовлетворение до пълно удовлетворение, преобразувана по-късно в числова от 0 до 4, чиято средна стойност е 2.

Таблица 2. Степен на удовлетвореност от социални контакти в дома

Отговор	Брой натрупани отговори	Средна стойност* (мъже/жени)
Напълно съм удовлетворен(а) (4)	6	2 (1,33м/2,34ж)
В голяма степен (3)	8	
В средна степен (2)	6	
В малка степен (1)	10	
Изобщо не съм удовлетворен(а) (0)	5	

* Отговорите са преобразувани в скала от 0 до 4.

Тази средна стойност от 2 може да се интерпретира като средна степен на удовлетвореност от наличните социални контакти в дома на изследваната малка извадка от хора в напреднала и старческа възраст. Интересното тук е, че има доста голям дял от изследвани лица (близо до 1/3), които посочват „в малка степен“, освен това общият сбор на отговори от двете ниски степени („в малка степен“ и „изобщо не съм удовлетворен/а“) е почти равен (с малко по-голям – 15) от този на сбора с двете високи степени („в голяма степен“ и „напълно съм удовлетворен/а“), който е 14. Това може да се интерпретира като лек превес в посока на по-ниските стойности въпреки установената средна стойност на удовлетвореност от социални контакти в дома. По пол жените са по-удовлетворени с изчислена средна стойност на удовлетвореност от 2,34 за тях, спрямо мъжете с 1,33.

От направените корелации със самотата (-0,589) се вижда обратнопропорционалната зависимост на това, че колкото по-удовлетворени са от своето общуване у дома хората в напреднала и старческа възраст, толкова по-

ниски нива на самота са установени от скалата за оценка на самота. Взаимовръзките между „удовлетвореността от социални контакти“ и „вида на използваната услуга“ също са интересни, като отрицателни са за двете услуги „Личен асистент“ и „Домашен помощник“, които показват по-ясно разграничима значимост. От тези резултати може да се направи изводът, че има неудовлетвореност от общуването в дома при тези две услуги. От всичко, казано дотук по тази променлива, може да се направи обобщението, че на едно по-общо ниво удовлетвореността от общуване в дома е задоволена в средна степен, като по-силна удовлетвореност имаме при жените спрямо мъжете, участвали в изследването, а неудовлетвореност се установява при ползващите двете услуги „Личен асистент“ и „Домашен помощник“. По-силно удовлетворените изследвани лица съответно изпитват по-ниски нива на самота.

Честота на излизания извън дома

Таблица 3. Честота на излизане от дома

Отговор	Брой натрупани оценки	Средна стойност* (мъже/жени)
Почти всеки ден (5)	12	2,37 (2,33м/2,39ж)
Много често (4)	1	
Често (3)	4	
Рядко (2)	2	
Много рядко (1)	3	
Откакто съм в тежко здравословно състояние не съм излизал(а) (0)	13	

* Отговорите са преобразувани в скала от 0 до 5.

Възможността за оценка на честотата на излизания от дома е словесно изписано в 6-степенна скала от пълна невъзможност за излизане до всекидневно излизане от дома. След преобразуването на скалата в числа и изчислението на средна стойност се вижда, че тя е 2,37 за цялата изследвана малка извадка, което е занижена честота на излизане. По пол средните стойности са почти по-равно разпределени, като за жените те са 2,39 спрямо тези на мъжете с 2,33. От броя на натрупаните отговори се вижда, че разпределението на отговорите не е

равномерно по скалата, а в двете крайни нейни степени – 12 за „почти всеки ден“ (5) и 13 за „от както съм в тежко здравословно състояние не съм излизал(а)“ (0), които са почти поравно.

От направените корелации със скалата за самота излиза резултат $-0,320$. От тази стойност може да направим извода, че от честотата на излизане на хората в напреднала и старческа възраст зависят техните нива на чувство за самота. Те са отрицателни, което означава, че колкото по-често излизат изследваните лица, толкова по-ниско е нивото на самота по тази скала. При ползващите услугата „Личен асистент“, които по-рядко излизат от дома, получения резултат беше ($-0,567$).

Възможности за контакти

В следващата Таблица 4 са представени желаните възможности за социални контакти.

Таблица 4. Желани възможности за социални контакти

Отговор	Брой натрупани отговори	Брой натрупани отговори по пол мъже / жени
Възможност за услуги, предлагащи общуване и занимания със свободното ви време	11	4 / 7
Възможност за общуване с повече и по-млади хора	14	4 / 10
Възможност за общуване с повече хора, познати връстници	23	7 / 16
Възможност за запознанство с нови хора	8	6 / 2
Възможност за контакти и запознанства с хора от дневни центрове/домове за стари хора	2	0 / 2
Възможност за контакти и запознанства с известни и авторитетни личности от сферата на културата и науката	9	5 / 4
Предоставените до момента възможности са достатъчни	1	0 / 1

Данните, изложени в таблицата, илюстрират броя натрупани отговори, като най-желани по изброените възможности за социални контакти (до 3 отговора). И така на първо място като най-желана възможност е „възможност за общуване с

повече хора, познати връстници“ с 23 броя посочвания, следвана с голяма разлика по между им от „възможност за общуване с повече и по-млади хора“ с 14 броя. Най-малко събрани посочвания са отговори „предоставените до момента възможности са достатъчни“, „възможност за контакти и запознанства с хора от дневни центрове/домове за стари хора“ и „възможност за запознанство с нови хора“ съответно с 1, 2 и 8 броя. Малко под 1/3 от изследваните лица заявяват потребност и от повече възможности, свързани със свободното време, или това е отговор – „възможност за услуги, предлагащи общуване и занимания със свободното ви време“ с 11 броя посочвания. Не са установени значимо високи стойности на корелационни връзки с другите променливи, касаещи и имащи пряка връзка с тази променлива. Тези резултати ни дават възможността да направим следващите два извода.

Първо, изследваните лица заявяват, че имат потребност от повече възможности за социални контакти, като на първо място посочват възможности, предоставящи им общуване със своите връстници, последвани от желанието за общуване и с по-млади хора. Това е нормална психологическа реакция на поколенческия дух, който се характеризира с това, че хората в напреднала и старческа възраст, от една страна, искат да общуват със своите културалновремево равнопоставени събеседници, притежаващи и еднакви ценности, в лицето на техните връстници и, от друга, да задоволят любопитството си от новото, да бъдат в крак с новата култура, с модерното, което да ги подмладява, което да им вдъхва надежда и развива техния светоглед в лицето на техните по-млади генерации от близки и роднини.

И **второ**, необходимо е да се отговори на изявената потребност от немалък брой изследвани лица за повишаване на възможностите за общуване и видовете занимания, свързани със запълване на свободното време.

Самота

Таблица 5. Степен на изразена самота

Степени	Брой	Относителна	Разпределение	Обща средна
---------	------	-------------	---------------	-------------

	изследвани лица	стойност	по пол мъже / жени	стойност на всички
Под норма 0–14	4	11%	1 / 3	23,22
Нормално ниво 15–20	8	23%	1 / 7	
Тенденция към изпитване 21–29	15	43%	6 / 9	
Високо ниво над 30	8	23%	4 / 4	

Минимален бал 0 т. и максимален бал 30 т.

Променливата самота беше измерена със „Скала за оценка на самотата“, чиито резултати са представени в Таблица 5, от които е видно, че за малко повече от 1/3 от нашата малка извадка (15) или 43% имат установено ниво на чувство за изпитване на самота, което все още е по-скоро тенденция, отколкото постоянно емоционално състояние. Изпитващите високи нива на самота и тези в границите на нормата са равни по брой с по 8 или с по 23%, а 11% от изследваните лица се намират под норма. Общата средна стойност на малката извадка е 23,22, което показва наличие на тенденция на поява на чувство за изпитване на самота, но не като постоянно емоционално състояние.

Таблица 6. Корелации между основните променливи от двата инструмента

Променливи	Ниво на самота
Степен на удовлетвореност от социалните контакти в дома	-0,579
Честота на излизане от дома	-0,320

Зависимост се разкрива между променливата „самота“ и променливите „степен на удовлетвореност от социалните контакти в дома“ и „честота на излизане от дома“, които са обратно пропорционални (-0,579 и -0,320) или иначе казано, колкото по-високо неудовлетворение изпитват хората в напреднала и старческа възраст от социалните си контакти в дома и колкото по-рядко излизат от къщи, толкова и по-високи нива на самота изпитват.

Заклучение и препоръки

Получените от емпиричното изследване резултати потвърдиха частично предварително формулираната хипотеза. Като цяло нивото на удовлетвореността

от социални контакти е средно, но занижено за мъжете от изследваната извадка, което по същество потвърждава отчасти тази част от хипотезата. Установиха се различия в удовлетвореността от социални контакти, по-отношение на вида на ползвана социална услуга, което е следващото разминаване с хипотезата, а именно – неудовлетвореност от социалните контакти в дома се установява при ползващите услугите „Личен асистент“ и „Домашен помощник“. Това се дължи главно на две основни причини, първата от които вече беше загатната – по своето съдържание тези две услуги почти не покриват удовлетворяването на потребността от социални контакти, особено услугата „Домашен помощник“. Втората причина е, че услугата „Личен асистент“ се предоставя главно от близък роднина или член от семейството, с когото най-често живеят хората в напреднала и старческа възраст, което ограничава общуването с различни хора извън семейният кръг и създава предпоставки за неудовлетвореност. Изведената хипотеза също се потвърди отчасти в другата си част – в твърдението за влиянието на удовлетвореността на потребността от социални контакти и нивата на самота, където се установи емпирично, че по-ниско удовлетворените изследвани лица съответно изпитват по-високи нива на самота и обратно, но нивата на самота са със стойности даващи ни право да ги определим по-скоро като тенденции, отколкото като постоянно емоционално и психично състояние.

Резултатите от проведеното изследване дават възможност да очертаем някои **насоки и препоръки** към специалистите, работещи в сферата на геронтологичната социална работа, за оптимизиране на работата им с клиентите и за по-успешното удовлетворяване на потребността от социални контакти и намаляване нивата на самота на хората в напреднала и старческа възраст.

1) Необходими са повече и по-разнообразни социални услуги, както и допълване на досега съществуващите с дейности развиващи социалните контакти и свързани с организацията на свободното време.

2) Необходимо е да се увеличи капацитета на предоставяните социални услуги така, че да се възползват повече хора от тях за по-дълго време.

3) Необходимо е по-често използване на супервизията като гарант в помощ на социалния работник или полагащото грижи лице в разрешаване на проблемите със самотата на старите хора. Проучване на потребностите от супервизията направено 2005 г. стига до извода, че „Социалните работници се нуждаят от интерес към техните работни постижения, от поощрения, от грижи и обратна връзка от опитен специалист, за да поддържат високо качество на дейност и компетентност“ (Механджийска, 2008, с. 293).

4) Необходима е проява на по-голяма креативност и търсене на нови и различни дейности и добри практики свързани с организацията на свободното време и социалните контакти на старите хора.

5) Необходимо е по-голямо фокусиране на потребността от социални контакти и проблемите със самотата в програмите за обучение на социалните работници и/или полагащите грижи лица на старите хора.

6) Социалния работник и/или полагащото грижи лице трябва да изгражда у стария човек:

- чувство за полезност в и за обществото;
- чувство за отделено специално внимание към стария човек (по-често да се срещат за умението да се изслушват клиентите);
- стремеж за намиране на ново достойно място в семейството и обществото като цяло;
- преживявания на радост и положителни моменти, (чрез включването им в подготовката и празнуването на празниците например);
- характерни умения свързани с комуникацията с околните;
- просоциални нагласи и готовност за общуване с по-младите членове на семейството.

Всичко това ще подпомогне по-успешното удовлетворяване на потребността от социални контакти и ще намали риска от поява на самота, което увеличава шансовете за по-целенасоченото и активно включване в обществения, културния и икономически живот на хората в напреднала и старческа възраст, като една

достойна категория от хора в обществото с ценен опит и принос за развитието на следващите поколения, култура и цивилизация.

Използвана литература

- Александрова, Н. (2010). Стареенето. Психологически особености. София: Университетско издателство „Св. Климент Охридски“.
- Александрова, Н. (2001). Старите хора личностно-психологически особености. София: Университетско издателство „Св. Климент Охридски“.
- Владиминова, К. (2010). Професионализация на услугите за възрастни и зависими хора. София: Национална Агенция на Франция Леонардо да Винчи и в рамките на международния проект 2007–2010 „Компетенции + = права, зная“.
- Ганева, З. (2009). Социална идентичност и психично благополучие. София: Валдекс ООД.
- Григоров, И. Самота и самотност при юношите. – *Обществено възпитание*, 1999, 2–8.
- Гурова, В. (2010). Социалният контекст на образованието на възрастните. – *Годишник на СУ „Св. Климент Охридски“*, Факултет по педагогика, Книга "Социални дейности", том 102, 5–24.
- Закон за социално подпомагане –
http://www.asp.government.bg/ASP_Client/ClientServlet?cmd=add_content&lng=1§id=13&s1=14&selid=14 – 22.10.2012 г.
- Ивков, Б. (2006). Инвалидност и стареене на населението в България. Състояние, последствия, социален статус и социални позиции на възрастните хора. – В: Стареенето на населението: реалности и последици, политики и практики. Научна конференция, проведена на 31 май 2006 г. София: Център за изследване на населението при БАН, 539–558.
- Йолов, Г. (1982). От върха на годините. София: Партиздат.
- Ларсен, К., и др. (2010). Социална психология: Нов поглед към личността и социалния свят. София: СОФИ-Р.
- Механджийска, Г. (2008). Супервизията в социалната работа. София: Изток-Запад.
- Младенов, Ч., Димитров, Е. (2006). Пространствени особености на остаряването в България. – В: Стареенето на населението реалности и последици, политики и практики, научна конференция, проведена на 31 май 2006 г. София: Център за изследване на населението при БАН, 98–114.
- Симеонова, Р. (2011). Управление на социалната работа като дейност и система. София: Ибис.
- Стаматов, Р. (2005). Психология на общуването. Пловдив: Хермес.
- Стамболиева, М. (2009). Видове социални услуги. – В: Подготовка, професионална реализация и социален статут на социалния работник. Сборник с доклади от научно-практическа конференция с международно участие, посветена на 120 години от създаването на Софийски университет, организирана от Факултета по педагогика, проведена на 7–8 ноември, 2008 г. София: Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, 412–429.
- Тепавичаров, И. (1999). Измерване и оценяване в дейността на социалния работник. София: ЕТА Здравко Генов.
- Методика за предоставяне на социалната услуга в общността "Домашен помощник" –
http://www.asp.government.bg/ASP_Client/ClientServlet?cmd=add_content&lng=1§id=13&s1=18&selid=18 – 22.10.2012.

Методика за предоставяне на социалната услуга в общността "Социален асистент" – http://www.asp.government.bg/ASP_Client/ClientServlet?cmd=add_content&lng=1§id=13&s1=18&selid=18 – 22.10.2012.

Правилник за прилагане на Закона за социално подпомагане – http://www.asp.government.bg/ASP_Client/ClientServlet?cmd=add_content&lng=1§id=13&s1=15&selid=15 – 22.10.2012.

Указание за предоставяне на социалната услуга в общността "Дневен център за стари хора" – http://www.asp.government.bg/ASP_Client/ClientServlet?cmd=add_content&lng=1§id=13&s1=894&selid=894 – 22.10.2012.

За автора

Атанас Генчев е бакалавър по Социални дейности на СУ „Св. Климент Охридски“, Факултет по педагогика. Дипломант на катедра „Социална работа“

Контакт: atanas_genchev@gmail.com