

**Міністерство освіти і науки України  
Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова**

Кваліфікаційна наукова  
праця на правах рукопису

**ЖИТИНСЬКА МАРІЯ ОЛЕКСАНДРІВНА**

УДК 37.013.42-053.9:364-3 (043.3)

**ДИСЕРТАЦІЯ**  
**СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПІДТРИМКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**  
**ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ В УМОВАХ ТЕРИТОРІАЛЬНОГО ЦЕНТРУ**  
**СОЦІАЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ**

13.00.05 – соціальна педагогіка

Подається на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело  
Житинська М.О.

**Науковий керівник:**  
Карпенко Олена Георгіївна  
доктор педагогічних наук, професор

Київ-2018

**Житинська М. О. Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності осіб похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.** – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.05 «Соціальна педагогіка» – Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова, Міністерство освіти і науки України, Київ, 2018.

У дисертації визначено складові та особливості життєдіяльності людей похилого віку; розроблено та обґрунтовано структурно-функціональну модель і соціально-педагогічні умови соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування; розкрито зміст понять «життєдіяльність людей похилого віку» та «соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку»; визначено структуру життєдіяльності людини похилого віку в територіальному центрі соціального обслуговування; критерії якості життєдіяльності людей похилого віку (мотиваційний, соціально-орієнтований, фізіологічний, діяльнісно-практичний), їх показники та рівні; уточнено зміст дефініції «люди похилого віку»; теоретичні підходи до здійснення соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування; подальшого розвитку набули навчально-методичне забезпечення соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Практична значущість результатів дисертаційного дослідження полягає у впровадженні навчально-методичного забезпечення процесу організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку Територіальними центрами соціального обслуговування. Розроблено комплексну програму «Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку»; навчально-методичного забезпечення – серії методичних рекомендацій для фахівців територіального центру соціального обслуговування

та слухачів Університету третього віку з «Основ психології», «Основ здоров'я», «Основ комп'ютерної грамотності»; робочого зошита-практикуму «Соціальна геронтологія» для студентів спеціальності «Соціальна робота».

Соціально-педагогічну підтримку життєдіяльності людей похилого віку визначено як особливий вид соціально-педагогічної діяльності, що спрямований на виявлення та вирішення проблем даної категорії з метою збереження та зміцнення соціального та фізичного здоров'я людини похилого віку, активізації діяльності соціального спрямування, сприяння в реалізації її життєвих планів, у саморозвитку, самопізнанні, самовдосконаленні, збереженні життєвої активності та як результат підвищенні якості життєдіяльності.

З'ясовано, що основними напрямками соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в закладах соціального обслуговування є: підтримка здоров'я і фізичних сил людини похилого віку (організація здоров'язберігаючого режиму життя людей похилого віку, підтримка їх прагнення позбутися шкідливих звичок, що руйнують їхнє здоров'я); підтримка інтелектуального розвитку людини похилого віку; підтримка літньої людини у налагодженні ефективної комунікації, підтримка прояву індивідуальних здібностей, життєвої активної позиції людини похилого віку в дозвілєвій діяльності.

Розкрито психолого-педагогічні характеристики людей похилого віку: узагальнення та систематизація досвіду, переосмислення та переоцінка всього життя, підвищення інтересу до морально-духовних цінностей, потреба в пошуку нового змісту життя. Наголошено на тому, що зі зміною соціального статусу страждає і взаємозв'язок людини із соціальним середовищем, зменшуються соціальні контакти, людина відчуває нестачу спілкування, страждає від самотності та часто ізолюється від соціуму, стає пасивною.

З'ясовано, що соціально-педагогічна підтримка в умовах територіального центру як комплексна послуга забезпечується за рахунок впровадження державної безкоштовної соціально-педагогічної послуги «Університет третього віку» як структурний підрозділ Центру соціального обслуговування (надання

соціальних послуг). При аналізі реального стану якості життєдіяльності осіб похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування з'ясовано відсутність навчально-методичного забезпечення організації соціально-педагогічної послуги; форми та методи роботи застарілі, а тому малоефективні; труднощі з залученням та навчанням волонтерів до організації соціально-педагогічної підтримки; недостатньо простежується взаємодія територіального центру з іншими соціальними партнерами (державні та громадські організації, волонтерські організації, що займаються соціально-педагогічною підтримкою) тощо.

В дослідженні визначено структуру життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування, яку представлено трьома компонентами: *мотиваційний* (потреби людини похилого віку, що породжують інтерес та визначають спрямованість особистості); *цільовий* (життєва задоволеність та якість життя у старості як провідна мета діяльності); *операційний* (можливості територіального центру соціального обслуговування щодо організації комплексу заходів сприяння включенню осіб похилого віку в різні види діяльності). Встановлено, що *особливістю* життєдіяльності осіб похилого віку є поступове припинення професійної діяльності. Така діяльність для людини похилого віку втрачає провідне значення і як наслідок виникає потреба пошуку нового змісту життя.

Визначено критерії та показники якості життєдіяльності людей похилого віку: *мотиваційний* (наявність сенсу життя в нових умовах життєдіяльності, життєва задоволеність; прагнення до самореалізації та самовдосконалення.); *соціально-орієнтований* (вміння спілкуватися та легко налагоджувати соціальні контакти; прагнення до соціальної взаємодії; бажання допомагати іншим (за методикою «рівний –рівному»); *фізіологічний* (міра поінформованості людини похилого віку у сфері здоров'я (розуміння ролі у збереженні активності та тривалості життя, знання факторів ризику); міра відповідності поведінки (дій та вчинків) вимогам здорового способу життя; міра сформованості потреби до зміцнення та збереження здоров'я); *діяльнісно-*

*практичний* - здатність до співпраці; соціальна активність; наявність ініціативи та самостійності; вміння включатись в діяльність за методикою «рівний-рівному».

Розроблено методику оцінювання рівнів якості життєдіяльності в умовах територіального центру соціального обслуговування, яка охопила наступний комплекс методів і методик: тест індексу життєвої задоволеності; методика незакінчених пропозицій (на основі методики Дж. Нюттена); експрес діагностика рівня самооцінки (Н.П. Фетіскін, В.В. Козлов, Г.М. Мануїлов); опитувальник САН; методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса, Р. Даймонда; тест готовності до саморозвитку В. Павлова; опитувальник Р.А.Березовської «Ставлення до здоров'я». Також було розроблено авторські методики, зокрема анкети «На скільки Ви активні у житті», «Прагнення людини похилого віку до розвитку та підвищення життєдіяльності» та анкета «Потреби у спілкуванні».

За результатами констатувального експерименту визначено рівні якості життєдіяльності людей похилого віку (низький, середній та високий), що засвідчують міру прояву сформованості показників. Виявлено, що здебільшого у людей похилого віку переважають середній (40,02% -76 осіб експериментальної групи, 39,84% -74 особи) – контрольної групи) та низький (50,13% - 94 особи) - експериментальної групи, 50,14% - 94 особи) – контрольної групи) рівні якості життєдіяльності.

Розроблено і впроваджено *структурно-функціональну модель організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку* в умовах територіального центру соціального обслуговування, що включає: мету, завдання, принципи, функції, соціально-педагогічні умови, ресурсне забезпечення, програму соціально-педагогічної підтримки, види підтримки, а також критерії показники та рівні їх сформованості.

У ході дослідження обґрунтовано та експериментально перевірено запропоновані методи та форми роботи з фахівцями та волонтерами, а саме: демонстраційні (перегляд фільмів, телепередач з проблем старіння та старості);

дискусійні (дискусійні обговорення, мозковий штурм); інтерактивні (тренінгові програми, соціальні акції); інформаційні (відкрита група у соціальній мережі «ВКонтакте», «Фейсбук»); міні курс з ейдетики. З людьми похилого віку - рольові ігри, тренінгові заняття, дискусії, міні-лекції, майстер - класи, заняття з використанням методу мемуаротерапії, заняття з ейдетики, мозковий штурм, бесіди.

Експериментально перевірено ефективність соціально-педагогічних умов, що забезпечували реалізацію структурно-функціональної моделі соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку: 1) підвищення підготовленості фахівців та волонтерів до розробки та реалізації програм надання соціально-педагогічних послуг (Університет третього віку) в умовах територіального центру соціального обслуговування; 2) розробка та впровадження комплексної програми соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування; 3) забезпечення активної участі людини похилого віку в соціально-педагогічній підтримці життєдіяльності в умовах територіальних центрів соціального обслуговування за принципом «рівний-рівному»; 4) розробка навчально-методичного забезпечення процесу організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку з метою підвищення її рівня.

**Ключові слова:** підтримка, соціально-педагогічна підтримка, люди похилого віку, соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку, життєдіяльність людей похилого віку, педагогічні умови соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, структурно-функціональна модель реалізації соціально-педагогічної підтримки, організаційно-методичне забезпечення.

**Zhytynska M.O. Socio-pedagogical support of the life of the elderly in the territorial center of social services conditions. – Qualification scientific work on the rights of a manuscript.**

Dissertation for the degree of a candidate of pedagogical sciences in the specialization of 13.00.05 “Social pedagogy” - National Pedagogical Dragomanov University, MES of Ukraine, Kyiv, 2018.

In the scientific research the social-pedagogical support is substantiated as a special kind of the social-pedagogical activity, a complex of actions, measures aimed at preserving and strengthening the social and physical health of the elderly, facilitating the implementation of their life plans, self-development, self-knowledge, self-improvement, preserving vital activity and, as a result, the quality of life improvement. The research of the essential characteristics of social and pedagogical support is evidenced by its close relationship with the notions of "socio-pedagogical activity", "pedagogical support". All these concepts reflect the idea of various types of assistance, social and educational services provision, as well as individual problems of a person solving.

The real state of the elderly vital activity analysis made it possible to evidence the lack of educational and methodological support for the social-pedagogical services organization; outdated, and, therefore, ineffective forms and methods of work; difficulties in engaging and training of volunteers for socio-pedagogical support organization; lack of interaction between the territorial center and other social partners (state and public organizations, volunteer organizations engaged in social and pedagogical support).

The research defines the content structure of the elderly life, which is represented by components and their indicators: motivational (self-esteem, availability of sensory-forming motives of life, life satisfaction, aspiration for self-improvement and self-development); socially oriented (desire for social interaction, willingness to help others (volunteer activity), ability to communicate and establish social contacts easily); physiological (level of awareness of the elderly in the field of health (understanding of the role in preserving the activity and life expectancy, knowledge on risk factors), the degree of behavior compliance (actions and actions) to the requirements of a healthy lifestyle, the degree of formation of motivation to

strengthen and maintain health ); activity-practical - social activity, ability to cooperate, ability to organize socially useful activity, availability of initiative, autonomy, social mobility.

According to the results of the observation experiment, the levels of life of the elderly (low, middle and high) are determined, testifying the extent of the indicators development. It is found that in the majority of the elderly the average (40.02% – 76 persons of the experimental group, 39%, 84 (74 persons) – of the control group) and low (50.13% (94 persons) – of the experimental group, 50, 14% (94 persons) – of the control group) living standards prevail.

The structural and functional model of the elderly socio-pedagogical life support organization in the territorial center of social service conditions is developed and implemented, including: purpose, tasks, principles, functions, socio-pedagogical conditions, resource support, program of social and pedagogical support, types of support as well as the criteria of the indicators and their level of formation. In accordance with the aim and tasks of elderly life socio-pedagogical support in the territorial center of social service conditions, its functions (developing, integrative, corrective, and meaningful) are defined.

During the research, the proposed methods and forms of work with specialists and volunteers were substantiated and experimentally verified, namely: demonstrative (watching films, television programs on issues of aging and old age); discussion (deliberation, brainstorming); interactive (training programs, social events); informational (open group in the social network “VKontakte”); mini course of eidetic. With the elderly – role games, training sessions, discussions, mini lectures, master classes, classes using the method of memoarotherapy, classes of eidetic, brainstorming, conversations.

Socio-pedagogical conditions of the system of social-pedagogical support of life of elderly in territorial centers of social service functioning are revealed and implemented: 1) raising the level of competence of specialists of the territorial center of social services for the development and implementation of programs providing socio-pedagogical services (University of the 3rd age) in the conditions of the



territorial social service center; 2) development and implementation of a comprehensive program of socio-pedagogical support for the elderly in the conditions of the territorial center of social services; 3) ensuring the active participation of the elderly in the socio-pedagogical support of life in the conditions of the territorial centers of social services on the principle of “peer-to-peer”; 4) resource support availability for the implementation of socio-pedagogical support for the elderly in order to increase its level.

**Keywords:** support, socio-pedagogical support, elderly, socio-pedagogical support of life of the elderly, vital activity of elderly, pedagogical conditions of socio-pedagogical support of life of elderly, structural-functional model of the socio-pedagogical support implementation, educational and methodical support.

#### **Список опублікованих праць за темою дисертації:**

*Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації:*

1. Житинська М. О., Жалдак Л. Л. Університет третього віку: основи комп'ютерної грамотності : методичний посібник. Серія: соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку / за заг. ред. д-ра пед. наук: О. Г. Карпенко. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. 112 с.

2. Житинська М. О. Університет третього віку: основи здоров'я : методичні рекомендації. Серія: соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку / за заг. ред. д-ра пед. наук: О. Г. Карпенко. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. 96 с.

3. Житинська М. О., Савельчук І. Б. Університет третього віку: основи психології : методичні рекомендації. Серія: соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку / за заг. ред. д-ра пед. наук: О. Г. Карпенко. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2015. 116 с.

4. Житинська М. О. Соціальна геронтологія : робочий зошит : практикум. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2017. 38 с.

5. Житинська М. О. Соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку як складова їх соціального захисту. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 11. Соціальна робота. Соціальна педагогіка*. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. Вип. 17. (Ч. 2.). С. 184-188.
6. Житинська М. О. Люди похилого віку як об'єкт соціально-педагогічної підтримки. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. Вип. 16 (11), С. 71-75.
7. Житинська М. О. Деякі аспекти соціального захисту людей похилого віку в Україні. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014. Вип.19(11). С. 154-159.
8. Житинська М. О. Деякі аспекти життєдіяльності людей похилого віку. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014. Вип. 18(11). С. 171-177.
9. Житинська М. О. Освітнє середовище для людей похилого віку: перспективи та можливості розвитку в Україні. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2014. № 3-4. С. 12-19.
10. Житинська М. О. Забезпечення якості життя людей похилого віку як соціальна проблема. *Освітологічний дискурс*. 2015. № 1 (9). С. 117-124. URL: <http://od.kubg.edu.ua/index.php/journal/article/view/207> (дата звернення 10.01.2018).
11. Zhytynska M. O. General Standards and Principles of the Social Support Policy for the Elderly in Denmark. *Intellectual Archive*. Ontario, Canada, 2015. № 4(1). С. 45-56.
12. Житинська М. О. Життєдіяльність людей похилого віку в Україні: реалії та перспективи. *Молодий вчений* : науковий журнал. 2015. № 2 (17). Ч.13 Педагогічні науки. С. 249-252. URL: <http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2015/2/350.pdf> (дата звернення 10.01.2018).

13. Житинська М. О. Модель соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 11. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. Вип. 20. С. 156-164.

14. Житинська М. О. Соціально-педагогічне середовище університету третього віку як чинник формування життєдіяльності людей похилого віку. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2016. № 1-2. С. 131-140.

15. Житинська М. О. Психолого-педагогічна та соціальна характеристика людей похилого віку як об'єкта соціально-педагогічної підтримки. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2017. Вип. 23(11). С. 158-164.

16. Житинська М. О. Практика застосування елементів ейдетики у процесі навчання людей похилого віку в умовах Університету третього віку. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2017. № 1-2. С. 68-75.

*Опубліковані праці апробаційного характеру:*

17. Житинська М. О. Соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку як складова їх соціального захисту. *Фактори розвитку педагогічних і психологічних наук XXI столітті* : збірник матеріалів міжнародної науково-практичної конференції, Харків, 12-13 вересня, 2014. Харків : Центр педагогічних досліджень, 2014. С. 30–33.

18. Житинська М. О. Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку. *Сучасні педагогічні та психологічні науки: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень* : збірник тез міжнародної науково-практичної конференції, Київ, 5 вересня, 2014. Київ : Київська наукова організація педагогіки та психології, 2014. С. 47-50.

19. Житинська М. О. Значення освіти для підвищення якості життя людей похилого віку. *Пріоритетні напрями розвитку сучасних педагогічних та*

*психологічних наук* : збірник тез міжнародної науково-практичної конференції, Одеса, 19-20 вересня, 2014. Одеса : Південна фундація педагогіки, 2014. С. 94-97.

20. Житинська М. О. Психологічний портрет людини похилого віку в умовах соціально-економічної кризи. *Нове у педагогіці та психології сучасного світу* : збірник тез міжнародної науково-практичної конференції, Львів, 28-29 листопада. Львів : Львівська педагогічна спільнота, 2014. С. 60-62.

21. Житинська М. О. Соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку як соціальна технологія. *Чинники розвитку психологічних та педагогічних наук у XXI столітті* : збірник тез міжнародної науково-практичної конференції, Одеса, 21-22 листопада, 2014. Одеса : Південна фундація педагогіки, 2014. С. 116-118.

22. Житинська М. О. До проблеми навчання комп'ютерній грамотності людей похилого віку. *Актуальні проблеми сучасної соціології, соціальної роботи та професійної підготовки фахівців* : збірник тез міжнародної науково-практичної конференції / За ред. проф. І. В. Козубовської. Ужгород, 16 вересня, 2016. Ужгород : В-во Ужгородського Національного університету, 2016. С. 59

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ В УМОВАХ ТЕРИТОРІАЛЬНОГО ЦЕНТРУ СОЦІАЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ</b> .....	12
1.1. Сутність соціально-педагогічної підтримки як базової категорії дослідження.....	12
1.2. Психолого-педагогічна та соціальна характеристика людей похилого віку.....	27
1.3. Забезпечення соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.....	55
Висновки до першого розділу.....	86
<b>РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ОРГАНІЗАЦІЯ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ В УМОВАХ ТЕРИТОРІАЛЬНОГО ЦЕНТРУ СОЦІАЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ</b> .....	90
2.1. Діагностика життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування .....	90
2.2. Розробка і впровадження моделі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування .....	115
2.3. Оцінка ефективності реалізації моделі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування .....	153
Висновки до другого розділу .....	166
<b>ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ</b> .....	170
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	175
<b>ДОДАТКИ</b> .....	201

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Кардинальні зміни в соціально-економічному житті населення, а також стале зростання кількості людей похилого віку в структурі населення країни вимагає формування нових уявлень про роль та місце людини похилого віку в системі соціального розвитку.

У контексті сучасних проблем (соціально-економічна нестабільність, низький рівень життя населення, високий показник захворюваності, недосконалість системи соціального захисту та інші) постала необхідність удосконалення процесу організації соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку. Особливо важливим є реформування та розширення спектру надання соціальних послуг в територіальних центрах соціального обслуговування, оскільки, відповідно до «Типового положення про територіальний центр соціального обслуговування (надання соціальних послуг)», затвердженого постановою Кабінету Міністрів України №1417, саме вони є спеціалізованими державними установами, що здійснюють соціальне обслуговування осіб похилого віку.

Виклики сучасності вимагають пошуку нових технологій та засобів підвищення якості життєдіяльності людини похилого віку. Зміна соціального статусу людини в старості негативно позначається на її моральному та матеріальному становищі, впливає на психічний стан, знижує опірність до захворювань і адаптацію до змін навколишнього середовища, призводить до незадоволеності життям.

Людині похилого віку потрібні нові знання, компетентності по адаптації до нових умов життєдіяльності, збереженню здоров'я, досягненню довголіття, навички для щоденної діяльності, заняття улюбленою справою, суспільно - корисною діяльністю, збереженню зв'язків між поколіннями. Осіб похилого віку як демографічну групу слід розглядатися сьогодні як активну, відкриту до взаємодії, сповнену багатим життєвим досвідом категорію населення, що має бажання, мотивацію до самовдосконалення, самоосвіти та здатна бути

корисною суспільству. Підвищення якості життєдіяльності людей похилого віку, активізація їх ролі в суспільстві є однією з головних цілей соціальної політики держави, предметом піклування органів влади на всіх рівнях.

Територіальний центр соціального обслуговування як спеціалізована установа по роботі з людьми похилого віку, стає середовищем, в якому реалізуються завдання соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку, головною педагогічною метою яких є підготовка людини до старіння, підтримка нормального фізичного та психічного стану людини та створення умов для повноцінної, активної та якісної життєдіяльності в старості.

Результати й висновки дослідників, висвітлені в наукових працях з проблем старіння та старості, соціальної та соціально-педагогічної роботи з людьми похилого віку представлені за такими основними напрямками: проблеми підвищення тривалості життя, підтримка здоров'я людей похилого віку (Г. Бердишев, І. Курило, Н. Сачук, та ін.); використання досвіду соціальної роботи з людьми похилого віку (Р. Вебер, Т. Голубенко, Н. Дементьєва, Т. Коленіченко, О. Краснова, І. Мигович, Є. Холостова та ін.); питання організації соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку (Н. Басов, В. Фокін, Н. Шмельова та ін.); питання освіти людей похилого віку (О. Агапова, С. Архипова, М. Букач, Н. Єрмак, С. Коваленко, І. Козубовська, О. Лапшина, В. Робак, Г. Сухобська та ін.); особливості організації та оптимізації надання соціальних послуг людям похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування (К. Дубич, Л. Єгорова та ін.).

Значний внесок у розвиток соціальної геронтології здійснили: Г. Абрамова, В. Альперович, О. Козлов, О. Лідерс, Р. Яцемирська, які визначили соціально-філософські, психологічні аспекти процесу старіння; А. Адлер, Е. Берн, К. Хорні, Е. Фромм, котрі досліджували особливості старості як вікового періоду життя; Б. Ананьєв, який обґрунтував необхідність комплексного підходу до процесу старіння. Особливості впровадження технології соціально-педагогічної роботи з різними категоріями населення

України стали в центрі уваги досліджень О. Безпалько, Р. Вайноли, І. Зверєвої, А. Капської, Л. Міщик, Ж. Петрочко, С. Савченка, С. Харченка та ін.

Однак, незважаючи на актуальність, проблема соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку залишається не вирішеною. Комплексної уваги до соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування не було зосереджено. До теперішнього часу соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку не була предметом спеціальних педагогічних досліджень, а у теорії надання соціальних послуг означеній категорії населення недостатньо висвітлені основні форми реалізації соціально-педагогічної підтримки, умови та механізми її надання в системі соціального обслуговування; мало розкритими залишаються питання практичної підготовки фахівців до надання соціально-педагогічних послуг людям похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Досі не розроблена цілісна, дієва модель соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людини похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг). Створення такої моделі сприятиме повноцінному функціонуванню людини похилого віку в середовищі, забезпечить формування сприятливих умови для її активної участі в житті суспільства, підвищить якість життєдіяльності в цілому.

Аналіз наукової літератури з означеної проблеми та досвіду роботи фахівців соціальної сфери за означеним напрямом дозволив зробити висновок про те, що актуальність проблеми дослідження визначається **суперечностями між:**

– стрімким зростанням кількості людей похилого віку (старінням населення) та відсутністю у вітчизняній науковій теорії та практиці обґрунтованих, ефективних форм, методів та технологій покращення якості їх життєдіяльності;



– практикою соціальної роботи з людьми похилого віку, що склалась як пасивна соціальна допомога, та потребою в соціально-педагогічній підтримці, орієнтованій на активність та активізацію життєвих сил людей похилого віку;

– зростаючими вимогами до діяльності фахівців територіальних центрів соціального обслуговування та недостатнім рівнем їх педагогічної підготовки до соціально-педагогічної роботи з людьми похилого віку.

Таким чином, актуальність окресленої проблеми, її недостатня наукова розробленість у сучасній педагогічній теорії і практиці та визначені суперечності зумовили вибір теми дисертаційного дослідження **«Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності осіб похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування»**.

#### **Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.**

Дисертаційне дослідження виконано відповідно до тематичного плану науково-дослідних робіт кафедри соціальної педагогіки Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова і є складовою комплексної наукової проблеми «Психолого-педагогічні засади професійної підготовки студентів до соціально-педагогічної діяльності».

Тема дисертації затверджена Вченою радою Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (протокол № 6 від 26.12.2012 р.) та узгоджена в бюро Міжвідомчої Ради з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 2 від 26.02.2013 р.).

**Мета дослідження** полягає у розробці та теоретичному обґрунтуванні соціально-педагогічних умов, змісту, форм і методів соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування та перевірка їх ефективності.

Відповідно до мети було визначено такі **завдання дослідження**:

1. Виявити сутність і науково обґрунтувати теоретичні засади соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

2. Розкрити психолого-педагогічні характеристики людей похилого віку, обґрунтувати критерії, показники та виявити рівні якості життєдіяльності в умовах територіального центру соціального обслуговування.

3. Розробити змістову структуру, показники, критерії та визначити рівні життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

4. Перевірити ефективність процесу соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

**Об'єкт дослідження** – процес соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку.

**Предмет дослідження** – зміст, форми, методи й соціально-педагогічні умови соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Задля розв'язання окреслених завдань використано такі **методи дослідження**: *теоретичні* – аналіз філософської, психологічної та соціально-педагогічної літератури з метою розкриття сутності та конкретизації змісту ключових понять, виявлення та узагальнення наукових підходів до проблеми соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності осіб похилого віку; *емпіричні* – бесіди, тестування, анкетування, які сприяли виявленню рівня якості життєдіяльності людей похилого віку та (на цій основі) розробці структурно-функціональної моделі організації соціально-педагогічної підтримки людини похилого віку щодо підвищення якості її життєдіяльності; *педагогічний експеримент* (пілотний, констатувальний, формувальний та контрольний), що дозволив впровадити та перевірити ефективність комплексу соціально-педагогічних умов, форм та методів соціально-педагогічної

підтримки, спрямованих на підвищення якості життєдіяльності людей похилого віку; *прогностичні* (прогнозування, метод незалежних оцінок) з метою розробки та апробації авторських навчально-методичних матеріалів; *метод математичної обробки даних* для опрацювання результатів експериментальної роботи, визначення статистичної значущості отриманих результатів.

**Наукова новизна отриманих результатів** полягає в тому, що:

– *вперше визначено* складові та особливості життєдіяльності людей похилого віку; *розроблено та обґрунтовано* структурно-функціональну модель (цільовий, теоретико-методологічний, організаційний, змістово-методичний та результативний компоненти) і соціально-педагогічні умови соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування (підвищення підготовленості спеціалістів і волонтерів до розробки та реалізації програм надання соціально-педагогічної підтримки в територіальних центрах соціального обслуговування (Університеті третього віку); розробка та впровадження комплексної програми соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування; забезпечення активної участі людини похилого віку в соціально-педагогічній підтримці життєдіяльності в умовах територіальних центрів соціального обслуговування за принципом «рівний-рівному»; розробка навчально-методичного забезпечення процесу організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку з метою підвищення її рівня); *розкрито* зміст понять «життєдіяльність людей похилого віку» та «соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку»; *визначено* структуру життєдіяльності людини похилого віку в територіальному центрі соціального обслуговування; критерії якості життєдіяльності людей похилого віку (мотиваційний, соціально-орієнтований, фізіологічний, діяльнісно-практичний), їх показники та рівні;

– *уточнено* зміст дефініції «люди похилого віку»; теоретичні підходи до здійснення соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування;

– *подальшого розвитку* набуло навчально-методичне забезпечення соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

**Практичне значення отриманих результатів** полягає у розробці та впровадженні: комплексної програми «Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку»; навчально-методичного забезпечення – серії методичних рекомендацій для фахівців територіального центру соціального обслуговування та слухачів Університету третього віку з «Основ психології», «Основ здоров'я», «Основ комп'ютерної грамотності»; робочого зошита-практикуму «Соціальна геронтологія» для студентів спеціальності «Соціальна робота».

Запропоновані теоретичні рекомендації і методичні розробки можуть бути використані при викладанні навчальних курсів «Соціальна робота з різними групами клієнтів», «Технології соціально-педагогічної діяльності», «Інноваційні методики в соціальній роботі» для студентів спеціальності «Соціальна робота», «Соціальна допомога».

Окремі результати дисертаційного дослідження (зокрема, навчально-методичне забезпечення) можуть бути використані соціальними педагогами, соціальними працівниками, спеціалістами територіальних центрів соціального обслуговування, практичними психологами та аспірантами, які задіяні в системі реалізації соціальної підтримки людей похилого віку.

**Результати дисертаційного дослідження впроваджено** у практичну діяльність Територіальних центрів соціального обслуговування Деснянського (довідка № 969 від 05.10.2016 р.), Оболонського (довідка № 187 від 25.04.2017 р.) та Печерського (довідка № 01-01/03/1 від 01 лютого 2016 р.) районів міста Києва; Білоцерківського міського територіального центру

соціального обслуговування (надання соціальних послуг) (довідка від 27.03.2015 р.); Територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг) Деснянського району у місті Чернігів (довідка № 01-13/395 від 12.04.2017 р.); Територіального центру соціального обслуговування «Турбота» м. Кам'янець-Подільський (довідка № 166 від 26.10.2016 р.); а також у навчальний процес Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова (довідка № 07-10/2104 від 29.11.2017 р.).

**Особистий внесок здобувача.** У методичних рекомендаціях «Університет третього віку: Основи комп'ютерної грамотності» (у співавторстві з О. Карпенко, Л. Жалдак) авторською є навчальна програма «Основи комп'ютерної грамотності» для людей похилого віку. У методичних рекомендаціях «Університет третього віку: Основи психології» (у співавторстві з О. Карпенко, І. Савельчук) особистий внесок автора полягає в розробці навчальної програми «Основи психології», практичних занять та тренінгів, спрямованих на результативність засвоєння основ психологічних знань та ефективність організації різних видів навчання фахівцями та волонтерами, що здійснюють соціально-педагогічну підтримку життєдіяльності людей похилого віку.

**Апробація результатів дослідження.** Основні положення дисертації знайшли відображення у доповідях і виступах на наукових, науково-практичних конференціях різного рівня: *міжнародних* – «Соціальна педагогіка: наука, професія, діяльність (здобутки двох десятиріч)» (Київ – Івано-Франківськ, 2013), «Фактори розвитку педагогічних і психологічних наук в XXI столітті» (Харків, 2014), «Сучасні педагогічні та психологічні науки: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень» (Київ, 2014), «Нове у педагогіці та психології сучасного світу» (Львів, 2014), «Пріоритетні напрями розвитку сучасних педагогічних та психологічних наук» (Одеса, 2014), «Чинники розвитку психологічних та педагогічних наук у XXI столітті» (Одеса, 2014), «Соціальна політика: концепції, технології, перспективи» (Київ, 2015),

«Актуальні проблеми сучасної соціології, соціальної роботи та професійної підготовки фахівців» (Ужгород, 2016); *всеукраїнських* – «Соціальна робота в Україні: становлення, перспективи, розвиток» (Львів, 2013); *загальноуніверситетських* – «Єдність навчання і наукових досліджень – головний принцип університету» (Київ, 2012- 2015pp.).

Результати дисертаційної роботи обговорювалися та отримали схвалення на щорічних звітних науково-практичних конференціях викладачів та на засіданнях кафедри соціальної педагогіки і кафедри теорії та технології соціальної роботи Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (2013-2017 pp.).

**Публікації.** Зміст та основні результати дисертаційного дослідження відображено у 22 публікаціях автора. Серед них: 10 одноосібних статей у наукових фахових виданнях України, 1 стаття у науковому журналі, включеному до міжнародних наукометричних баз, 1 стаття у зарубіжному виданні, 3 методичні рекомендації (2 у співавторстві), 1 робочий зошит-практикум, 6 тез доповідей. Загальний обсяг особистого доробку становить 15 друкованих аркушів.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертаційна робота складається з анотації, вступу, двох розділів, загальних висновків, додатків та списку використаних джерел. Загальний обсяг дисертації становить 250 сторінок, з них 172 сторінки основного тексту. Робота містить 10 таблиць і 8 рисунків, що займають 16 сторінок, 18 додатків на 50 сторінках. Список використаних джерел налічує 287 найменувань, із них 20 – іноземною мовою

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИКО - МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ

### 1.1. Сутність соціально-педагогічної підтримки як базової категорії дослідження

Мінливість сучасного життя та нестабільність економічного розвитку призводять до виникнення глобальних соціальних проблем. За таких умов діяльність держави, спрямована на розвиток, регулювання і стабілізацію соціальних відносин у суспільстві та задоволення соціальних потреб населення, набуває першочергового значення. Соціальна політика, що втілюється через соціальні програми, які розробляються відповідно до соціальних нормативів та стандартів, включає законодавчо встановлені гарантії соціального захисту, соціальної підтримки, соціальної допомоги.

Проблема підтримки особистості є предметом вивчення науковців з різних галузей, а саме поняття широко використовується у різних сферах соціального життя і вивчається соціологами, філософами, психологами, медиками.

У Великому тлумачному словнику української мови поняття «підтримка» трактується у двох значеннях: забезпечення, надання необхідних засобів в процесі створення об'єкта, системи; супроводження об'єкта, системи в процесі експлуатації [38].

У Словнику С. Ожегова слово «підтримка» визначається як сприяння; не дати впасти; висловлення згоди; виступ на захист будь-кого; не дати припинитися будь-чому; тримати в попередньому стані [160].

Схоже визначення пропонується і у словнику В. Даля, який вказує, що підтримка, підтримувати – значить «служити опорою, підпирати, не давати рушитися й падати [58].

Розглядаючи поняття «підтримка», І.Котова та Е. Шиянов акцентують увагу на глибинному змісті підтримки. Її сутність полягає в складних перетвореннях особистості. Особистість, яка розвивається, потребує прийняття, розуміння [119].

На думку В.Сухомлинського, підтримати дитину може лише той, хто повністю розуміє її і все те, що з нею відбувається, тобто мудро ставиться до вчинків, вірить і захищає; враховує індивідуальну своєрідність кожної особистості [224].

У своїй концепції ієрархії потреб А. Маслоу зауважував, що кожна людина потребує визнання, високої оцінки досягнень, поваги, а це, на наш погляд, означає, що кожна людина потребує підтримки у якості схвалення.

Дослідник наголошував, що необхідно створити умови для задоволення потреб людини. Головною метою ідеального розвитку є безперервне пізнання себе та свого призначення, тобто пізнання своїх бажань та задоволення їх для повного вираження себе. Такі висновки мають особливе значення для подальшого розуміння сутності соціально-педагогічної підтримки, її змісту та структури [144].

Під «підтримкою» К. Роджерс розуміє безумовне прийняття людини такою, якою вона є [191].

Значимість підтримки для людини визначав А. Адлер, досліджуючи «комплекс неповноцінності». На думку науковця, розуміння і підтримка особистості, якій притаманне відчуття неповноцінності, можуть перетворити слабкість у силу, оскільки через підтримку, ми даємо зрозуміти такій людині, що вона спроможна самотійно протистояти труднощам і вирішити проблеми свого життя. За таких умов підтримка – «це єдиний спосіб змусити людину повірити в себе і це єдиний спосіб лікування почуття неповноцінності» [6].

Таким чином, в більшості джерел «підтримка» розглядається відповідно до гуманістичного підходу і визначається в широкому розумінні як гуманістична підтримка розвитку особистості (А.Адлер [6], О. Газман [47],



І. Котова[119], А. Маслоу [142], К. Роджерс [191], В. Сухомлинський [224], та інші).

Гуманізм передбачає повагу до особистості, її цінностей, прав як повагу та визнання індивідуальності людини через опору на позитивне в людині [259].

На думку О. Бодалева, підтримка - надання того, що іншому потрібно; забезпечення комфорту, визнання, схвалення, підбадьорювання іншої людини (підтримуюча терапія); рефлексія відносин людини з близьким соціальним оточенням, що співпереживає та надає їй реальну допомогу [30].

Соціальна підтримка вносить у зміст поняття «підтримка» умови, за якими вона реалізується. На думку І. Трубавіної, соціальна підтримка є терміном соціальної роботи і розглядається як складова соціального супроводу – тривалої у часі соціальної роботи над подоланням складних соціальних проблем людини [229].

В свою чергу Г. Лактіонова наголошує, що однією з форм соціальної підтримки є супровід (соціальне супроводження), що передбачає упродовж певного часу надання конкретній людині чи сім'ї комплексу послуг соціальним працівником, або у разі потреби, спільно з іншими фахівцями з різних установ та організацій. Мета соціального супроводження – поліпшення життєвої ситуації, мінімізація негативних наслідків чи повне розв'язання проблем [223].

За визначенням, що знаходимо у словнику-довіднику з соціальної педагогіки, «соціальний супровід є формою державної підтримки сім'ї в інтересах та на благо дитини; робота спрямована на здійснення соціальної опіки, патронажу та допомоги соціально незахищеним категоріям населення з метою надання підтримки у подоланні складних життєвих ситуацій, збереження, підвищення їх соціального статусу, допомоги у соціальній адаптації» [209].

Досліджуючи проблему інвалідності, А. Капська розглядає педагогічний супровід студентів з обмеженими можливостями як вид педагогічної підтримки [219].

Поясненням такої розбіжності вбачаємо в тому, що сьогодні через неоднорідність та об'ємність самого поняття і нечіткість предмета дослідження в ньому виокремлюють ознаки, що стосуються різних галузей науки: педагогіки, соціальної педагогіки, соціології, психології.

Розглядаючи сутність поняття «соціальна підтримка», потрібно звернутися, на наш погляд, до праць М. Фірсова. Він зазначає, що в різні періоди розвитку суспільства це поняття трактувалося по-різному. В Давній Греції – як «філантропія», в країнах західної Європи – «добродійність», у слов'янських народах – «підклування». Лише з середини 50-х років, діяльність у напрямі підклування та надання допомоги визначається як соціальна підтримка [233].

Німецькі науковці Р. Кінле, Н. Кнолль, Б. Реннеберг визначають, що соціальна підтримка - це комплекс послуг, які застосовуються для подолання загрозованої, агресивної ситуації; як взаємодія між отримувачем підтримки, який переживає труднощі, так і тим, хто надає підтримку». Соціальна підтримка допомагає: подолати щоденні та професійні проблеми; перебороти критичні життєві події; зберегти здоров'я; прискорити процес одужання після хвороби [277].

Дослідниками різних галузей наукового пізнання соціальна підтримка розглядається як система заходів держави, спрямована на:

- забезпечення умов, достатніх для існування окремих соціальних груп, сімей, осіб, які відчувають труднощі у виконанні окремих функцій у процесі своєї життєдіяльності (Семенова)[202].

- вирішення проблем осіб, які перебувають у складних життєвих обставинах шляхом надання їм допомоги чи необхідних видів соціальних послуг; створення умов, що дозволяють забезпечити соціальну захищеність людей (О.Безпалько) [22].

- надання допомоги певним категоріям громадян, які тимчасово опинилися у важкому економічному становищі (частково або повністю

безробітні, молодь, яка навчається тощо), шляхом надання їм необхідної інформації, фінансових коштів, кредитів та інших пільг (В. Скуратівський, О. Палій) [206].

– здолання індивідом або соціальною групою життєвих труднощів (А. Бодалєв, А. Ребер) [29, 30].

Отже, як бачимо, в усіх визначеннях *соціальна підтримка розглядається як створення умов або надання послуг з метою вирішення певної проблеми і стосується особистості, яка перебуває в складних життєвих обставинах або переживає певні труднощі.*

Слід зазначити, що проблема педагогічної підтримки почала розвиватися на Заході та тісно пов'язана з розвитком соціальної педагогіки. У педагогіку поняття «підтримка» ввів О. Газман [48]. Поступово цей напрямок отримав розвиток у працях Т. Анохіної [14], І. Котової [119], А. Лідере [131], Т. Шульги [261] та ін., якими були визначені основні механізми, види, способи та умови надання підтримки.

У філософській літературі помітною є цінність екзистенціалізму для обґрунтування необхідності педагогічної підтримки особистості. Представники цього напрямку М. Бубер [34], М. Хайдеггер [276], К. Яснерс [267], К. Роджерс [191] вважають, що існування людини вплетене в навколишнє середовище, яке визначають через поняття особистість, творчість, відповідальність, комунікація. У цих поняттях ми знаходимо ідею підтримки, вони значно збагачують, на наш погляд, розуміння педагогічної підтримки, оскільки середовище існування визначає різні форми дій та поведінку.

Педагогічна підтримка, на думку Н. Касіціної, - це діяльність професійних педагогів та психологів щодо надання превентивної та оперативної допомоги дітям у вирішенні їхніх індивідуальних проблем, ділової та міжособистісної комунікації, з успішним просуванням у навчанні, з життєвим та професійним самовизначенням [118].

В свою чергу І. Зверева наголошує, що педагогічна підтримка – це вид соціальної підтримки, що орієнтується на превентивну та оперативну допомогу дітям, молоді, сім'ям, шляхом надання їм необхідної соціально-педагогічної інформації, проведення просвітницьких заходів, консультацій, бесід, тощо [215].

Науковець Т.Анохіна, розглядає педагогічну підтримку як діяльність педагога щодо надання допомоги дитині у самостійному індивідуальному виборі до громадянського, професійного, екзистенціального самовизначення, а також допомоги у подоланні перешкод самореалізації в навчальній, комунікативній, трудовій і творчій діяльності [14].

На думку О. Газмана, педагогічна підтримка – це превентивна і оперативна допомога дитині у розв'язанні її індивідуальних проблем, пов'язаних з фізичним і психічним здоров'ям, соціальним і економічним становищем, успішним просуванням у навчанні, сприйнятті шкільних правил; з ефективною діловою і міжособистісною комунікацією; з життєвим, професійним вибором (самовизначенням). Підтримувати в особі потрібно те, що закладено в ній природою або набуто шляхом індивідуального досвіду [47].

Науковець визначає, що педагогічна підтримка має стратегічну мету – допомогти дитині стати творцем свого життя. Але в залежності від конкретного завдання, що вирішується, педагогічна підтримка має здійснюватися через різні форми взаємодії з дитиною, різні тактики роботи. Зокрема, дослідник виділяє такі тактики педагогічної підтримки:

– тактика «захисту» - створення таких умов, де відсутня загроза, де дитина вільна від зовнішніх факторів та може безперешкодно проявляти себе. Умови, де немає осуду, наказів та де дії дитини не будуть суворо заборонені;

– тактика «допомоги» - створення умов, в яких дитина буде відчувати, що може сама вирішити свої проблеми. Такі умови покликані активізувати особисту активність дитини, сприяти розвитку впевненості в собі, самоповаги. Для створення відповідних умов педагог має бути терплячим і компетентним.

Але подальша взаємодія в логіці педагогічної підтримки можлива, якщо дитина сама робить активні дії для вирішення проблем та щодо досягнення цілей. Тут основною умовою виступає емоційний комфорт задля активізації дитини;

– тактика «сприяння» - дитина завжди має право вибору. Розвиток вміння робити вибір, сприяння у подоланні страхів перед невідомим, розкриття великого спектру можливостей і варіантів – головне завдання педагогічної підтримки за цією тактикою;

– тактика «взаємодії» - укладання договору – це випробування дитини відповідальністю та свободою. В процесі взаємодії з іншими людьми, дитина бере на себе ряд обов'язків, але при цьому зберігає свободу дій, вибору. Завдання педагогічної підтримки за цією тактикою – створення умов для оволодіння дитиною логікою пошуку і встановлення меж своєї свободи та відповідальності. Ця тактика направлена на формування відповідальної дії в просторі можливостей [48].

Таким чином, від того, яка тактика педагогічної підтримки використовується, педагог виконує певні специфічні ролі. Застосовуючи тактику «захисту», педагог виконує функцію захисника, адвоката, опікуна, помічника-реабілітолога, довірливої особи; використовуючи тактику «допомоги», педагог приймає роль посередника; при застосуванні тактики «сприяння» педагог виступає як експерт, порадник; використовуючи тактику «взаємодії» педагог стає партнером.

Наукові погляди О. Газмана [47, 48], що стосуються дітей, мають важливе значення в подальшому дослідженні соціально-педагогічної підтримки щодо такої категорії клієнтів як люди похилого віку.

Ми вважаємо, що ці тактики визначають успішність педагогічної підтримки. Це значить, що підтримка має завжди бути сприянням, захистом, допомогою, взаємодією. На нашу думку, саме за таких умов можна допомогти людині у вирішенні її проблем.

Розглядаючи педагогіку підтримки, О.Газман виділяв два основні напрями: соціалізацію та індивідуалізацію. Соціалізація – процес та результат засвоєння людиною цінностей, норм, способів спілкування. Індивідуалізація – діяльність педагога і учня, направлена на підтримку та розвиток індивідуальних якостей особистості.

Таким чином, можна зробити висновок, що реалізація педагогічної підтримки можлива в гуманістичній освіті, де людина розглядається як вільна істота, що є природною, соціальною. Крім того, ми підтримуємо позиції О. Газмана, що педагогічна підтримка – професійна діяльність компетентного педагога [47, 48].

Отже, аналізуючи педагогічну літературу, можна виділити наступні визначення педагогічної підтримки як діяльності професійних педагогів і психологів щодо:

- супроводу дитини, в якій виникли проблеми;
- діяльність, що підкріплює дитину, допомагає їй здолати проблему через вплив на індивідуальні здібності і можливості.

Таким чином, на основі аналізу науково-педагогічної літератури, ми дійшли висновку, що у науковому колі педагогічна підтримка розглядається з позицій трьох підходів.

У контексті першого підходу, педагогічна підтримка представлена як принципово новий погляд на педагогіку в цілому, нову орієнтацію її в бік гуманістичного бачення природи дитини. Провідною фігурою виступає саме педагог, діяльність якого спрямована на підтримку дитини, що визнається найвищою цінністю. Отже, позиція педагога до вирішення проблем дитини орієнтована на взаємодію (І.Бех [26], К.Роджерс [191]).

У руслі другого підходу, більшість вчених (Т.Анохіна [14], О. Газман [47, 48] та інші) розглядають педагогічну підтримку як особливий вид діяльності педагога, психолога щодо надання допомоги у вирішенні індивідуальних

проблем. Слід зазначити, що така діяльність носить формувальний характер, оскільки дає можливість розкриттю особистості дитини.

Згідно з третім підходом, педагогічна підтримка розглядається в технологічному аспекті. Так, Т.Анохіна [14], Г.Сорока [212], акцентують увагу процесуальному аспекті педагогічної підтримки та розглядають її як певну технологію роботи з дітьми. Під педагогічною підтримкою вони розуміють систему засобів, що забезпечують допомогу дитині у самостійному індивідуальному виборі. Провідною категорією такого підходу виступає індивідуальність дитини, у зв'язку з цим педагогічна підтримка розглядається як система засобів, спрямована на допомогу дитині у життєвому виборі, і яка забезпечує умови для самостійного подолання труднощів та перешкод. Технологічний підхід дозволяє розглядати педагогічну підтримку як систему заходів, направлених на самореалізацію людини в ситуації вибору з подальшим самовизначенням у вирішенні своїх проблем.

Звертаючись до праць А.Мудрика, а саме до його концепції соціального виховання, ми можемо виділити цікаву думку щодо педагогічної підтримки. Дослідник розглядає її, як: 1) частину процесу соціалізації, що включає стихійну, керовану і відносно керовану соціалізацію, а також самозміну людини; 2) сукупність взаємодоповнюваних процесів сімейного, релігійного та соціального виховання; 3) соціальне виховання як єдність освіти, організації соціального досвіду та індивідуальної допомоги людині [151].

Проаналізувавши погляди науковців, в своєму дослідженні ми розглядаємо *педагогічну підтримку* – як допомогу людині у вирішенні індивідуальних проблем, що стосуються навчання, виховання, самовизначення, саморозвитку. Вона розглядається як багатовимірний процес, сконцентрований на позитивних сторонах особистості, що дає можливість людині повірити в себе, свої можливості, створюючи сприятливі умови для розвитку та стійкості особистості до негативних внутрішніх та зовнішніх факторів.

Для означення місця поняття «соціально-педагогічна підтримка» в загальній системі категоріального апарату соціальної педагогіки, слід окреслити уявлення різних науковців на визначену дефініцію.

Звертаючи увагу на розуміння поняття «соціально-педагогічна підтримка», помічаємо, що воно змінюється з розвитком соціальної педагогіки та соціальної роботи. Саме в дослідженнях з проблем соціальної роботи наголошується, що підтримка носить адресний характер (М. Галагузова) [49], вона спрямована на вирішення індивідуальних проблем конкретної дитини, сім'ї чи особи, яка потребує допомоги (А.Мудрик [151], В.Нікітіна [157]).

Завданням соціально-педагогічної підтримки є пошук відповідних способів, що допоможуть знайти шлях самостійного вирішення проблеми. Ціль соціально-педагогічної підтримки полягає в усуненні перешкод, які ускладнюють процес виховання, освіти та саморозвитку. Перешкода розглядається нами як проблема, що віддаляє особистість від досягнення бажаного результату.

Науковець Т.Анохіна визначила три групи перешкод, залежно від складності їх усунення. Перша – відсутність орієнтації, пов'язаної з недостатністю інформації для виконання самостійних дій; друга – труднощі; та третя – проблема [14]. Робота з подолання перешкод ставить специфічні завдання для соціально-педагогічної підтримки.

Соціально-педагогічна підтримка, вважає Н. Заверико, передбачає діяльність соціального педагога, спрямовану на створення умов, сприятливих для розвитку у вихованця задатків і здібностей, для визначення мети, реальних прагнень, усвідомлення своїх труднощів, проблем, можливостей, лінії розвитку [89].

Аналізуючи визначення «соціально-педагогічна підтримка», ми можемо говорити про два аспекти в її складі: соціальний аспект, спрямований на надання допомоги людині в складних життєвих обставинах, та педагогічний



аспект, що орієнтується на превентивну допомогу в саморозвитку індивідуальності.

Так, на основі виділених аспектів, можна окреслити два підходи до пояснення даного поняття. Представники першого підходу розглядають соціально-педагогічну підтримку з точки зору соціального захисту особистості, що знаходиться в складних життєвих обставинах, і розглядають її як особливий вид соціально-педагогічної діяльності, що:

– полягає у наданні професійно підготовленими людьми допомоги особам, які знаходяться в складних життєвих обставинах, спрямованої на виявлення, визначення та розв'язання проблем, що виникають при порушенні їх базових прав (Л. Оліфіренко [161], Т.Шульга [261]);

– організована на основі міжвідомчої взаємодії та спрямована на створення умов реалізації прав осіб, які опинились в складних життєвих умовах (мають проблеми соціальної взаємодії або здоров'я), на повноцінний розвиток та освіти, дозвілля, охорону здоров'я, участь у культурному та творчому житті [113];

– надає допомогу особистості у процесі соціалізації з метою розкриття та розвитку її можливостей. Вона орієнтована на створення умов для подолання індивідом труднощів в інтелектуальному, моральному, емоційно-вольовому, психологічному розвитку, визначення інтересів і потреб, шляхів подолання проблеми, що допомагає досягати бажаних результатів у різних сферах життєдіяльності (О.Безпалько [22]);

– комплекс заходів педагогічного характеру, спрямованих на допомогу особі у кризових ситуаціях, в умовах різких змін у процесі її життєдіяльності. (І.Кочерга) [120]).

На думку І.Ліпського, соціально-педагогічну підтримку слід розглядати в комплексі із соціально-педагогічною діяльністю, як її складову частину [132].

Так, у своїх працях М.Гур'янова, досліджуючи проблему соціально-педагогічної діяльності та визначаючи її завдання, акцентує та виокремлює соціальну підтримку, а саме:

- виховна допомога і підтримка особистості в процесі розвитку, самопізнанні, самореалізації у виконанні соціальних ролей, самовдосконаленні;
- організація і підтримка соціально значущої діяльності дітей і дорослих у відкритому середовищі націленої на задоволення потреб особистості;
- соціально-педагогічна підтримка і допомога соціально незахищеним верствам населення;
- сприяння і підтримка процесу інтеграції особистості у суспільство; наповнення життя людини активним змістом, незалежно від наявності проблем;
- соціальний захист особистості [57].

Отже, соціально-педагогічна підтримка особистості, за першим підходом – це вид соціально-педагогічної діяльності, що спрямований на організацію та надання допомоги щодо попередження чи вирішення соціальних проблем, навчально-виховного процесу та життєдіяльності.

Російська дослідниця О. Дронова визначає соціально-педагогічну підтримку учнів як особливий вид діяльності соціального педагога, спрямованої на організацію превентивної та оперативної соціально- психолого-педагогічної допомоги щодо попередження та подолання ситуацій, що порушують життєдіяльність [64].

Соціально-педагогічна підтримка - складний і багатоаспектний феномен. Нашу увагу привертає наукова позиція О.Кузьменка, який вважає, що «соціальна підтримка, соціально-педагогічна допомога особистості і відповідні соціальні інститути постійно перебувають у взаємодії і взаємозв'язку: відповідні інститути і їх інфраструктури впливають на сферу, умови життєдіяльності особистості і через них впливають на особистість у певному соціумі, включаючи і його у відповідну взаємодію, надаючи йому бажаного соціального спрямування». Звідси можна говорити про соціально-педагогічну

підтримку, соціально-педагогічну допомогу особистості, які виявляються потрібними для неї у суперечливому, недобррозичливому, незрозумілому чи конфронтаційному соціумі, захищаючи особистість, допомагаючи адаптуватись в умовах середовища чи мікросередовища» [124].

У працях Н.Чернухи, соціально-педагогічна підтримка розглядається у якості системи заходів, які стимулюють, активізують соціально-педагогічну діяльність в соціальному середовищі, реалізація якої є інструментом соціалізації і соціального виховання, вирішення при цьому завдань соціального навчання, соціальної адаптації, соціальної профілактики та соціального обслуговування [250].

У межах першого підходу соціально-педагогічна підтримка орієнтується в основному на оперативну допомогу, тобто виявлення та вирішення вже існуючих проблем.

Представники другого підходу Г.Селевко та А.Селевко [200] розглядають соціально-педагогічну підтримку з позиції допомоги індивіду у розвитку його особистості та індивідуальності і визначають як процес спільного з дитиною визначення її власних інтересів, цілей, можливостей та шляхів подолання перешкод, що заважають їй нормально функціонувати в суспільстві, зберігати свою людську гідність і самостійно досягати бажаних результатів у навчанні, самовихованні, спілкуванні, способі життя.

Такий підхід передбачає в основному превентивну допомогу в процесі особистісного зростання.

Отже, зазначене вище дає підстави стверджувати, що соціально-педагогічна підтримка – комплекс дій, різноманітних заходів, які переслідують мету:

– сприяння особистості в реалізації її життєвих планів, у саморозвитку, самопізнанні, самовдосконаленні [132];

– у підтримці дій, спрямованих на збереження та зміцнення соціального і фізичного здоров'я, активізації діяльності соціального спрямування; сприянні

розвитку громадянськй якостей; наданні комплексної соціально-педагогічної допомоги особистості [49].

У межах нашого дослідження акцент ставиться на розумінні соціально-педагогічної підтримки як виду соціально-педагогічної діяльності.

Таким чином, сутність феномена соціально-педагогічної підтримки полягає в організації соціально-педагогічної діяльності, що полягає в об'єднанні всіх можливих ресурсів для забезпечення умов розвитку та соціалізації, самореалізації та самовдосконаленні, захисту від негативних факторів зовнішнього середовища, вирішення соціально-педагогічних проблем.

Достатньо дискусійним в наукових колах є питання про те, що являється предметом соціально-педагогічної підтримки. Так, О. Газман запропонував розглядати в якості предмета психолого-педагогічної підтримки процес спільного з вихованцем виявлення його інтересів та цілей, можливостей та шляхів вирішення проблем, що сприяють збереженню та розвитку морального потенціалу особистості і досягнення бажаних результатів в навчанні, самовихованні та спілкуванні [64].

На думку Е.І. Ісаєва та В.І. Слободчікова, підтримувати та розвивати в людині слід суб'єктність, тобто здатність особистості до активного творення власного життя та індивідуальність, ту неповторність та унікальність кожної людини, що дає можливість людині залишатися самим собою [203].

Ми погоджуємось з думкою науковців, які вважають, що предметом соціально-педагогічної підтримки є суб'єктність, яка направлена на розвиток активності, ініціативності особистості.

Важливим та необхідним при розгляді феномена соціально-педагогічної підтримки є визначення її основних напрямів та видів.

Так, І. Трубавіна визначає, що соціально-педагогічними послугами підтримки є: інформування, підтримуюче консультування, пошук ресурсів, організація дозвілля, спілкування, діагностика проблем та їх причин, соціально-позитивна діяльність [229].

В свою чергу, О. Карпенко визначає, що соціальна підтримка – це система заходів з надання допомоги певним категоріям громадян, які тимчасово опинились в складних життєвих обставинах, шляхом надання їм необхідної інформації, фінансових коштів, навчання, правозахисту та інших пільг [104].

Зарубіжні дослідники Р. Кінле, Н. Кнолль, Б. Реннеберг розрізняють такі види соціальної підтримки: інформаційна підтримка (надання важливої інформації та порад тому, хто її потребує); інструментальна підтримка (вид використаних заходів допомоги); емоційна підтримка (особа отримує через надавача позитивні емоції такі як: симпатія, розуміння, заспокоєння) [277].

Соціальна підтримка на думку М. Філоненко, включає чотири компоненти: по-перше, це емоційна підтримка (впевненість у тому, що про тебе хтось турбується, любить і піклується); по-друге, це оціночна підтримка (соціальне порівняння і відповідь на запитання, чи правильно я ставлюсь до того чи іншого явища); по-третє, це інформаційна підтримка (інформація про те, як сприймати явища); по-четверте, це інструментальна підтримка (отримання конкретної дієвої допомоги)” [229].

Російська дослідниця Н. Голованова [53] пропонує визначення спрямованості педагогічної підтримки: педагогічна підтримка як підтримка інтелектуального розвитку дитини; педагогічна підтримка як підтримка дитини у спілкування; педагогічна підтримка як підтримка сім’ї дитини.

Посилаючись на визначення Н. Голованової щодо спрямованості технології педагогічної підтримки, Т. Коленіченко, визначає різні аспекти соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку в закладах соціального обслуговування:

- підтримка здоров’я і фізичних сил людини похилого віку (організація здоров’язберігаючого режиму життя людей похилого віку, підтримка їх прагнення позбутися шкідливих звичок, що руйнують їхнє здоров’я);
- підтримка інтелектуального розвитку людини похилого віку;

– підтримка літньої людини у налагодженні ефективної комунікації, підтримка прояву індивідуальних здібностей, життєвої активної позиції людини похилого віку в дозвіллевій діяльності [112].

Досліджуючи проблему соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, ми розуміємо, що для її надання недостатньо знання самої сутності поняття, необхідно створити такі умови, щоб якість життєдіяльності стала змінюватись на краще.

## **1.2. Психолого-педагогічна та соціальна характеристика людей похилого віку**

Важливим і актуальним завданням українського суспільства є забезпечення відповідного рівня життя людей похилого віку. З посиленням кризових явищ в суспільстві, саме люди похилого віку гостро відчують їх негативний вплив. Соціально-демографічна ситуація в світі констатує швидке зростання частки людей похилого віку, старіння населення стає глобальною світовою проблемою. Зміни демографічної ситуації в країні та в світі в цілому активізували потребу перегляду в сучасній науці вікових меж та ставлення до пізнього періоду життя.

Так, відповідно до твердження Ціцерона, людина похилого віку – це людина, яка починає відчувати наближення старості, спостерігаючи за змінами, які відбуваються в інших людях та порівнюючи їх з власними змінами [242].

У тлумачному словнику російської мови С. Ожегова «похила людина» визначається як та, що починає старіти, не молода [160].

Називаючи віковий період після 60 років пізньою дорослістю, Г.Крайг рекомендує враховувати віковий поділ Бернсайда. Згідно з цією класифікацією виділяють чотири десятирічні періоди: передстаречий – 60-69 років; старечий – 70-79 років; пізній старечий – 80-89 років і дряхлість – 90-99 років. Зазначені періоди відрізняються не лише віком, а й проблемами та можливостями членів кожної такої групи [119].

Науковець Ю. Тарнавський, пропонує весь період пізнього віку розділяти на окремі групи: похилий вік (інволюційний) – від 50 до 65 років; старечий вік – від 65 років [220].

В свою чергу Б. Ананьєв, у віковій періодизації життєвого циклу людини, визначає старість як період виходу з суспільно-корисної, професійної діяльності. Вчений виділяє похилий вік (55-75 років); старість (75-90 років); довгожителі (від 90 років) [10].

Науковець Д. Бромлей виділив цикли розвитку людини, кожен з яких в свою чергу мав кілька стадій. В якості перехідної стадії, вчений виділяє передпенсійний вік від 55-65 років. За його класифікацією старість починається у віці 65 років та включає в себе три стадії:

1. віддалення від справ (65 років), що характеризується порушенням життєвих стереотипів, збільшенням потреби у спілкуванні, загостренням сприймання, звільненням від професійних ролей;

2. старість (70 років і більше), що визначається відсутністю будь-яких ролей крім сімейних, поступово зростає соціальна ізоляція;

3. хвороблива старість (період вмирання, смерть), що пов'язана з хворобливими станами, загостренням хронічних хвороб [71,72].

Окремо слід звернути увагу на концепції розвитку особистості Є. Еріксона [69]. Вчений виділяє вісім стадій психосоціального розвитку, причому на кожному новому етапі виникають новоутворення, яких не було раніше, але які були закладені ще в період зародження організму людини. Перехід з однієї фази на іншу відбувається через психосоціальну кризу. Відповідно до його концепції, старість є останньою психосоціальною стадією (від 60 років до смерті), що завершує життя людини. Тут відбувається пристосування до поступового згасання фізичних сил, погіршення здоров'я, змін у відносинах з іншими людьми в процесі спілкування. Цій стадії властиві інтеграція та оцінка всіх минулих стадій розвитку, адекватне оцінювання свого життя через показник «задоволеності», «незадоволеності». Цей вік характеризується

досягненням нової, завершеної форми Его-ідентичності та цілісності особистості.

Дослідник Ш. Бюлер життєвий шлях людини поділяє на п'ять фаз. Оскільки автор пов'язує його з процесом самовизначення та розвитком самосвідомості, перша стадія припадає на вік приблизно 16-20 років. Так, старіти людина починає у віці 55-60 років, коли переходить на 4 стадію, для якої характерним є біологічне згасання та зниження активності самовизначення. Цей період - складний час психологічних криз. П'ята фаза (65 років і до смерті), час коли активність самовизначення зовсім зникає, в зв'язку з чим людина починає інтенсивно згасати як індивід та старіти як особистість [271].

Поряд з цим, О. Хухлаєва розробила періодизацію, що базується на соціально-психологічній специфіці кожного з виділених періодів:

- передпенсійний вік (з 55 років до виходу на пенсію). Головним завданням цього етапу є очікування і підготовка до пенсійного етапу, прагнення закінчити всі розпочаті справи, передати професійний досвід;

- період після виходу на пенсію (перші роки після виходу на пенсію). Головним завданням цього етапу є освоєння нового соціального статусу, пошук себе в нових якостях, ролях;

- період старості (через кілька років після виходу на пенсію). Головним завданням є адекватна оцінка фізичного стану та пристосування до серйозного погіршення здоров'я, зміна стосунків з іншими людьми, прагнення в будь-який спосіб підтвердити почуття власної гідності;

- довголіття (на перший план виходить осмислення власного життєвого шляху, погіршення здоров'я та лікування з метою продовження життя) [247].

Пов'язуючи перехід до похилого та старечого віку з припиненням професійного розвитку та переживанням геронтологічної кризи, Е. Зеєр [181] виділяє такі вікові періоди:

- закінчення професійної діяльності (55-60 років);



– кризи соціально-психологічної адекватності (65-70 років).

Енциклопедичний словник В. Безрукової визначає «третій вік» - як умовну назву перших років пенсійного віку. Педагог визначає, що це вік найвищої мудрості, сформованої життєвої філософії, колосального життєвого досвіду. Людина в цьому віці – спостерігач, консультант, порадник, врізець доброти та моралі [24].

Відповідно до Закону України «Про основні засади соціального захисту ветеранів праці та інших громадян похилого віку в Україні» [94], людьми похилого віку є громадяни, які досягли пенсійного віку та особи, яким до досягнення пенсійного віку залишилося не більше півтора року.

Таким чином, посилаючись на статтю 26 Закону України «Про загальнообов'язкове державне пенсійне страхування» пенсійний вік встановлюється з 60 років [91].

Вітчизняна науковець Т. Коленіченко [110] дає своє визначення людини похилого віку, говорячи, що це особистість, яка пройшла певні періоди розвитку та знаходиться на завершальному етапі свого життя, в якій відбуваються зміни на фізіологічному, психологічному та соціальних рівнях, що призводить до акцентуації певних рис характеру.

Похилий вік як стадію переходу від зрілості до старості, розглядає Т. Голубенко, визначаючи означений період віком від 55-75 років [54].

Відповідно до класифікації Всесвітньої організації охорони здоров'я, до літнього (похилого) віку відноситься населення у віці від 60 до 74, до старого – від 75 до 89 років, а до довгожителів – 90 років і більше [45].

Слід сказати, що всі три групи значно різняться між собою, для кожної з них характерні свої особливості та проблеми. Так, для першої групи характерними є проблеми соціально-психологічної дезадаптації та зниження якості життя. Головними потребами цього віку є соціальна адаптація до нових умов життєдіяльності, пов'язаних з виходом на пенсію; пошук та можливості включення людини в нові види діяльності; збереження власної ідентичності. А

отже, стає очевидним, що саме в цей віковий період загострюється потреба в соціально-педагогічній підтримці.

Для осіб старшого віку (75-89 років) на перший план виходять проблеми суто медичного характеру (погіршення стану здоров'я, поступова втрата здатності до самообслуговування). В таких умовах виникає потреба в сторонньому догляді. На основі зазначеного, стає очевидним застосування різних напрямів соціальної роботи, що включають медичну складову, а саме соціально-медичний патронаж, реабілітація.

Для уникнення негативного емоційного забарвлення, в зарубіжній літературі, людей віком від 65 років розділяють на “третій” та “четвертий вік”. Підтвердження означеної думки знаходимо у науковій роботі британського геронтолога П. Ласлетта “Нова карта життя”, що визначає чотири віки життя людини та описує основні їх характеристики:

1. Вік ранньої соціалізації (характеризується залежністю людини від інших, переважно від батьків);

2. Вік дорослої зрілості (людина переймається питаннями соціальних взаємин, професійного зростання, фінансової незалежності, створенням родини);

3. Третій вік - 60-74 роки (з'являються відновлені можливості для реалізації більшої свободи та творчості, для яких не було часу в «під» життя, де переважали обов'язки);

4. Четвертий вік – понад 75 років (людина готується до неминучої смерті, можливо знову стає залежною, як в першому віці) [282].

Таким чином, підсумовуючи вище зазначене, в поданій нижче таблиці 1.1., ми спробували окреслити вікові та поведінкові чинники, що визначають соціально-педагогічну підтримку людей похилого віку .

Таблиця 1.1.

**Вікові та поведінкові чинники, що визначають соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку**

<b>Вікові групи</b>	<b>Основні характеристики вікової групи</b>	<b>Напрями соціальної роботи, та зміст соціальних послуг</b>
<b>Люди похилого віку (60 - 74 років)</b>	Зміна соціального статусу, пов'язана з виходом на пенсію, соціальна дезадаптація, пошук нового змісту життя задля збереження самоідентичності, відносно активний та незалежний стиль життя.	соціальна адаптація, соціально-педагогічна підтримка, соціальне посередництво, соціальне консультування, соціальна профілактика.
<b>Люди старого віку (75 – 89 років)</b>	Погіршення здоров'я, поступова втрата здатності до самообслуговування, часткова чи повна залежність від допомоги інших.	соціально-медичний патронаж, соціальна реабілітація, соціальне обслуговування на дому,
<b>Довгожителі (90 років і більше)</b>	Згасання всіх функцій організму, повна залежність від сторонньої допомоги	представництво інтересів, паліативний догляд.

Отже, аналізуючи наукову літературу, ми дійшли висновку, що в різні періоди історичного розвитку суспільства, в різних культурах початок старості визначався по-різному. Таким чином, порівняльний аналіз різних періодизацій дозволяє нам визначити, що похилий вік означений в межах 60 до 70-75 років.

Беручи за основу класифікацію Всесвітньої організації здоров'я, що виділяє три вікові групи в періоді старості та зважаючи на аналіз соціально-психологічної та педагогічної літератури, використовуючи *термін «людина похилого віку»*, ми маємо на увазі, *віковий період в межах від 60 до 75 років. Ми вважаємо, що головним критерієм для його означення є поступове припинення професійної діяльності, вихід на пенсію та збереження при цьому досить високого рівня функціонування психологічних, когнітивних та фізіологічних*

*складових. Саме цей період визначаємо часом, коли з'являються відновлені можливості для самореалізації, свободи та творчості.*

У контексті нашого дослідження важливим є визначення психолого-педагогічних та соціальних особливостей людей похилого віку. В своєму дослідженні ми акцентуємо, що для об'єктивного розуміння старіння потрібно розглядати його як процес, що має три складові:

- *біологічну складову* – поступове згасання всіх функцій організму, його вразливість перед різного роду факторами та підвищена ймовірність смерті;
- *соціальну складову* – зміна соціального статусу, ролей, способів поведінки та спілкування;
- *психологічну складову* – ставлення людини до неминучості процесу, вибір можливих прийнятних способів адаптації до нових умов, формування нових стратегій подолання труднощів [30].

Старіння як біологічний процес є природнім та неминучим [28], проте саме від людини, з одного боку, та від соціального оточення, з іншого, залежить швидкість та інтенсивність його протікання, якість життєдіяльності людини в старості. Зарубіжний вчений геронтолог Б. Стрехлер [183] визначає старіння як:

- універсальний процес, до якого залучаються всі без винятку члени популяції; прогресуючий, неперервний процес; властивість всіх живих організмів; процес, що пов'язаний з дегенеративними змінами (на відміну від змін організму, які відбуваються в процесі розвитку і дорослішання).

Відповідно до медико-біологічного підходу в період старості відбувається психологічна деградація, погіршуються розумові здібності. Все це пов'язано з функціональними та органічними порушеннями мозку.

На думку Е. Авербуха, в процесі старіння знижується активність, погіршується самопочуття, змінюється ставлення до подій, вектор інтересів. В багатьох випадках відбувається звуження інтересів, незадоволеність оточуючим. У людини похилого віку часто знижується самооцінка, зростає невпевненість в собі [2].

Проте психічний розвиток людини на пізніх етапах життя не варто однозначно трактувати як процес руйнування. Підтвердження знаходимо у працях В. Фролькіса, який запропонував термін «вітаукт». Узагальнюючи ідеї вченого, можемо сказати, що поєднання негативних змін та процесів здатне стабілізувати життєдіяльність. Це і можна назвати вітауктом, тобто сповільненням чи зупиненням руйнівних процесів старіння.

Представник психоаналітичного підходу К. Юнг [265] визначав, що людина в другій половині життя може знайти новий шлях розвитку своєї особистості. Важливим на цьому шляху, на думку дослідника, є пошук гармонії між людиною та навколишнім світом. Науковець визначав можливість досягнення такої гармонії через символізм та релігійний досвід.

Так, Альфред Адлер, досліджуючи проблему мотивації та її ролі у поведінці людини визначав, що почуття власної неповноцінності є спонукальною силою в житті людини. На думку дослідника, подолати це почуття можливо через активну участь в житті людини, емпатію, через формування «соціального інтересу»[6]. Відповідно, ми вважаємо, щодо людей похилого віку така співучасть може виразитись через систему соціальної допомоги та підтримки.

Пошук нового змісту життя людини у старості є ключовою проблемою нашого дослідження. Проблема вивчення мотиваційної сфери людини похилого віку є актуальною, оскільки людина похилого віку розглядається нами не лише як об'єкт соціально-педагогічної підтримки, а й як активний суб'єкт. Когнітивний підхід до старості поєднаний з моделлю «дефіцита» - втрати або зниження емоційних та інтелектуальних можливостей. Е. Я. Штернберг [260] старіння пов'язує з зниженням психічної активності, що проявляється в затримці психомоторних реакцій, обмеженні сприймання та труднощах концентрації уваги. Проте, дослідник наголошує, що самі психічні функції залишаються якісно незмінними. І. Мечніков [147] зазначав: «людина навіть в

дуже похилому віці спроможна зберігати розумові здібності, незважаючи на значну фізичну немічність».

Відповідно до діяльнісного підходу, Ф.Хейлм, Г.Кремпен, Р.Хейвігхерст [182] та ін. визначають, що людина своїми діями може змінювати середовище, розвивати здібності до подолання особистих проблем, вирішувати складні ситуації, розвиватись та визначати свій життєвий шлях. Тобто, діяльність виступає головною умовою розвитку особистості в тому числі у період старості.

Згідно з поглядами Б.Ананьєва [9], збереження особистості в пізньому віці залежить від рівня її активності. Якщо людина зберігає активність, виконує певні суспільні функції, в неї не відбувається деформації особистості. Особливого значення набуває положення Ананьєва про те, людина похилого віку є суб'єктом своїх відносин зі світом і може знайти нові шляхи включення в життя суспільства.

На думку укладача Українського педагогічного словника С. Гончаренко, поняття «активність» - це «здатність людини до свідомої трудової і соціальної діяльності, міра цілеспрямованого, планомірного перетворення нею навколишнього середовища й самої себе на основі засвоєння нею багатств матеріальної і духовної культури [55]. Активність особистості проявляється у творчості, вольових актах, спілкуванні. Інтегральна характеристика активності особистості – це активна життєва позиція людини, яка проявляється в її принциповості, послідовному відстоюванні своїх поглядів, ініціативності, діловитості, психологічному налаштуванні на діяльність [117].

Сьогодні стає очевидним, що використання потенціалу людини похилого віку може стати певною базою для подальшого розвитку суспільства. Відбувається поступове переосмислення того, що людина похилого віку не є пасивним об'єктом соціального захисту, а виступає активним суб'єктом соціальної активності. Особливу цікавість за таких умов викликає пошук шляхів активізації соціальної поведінки людини в період старості.

Ряд наукових спостережень щодо формування соціальної активності висвітлено у роботах І. Белозерцева [24], Л. Вохминої [44], О. Газмана [47,48], А. Петрова [174]. Проблеми виховання соціально активної особистості розкрито в працях І. Беха [26], Т. Мальковської [142], О. Чугунової [252] та інших. Природа та сутність феномену соціальної активності, її структура та загальні закономірності розвитку обґрунтовано у роботах О. Леонт'єва [130], А.В. Мудрика [151], А. Петрова [174], С. Рубінштейна [194] та ін.

Звертаючись до спостережень А. Маслоу, який визначає соціальну активність як потребу, можемо характеризувати її як процес, що проходить поетапно. В ієрархічній піраміді потреб соціальна активність є домінуючою, “як актуальна потреба, вона реалізується в певній системі цільових установок, мотивів, що визначають інтереси особистості. Її включення в діяльність відбувається з метою задоволення потреби” [146].

Так, можна стверджувати, що соціальна активність реалізується в системі цільових установок, ціннісних орієнтацій, що визначають мотиваційну сферу особистості, направленість інтересів, вибір методів та способів задоволення потреб.

У свою чергу, соціальну активність особистості ми визнаємо як певний тип відносин між особистістю і соціальним середовищем, що реалізуються через соціальну діяльність. Аналіз наукової літератури дозволяє стверджувати, що соціальну активність розглядають у двох площинах. *По-перше*, соціальна активність як якість особистості, що містить два аспекти: соціальний – накопичення соціальних знань, умінь, навичок, досвіду соціальної діяльності; особистісний – відображений в потребах, мотивах, інтересах, емоційних переживаннях.

На думку вчених І. Беха [26], Дж. Дьюї [67], А. Макаренка [139], В.Сухомлинського [225], ця якість не є вродженою, на її формування спрямовані зусилля батьків, педагогів, місцевої громади. В основі соціальної активності лежать такі якості особистості, як: ініціативність, наполегливість,

старанність, соціальна відповідальність, вимогливість до себе та ін., що дозволяє говорити про соціальну активність як інтегративну якість (К. Абульханова - Славська) [1].

Важливою ознакою соціальної активності особистості є сильне, стійке прагнення впливати на соціальні процеси та дієва участь, прагнення змінити, перетворити або, навпаки, зберегти існуючий соціальний лад, його форми чи елементи.

При цьому, як зауважує І. Цимбалюк [249], інтегрованою основою, на якій формуються і розвиваються всі соціальні якості особистості, у тому числі і соціальна активність, є соціальна діяльність. Тому кількість і якість соціальної діяльності є відображенням міри і рівня прояву соціальної активності, її видів тощо. А це дозволяє говорити, що соціальна активність є величиною нестабільною і може змінюватися залежно від зміни умов, середовища, потреб і мотивів індивіда.

Нашу увагу привернули дослідження проведені Т. Мальковською. Вона розглядає поняття „соціальна активність” як інтегроване поняття, яке може проявлятися і як збудник до діяльності, і як стійка якість особистості, її характерологічна риса [142].

Різноаспектні підходи до розуміння суті поняття «соціальна активність» засвідчують факт, що дана проблема достатньо глибока і потребує подальшого вивчення та уточнення.

*Отже, соціальна активність людини похилого віку - це міра участі її в житті сім'ї, суспільства, і залежить від суб'єктивних факторів - особистісних якостей кожної людини, рівня освіти, життєвих цінностей та позицій; та об'єктивних - ставлення суспільства до місця, ролі та значення людини похилого віку в суспільстві. Тому слід враховувати об'єктивну необхідність підтримки виконання певної ролі кожною людиною для задоволення її життєвих потреб.*

До основних сутнісних характеристик соціальної активності людини



похилого віку слід зарахувати:

- наявність соціально орієнтованих мотивів діяльності;
- направленість на розширення соціально важливих форм та сфер діяльності (участь в волонтерській, творчій, суспільній діяльності).

З виходом людини на пенсію ієрархія потреб змінюється. В передпенсійному періоді самореалізація людини, особливо професійна, підтримувалась державою та стимулювалась суспільством, а у період старості ця підтримка зникає. Успішна самореалізація залежить від активної чи пасивної позиції самої людини. Таким чином, активність є умовою та змістом соціальної діяльності, вона визначає самореалізацію як процес переходу внутрішніх потреб, бажань, цінностей в діяльність.

Отже, активність дає можливість людині похилого віку відчувати себе, реалізуватись, проявити свої можливості, а її рівень залежить від самопочуття, настрою людини похилого віку, життєвої задоволеності.

Проте не слід забувати, що активність людини похилого віку визначають її духовні цінності, інтелектуальні потреби та доцільність їх використання протягом життєвого шляху [263].

Соціальна активність людини похилого віку також залежить від стану її фізичного, психологічного та духовного здоров'я та полягає у активізації та використанні всіх життєвих ресурсів у старості задля нових можливостей [199].

В своєму дослідженні ми акцентуємо увагу на концепції селективної оптимізації життєдіяльності людини похилого віку з компенсацією соціальних амортизаторів, яку використовують при організації соціально-педагогічної роботи з людьми похилого віку Р. Вебер [38], О. Краснова [123], А. Лідере [132], О. Холостова [244]. Селекція розглядається як пошук нових стратегічних елементів життєдіяльності, які дають можливість відчувати повноту та радість життя. Оптимізація полягає у пошуку нових резервних можливостей в самій людині похилого віку, а компенсація в свою чергу, направлена на створення додаткових джерел, ресурсів, можливостей для компенсації вікових обмежень.

Інтелектуальна сфера людини похилого віку підтримується за рахунок механізму вибіркової оптимізації та компенсації. Тобто, вибірковість полягає в скороченні видів діяльності та концентрації всіх ресурсів людини похилого віку на найбільш довершених. Крім того, певні втрачені якості можуть бути компенсовані за рахунок нових стратегій виконання дій.

На думку М.Єрмолаєвої [73], характерний відліт свідомості в минуле має особливе значення в старості. Минуле для людей похилого віку має більше значення, ніж майбутнє, вони наче занурені в нього. Люди похилого віку прагнуть до осмислення життя, вони повинні «підвести підсумки» і змиритися з минулим. Через спогади вони можуть переглянути, «переоцінити», можливо, прийняти своє життя. Щасливе старіння це фізичний, функціональний, соціальний та психологічний добробут. Задоволеність життям, якість та успішність пристосування до нього в пізньому віці залежить від багатьох факторів і безпосередньо від того, як людина похилого віку сприймає існуючі в цьому віці проблеми і як з ними справляється, який спосіб життя веде.

Викликає цікавість концепція стилю життя в похилому віці. Х. Томае, Х Людтке. Суть концепції зводиться до розуміння того, що певний життєвий стиль є результатом обрання різних альтернатив в межах способу життя. Так концепція підтверджує, що для самовдосконалення людині похилого віку потрібне середовище, яке здатне запропонувати їй можливість самовираження в різних варіаціях, створити відповідні сприятливі умови [115].

Таким чином, ми можемо зробити висновок, що при створенні сприятливих умов для самореалізації та організації соціально-педагогічної підтримки людини похилого віку якість її життєдіяльності покращиться.

Досліджуючи проблему старості Ф. Гізо [51], виділяє два її типи: 1. Позитивна старість, яка характеризується урівноваженим та спокійним ставленням людини до змін, які відбуваються в її житті, до неминучості смерті; адекватністю у оцінці своїх можливостей; збереженням активності. 2.

Негативна старість, що пов'язана з розчаруванням, ізоляцією, гострим переживанням та неприйняттям змін пов'язаних зі старінням.

Для досягнення успішної, позитивної старості, на думку Р. Пека [6], людина має вирішити три основні завдання: *диференціацію* (людина в процесі трудової діяльності виконує певну роль, що продиктована професією, з виходом на пенсію людина похилого віку має визначити для себе ряд значущих видів діяльності. Іншими словами, людина має знайти найбільш прийнятні для неї способи заняття вільного часу); *трансценденцію тіла* (людина похилого віку має вчитися справлятися з погіршенням самопочуття, відволікатись від больових відчуттів та насолоджуватись життям); *трансценденцію Его* (людина похилого віку не повинна думати про смерть як про закінчення життя, вона має усвідомити своє безсмертя в своїх близьких, в корисних вчинках). Ефективна, здорова старість пов'язана з прийняттям свого життєвого шляху.

Принципову важливість для нашого дослідження становить теорія компетентності в похилому віці. Компетентність розглядається «як співвідношення особистих ресурсів, що накопичуються протягом життя, з вимогами навколишнього середовища, як узгодження наявних можливостей, які дозволяють людині похилого віку порівнювати або зіставляти свої вміння та здібності до вимог навколишнього середовища для отримання позитивних результатів»[277].

Британський психолог Дж. Равен [187], продовжуючи дослідження компетентності в літньому віці акцентує, що до її складової входять: ініціативність, мудрість, інтерес до життєдіяльності організацій, суспільства, ролі людини в ньому і інші внутрішні мотивовані характеристики, пов'язані з системою особистих цінностей.

Виходячи з аналізу підходів, ми можемо говорити, що існує значна частина наукових праць, в яких старість розглядається переважно як період занепаду, втрат та регресу.

Існування стереотипу про пасивність людей похилого віку, про їх консерватизм сьогодні не має доказової бази. Припинення трудової активності не має призводити до виключення людини похилого віку з суспільного життя.

Відтак, ми наголошуємо на важливості концептуальних уявлень про старість як про важливий етап життєвого шляху особистості, важливий період, що має свій сенс, задачі та цінності. Знаходимо підтвердження нашої думки в працях таких науковців, як: Б. Ананьєв [9], Л. Анциферова [15], О. Богомолець [28], які наголошують, що розвиток особистості у старості не припиняється, так само як і продовжується її особистісне становлення.

Постійне зростання частки людей похилого віку в сучасному суспільстві змушує більш глибоко розглядати проблеми їх суспільного, соціального становища, ролі і місця в громаді та сім'ї, медико-соціальної реабілітації, соціального обслуговування і забезпечення, соціального піклування, соціально-педагогічної підтримки.

Отже, для повної характеристики людей похилого віку як демографічної та соціальної категорії слід розглянути специфічні особливості їх життєдіяльності, пов'язані зі зміною соціального статусу та процесом старіння.

Проблеми людей похилого віку розглядають у різних аспектах: соціологічному (М. Александрова [7], Л.Шилова [259] та ін.), психологічному (Б.Ананьєв [9], Р. Грановська [57], Е. Еріксон [70] та ін.), соціальному (В. Нікітіна [158] та ін.), педагогічному (О. Агапова [3] та ін.). Зокрема проблеми самооцінки в пізньому віці (Л. Бороздіна [32], О. Молчанова [150]), вплив біологічного чинника на процес старіння (В. Фролькіс) [239]. Питання зміни соціального статусу людей похилого віку та наслідки, пов'язані з цим, проблеми соціалізації та адаптації досліджені такими вченими, як Л.Анциферовою [15], М. Александровою [7], Т. Коленіченко [110] та ін. Стан здоров'я людей похилого віку, їх потреба в медичній та соціально-побутовій допомозі, проблеми захворюваності та організації спеціальних видів підтримки досліджувались в працях Т. Максимової [140] та ін.

Люди похилого віку є соціальною спільністю, яка має притаманні для неї особливості, переконання та досвід, і бере участь у житті суспільства. (В. Шахрай) [257].

Історія розвитку людства свідчить про те, що люди похилого віку у різні часи займали різне становище у суспільстві і здійснювали на його розвиток безпосередній вплив. У давні часи, на нижчому рівні дикості, коли середня тривалість життя становила менше 20 років, старі люди не помирали природною смертю. Діти повинні були вбивати немічних і старих батьків. Цей звичай існував у войовничих племенах, які не терпіли слабких, не здатних надати собі допомогу під час війни. Найголовнішим фактором, який сприяв збереженню життя старим людям, стало відкриття вогню. Необхідність постійного спостереження за вогнем обумовила поділ праці між жінками та чоловіками (жінки підтримували та оберігали вогонь, чоловіки – полювали). Старі люди взяли функцію спостереження за вогнем на себе і тим самим звільнили жінок від цього заняття. В примітивних суспільствах старі люди відігравали головні ролі в системі управління та охорони. Найвищий орган судової і політичної влади в Спартанській Греції в Афінах міг зайняти чоловік, який досягнув 60 років.

Доіндустріальна епоха не знала проблем зі старістю людей, тому що їх було мало і вони майже до самої смерті могли працювати у сільському господарстві у власних сім'ях, займатися ремеслами, мистецтвом. Стати учнем старого майстра було дуже престижно. Розвиток індустрії досить швидко зруйнував повагу до старих людей, ставлення до них як носіїв знань та мудрості. На сьогодні існує проблема, яка гостро постала у сучасних країнах, включаючи й Україну, це негативне ставлення до людей похилого віку, хибні стереотипи, які ґрунтуються на упередженому сприйнятті людей, зважаючи на їх вікові характеристики. Негативні установки по відношенню до літніх людей справляють істотний вплив на мотиви поведінки, самопочуття і навіть стан здоров'я літніх людей.

У 1969 році Роберт Батлер, директор Національного інституту старіння США, ввів у науковий обіг термін „ейджизм”. За його визначенням, ейджизм (від англійського age – вік) символізує приховане занепокоєння людей молодого і середнього віку, їх особистісну відразу і відчуття неприязні до людей, які старіють, страх немічності, смерті [211].

Ейджизм викликає дискримінацію людей похилого віку, зважаючи на їх вікові характеристики, так само як расизм і сексизм дискримінують людей по кольору шкіри та статевими ознакам. Ми допускаємо можливість існування такої позиції в суспільстві, проте наголошуємо на необхідності формування позитивного іміджу людини в період старості, даючи тим самим можливість людині похилого віку жити повноцінним життям.

Економічна нестабільність призвела до малозабезпеченості та бідності людей похилого віку. Почуття соціальної захищеності людини прямо залежить від матеріального благополуччя. Більша частина осіб похилого віку через брак коштів та збільшення витрат на оплату комунальних послуг, змушена економити на їжі, одязі, речах першої необхідності. Великі фінансові труднощі серйозно впливають на якість життєдіяльності.

Окрім бідності, існує проблема незайнятості (спостерігається тенденція зниження частки пенсіонерів, що продовжують трудову діяльність). В зв'язку з соціально-економічною кризою та нестабільністю в суспільстві, актуальною стає безпритульність та бродяжництво серед людей похилого віку. Переважно це ті люди похилого віку, що стали жертвами шахрайства, переселенці та біженці, алкозалежні, звільнені з місць позбавлення волі, психічно хворі.

Розглядаючи життєдіяльність людей похилого віку впродовж усього життя О. Холостова, описує похилий вік як соціальну проблему, аналізує ставлення до даної вікової групи в суспільстві, сім'ї та близькому оточенні. Авторка висвітлює основні соціально-психологічні проблеми людей похилого віку:

- втрати: переживання, викликані різного роду втратами (фізичної активності, зору, слуху, смерті близьких людей);
- порушення психіки (наслідок розчарування, відторгнення);
- зниження психологічних здібностей та можливостей людини через загострення захворювань, психічні хвороби, органічні ураження мозку; вияв у гіпертрофованому вигляді почуттів заощадливості, скупості;
- сексуальні проблеми: імпотенція, вдівство, пізнє кохання, другий шлюб;
- наслідки зловживання алкоголем: порушення загального здоров'я, розлади нервової системи, розумова відсталість, деградація особистості;
- погане поводження з людьми похилого віку: фізичне та психологічне насильство, агресивна поведінка, зневага, занедбаність, позбавлення харчів та комфорту, соціальна ізоляція, сексуальні домагання, фінансові зловживання (використання заощаджень людини похилого віку);
- низька матеріальна забезпеченість: злидні, жебрацтво, кривди, зневіра, приниження, почуття незатребуваності, спроби відновлення трудової активності [244].

Досліджуючи емоційну сферу людини похилого віку, Е. Авербух, доводить важливість її вивчення для розуміння особистісного становлення людини у цьому віковому етапі [2].

Проблема емоційних переживань у похилому віці є не лише науково актуальною, але і життєво необхідною, адже найчастіше старість сприймається як період печалі, смутку, втрат, страждань від хвороб.

Емоційні переживання стали предметом наукових досліджень багатьох вчених, зокрема Г. Вайзера [36], О. Богомольця [28], М. Єрмолаєвої [72], К. Рошача [193], Н. Шахматова [256] та ін.

У найширшому значенні емоційні переживання трактуються як особливий клас психічних явищ, що виявляються у формі безпосереднього

переживання суб'єктом життєвого смислу цих явищ, предметів чи ситуацій для задоволення своїх потреб [47].

Першою характерною особливістю емоційного життя людей похилого віку є виражена стурбованість (власним здоров'ям, політичним і економічним станом держави, майбутнім дітей та онуків тощо). На думку К. Рошака, стареча стурбованість вказує на адаптаційний характер. Тобто, потреба в занепокоєнні і стурбованості – це своєрідний механізм потреби в уникненні страждань, що виходить у пізньому віці на перший план [193].

Другою особливістю є вікова ситуативна депресія [72, 122]. Емоційні переживання, які характеризують цей стан, відображають смисл життєдіяльності: поступове зниження активності в суспільному житті, переосмислення його значення для себе, відмова від цінностей соціального світу [252; 255].

Так, Н. Шахматов, виділяє три основні варіанти прояву депресії у людей похилого віку:

- іпохондрична депресія (людина фокусується на хворобливих симптомах, сприймає старість як хворобу, заперечує неминучість старіння організму);

- ідеї про пригнічення (людина похилого віку вважає, що до неї несправедливо ставляться, пригнічують, головне почуття – почуття образи);

- тенденція до видумок (людина прикрашає реальні події та факти, перебільшує свою значимість) [256].

Продовжуючи розглядати особливості людей похилого віку, підкреслимо, що важливо зупинитись на їх соціальному статусі, що визначає зміст, характер, інтенсивність та тривалість соціальної взаємодії.

Соціальна взаємодія є формою соціальної комунікації (спілкування) двох і більше осіб, де систематично відбувається вплив один на одного, реалізується соціальна дія кожного, досягається пристосування дій одного до дій іншого та визначається ступінь згоди між ними. (І.Осипова [164]).



Іншими словами, соціальна взаємодія – це процес безпосереднього чи опосередкованого впливу соціальних об'єктів один на одного, де сторони, що взаємодіють, перебувають в залежності. Парсонс стверджує, що соціальні дії та взаємодія є продуктом виконання певних ролей, що диктуються ззовні [168].

Припинення трудової діяльності породжує втрату соціальної ролі, віддаленість від групи, що веде в свою чергу до перебудови потреб, спонукань, переоцінки життя, зміни соціального статусу. Здебільшого вихід на пенсію супроводжується зміною стилю життя, а якщо ідентичність людини тісно пов'язана з професійною роллю, тоді ці зміни особливо важкі і призводять до погіршення фізичного та психічного здоров'я.

За весь період життя соціальний статус людини змінюється декілька разів, і при кожній зміні потребує від людини кардинальних змін у поведінці. Зміна соціального статусу у старості викликана, перш за все, обмеженням або припиненням трудової діяльності. Вихід на пенсію вимагає від людини похилого віку перегляду її способу життя, трансформації ціннісних орієнтирів. Виникає негайна потреба формування нової стратегії, яка б могла допомогти в подоланні кризи через відкриття нової цілі життя.

Науковці Г. Андреева [12], О. Краснова [123], Б. Ліверхуд [131], І. Малкіна-Пих [141], І. Шаповаленко [255], О. Хухлаєва [248] визначають період пізньої зрілості як період кризи, де особливе місце займає саме “криза виходу на пенсію”, суть якої полягає у суперечності між життєвими обставинами та бажанням людини продовжувати активну діяльність.

На думку К. Вишневської-Рошковської, раптовий перехід на пенсію втрачає свій стресовий характер, якщо вільний час заповнити різноаспектним курсом оздоровлення. Після припинення фахової діяльності у людини може з'явитися новий талант, який раніше не проявлявся. Реалізація прихованих прагнень може надати нові сили, покращити здоров'я, розгорнути творчість, часто досить цікаву і цінну для суспільства [41].

Таким чином, на основі вищезазначеного можемо зробити узагальнення: соціальна взаємодія - це процес, під час якого відбувається реалізація особистих інтересів та бажань й формування нових соціальних відносин.

Взаємини людей у соціальному середовищі виявляються через спілкування. Дефіцит спілкування спричиняє виникнення нової проблеми - самотності. Дуже часто люди похилого віку відчують себе самотніми, навіть покинутими, що звісно, позначається на їхньому самопочутті, задоволеності життям. Самотність є однією із складних проблем сучасної людини, на виникнення якої впливають не тільки суспільні, а й особистісні фактори. Так, в похилому віці є безліч причин, що можуть спричинити відчуття самотності: вихід на пенсію та зміна соціального статусу, втрата близьких та друзів, хвороби, звуження кола спілкування чи послаблення дружніх стосунків, сфер діяльності, бідність, пригнічення життєвої активності, відсутність належної підтримки та піклування з боку родини, тощо. Все це значно підсилює відчуття неповноцінності.

Проблеми самотності серед людей похилого віку вивчали такі вчені: В. Альперович [8], А. Капська [104], С. Максимова [140] та ін. Так, А. Капська розглядає напрями та завдання соціальної роботи з людьми похилого віку, а також проблеми самотності в цей період. Автор аналізує соціальний захист людей похилого віку та основні механізми його здійснення.

При аналізі наукової літератури нами було встановлено, що представники різних наукових шкіл описують різні причини та особливості переживання самотності: як патологію, хворобливий стан психіки людини, пов'язаний з неадекватною реалізацією устремлінь в міжособистісному спілкуванні (психодинамічні теорії – Г.Салліван, Д. Зілбург [198, 127]); як неприйняття людиною самої себе та незадоволеність якістю взаємовідносин між людьми (феноменологічний напрям – К.Роджерс [192]); як відсутність однієї з соціальних потреб – потреби у спілкуванні, зв'язках між людьми, потреби в самоповазі (Є.Фромм [240]); як результат блокування, що відбувається на

початку життя і призводить до порушення природнього розвитку людини (К.Хорні [247], Р.Мей, К.Роджерс [192] та ін.); як відсутність певних цінностей та сенсу життя (В.Франк [236]); як результат втрати людиною особистісно значущих зв'язків (інтегративна модель У. Салдера [197]) тощо.

На думку Я. Коломінського, людина, що має певні риси характеру, може зовсім уникнути самотності. Такі особистісні якості, як дружність, співчуття, вміння допомогти іншій людині, вміння організувати співпрацю (спільну діяльність), надійність і відповідальність, незалежність і самостійність, прагнення та вміння керувати. І навпаки, замкнуті, емоційно нестійкі, схильні до пригніченості, котрі тримаються з людьми на відстані, які вороже ставляться до інших людей – це переважно самотні люди, які нас оточують [114].

На думку Е. Фромма, самотність – переживання людиною стану відчуженості від суспільства. Цей стан можна розглядати як універсальне, стійке переживання, апріорі притаманне вільній особистості на всіх етапах її розвитку [240].

В свою чергу Д. Гев (D.Geuv), визначає самотність як почуття печалі, туги, що виникає в результаті неможливості побудови очікуваних, бажаних відносин з окремими аспектами оточуючого світу [278].

Самотність, особливо коли це глибоке і тривале переживання, знижує самооцінку особистості. Люди, які відчувають самотність в похилому віці, песимістичні, викликають почуття жалості до себе, вважають своє життя безглуздим. Такі люди замикаються в собі, ізолюються від суспільства.

Цікавий погляд на проблему самотності знаходимо в працях Б. Ананьева, який визначає, що парадокс людського життя полягає в тому, що у багатьох людей процес «вмирання» починається раніше, ніж фізичне старіння. Такий стан спостерігається у тих людей, які за власною ініціативою ізолюються від суспільства, що веде до звуження особистісних якостей та деформації структури особистості [64].

Самотність у старості досить неоднозначне поняття, що має соціальний зміст. Як соціальний стан, воно відображає психофізіологічний статус людини похилого віку, що ускладнює можливість до налагодження нових та підтримку старих зв'язків. Самотність можна розглядати як повне позбавлення людського спілкування людей похилого віку, що живуть в родинях, або ж як результат відсутності родини взагалі.

Основними причинами самотності є те, що людина в старості втрачає колишні соціальні ролі, права, часто втрачає рідних і близьких; настає певний духовний занепад, що призводить до звуження кола інтересів і соціальних контактів.

Проблема самотності та ізоляції людей похилого віку – це ще й проблема незатребуваності їх суспільством, самотності не тільки за умовами проживання, а й за відчуттям своєї непотрібності, коли людина вважає, що її не зрозуміли, недооцінили. Це породжує негативні емоційні переживання і депресію. Проблема самотності в старості набуває такої специфічної риси, як вимушене усамітнення, причиною якого є фізична неміч, труднощі при вирішенні повсякденних гігієнічних та побутових питань. Поряд з цими характеристиками, пов'язаними з переживанням самотності, виділяється така риса, як конфліктність, тобто схильність загострювати не тільки конфліктні, але найчастіше і просто ускладнені ситуації.

Як правило, з виходом на пенсію різко знижується рівень матеріального добробуту, поступово погіршується здоров'я і з'являється багато вільного часу. З припиненням професійної трудової діяльності, праця як засіб самореалізації та самоствердження втрачає свою значимість. Тому за таких умов дозвілля розглядається як один з важливих засобів реалізації сутнісних сил людини похилого віку, механізмом задоволення різних її потреб. Дозвілля як суспільна сфера здатна активізувати та відновити розвиток людини, сповільнити руйнівні процеси в організмі пов'язані зі старістю.

У вітчизняних і зарубіжних енциклопедіях та довідниках, дозвілля визначається як: “Вільний, незайнятий час, прогулянка, звільненість від

справ”[59], “Вільний від роботи час, на дозвіллі – вільний від справ”[161]. Головними ознаками дозвілля вважають свободу від обов’язків та добровільність участі (Ж. Дюмазедьє [68], М. Каплан [103]). Дозвілля передбачає звільнення людини від тих функцій, що покладають на неї різні соціальні інститути (сім’я, церква, суспільство). Фундаментальними ознаками дозвілля вважаються також: отримання задоволення, розваги та відпочинок, урізноманітнення життя.

Першим визначив компенсаційну функцію дозвілля та дозвіллевої діяльності Д. Рісмен [177]. На його думку, вільний час надає можливість повернутися до самого себе, стає джерелом індивідуалізації та автономізації.

Питання, пов’язані із завданнями та функціями дозвілля, розглядаються у працях Ж. Дюмазедьє [68], що визначає три функції дозвілля – відпочинок, розваги, розвиток особистості.

Дозвіллева діяльність виконує ряд важливих функцій у життєдіяльності людини, зокрема: *соціальна функція* дозвілля сприяє тому, щоб кожна особистість мала власну гідність, могла найти зміст свого існування, сприяє інтеграції людини в суспільство, задовольняє можливість самоідентифікації, дозволяє відчувати свою приналежність до певної спільноти. *Творча функція* дозвілля забезпечує не просто відпочинок та розваги людини, а й самовдосконалення у вільний час. *Пізнавальна функції* дозвілля постає складовим компонентом неперервної освіти, підкреслюючи важливість самовдосконалення й самоосвіти, духовного збагачення особистості. Вона дозволяє задовольнити потреби в додатковій інформації, в поширенні та набутті нових знань. *Ціннісно-орієнтаційна функція* полягає у формуванні системи ціннісних уявлень та орієнтацій особистості, мотивів, ідеалів, переконань, життєвої позиції і виявляється у ставленні індивіда до навколишнього середовища, до інших людей, до самого себе. Сприймаючи певні події, факти, предмети, наукові концепції, поведінку інших людей, навколишній світ, людина завжди оцінює та формує певне ставлення до них.

*Рекреаційна функція* спрямована на зняття виробничої перевтоми, психологічної перенапруги, відтворення фізичних, інтелектуальних, емоційних сил людини; на зміцнення здоров'я. *Комунікативна функція* дозволяє розширити можливості для спілкування, подолання самотності, знаходження нових друзів. *Виховна функція* дозвілля має специфічні особливості, які полягають у добровільному включенні людини в дозвілльєву діяльність і виявляється в цілеспрямованому розвитку особистісних потенціалів (пізнавального, ціннісно - орієнтаційного, творчого, комунікативного) [257, с. 62].

Для людини похилого віку особливе значення має проблема організації дозвілля як засіб профілактики соціальної ізоляції. Правильно організоване дозвілля значно покращує психічний стан людини похилого віку: піднімає настрій, заспокоює, пробуджує оптимізм, дає відчуття задоволеності життям.

Отже, аналіз біологічних та психологічних аспектів, соціальної характеристики людини похилого віку показав наявність різних проблем та труднощів в їх життєдіяльності. Вирішення цих проблем є необхідною умовою організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Вважаємо за необхідне окреслити найбільш типові проблеми та труднощі людини похилого віку, що в подальшому дозволить попередити їх соціально пасивну поведінку та визначити найбільш ефективні форми і методи соціально-педагогічної роботи з ними.

На основі аналізу наукових праць та практичного досвіду можна виділити наступні групи проблем та труднощів людей похилого віку: *проблеми пов'язані зі здоров'ям* (загострення хронічних та поява нових хвороб, зниження працездатності, порушення концентрації уваги, проблеми з запам'ятовуванням нової інформації, підвищена втомлюваність); *соціально-психологічні проблеми* (пов'язані зі зміною соціального статусу; неадекватна самооцінка, прояви дезадаптації, низька соціальна активність, емоційні проблеми, труднощі в

налагоджуванні соціальних зв'язків, низький рівень мотивації, відчуття втрати змісту життя, життєва незадоволеність; *дозвілєві проблеми (проблеми вільного часу)*; *проблеми ставлення з боку суспільства (дискримінація, ейджизм упереджене ставлення)*; *матеріальні проблеми (пов'язані з низьким рівнем матеріального забезпечення, фінансові труднощі)*.

Таким чином, люди похилого віку мають певні проблеми та труднощі, що пов'язані з процесом старіння і які суттєво впливають на якість життєдіяльності в період старості. Врахування та вирішення різних проблем та труднощів є головним завданням соціально-педагогічної підтримки в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Отже, проаналізувавши поняття «підтримка», «педагогічна підтримка», «соціальна підтримка», «соціально-педагогічна підтримка особистості» у науковій літературі (параграф 1.1) та окресливши характеристику людей похилого віку, ми можемо визначити дефініцію «соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку».

*Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку трактується нами як особливий спеціально організований вид соціально-педагогічної діяльності, спрямованої на виявлення та вирішення проблем даної категорії з метою збереження та зміцнення соціального і фізичного здоров'я людини похилого віку, активізації діяльності соціального спрямування, сприяння в реалізації її життєвих планів, у саморозвитку, самопізнанні, самовдосконаленні, збереженні життєвої активності та підвищення якості життєдіяльності.*

Таким чином, соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку має будуватись з врахуванням їх психофізіологічної витривалості, особливостей психічного розвитку, соціального статусу, потреб, інтересів, соціальної активності і реальних можливостей соціального середовища.

### **1.3. Забезпечення соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування**

Сьогодні українське суспільство переживає складну соціально-економічну ситуацію, що спричиняє катастрофічне падіння рівня життя населення. В останні роки в Україні спостерігається стійка тенденція до погіршення стану здоров'я населення, з кожним роком зростає кількість чинників, що негативно впливають на життєдіяльність людини. Особливо гостро ця проблема стоїть стосовно життєдіяльності соціально незахищених верств населення, зокрема людей похилого віку.

Будь-яка держава світу в процесі свого економічного розвитку повинна в першу чергу створювати сприятливі умови для того, щоб життя людей було довгим, здоровим і наповненим творчістю. Сучасна держава може стрімко розвиватися тільки за умови, якщо її економічна політика спрямована на поліпшення життєдіяльності громадян, розширення їх можливостей формувати власне майбутнє.

Поняття життєдіяльності існувало від початку існування людства, проте сам термін «життєдіяльність» є достатньо новим.

Визначаючи життєдіяльність, С. Рубінштейн акцентує увагу на тому, що вона дає можливість розкрити специфіку розвитку особистості. Науковець розглядає її як специфічну людську діяльність протягом всього життя суб'єкта, де акцент ставиться на активному бутті людини [194].

Поняття «життєдіяльність» синтезує два слова: «життя» та «діяльність». Щодо поняття «життя», то в науковій літературі є велика кількість його визначень. Так, наприклад, Аристотель окреслює життя як «харчування, ріст і старіння», академік І. Павлов як «складний хімічний процес», О. Опарін - як особливу, дуже складну форму руху матерії. Нам, в свою чергу, імпонує узагальнене визначення поняття, де життя – це такий спосіб існування систем,



який передбачає обмін речовин, енергією, здатність до саморегуляції, росту, розмноження і адаптації до умов середовища існування.

Оскільки в процесі обміну усього живого проявляється активність, то сам термін «життя» вже деякою мірою передбачає активну діяльність. На думку А. Ананьева [9, 10] та Д.Ельконіна [265], саме діяльність підкреслює зв'язок суб'єкта з оточуючим його середовищем.

У тлумачному словнику діяльність інтерпретують як «спосіб буття людини у світі, здатність її вносити зміни в дійсність»[209]. Вона виступає специфічно людською формою активності, необхідною умовою існування людського суспільства. Ця специфічність полягає в тому, що людина не лише пристосовується до навколишнього середовища, а й трансформує його для задоволення власних потреб, активно взаємодіє з ним, завдяки чому і досягає свідомо поставленої мети, що виникла внаслідок прояву у неї певної потреби.

Життєдіяльність — це складна система, яка здатна забезпечувати і підтримувати певні параметри умов життя і видів діяльності. Її можна розглядати як процес існування та самореалізації індивіда в єдності його життєвих потреб і можливостей.

Життєдіяльність – повсякденна діяльність, що здатна забезпечити людині своє існування, існування інших членів суспільства та шляхом навчання, спілкування, орієнтації, пересування, самообслуговування, контролю за своєю поведінкою, участі в трудовій та суспільній діяльності [94].

Загалом «життєдіяльність людини» можна визначити як процес збалансованого існування та самореалізації індивіда, групи людей, суспільства й людства в цілому в єдності їхніх життєвих потреб і можливостей [75, с.16-17].

Більш конкретним є розуміння «життєдіяльності людини» як специфічної активності людей, певних форм їхньої поведінки, які спрямовані на той чи інший об'єкт, процес чи явище. На основі такого підходу життєдіяльність людини можна диференціювати на три основні форми:

– аутонарна життєдіяльність – діяльність людини, що спрямована на власний організм;

– предметна життєдіяльність – діяльність людини, яка спрямована на такі об'єкти довкілля, які не виявляють доцільної реакції на неї;

– соціетарна життєдіяльність – діяльність людини, що спрямована на такі об'єкти довкілля, які реагують на неї доцільною зміною власної поведінки [63].

Ряд науковців: М. Фащевський, М. Немченко, Т. Палій, А. Старостенко – визначають життєдіяльність як складний комплекс взаємодії особистості й локальної сукупності людей з навколишнім світом, що стосується всіх сфер людського життя [128].

Відповідно до Закону України «Про реабілітацію інвалідів в Україні», життєдіяльність розглядається як повсякденна діяльність, здатність організму людини здійснювати діяльність у спосіб і межах, звичайних для людини [96].

Відтак, ми можемо говорити, що життєдіяльність поєднує фізичні, психологічні та соціальні функції людини, що можливо розкрити у середовищі, виражається у вигляді різних соціально-економічних відносинах, які мають суспільний характер. Ці відносини здійснюються на рівні як окремої особистості, так і людських спільностей, організованих за соціальною чи територіальною ознакою, і втілюються в певного роду діяльність.

Людина – відкрита система, яка не може існувати без природного та соціального середовища, без безперервного обміну з ним енергією, інформацією. Людина і середовище складають систему, між елементами якої в процесі еволюції склалась своєрідна динамічна рівновага [246].

Таким чином, ми можемо говорити, що середовище відбиває суб'єкт - об'єктні відносини і втрачає зміст без визначення того, до якого суб'єкта воно відноситься.

На думку Д. Марковича [143], середовище людини в загальному вигляді може бути визначене як сукупність природних і штучних умов, в яких людина реалізує себе як природна і суспільна істота. Дослідник визначає, що

середовище існування людини складається з двох взаємозалежних компонентів: *природний компонент*, що складається з живої та неживої природи та *суспільний компонент*, який поєднує суспільство та суспільні відносини, за допомогою яких людина реалізує себе як суспільно-діяльну істоту.

Водночас науковець М. Реймерс запропонував дещо інший підхід до аналізу структури середовища, виділивши чотири нерозривні взаємопов'язані компоненти-підсистеми: природне середовище, середовище породжене агротехнікою (квазіприроду), штучне середовище та соціальне середовище.

Природній компонент середовища людини складають чинники природного походження. Середовище квазіприроди – це всі елементи природного середовища, штучно перетворені та модифіковані людиною. Без постійного регулюючого впливу з боку людини, вони зазнають руйнування. Штучним середовищем М. Реймерс називає весь штучно створений людиною світ, що не має аналогів у природі і без постійної підтримки та відновлення людиною неминуче буде руйнуватись. І нарешті соціальне середовище – суспільство та різні суспільні процеси. Соціальне середовище в єдності з усіма іншими утворює, на думку науковця, сукупність людського середовища.

Так, людське середовище – це частина Всесвіту, де перебуває або може перебувати в даний момент людина, де відбувається її функціонування та життєзабезпечення [154].

Аналізуючи філософську літературу (Г.Арефьев [16], В. Барулін [21], В.Разін[189] та інші.) ми дійшли висновку, що методологічна функція поняття «життєдіяльність» пов'язана з діяльнісною інтерпретацією людського буття, а його семантичними аналогами є «соціальна життєдіяльність», «людське життя». Таким чином, життєдіяльність людини – сукупність різних форм її активності.

Життєдіяльність людини проходить в певній системі, що включає три компоненти: природній компонент (сукупність об'єктів природного походження та створені ними екологічні системи); соціальний компонент

(людина, групи людей, спільноти, соціум); штучний компонент (все те, що створено розумом і руками людини для забезпечення життєдіяльності). Штучний компонент, в свою чергу, можна поділити на побутове та виробниче середовище. *Побутове середовище* - середовище проживання людини, яке містить сукупність житлових споруд, будівель спортивного та культурного призначення та комунально-побутових організацій і установ. *Виробниче* – це те середовище, де відбувається трудова діяльність людини, комплекс підприємств, організацій, установ, засобів транспорту, тощо для здійснення професійних завдань [129].

Середовище в єдності трьох його складових перебуває в постійній взаємодії з людиною, здійснюючи прямий чи опосередкований вплив на неї та змінюючи її. Крім того, сама людина під впливом цієї взаємодії може змінюватись та змінювати середовище відповідно до своїх потреб і можливостей. При такій взаємодії можлива зміна якісних характеристик як особистості, так і якості самого середовища.

У межах нашого дослідження, поняття «людське середовище» ми розглядаємо як тотожне середовищу життєдіяльності людини, розуміючи під ним цілу систему взаємопов'язаних природних і антропогенних об'єктів та явищ, де проходить праця та відпочинок людини. Ця система, крім того, включає природні, соціальні та штучно створені чинники, що прямо чи опосередковано впливають на життя та діяльність людини.

Вивчення взаємовідносин людини з навколишнім середовищем привело до виникнення уявлень про властивості середовища, які виражаються у сприйнятті його людиною з точки зору її потреб:

- стійкість середовища – його властивість до самозбереження та саморегуляції;

- еластичність середовища (гнучкість, мобільність) – його властивість в певних межах змінювати свій стан під дією зовнішніх чинників і повертатись у вихідний стан після припинення їх дії;

- ємкість середовища – властивість сприймати без змін свого стану вплив чинників, що негативно діють з боку суб'єкта;
- інерція середовища – властивість в певних межах протидіяти впливу зовнішніх чинників без зміни свого стану;
- якість середовища - сприятливість середовища для функціонування, життєзабезпечення в ньому людині [129].

У контексті нашого дослідження, *життєдіяльність людей похилого віку ми визначаємо як складну систему взаємовпливів людини похилого віку та її життєвого середовища, через різні види діяльності, яка здатна, виходячи з потреб і можливостей, забезпечувати і підтримувати певні її параметри та якість. В межах нашого дослідження, життєвим середовищем виступає Територіальний центр соціального обслуговування (надання соціальних послуг).*

Базуючись на теорії діяльності О. Леонтєва, спробуємо розглянути структуру життєдіяльності людини похилого віку в умовах територіального центру, що схематично представлена на рисунку 1.1. Так, науковець визначає основні компоненти діяльності: мотиваційний, цільовий та операційний. [ ]

Мотиваційний компонент структури діяльності пов'язаний з потребами, що породжують інтереси, а отже, визначають спрямованість особистості. В якості методологічної основи нами використовується концепція самоактуалізації (А. Маслоу). Її автор акцентує, що людина постійно відчуває брак чогось, а як наслідок, дискомфорт та прагнення подолати існуючі негаразди. Отже, можемо говорити, що потреби виникають в результаті появи тієї чи іншої проблеми в життєдіяльності людини на різних вікових періодах. Відтак, всі потреби А. Маслоу, поділяє на фізіологічні, потреби в безпеці, потреби в любові, потреби в повазі та визнанні та потреби в самоактуалізації [145].

Реалії сьогодення полягають у тому, що люди похилого віку мають цілу низку гострих проблеми, а саме: низький рівень матеріального забезпечення, проблеми самотності та ізоляції, поява нових та загострення існуючих хвороб;

проблеми у ставленні з боку суспільства, ейджизм, як прояв дискримінації; проблеми підвищеної тривожності та дискомфорту, сам вихід на пенсію та пов'язана з ним зміна соціального статусу та способу життя (див 1.2). Ці проблеми тісно пов'язані між собою та в своїй єдності погіршують становище людей похилого віку в соціумі, заважають нормальній життєдіяльності, породжують незадоволеність.

Наявність проблем породжує потребу в їх усуненні. К. Хорні вважала, що людині з дитинства притаманні дві потреби: задоволення біологічних потреб (їжа, вода, відпочинок, притулок) та потреба в безпеці [247].

Натомість Е. Фромм, описував п'ять екзистенційних потреб людини: потреба у встановленні зв'язків, потреба в подоланні перешкод, потреба в ідентичності, в приналежності, потреба в системі поглядів [240].

Привертають увагу погляди Е. Алларда, який визначає три складові системи базових потреб: «мати», «бути», «любити». Складова «мати» характеризує матеріальні умови, умови проживання, освіти, здоров'я, зайнятість та умови праці. Складова «любити» визначає потребу у спілкуванні. Складова «бути» охоплює активність, інтеграцію в суспільстві, гармонію з самим собою, природою та суспільством [269].

Акцентуючи увагу на основних потребах людини у старості, ми проаналізували наукові доробки вчених та встановили, що потреби людей похилого віку в спілкуванні вивчалися М. Єрмолаєвою [72], Г. Крайгом [122], О. Хухлаєвою [248]. Потреби в дружбі, любові, емоційній близькості розглядали В. Альперович [8], Р. Грановська [57]; потреби в самоповазі, самовираженні вивчала І. Малкіна-Пих [141]. Творчі потреби та необхідність творчої діяльності виступали предметом дослідження в роботах Е. Холостової [245]. Потреби людей похилого віку в освіті вивчали О. Агапова [4], С. Архипова [17], Т. Кононігіна [4, 115] тощо.

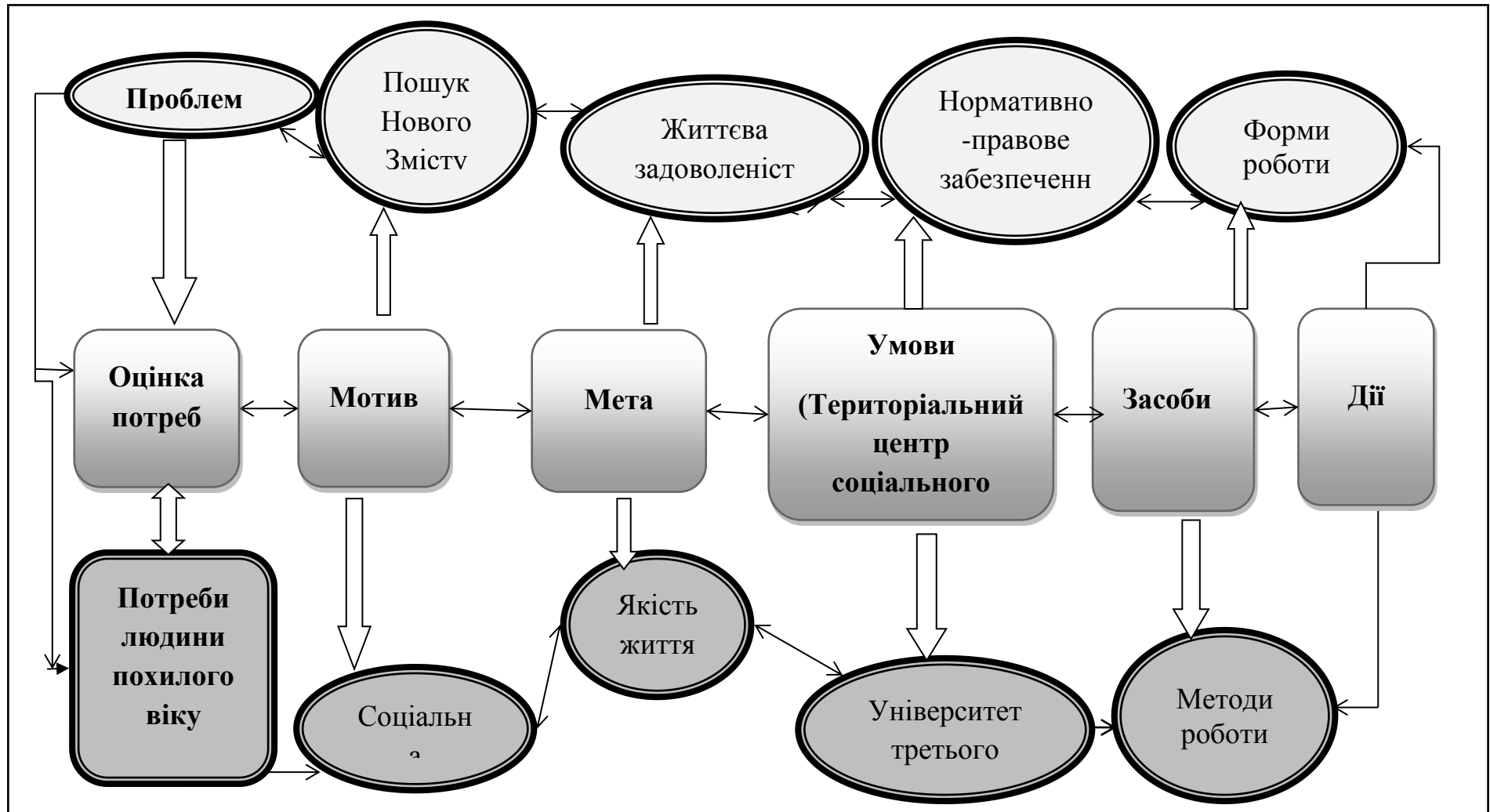


Рис. 1.1. Структура життєдіяльності людини похилого віку в умовах Територіального центру соціального обслуговування

Такі науковці, як: О. Краснова [123], К. Рошак [193], Л. Анциферова [15] в своїх роботах відмічають, що перелік потреб людини похилого віку залишається таким, як і в попередні періоди життя, проте змінюється сама їх структура та ієрархія. Так, центральними стають потреби в творчості, самореалізації, почуття спільності, активізації життя людини похилого віку.

Нашу увагу привернули наукові доробки Н. Єрмак [71]. Авторка, досліджуючи можливості художнього мистецтва щодо підвищення якості життя у старості, поділяє потреби людини похилого віку на дві складові: об'єктивну – матеріальні потреби та суб'єктивну – духовні. *Матеріальні* потреби людини похилого віку містять три блоки: фізіологічні потреби (потреба в їжі, диханні, фізичною активності, здоров'ї); потреби в комфортному середовищі (задоволення житлово-побутових та екологічних потреб) та матеріально-соціальні потреби (потреба в праці, задоволення економічних потреб). *Духовні* потреби людини похилого віку представлені науковцем двома складовими: міжособистісна комунікація (це потреба у приналежності до соціальної групи, у спілкуванні, дружбі, любові, успішності, потреба поваги та визнання) та самоактуалізація (потреба самореалізації, пізнанні, розвитку, освіті, творчості). Другим важливим моментом є те, що від міри реалізації потреб залежить якість життєдіяльності та життєва задоволеність.

Визначаючи потреби людей поважного віку, Т. Коленіченко акцентує увагу на таких з них:

- потреба у освіті (отримання нових знань);
- потреба у відвідуванні груп, які спрямовані на підтримку фізичного стану людини похилого віку;
- потреба у збільшенні спілкування між однолітками та родичами (потреба у спілкуванні, отримання та обміні досвідом з людьми похилого віку, які мають спільні інтереси);
- потреба у передачі свого досвіду та знань молодому поколінню;
- потреба у отриманні інформації про права людини похилого віку;



- потреба у самореалізації через заняття творчою діяльністю;
- потреба у відвідуванні культурних центрів (музеїв, концертних програм, бібліотек);
- потреба у тому, щоб впливати на події, які відбуваються у суспільстві через участь в суспільних та політичних організаціях;
- потреба у отриманні якісних медичних послуг [113].

Однією з основних умов визначення мети діяльності, а в подальшому засобів для її реалізації є оцінка індивідуальних потреб сучасної людини похилого віку. Ми солідарні з поглядами Т. Коленіченко, яка стверджує, що оцінка потреб людини поважного віку є однією із важливих умов якості надання соціальних послуг клієнтам і є досить важливим аспектом у вирішенні проблеми підтримки людини поважного віку в умовах трансформації України [113]. За визначенням І. Зверєвої, *оцінювання* - це фундаментальна технологія, орієнтована на з'ясування потреб клієнтів, системний моніторинг процесу надання послуг (допомоги, підтримки тощо) і досягнутих результатів, аналіз фінансових витрат і прогнозування економічного ефекту; це певний процес визначення базових даних, необхідних для подальшого планування результативної роботи з клієнтом з метою подолання його складних життєвих обставин [98, с. 107].

Таким чином, оцінка потреб людини похилого віку стає тим фундаментом, на якому має будуватись вся система соціального обслуговування даної демографічної групи населення, оскільки саме вона дає вичерпну інформацію щодо життєдіяльності людини та скеровує процес вибору оптимальних типів втручання. Слід звернути увагу і на те, що лише комплексний підхід до оцінки потреб клієнта, який дозволяє врахувати всі аспекти життєдіяльності людини похилого віку та залучити різнопрофільних спеціалістів до самого процесу оцінки, здатен забезпечити в подальшому якість надання соціальних послуг Територіальним центром соціального обслуговування, їх оптимальний перелік та обсяг конкретно до кожного

клієнта. Як інструмент надання соціальних послуг, оцінка потреб допомагає визначити: межі втручання фахівців соціальної сфери; коло спеціалістів, здатних допомогти у вирішенні проблеми; форми і методи роботи, що найкращим чином відповідають потребам.

Звертаючись до Мадридського міжнародного плану дій з проблем старіння знаходимо пріоритетні напрями, що можуть стати основою для оцінки потреб людини похилого віку, а саме:

- забезпечення охорони здоров'я та добробуту;
- створення сприятливих умов для індивідуального розвитку людини впродовж усього життя;
- активна участь людини похилого віку в розвитку суспільства [138].

Відповідно до наказу Міністерства охорони здоров'я «Про затвердження інструкції про встановлення груп інвалідності» від 22.04.2004 визначено критерії життєдіяльності людини, а саме: здатність до самообслуговування, пересування, орієнтація, спілкування, навчання, контроль своєї поведінки, виконання трудової діяльності. Ці критерії також можуть стати основою при оцінці потреб людини похилого віку.

Звертаючи увагу на Декларацію прав старої людини, прийняту Генеральною Асамблеєю ООН в 1991 році, можна виділити основні принципи, морально-етичних норм щодо людей похилого віку:

- принцип незалежності (можливість отримувати медичну допомогу, притулок, одяг, їжу, можливість працювати, жити в безпечному оточенні, отримувати освіту, фахову підготовку та брати участь в інших формах навчання);
- принцип участі (можливість брати активну участь у розробці та реалізації політики, що безпосередньо впливає на їхній добробут, мати можливість створювати рухи, асоціації, добровільно здійснювати діяльність, що відповідає їхнім інтересам та можливостям);

– принцип піклування (забезпечення послугами в галузі охорони здоров'я, доступними соціальними та юридичними послугами, мати можливість користуватися послугами спеціалізованих установ, що забезпечують захист, підтримку, реабілітацію);

– принцип самореалізації (можливість для реалізації свого потенціалу, мати можливість користуватись освітніми, культурними, духовними та відпочинковими ресурсами суспільства);

– принцип гідності (можливість жити у гідності та безпеці і не підлягати експлуатації та насильству. Ставлення до літніх людей має бути справедливим, вони мають шануватися незалежно від їхнього особистісного внеску в розвиток економіки) [42].

Опираючись на думку О. Леонтєва [130] про те, що діяльність детермінована наявністю мотиву, вважаємо за необхідне розглянути проблему провідної діяльності людини в похилому віці, оскільки саме вона може впливати на формування ієрархії потреб, мотивів та цілей. Якщо ситуація з визначенням провідної діяльності на всіх вікових етапах розвитку особистості більш менш однозначна та загальноживана, то в період старості ця проблема носить дискусійний характер. Так, наприклад, Л. Фрідман [237] виділяє такі види провідної діяльності: емоційно-безпосереднє спілкування немовляти з дорослими, предметно-маніпулятивна діяльність дітей раннього віку, сюжетно-рольова гра дошкільника, навчальна діяльність молодшого школяра, інтимно-особистісне спілкування підлітків, професійно-навчальна діяльність юнаків, трудова діяльність. Однак, ці види провідної діяльності не стосуються вікового періоду старості, а аналізуючи систему життєдіяльності людини похилого віку, ми можемо констатувати, що взаємодія з соціальним, виробничим та природним середовищем порушується, оскільки в ній зникає важливий компонент – виробничий. Людина похилого віку, вийшовши на пенсію, поступово припиняє трудову діяльність, а отже, така діяльність втрачає своє провідне значення. Крім того, зі зміною соціального статусу страждає і

взаємозв'язок з соціальним середовищем, оскільки зменшуються соціальні контакти, людина може відчувати брак спілкування, страждати від самотності та часто ізолюватись від соціуму. Можна помітити зміни у взаємодії з природним середовищем. Через вікові зміни в організмі, людина похилого віку стає більш вразливою до впливу природних факторів (шум, тиск, вологість), погіршується її здоров'я.

Науковці Г. Крайг [122] та Р. Пек наголошують, що успішне старіння можливе, якщо людина зможе пристосуватись до неминучого фізичного дискомфорту або знайти таке заняття, що здатне відволікти її від проблем.

Провідна діяльність у період похилого віку може бути спрямована на збереження особистості (підтримка та розвиток соціальних зв'язків), або на уособлення, індивідуалізацію, тобто «виживання» на фоні згасання психофізіологічних функцій [110].

Провідною діяльністю в похилому віці, на думку А. Лідере, є особлива «внутрішня робота», суть якої полягає у прийнятті себе та свого життєвого шляху. Якісне життя в цьому віці, на думку А. Лідере та Є. Еріксона, пов'язане з переоцінкою свого життя, підбиттям підсумків, усвідомленням та прийняттям життя [132]. А. Лідере наголошує, що для людини похилого віку майже вичерпані можливості вагомих змін її життєвого шляху, але людина може безкінечно працювати внутрішньо.

Інший погляд на провідну діяльність в похилому віці має С. Вершловський, визначаючи її як міжособистісні стосунки [40]. В свою чергу М. Ермолаєва пропонує в якості провідної діяльності в похилому віці розглядати структурування та передачу досвіду. Саме через передачу досвіду людина може позитивно еволюціонувати в старості [72].

Всесвітня Організація Охорони Здоров'я пропагує сьогодні ідею активного старіння – концепцію, направлену на формування політики, що підтримувала б активність людини похилого віку максимально довго. Активне старіння сьогодні розглядається як процес оптимізації можливостей для

фізичного, соціального, психологічного благополуччя з метою збільшення тривалості життя, підтримки високого його рівня та якості.

Згідно з науковими працями Б.Ананьєва [9], збереження особистості в пізньому віці залежить від рівня її соціальної активності. Отже, якщо людина не втратила живий зв'язок з сучасністю, продовжує виконувати суспільні ролі, у неї не відбувається деформації особистості.

Зростаюча увага дослідників до проблем життєдіяльності людини похилого віку в суспільстві призвела до глибокого вивчення різних факторів соціального розвитку особистості, серед яких особливий інтерес сьогодні викликало включення людей в неперервну освіту, яка володіє особливими педагогічними ресурсами, що здатні впливати на якість життєдіяльності людей похилого віку.

Реалізація пізнавальних потреб в навчальній діяльності активізує компенсаційні механізми психіки та інтелекту людини похилого віку, які сприяють як біологічному, так і психологічному вітаукту [239].

В своєму дослідженні ми акцентуємо, що провідною діяльністю в період старості може виступати освіта впродовж всього життя. Ідея неперервної освіти займає помітне місце серед прогресивних ідей ХХІ ст. Значення цієї ідеї достатньо глибоке, оскільки мета полягає в тому, щоб забезпечити кожній людині можливість розвитку, самовдосконалення, творчого оновлення, когнітивної самореалізації, тобто активності в суспільстві в цілому.

Англійський вчений Р. Дейв [278] розглядає освіту впродовж життя як процес особистісного, соціального і професійного розвитку індивідів протягом життя задля підвищення якості як власного особистого життя, так і їхнього соціального оточення.

Українська дослідниця Т. Скорик, дає своє визначення поняттю "освіта впродовж життя", розглядаючи її як безперервний процес набуття знань, розвитку професійних та особистісних компетентностей, що здійснюється через

різні форми освіти та самоосвіту і забезпечує можливість самореалізації особистості у різні вікові періоди [206].

Освіта впродовж життя містить усі типи навчання: формальне, неформальне та інформальне навчання в усі вікові періоди. Формальне навчання вміщує офіційну систему освіти країни, що в результаті надає диплом стандартного зразка, неформальне навчання – освіту поза формальною її системою (не надає документа в результаті); інформальне навчання – це процес формування і збагачення установок, освоєння нових знань і вмінь, що відбувається поза межами системи освіти як специфічним соціальним інститутом, тобто в ході повсякденної життєдіяльності людини через спілкування, читання, відвідування установ культури, навчання на своєму досвіді і досвіді інших [147, с. 7].

Науковці в галузі освітньої геронтології розрізняють два види освіти людей похилого віку: формальна освіта – можливість отримати / підвищити кваліфікацію для продовження професійної діяльності; неформальна освіта – можливість покращити спосіб та якість життя, підтримувати активність після виходу на пенсію [287].

Аналіз наукової літератури з питань освітньої геронтології засвідчив, що упродовж останнього десятиріччя активно здійснювалися порівняльно-педагогічні дослідження розвитку освіти людей похилого віку в найбільш розвинених країнах світу. У контексті нашого дослідження значний інтерес становлять праці науковців з проблем:

а) освіти упродовж життя: С. Басс (S. Bass) [270], Є. Бреді (E. Brady) [271], Г. Д. Фішер (J. Fisher) [277] та ін.;

б) освіти дорослих і старших дорослих: М. Бреді (M. Brady) [271], П. Ласлет (P. Lasslett) [283], Б. Фіндсен (B. Findsen) [276] та ін.;

в) особливості навчання людей похилого віку: К. Вакс (Q. Wacks) [286], Р. Хавігхурст (R. Navighurst) [285] та ін.

Концептуальною основою освіти дорослих є «андрагогіка» – наука та мистецтво допомоги дорослим у навчанні. Польський учений Л.Турос визначає, що андрагогіка – це наука про цілі, умови, результати та закономірності свідомого, організованого навчання та виховання дорослих людей, а також самоосвіта та самовиховання [99].

Самостійною науковою дисципліною про виховання, навчання, супровід і підтримку людей після закінчення професійної діяльності з метою їх подальшого розвитку є «герагогіка». Як самостійна теоретична та практична наука вона формувалась під впливом інших наук, а саме: геронтології, психології, соціальної геронтології, геронто медицини.

Педагог Я. Коменський підкреслював, що кожен вік призначений для навчання. Вчений рекомендував створювати школи для людей похилого віку, в яких навчали б, яким чином хотіти та вміти насолоджуватись здобутками життя, як правильно закінчити своє земне життя та радісно перейти в життя вічне. Іншими словами, такі заклади сприяли б адаптації людини до змін та нових умов життєдіяльності, пов'язаних з настанням старості.

Таким чином можна констатувати, що вік – не є бар'єром для навчання, однак старшим людям необхідно отримувати спеціальну допомогу, щоб подолати свою невпевненість і низьку швидкість навчання.

Ідею організації вищих народних шкіл запропонував Ж. Кондорсе, що мали бути відкритими для всіх незалежно від віку. Головною метою таких закладів було вдосконалення особистості, покращення умов її життя, підвищення ефективності виконання суспільних обов'язків [15].

Освіту людей третього віку (геронтоосвіту) І. Сагун [196] розглядає як складову освіти впродовж життя, форму соціокультурної самореалізації особистості людей третього віку, соціальне явище. Її розвиток зумовлений глобалізаційними та інтеграційними процесами, демографічними чинниками, комплексом внутрішніх і зовнішніх політичних, соціально-економічних та освітніх потреб дорослої людини і суспільства. Освіта людей похилого віку

направлена на активізацію, що розуміється нами як педагогічний вплив, що впливає на самореалізацію. Результатом є включення людини похилого віку в соціально-культурну діяльність, розвиток соціальних зв'язків.

Німецькі дослідники Е. Бубольц-Лутц [274], Х. Петцольд [275], Е. Шлутц [153] акцентують увагу на тому, що освітня діяльність з людьми похилого віку направлена на подолання процесів старіння, розвиток особистості, її самореалізацію, активність. Дослідники розглядають освіту в похилому віці як багатоаспектну проблему, подолання негативних змін, що пов'язані з віком; як можливість забезпечення рівних шансів та можливостей; задоволення потреб, подолання життєвих проблем; особистісну ініціативну до збагаченого життя.

На думку С. Басса (S. Bass), більшість вікових фізичних і психологічних порушень можна долати завдяки «щоденній рутинній діяльності» [270]. І. Волкер (I. Walker) стверджував, що «залучення до освітньої та соціокультурної діяльності значно знижує вплив труднощів, з якими людина часто стикається у похилому віці» [287].

Освіта літніх людей, за поглядами Ф. Дітманн-Колі, сприяє розвитку політичної активності, допомагає людям набути статусу, знайти сенс життя. Освіту вона називає «ключем до культурної участі, вихідним пунктом для самоорганізації» [115].

Отже, навчання в похилому віці слід розглядати як повноцінне, розумне заняття вільного часу, організацію самого себе та свого оточення з метою якісного життя у старості.

Включення людини похилого віку в навчальну діяльність, наповнення життя новим змістом, дозволяє пом'якшити віковий криз та адаптуватись до нових соціальних ролей та вікових змін. Така діяльність значно розширює коло інтересів та життєвий простір людини, дозволяє планувати свій час наповнюючи його змістом, переміщуючи акцент від проблем на розвиток себе як особистості.



Навчання впродовж усього життя створює можливість отримати конкретні знання, що дозволяють людині старшого віку правильно оцінити мінливе в часі соціально-економічне становище суспільства, реалізувати свій внутрішній потенціал, зберегти гідність, знизити ризик соціальної ізоляції та знайти своє місце у нових умовах, причому не тільки як одержувача допомоги, але і як активного члена суспільства. Сучасне суспільство поступово приходить до усвідомлення необхідності створення належних умов для навчання людей похилого віку [116].

Інститут освіти людей похилого віку формує адаптаційно-компенсаційний, інформаційний простір, емоційно-насичене середовище, в якому людина похилого віку отримує задоволеність, соціальний та психологічний комфорт, вирішує існуючі проблеми.

Головним завданням освіти людей похилого віку є формування навичок активної та ефективної участі в усіх сферах життя. Цього можливо досягнути, шляхом задоволення конкретних освітніх потреб людей похилого віку, таких, як отримання чи підвищення якості професійних навичок, збереження здоров'я, повноцінне дозвілля, особистісний розвиток [223].

Так, в своєму дослідженні ми акцентуємо, що сьогодні в умовах розвитку інформаційних технологій та загально прискореного ритму життя, потреба в постійному оновленні знань та їх своєчасності є особливо актуальною. Відтак, провідною діяльністю в похилому віці, на наш погляд, може стати освіта впродовж життя.

Таким чином, ми можемо припустити, що мотивом життєдіяльності людини похилого віку є пошук нового змісту життя та соціальна адаптація до нових умов життєдіяльності через включення в навчальну діяльність. З появою цілі життя саме життя з безконтрольного процесу перетворюється в особливий різновид людської діяльності.

Розглядаючи цільовий компонент структури діяльності, наближаємось до визначення мети (цілі). Ми вважаємо, важливим показником психологічного,

мотиваційного здоров'я, яке проявляється у наявності інтересу до життя і потреби його продовжувати, є почуття задоволеності в період старості. Тому розглядаємо життєдіяльності людини похилого віку як цілісну систему, середовище життєдіяльності, що дозволяє відчувати задоволеність в залежності від реалізації потреб.

*Задоволеність* ми розглядаємо як ступінь розриву між реальними задоволеними та бажаними людиною у задоволені потребами. При цьому ми наголошуємо, що немає жодної людини, яка була б повністю задоволена власним життям та повною мірою реалізувала свої потреби. Підтвердження думки знаходимо в теорії А. Маслоу [146] про те, що чим кращі умови життя у людини і чим більше своїх потреб вона задовольняє, тим більшим буде прагнення до задоволення вищих потреб, до підвищення якості життєдіяльності.

На думку Г.Осипова, формування почуття задоволеності включає: об'єктивні характеристики соціального положення; суб'єктивні характеристики сприйняття цього положення; оцінку [164]. Об'єктивні чинники визначають три основні складові:

- 1) *умови та ресурси життєдіяльності;*
- 2) *реальне народонаселення* (кількість, щільність й демографічний склад);
- 3) *механізми життєдіяльності* – рівень науково-технологічної озброєності людини (людства) та соціальних відносин.

Суб'єктивні чинники пов'язані з людиною та суспільством – індивідуальною й суспільною свідомістю, соціокультурними інтересами та цінностями часу, соціальними інституціями, рівнем духовного розвитку тощо [129]. Суб'єктивні чинники пов'язані з оцінками сприйняття людиною свого життя. Це задоволеність життєвими умовами, соціальним статусом, фінансовим положенням та сімейними відносинами. Ми говоримо, що за таких умов життєдіяльність оцінюється через призму пізнання суб'єкта, через його відчуття щастя та нещастя, задоволеності чи незадоволеності.

Якість життя А. Беляєва розглядає як комплексну характеристику життєдіяльності, виражену в об'єктивних показниках та суб'єктивних оцінках задоволеності матеріальних, культурних, духовних потреб та пов'язана з сприйняттям людиною свого положення у суспільстві в залежності від культурних особливостей, системи цінностей та стандартів, що існують в даному суспільстві [25].

Таким чином, можна говорити, що *якість життєдіяльності* людини похилого віку – це міра її суб'єктивної життєвої задоволеності від реалізації потреб.

Людина, яка задоволена своїм життям, має позитивне самопочуття, невід'ємною частиною якого, на наш погляд, є новий позитивний особистісний зміст життя в нових соціальних умовах, збереження людської гідності та інтеграція в суспільну діяльність.

Сьогодні особливо важливим, на нашу думку, є твердження науковця про те, що навіть в умовах суспільної кризи людина похилого віку є суб'єктом своїх відносин зі світом і може знайти нові шляхи включення в життя суспільства

Для виконання людиною будь - якої дії чи вчинку необхідна наявність сприятливих умов середовища. Забезпечення створення, підтримки та розширення таких умов є першочерговим завданням людини як суб'єкта діяльності, суспільства та держави в цілому.

Сприятливі умови життя, на думку Л. Ємельяненко, це умови довкілля, праці та побуту, які здатні забезпечити та поліпшити здоров'я населення [232]. Означену думку підтверджує О. Панагушина [165] й визначає, що умови – це багатопланова та змістовно наповнена дефініція, яка за своєю суттю є комплексом певних обставин, від яких залежить формування відносин, що зумовлюють взаємодію та розв'язання цілісних завдань.

На нашу думку, умови життєдіяльності – комфортні параметри середовища, які дозволяють мінімізувати шкідливий вплив на людину, створюють можливість для задоволення її потреб. В контексті нашого

дослідження, говорячи про комфортні умови середовища, ми маємо на увазі ресурси та можливості територіального центру соціального обслуговування.

В Україні, саме з метою створення можливості для забезпечення нормального функціонування людини похилого віку, що пов'язане із задоволенням широкого спектру її потреб та формування життєвої задоволеності, і діє система соціального обслуговування, що реалізується переважно в умовах територіального центру соціального обслуговування, що є спеціалізованою державною установою.

Відповідно до покладених на центр завдань, він забезпечує реалізацію таких соціальних послуг, як: догляд вдома; денний та стаціонарний догляд; соціальна адаптація; консультування; представництво інтересів; посередництво; соціальна профілактика; соціально-економічні послуги та інші. Окрім того, центри впроваджують інноваційні моделі надання соціальних послуг на рівні громади, а саме: надання територіальними центрами соціальних послуг особам з психічними захворюваннями за місцем проживання; сприяння розвитку системи транспортних засобів особам похилого віку (транспортні послуги); створення університетів третього віку для осіб похилого віку; розвиток у громаді послуг з медико – соціальної опіки та паліативної допомоги [228].

Сьогодні в Україні застосовується новий підхід до організації соціальних послуг людям похилого віку, що ґрунтується на дотриманні державних стандартів, обов'язковою умовою яких є система моніторингу та контролю надання соціальних послуг, що ґрунтується на принципах адресності та індивідуального підходу, доступності та відкритості, добровільності вибору отримання чи відмови від надання соціальних послуг, гуманності, комплексності, максимальної ефективності використання бюджетних та позабюджетних коштів суб'єктами, що надають соціальні послуги, законності, соціальної справедливості, забезпечення конфіденційності суб'єктами, що надають соціальні послуги, дотримання суб'єктами, що надають соціальні послуги, державних стандартів соціальних послуг, етичних норм і правил [97].

Державні стандарти надання соціальних послуг покликані встановити мінімальний, гарантований державою рівень надання соціальних послуг, що є доступним для всіх без винятку отримувачів послуг. Окрім того, державні стандарти забезпечують створення ринку соціальних послуг, де діє механізм конкуренції, що стимулює суб'єктів надання соціальних послуг до підвищення рівня їх якості. Створення конкурентного середовища та активізація ринку соціальних послуг сприятиме розробці інноваційних моделей соціального обслуговування, а значить підвищить рівень задоволення потреб населення.

Отже, Територіальний центр соціального обслуговування здійснює свою діяльність відповідно до: Державного стандарту догляду вдома (наказ Міністерства соціальної політики України № 760 від 13.11.2013р); державного стандарту соціальної адаптації (наказ № 514 від 18.05. 2015р); державного стандарту соціальної послуги консультування (наказ № 678 від 02.07. 2015р.); державного стандарту соціальної послуги профілактики (наказ № 912 від 10.09. 2015р.); державного стандарту паліативного догляду (наказ № 58 від 29.01. 2016р.) державного стандарту стаціонарного догляду (наказ № 198 від 29.02. 2016р.); державний стандарт денного догляду (наказ № 452 від 30.07. 2013р.); державного стандарту соціальної послуги представництво інтересів (наказ № 1261 від 30.12. 2015р.) та державного стандарту соціального посередництва (наказ № 892 від 17.08. 2016р).

Надавання соціально-педагогічної послуги людям похилого віку, тобто впровадження ідеї освіти протягом всього життя в умовах Територіального центру соціального обслуговування, розпочалось відповідно до наказу Міністерства соціальної політики України «Про впровадження соціально-педагогічної послуги «Університет третього віку» в 2011 році.[156] Проте ідея освіти протягом всього життя отримала свою практичну реалізацію ще в 1844 році з відкриттям першої народної школи в Данії. Вперше в країнах Європи в навчальних закладах вищої школи стали створювати спеціальні факультети для людей пенсійного віку, які навчалися за розробленими для них програмами, або

їм надавалася можливість прослуховувати курс лекцій разом зі студентами звичайних дисциплін. Пізніше громадські організації пенсіонерів, центри місцевого самоврядування, центри здоров'я почали створювати школи для навчання. Вони одержали назву університети третього віку (УТВ), що потім об'єдналися у Міжнародну асоціацію УТВ [115].

Сьогодні в Європі Університети третього віку існують в двох формах: перші знаходяться при вищих навчальних закладах, а другі – існують самостійно.

Розвиток Університетів третього віку в Україні пов'язаний, на нашу думку, з такими світовими тенденціями, як:

– старіння населення: збільшення частки людей похилого віку в структурі населення вимагає формування нових уявлень про старість та процес старіння. Україна за часткою населення у віці понад 60 років входить до тридцятки найстаріших держав, займаючи наразі 25-26 місце у рейтингу країн світу за цим показником. Це в свою чергу спричиняє необхідність підвищеної уваги держави до проблем даної категорії населення;

– XXI століття характеризується глобальною комп'ютеризацією. Розвиток системи комп'ютерної освіти дозволяє сьогодні, залучити людей похилого віку до освоєння нових інформаційних технологій, що можливо лише через геронтоосвіту;

– в XXI столітті, столітті глобалізації, значення освіти протягом життя значно підвищується, оскільки зростають вимоги до знань, нових умінь, вимагається інший рівень компетентності. За таких умов виникає необхідність поглиблювати знання та розвивати компетентності, які дозволяють кожному громадянину адаптуватись до суспільства, що побудоване на знаннях; активно приймати участь в усіх сферах соціального та економічного життя.

Звертаючись до результатів дослідження І. Сагун [196], перш за все, було встановлено, що освітні послуги для людей похилого віку в Україні можуть надатися: центрами освіти дорослих, організованими при державних

зкладах (зокрема при бібліотеках, будинках культури, музеях); інститутами підвищення професійної кваліфікації фахівців у різних галузях; громадськими організаціями; університетами третього віку, організованими при навчальних закладах.

Відповідно до “Концепції освіти дорослих в Україні” [116], освітні програми для літніх людей можуть реалізовувати заклади вищої та загальної середньої освіти, громадські організації, культурно-просвітницькі установи, благодійні фонди та ін.

Таким чином, на основі вивчення досвіду геронтоосвіти можна окреслити структуру «Університетів третього віку» в Україні:

- соціально-педагогічна послуга «Університет третього віку» як структурний підрозділ Територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг), державна безкоштовна послуга;
- освітній центр «Університет третього віку» як структурний підрозділ державних вищих навчальних закладів вищої освіти;
- проектна діяльність «Університет третього віку» як конкретна діяльність громадської організації.

Концепція розвитку освіти України на період 2015-2025 років визначає, що освіта мусить перетворитися на систему, здатну до саморегуляції, відповідно до викликів суспільного розвитку, які постійно змінюються [116].

Одним із викликів суспільного розвитку стала сьогодні потреба людей похилого віку в оволодінні новими компетенціями, серед яких особливе місце займає комп’ютерна, фінансова, життєтворча грамотність.

Отже, навчання дорослих у пенсійному віці в Україні – це неформальна освіта, що має за мету особистісний розвиток, соціальну адаптацію та збереження активної життєвої позиції людей похилого віку. Це підготовка людини до завершення трудової діяльності, міра компенсації втрати роботи і засвоєння знань у старості.

Навчання для дорослої людини сьогодні є одним із способів вирішення багатьох важливих життєвих проблем. Для людей похилого віку це не лише проблеми матеріальні, а й проблеми психічного характеру (турбота про здоров'я та його збереження; самотність, втрата рідних і близьких людей; відсутність взаєморозуміння з боку оточуючих; організація вільного часу, тощо).

Звертаючи увагу на проблему впливу освіти на сфери життєдіяльності людей похилого віку, ми визначили, що, по-перше, вона може розглядатись як засіб соціального захисту і психологічної стабільності, по-друге, як спосіб інтеграції в комунікативний і культурний простір, і, по-третє, як активна діяльність, спрямована на самореалізацію особистості [221 с.79].

Так, ми можемо говорити, що навчання людей похилого віку полягає в розвитку, подоланні пасивності, творчості, діяльності щодо подолання та компенсації фізичних втрат, виконанні важливих для суспільства обов'язків.

Отже, основним завданням організації соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку, включених в освітню діяльність є створення умов для самовираження, самореалізації, комфортного інформаційного та емоційно насиченого творчого середовища навчання, що забезпечуватиме внутрішню впевненість, і як результат, сприятиме життєвій задоволеності.

Згідно з нормативно-правовими документами до організації навчання людей похилого віку можуть бути залучені фахівці місцевих органів влади (за їх згодою), місцевих управлінь праці та соціального захисту населення, охорони здоров'я, юстиції, Пенсійного фонду України, служби зайнятості, територіального центру. До здійснення навчання в умовах «Університетів третього віку» передбачено залучення викладачів вищих навчальних закладів різних рівнів акредитації, студентів, вчених із академічних інститутів та дослідницьких центрів, вчителів загальноосвітніх шкіл та старших школярів, представників громадських організацій [156].



Змістовий аналіз досвіду діяльності закладів соціальної сфери, що забезпечують надання соціально-педагогічної послуги людям похилого віку, дав можливість зробити наступні *висновки*:

– поряд з постійним зростанням кількості закладів, що надають соціально-педагогічні послуги людям похилого віку, можемо спостерігати відсутність злагодженої їх діяльності (кожна подібна організація діє самостійно, практично не співпрацює між собою);

– платне навчання на курсах або при закладах освіти для більшості людей похилого віку є на сьогодні недоступним. Низький рівень матеріального забезпечення людини у старості змушує її постійно обмежувати себе у витратах, робить більш ощадливою, вибірковою;

– оскільки навчання для людей похилого віку проводиться переважно волонтерами, виникає постійна потреба у їх залученні та мотивації. Не менш важливим є питання щодо підготовки волонтерів до роботи з даною геронтологічною групою. Ми маємо на увазі підготовку волонтерів, викладачів андрагогів, які володіють набором специфічних компетенцій, необхідних для проведення навчальної діяльності з людьми похилого віку;

– говорячи про діяльність територіальних центрів соціального обслуговування в сфері надання соціально-педагогічних послуг, можемо говорити про відсутність належного фінансування, низький рівень технічного та методичного забезпечення. Відсутність навчальних програм або розробка їх під конкретного фахівця, на нашу думку, ускладнює процес надання соціально-педагогічних послуг, ставить під загрозу системність роботи.

Нами було проаналізовано діяльність Територіальних центрів соціального обслуговування Деснянського району, Оболонського району міста Києва щодо організації надання соціально-педагогічних послуг. Було розроблено анкету для експертів, якими виступили фахівці територіальних центрів соціального обслуговування з різним стажем роботи (додаток А). Експерти добровільно брали участь у дослідженні. Метою анкетування стало визначення основних

мотивів включення людини похилого віку в освітню діяльність, навчальні інтереси та чинники, що перешкоджають в навчанні. Анкетування дало можливість окреслити труднощі, що виникають у фахівців при організації навчального процесу для людей похилого віку. Таким чином, можемо визначити, що з 1 жовтня 2012 року Університет третього віку діє на базі територіального центру соціального обслуговування Деснянського р-н. м. Києва. Основними напрямками його діяльності є: інформаційні технології, іноземні мови, культурологія, психологія, здоровий спосіб життя, прикладні методики. Організована дозвіллева діяльність, а саме: відвідування музеїв, театрів, виставок тощо. Діє клуб кінофільмів «Інтелектуальний світ голубого екрану». Навчання для слухачів безкоштовне, організоване фахівцями територіального центру з залученням викладачів та студентів на волонтерських засадах.

Територіальний центр соціального обслуговування Оболонського району міста Києва, що також визначений базою нашого дослідження, організовує надання соціально-педагогічної послуги «Університет третього віку» з 2015 року. Сьогодні тут постійно працюють факультети англійської мови, інформаційних технологій, прикладного мистецтва. Діє ансамбль народного співу, є тренажерний зал, де люди похилого віку підтримують фізичну активність. Також організоване змістовне дозвілля.

На основі проведеного анкетування нами були виявлені наступні труднощі в організації навчання людей похилого віку, серед яких:

– *проблеми з технічним супроводом*, зокрема, в Оболонському територіальному центрі лише один комп'ютер для навчання людей похилого віку комп'ютерній грамотності. Це значно ускладнює роботу спеціаліста, оскільки вимагає організації практично індивідуальних занять, що потребує більших затрат часу. В Деснянському територіальному центрі така проблема відсутня, тут створений комп'ютерний клас, де можуть одночасно навчатись 6 осіб;

- *проблеми з залученням волонтерів до викладання в Університеті третього віку та їхній підготовці до роботи з даною категорією;*
- *відсутність навчально-методичного забезпечення процесу викладання навчальних дисциплін;*
- *поряд з вагомою перевагою для самих людей похилого віку щодо безкоштовності навчання існує проблема недостатнього державного фінансування територіальних центрів, що обмежує коло їх діяльності;*
- *процес надання соціально-педагогічної послуг в цих закладах простежується, але фахівці не в повній мірі застосовують можливі методи і форми роботи (інноваційний підхід).*

Окрім того, в межах пілотного етапу дослідження, було проведено бесіду та анкетування серед людей похилого віку, яке представлено в додатку Б.

У пілотному дослідженні взяли участь 73 особи, 38 з них – клієнти Територіального центру соціального обслуговування Деснянського району міста Києва та 35 респондентів, клієнтів Територіального центру соціального обслуговування Оболонського району міста Києва. Метою даного етапу дослідження стало вивчення якостей людей похилого віку, що впливають на рівень їх життєдіяльності. Дослідженням було охоплено осіб віком від 60 до 75 років, так званий «третій вік», які є клієнтами зазначених вище територіальних центрів соціального обслуговування та отримують тут різного роду соціальні послуги, в тому числі і освітні в Університеті третього віку.

На початку дослідження нами було проведено роз'яснювальну роботу з людьми похилого віку, які обслуговуються в територіальних центрах, у процесі якої ми ознайомили їх з метою дослідження та поняттям «анкетування». Метою анкетування було виявлення найбільш гострих проблем людей похилого віку, факторів впливу на якість життєдіяльності та основних потреб даної категорії населення, для визначення актуальності соціально-педагогічної підтримки в цілому. Питання анкети стосувалися визначення ставлення людини до старості,

окреслення основних цінностей в цьому віці, визначення ступеня задоволеності життям.

Додатково нами було проведено бесіду, дані якої вважаємо достовірними, проте вони носять суб'єктивний характер. Анкетування дало змогу визначити такі загальні характеристики досліджуваного об'єкту, як:

– стать: жінок 61 респондент (83,56%), чоловіків 12 респондентів (16,44%);

– сімейний стан: одинокі 12 (16,44%); вдові / вдівці 25 (34,25%); одружені 24 (32,87%); розведені 12 (16,44%);

– характер проживання: більша частина респондентів проживає не сама 42 респонденти (57,54%) та 31 респондент (42,46%) живуть самі.

Нами було визначено, що 44 особи (60,28%) мають вищу освіту, середньо-спеціальну – 20 осіб (27,40%) та спеціальну – 9 осіб (12,32%).

За допомогою методів анкетування та бесіди ми отримали дані, що дають можливість визначити основні якості людини похилого віку, які впливають на її життєдіяльність; окреслити актуальні проблеми людини у старості та визначити її потреби. Відсоткові дані співвідношення наведено у таблиці 1.2.

Аналізуючи дані дослідження респондентів Територіального центру соціального обслуговування Деснянського району та Територіального центру соціального обслуговування Оболонського району міста Києва, нами виявлено, що відповіді на питання анкети практично не відрізняються.

З метою виявлення актуальних проблем та труднощів в процесі життєдіяльності людям похилого віку було запропоновано проранжувати 10 проблем відповідно до їх значимості та актуальності.

Так ми виявили, що більшість (70 респондентів 95,90%) мають проблеми зі здоров'ям. Проблему браку спілкування, втрату колишніх соціальних зв'язків визначили у себе 60 респондентів (82,19%). Оскільки на питання: «Чи відчуваєте Ви брак спілкування, коли саме відчули?» 26 респондентів (35,61%) відповіло «так, дуже гостро з припиненням трудової діяльності»; 24

респондентів (32,87 %) – частково, з виходом на пенсію; та 10 (16,6%) – дало відповідь «так, коли діти вирости».

Таблиця 1.2

**Проблеми та труднощі в життєдіяльності людини похилого віку**

Проблеми та труднощі	Клієнти територіального центру соціального обслуговування Деснянського району міста Києва (38 осіб)		Клієнти територіального центру соціального обслуговування Оболонського району міста Києва (35 осіб)	
	Відсоткове співвідношення складових, що впливають на якість життя людини похилого віку			
	Кількість респондентів	%	Кількість респондентів	%
1.Погіршення фізичного та психологічного здоров'я	36	94,73	34	97,14
2.Втрата колишніх соціальних зв'язків, проблема спілкування (самотність, низька соціальна взаємодія)	31	81,57	29	82,85
3.Повне або часткове припинення активності	23	60,52	25	71,42
4.Відсутність відчуття потрібності на значимості	19	50,00	17	48,57
5.Низький рівень матеріального забезпечення	14	36,84	10	28,57
7.Відсутність мотивації до життя	5	13,15	8	22,85
8.Невпевненість у собі та в завтрашньому дні	9	23,68	7	20,00
6.Нерозуміння та упереджене ставлення з боку суспільства	4	10,52	6	17,14
9.Залежність від інших	5	13,15	5	14,28
10.Одноманітність життя у старості	1	2,63	2	5,71

Цей показник доводить, що більшість відчувають брак спілкування та пов'язують його саме з припиненням трудової активності, з виходом на пенсію - 50 осіб (83,32%). 48 (65,73 %) опитаних помічають у себе часткове зниження чи припинення соціальної активності. Ми помітили, що причинам цього є різні обставини: хтось через відсутність здоров'я не може бути в повній мірі активним, дехто через відсутність мотивації та внутрішніх ресурсів не може проявити себе.

Помічено зв'язок між характером проживання та відчуттям самотності і браком спілкування. Оскільки ті респонденти, які проживають самі 31 (42,44%), даючи відповіді на запитання, що торкаються почуття самотності та браку спілкування, підтверджують наявність у себе таких проблем.

Результати анкетування дали змогу виявити позитивну тенденцію щодо ставлення людини похилого віку до старості, зокрема на питання: «На Вашу думку, старість – це ..» 8 респондентів (11%) визначили як стан хвороби, 6 (8,23%) – як період, коли гостро відчуваєш страх смерті. Проте 18 респондентів (24,65%) окреслили старість як час відпочинку від трудової діяльності, 41 респондентів (56,27%) – як період життя для саморозвитку, самовдосконалення, пошук себе.

Отже, ми можемо констатувати, що більшість опитаних мають позитивне ставлення до старості, а значить, адекватно сприймають цей період. Важливим для нашого дослідження є те, що більшість респондентів вважають, що цей період життя має бути активним (66 опитаних респондентів (90,52%) підтвердили необхідність збереження активності в похилому віці).

Окрім того, отримані результати підтверджують те, що поряд з наявністю чіткого розуміння необхідності ведення активного способу життя у старості, присутня недостатня мотивація у поведінці (намагаються регулярно продовжувати соціальну активність лише 24 респонденти 33,35%).

На думку російських вчених (Т.Морозова, Г.Семенова, В. Шапіро) [151, 203, 254] прямим проявом соціальної активності людей похилого віку є

суспільна діяльність як добровільне, безкорисливе заняття, організоване за дорученням державних та громадських організацій. На думку науковців, така діяльність дає можливість людині похилого віку підтримувати життєвий тонус та зберігати почуття соціальної повноцінності.

Науковці Н. Паніна, Н. Сачук та ін. звертають увагу на сімейно-побутову діяльність, яку розглядають як показник соціальної активності людей похилого віку. Така діяльність, з одного боку, пов'язана з особистими потребами самої людини похилого віку чи її близьких, а з іншого – відповідає цілям різних соціальних інститутів [166].

Для визначення основних якостей людини похилого віку, що впливають та визначають якість її життєдіяльності, було запропоновано проранжувати в порядку пріоритетності (від 1-15): спочатку якості, які необхідні людині в похилому віці для якісної життєдіяльності; потім було запропоновано ті самі якості проранжувати відносно себе (від 1-15), від найбільш виражених до найменш чи зовсім відсутніх.

На жаль, можемо констатувати, що хоча респонденти і визначили пріоритетні якості, необхідні людині похилого віку для якісної життєдіяльності, проте не всі ці якості визначають у себе як яскраво виражені. Лише 16 респондентів (21,91%) при ранжуванні якостей притаманних їм самим поставили активність на перше місце; упевненість у собі – 15 осіб (20,54%). Самостійність означили як виражену у себе якість – 19 осіб (26,02%); цілеспрямованість - 9 осіб (12,32%) та комунікабельність – 17 осіб (23,28%).

Важливими для нашого дослідження є результати, отримані при відповіді на запитання: «Чи задоволені Ви способом життя який ведете?». Повністю задоволеними є 19 респондентів (26,02%), не зовсім – 42 респонденти (57,53%), зовсім ні – 12 респондентів (16,43%). Результати, отримані в процесі дослідження, дали нам можливість виділити 5 важливих якостей, які впливають на якість життєдіяльності людини у старості: активність, впевненість в собі, самостійність, цілеспрямованість, комунікабельність (див. табл. 1.3.).

Таблиця 1.3

**Якості людини похилого віку, що впливають на її життєдіяльність (%)**

Якості	Клієнти територіального центру соціального обслуговування Деснянського району міста Києва (38 осіб)		Клієнти територіального центру соціального обслуговування Оболонського району міста Києва (35 осіб)	
	Кількість респондентів	%	Кількість респондентів	%
1. Активність	27	71,05	26	74,28
2. Упевненість у собі	24	63,15	21	60,00
3. Цілеспрямованість	19	50,00	15	42,85
4. Самостійність	17	44,73	18	51,42
5. Комунікабельність	15	39,47	13	37,14

Оскільки ми визначаємо, що важливою основою якості життєдіяльності є задоволеність людини похилого віку своїм життям, то ми можемо стверджувати, про достатньо низьку якість життєдіяльності людини похилого віку в сучасних умовах.

Це в свою чергу підтверджує актуальність соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку як комплексу дій, заходів спрямованих на активність, ініціативність та суб'єктність людини похилого віку щодо вирішення власних соціальних проблем.

Отже, за результатами проведеного пілотного етапу дослідження ми дійшли висновку, що в сучасних умовах розвитку українського суспільства, людина похилого віку має низький рівень задоволеності життям, низьку якість життєдіяльності у старості. Все це спричинене існуванням проблем зі здоров'ям, зменшенням соціальних зв'язків та самотністю, конфліктами та проблемами у спілкуванні, відсутністю належного матеріального забезпечення,



упередженим ставленням з боку суспільства в цілому до людей похилого віку як геронтологічної категорії.

Означене підтверджує необхідність підвищення якості життєдіяльності людей похилого віку, а саме потребу оптимізації процесу організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людини похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування, що сприятиме комплексному вирішенню проблем даної вікової категорії.

Теоретичний аналіз та отримані результати пілотного дослідження створюють можливість проектування подальшої експериментальної роботи з людьми похилого віку через організацію соціально-педагогічної підтримки задля підвищення рівня задоволеності життям і, як наслідок, якості життєдіяльності людей похилого віку в цілому.

### **Висновки до першого розділу**

У розділі – «Теоретико-методичні засади соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку» – соціально-педагогічну підтримку життєдіяльності людей похилого віку схарактеризовано як особливий, спеціально організований вид соціально-педагогічної діяльності, що спрямований на виявлення та вирішення проблем даної категорії з метою збереження та зміцнення соціального і фізичного здоров'я людини похилого віку, активізації діяльності соціального спрямування, сприяння в реалізації її життєвих планів, у саморозвитку, самопізнанні, самовдосконаленні, збереженні життєвої активності та, як результат, підвищенні якості життєдіяльності.

Встановлено, що поняття «підтримка» розглядається науковцями відповідно до гуманістичного підходу і визначається у широкому розумінні як гуманістична підтримка розвитку особистості (А. Адлер, О. Газман, І. Котова, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Сухомлинський та ін.). Аналіз теоретико-методологічних підходів до вивчення соціально-педагогічної підтримки (Т. Анохіна, М. Галагузова, А. Капська, Н. Селіванова, Т. Семигіна, І. Мигович, А. Мудрик, В. Нікітін, В. Поліщук та ін.) дозволив констатувати, що соціально-

педагогічна підтримка є багатоаспектним поняттям та предметом наукових інтересів філософів, політологів, соціологів, психологів, педагогів, а також змінюється із розвитком соціальної педагогіки та соціальної роботи. Означене дозволило розглянути соціально-педагогічну підтримку в єдності двох аспектів: соціального, спрямованого на надання допомоги людині в складних життєвих обставинах, та педагогічного, орієнтованого на превентивну допомогу в саморозвитку індивідуальності.

З'ясовано, що поняття «людина похилого віку» в соціальній роботі вживається щодо особистості, яка знаходиться на завершальному етапі свого життя, в якій відбуваються зміни на фізіологічному, психологічному та соціальних рівнях, спричинені процесами старіння (Т. Голубенко, Т. Коленіченко). Констатовано, що термін «людина похилого віку» застосовується щодо вікового періоду в межах від 60 до 75 років. Його змістовими критеріями є: поступове припинення професійної діяльності, вихід на пенсію та збереження при цьому достатнього рівня функціонування психологічних, когнітивних та фізіологічних складових. Саме у цей період (третій вік) для багатьох осіб похилого віку відновлюються можливості для самореалізації, свободи та творчості, тому загострюється потреба в соціально-педагогічній підтримці (П. Ласлетт).

Констатовано, що для об'єктивного розуміння процесу *старіння*, слід розглядати його як процес, що має три *складові*: *біологічну* – поступове згасання всіх функцій організму, його вразливість перед різного роду чинниками та підвищена ймовірність смерті; *соціальну* – зміна соціального статусу, ролей, способів поведінки та спілкування; *психологічну* – ставлення людини до неминучості процесу старіння, вибір можливих прийнятних способів адаптації до нових умов, формування нових стратегій подолання труднощів.

Виокремлено та охарактеризовано *психолого-педагогічні характеристики людей похилого віку*, а саме: узагальнення та систематизація досвіду,

переосмислення та переоцінка всього життя, підвищення інтересу до морально-духовних цінностей, потреба в пошуку нового змісту життя. Встановлено, що в старості відбуваються зміни в системі життєдіяльності, оскільки, виходячи на пенсію, людина поступово припиняє трудову діяльність, змінюється її соціальний статус. Наголошено на тому, що зі зміною соціального статусу страждає і взаємозв'язок людини із соціальним середовищем, зменшуються соціальні контакти, людина відчуває нестачу спілкування, страждає від самотності та часто ізолюється від соціуму, стає пасивною; при цьому людина похилого віку стає більш вразливою до впливу природних факторів, погіршується її здоров'я.

Визначено *життєдіяльність людей похилого віку* як складну систему взаємовпливів людини похилого віку та її життєвого середовища через різні види діяльності, яка здатна, виходячи з потреб і можливостей, забезпечувати і підтримувати певні її параметри та якість. Констатовано, що життєдіяльність людини проходить в певній системі, що включає три компоненти (*складові*): природній компонент (сукупність об'єктів природного походження та створені ними екологічні системи); соціальний компонент (людина, групи людей, спільноти, соціум); штучний компонент (все те, що створено розумом і руками людини для забезпечення життєдіяльності). Узагальнено, що основними *проблемами* життєдіяльності людини похилого віку є: проблеми пов'язані зі здоров'ям; проблеми пов'язані з низьким рівнем матеріального забезпечення; проблеми пов'язані зі зміною соціального статусу; проблеми пов'язані з ставленням з боку суспільства; проблеми пов'язані з наявністю вільного часу. Встановлено, що *особливістю* життєдіяльності осіб похилого віку є поступове припинення професійної діяльності. Така діяльність для людини похилого віку втрачає провідне значення і, як наслідок, виникає потреба пошуку нового змісту життя.

Розглянуто структуру життєдіяльності людини похилого віку в умовах територіального центру, що представлена трьома компонентами: *мотиваційний*

(потреби людини похилого віку, що породжують інтерес та визначають спрямованість особистості); *цільовий* (життєва задоволеність та якість життя у старості як провідна мета діяльності); *операційний* (можливості територіального центру соціального обслуговування щодо організації комплексу заходів сприяння включенню осіб похилого віку в різні види діяльності).

З'ясовано, що соціально-педагогічна підтримка в умовах територіального центру забезпечується переважно за рахунок впровадження державної безкоштовної соціально-педагогічної послуги «Університет третього віку» як структурного підрозділу центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг). На підставі експертного оцінювання фахівцями територіальних центрів соціального обслуговування було виявлено певні *труднощі* у процесі організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності осіб похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування (зокрема, в Університеті третього віку), а саме: відсутність навчально-методичного забезпечення організації соціально-педагогічної послуги; використання фахівцями в роботі з людьми похилого віку застарілих форм та методів роботи, що є сьогодні малоефективними; труднощі із залученням до організації соціально-педагогічної підтримки волонтерів та їх навчанням; недостатньо організована взаємодія територіального центру з іншими соціальними партнерами (державні та громадські організації, волонтерські організації, що займаються соціально-педагогічною підтримкою) тощо.

Таким чином, загострення протиріч між об'єктивними потребами суспільства і освітою дорослих в умовах територіального центру та недостатньою розробленістю методичного і технологічного забезпечення вирішення даної проблеми потребує визначення педагогічних умов соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку та їх самореалізації в освітньому просторі

**РОЗДІЛ 2**  
**ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ОРГАНІЗАЦІЯ**  
**СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ**  
**ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ В УМОВАХ**  
**ТЕРИТОРІАЛЬНОГО ЦЕНТРУ СОЦІАЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ**

**2.1. Діагностика якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування**

Сьогодні українське суспільство переживає складну соціально-економічну кризу, що спричиняє катастрофічне падіння рівня життя населення. Протягом останніх років в Україні спостерігається стійка тенденція до погіршення стану здоров'я населення, з кожним роком зростає кількість чинників, що негативно впливають на життєдіяльність людини. Особливо гостро ця проблема стосується життєдіяльності соціально незахищених верств населення, зокрема людей похилого віку. Це потребує пошуку нових технологій та засобів, які сприятимуть активізації внутрішніх можливостей особистості та підвищать якість її життєдіяльності. З цією метою важливо було з'ясувати рівень якості життєдіяльності людини похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг).

Проаналізувавши офіційні джерела Всесвітньої організації охорони здоров'я, зазначимо, що вона рекомендує використовувати для оцінки якості життєдіяльності наступні показники і критерії: *фізичний* – сила, відпочинок, втома, біль, дискомфорт, сон; *психологічний* – позитивні емоції, мислення, самооцінка, негативні переживання, зовнішній вигляд; *ступінь самостійності* – активність, залежність від ліків, працездатність; *життя в суспільстві* – особисті стосунки, суспільна цінність суб'єкта; *навколишнє середовище* – безпека, забезпеченість, побут, доступність та якість медичного і соціального забезпечення, доступність інформації, навчання та підвищення рівня знань і

кваліфікації, довкілля, екологія; *духовність* – релігійність, особисті переконання та ціннісні орієнтації [46].

Дослідження якості життєдіяльності, як наголошують С. Баженов, Н. Маліков, проводяться в цілому в двох напрямках: на базі об'єктивних умов життя і на основі вивчення ступеня задоволеності життям самими суб'єктами [19].

Комбінований підхід дозволяє раціонально поєднати об'єктивну та суб'єктивну оцінки якості життя. Він дає можливість враховувати складний характер взаємозв'язку об'єктивних умов та суб'єктивних оцінок. Цей підхід дозволяє розглядати якість життя як комплексне поняття.

Експериментальна робота щодо соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру проводилася у чотири етапи, на кожному з яких відбувалось активне включення самих людей похилого віку в роботу.

Перший етап передбачав проведення *пілотного дослідження*, за допомогою якого було визначено стан проблеми життєдіяльності людини похилого віку, особливості соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

На другому етапі розгорнувся *констатувальний* експеримент, яким було охоплено 130 осіб похилого віку, які обслуговуються в територіальному центрі соціального обслуговування Деснянського району м. Києва, 125 клієнтів територіального центру Оболонського району м. Києва та 120 клієнтів територіального центру соціального обслуговування м. Біла Церква (загальна кількість 375 осіб). В кінці проведення констатувального експерименту, враховуючи отримані результати, всіх учасників дослідження було поділено на контрольну та експериментальну групи. Так, до експериментальної групи ми включили 63 людей похилого віку (Десн.ТЦ), 65 (Оболон.ТЦ), 60 (ТЦ м. Біла Церква) – 188 осіб; до контрольної групи – 62 людини похилого віку (Десн.ТЦ),

65 (Оболон.ТЦ), 60 (ТЦ м. Біла Церква) – 187 осіб. Таким чином, в експериментальній групі (ЕГ – 188 респондентів, що виявили бажання прийняти участь в експерименті) робота проводилась відповідно до спроектованого нами процесу соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, у відповідності з зазначеними педагогічними умовами; у свою чергу, у контрольній групі (КГ – 187 респондентів) проводились ті форми роботи, що були визначені календарним планом територіального центру соціального обслуговування.

Метою констатувального етапу нашого дослідження було визначення рівня якості життєдіяльності в умовах територіальних центрів соціального обслуговування, що передбачало вирішення таких завдань:

- вивчення реального стану якості життєдіяльності людей похилого віку;
- виявлення особливостей соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Третім етапом дослідження стало проведення *формульовального етапу*, мета якого полягала у впровадженні та перевірці ефективності структурно-функціональної моделі соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування. Формульовальний етап передбачав залучення людей похилого віку, клієнтів територіальних центрів соціального обслуговування до різноманітних форм роботи.

На етапі констатувального експерименту нами було використано ряд психологічних та педагогічних методик, а саме: Тест індексу життєвої задоволеності [167]; методика незакінчених пропозицій (на основі методики Дж.Нюттена) [185]; Експрес діагностика рівня самооцінки (Н.П. Фетіскін, В.В. Козлов, Г.М. Мануїлов [233]; опитувальник САН [185]; методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса, Р.Даймонда [182]; тест готовності до саморозвитку В. Павлова [185]; опитувальник

Р.А.Березовської «Ставлення до здоров'я»[62]. Також було розроблено авторські методики, зокрема анкета «На скільки Ви активні у житті»; анкета «Прагнення людини похилого віку до розвитку та підвищення життєдіяльності» та анкета «Потреби у спілкуванні».

На основі теоретичного аналізу проблеми нами було розроблено критерії та показники якості життєдіяльності людини похилого віку.

Критерій розглядається нами, як підстава для визначення, оцінки предмета або явища; ознака, що береться за основу класифікації, орієнтир, індикатор на основі якого відбувається оцінка або класифікація чого-небудь, визначається значущість чи незначущість у стані [109]. У свою чергу, показником є свідчення, доказ, ознака будь-чого; наочні дані про результат роботи, процесу; явище або подія на підставі яких можна робити висновки про перебіг процесу; ступінь досягнення в будь-чому [169].

Таким чином, в нашому дослідженні ми виокремили чотири критерії і відповідно до них показники якості життєдіяльності:

– *мотиваційний* (прагнення пошуку сенсу життя в нових умовах життєдіяльності, життєва задоволеність; прагнення до самореалізації та самовдосконалення);

– *соціально-орієнтований* (вміння спілкуватися та легко налагоджувати соціальні контакти; прагнення до соціальної взаємодії; бажання допомагати іншим (за методикою «рівний – рівному»);

– *фізіологічний* (рівень поінформованості людини похилого віку у сфері здоров'я; відповідність поведінки (дій та вчинків) вимогам здорового способу життя; рівень сформованості потреби до зміцнення та збереження здоров'я);

– *діяльнісно-практичний* (здатність до співпраці; соціальна активність; наявність ініціативи та самостійності; вміння включатися в діяльність за методикою «рівний – рівному»).

Визначені критерії та показники дозволили виділити рівні якості життєдіяльності людини похилого віку, під якими ми розуміємо міру



вираження обраних нами показників у людей похилого віку. Так, високий рівень характеризується постійним проявом показників, середній – епізодичним та низький – мінімальним проявом показників.

*Високий рівень* якості життєдіяльності притаманний людям похилого віку, у яких чітко сформовані нові мотиви життя. Люди похилого віку високого рівня мають адекватну самооцінку, емоційно стійкі та позитивно ставляться до самого себе. Також визначається високий рівень життєвої задоволеності, активний та здоровий спосіб життя, дотримання режимів дня та харчування. Людям похилого віку цього рівня властива висока соціальна активність, вони самостійні та ініціативні; у них яскраво виражене бажання оволодівати новими знаннями та прагнення застосовувати їх у практичному житті. Люди похилого віку цього рівня демонструють готовність до постійного саморозвитку, самовдосконалення, розкриття творчого потенціалу, прагнення до самоосвіти. Особи, які мають високий рівень якості життєдіяльності, задоволені життям, вільно та легко налагоджують соціальні зв'язки.

*Середній рівень* якості життєдіяльності притаманний людям похилого віку, які мають нестійку самооцінку, не визначили зміст життя в нових умовах життєдіяльності, ведуть достатньо активний спосіб життя, ситуативно дотримуються режимів дня та харчування. Також для середнього рівня якості життєдіяльності характерною є ситуативна життєва задоволеність; вибіркового характеру при прояві самостійності та ініціативності. Спостерігається помірне включення в соціальне середовище, достатній (епізодичний характер) рівень соціальної активності. Вони достатньо легко налагоджують соціальні зв'язки, проте, при виникненні проблем часто уникають спілкування. Люди похилого віку цього рівня чітко усвідомлюють значення здоров'я та активності у старості, мають достатній рівень мотивації для їх збереження проте ситуативно реалізують його в поведінці; мають достатній рівень сформованості бажання самоосвіти, самовдосконалення, що стає можливим під наглядом та впливом оточуючих.

*Низький рівень* якості життєдіяльності проявляється у тому, що люди похилого віку мають неадекватну (занижену) самооцінку, емоційно нестійкі; не можуть прийняти зміни соціальної ситуації, не бачать цілі подальшого життя, не задоволені життям. Їм властиве негативне або байдуже ставлення до себе. Такі люди не усвідомлюють сутності збереження здоров'я та активності в старості, слабо володіють способами його підтримки та майже не реалізують їх у поведінці. Для них характерний низький рівень соціальної активності, страх невдач, зневіра у власних силах. Люди похилого віку цього рівня не готові до систематичного саморозвитку та самовдосконалення, не мають мотивації до оволодіння новими знаннями для застосування їх у практичному житті. Такі люди часто стають залежними від думок та вчинків інших. Особи, які виявляють низький рівень якості життєдіяльності, мають проблеми при налагодженні соціальних зв'язків і часто їх просто уникають. Узагальнено критерії показники та рівні представлені в таблиці 2.1

Досліджуючи сформованість показників за *мотиваційним критерієм*, нами було використано Тест індексу життєвої задоволеності (додаток В1). За допомогою даного тесту нами проаналізовано психологічний стан людей похилого віку, визначено систему ставлень до різних сфер життя та досліджено рівень життєвої задоволеності. В якості додаткової інформації, які саме сфери життєдіяльності приносять задоволеність чи ні, були застосовані показники таких шкал: *інтереси у житті, настрої, позитивна оцінка себе та своїх вчинків, послідовність в досягненні поставлених цілей, узгодженість між поставленими цілями та досягнутими у житті*. Виявлений низький рівень життєвої задоволеності серед людей похилого віку клієнтів Деснянського територіального центру – 64 особи (51,20%); 84 осіб ( 64,61%) - клієнтів Оболонського територіального центру та 67 осіб (55,83%) Територіального центру м. Біла Церква.

Таблиця. 2.1

## Критерії, рівні та показники сформованості якості життєдіяльності людей похилого віку

Критерії	Рівні	Показники	Методики, за якими визначалися рівні та критерії
<b>Мотиваційний</b>	Високий	Адекватна самооцінка, позитивне ставлення до самого себе, наявність нових мотивів життя, висока життєва задоволеність. Яскраво виражене бажання до саморозвитку та самореалізації	Тест індекс життєвої задоволеності (ІЖЗ), адаптація Н.В.Паніної опитувальник загального психологічного стану людини.
	Середній	Нестійка самооцінка, недостатньо сформоване позитивне ставлення до самого себе (ситуативне, залежне від оцінок інших), пошук нового змісту життя, ситуативна життєва задоволеність. Достатній рівень розвитку мотивації до саморозвитку та самореалізації	Методика незакінчених пропозицій. (на основі методики Дж. Нюттена);
	Низький	Неадекватна (занижена) самооцінка, негативне ставлення до самого себе, незадоволеність життям, відсутність мотивації до пошуку нових цілей життя. Відсутність мотивації до саморозвитку та самореалізації	Експрес діагностика рівня самооцінки (Н.П.Фетіскін, В.В. Козлов, Г.М. Мануїлов)
<b>Соціально-орієнтований</b>	Високий	Повне включення особи в соціальне середовище, яскраво виражене прагнення особистості до соціальної взаємодії. Вміння спілкуватись та легко налагоджувати соціальні зв'язки. Висока здатність до співпереживання та допомоги іншим (методика «рівний-рівному»)	Методика діагностики соціально-психологічної адаптації К.Роджерса, Р.Даймонда; Авторська анкета «Проблеми спілкування»
	Середній	Помірне включення (ситуативне) в соціальне середовище, достатній рівень прагнення до соціальної взаємодії. Не визначеність у бажанні допомагати іншим за методикою	

		«рівний-рівному».	
	Низький	Соціальна дезадаптація. Відсутнє бажання особистості до соціальної взаємодії. Концентрація на власних проблемах, низький рівень прояву співпереживання до інших. Проблеми в спілкуванні, уникнення соціальних контактів.	
<b>Фізіологічний</b>	Високий	Ціннісне ставлення до здоров'я, поведінка направлена на збереження фізичної активності, на ведення здорового способу життя, відсутність шкідливих звичок.	Авторська анкета «Оцінка власного здоров'я»; Опитувальник «Ставлення до здоров'я» Р.А. Березовської.
	Середній	Ціннісне ставлення до здоров'я, ситуативний прояв поведінки направленої на збереження фізичної активності та ведення здорового способу життя.	
	Низький	Низька поінформованість щодо факторів ризику для здоров'я. Акцентування уваги на хворобливих станах; відсутність активної поведінки, направленої на збереження фізичної активності та ведення здорового способу життя.	
<b>Діяльнісно-практичний</b>	Високий	Яскраво виражений прояв соціальної активності; самостійність та ініціативність. Яскраво виражене вміння організувати суспільно-корисну діяльність за принципом «рівний-рівному»	Опитувальник САН; Авторська анкета «Чи активні Ви у громадському житті»; тест готовності до саморозвитку (В. Павлова); Авторська анкета «Прагнення людини похилого до розвитку та підвищення якості життя».
	Середній	Ситуативний та вибірково-характер соціальної активності, прояв ініціативності та самостійності можливий під наглядом та впливом оточуючих, спостерігається потреба у сторонній допомозі.	
	Низький	Низький рівень соціальної активності; неготовність до прийняття самостійних рішень, безініціативність. Відсутність знань та вмінь для включення в діяльність за методикою «рівний-рівному».	

З метою визначення рівня самооцінки людини похилого віку було проведено експрес - діагностику рівня самооцінки Н.П. Фетіскіна, В.В.Козлова, Г.Мануїлова, адаптовану нами до людей похилого віку [264]. Експрес-діагностика складається з 15-ти запитань і в результаті дає можливість респонденту визначити свій рівень: завищений, середній (реалістичний), занижений.

Результати, отримані під час дослідження засвідчують, що у переважній більшості опитаних занижена самооцінка 73 особи (58,40%) – похилого віку, клієнти Деснянського територіального центру; 64 особи (49,24%) – клієнти Оболонського територіального центру та 55 осіб ( 45,84%) - клієнтів Територіального центру м. Біла Церква (додаток В 2).

Ми вбачаємо, що причина цього пов'язана з виходом на пенсію, з погіршенням фізичного здоров'я, зміною соціальних зв'язків, проблемами соціальної взаємодії. В цілому, з віком вплив великої кількості негативних факторів на людину посилюється, а здатність протистояти їм зменшується.

Низька самооцінка, негативне ставлення людини похилого віку до себе досить часто підкріплюється оцінками інших людей та проявляється в залежності від думок інших, пасивності та неможливості протидіяти впливу середовища. Все це, на нашу думку, ускладнює формування адекватної незалежної самооцінки та призводить до постійного незадоволення собою, розпачу, іноді навіть до неповаги. Натомість завищена самооцінка, що спостерігається у 16 осіб (12,80%) - клієнтів Деснянського територіального центру; 20 осіб (15,38%) - Оболонського територіального центру та 27 осіб (22,50%) - клієнтів Територіального центру м. Біла Церква може бути на нашу думку, засобом психологічного захисту людини похилого віку.

Для вивчення міри прояву показників мотиваційного критерію була використана проективна методика незакінчених пропозицій (на основі методики Дж. Нюттена) для визначення емоційного комфорту людини похилого віку (додаток В3). Респондентам було запропоновано закінчити

речення, що об'єднались в п'ять категорій: ставлення до майбутнього; ставлення до минулого; ставлення до родичів; ставлення до старості; ставлення до виходу на пенсію. Оцінка проводилась у відповідності до забарвленості відповідей (позитивне, нейтральне, негативне).

Аналізуючи категорію «ставлення до майбутнього», ми прийшли до висновку, що більшість респондентів мають достатньо негативні прогнози. Найбільш типовими відповідями на запитання «Яким я бачу своє майбутнє?.....» стали - «складним; не забезпеченим; хворобливим; спокійним; безперспективним; самотнім.

За категорією «ставлення до минулого» більшість респондентів погодились з тим, що все, до чого прагнули та про що мріяли, переважно було досягнуто. У відповідях відчувалася ностальгія за молодими роками, де люди похилого віку були потрібними, більш активними. Стосовно ставлення до старості та пенсійного періоду життя, більшість визначили цей віковий період найскладнішим у житті, нестабільним, сповненим загостренням хвороб. Таким чином, результати проведеної методики засвідчують що низький рівень емоційного комфорту спостерігається у 67 осіб (53,60%) - Деснянського територіального центру; 76 осіб (58,47%) - Оболонського територіального центру та 63 осіб (52,50 %) - клієнтів Територіального центру м. Біла Церква.

Узагальнення результатів мотиваційного критерію життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування вказують на те, що високий рівень якості життєдіяльності за цим критерієм спостерігається лише в КГ – 11,76% (22 осіб), у ЕГ – 12,23% (23 осіб); середній рівень виявився у 35,15 % – КГ (62 особи) та 33,51% – ЕГ (63 людей похилого віку); у свою чергу, ми відмічаємо значний відсоток респондентів з низьким рівнем, який охоплює 55,09% (103 особи) – КГ та 54,26% (102 особи) – ЕГ. Результати зазначених даних свідчать про необхідність підвищення мотивації людини похилого віку, потреби у формуванні активної життєвої позиції, адекватної самооцінки, життєвої

задоволеності шляхом організації соціально-педагогічної підтримки. Так, узагальнивши отримані результати, маємо наступні висновки, які наочно зображено на графіку (див. рис. 2.1).



Рис. 2.1 Середні показники якості життєдіяльності в умовах територіального центру соціального обслуговування за мотиваційним критерієм (%)

З метою визначення рівня прояву показників якості життєдіяльності за *соціально-орієнтованим критерієм* була використана методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса, Р. Даймонда [182] (додаток В 4). Використання методики дало можливість оцінити рівень адаптації через інтегровані показники: прийняття себе та інших; прагнення до домінування; психологічний та емоційний комфорт, тощо.

Нами було з'ясовано, що більшість респондентів мають низький рівень соціально-психологічної адаптації, а саме: 69 осіб (55,20%) – Деснянського територіального центру; 61 особа (46,92%) - Оболонського територіального центру та 67 осіб (55,83%) - клієнтів Територіального центру м. Біла Церква.

Окрім того, для визначення соціально-орієнтованого критерію нами була розроблена авторська анкета «Потреби в спілкуванні». Анкета дала можливість

виявити особливості міжособистісного спілкування людей похилого віку, основні проблеми в налагодженні стосунків з оточуючими. Було встановлено, що більшість респондентів відчують брак спілкування, що негативно позначається на їхньому емоційному самопочутті. Особливо важко спілкуватись з дітьми та онуками, часто виникають непорозуміння та конфлікти.

На думку О.Коваленко, міжособистісне спілкування осіб похилого віку - це процес формування емоційних взаємин особистості похилого віку з окремими суб'єктами, котрі її оточують, що передбачає емоційне ставлення один до одного, взаємне соціальне пізнання, певний спосіб поведінки один з одним. Таке спілкування є суб'єкт-суб'єктним структурним утворенням, що має емоційну, пізнавальну й поведінкову складові [107].

У процесі міжособистісного спілкування формуються міжособистісні стосунки, котрі мають емоційну основу, тобто вони з'являються на основі певних почуттів партнерів один до одного, що можуть бути як позитивними, так і негативними [169].

Підтримуючи позицію науковців, ми можемо акцентувати, що саме емоційна складова є визначальною у спілкуванні людини похилого віку, оскільки вона визначається у якостях людини, а саме: в емпатії, прагненні уникнути самотності, гнучкості у спілкуванні.

Після проведення анкетування, отримані результати дають можливість стверджувати, що третина людей похилого віку хотіла б змінити коло свого спілкування як кількісно, так і якісно. Було відмічено, що найбільше люди похилого віку цінують в інших такі якості, як: доброта, чесність, порядність, ці ж якості багато хто визначає найбільш вираженими стосовно самого себе. У міжособистісному спілкуванні при виникненні конфліктної ситуації вони найчастіше або пристосовуються до неї, або прагнуть уникнути її вирішення. За результатами анкетування можемо резюмувати:



– високий рівень міжособистісного спілкування характерний для 22 осіб (17,60%) - Деснянського територіального центру; 19 осіб (14,60%) – Оболонського територіального центру та 17 осіб (14,20%) - клієнтів Територіального центру м. Біла Церква. Це люди похилого віку, які мають достатнє коло друзів та знайомих; не відчують самотності, схильні до компромісу у спілкуванні, мають достатню здатність до співчуття, позитивні взаємини з іншими;

– середній рівень 53 осіб (42,40%) - Деснянського територіального центру; 57 осіб (43,80%) – Оболонського територіального центру та 51 осіб (42,50%) клієнтів Територіального центру м. Біла Церква. Виявляється у недостатній здатності до розуміння переживань інших, обмеженому колі друзів і приятелів, що зумовлює невисокий рівень почуття самотності; вираженої схильності до уникнення та пристосування у спілкуванні;

– низький рівень притаманний 50 особам (40%) - Деснянського територіального центру; 54 особам (41,53%) – Оболонського територіального центру та 52 особам (43,30%) клієнтам Територіального центру м. Біла Церква. Він характеризує людину похилого віку як особу, що гостро переживає почуття самотності, зокрема через вузьке коло друзів.

Високий рівень якості життєдіяльності за соціально-орієнтованим критерієм виявили лише 11,76% (22 особи) у КГ і 11,17% (21 особа) у ЕГ; середній рівень притаманний 41,18% респондентів (77 осіб) КГ та 41,49% (78 осіб) респондентів ЕГ; низький рівень спостерігається у 47,06 % людей похилого віку (88 осіб) в КГ та 47,38% людей похилого віку (89 осіб) у ЕГ.

Так, узагальнивши отримані результати за двома методиками, маємо наступні висновки, які наочно зображено на графіку (див. рис. 2.2).

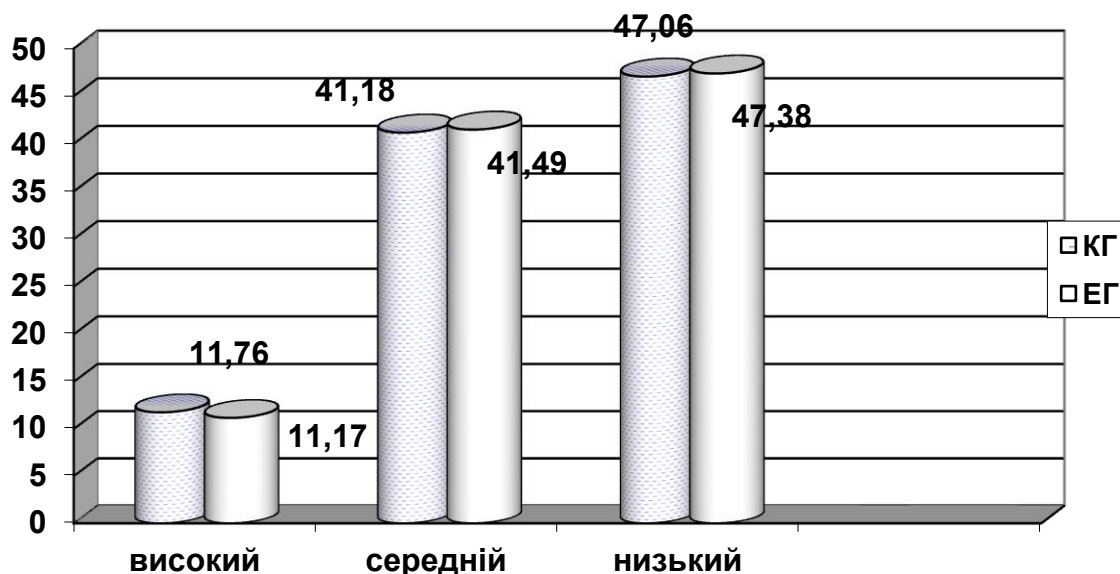


Рис. 2.2. Середні показники якості життєдіяльності в умовах територіального центру соціального обслуговування за соціально-орієнтованим критерієм (%)

Визначення рівня прояву показників якості життєдіяльності за *фізіологічним критерієм* здійснювалося за результатами, отриманими під час застосування авторської методики «Оцінка власного здоров'я». Метою розробки анкети стало виявлення суб'єктивного ставлення людини похилого віку до власного здоров'я та мотивації до його збереження та зміцнення. Анкета містила 10 запитань стосовно усвідомленості цінності здоров'я, визначення реального стану здоров'я людини похилого віку на момент дослідження та поведінки стосовно підтримки здорового способу життя.

Після проведення анкетування було отримано такі результати: на запитання: «Як Ви оцінюєте власне здоров'я?» більшість відчуває себе слабкими та хворими. Аналізуючи відповіді на запитання, що стосувалося заходів для підтримки власного здоров'я, ми можемо помітити той факт, що переважна більшість респондентів майже нічого не робить самостійно для підтримки здоров'я, натомість регулярно відвідує лікаря та виконує його рекомендації. На запитання «Що заважає Вам піклуватись про Ваше здоров'я?» респонденти давали такі відповіді: не має сили волі, відсутність умов (ресурсів). Таким чином, можемо говорити про виражену пасивність з боку

людини похилого віку стосовно збереження здоров'я, пошук відмовок та акцентуація на перешкодах у прояві активності стосовно власного здоров'я.

Стосовно позиції щодо власного здоров'я нами відповідно було окреслено три групи людей похилого віку: перша група - це люди похилого віку, які мають активну позицію щодо власного здоров'я (усвідомлення важливості, мотивація до збереження, та прояв активності щодо підтримки здоров'я) – 7 осіб (5,60%) – Деснянського територіального центру; 9 осіб (6,92%) - Оболонського територіального центру; - 6 осіб (5,00%) - клієнтів Територіального центру м. Біла Церква; друга група – люди похилого віку, що усвідомлюють важливість ведення здорового способу життя, проте мають нестійку мотивацію, ситуативно проявляють активність у підтримці та збереженні здоров'я – 62 особи (44,80%) - Деснянського територіального центру; 57 осіб (43,84%) - Оболонського територіального центру; 53 особи (44,20%) - клієнти Територіального центру м. Біла Церква; третя група людей похилого віку має пасивну позицію, усвідомлює важливість збереження здоров'я лише при загостренні хворобливого стану та проявляє ситуативність в активності – 56 осіб (44,80%) - Деснянського територіального центру; 64 особи (49,23%) - Оболонського територіального центру; та 61 особа (50,80%) - клієнти Територіального центру м. Біла Церква.

Крім того, для додаткової інформації про досліджуваний об'єкт, в межах фізіологічного критерію нами було проведене опитування «Ставлення до здоров'я» Р.А. Березовської [62], яке дало можливість визначити ставлення людини похилого віку до власного здоров'я. Респондентам було запропоновано 10 запитань – тверджень. Кожне запитання пропонувалось оцінити від 1-7 залежно від ступеня згоди. Так від 1 – 3 не згоден; 4 – не можу відповісти; 5 – 7 згоден (додаток Д 2).

Опитування дало можливість оцінити ставлення людини до здоров'я за такими блоками: когнітивний (запитання 3,4,5) – ступінь поінформованості, компетентності людини щодо здоров'я, розуміння важливості збереження

здоров'я; емоційний (6,7) – рівень тривожності, вміння радіти, коли людина здорова; поведінковий (8, 10) – ступінь відповідності вчинків та дій вимогам здорового способу життя; ціннісно-мотиваційний (1,2,9) – визнання здоров'я індивідуальною цінністю для людини, рівень сформованості мотивації до збереження здоров'я.

Таким чином, ми отримали наступні результати. При аналізі відповідей на запитання 1. («Оцініть, на скільки зазначені цінності важливі для Вас на даний момент») було виявлено, що головним сьогодні для людини похилого віку є *здоров'я*; 27,70% - клієнти Оболонського територіального центру, 44,80% - клієнти Деснянського територіального центру та 34,40% - Територіального центру м. Біла Церква; *щасливе сімейне життя* 23,80% - клієнти Оболонського територіального центру, 30% - клієнти Деснянського територіального центру та 15,20% - Територіального центру м. Біла Церква.

Відповідь на друге запитання: «Що необхідно для досягнення успіху у житті» показала, що більшість досліджуваних вважає, що має бути *здоров'я*; 26,20% - клієнти Оболонського територіального центру, 28,80% - клієнти Деснянського територіального центру та 31,70% - Територіального центру м. Біла Церква. Як бачимо з результатів, люди похилого віку усвідомлюють цінність здоров'я для людини, розуміють, що від фізичного та психологічного стану залежить життєва задоволеність.

Відповідаючи на третє запитання «Що таке здоров'я», більшість досліджуваних людей похилого віку визначає його як стан, що характеризується гарним самопочуттям, настроєм; 14,20% - клієнти Оболонського територіального центру, 23,80% - клієнти Деснянського територіального центру та 28,70% - Територіального центру м. Біла Церква; *відсутність болю, хвороби* – 26,20% - клієнти Оболонського територіального центру, 16,80% - клієнти Деснянського територіального центру та 11,70% - Територіального центру м. Біла Церква.

При аналізі відповідей на четверте запитання «Оцініть, який вплив на вашу свідомість в області здоров'я має інформація, отримана з наведених джерел» було виявлено, що найбільш впливає інформація отримана з *засобів масової інформації*; 33,10% - клієнти Оболонського територіального центру, 28,80% - клієнти Деснянського територіального центру та 38,30% - Територіального центру м. Біла Церква; отримана від *лікарів* 16,20% - клієнти Оболонського територіального центру; 36,00% - клієнти Деснянського територіального центру та 30,90% - Територіального центру м. Біла Церква.

Також, нами було виявлено, що найбільший вплив на стан здоров'я досліджуваних мають такі фактори: *якість медичного обслуговування* (36,20% - клієнти Оболонського територіального центру, 29,60% - клієнти Деснянського територіального центру та 21,70.% - Територіального центру м. Біла Церква); *спосіб життя* 22,30% - клієнти Оболонського територіального центру; 22,40% - клієнти Деснянського територіального центру та 26,70% - Територіального центру м. Біла Церква; *шкідливі звички* (18,50% - клієнти Оболонського територіального центру; 16,00% - клієнти Деснянського територіального центру та 16,60% - Територіального центру м. Біла Церква).

На запитання «Як ви почуваєте себе частіше за все, коли зі здоров'ям у вас все благополучно?» люди похилого віку дали переважно такі відповіді: *відчуваю себе щасливим* (10,00% - клієнти Оболонського територіального центру, 18,40% - клієнти Деснянського територіального центру та 19,20% - Територіального центру м. Біла Церква); *спокій* (14,60% - клієнти Оболонського територіального центру, 20,00% - клієнти Деснянського територіального центру та 9,20% - Територіального центру м. Біла Церква); *впевненість в собі* (18,50% - клієнти Оболонського територіального центру, 12,00% - клієнти Деснянського територіального центру та 6,70% - Територіального центру м. Біла Церква).

Також нами було встановлено, що коли досліджувані дізнаються про погіршення здоров'я, зазвичай вони переживають такі почуття: *стурбованість* (23,80% - клієнти Оболонського територіального центру, 19,2% - клієнти

Деснянського територіального центру та 20% - Територіального центру м. Біла Церква); *страх* (10,00% - клієнти Оболонського територіального центру, 12,8% - клієнти Деснянського територіального центру та 8,30% - Територіального центру м. Біла Церква); *сум* (10,80% - клієнти Оболонського територіального центру, 13,60% - клієнти Деснянського територіального центру та 15,80% - Територіального центру м. Біла Церква).

Для підтримки власного здоров'я люди похилого віку переважно: *слідкують за режимом сну та відпочинку* (28,50% - клієнти Оболонського територіального центру; 28,00% - клієнти Деснянського територіального центру та 22,50% - Територіального центру м. Біла Церква) та *прагнуть подолати шкідливі звички* (6,20% - клієнти Оболонського територіального центру; 20,80% - Деснянського територіального центру та 16,70% - Територіального центру м. Біла Церква).

Відповіді на запитання опитувальника «Якщо ви піклуєтесь про власне здоров'я недостатньо чи не регулярно, то чому?» дозволили встановити, що головними причинами, які перешкоджають піклуватися про власне здоров'я є: відсутність знань, що слід для цього правильно робити (25,40% - клієнти Оболонського територіального центру; 22,40% - клієнти Деснянського територіального центру та 20,00% - Територіального центру м. Біла Церква); немає належних умов (17,7% - клієнти Оболонського територіального центру; 17,60% - клієнти Деснянського територіального центру та 8,30% - Територіального центру м. Біла Церква).

Отже, можемо констатувати, що на емоційному рівні у досліджуваних достатньо адекватний рівень відношення до здоров'я. Вони відчують оптимальний рівень тривоги по відношенню до здоров'я, його погіршення (хвилювання – 21,10%; смуток – 14,70%; нервую – 10,90%), а також демонструють уміння насолоджуватися гарним станом здоров'я та радіти йому (відчуваю спокій – 14,70%, щасливий – 15,70%; задоволений – 12,50%)

Що стосується ціннісно-мотиваційного компонента ставлення до свого здоров'я у досліджуваних, то варто відзначити високу значимість здоров'я в індивідуальній ієрархії цінностей (35,50%), однак відмічається досить низький рівень сформованості мотивації на збереження та закріплення здоров'я, що обумовлено в більшості випадків особистісним фактором (немає сили волі – 10,40%; не знаю, що робити – 22,70%) та зовнішніми причинами (немає необхідних умов – 14,70%). На когнітивному рівні досліджувані люди похилого віку мають достатні рівні поінформованості в сфері здоров'я та знань основних факторів ризику для здоров'я (спосіб життя – 23,70%; шкідливі звички – 14,40%). Однак на поведінковому рівні досліджувані люди похилого віку демонструють деяку неадекватність, тобто, дія та вчинки досліджуваних не зовсім відповідають вимогам здорового способу життя, так як вони майже нічого не роблять регулярно для підтримки свого здоров'я, а якщо занедужали, у більшості випадків самі приймають міри, щоб вилікуватися (лише 5,60% досліджуваних практикують різні оздоровчі системи; виконують спортивні справи – 4,80%).

Тобто, ми можемо припустити, що досліджувані розуміють значимість свого здоров'я, поінформовані, хвилюються за нього, цінують, однак майже нічого не роблять для його зміцнення та підтримки, доки стан значно не погіршиться.

Результати рівня прояву показників за фізіологічним критерієм констатують: високий рівень якості життєдіяльності спостерігається у 5,88 % (11 осіб) у КГ і 5,85% (11 осіб) у ЕГ; значна частина належить до середнього рівня якості життєдіяльності – 45,99 % (86 осіб) у КГ та 45,74% (86 осіб) у ЕГ; досить значний відсоток склали люди похилого віку, які мають низький рівень, зокрема 48,13% (90 осіб) КГ та 48,40% (91 особа) ЕГ. Аналіз результатів свідчить про необхідність профілактики захворювань та популяризації здорового способу життя серед людей похилого віку. Особливо важливим є формування відповідної мотивації у людей похилого віку, власних

пріоритетних цінностей для повноцінного життя у старості. Наочно отримані результати представлено на рис. 2.3.

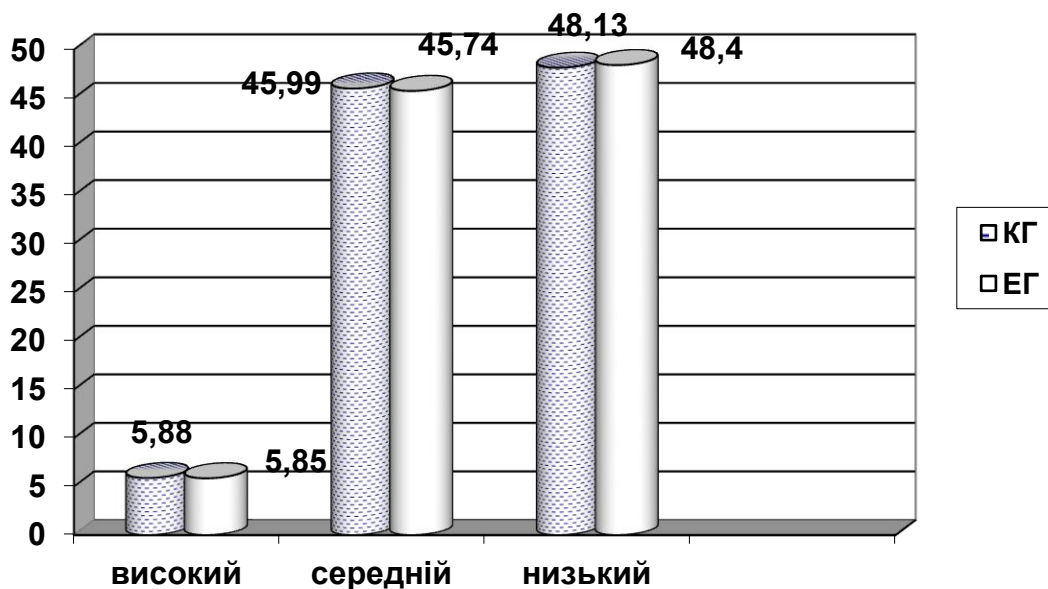


Рис. 2.3 Середні показники якості життєдіяльності в умовах територіального центру соціального обслуговування за фізіологічним критерієм (%)

Для визначення рівня прояву показників *діяльнісно-практичного* критерію нами була використана авторська анкета «Прагнення людини похилого віку до розвитку та підвищення якості життєдіяльності» (додаток Е), що дала можливість визначити готовність людини похилого віку проявляти активність та суб'єктність до власного життя; бути відповідальним за вчинки і дії та вміти самостійно вирішувати труднощі.

Респондентам було запропоновано відповісти на 10 запитань. Оцінивши результати відповідей, можемо визначити низький рівень готовності людей похилого віку проявляти активність та суб'єктність щодо власного життя (45,60% - клієнти Деснянського територіального центру; 50,77% - клієнти Оболонського територіального центру та 52,50% - Територіального центру м. Біла Церква). Це свідчить про збереження тенденції до пасивності та споживацької позиції проживання життя у старості.



Крім того, в межах дослідження діяльнісно-практичного критерію був застосований опитувальник САН (додаток Ж 1). Він містить 30 пар слів, які характеризують стан людини. Характеристики включають протилежні якості – від менш виражених до яскраво виражених, від позитивних до негативних. Кожна пара складається з шкали, де досліджуваний зазначає вираженість тієї чи іншої якості. Опитувальник дозволяє отримати інформацію про рівень активності людини, її настрій та самопочуття. Нами була використана шкала «активності», зокрема життєвої позиції людини похилого віку: активності-пасивності, бездіяльності-дієвості, безініціативності-захопленості, байдужості-зацікавленості.

Так, було виявлено низький рівень активності, що характерний для 61 особи (48,80% - клієнти Деснянського територіального центру; 71 особа (54,60% - клієнти Оболонського територіального центру та 62 особи (51,70% - клієнти Територіального центру м. Біла Церква. Активна та систематична взаємодія з навколишнім соціальним середовищем у процесі життєдіяльності сприятиме підвищенню рівня життєвої задоволеності людини похилого віку.

Також для визначення даного критерію нами була розроблена авторська анкета «Наскільки Ви активні у житті» (додаток Ж 2), що дала можливість виявити міру включення людини похилого віку в різні види діяльності (тематичні вечори, зустрічі, соціальні заходи територіального центру соціального обслуговування); виявити рівень прояву ініціативності та активності шляхом залучення до організації соціальної діяльності. Авторська анкета на виявлення активності людини похилого віку в житті дала можливість встановити низький рівень активності, що проявляється у 62 осіб (49,60%) - клієнти Деснянського територіального центру; 68 осіб (52,30%) - клієнти Оболонського територіального центру та 75 осіб (62,50%) – клієнти Територіального центру м. Біла Церква. Ці показники говорять про низький ступінь участі людей похилого віку в культурно-масових заходах,

організованих територіальним центром; відсутністю бажання займатися діяльністю за методикою «рівний-рівному».

Тест готовності до саморозвитку (В. Павлова) дозволив дослідити міру прояву бажання пізнавати себе, вдосконалюватись, розвиватись. Так, за результатами відповідей людей похилого віку можна зробити висновок, про недостатнє прагнення до саморозвитку, самопізнання та самовдосконалення. Більшість респондентів хочуть знати себе, проте не можуть себе змінювати (40,80% - клієнти Деснянського територіального центру; 46,92% - клієнти Оболонського територіального центру та 48,33 % - клієнти Територіального центру м. Біла Церква. Наочно отримані результати представлено на рис. 2.4

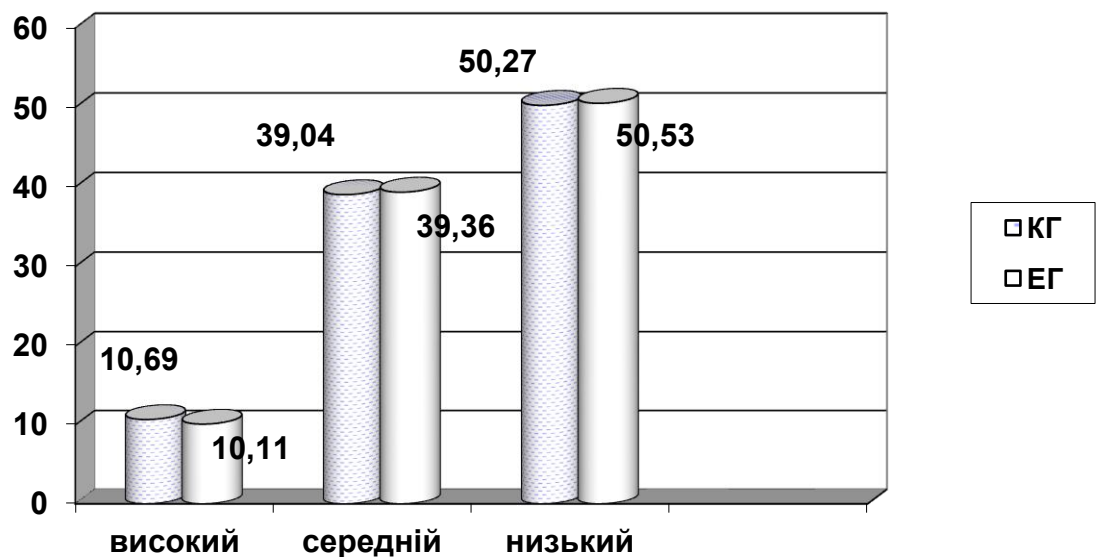


Рис. 2.4 Середні показники якості життєдіяльності в умовах територіального центру соціального обслуговування за діяльнісно -практичним критерієм (%)

Результати за *діяльнісно-практичним* критерієм засвідчили високий рівень якості життєдіяльності у 10,69% КГ (20осіб) і 10,11% у ЕГ(19) клієнтів територіального центру соціального обслуговування; значна частина належить до середнього рівня якості життєдіяльності – 39,04% у КГ( 73особи) та 39,36% (74 особи) у ЕГ; досить значний відсоток становлять люди похилого віку, які

мають низький рівень якості життєдіяльності за цим критерієм, зокрема 50,27% (94 особи) у КГ та 50,53% (95 осіб) ЕГ.

Загальні показники рівнів якості життєдіяльності людей похилого віку у Деснянському територіальному центрі, Оболонському територіальному центрі та територіальному центрі м. Біла Церква на констатувальному етапі експерименту, представлені у табл. 2.2

Таблиця 2.2

**Загальні показники рівнів якості життєдіяльності людей похилого віку  
(за трьома територіальним центрам)**

Рівні	Високий				Середній				Низький			
	%		Абс. К-сть		%		Абс. К-сть		%		Абс. К-сть	
Критерії	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Мотиваційний	11,76	12,23	22	23	33,15	33,51	62	63	55,09	54,26	103	102
Соціально-орієнтований	11,76	11,17	22	21	41,18	41,49	77	78	47,06	47,34	88	89
Фізіологічний	5,88	5,85	11	11	45,99	45,74	86	86	48,13	48,40	90	91
Діяльнісно-практичний	10,69	10,11	20	19	39,04	39,36	73	74	50,27	50,53	94	95
<b>Середній показник</b>	10,02	9,84			39,84	40,02			50,14	50,13		

У визначенні рівнів сформованості якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування ми врахували розвиток усіх показників за чотирма критеріями.

Таким чином, високий рівень якості життєдіяльності притаманний лише 10,02% (19 особам) КГ та 9,84% (18 особам) ЕГ; до середнього рівня якості життєдіяльності належать 39,84% (74 особи) КГ та 40,02% (76 осіб) ЕГ. Переважна більшість має низький рівень якості життєдіяльності 50,14% (94 особи) КГ та 50,13% (94 осіб) ЕГ.

Узагальнені результати стану якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування за визначеними рівнями, представлено на рис. 2.5

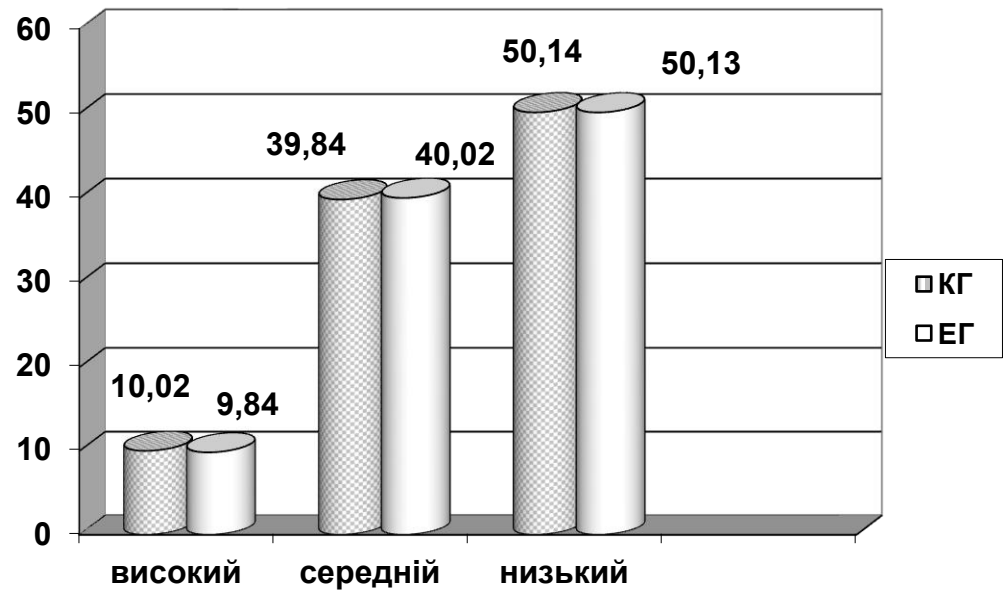


Рис. 2.5 Загальний стан якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування за трьома рівнями (%)

Результати констатувального експерименту (додаток 31 та додаток 32) засвідчили перелік показників, які відображають рівень якості життєдіяльності людей похилого віку, а саме: відсутність змісту життя в нових умовах життєдіяльності, неадекватна самооцінка, ситуативність у прояві соціальної активності, проблеми у спілкуванні, замкнутість, відчуженість, суб'єктивна незадоволеність життям, відсутність мотивації до прояву активності.

Результати констатувального експерименту стану якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування та власний практичний досвід дозволяють стверджувати, що причинами невисокого рівня якості життєдіяльності людей похилого віку є відсутність у фахівців цілісного розуміння та бачення стратегії соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку; брак методичного забезпечення та обмеженість використання фахівцями сучасних методів та прийомів у роботі з людьми похилого віку; низький рівень активності та мотивації у самих людей похилого віку щодо покращення якості власної життєдіяльності.

Все це дає можливість спрогнозувати, що наступним кроком для організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, необхідно:

а) конкретизувати соціально-педагогічні умови соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування з метою підвищення її якості;

б) визначити оптимальні напрями, шляхи соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людини похилого віку;

в) вдосконалити прийоми, методи і форми роботи з урахуванням рівня когнітивних, вікових та індивідуальних можливостей людей похилого віку.

З цією метою наступним нашим кроком стало розроблення та впровадження структурно-функціональної моделі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

## **2.2. Впровадження моделі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування**

Виклики сучасності вимагають пошуку нових технологій та засобів підвищення якості життя людини похилого віку. Зміна соціального статусу людини в старості негативно позначається на її моральному та матеріальному становищі, впливає на психічний стан, знижує опірність до захворювань і адаптацію до змін навколишнього середовища. З переходом у категорію людей похилого віку, пенсіонерів найчастіше докорінно змінюються не лише взаємини людини і суспільства, але і такі ціннісні орієнтири, як сенс життя, щастя, добро і зло тощо. З огляду на це, люди похилого віку потребують вдосконалення системи організації соціально-педагогічної підтримки їхньої життєдіяльності. Однією з основних умов розробки і впровадження ефективних

форм, методів та технологій роботи з клієнтами територіальних центрів соціального обслуговування є врахування психолого-педагогічних аспектів роботи і опора на індивідуальні соціально-психологічні характеристики самих отримувачів послуг.

Важливою дослідницькою метою, що направлена на обґрунтування та реалізацію соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, є моделювання цього процесу. Багатоаспектне вивчення проблеми життєдіяльності людини похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування, визначення критеріїв якості життєдіяльності, виявлення рівнів та стану якості життєдіяльності людей похилого віку, відображене нами у попередніх параграфах дисертації, дало можливість розробити структурно-функціональну модель соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людини похилого віку та практично перевірити її ефективність.

У педагогіці та психології метод моделювання є способом вивчення явищ в умовах експериментального дослідження. Він передбачає можливість переносу результатів моделювання на оригінал. Завдяки використанню методу моделювання, ми можемо передбачати результати дослідження та апробувати дієвість моделі на практиці. Зважаючи на те, що моделювання передбачає дослідження реально існуючих предметів, явищ, соціальних процесів, органічних і неорганічних систем, модель повинна бути подібною до оригіналу, але не дублювати його.

Модель – це аналог (схема, структура, знакова система) певного фрагмента природної або соціальної реальності, породження людської культури, концептуально-теоретичного утворення – оригіналу моделі. Вона призначена для збереження та розширення знань (інформації) про оригінал, конструювання оригінала, перетворення чи керування ним [90].

Як зазначає М. Горячкова, моделювання - це „побудова принципової схеми, що відображає реальний педагогічний процес або явище” [91].

При побудові моделі соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку ми виходили з того, що вона має базуватись на головних принципах організації і функціонування соціально-педагогічних систем. Це означає, що вона має містити всі компоненти, притаманні будь-якій соціально-педагогічній системі, а саме: ціль, задачі, етапи, структуру і функції, ресурси і види, соціально-педагогічні умови і критерії результативності її реалізації, а також кінцеві результати її впровадження в соціально-педагогічну дійсність.

При побудові моделі ми орієнтуємося на те, що вона має містити основні компоненти, які мають відображати соціально-педагогічну підтримку життєдіяльності людей похилого віку як цілісний процес взаємодії та взаємозалежності усіх елементів в умовах конкретного соціокультурного середовища, а саме в умовах територіального центру соціального обслуговування. В її основу нами покладений технологічний та геронтологічний підхід. Розглядаючи соціально-педагогічну підтримку людей похилого віку з точки зору технологічного підходу, ми вважаємо за доцільне характеризувати її як соціально-педагогічну технологію.

Вітчизняні та зарубіжні науковці: А. Капська [104], О. Безпалько [22], Н. Заверико [90], В. Нікітін, С. Харченко [242], О. Холостова [245] та ін. визначають, що зміст соціальної технології зводиться до: розмежування процесу на внутрішні етапи, фази; визначення поетапності дій; визначення алгоритму виконання всіх операцій; корекції дій залежно від змін у цьому процесі.

За визначенням Р. Вайноли, технології соціальної роботи розглядаються як сукупність прийомів, методів та впливів, що застосовуються соціальними службами, окремими закладами соціального обслуговування з метою досягнення успіху соціальної роботи та забезпечення ефективності реалізації завдань соціального захисту населення [37].

Технології, які використовуються в соціальній роботі, виступають переважно у формі знань (науки); знань та умінь (навчання); знань, умінь та досвіду (діяльність). Враховуючи діяльнісний аспект трактування соціальних технологій, визначаємо такі її види: контроль, профілактика, терапія, реабілітація, патронаж, супровід, підтримка, допомога, захист, страхування, опікунство та посередництво[119]. Варто зазначити, що соціально-педагогічні технології, на думку М.Галагузової [50], є різновидом соціальних і педагогічних технологій. За своєю сутністю соціально-педагогічна технологія є поетапною, спеціально організованою діяльністю.

Науковець А.Міщенко виділяє такі суттєві характеристики соціально-педагогічних технологій: наявність чіткої цілі, послідовності, логіки, етапів її досягнення; способи взаємодії на кожному етапі; мотиваційне забезпечення діяльності; визначення меж алгоритмічної і творчої діяльності [214].

У контексті нашого дослідження технологія розуміється нами як спосіб реалізації соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку на основі підбору форм, методів, прийомів та засобів соціально-педагогічної підтримки. Виділяють два напрями технологій соціально-педагогічної підтримки, що реалізуються безпосередньо через індивідуальну допомогу та через соціальне оздоровлення соціуму (М.П. Гурьянова) [58]. Відповідно можемо виділити два рівні технологій соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку: особистісний (включає допомогу та сприяння в задоволенні потреб, соціальних інтересів людини похилого віку, встановленні соціальних контактів тощо) та інституціональний (включає соціально-правову та соціально-економічну підтримку, тобто формування законодавчої бази захисту людини похилого віку, системи дотацій, пільг, створення мережі соціальних установ для даної вікової категорії).

При моделюванні соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування слід використовувати геронтологічний підхід. Тобто ми



вважаємо, що при організації соціально-педагогічної підтримки слід враховувати відмінність у фізіологічному (нормальному), патологічному та оптимальному процесах старіння. Крім того, слід враховувати різницю у потенційних резервних можливостях людей похилого віку, враховувати вікові обмеження даної категорії населення.

В дисертаційному дослідженні Н. Курилович на тему «Технологии социально-педагогической поддержки как средства активизации пожилого человека в учреждениях социальной защиты населения» знаходимо три компоненти моделі соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку: цілепокладання, реалізація та результат [126].

Дослідниця Н. Єрмак [71], проектуючи модель педагогічної підтримки якості життя людей похилого віку, виділяє мотиваційний, змістовий, процесуальний, методичний, результативний компоненти.

Авторська структурно-функціональна модель соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування включає цільовий, теоретико-методологічний, організаційний, змістово-методичний та результативний компоненти, що дозволяють забезпечити та реалізувати соціально-педагогічну підтримку як технологію. Схематично структурно-функціональна модель представлена на (рис 2.6).

**Цільовий компонент** моделі (мета, завдання соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування). *Метою* соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування ми визначаємо покращення якості життєдіяльності людини похилого віку через активізацію внутрішніх можливостей, які підтримують суб'єктність щодо власного життя. Визначена мета пов'язана з сучасними вимогами суспільства до зміни акценту на відтворення потенціалу людей похилого віку як суб'єктів якісних змін.



Рис. 2.6. Структурно-функціональна модель соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру

Для забезпечення мети, з урахуванням психофізіологічного стану даної категорії населення та проблем, пов'язаних зі зміною соціального статусу, необхідним є розв'язання наступних завдань:

- успішна адаптація до змін соціального статусу людини похилого віку, пошук нового змісту (цілі) життя;
- інтеграція в освітнє та соціальне середовище, відновлення соціальної взаємодії;
- формування позитивної спрямованості людини похилого віку, внутрішньої потреби в соціальній активності, самовдосконаленні та саморозвитку.

**Теоретико - методологічний компонент** моделі представлений принципами та функціями соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку та критеріями та показниками якості життєдіяльності людини похилого віку.

Організація соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку буде ефективною при дотриманні певних принципів. Перш за все, соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку має базуватися на принципах етики соціально-педагогічної роботи, що включають гуманність, визнання людини найвищою цінністю та захист її прав.

Досліджуючи проблеми соціально-педагогічної підтримки, Ю.Богінська акцентує увагу на дотриманні принципів максимізації соціально-педагогічних ресурсів; емпатії та толерантності; комплексності та системності; взаємодії всіх видів підтримки; індивідуального підходу; міжвідомчої взаємодії; доступності [27].

Проаналізувавши позицію науковця, ми вважаємо, що стосовно організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку слід дотримуватись наступних принципів:

- безперервність, системність, комплексність в забезпеченні соціально-педагогічною підтримкою людей похилого віку в умовах територіального

центру соціального обслуговування (єдність форм, методів, прийомів вирішення різних проблем людини похилого віку);

- толерантність та емпатія;
- опора на активність та суб'єктність людини похилого віку (заохочення прагнень до самостійності);
- врахування та використання життєвого досвіду людини похилого віку (людина похилого віку – сформована особистість, що має колосальний індивідуальний життєвий досвід, ціннісні орієнтації);
- прогностичний вплив соціально-педагогічної підтримки на соціальний розвиток особистості людини похилого віку;
- принцип взаємодії фахівців соціальної сфери та людини похилого віку, орієнтованої на досягнення спільної мети.

Врахування окреслених принципів на всіх етапах організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування, на нашу думку, дозволить побудувати цілісну систему роботи з визначеною категорією населення.

Мета та завдання соціально-педагогічної підтримки людини життєдіяльності людини похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування направлені на реалізацію таких функцій підтримки: адаптаційна, розвивальна, інтегративна, корекційна, змістоутворювальна. Так, *адаптаційна функція* направлена на пристосування людини похилого віку до змісту, характеру та умов навчальної діяльності через створення спеціального сприятливого середовища й активізацію компенсаційних можливостей; оптимальне поєднання режиму занять та відпочинку з урахуванням психофізіологічних можливостей. *Розвивальна функція* допомагає у створенні сприятливих умов для якісних та кількісних змін особистості похилого віку, зміні та вдосконаленні особистісних якостей, створення умов для розвитку потенційних можливостей; активному залученню до різних видів діяльності. *Інтегративна функція*, в свою чергу, допомагає

об'єднати можливості та потенціал середовища (територіального центру соціального обслуговування) з метою підвищення якості життєдіяльності людини у старості. *Корекційна* функція дає можливість створити сприятливі умови для відновлення почуття власної гідності, підвищення самооцінки, віри у себе та свої сили через подолання психологічних бар'єрів та комплексів людини похилого віку. *Змістоутворююча* сприяє наповненню життя людини похилого віку новим позитивним змістом, пов'язаним з побудовою нових цілей та активністю щодо їх реалізації.

Наступним блоком теоретико-методологічного компоненту моделі є критерії та показники, що детально описані в параграфі 2.1 дисертаційного дослідження.

*Організаційний компонент* моделі стосується соціально-педагогічних умов, без яких система соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людини похилого віку не буде ефективно функціонувати.

Тлумачний словник української мови дає наступне визначення поняттю «умова»: «необхідна обставина, яка уможливорює здійснення, створення, утворення чого-небудь або сприяє чомусь» [39, с 1295].

Педагогічні умови, за визначенням В. Андрєєва, розглядаються як сукупність цілеспрямованого вибору, конструювання й застосування елементів, змісту, методів і прийомів, а також організаційних форм навчання для досягнення практичних цілей. [11].

Досліджуючи проблему підготовки студентів до патронажної роботи з людьми похилого віку, Т. Голубенко, визначає, що термін «педагогічні умови» виражає зв'язок предмета теорії навчання з навколишніми явищами, без яких він не може існувати. Умови функціонування та розвитку педагогічних тенденцій визначають перебіг навчально-виховного процесу. Педагогічні умови, на її думку, повинні відповідати певним вимогам, а саме: мати системний характер, мати чітко визначену структуру та забезпечувати зв'язки між елементами цієї структури; враховувати особливості професійної

підготовки студентів – майбутніх соціальних працівників в контексті їхньої готовності до патронажної роботи з людьми похилого віку [55].

Важливим для нашого дослідження є визначення поняття «соціально-педагогічні умови». Так, Т. Лях визначає, що соціально-педагогічні умови – це сукупність зовнішніх та внутрішніх чинників, які обумовлюють результативність певної діяльності [137, с. 97-98].

Так, ми здійснили спробу запропонувати робоче визначення *умов соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, під якими* розуміємо сукупність певних обставин, які створюються в соціальному середовищі (територіальному центрі соціального обслуговування) та сприяють підвищенню якості життєдіяльності людини в період старості.

Узагальнення теоретичних підходів та результати констатувального експерименту дозволили нам визначити та обґрунтувати такі соціально-педагогічні умови соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування:

1. Підвищення підготовленості фахівців та волонтерів до розробки та реалізації програм надання соціально-педагогічної підтримки в територіальних центрах соціального обслуговування (Університеті третього віку).

2. Розробка та впровадження комплексної програми соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування;

3. Забезпечення активної участі людини похилого віку в соціально-педагогічній підтримці життєдіяльності в умовах територіальних центрів соціального обслуговування за принципом «рівний-рівному».

4. Розробка навчально-методичного забезпечення процесу реалізації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку з метою підвищення її рівня.

Перераховані взаємопов'язані соціально-педагогічні умови, на нашу думку, сприятимуть більш ефективній соціально-педагогічній підтримці

життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування, що здатні вплинути на підвищення її якості.

*Змістово-методичний компонент* моделі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування співвідноситься з ефективними формами, методами та технологіями соціально-педагогічної роботи з даною категорією населення в процесі реалізації різних видів підтримки. Він передбачає розробку комплексної програми соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, що складається з двох блоків:

*1. Програма підготовки фахівців та волонтерів до здійснення соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку (надання соціально-педагогічних послуг)*

Мета: теоретична та практична підготовка фахівців та волонтерів до соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку. Для реалізації поставленої мети було виокремлено основні завдання:

- засвоєння знань з основ геронтоосвіти, соціальної геронтології, геронтопсихології;
- формування знань, умінь та навичок взаємодії та підтримки людей похилого віку;
- правова освіта в галузі захисту прав людей похилого віку;
- формування умінь та навичок надання соціально-педагогічних послуг людям похилого віку.

Основними формами організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку з фахівцями та волонтерами територіального центру соціального обслуговування стали: демонстраційні (перегляд фільмів, телепередач з проблем старіння та старості); дискусійні (дискусійні обговорення, мозковий штурм); тренінгові заняття, соціальні акції, інформаційні (відкрита група у соціальній мережі «ВКонтакте» та «Фейсбук»); міні-курс з ейдетики.

## *2. Програма навчання людей похилого віку в Університеті третього віку.*

Мета: надання теоретичних та практичних знань, умінь та навичок людям похилого віку в умовах Університету третього віку та допомога у подоланні життєвих проблем; формування життєвої задоволеності. Для реалізації поставленої мети було виокремлено основні завдання:

- формування адекватної самооцінки, соціальної та психологічної компетентності людини похилого віку;
- розвиток умінь подолання життєвих труднощів;
- формування основ мотиваційно-ціннісного ставлення до власного здоров'я;
- розвиток творчих здібностей, розкриття творчого потенціалу;
- формування основ комп'ютерної грамотності.

Основними методами організації соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку, що використовувались для реалізації програми стали: метод «соціальних спроб», метод соціально-педагогічного тренінгу; педагогічні методи (формування свідомості, метод організації діяльності, методи стимулювання) та психологічні методи (консультування, мемуаротерапія). Вибір методів підтримки визначається від потреб (вирішуваних завдань), наявних ресурсів та залежить від видів підтримки.

Дані методи було реалізовано в таких формах роботи Університету третього віку, як: круглі столи, рольові ігри, тренінгові заняття, дискусії, міні-лекції, майстер-класи, заняття з ейдетики, мозковий штурм, бесіди.

Так, значним структурним елементом моделі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку є організація різних видів підтримки. Т. Коленіченко спираючись на наукові дослідження А.В. Дюміна, визначає, що видами соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку є: емоційна, інформаційна, економічна, статусна, соціально-побутова, підтримка, дифузна, інструментальна [113].



Отже, спираючись на наукові висновки Т.І. Коленіченко [113], ми в своєму дослідженні виокремили в соціально-педагогічній підтримці життєдіяльності людей похилого віку такі її види, а саме: *емоційна, інформаційна підтримка; інструментальна, підтримка у навчанні, статусна підтримка.*

Так, *емоційна підтримка* направлена на прояв симпатії, розуміння співпереживання в групі, створення емоційно комфортного середовища для розкриття людини похилого віку своїх можливостей для самореалізації. *Інформаційна підтримка* полягає у підвищенні комунікативної культури людей похилого віку, інформуванні громадськості про специфічні освітні потреби даної категорії населення та факторів їх задоволення; формування сучасного та доступного інформаційного середовища для людей похилого віку. Під *інструментальною підтримкою* ми розуміємо комплекс заходів, що використовуються для допомоги у вирішенні проблеми. Це забезпечення людей похилого віку спеціальними технологіями навчання; розробка освітніх програм, навчально-методичних рекомендацій з метою забезпечення принципу доступності до якісної освіти. Інструментальна підтримка полягає у оптимізації викладання навчального матеріалу в максимально прийнятній для людей похилого віку формі, впровадження сучасних педагогічних технологій навчання, підбір спеціального дидактичного матеріалу. Цей вид підтримки більшою мірою залежить від підготовки фахівців, їхньої педагогічної майстерності. *Статусна підтримка* полягає у відновленні соціального статусу людини похилого віку за рахунок включення її в нові види діяльності.

Всі види підтримки діють поступово чи можуть організовуватись одночасно, доповнюючи одна одну в системі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку.

*Результативний компонент* моделі (характеризує зміну рівнів сформованості якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування).

Очікуваним та кінцевим результатом є підвищення рівня соціальної активності, мобільності; суб'єктності у вирішення власних проблем; пошук нового змісту життя у старості; життєва задоволеність.

Результативний компонент соціально-педагогічної підтримки відображається в позитивній динаміці рівня життєвої задоволеності, покращення якості життєдіяльності людей похилого віку. Окрім того, очікуваним результатом стало підвищення рівня професійної компетентності фахівців різного профілю та волонтерів, які працюють з людьми похилого віку.

Отже, спроектована нами структурно-функціональна модель соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людини похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування включає мету, завдання, функції, принципи соціально-педагогічної підтримки, критерії та показники якості життєдіяльності, компоненти реалізації, соціально-педагогічні умови, форми та методи соціально-педагогічної роботи, результат.

З метою реалізації соціально-педагогічних умов соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування було проведено формувальний етап експериментальної роботи.

При розробці методики формувального етапу експериментального дослідження враховано:

- сутність соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, принципи, об'єкти та суб'єкти ( пункт 1.1.);
- психолого-педагогічні та соціальні особливості людей похилого віку (пункт 1.2).

Під час формувального етапу експериментального дослідження нами вирішувались наступні завдання:

1. Впровадження структурно-функціональної моделі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в рамках діяльності Територіальних центрів соціального обслуговування Деснянського

р-н. й Оболонського р-н. м. Києва та Білоцерківського територіального центру соціального обслуговування.

2. Використання в практиці соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку інтерактивних, тренінгових форм роботи, направлених на розвиток активності, збільшення якості та кількості соціальних контактів, розширення кола соціальних зв'язків, пошуку сенсу життя у старості.

3. Проведення з фахівцями соціально-педагогічної сфери та волонтерами роботи з формування готовності до соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, сприяння, узгодженість дій різних спеціалістів.

4. Аналіз отриманих результатів та розробка методичних рекомендацій для фахівців соціально-педагогічної сфери та волонтерів, які працюють з людьми похилого віку.

Грунтуючись на попередньо визначених нами показниках, критеріях та рівнях якості життєдіяльності людини похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування нами було встановлено взаємозв'язок їх з соціально-педагогічними умовами. Всі соціально-педагогічні умови (підвищення підготовленості спеціалістів і волонтерів до розробки та реалізації програм надання соціально-педагогічної підтримки в територіальних центрах соціального обслуговування (Університеті третього віку); розробка та впровадження комплексної програми соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування; забезпечення активної участі людини похилого віку в соціально-педагогічній підтримці життєдіяльності в умовах територіальних центрів соціального обслуговування за принципом «рівний-рівному»; розробка навчально-методичного забезпечення процесу реалізації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку з метою підвищення її рівня) мають бути впроваджені у територіальні центри соціального обслуговування, що дозволяє залучити до процесу організації

соціально-педагогічної підтримки як фахівців і волонтерів, так і самих людей похилого віку.

При організації проведення формувального експерименту ми усвідомлювали, що підвищення рівня якості життєдіяльності людини похилого віку залежить від взаємодії самої людини похилого віку та фахівців територіального центру соціального обслуговування, волонтерів. З метою забезпечення підвищення рівня життєвої задоволеності, розвитку соціальної активності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування робота на формувальному етапі дослідження організовувалась за двома блоками:

- робота з фахівцями територіального центру соціального обслуговування та волонтерами;
- робота з людьми похилого віку – клієнтами Територіального центру соціального обслуговування .

При організації роботи з фахівцями Територіального центру соціального обслуговування та волонтерами для нас першочерговим завданням стало:

1. Донести суспільну необхідності підвищення якості життєдіяльності людини похилого віку в умовах соціально-економічної нестабільності; потребу в соціально-педагогічній підтримці якості життєдіяльності людини похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування;

2. Організація суб'єкт-суб'єктних відносин між учасниками в процесі геронтоосвіти, використання інноваційних технологій навчання людей похилого віку, пошук нових, цікавих форм та методів роботи з людьми похилого віку.

При організації роботи з людьми похилого віку забезпечувалось розширення можливостей для їх соціальної активності, самостійності та ініціативності, самореалізації та самовдосконалення, життєвої задоволеності через включення в освітнє середовище.

З метою реалізації та перевірки соціально-педагогічної умови *«Підвищення підготовленості спеціалістів і волонтерів до розробки та реалізації програм надання соціально-педагогічної підтримки в територіальних центрах соціального обслуговування (Університеті третього віку)»* нами було розроблено та впроваджено авторську програму: *«Підготовка фахівців та волонтерів до здійснення соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку»*. Означена програма розрахована на соціальних педагогів, практичних психологів, волонтерів територіального центру соціального обслуговування та має на меті сприяння у підготовці фахівців та волонтерів до організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку.

З метою залучення волонтерів до соціально-педагогічної та соціальної роботи з людьми похилого віку на базі НПУ імені М.П. Драгоманова було організовано групу волонтерів-добровольців серед студентів 2-4 курсів спеціальності *«Соціальна робота»* (постійна група 12 осіб).

Для реалізації мети було розроблено два модулі, що організовувалися у вигляді тренінгових занять. Перший змістовий модуль *«Особливості соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку»* включав обговорення таких тем: *«Основні потреби людини похилого віку в умовах сьогодення»*; *«Організація соціально-педагогічної підтримки людини похилого віку»*; *«Проблеми та труднощі життєдіяльності людини похилого віку»*. Другий змістовий модуль розкривав технологічний аспект організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку та був спрямований на обговорення таких тем: *«Особливості роботи фахівця щодо надання соціально-педагогічних послуг людям похилого віку»*; *«Інноваційні форми та методи соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людини похилого віку»*; *«Професійна майстерність»*, *«Професійне вигорання»*, *«Особистісне зростання»*, *«Толерантне ставлення до людей похилого віку»*.

З метою пропаганди етичних норм поведінки стосовно людей похилого віку, а саме: вміння вислухати, бути уважним, не бути категоричним, не оцінювати на емоціях - були підготовлені лекції для спеціалістів на такі теми: «Мистецтво слухати», «Уважність та некатегоричність».

Погоджуючись з думкою Е. Леванової [102] про те, що тренінг дає можливість людині самостійно формувати професійно-особистісну поведінку, адекватні особистісні позиції, враховуючи реалізацію принципів успішної взаємодії (варіативність, ситуативність), ми при роботі з фахівцями та волонтерами акцент робили на використанні саме цього методу. Головним завданням було поряд з наданням нових знань, сформувати вміння використовувати ці знання при роботі з людьми похилого віку.

Отже, програма складалась з п'яти тематичних занять. Залежно від складності теми, тривалість заняття визначалась від 2-3 годин. *Перше заняття* «Основні потреби людей похилого віку» мало на меті структурувати та систематизувати знання учасників щодо особливостей людини в похилому віці; основних потреб клієнтів територіального центру соціального обслуговування. Учасникам було запропоновано виділити основні потреби людини похилого віку, поділивши їх на групи: матеріальні потреби та духовні потреби. Під час обговорення особливостей похилого віку з учасниками було встановлено, що люди похилого віку особливо прагнуть бути корисними та важливими у суспільстві; відчують брак спілкування та потребують підтримки та прийняття з боку оточуючих.

*Друге заняття* «Особливості життєдіяльності людини похилого віку» було організоване у вигляді круглого столу. Під час його проведення обговорено основні проблеми та труднощі життєдіяльності людини похилого віку, шляхи усунення цих проблем. Фахівці та волонтери територіального центру соціального обслуговування наголосили на потребі перегляду ролі людини похилого віку у суспільстві, зокрема перехід від пасивного об'єкта отримання соціальних послуг до активного суб'єкта змін та перетворень.

Розуміння важливості таких перетворень дає надію на докорінну зміну організації системи допомоги людям похилого віку.

Метою наступного заняття «Організація соціально-педагогічної підтримки людини похилого віку» було сприяти більш повному розумінню фахівцями особливостей організації соціально-педагогічної підтримки. Метод «мозкового штурму» дозволив визначити види підтримки та сприяння людям похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування. Так, було встановлено, що в процесі навчання людина похилого віку потребує емоційної підтримки (емпатія, похвала, підбадьорення); інструментальної (забезпечення методичними розробками та матеріалами); інформаційної та статусної підтримки.

*Четверте заняття* «Особливості роботи фахівця щодо надання соціально-педагогічних послуг людям похилого віку» стосувалось професійних та особистісних вимог до фахівців, які працюють з людьми похилого віку, зокрема надають їм соціально-педагогічні послуги. Учасникам було запропоновано поділитись на дві групи, кожна мала визначити ключові професійні та особистісні якості фахівця, далі учасники презентували їх у групі та обговорювали. За результатами роботи в групах було з'ясовано, що головним для фахівця є толерантність, емпатійність, комунікабельність, повага до особистості, вміння слухати. Тобто фахівець має бути порадиником, другом для людини похилого віку. Не менш значимим стала мобільність фахівця, який працює з людиною похилого віку. Тобто швидка реакція на зміни настрою клієнта, на його потреби та бажання і пошук нових шляхів до зацікавлення. Було визначено, що фахівець має бути сучасним (тобто володіти новітніми техніками та прийомами у роботі) та креативним.

*П'яте заняття* «Інноваційні форми та методи соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людини похилого віку» мало на меті сформувавши в учасників знання і вміння розробки та реалізації програм щодо соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, а також

необхідність застосування інноваційних форм, методів, прийомів на шляху до реалізації цієї мети.

З метою закріплення отриманих теоретичних знань та отримання практичного досвіду студенти-волонтери були залучені до реалізації експериментальної частини дослідження з підвищення життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування. Зокрема, вони були асистентами при організації навчального процесу для людей похилого віку в Університетах третього віку. Спільно з викладачами кафедри теорії та технології соціальної роботи НПУ імені М.П. Драгоманова та студентами 4 курсу спеціальності «Соціальна робота» до Міжнародного дня людей похилого віку, що відзначається 1 жовтня, було організовано та проведено акції: «Лист вдячності» та «Подаруй радість».

У постійній співпраці з викладачами, студентами та фахівцями територіальних центрів соціального обслуговування нами організовувалися круглі столи, а саме: «Нові погляди на надання соціальних послуг людям похилого віку»; «Особливості волонтерської діяльності з людьми похилого віку»; «Інноваційні форми та методи роботи з людьми похилого віку задля підвищення життєвої задоволеності». З метою підвищення рівня готовності фахівців територіального центру до організації соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку було вдосконалено навчальний курс «Соціальна геронтологія» для студентів 4 курсу спеціальності «Соціальна робота» Факультету соціально-економічної освіти та управління НПУ імені М.П. Драгоманова (м. Київ). Для полегшення підготовки до семінарських занять з курсу, було розроблено робочий зошит - практикум «Соціальна геронтологія», що вмістив блок тестових завдань до кожної теми, практичні питання, дискусійні та творчі завдання [84].

Розроблена програма підготовки фахівців та волонтерів до здійснення соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку сприяла підвищенню рівня знань фахівців щодо особливостей життєдіяльності



людей похилого віку; формуванню розуміння, що людям похилого віку в процесі життєдіяльності необхідна підтримка; розумінню необхідності застосування інноваційних методів та прийомів в процесі надання соціально-педагогічних послуг.

З метою реалізації та перевірки другої та третьої соціально-педагогічних умов *«Реалізація комплексної програми соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування»* та *«Забезпечення активної участі людини похилого віку в соціально-педагогічній підтримці життєдіяльності в умовах територіальних центрів соціального обслуговування за принципом «рівний-рівному»* було розроблено та впроваджено авторську програму *«Організація навчання в Університеті третього віку»*, в якій взяло участь 188 осіб похилого віку - слухачів Університету третього віку (63 людини похилого віку(Десн ТЦ), 65 (ОболТЦ), 60 (ТЦ м. Біла Церква). Перш за все, нами було проведено анкетування серед слухачів в Університеті третього віку. Розроблена анкета *«Включення людини похилого віку в освітнє середовище»* дала можливість виявити міру сформованості потреби у самовдосконаленні та оволодінні новими знаннями. За допомогою анкетування ми отримали інформацію щодо основних потреб, мотивів, інтересів людей похилого віку щодо участі в навчальних програмах територіального центру соціального обслуговування. Аналіз переваг людей похилого віку дозволив проранжувати причини їх вступу до Університету третього віку. Так, 93 осіб ЕГ (49,40%) зацікавила інформація про здоровий спосіб життя, методів та прийомів його підтримки та збереження у старості. Показово, що 102 особи ЕГ (54,20%) хотіли б вивчати комп'ютерні технології, що засвідчує прагнення людей похилого віку отримати сучасні знання, можливість знаходити потрібну інформацію через мережу Інтернет, розширення кола спілкування. Цікаво, що 54 особи ЕГ (28,70%) виявили бажання отримати знання щодо розкриття творчого потенціалу через засвоєння різних технік прикладного мистецтва. Не менш важливим визначили 75 осіб ЕГ

(39,90%) потребу в отриманні знань з психології, оскільки відчували труднощі у спілкуванні, особливо з молодим поколінням. Менш за все слухачів зацікавили економіка, філософія, історія, культурологія (додаток І).

Отримані результати стали основою для розробки навчальних програм дисциплін для Університету третього віку, що представляли найбільшу цікавість для людей похилого віку, зокрема: «Навчання комп'ютерній грамотності», «Психологія», «Основи охорони здоров'я», «Прикладне мистецтво». У розробці програм брали участь профільні спеціалісти, викладачі-волонтери, що дало можливість побудувати логіку викладу основного теоретичного матеріалу за принципом «від простого до складного». Особливістю побудови навчальних програм для людей похилого віку стало те, що вони опираються на потреби та інтереси самої людини похилого віку. Крім того, навчальні програми побудовані таким чином, що учасники навчального процесу отримують не лише нові знання, а й оволодівають новими практичними вміннями.

Зміст навчальних програм розроблявся враховуючи те, що людина похилого віку – не споживач піклування, а активний громадянин, що має свою думку, позицію, здібності та можливості до активної діяльності.

Кожна програма розроблялася за єдиною схемою:

- теоретична частина (головним завданням є ознайомлення слухачів з проблемою, розширення знань та формування відповідного ставлення до означеної проблеми);
- практична частина (створює можливість отриманні теоретичні знання закріпити на практиці);
- перевірка знань (перелік питань до теоретичної частини);
- індивідуальна робота (завдання для самостійного опрацювання).

Хоча навчальні програми розроблялися за певною схемою, все-таки ми прагнули максимально врахувати можливі зміни інтересів, потреб, запитів людей похилого віку. З метою формування позитивних мотивів навчання

використовується додатковий пізнавальний матеріал, ігри, різноманітна наочність, незвичні способи постановки й оформлення навчального завдання.

Таким чином, програма побудована з урахуванням реальної ситуації сьогодення та на основі аналізу практичного досвіду діяльності територіальних центрів соціального обслуговування в Україні. Метою цільової програми є: сприяння соціальній активності, самореалізації та саморозвитку, підвищенню життєвої задоволеності та рівня життєдіяльності шляхом включення людей похилого віку в освітню діяльність.

Авторська комплексна програма «Організація навчання в Університеті третього віку» в умовах територіального центру соціального обслуговування складалася з трьох взаємопов'язаних блоків. Заняття передбачали такі форми роботи: рольові ігри, тренінгові заняття, дискусії, міні-лекції, майстер-класи, заняття з використанням методу мемуаротерапії, заняття з ейдетики, мозковий штурм, бесіди.

*Перший блок комплексної програми «Фізичне благополуччя людини похилого віку»* мав на меті формування мотиваційно-ціннісного ставлення людини похилого віку до власного здоров'я; вироблення умінь ведення здорового способу життя.

Включення першого блоку в комплексну програму мало вирішити основні завдання:

- сформуванню мотиваційно-ціннісного ставлення до власного здоров'я через поглиблення знань щодо ведення здорового способу життя;
- підвищити фізичну активність;
- тренування витривалості;
- сповільнення прогресування когнітивних порушень.

Нами була розроблена навчальна програма «Основи здоров'я», що передбачала розвиток здоров'язберігаючої компетентності шляхом набуття слухачами Університету третього віку навичок збереження, зміцнення та дбайливого ставлення до власного здоров'я (додаток К1). Програма

розраховувалась на 72 навчальні години та містила для вивчення шість модулів: Людина та її здоров'я; Фізична культура і здоров'я; Психологічне здоров'я; Рациональне харчування – фактор здоров'я; Відпочинок і здоров'я; Самообслуговування - запорука якості життя.

Слухач, який засвоїть програму, повинен *знати*: складові здорового способу життя, особливості використання дихальних технік, принципи раціонального харчування, особливості психологічної саморегуляції, тощо. Слухач повинен *вміти*: визначати ознаки стресу та застосовувати прийоми профілактики та терапії, управляти власними емоціями, розраховувати режим та раціон харчування відповідно до вимог та власних особливостей організму, використовувати вправи та техніки для зміцнення організму та подолання втоми, тощо.

Модуль 1 «Людина та її здоров'я» передбачає формування цілісного уявлення про здоров'я, усвідомлення необхідності підтримки та збереження здорового способу життя людини. Людям похилого віку було запропоновано пройти тест на визначення біологічного віку та самостійно оцінити стан власного здоров'я. В межах даного модуля слухачі отримали теоретичні знання з таких актуальних питань: основні процеси, що визначають стан здоров'я людини; складові здорового способу життя, вплив зодіакальної системи на здоров'я людини; календарний та біологічний вік людини. Закріплення теоретичних знань з модулю стало можливим при складанні людьми похилого віку власної програми ведення здорового способу життя на 2 тижні.

З метою формування у слухачів уміння знімати напругу, долати втому було розроблено модуль 2 «Фізична культура та здоров'я». Лекційна частина охопила такі проблемні питання, як: фізична культура та її оздоровчі ефекти; рухова активність: основні правила тренування; вплив масажу на організм людини; принципи загартування; дихальні вправи.

Практичні заняття були орієнтовані на формування вмінь використовувати запропоновані техніки в повсякденному житті. Зокрема, до

таких технік ми віднесли: дихальні техніки (використовуючи методику Стрельникової, систему трифазного дихання Лео Кофлера та техніку бодіфлекс) [124], танцювальну аеробіку, адаптовану до можливостей людини похилого віку.

Модуль 3 «Психологічне здоров'я» містив інформацію щодо чинників, які впливають на емоційний, інтелектуальний і духовний розвиток людини та методи саморегуляції. Головним завданням для нас стало навчити людину похилого віку управляти власними емоціями та визначаючи ознаки стресу, застосовувати основні прийоми терапії. Практична частина модуля була направлена на оволодіння людьми похилого віку методами психологічної саморегуляції, а саме: релаксацією, медитацією, аутогенним тренуванням, йогою, сміхотерапією, кольоротерапією. Цікавим, на нашу думку, стало завдання скласти карту власного настрою, використовуючи палітру кольорів. Людям похилого віку було запропоновано таким чином визначити настрій на даний момент, а потім поступово, згадуючи яскраві події з власного життя, домальовувати свою карту настрою, додаючи інші кольори. Ціль вправи – показати людині, що вона сама може визначати та управляти власним настроєм. Окрім того, слухачі пройшли практичний тренінг з йоги, суставної гімнастики та релаксації.

В межах модуля 4 «Раціональне харчування – фактор здоров'я» люди похилого віку мали змогу поповнити знання стосовно раціонального харчування. Так було проведено такі лекції: «Закони та принципи раціонального харчування», «Енергетика харчування», «Дія голоду на організм людини», «Маса тіла та здоров'я», «Специфічні харчувальні системи». З метою закріплення теоретичних знань людям похилого віку було запропоновано розробити персональне меню на тиждень з урахуванням калорійності продуктів.

З метою формування у слухачів вмінь організовувати власний відпочинок для підтримки та збереження здоров'я було розроблено модуль 5

«Відпочинок та здоров'я». Головний акцент робився нами саме на активних формах відпочинку. Тут ми запропонували людям похилого віку пройти міні - курс з ейдетики (методика тренування пам'яті на основі образного мислення), освоїти техніку масажу та самомасажу. Ейдетика як методика, що спрямована на розвиток образного мислення, уваги, уяви та пам'яті, здатна підтримати розумову активність людини похилого віку, покращити сприймання та відтворення інформації, спираючись на властиве кожній людині вміння уявляти та фантазувати. Вона дозволяє не лише запам'ятовувати та відтворювати образи, а й є однією з умов розвитку неординарного мислення і пізнавальної активності людини. Окрім того, відбувається розвиток навичок концентрації уваги, здатностей уяви. Така підтримка та вдосконалення інтелектуальних можливостей людини похилого віку є життєво необхідною умовою якісної життєдіяльності у старості. Особливо актуальним вона стає в сучасному світі з його постійно зростаючими потоками інформації та новими вимогами з боку держави до людини похилого віку.

Інтелектуальна підтримка представників поважного віку є складовою не тільки патерну позитивного старіння, а й частиною формування адекватного ставлення представників акмеологічного періоду онтогенезу до свого майбутнього. Окрім того, методи ейдетики сприяють розвиткові нового життєвого і художньо-естетичного досвіду людей похилого віку, дозволяють відтворювати яскравий наочний образ протягом тривалого часу, розширюють не тільки межі пам'яті, але й можливості людини похилого віку бачити світ по-іншому – у всій його різноманітності кольорів, запахів, звуків [83].

У роботі з людьми похилого віку нами були використані:

– *метод піктограм* (піктограми – маленькі прості малюнки, значки, в яких виділяються суттєві ознаки предмета або поняття). Піктограми допомагають запам'ятовувати будь-які літературні твори, як віршовані, так і прозові. Цей прийом використовується для збагачення словникового запасу, розвитку мовної активності. Такий тип роботи сприяв подоланню

невпевненості у людей похилого віку та підвищенню загальної активності на заняттях;

– *метод послідовної асоціації* – створення за допомогою фантазії та образного мислення ланцюжка асоціацій;

– *друдл* - це чорно - білі картинки - загадки, дивлячись на які абсолютно неможливо точно сказати , що це таке. Головне в тому, щоб якомога більше придумати варіантів бачення картинки. Вони змушують мозок опрацювати тонну інформації, щоб зіставити образ, із зображенням на картинці.;

– *метод «оживлення»*, що базується на розвитку природних можливостей людини до фантазування. За допомогою цього методу людина вчиться швидко створювати уявні картинки текстів, історичних подій, побутові, живі картини правил, таблиць. Вона ніби стає співучасником тих подій, про які йдеться. Розвиток здібностей до візуалізації розширює межі пам'яті, створює безмежні можливості використання образної пам'яті.

На заняттях з ейдетики люди похилого віку вчилися використовувати власну пам'ять із максимальною ефективністю, запам'ятовувати інформацію усвідомлено, раціонально, без виснажливого багаторазового повторення. Заняття з ейдетики проводилися в ігровій формі з дотриманням частого переключення з одного виду діяльності на інший. Це дозволяло уникати втоми, зберігати увагу й зацікавленість, а також підтримувати позитивний емоційний фон під час діяльності. У процесі роботи ми зважали на вікові особливості геронтологічної групи та на те, що важливою умовою розвитку ейдетики є необхідність використання всіх доступних людині похилого віку способів чуття й передання набутого досвіду.

Модуль 6 «Самообслуговування як запорука якості життя» містив прості поради для догляду за шкірою рук та обличчя людини похилого віку, гігієни зору. Крім того, в межах шостого модуля було проведено диспут на тему «Збереження та зміцнення здоров'я». Люди похилого віку обмінювались думками та корисними рекомендаціями по збереженню та зміцненню здоров'я

у старості. Варто зауважити, що слухачі активно включалися у цей вид діяльності. Кожен намагався відстоювати власну думку, аргументовано доводячи її ефективність. За результатами диспуту було визначено, що зберегти та зміцнити здоров'я у старості можливо через різні форми активності людини похилого віку.

Для підтримки мотивації, знань та умінь щодо здорового способу життя були організовані *лекції-семінари* з елементами дискусії за темами: «Феномен довголіття», «Чи вміємо ми дихати?», «Швидка допомога: біологічно активні точки», «Дієта та голодування». Був організований та проведений семінар на тему: «Фітотерапія для людей похилого віку».

Наступний блок авторської програми «Організація навчання в Університеті третього віку» має назву «*Психологічне благополуччя людини похилого віку*». Розробляючи цей блок програми, ми чітко усвідомлювали, що без твердих знань з психології процес адаптації людини похилого віку до нових умов життєдіяльності стає вкрай важким, а для декого практично неможливим. Побудова нового способу життя вимагає від людини вміння миттєво і обдуманно приймати рішення, вирішувати поставлені задачі, швидко переходити з одного виду діяльності на інший. Розуміння самого себе як особистості, усвідомлення своєї значимості та неповторності, вміння керувати емоціями, долати стресові ситуації стає визначальним на шляху перебудови звичного колись способу життя.

Так, нами було розроблено програму «Основи психології» для слухачів Університету третього віку. (додаток К2) Головною метою програми стало формування у слухачів бази знань, умінь і навичок ефективного розв'язання різноманітних проблем пов'язаних з їх життєдіяльністю [89].

Навчальна програма розрахована на 72 години на містить 8 модулів, де зібрана інформація про теоретичні основи психологічних знань: психологія особистості (поняття темпераменту та акцентуація характеру); психологія діяльності (природа потреб, мотиви, структура діяльності, активність);



психологія конфліктів (сутність, перебіг, особливості профілактики та шляхи подолання конфліктних ситуацій); психологія здоров'я (психосоматика); психологія спілкування (вербальне та невербальне спілкування, маніпуляції); психологія творчості (задатки, здібності, геніальність); психологія іміджу (особливості створення власного стилю) та позитивна психологія (позитивне мислення, як досягнути успіху, як бути щасливим).

Під час вивчення курсу проводилась систематична практична робота з діагностичними методиками та індивідуальна робота. Зокрема, людям похилого віку було запропоновано виконати такі цікаві завдання: скласти соціально-психологічний портрет подруги чи найближчої людини, виділивши основні риси характеру та прояви темпераменту; розробити пам'ятку «Як я підтримую власне здоров'я», визначити власний кольоротип зовнішності та підібрати гаму кольорів, що підходять йому; скласти «Карту життєвої задоволеності» тощо.

До модулю *«Психологія творчості»* пропонувалися практичні вправи, направлені на розвиток креативності, нестандартного мислення, а саме: вправа «Придумай» (пропонується придумати нове застосування відомих предметів: порожня консервна банка, дирява шкарпетка, перегоріла лампочка, повітряна кулька, що лопнула) та «Зав'яжи шнурок» (за дві хвилини знайти як можливо більше застосувань для взуттєвого шнурка чи сірника, олівця.)

Модуль *«Психологія спілкування»* містив практичні вправи на покращення техніки мовлення: тренування мовного подиху, голосові вправи, вправи на концентрацію уваги.

Блок комплексної програми «Організація навчання в Університеті третього віку», *«Психологічне благополуччя людини похилого віку»* включав проведення низки тренінгових занять. Мета тренінгової роботи з людьми похилого віку: дослідження психологічних проблем та допомога у їх вирішенні; сприяння процесу особистісного розвитку, реалізації творчого потенціалу, відчуття щастя на життєвій задоволеності; покращення

суб'єктивного самопочуття та зміцнення психологічного здоров'я; самодослідження з метою подальшої корекції емоційних розладів на основі внутрішніх поведінкових змін; створення основи для ефективного та гармонійного спілкування з іншими людьми.

У процесі організації та проведення тренінгу підтримка використовувалася нами в двох формах: «отримання» і «видача» підтримки. Отримання підтримки в найпростішій формі проявлялось в тому, що члени групи слухали і намагалися зрозуміти і прийняти учасника як особистість таким, яким він є, незалежно від його соціального статусу та минулого. Отримання учасниками підтримки з боку інших створювало атмосферу безпеки і послаблювало дію механізмів психологічного захисту, сприяло формуванню більш позитивного ставлення учасника до себе. Видача (надання) підтримки іншим членам групи дала можливість послабити надмірну спрямованість учасника на самого себе, підсилила почуття приналежності до інших, сприяла підвищенню впевненості і позитивного ставлення до себе, так як з'являється відчуття здатності надання допомоги іншим.

Були організовані такі тренінгові заняття, як: «Тренінг креативності», метою якого стало дослідження творчих потреб учасників групи, усвідомлення учасниками свого творчого потенціалу; тренінг «Складові гарного настрою», метою якого стало показати вплив проблемних ситуацій на людину та знайти шляхи їх вирішення через вміння керувати своїм настроєм.

Для адаптації та інтеграції в колективі, формування вміння самостійно вирішувати проблеми, розвитку активної життєвої позиції та соціальної активності людей похилого віку були організовані тренінги «Розвиток комунікативних навичок» й «Профілактика конфліктних ситуацій». Такі тренінги були направлені на формування навичок ефективного комунікації з використанням вербальних та невербальних компонентів, групової взаємодії.

Загалом, під час апробації всіх розроблених програм на конкретних заняттях, принципово важливим для нас стало розуміння того, що організація

навчального процесу для людей похилого віку має суттєві відмінності в порівнянні з молодими людьми.

Як зазначає Л.Лук'янова[136], навчання дорослих, в тому числі людей похилого віку, має організовуватися відповідно до таких принципів: принцип пріоритету самостійності у навчанні; принцип спільної діяльності; принцип опори на досвід того, хто навчається; принцип усвідомленості навчання; принцип індивідуалізації навчання; принцип системності; принцип розвитку освітніх потреб; принцип ефективності. Науковець акцентує, що фахівець, який професійно займається організацією навчання дорослих - андрагог - займає такі рольові позиції, як: медіатор знань; гід – організатор навчання, відповідальний за ознайомлення з новими можливостями розвитку; фасилітатор – помічник, відповідальний за ефективність робіт в групах; тренер – відповідальний за формування необхідних навичок.

На думку О. Агапової, виконуючи різні дії, викладач постійно виступає у різних ролях: «експерт»: професіонал, спеціаліст, який передає знання, визначає зміст навчання; «психолог»: його завдання – підтримка і розвиток мотивації до навчання, руйнування психологічних бар'єрів, що заважають процесу освоєння нових знань, додання страхів і розвиток в учасників відчуття впевненості у собі; створення позитивного настрою; «менеджер»: організовує процес, встановлює у групі послідовність дій, слідкує за дотриманням часових меж під час навчання, розподіляє функції в групових процесах; відповідає за навчальні матеріали; «індивідуальний консультант»: супроводжує процес самоосвіти (постановка мети, допомога в напрацювання практичних кроків для досягнення цілі та індивідуальних освітніх стратегій); «ангел-охоронець»: підтримує кожного учасника, забезпечує фізичні потреби під час навчання (чи зручне для вас місце? чи є що попити? є чим записувати? чи добре видно, чути?); забезпечує безпеку, не вербально підтримує ідеї і дії учасників, щиросердно радіє ініціативам та успіхам учасників, підбадьорює сором'язливих людей, подає їм сигнали-заохочення.[4]

У західній андрагогіці виокремлюють наступні техніки: дидактичну, техніку Сократа та допоміжні техніки. Дидактична техніка проводиться у вигляді звичних для людей похилого віку лекцій. Техніка Сократа полягає в тому, що в процесі лекції ставиться запитання, яке мотивує аудиторію до роздумів, що дозволяє організувати заняття в більш цікавій формі. Крім того, використовуються допоміжні техніки (мозкові штурми, дебати), що дають людині похилого віку можливість більш широкого використання власного життєвого досвіду поряд з дослідженням чогось нового [275].

Підтримуючи думку, що головним завданням навчання людини похилого віку є не просто передача нових знань, а підтримка їх активності в процесі навчання, ми розуміємо, що використання традиційних методів навчання не є достатньо ефективним. Застосування активних методів навчання веде до актуалізації пізнавальної діяльності, підвищує мотивацію і емоційність навчання, формує професійні уміння і навички.

У нашій роботі ми використовували таку форму роботи, як рольові ігри. Людина похилого віку, усвідомлюючи свої дії в різних життєвих ситуаціях, самостійно моделює можливі шляхи вирішення проблем. Ситуації для програвання бралися із життя, із практики сімейних відносин і відображали певну сторону цих відносин. Гравець сам приймав рішення, ставив цілі і розробляв програму їх досягнення. У грі він діяв так, як би він діяв у реальному житті.

Ситуації, що пропонувались для програвання, давались у загальних рисах, тому що неможливо абсолютно реально передбачити ситуацію. Крім того, гравцям надавалася можливість доповнити ситуацію деталями, необхідними, на їх думку, для створення відчуття реальності, вводити нових персонажів, задавати програму дій.

З метою відновлення та підтримки особистісних якостей людини похилого віку було організовано та проведено три заняття з використанням методу мемуаротерапії, що мали назву «Спогади поважних людей». На думку

Н.С. Глуханюк, Т.Б. Грешкович, цей метод є потужним психотерапевтичним засобом, який здатен вивести людину зі стану депресії, мотивувати до активної діяльності [53]. Метод мемуаротерапії може забезпечити інформаційний вплив на людину похилого віку спогадів з власного життя.

Нами було запропоновано людям похилого віку написати твір в стилі мемуарів. Досліджувані мали описати лише яскраві позитивні події з власного життя. Найбільш цінним при виконанні цього завдання став сам процес згадування, уточнення деталей. Далі людина похилого віку починала цікаву розповідь про своє життя в групі. На цьому етапі головним завданням було створення сприятливої, дружньої атмосфери, де є зацікавлений, уважний слухач та співрозмовник. Досягнути цього нам допомогло використання таких підтримувальних засобів навчання, як емпатійне слухання та діалог.

Слід акцентувати увагу на використанні при роботі з людьми похилого віку методу дискусій. Завдяки дискусії у людей похилого віку з'являється можливість рефлексувати свої неусвідомлені проблеми, внутрішні протиріччя, труднощі у спілкуванні. У дискусії розвивається вміння імпровізувати, діяти за рамками передбаченого, дослухатися до думки іншого. Цей метод спрямований на досягнення визначеного результату: обмін інформацією, думками на вироблення рішення, досягнення згоди. Саме дискусія дозволяє прояснити позицію людини похилого віку, багатозначність підходів, точок зору з будь-якого питання і у результаті обміну думками підвести учасників до різноаспектного бачення предмету. Вона допомагає перемогти старі переконання, побачити альтернативи виходу із ситуації.

Останній блок комплексної програми *«Соціальне благополуччя людини похилого віку»* стосувався можливостей комунікації та розширення соціальних зв'язків людей похилого віку, подолання самотності та пошуку нових способів активності.

При розробці навчальної програми *«Основи комп'ютерної грамотності»* метою стала теоретична та практична підготовка людей похилого віку до

повсякденного життя з використанням комп'ютерних технологій. На нашу думку, навчання навичкам користування комп'ютером, засобами зв'язку дозволить знизити рівень дискомфорту людини похилого віку, відкриє нові можливості для спілкування та творчості.

Програма «Основи комп'ютерної грамотності» включає наступні модулі: Основи роботи з комп'ютером; Файли та папки; Робота з текстом; Робота з флеш-накопичувачем; Основи роботи в мережі Інтернет; Робота з електронною поштою та додатковими ресурсами; Основи роботи зі смартфоном; Основи роботи з планшетом (додаток КЗ).

Слухач, який засвоїть програму, повинен *знати*: складові комп'ютера; особливості використання сполучень клавіш на клавіатурі; основи роботи з планшетом; операції з флеш-накопичувачем; основи роботи в мережі Інтернет; особливості роботи з текстовим редактором Microsoft Word. Слухач повинен *вміти*: створювати, зберігати, копіювати та видаляти файли і папки; використовувати пошукові системи; створювати власний профіль в соціальній мережі тощо.

З метою закріплення матеріалу програмою передбачається виконання практичних робіт, на яких слухачі засвоюють прийоми роботи з програмними продуктами.

Можливості, що відкриваються сьогодні людям похилого віку через Інтернет (онлайн-послуги, участь у віртуальних спілках, оплата покупок чи комунальних платежів, доступ до інформації, тощо), сприяють адаптації до сучасного суспільства, дозволяють вчитися, зберігати соціальну активність, вирішувати життєві проблеми, підтримувати самостійність та незалежність.

Нами було помічено, що у процесі засвоєння слухачами програми «Основи комп'ютерної грамотності», особливо на початковому етапі навчання, серед людей похилого віку спостерігається стресова реакція на комп'ютер. Такий стан зберігався до того часу, поки навички оволодіння комп'ютером не стали автоматичними. Поступово, коли людині похилого віку вдавалося

виконати завдання успішно, ця напруга згасала. Власні успіхи мотивували до діяльності. Так, зокрема Н. Рукіна описувала подібний стан, називаючи його «комп'ютерною тривожністю». «Поведінка у стані комп'ютерної тривожності характеризується перебільшеною обережністю при використанні комп'ютера, негативними висловлюваннями та зауваженнями, спробами мінімізувати час використання комп'ютера» [195].

Вивчення та освоєння нових можливостей за допомогою комп'ютерних технологій людьми похилого віку призвело до розширення їх самоконтролю – підвищення відчуття управління власним життям. Засвоєння складного матеріалу та подолання стресу, пов'язаного з вивченням нових технологій призвело до підняття самооцінки, зросла впевненість у собі та своїх силах, особиста значимість. Крім того, можемо відмітити позитивні зміни в емоційному стані людей похилого віку. Можливість використання Інтернету, доступ до соціальних мереж значно розширили коло спілкування, що в свою чергу знизило показник соціальної ізоляції та почуття самотності. Вагомий результат вбачаємо в направленості на підтримку інтелектуальної активності людей похилого віку, а це означає продовження життя в цілому.

Завершуючи навчання щодо опанування комп'ютерної грамотності, соціально-активні випускники відкривали власні сторінки в соціальних мережах, де розміщували створені проекти.

Навчальна програма «Прикладне мистецтво» мала на меті через творчу діяльність допомогти людині похилого віку знайти нові шляхи самореалізації; через створення прекрасного збагатити духовний світ та розкрити свій творчий потенціал. Практичні заняття були орієнтовані на виготовлення виробу, використовуючи різноманітні техніки та прийоми, а саме: робота з природним матеріалом, різні техніки вишивки, декупаж, курс авторської ляльки, бісероплетіння, діамантова техніка, виготовлення ляльки-мотанки, робота з глиною, техніка оригамі, техніка канзаши.

Робота на практичних заняттях організовувалась у вигляді *майстер-класів*, оскільки майстер-клас – (від англійського master-class: master - кращий в якій-небудь області; class – заняття, урок) – сучасна форма проведення навчального тренінгу-семінару для відпрацювання практичних навичок за різними методиками і технологіями з метою підвищення професійного рівня та обміну передовим досвідом учасників, розширення кругозору та залучення до новітніх галузей знання [134].

Тематика майстер-класів розроблялась відповідно до побажань слухачів та календаря святкування державних свят. Так до свята Пасхи люди похилого віку виготовляли писанки, до Нового року – прикраси на ялинку, до свята Масляної – ляльку мотанку, тощо. Виготовлений власними руками виріб ставав прекрасним подарунком для рідних на свята, а сам процес створення прекрасного заспокоював, надихав, зцілював.

Ще однією формою роботи з людьми похилого віку стала організація та проведення виставок робіт слухачів Університету третього віку. Участь у виставках робіт, організованих в територіальних центрах, дала можливість включення людей похилого віку в життя суспільства. *Виставкова діяльність* стимулює до самоактуалізації, розвитку. Результатом стали такі внутрішні зміни, як поява почуття значимості, корисності у власних очах, підвищення самооцінки, бажання самовдосконалюватись, впевненість у собі.

У процесі реалізації навчальних програм було проведено спостереження за активністю людей похилого віку, результати якого засвідчили, що практично всі члени групи уважно слухають, занотовують інформацію. Вони активно беруть участь в дискусіях, висувають власні запитання для обговорення. Було помічено, що члени групи допомагають один одному у відповідях на запитання, практичних вправах, прагнуть спілкування.

Залучення самих людей похилого віку до педагогічної діяльності здійснювалось за принципом «рівний-рівному». Таким чином відбулося розширення соціальних ролей, учні стали педагогами. Люди похилого віку, які



вже знайшли нові позитивні життєві смисли, почали активно підтримувати та допомагати іншим. Найголовнішим результатом стало для нас те, що такі люди похилого віку стали більш впевненими у собі, почали відчувати свою важливість та значущість.

Четверта умова *«Розробка навчально-методичного забезпечення процесу реалізації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку з метою підвищення її рівня»* стосувалася створення ресурсів для забезпечення соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

На виконання умови нами було розроблено серію методичних рекомендацій для організації навчального процесу на факультетах Університету третього віку, зокрема це стосувалось засвоєння знань з основ комп'ютерної грамотності, основ психології та основ здоров'я. Всі методичні матеріали, які нами адаптовані до умов геронтоосвіти, створено на основі ідей та досвіду організації навчання людей похилого віку та відповідно до розроблених нами навчальних програм.

Таким чином, методичні рекомендації для фахівців територіальних центрів соціального обслуговування та слухачів Університету третього віку з основ комп'ютерної грамотності мали на меті полегшити процес ознайомлення людини похилого віку з основами роботи за комп'ютером. Методична розробка дала можливість отримати знання та набути практичних навичок, що можливо використати для активного ділового та особистого листування, відправлення копій документів, безкоштовного зв'язку з друзями і родичами за кордоном, друкування своїх мемуарів, читання в Інтернеті, прослуховування музичних файлів, перегляду фільмів, купівлі та продажу товарів через Інтернет. Принципово важливим для нас стало створення такого ресурсу, що стане легким та доступним для сприймання людьми похилого віку. Тому методичні рекомендації мають мінімум наукового тексту та максимум ілюстрацій та інструкцій щодо виконання тієї чи іншої операції та після кожної

теми, завдання для індивідуальної роботи. Отже, працювати з методичним забезпеченням можна як на заняттях в умовах Університету третього віку, так і вдома самостійно, а це особливо важливо для людей похилого віку, які часто не можуть за станом здоров'я відвідувати заняття регулярно [88].

Методичні рекомендації з основ здоров'я, розроблені для фахівців територіальних центрів соціального обслуговування та слухачів факультету Основи здоров'я Університету третього віку, дозволяють поглибити знання людини похилого віку щодо збереження та підтримки власного здоров'я. Окрім того, в методичних рекомендаціях зібрані матеріали щодо сучасних методів підтримки активного способу життя та самообслуговування людини у старості. Використовуючи розроблене методичне забезпечення, людина похилого віку спробує на практиці різні оздоровчі методики, а саме: йогу, медитацію, дихальні та танцювальні вправи, тощо [87].

Запропоновані теоретичні та практичні матеріали в методичних рекомендаціях для фахівців Територіальних центрів соціального обслуговування та слухачів факультету Основи психології Університету третього віку спрямовані на результативність засвоєння основ психологічних знань та ефективність організації різних видів навчання фахівцями, викладачами та студентами-волонтерами, що здійснюють соціально-педагогічну підтримку життєдіяльності людей похилого віку [89].

Таким чином, розроблене навчально-методичне забезпечення організації соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку покликане полегшити процес засвоєння нових знань людьми похилого віку, може слугувати орієнтиром для фахівців та волонтерів, що організують та проводять навчальні програми для людей похилого віку та додатковим джерелом інформації для студентів, майбутніх фахівців соціально-педагогічної сфери.

Отже, сформульовані нами соціально-педагогічні умови повинні сприяти ефективності організації соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Таким чином, визначені соціально-педагогічні умови дозволяють забезпечити наступність, послідовність та системність соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування, а також забезпечити підвищення якості життєдіяльності людини у старості.

### **2.3. Оцінка ефективності впровадження моделі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування**

На етапі підведення підсумків формувального етапу експерименту ми вважали за доцільне визначити ті показники якості життєдіяльності людей похилого віку, що отримали найбільший розвиток. З цією метою було проведено повторне діагностування учасників експерименту.

На контрольному етапі дослідження було використано такі ж методики, що і на констатувальному, а саме: Тест індекс життєвої задоволеності, методика “Смисложиттєві орієнтації” Д.О. Леонтьєва, експрес діагностика рівня самооцінки (Н.П.Фетіскін, В.В.Козлов, Г.Мануїлов), методика незакінчених пропозицій (на основі методики Дж. Нюттена), опитувальник САН, анкета «Чи активні Ви у житті», методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса, Р. Даймонда, опитування «Ставлення до здоров'я» Р.А. Березовської, анкета «Прагнення людини похилого віку до розвитку та підвищення якості життя», методика на готовність до саморозвитку В. Павлова. Результати діагностування представлені в додатку Л.

Відповідно до мотиваційного критерію життєдіяльності людини похилого віку спостерігається зниження низького рівня (на 16,58% у Деснянському територіальному центрі; 18,47% у Оболонському територіальному центрі та на 12,22% у Територіальному центрі м. Біла Церква.), збільшення високого рівня

(на 11,88% у Деснянському територіальному центрі; 5,14% у Оболонському територіальному центрі та на 6,67% у Територіальному центрі м. Біла Церква).

Таким чином, високий рівень прояву показників за мотиваційним критерієм наявний у 24,46% (46 осіб) ЕГ та 16,38% (31 особа) КГ; середній рівень 47,30% (89 осіб) ЕГ та 39,57% (74 особи) КГ; низький рівень 28,24% (53 особи) ЕГ та 43,85% (82 особи) КГ.

При повторній діагностиці рівня соціально-орієнтованого критерію якості життєдіяльності людей похилого віку в експериментальній та контрольній групах ми виявили наступні результати:

- в експериментальній групі (ЕГ): високий рівень 18,08% (34 особи); середній рівень отримали - 48,94 % (92 особи) та низький рівень – 32,98% (62 особи);

- у контрольній групі (КГ): високий рівень 11,23% (21 особа); середній рівень отримали - 40,64 % (76 осіб) та низький рівень – 48,13% (90 осіб).

При повторній діагностиці рівня якості життєдіяльності за фізіологічним критерієм в експериментальній та контрольній групах ми виявили наступні результати:

- в експериментальній групі (ЕГ): високий рівень 14,89% (28 осіб); середній рівень отримали - 55,32 % (104 особи) та низький рівень – 29,79% (56 осіб);

- у контрольній групі (КГ): високий рівень 6,95% (13 осіб); середній рівень отримали - 49,20 % (92 особи) та низький рівень – 43,85% (82 особи).

Після впровадження в роботу територіального центру (зокрема в умови Університету третього віку) соціально-педагогічних умов помічаємо зміну ставлення людей похилого віку до власного самопочуття та здоров'я в цілому, що виявляється у зменшенні низького рівня життєдіяльності за фізіологічним критерієм (на 6,91% у Деснянському територіальному центрі; 18,46% у Оболонському територіальному центрі та на 16,67% у Територіальному центрі м. Біла Церква) та збільшенні високого рівня (на 4,64% у Деснянському

територіальному центрі; 10,6% у Оболонському територіальному центрі та на 8,33% у Територіальному центрі м. Біла Церква).

При повторній діагностиці рівня якості життєдіяльності за діяльнісно-практичним критерієм в експериментальній та контрольній групах ми виявили наступні результати:

– в експериментальній групі (ЕГ): високий рівень 19,15% (36 осіб); середній рівень отримали - 52,13 % (98 осіб) та низький рівень – 28,72% (54 особи);

– у контрольній групі (КГ): високий рівень 10,69% (20 осіб); середній рівень отримали - 41,18 % (77 осіб) та низький рівень – 48,13% (90 осіб).

Стосовно діяльнісно-практичного критерію, також можемо констатувати вагомні зміни, а саме: зменшення низького рівня ( на 18,20% у Деснянському територіальному центрі; 20,39% у Оболонському територіальному центрі та на 19,17% у Територіальному центрі м. Біла Церква) та збільшення високого рівня (на 8,53% у Деснянському територіальному центрі; 7,70% у Оболонському територіальному центрі та на 7,50% у Територіальному центрі м. Біла Церква).

Аналіз отриманих результатів після формувального експерименту дозволяє констатувати особистісні зміни, що вплинули на підвищення рівня якості життєдіяльності людей похилого віку, а саме (експериментальна група): отримання нової позитивної цілі життя, що виявляється в активній участі людини похилого віку в творчій, волонтерській, суспільно-корисній діяльності; збереження почуття власної гідності, що виражається у сформованому умінні долати суб'єктивні та об'єктивні труднощі; особистісний розвиток, про який можна говорити з стабільної самооцінки, бажання реалізувати власні уміння в діяльності; включення в суспільне життя, що виявляється в активній допомозі іншим, збільшенні соціальних контактів.

Результати дослідження рівнів якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру після формувального етапу експерименту представлено в таблицях 2.3 та 2.4.

Таблиця 2.3

**Рівні якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах  
територіального центру соціального обслуговування  
після формування експерименту (експериментальна група)**

<b>Територіальний центр соціального обслуговування Деснянського р-н. м. Києва (Абс.63/100%)</b>						
Критерії	Рівні життєдіяльності					
	високий		середній		низький	
	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%
Мотиваційний	19	30,16	26	41,27	18	28,57
Соціально-орієнтований	12	19,04	29	46,03	22	34,93
Фізіологічний	8	12,70	37	58,73	18	28,57
Діяльнісно-практичний	13	20,63	32	50,80	18	28,57
<b>Територіальний центр соціального обслуговування Оболонського р-н. м. Києва (Абс.65/100%)</b>						
Критерії	високий		середній		низький	
	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%
	Мотиваційний	14	21,54	34	52,31	17
Соціально-орієнтований	13	20,00	31	47,70	21	32,30
Фізіологічний	12	18,46	33	50,77	20	30,77
Діяльнісно-практичний	13	20,00	35	53,85	17	26,15
<b>Територіальний центр соціального обслуговування м. Біла Церква (Абс.60/100%)</b>						
Критерії	високий		середній		низький	
	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%
	Мотиваційний	13	21,67	29	48,33	18
Соціально-орієнтований	9	15,00	32	53,33	19	31,67
Фізіологічний	8	13,33	34	56,67	18	30,00
Діяльнісно-практичний	10	16,66	31	51,67	19	31,67

Таблиця 2.4

**Рівні життєдіяльності людей похилого віку в умовах  
територіального центру соціального обслуговування  
(контрольна група)**

<b>Територіальний центр соціального обслуговування Деснянського р-н. м. Києва (Абс.62/100%)</b>						
	<b>Рівні життєдіяльності</b>					
<b>Критерії</b>	<b>високий</b>		<b>середній</b>		<b>низький</b>	
	<b>К-ть</b>	<b>%</b>	<b>К-ть</b>	<b>%</b>	<b>К-ть</b>	<b>%</b>
Мотиваційний	11	18,28	23	36,57	28	45,15
Соціально-орієнтований	8	12,90	24	38,71	30	48,39
Фізіологічний	5	8,06	35	56,45	22	35,49
Діяльнісно-практичний	7	12,10	26	41,13	29	46,77
<b>Територіальний центр соціального обслуговування Оболонського р-н. м. Києва (Абс.65/100%)</b>						
	<b>Рівні життєдіяльності</b>					
<b>Критерії</b>	<b>високий</b>		<b>середній</b>		<b>низький</b>	
	<b>К-ть</b>	<b>%</b>	<b>К-ть</b>	<b>%</b>	<b>К-ть</b>	<b>%</b>
Мотиваційний	11	16,40	25	38,97	29	44,63
Соціально-орієнтований	8	12,30	25	39,25	32	48,45
Фізіологічний	5	7,70	28	43,07	32	49,23
Діяльнісно-практичний	8	12,31	27	41,15	30	46,54
<b>Територіальний центр соціального обслуговування м. Біла Церква(Абс.60/100%)</b>						
	<b>Рівні життєдіяльності</b>					
<b>Критерії</b>	<b>високий</b>		<b>середній</b>		<b>низький</b>	
	<b>К-ть</b>	<b>%</b>	<b>К-ть</b>	<b>%</b>	<b>К-ть</b>	<b>%</b>
Мотиваційний	9	15,00	26	42,78	25	42,22
Соціально-орієнтований	5	9,16	27	45,00	28	45,84
Фізіологічний	3	5,00	29	48,33	28	46,67
Діяльнісно-практичний	5	9,16	24	40,00	31	50,84

Після впровадження структурно-функціональної моделі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування спостерігаємо зменшення низького рівня якості життєдіяльності (на 13,46% ДесТЦ; 16,15% Обол.ТЦ та на 14,17% ТЦ м. Біла Церква. за соціально-орієнтованим критерієм) та збільшення високого рівня (на 6,14% ДесТЦ; 7,7% Обол.ТЦ та на 5,84% ТЦ м. Біла Церква). Це дає підставу стверджувати про підвищення прагнення людей похилого віку до соціальної взаємодії та збільшення комунікативного кола.

З метою отримання інформації про вплив розроблених авторських програм на самопочуття та поведінку людей похилого віку, окрім діагностики, нами було проведене інтерв'ю серед учасників навчального процесу в середовищі Університету третього віку. Серед запитань, що пропонувались: Яке практичне значення для Вас мали проведені програми?; Як змінилось Ваше життя сьогодні?; Що корисного та нового Ви дізнались? Аналізуючи матеріали інтерв'ю, помічаємо, що слухачі розглядають навчання як можливість адаптуватись до життя: «Навчатись прийшла, щоб не відставати від життя»; «Тут ми не просто вчимося, ми вчимося жити повноцінно». Можемо простежити позитивні зміни в емоційному стані слухачів: «Лише навчаючись, я отримала бажання роботи цікаві речі, тут знайшла цікавих співрозмовників»; «Хочу творити, маю багато цікавих ідей»; «Спілкування з людьми – найкращий спосіб позбавитись негативних думок»; «Відчуваю, що ще багато чого корисного можу зробити»; «Просто не треба лінуватись, слід жити повноцінним життям. Не можливо цілий день сидіти на лавці та йти в ногу з часом».

Таким чином, у слухачів Університету третього віку були зафіксовані своєрідні зміни, спрямовані на уповільнення процесу старіння:

– відчуття приналежності до групи пенсіонерів, які отримують нові знання та ведуть активний спосіб життя;



- відчуття особливого комфорту у взаємодії з іншими групами людей (викладачами, фахівцями територіального центру, волонтерами та ін.);
- відчуття спільності з іншими людьми, переживання схожості на них (у опануванні комп'ютерної грамотності, суспільно-корисних справах, поведінці та способі життя);
- віра в себе та в інших, відчуття, що в кожній людині є щось добре та неповторне (мало значний прояв на заняттях, роботі в міні-групах, спільних обговореннях); мужність бути недосконалим - відчуття того, що помилки робити природно, що зовсім необов'язково бути завжди у всьому «першим», «кращим», «правильним».

Були отримані й інші якісні підтвердження позитивного впливу комплексної програми на літніх людей. Так, учасники експериментальної групи відзначали новизну інформації, можливість використання отриманих знань, умінь і навичок у практичному житті, покращення спілкування з оточуючими тощо.

Очевидно, що такі відмінності у показниках рівнів життєдіяльності людей похилого віку в експериментальній та контрольній групах досягнуті за рахунок використання спеціально розробленої моделі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку та цілеспрямованого змісту в умовах територіального центру.

Наступний етап нашого дослідження полягав у порівнянні рівнів життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування (після формувального експерименту) в експериментальній та контрольній групі. Результати динаміки надані у табл. 2.5. Динаміка змін засвідчує позитивні зміни в життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Середні показники рівнів якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах трьох територіальних центрів соціального обслуговування після формувального експерименту представлено в таблиці 2.6

З'ясовано, що люди похилого віку в експериментальній групі мають позитивний емоційний настрій, впевнені у собі, виявляють бажання жити та активно взаємодіяти з соціальним оточенням, прагнуть самовдосконалюватись, ведуть здоровий спосіб життя та мають достатньо мотивації для його підтримки та збереження, проявляють суб'єктність у вирішенні життєвих проблем, відчують задоволеність життям.

На завершення формуального експерименту для більш об'єктивної оцінки якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування та виявлення кількісних змін і здійснення якісної характеристики було проведено математичні обрахунки за чотирма критеріями.

Зіставляючи дані, отримані на підсумковому етапі після формуального експерименту за чотирма критеріями, ми дійшли до висновків про існування загальної закономірності, згідно з якою після впровадження структурно-функціональної моделі і комплексу умов в діяльність територіальних центрів соціального обслуговування, спостерігається підвищення рівня якості життєдіяльності людей похилого віку.

Таблиця 2.5

**Динаміка зміни рівнів якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування (після формульовального експерименту, КГ, ЕГ у %)**

Критерії	<i>Територіальний центр Деснянський р-н м. Київ</i>								
	Високий		Різниця	Середній		Різниця	Низький		Різниця
	КГ	ЕГ		КГ	ЕГ		КГ	ЕГ	
<b>Мотиваційний</b>	18,28	30,16	+ 11,88	36,57	41,27	+ 4,7	45,15	28,57	- 16,58
<b>Соціально-орієнтований</b>	12,90	19,04	+ 6,14	38,71	46,03	+ 7,32	48,39	34,93	- 13,46
<b>Фізіологічний</b>	8,06	12,70	+ 4,64	56,45	58,73	+ 2,28	35,48	28,57	- 6,91
<b>Діяльнісно- практичний</b>	12,10	20,63	+ 8,53	41,13	50,80	+ 9,67	46,77	28,57	- 18,2

Критерії	<i>Територіальний центр Оболонського р-н м. Київ</i>								
	Високий		Різниця	Середній		Різниця	Низький		Різниця
	КГ	ЕГ		КГ	ЕГ		КГ	ЕГ	
<b>Мотиваційний</b>	16,40	21,54	+5,14	38,97	52,31	+ 13,34	44,62	26,15	- 18,47
<b>Соціально-орієнтований</b>	12,30	20,00	+ 7,7	39,25	47,70	+ 8,45	48,45	32,30	- 16,15
<b>Фізіологічний</b>	7,70	18,46	+ 10,6	43,07	50,77	+ 7,7	49,23	30,77	- 18,46
<b>Діяльнісно -практичний</b>	12,30	20,00	+ 7,7	41,15	53,85	+ 12,7	46,54	26,15	- 20,39

Критерії	<i>Територіальний центр м. Біла Церква</i>								
	Високий		Різниця	Середній		Різниця	Низький		Різниця
	КГ	ЕГ		КГ	ЕГ		КГ	ЕГ	
<b>Мотиваційний</b>	15,00	21,67	+ 6,67	42,78	48,33	+ 5,55	42,22	30,00	- 12,22
<b>Соціально-орієнтований</b>	9,16	15,00	+ 5,84	45,00	53,33	+ 8,33	45,84	31,67	- 14,17
<b>Фізіологічний</b>	5,00	13,33	+ 8,33	48,33	56,67	+ 8,34	46,67	30,00	- 16,67
<b>Діяльнісно-практичний</b>	9,16	16,66	+ 7,5	40,00	51,67	+ 11,67	50,84	31,67	- 19,17

Таблиця 2.6

**Середні показники рівнів якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування (після формувального експерименту, КГ, ЕГ, у %)**

Рівні	ТЦ Деснянський р-н м. Київ			ТЦ Оболонського р-н м. Київ			ТЦ м. Біла Церква		
	Високий	Середній	Низький	Високий	Середній	Низький	Високий	Середній	Низький
КГ	12,84	43,21	43,95	12,18	40,61	47,21	9,58	44,03	46,39
ЕГ	20,63	49,21	30,16	20,00	51,16	28,84	16,67	52,50	30,83

Таблиця 2.7

**Середні показники рівнів якості життєдіяльності людей похилого віку в умова трьох територіальних центрів соціального обслуговування (КГ, ЕГ після формувального експерименту, у %)**

Групи	Рівні		
	Високий	Середній	Низький
КГ	11,53	42,62	45,85
ЕГ	19,10	50,96	29,94

Щоб простежити динаміку підвищення рівня якості життєдіяльності в цілому під час пошуково-дослідницької роботи, ми використали показники динамічних рядів - середній показник ( $C_p$ ), який відображає кількісну оцінку підвищення рівня якості життєдіяльності, що вираховується за формулою [А. Кузнєцова]:

$$C_p = \frac{1a+2b+3c}{100},$$

де  $a$ ,  $b$ ,  $c$  – кількість респондентів (у відсотках), які знаходяться на високому, середньому і низькому рівнях, цифри «1», «2», «3» – значущі коефіцієнти рівня: показник абсолютного приросту ( $G$ ), що відображає різницю вихідного і кінцевого рівня (чи окремого критерію) конкретної характеристики і вираховується за формулою:

$$G = P_{\text{кін.}} - P_{\text{поч.}},$$

де  $P_{\text{поч.}}$  – вихідне значення показника,  $P_{\text{кін.}}$  – кінцеве значення показників.

Коефіцієнт ефективності експериментальної методики вираховується за формулою:  $\text{Кеф.} = \text{СП}(\text{поч.})/\text{СП}(\text{кін.})$ ,

де  $\text{СП}(\text{кін.})$  – значення середнього показника експериментальної групи людей похилого віку на констатувальному етапі,  $\text{СП}(\text{поч.})$  – значення середнього показника після формувального етапу проведення дослідження.

В нашому педагогічному дослідженні ми використовуємо рівень значущості -  $P \leq 0,05$  або  $P \leq 0,01$ . Це означає, що прийнята гіпотеза  $H_0$  відображає не менше 95% і 99% відповідно.

Отже, зміни у рівнях якості життєдіяльності людей похилого віку не є результатом випадковості, а є наслідком реалізації структурно-функціональної моделі соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку та комплексу соціально - педагогічних умов, методів, і форм її реалізації.

Порівняльний аналіз констатувального та контрольного етапів експерименту дав можливість зафіксувати позитивну динаміку підвищення

якості життєдіяльності у людей похилого віку експериментальної групи. Одержані результати представлено наочно в таблиці 2.8.

Таблиця 2.8

**Динаміка рівнів якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування**

Рівні	На початку експерименту		Після завершення експерименту		Різниця між показниками %	
	ЕГ (188 осіб)	КГ (187 осіб)	ЕГ (188 осіб)	КГ (187 осіб)	ЕГ	КГ
Високий	9,84	10,02	19,10	11,53	+ 9,26	+1,51
Середній	40,02	39,84	50,96	42,62	+10,94	+8,78
Низький	50,13	50,14	29,94	45,85	- 20,19	- 4,29

Суттєво змінилася кількість респондентів, які відносяться до високого рівня: від 9,84% до 19,10%; водночас в експериментальній групі змінилися показники і середнього рівня якості життєдіяльності: в межах від +3,45 до +10,94. Реалізація різних критеріїв дала різні результати зі знаком «+».

Що стосується низького рівня якості життєдіяльності за чотирма критеріями, то варто зазначити, що і в ЕГ і в КГ простежуються комплексні зміни респондентів зі знаком «-». Так, в ЕГ на - 20,19%, в КГ зі зміни менш значні – 4,29% .

Формувальний експеримент дав змогу апробувати ефективні форми, методи та реалізувати структурно-функціональну модель соціально - педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

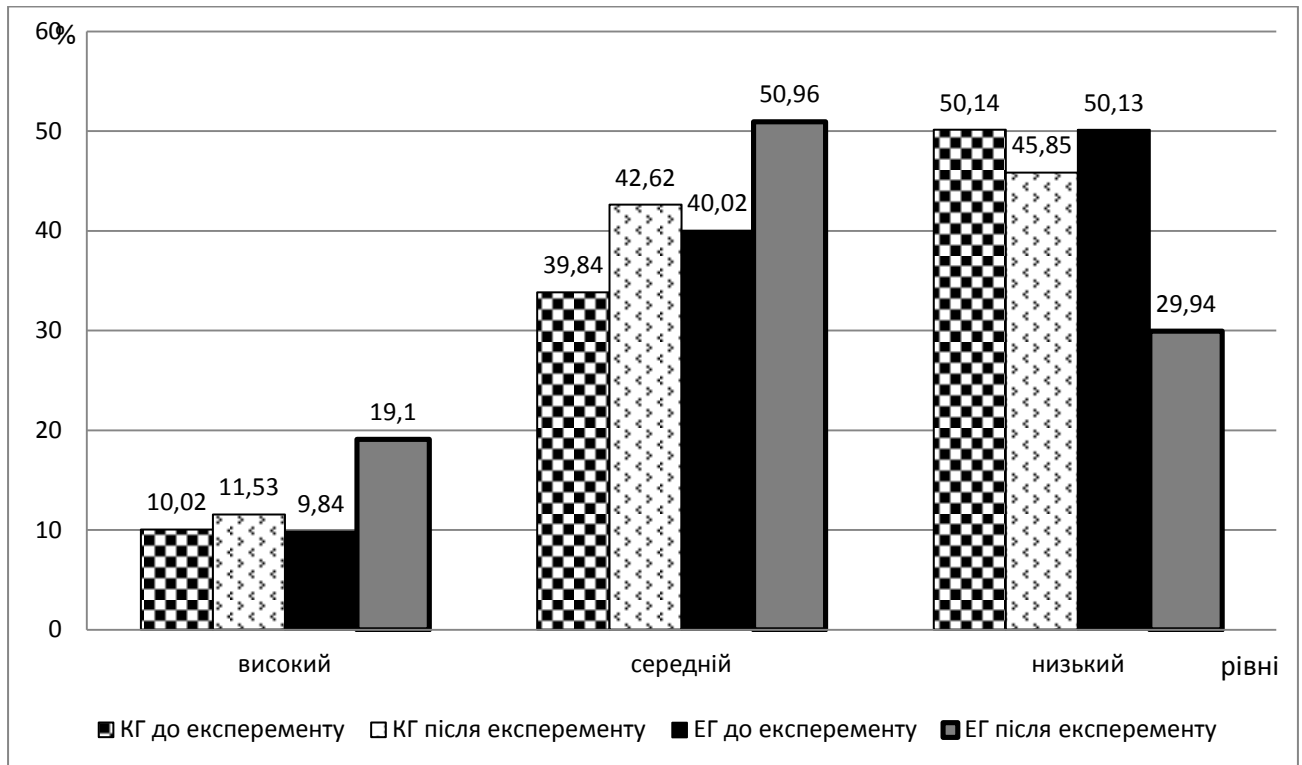


Рис. 2.7. Динаміка показників за чотирма критеріями (у КГ та ЕГ) після формувального експерименту (%)

Таким чином, впроваджена у роботу територіального центру соціального обслуговування модель соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку виявилась ефективною, оскільки збільшила кількість осіб похилого віку, що перейшли на високий рівень якості життєдіяльності, а це означає зростання активізації внутрішніх можливостей та резервів для самостійного вирішення життєвих проблем і покращення життєдіяльності.

Отримані результати підтверджують ефективність запропонованих підходів щодо сприяння підвищенню якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування, а саме: впровадженого змісту та комплексу соціально-педагогічних умов соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, спрямованих на підвищення рівня якості життєдіяльності людини у старості.

## Висновки до другого розділу

У другому розділі – «Експериментальна організація соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування» - окреслено критерії, показники і представлено результати вивчення рівнів якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування; охарактеризовано взаємозв'язки між елементами структурно-функціональної моделі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування, визначено доцільні соціально-педагогічні умови її реалізації; виявлено ефективність дії впровадженої структурно-функціональної моделі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Метою *констатувального експерименту* стало визначення рівня якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіальних центрів соціального обслуговування, яка конкретизувалась у таких завданнях: вивчення реального стану якості життєдіяльності людей похилого віку; виявлення особливостей соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Визначено такі *критерії якості життєдіяльності людей похилого віку*: *мотиваційний критерій*, що дає можливість охарактеризувати загальну спрямованість діяльності людини похилого віку, її ціннісні орієнтації, інтереси, мотиви активності та діяльності, потреби в соціальному середовищі, що є вихідними та важливими для характеристики її життєдіяльності. *Показники*: прагнення пошуку сенсу життя в нових умовах життєдіяльності, життєва задоволеність; прагнення до самореалізації та самовдосконалення. *Соціально-орієнтований критерій* визначає соціальні контакти, інтенсивність та якість взаємодії людини похилого віку із соціальним середовищем. *Показники критерію*: вміння спілкуватися та легко налагоджувати соціальні контакти; прагнення до соціальної взаємодії; бажання допомагати іншим (за методикою



«рівний – рівному»). *Фізіологічний критерій* відображає поєднання особливостей фізичного стану, здоров'я людини похилого віку та особистого ставлення до здорового способу життя. *Показники*: рівень поінформованості людини похилого віку у сфері здоров'я (розуміння ролі здоров'я у збереженні активності та тривалості життя, знання чинників ризику); відповідність поведінки (дій та вчинків) вимогам здорового способу життя; рівень сформованості потреби до зміцнення та збереження здоров'я. *Діяльнісно-практичний критерій* дозволяє виявити наявність необхідних для ефективного соціального функціонування особистісних та соціально важливих навичок та умінь, а також визначити відповідний рівень їх сформованості. *Показники критерію*: здатність до співпраці; соціальна активність; наявність ініціативи та самостійності; вміння включатись у діяльність за методикою «рівний-рівному».

Визначені критерії та показники дозволили виявити *рівні* якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування: низький, середній, високий.

*Високий рівень* якості життєдіяльності характеризує людей похилого віку з чітко сформованими сенсоутворюючими мотивами життя. Вони мають адекватну самооцінку, емоційно стійкі та позитивно ставляться до самих себе; володіють високою соціальною активністю, вони самостійні та ініціативні; усвідомлюють необхідність та мотивовані до ведення здорового способу життя, мають яскраво виражене бажання оволодівати новими знаннями та прагнення застосовувати їх у практичному житті; демонструють готовність до постійного саморозвитку, самовдосконалення, розкриття творчого потенціалу, прагнення до самоосвіти; легко налагоджують соціальні зв'язки.

*Середній рівень* якості життєдіяльності характеризує людей похилого віку, які мають нестійку самооцінку, помірний рівень розвитку сенсоутворюючих мотивів життя; ведуть достатньо активний спосіб життя, ситуативно дотримуються режимів дня та харчування; у них ситуативна життєва задоволеність; вибіркового характеру мають прояви самостійності та ініціативності. Спостерігається помірне включення в соціальне середовище,

достатній (епізодичний характер) рівень соціальної активності; чітко усвідомлюють значення здоров'я та активності у старості, мають достатній рівень мотивації для їх збереження; мають достатній рівень сформованості бажання самоосвіти, самовдосконалення, що стає можливим під впливом оточуючих.

*Низький рівень* якості життєдіяльності характеризує людей похилого віку, що мають неадекватну (знижену) самооцінку, емоційно нестійкі; не можуть прийняти зміни соціальної ситуації, не бачать мети подальшого життя, не задоволені життям. Характерним є негативне або байдуже ставлення до себе, відсутність усвідомленості сутності збереження здоров'я та активності в старості. Особам похилого віку цього рівня притаманна низька соціальної активності, страх невдач, зневіра у власних силах; такі люди не готові до систематичного саморозвитку та самовдосконалення, не мають мотивації до оволодіння новими знаннями; мають проблеми при налагодженні соціальних зв'язків і часто їх просто уникають.

У ході експериментальної роботи нами застосовано низку діагностичних методик: Тест індексу життєвої задоволеності (за Н. Паніною), Методика незакінчених пропозицій (на основі методики Дж. Нюттена), Експрес-діагностика рівня самооцінки (Н. Фетіскін, В. Козлов, Г. Мануїлов), Опитувальник САН, Методика діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерса, Р. Даймонда), Тест готовності до саморозвитку (В. Павлова), Опитувальник «Ставлення до здоров'я» (Р. Березовської). Також було розроблено авторські методики, зокрема анкети «Виявлення прояву активності в життєдіяльності», «Прагнення людини похилого віку до розвитку та підвищення життєдіяльності» та «Потреби у спілкуванні».

За результатами констатувального експерименту (2013-2015 рр.) виявлено, що до високого рівня якості життєдіяльності людей похилого віку за мотиваційним критерієм можна віднести лише 11,76% (22 особи) у КГ та 12,23% (23 особи) в ЕГ; за соціально-орієнтованим – 11,76% (22 особи) у КГ і 11,17% (21 особа) в ЕГ; за фізіологічним – 5,88 % (11 осіб) у КГ і 5,85% (11

осіб) в ЕГ; за діяльнісно-практичним – 10,69% (20 осіб) у КГ і 10,11% (19 осіб) у ЕГ. Натомість до низького рівня: за мотиваційним критерієм – 55,09% (103 особи) у КГ та 54,26% (102 особи) в ЕГ; за соціально-орієнтованим – 47,06 % (88 осіб) у КГ та 47,38% (89 осіб) в ЕГ; за фізіологічним критерієм – 48,13% (90 осіб) у КГ та 48,40% (91 особа) в ЕГ; за діяльнісно-практичним – 50,27% (94 особи) у КГ та 50,53% (95 осіб) в ЕГ.

З огляду на необхідність зміни означеної ситуації нами було розроблено відповідне навчально-методичне забезпечення процесу організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, спроектовано зміст, комплекс умов, форм та методів соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування. Процес організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку представлений у вигляді *структурно-функціональної моделі*.

Реалізація такої моделі забезпечувалася відповідними *соціально-педагогічними умовами*: 1) підвищення підготовленості спеціалістів і волонтерів до розробки та реалізації програм надання соціально-педагогічної підтримки в територіальних центрах соціального обслуговування (Університеті третього віку); 2) розробка та впровадження комплексної програми соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування; 3) забезпечення активної участі людини похилого віку в соціально-педагогічній підтримці життєдіяльності в умовах територіальних центрів соціального обслуговування за принципом «рівний-рівному»; 4) розробка навчально-методичного забезпечення процесу організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку з метою підвищення її рівня.

## **ВИСНОВКИ**

У дисертаційному дослідженні здійснено теоретичне узагальнення та запропоновано практичне вирішення актуальної наукової проблеми соціально-

педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, що полягає в розробці структурно-функціональної моделі та змісту соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, обґрунтуванні оптимальних соціально-педагогічних умов, за яких реалізуються адекватні форми і методи соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Результати проведеного теоретичного й експериментального дослідження підтвердили правомірність основних ідей і положень стосовно соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування та засвідчили можливість розв'язання поставлених завдань і дали підстави для таких *висновків*:

1. Виявлено сутність і науково обґрунтовано теоретичні засади соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування. Дослідження сутнісних характеристик соціально-педагогічної підтримки засвідчує тісний взаємозв'язок з поняттями «соціально-педагогічна діяльність», «педагогічна підтримка». В усіх цих поняттях відображені ідеї надання різних видів допомоги, соціальних та освітніх послуг, а також вирішення індивідуальних проблем людини. Соціально-педагогічну підтримку життєдіяльності людей похилого віку розглянуто як особливий, спеціально організований вид соціально-педагогічної діяльності, що спрямований на виявлення та вирішення проблем даної категорії з метою збереження та зміцнення соціального і фізичного здоров'я людини похилого віку, активізації діяльності соціального спрямування, сприяння в реалізації її життєвих планів, у саморозвитку, самопізнанні, самовдосконаленні, збереженні життєвої активності та, як результат, підвищенні якості життєдіяльності. З'ясовано, що основними напрямками соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в закладах соціального обслуговування є: підтримка здоров'я і фізичних сил людини похилого віку (організація здоров'язберігаючого режиму життя людей похилого віку, підтримка їх прагнення позбутися шкідливих звичок, що руйнують їхнє

здоров'я); підтримка інтелектуального розвитку людини похилого віку; підтримка літньої людини у налагодженні ефективної комунікації, підтримка прояву індивідуальних здібностей, життєвої активної позиції людини похилого віку в дозвіллевій діяльності.

2. Розкрито психолого-педагогічні характеристики людей похилого віку: узагальнення та систематизація досвіду, переосмислення та переоцінка всього життя, підвищення інтересу до морально-духовних цінностей, потреба в пошуку нового змісту життя. Наголошено на тому, що зі зміною соціального статусу страждає і взаємозв'язок людини із соціальним середовищем, зменшуються соціальні контакти, людина відчуває нестачу спілкування, страждає від самотності та часто ізолюється від соціуму, стає пасивною.

У роботі розглянуто структуру життєдіяльності людини похилого віку в умовах територіального центру, що представлена трьома компонентами: *мотиваційний* (потреби людини похилого віку, що породжують інтерес та визначають спрямованість особистості); *цільовий* (життєва задоволеність та якість життя у старості як провідна мета діяльності); *операційний* (можливості територіального центру соціального обслуговування щодо організації комплексу заходів сприяння включенню осіб похилого віку в різні види діяльності). Встановлено, що *особливістю* життєдіяльності осіб похилого віку є поступове припинення професійної діяльності. Така діяльність для людини похилого віку втрачає провідне значення і, як наслідок, виникає потреба пошуку нового змісту життя.

Визначено критерії та показники якості життєдіяльності людей похилого віку: *мотиваційний* – прагнення пошуку сенсу життя в нових умовах життєдіяльності, життєва задоволеність; прагнення до самореалізації та самовдосконалення; *соціально-орієнтований* – вміння спілкуватися та легко налагоджувати соціальні контакти; прагнення до соціальної взаємодії; бажання допомагати іншим (за методикою «рівний – рівному»); *фізіологічний* – міра поінформованості людини похилого віку у сфері здоров'я – розуміння ролі у збереженні активності та тривалості життя, знання чинників ризику; міра

відповідності поведінки (дій та вчинків) вимогам здорового способу життя; міра сформованості потреби до зміцнення та збереження здоров'я; *діяльнісно-практичний* – здатність до співпраці; соціальна активність; наявність ініціативи та самостійності; вміння включатись у діяльність за методикою «рівний-рівному».

Визначено рівні якості життєдіяльності людей похилого віку (низький, середній та високий), що засвідчують міру прояву сформованості показників. Виявлено, що здебільшого у людей похилого віку переважають середній (40,02% – 76 осіб в ЕГ, 39,84% – 74 особи у КГ) та низький (50,13% – 94 особи в ЕГ, 50,14% – 94 особи в КГ) рівні життєдіяльності.

3. Аналіз реального стану якості життєдіяльності людей похилого віку дозволив з'ясувати відсутність належного навчально-методичного забезпечення організації соціально-педагогічної послуги; форми та методи роботи застарілі, а тому малоефективні; труднощі із залученням та навчанням волонтерів до організації соціально-педагогічної підтримки; недостатньо простежується взаємодія територіального центру з іншими соціальними партнерами (державні та громадські організації, волонтерські організації, що займаються соціально-педагогічною підтримкою) тощо. З огляду на означене було розроблено і впроваджено структурно-функціональну модель організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування, що охопила: мету, завдання, принципи, функції, соціально-педагогічні умови, програму соціально-педагогічної підтримки, види підтримки, а також критерії, показники та рівні їх сформованості. Відповідно до мети та завдань соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування визначені її функції (розвиваюча, інтегративна, корекційна, змістоутворююча) та види (емоційна, інструментальна, статусна, інформаційна). У ході дослідження нами обґрунтовано та експериментально перевірено запропоновані методи та форми роботи з фахівцями та волонтерами, а саме: демонстраційні (перегляд фільмів,

телепередач з проблем старіння та старості); дискусійні (дискусійні обговорення, мозковий штурм); інтерактивні (тренінгові програми, соціальні акції); інформаційні (відкриті групи у соціальних мережах «ВКонтакте», «Фейсбук»); міні-курс з ейдетики. З людьми похилого віку – рольові ігри, тренінгові заняття, дискусії, міні-лекції, майстер-класи, заняття з використанням методу мемуаротерапії, заняття з ейдетики, мозковий штурм, бесіди.

4. Експериментально перевірено ефективність соціально-педагогічних умов, що забезпечували реалізацію структурно-функціональної моделі соціально-педагогічної підтримки якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру: 1) підвищення підготовленості фахівців та волонтерів до розробки та реалізації програм надання соціально-педагогічної підтримки в територіальних центрах соціального обслуговування (Університеті третього віку); 2) розробка та впровадження комплексної програми соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування; 3) забезпечення активної участі людини похилого віку в соціально-педагогічній підтримці життєдіяльності в умовах територіальних центрів соціального обслуговування за принципом «рівний-рівному»; 4) розробка навчально-методичного забезпечення процесу організації соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку з метою підвищення її рівня.

З метою реалізації означених умов було розроблено та апробовано авторську програму «Підготовка фахівців та волонтерів до здійснення соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку», комплексну програму «Організація навчання в Університеті третього віку», навчальні програми для слухачів з основ психології, основ здоров'я, прикладних методик та комп'ютерної грамотності в рамках Університету третього віку, а також упроваджено методичні рекомендації – «Серія: Соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку «Основи комп'ютерної грамотності», «Основи психології», «Основи здоров'я» для фахівців

територіального центру соціального обслуговування та слухачів Університету третього віку.

Результати експериментальної роботи засвідчили, що процес соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку проходить більш ефективно після впровадження запропонованих соціально-педагогічних умов та навчально-методичного забезпечення. Результатом стало зростання показників якості життєдіяльності людей похилого віку та позитивних змін, які простежуються за всіма критеріями більшою мірою у представників ЕГ та незначною у КГ. Зокрема, показники високого рівня якості життєдіяльності людей похилого віку експериментальної групи зросли на 9,26% – високий рівень, 10,94% – середній рівень та низький зменшилися на 20,19% відповідно. Отже, результати дослідження дають підстави вважати, що запропоновані соціально-педагогічні умови, структурно-функціональна модель, навчально-методичне забезпечення процесу соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку забезпечують оптимальний рівень їх життєдіяльності в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Дослідження проблеми соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування не вичерпується результатами даного дисертаційного дослідження. *Перспективними напрямками* дослідження означеної проблеми можуть бути: вивчення можливостей для розширення спектра ресурсного забезпечення соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування; з'ясування особливостей підготовки фахівців соціально-педагогічної сфери до розробки та реалізації програм соціально-педагогічної підтримки; розробка і впровадження цільових соціально спрямованих програм, розрахованих на людей похилого віку задля покращення їх життєдіяльності.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова-Славская К. А. Деятельность и психология личности Москва: Наука, 1980. 336 с.
2. Авербух Е. С. Расстройства психической деятельности в позднем возрасте: психиатрический аспект геронтологии и гериатрии. Ленинград: Медицина, Ленингр. отд-е, 1969. 285 с.
3. Агапова О. Старіти? Немає часу! Методичний посібник для освітньої роботи з людьми літнього віку. Київ, 2014. 120 с.
4. Агапова О. В., Кононыгина Т. М. Образование пожилых: руководство практической работы. Орел: Издательство НП Редакция газеты «Орловская правда», 2001. 32 с.
5. Адлер А. Наука жить. Київ: Port-Royal, 1997. 288 с.
6. Адлер А. О нервическом характере: пер. с нем. Санкт-Петербург; Москва: Фонд поддержки науки и образования «Университетская книга»; АСТ, 1997. 385 с.
7. Александрова М. Старение человека и его индивидуальные проявления. *Вестник СПб. ун-та*. Сер. 16. 2014. Вып. 2. С. 81-89.
8. Альперович В. Д. Старость: социально-философский анализ. Ростов на Дону: Феникс, 1998. 104 с.
9. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. Ленинград: Изд-во Ленингр. ун-та, 1968. 340 с.
10. Ананьев Б. Г. Психология и проблемы человекознания: избранные психологические труды. Москва; Воронеж: ПО «МОДЭК», 1996. 384 с.
11. Андреев В. И. Эвристическое программирование учебно-исследовательской деятельности. Москва: Высшая школа, 1981. 240 с.
12. Андреева Г. М. Социальная психология. Москва, 1998. 376 с.
13. Андрущенко В. П. Філософія освіти ХХІ століття: пошук пріоритетів. *Філософія освіти* Київ: Майстер-клас, 2005. № 1. С. 5-17.
14. Анохина Т. В. Педагогическая поддержка как реальность современного образования. *Классный руководитель*. 2000. № 3. С. 63-68.

15. Анциферова Л. И. Поздний период жизни человека: типы старения и возможности поступательного развития личности. *Психологический журнал*. 1996. Т. 17. № 6. С. 60-72.
16. Арефьев В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): навчальний посібник. Кам'янець-Подільський: Рута, 2007. 248 с.
17. Архипова С. П. Основы андрагогіки: навчальний посібник. Черкаси ; Ужгород : Видавництво «Мистецька лінія», 2002. 183 с.
18. Архипова С. П., Майборода Г. Я., Тютюнник О. В. Методи та технології роботи соціального педагога: навчальний посібник. Київ: Видавничий дім «Слово», 2011. 496 с.
19. Баженов С. А., Маликов Н. С. Качество жизни населения: теория и практика. *Уровень жизни населения регионов России*. 2002. № 2. С. 1-46.
20. Балтес Б. Пауль. Всевозрастной поход к психологи развития: исследования динамики подъемов и спадов на протяжении жизни / Перевод с англ. И. Ариевича. *Психологический журнал*. 1994. Т. 15. № 1. С. 60-79.
21. Барулин В. С. Социальная философия: учебник. Изд. 2-е. Москва: ФАИР- ПРЕСС, 2000. 560 с.
22. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка: схеми, таблиці, коментарі: навчальний посібник для студ. вищ. навч. закл. Київ: Центр учбової літератури, 2009. 208 с.
23. Безрукова В. С. Основы духовной культуры (Энциклопедический словарь педагога). Екатеринбург, 2000г. 814 с.
24. Белозерцев И.П. Педагогика профессионального образования /И.П. Белозерцев [и др.]; под. ред. В.Л. Сластенина. М., 2006
25. Беляева Л. А. Уровень и качество жизни, проблемы изменения и интеграции. *Социологические исследования*. 2009. № 1. С. 34.
26. Бех В. П., Лукашевич М. П., Туленков М. В. Соціальна робота і формування громадянського суспільства: монографія. Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2008. 599 с.

27. Богинская Ю. В. Принципы социально-педагогической поддержки студентов с ограниченными возможностями жизнедеятельности. *Инновационные технологии в образовании: материалы VIII Международной научно-практической конференции: сборник статей*. Ялта: РИО КГУ, 2011. Т. 1. С. 44–46.
28. Богомолец А. А. Продление жизни. Киев: АН УССР, 1940. 143 с.
29. Бодалев А. А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения. Москва: Флинта; Наука. 1998. 167 с.
30. Бодалев А. А. Личность и общение. Москва: Международная педагогическая академия, 1995. 328 с.
31. Бондаренко Н.В. Соціальна робота / Н.В. Бондаренко, І.М. Грига, Н.В. Кабаченко, О.М. Савчук, Т.В. Семигіна. – К.: Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2004. – Ч. 1. – 178 с.
32. Бороздина Л. В., Молчанова О. И. Особенности самооценки в позднем возрасте. *Вестник Московского университета*. Серия 14. Психология. 1999. № 1. С. 20–30.
33. Брумер Ю. Г. Коллективное поведение. *Американская социологическая мысль* / Под ред. В. И. Добренькова. Москва: Изд-во МГУ, 1994. С. 168-215.
34. Бубер М. Проблемы человека. Перспективы. *Лабиринты одиночества*. Москва: Прогресс. 1989. С. 88-97.
35. Бубер М. Философия человека. Москва, 1994. 175 с.
36. Вайзер Г. Психологические проблемы смысла жизни и акме. Материалы XX симпозиума. Под ред. Г.А. Вайзер, Н.В. Кисельниковой, Т.А. Поповой - Москва, 2015-312с.
37. Вайнола Р. Х. Технологізація соціально-педагогічної роботи: теорія та практика: навчальний посібник / За ред. проф. С. О. Сисоєвої. Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2008. 134 с.

38. Вебер Р. М. Подростки и пожилые люди: сотрудничество в соц. работе. / Вступ. ст. ред. М. П. Гурьяновой. Москва: Издательство АСОПиР РФ, 1998. 139 с.
39. Великий тлумачний словник сучасної української мови / [уклад. і головний ред. В.Т. Бусел]. Київ : Ірпінь ВТФ «Перун», 2002. 1440 с.
40. Вершловский С. Г. Непрерывное образование: историко-теоретический анализ феномена. Санкт-Петербург : СПбАППО, 2008. 155 с.
41. Вишневская-Рошковская К. Новая жизнь после 60. Москва: ПРОГРЕСС, 1989. 259 с.
42. Віденський міжнародний план з проблем старіння URL: [http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/995\\_870](http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/995_870) (дата звернення: 10.12.2017)
43. Возрастная и педагогическая психология : хрестоматия / Сост. И. В. Дубровина, А. М. Прихожан, В. В. Зацепин. 4-е изд., стер. Москва: Academia, 2007. 368с.
44. Вохминова Л. В, Савченко А. П. Педагогическая практика: метод. рекомендации. Архангельск : Изд-во ПГУ, 2005. 90 с.
45. Все тайны поведения человека /под ред. Д. Куна. Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2002. 864 с.
46. Всемирная Организация Здравоохранения. URL: <http://www.who.int/ru/> (дата звернення 10.12.2017).
47. Выготский Л. С. История развития выших психических функций. *Собрание сочинений*: в 6-ти томах / Под. ред. А. В. Запорожец. Москва: Педагогика 1984. Т. 3. С. 6-58.
48. Газман О. С. Воспитание и педагогическая поддержка детей. *Народное образование*. 1998. № 6. С. 108-111.
49. Газман О. С. Педагогика свободы: путь в гуманистическую цивилизацию 21 века. *Новые ценности образования*. Москва, 1996. Вип. 6. С. 20.

50. Галагузова М. А. Категориально-понятийные проблемы социальной педагогики. *Понятийный аппарат педагогики и образования* : сборник научных трудов. Екатеринбург: Из-тво «СВ-6», 1998. Вып. 3. С. 168-184.
51. Гизо Ф. История цивилизации в Европе / (пер. с фр. В. Д. Вольфсона. Санкт-Петербург, 1906. 290 с.
52. Гладченко І.В., Супрун М.О. Опіка та повага до літніх людей як запорука їхнього психічного здоров'я. *Педагогічний вісник*. 2016, № 4(40) С.44-47.
53. Глуханюк Н. С., Гершкович Т. Б. Поздний возраст и стратегии его освоения. 2-е изд., доп. Москва: Московский психолого-социальный институт, 2003. 112 с.
54. Голованова Н. Ф. Общая педагогика: учебное пособие для вузов. Санкт-Петербург, 2005. 320 с.
55. Голубенко Т. О. Формування готовності майбутніх соціальних працівників до патронажної роботи з людьми похилого віку: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.05 / Голубенко Тетяна Олександрівна; Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова Київ, 2015. 225 с.
56. Гончаренко С. Український педагогічний словник. Київ : Либідь, 1997. 375 с.
57. Грановская Р. М. Элементы практической психологии. [2-е изд.]. Ленинград: Издательство Ленинградского университета. 1988. 560 с.
58. Гурьянова М. П. Сельская школа и социальная педагогика: [пособие для педагогов]. Минск: Амалгфея, 2000. 448 с.
59. Даль В. Толковый словарь живого великорусского языка: в 4 т. Москва: Цитадель, 1982. Т. 3. 784 с.
60. Декларация «Призыв к действиям в сфере грамотности и образования взрослых для всех». *Новые знания*. 2000. № 1. С. 19-20.
61. Дзюба Т. М., Коваленко О. Г. Психологія дорослості з основами геронтопсихології : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / за ред. проф. В. Ф. Моргуна. Полтава, 2013. 172 с.

62. Диагностика здоровья. Психологический практикум / Под. ред. Никифорова Г. С. Санкт-Петербург : Речь, 2007. 950 с.
63. Дмитрук О. Ю., Щур Ю. В. Безопасность жизнедеятельности: учебник. Київ: Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2008. 272 с.
64. Доброштан В. М. Теория социальной работы: учебное пособие для студентов, Санкт-Петербург, 2008. 377 с.
65. Дронова Е. Н. Социально-педагогическая поддержка подростков в деятельности социального педагога общеобразовательной школы: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Барнаул, 2004. 325 с.
66. Дубич К. В. Механізми державного управління системою надання соціальних послуг: дис.. доктора наук з державного права 25.00.02 / Дубич Клавдія Василівна; Національна академія державного управління при президентіві України. Київ, 2016. 445с.
67. Дьюи Д. Введение в философию воспитания. Москва, 1922. 63 с.
68. Дюмазедье Ж. Культурная революция свободного времени: реферат книги. *Культура в современном мире: опыт, проблемы, решения*: информационный сборник. Москва, 1991. Вып. 2. С. 36-47.
69. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери / за заг. ред. проф. І. Д. Звереві. 2-ге видання. Київ ; Сімферополь : Універсум, 2013. 536 с.
70. Ериксон Е. Детство и общество. Санкт-Петербург, 1996. 592 с.
71. Ермак Н. А. Педагогическая поддержка качества жизни пожилых людей. Ростов на Дону: ИПО ПИ ЮФУ, 2008. 232 с.
72. Ермолаева М. В. Практическая психология старости. Москва: ЭКСМОПресс, 2002. 318с.
73. Ермолаева М. В. Структура эмоциональных переживаний в старости. *Мир психологии*. 1999. № 2. С. 123-133.
74. Єгорова Л. В. Оптимізація надання медичної допомоги людям похилого і старечого віку в умовах відділення медико-соціальної реабілітації територіального центру соціального обслуговування пенсіонерів: дис....канд.

мед. наук: 14.02.03. / Єгорова Лідія Володимирівна; Ін-т геронтології ім. Д. Ф. Чеботарьова АМН України. Київ, 2010. 252с.

75. Желібо Є. П., Заверуха Н. М., Зацарний В. В. Безпека життєдіяльності : навчальний посібник / За ред. Є. П. Желібо. 4-е вид. Київ : Каравела, 2005. 344 с.

76. Житинська М. О. Деякі аспекти життєдіяльності людей похилого віку. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. 2014. № 18(11). С. 171-177.

77. Житинська М. О. Деякі аспекти соціального захисту людей похилого віку в Україні. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. 2014. № 19(11). С. 154-159.

78. Житинська М. О. Життєдіяльність людей похилого віку в Україні: реалії та перспективи. *Молодий вчений* : науковий журнал. 2015. № 2 (17) Ч. 13 Педагогічні науки. С. 249-252. URL: <http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2015/2/350.pdf> (дата звернення 10.01.2018).

79. Житинська М. О. Забезпечення якості життя людей похилого віку як соціальна проблема. *Освітологічний дискурс*. 2015. № 1 (9). С. 117-124. URL: <http://od.kubg.edu.ua/index.php/journal/article/view/207> (дата звернення 10.01.2018).

80. Житинська М. О. Загальні стандарти та принципи державної політики соціальної підтримки людей похилого віку в Данії = Zhytynska M. O. General Standards and Principles of the Social Support Policy for the Elderly in Denmark. *Intellectual Archive*. Ontario, 2015. Volume 4, Nr. 1. P. 45-56.

81. Житинська М. О. Люди похилого віку як об'єкт соціально-педагогічної підтримки. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. 2013. № 16 (11), С. 71-75.

82. Житинська М. О. Модель соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру

соціального обслуговування. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 11. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова. 2015. Вип. 20. С. 156-164.

83. Житинська М. О. Практика застосування елементів ейдетики у процесі навчання людей похилого віку в умовах Університету третього віку. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2017. № 1-2. С. 68-75.

84. Житинська М. О. Соціальна геронтологія: робочий зошит: практикум. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2017. 38 с.

85. Житинська М. О. Соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку як складова їх соціального захисту. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 11. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* 2013. Вип. 17. (Ч. 2.). С. 184-188.

86. Житинська М. О. Соціально-педагогічне середовище університету третього віку як чинник формування життєдіяльності людей похилого віку. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2016. № 1-2. С. 131-140.

87. Житинська М. О. Університет третього віку: основи здоров'я : методичні рекомендації. Серія: соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку / за заг. ред. д-ра пед. наук: О. Г. Карпенка. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. 96 с.

88. Житинська М. О., Жалдак Л. Л. Університет третього віку: основи комп'ютерної грамотності : методичний посібник. Серія: соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку / за заг. ред. д-ра пед. наук: О. Г. Карпенка. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. 112 с.

89. Житинська М. О., Савельчук І. Б. Університет третього віку: основи психології : методичні рекомендації. Серія: соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку / за заг. ред. д-ра пед. наук: О. Г. Карпенка. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2015. 116 с.

90. Заверико Н. В. Соціальна педагогіка : навчальний посібник. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2011. 240 с.



91. Загвязинский В. И. Методология и методика социально-педагогического исследования: книга для соц. пед. и соц. работников. Москва : АСОПиР, 1995. 157 с.
92. Закон України «Про загальнообов'язкове державне пенсійне страхування» від 17.06.2012.-15.07.2012. *Офіційний вісник України*. 2003. № 33. Ст. 1770. С. 126.
93. Закон України «Про заходи щодо законодавчого забезпечення реформування пенсійної системи» № 3668-VI від 08.07.2011 р. *Відомості Верховної Ради (ВВР)*. 2012. № 12-13. Ст. 82.
94. Закон України «Про основи соціальної захищеності інвалідів в Україні» № 875-XII від 21 березня 1991 р. *Відомості Верховної Ради УРСР (ВВР)*. 1991. № 21. Ст. 252.
95. Закон України «Про основні засади соціального захисту ветеранів праці та інших громадян похилого віку в Україні» № 3668-VI (3668-17) від 08.07.2011р. *Відомості Верховної Ради України (ВВР)*. 2012. № 12-13. С. 82.
96. Закон України «Про реабілітацію інвалідів в Україні. № 2961-15 зі змінами та доповненнями від 06.06.17. *Відомості Верховної Ради України (ВВР)*. 2017. № 30. С. 324
97. Закон України «Про соціальні послуги» № 966-IV від 19.06.2003 р. *Відомості Верховної Ради України (ВВР)*. 2003. № 45 Ст. 39.
98. Зверєва І. Д. Оцінювання в соціальній педагогіці. *Соціальна педагогіка: мала енциклопедія / За заг. ред. Зверєвої І. Д. Київ : Центр учбової літератури, 2008. С. 167-170.*
99. Змеев С. Образование взрослых в России и мире. *Новые знания*. 1999. № 2. С. 2–4.
100. Зозуля Т. В. Влияние социально-психологических факторов на психическое здоровье пожилых людей. *Психология зрелости и старения*. 2004. № 1. С. 42-49.
101. Зязюн І. А. Філософія неперервної професійної освіти і сучасні психолого-педагогічні парадигми. *Неперервна професійна освіта: філософія,*

*педагогічні парадигми, прогноз*: монографія. Київ: Наукова думка, 2003. С. 167-276.

102. Игра в тренинге: возможности игрового взаимодействия / Леванова Е. А., Волошина А. Г., Плешаков В. А., Соболева А. Н., Телегина И. О. 2-е изд. Санкт-Петербург: Питер, 2008. (Сер.: «Практическая психология»).

103. Каплан Г. И. Клиническая психиатрия. Москва: Медицина, 1994. С. 68.

104. Капська А. Й. Соціальна робота : навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2005. 328 с.

105. Карпенко О. Г. Вступ до спеціальності : навчальний посібник. Київ : Слово, 2010. 240 с.

106. Карпенко О. Г. Вступ до спеціальності «Соціальна робота»: навчально-методичний посібник. Київ: Видавничий дім «Слово», 2011. 248 с.

107. Коваленко О. Г. Дослідження комунікативних і організаторських схильностей осіб похилого віку. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди*. Психологія. Харків: ХПНУ, 2013. С. 101-110.

108. Коваленко О. Г. Самооцінка особистісних властивостей у похилому віці. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна*. № 1009. Серія «Психологія». Харків: ХНУ, 2012. Вип. 49. С. 72-76.

109. Коджаспирова Г. М., Коджаспиров А. Ю. Словарь по педагогике. Москва : ИКЦ «МарТ», 2005. С. 174.

110. Козлова Т. З. Переживание времени пожилыми россиянами. / под ред. О. В. Краснова. *Психология зрелости и старения*. 2000. № 2. С. 67-75.

111. Коленіченко Т. І. До проблеми періодизації старості. *Збірник тез Міжнародної науково-практичної конференції молодих науковців «Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи досліджень»*. Київ : Видавничо-поліграфічний центр «Київський ун-т», 2011. С. 31-32.

112. Коленіченко Т. І. Особливості адаптації людей похилого віку до умов нового соціального середовища: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05 / КоленіченкоТетяна Іванівна; Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. Київ, 2010. 220 с.

113. Коленіченко Т. І. Теоретико-методологічні засади дослідження проблеми соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку в закладах соціального обслуговування. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія №.11. Соціальна робота. Соціальна педагогіка*. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. Вип. 19. С. 147-154.

114. Коломинский Я. Л. Психология взаимоотношений в малых группах. Минск : БГУ, 1976. 352 с.

115. Кононыгина Т. М. Герагогика: пособие для тех, кто занимается образованием пожилых людей. Орел: Агентство печати «Красная строка», 2006. 168 с.

116. Концепція освіти дорослих в Україні / Укл.: Лук'янова Л. Б. Ніжин : ПП Лисенко М.М., 2011. 24 с.

117. Косовець В. І. Особливості розвитку соціальної активності сільської молоді в умовах педагогізації соціокультурного середовища. *Збірник наукових статей НПУ імені М. П. Драгоманова* / Укл. П. В. Дмитренко. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2006. Вип. LXXV (75) С. 121–127.

118. Косовець В. І. Розвиток соціальної активності молоді в умовах соціокультурного середовища села: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05 / Василь Іванович Косовець; Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. Київ. 2009. 204 с.

119. Котельников Г. П., Яковлев О. Г., Захарова Н. О. Геронтология и гериатрия. Москва, 1997. 800 с.

120. Котова И. Б., Шиянов Е. Н. Философские основания современной педагогики. Ростов-на-Дону, 1994. С. 55-59.

121. Кочерга И. В. Социально-педагогическая поддержка педагогов среднего профессионального образования с синдромом эмоционального выгорания: автореф. дисс. ... канд. пед наук: 13.00.08. Майкоп, 2007. 23 с.
122. Крайг Г. Психология развития. Санкт-Петербург: Питер, 2001. 992 с.
123. Краснова О. В., Лидерс А. Г. Социальная психология старения : учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. Москва : Издательский центр «Академия». 2002. 228 с.
124. Кузнецова Т. Д., Левитский П. М., Язловецкий В. С. Дыхательные упражнения в физическом воспитании. Киев: Здоровье, 1989. 136 с.
125. Кузьменко О. А. Соціальне становлення особистості в умовах відкритої соціально-педагогічної системи: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Київ, 1998. 184 с.
126. Курилович Н. В. Технологии социально-педагогической поддержки как средство активизации пожилых людей в учреждениях социальной защиты населения: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.02. Тамбов, 2004. 190 с.
127. Лабиринты одиночества: пер. с англ. / Сост., общ. ред. Н. Е. Покровского. Москва : Прогресс, 1989. 624 с.
128. Лагутін В. Д. Людина і економіка. Соціоекономіка. Київ : Просвіта, 1996. 126 с.
129. Лапін В. М. Безпека життєдіяльності людини: навчальний посібник. Львів : Львівський банківський коледж, 1998. 192 с.
130. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реакции. Москва : Смысл, 1999. 487 с.
131. Ливехуд Б. Кризисы жизни – шансы жизни. Развитие человека между детством и старостью: пер. с нем. Калуга: Духовное познание, 1994. 217 с.
132. Лидере А. Г. Кризис пожилого возраста: гипотеза о его психологическом содержании. *Психология зрелости и старения*. 2000. № 2. С. 6-11.

133. Липский И. А. Социальная педагогика: опыт моделирования и прогнозирования. Новосибирск : НГУ, 2002. 245 с.
134. Лошицька О. Л. Майстер-клас у системі роботи з педагогічними кадрами : методичний посібник. Ірпінь, 2015. 40 с.
135. Лук'янова Л. Б. Зміст інтегративно-рольової позиції педагога – андрагога у зарубіжній науковій думці. *Освіта дорослих: теорія, досвід, перспективи*. 2013. Вип.7. С. 257-266.
136. Лук'янова Л. Б. Концепція освіти дорослих в Україні. Ніжин : ПП Лисенко М. М., 2011. 24 с.
137. Лях Т. Соціально-педагогічна діяльність студентських волонтерських груп: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.05 / Лях Тетяна Леонідівна. Луганськ. 2009. 304 с.
138. Мадридский международный план действий по проблемам старения. ООН, Департамент по экономике и социальным вопросам ; Отдел социальной политики и развития. URL: [http://www.socpolitika.ru/rus/social\\_policy\\_monitoring/documents/document5491.shtml7](http://www.socpolitika.ru/rus/social_policy_monitoring/documents/document5491.shtml7). (дата звернення 10.01.2018).
139. Макаренко А. С. Педагогические сочинения : в 8 томах. Москва : Педагогика, 1983, 1986 с.
140. Максимова С. Г. Соціально-психологічні особливості особистості пізнього віку. Барнаул : Вид-во Алт. ун-ту, 1998. 99 с.
141. Малкина-Пых И. Г. Возрастные кризисы взрослости. (Справочник практического психолога). Москва : Эксмо, 2005. 416 с.
142. Мальковская Т. Н. Социальная активность. Москва : Педагогика, 1988. 144 с.
143. Маркович Д. Ж. Социальная экология : книга для учителя : пер. с серб.-хорв. Москва: Просвещение, 1991. 176 с.
144. Маслова В. В. Основы андрагогики : терминологический словарь-справочник [для студ. соц.-гуманитарн. спец.]. Мариуполь, 2004. 19 с.

145. Маслоу А. Самоактуализация. Психология личности. Москва: Рал.-бук., Веклер, 1997. 300 с.
146. Маслоу А. Г. Мотивация и личность. Санкт-Петербург: Евразия, 1999. 478 с.
147. Матвієнко О. В. Стратегії освітніх реформ у країнах Європейського Союзу: тенденції й проблеми. *Науковий вісник кафедри ЮНЕСКО Київського національного лінгвістичного університету (LINGUAPAX-VIII): Філологія. Педагогіка. Психологія*. Київ : Видавничий центр КНЛУ, 2002. Вип. 6. С. 510-512.
148. Мечников И. И. Этюды оптимизма. Москва : Наука, 1964. 128 с.
149. Михайлова Н. Н., Поляков С. Д. К истории идеи педагогической поддержки. *Классный руководитель*. 2000. № 3. С. 58-63.
150. Молчанова О. Н. Специфика «Я-концепции» в позднем возрасте и проблема психологического витоукта. *Мир психологии*. 1999. №2. С. 133-141.
151. Морозова Т. И. Проблема формирования гражданственности и патриотизма у современной молодёжи. *Научные ведомости БелГУ. Серия: Философия. Социология. Право*. 2010. № 14. С. 95-99.
152. Мудрик А. В. Социальная педагогика : учебник для студ. пед. вузов / Под ред. В. А. Слостенина. 3-е изд. испр. и доп. Москва : Издательский центр «Академия», 2000. 200 с.
153. Мусина-Мазнова Г. Х. Социальная геронтология: теория и практика: учебное пособие. Астрахань: Астраханский государственный университет, Издательский дом «Астраханский университет», 2012. 192 с.
154. Мягченко О. П. Основы екології : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2010. 312 с.
155. Наказ Міністерства праці та соціальної політики № 134 від 10 червня 2010 року «Про затвердження Типових штатних нормативів чисельності працівників територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг). URL: <http://document.ua/pro-vprovadzhennja-socialno-pedagogichnoyi-poslugi-universitdoc76543.html> (дата звернення 12.01.2018).

156. Наказ Міністерство праці соціальної політики «Про впровадження соціально-педагогічної послуги «Університет третього віку» (від 25 серпня 2011 року № 326). URL: <http://document.ua/pro-vprovadzhenja-socialno-pedagogichnoyi-poslugi-universitdoc72450.html> (дата звернення 12.01.2018).

157. Непрерывное образование и развитие личности в системе инновационных учебных заведений / Под. ред. Н. Э. Касаткиной. Кемерово : Кузбассвузиздат, 2001. 262 с.

158. Никитина В.А. Начала социальной педагогики. Москва : Флинта, 1999. 72 с.

159. Ничкало Н. Г. Сучасні проблеми розвитку системи неперервної професійної освіти : вітчизняний і зарубіжний досвід. *Неперервна професійна освіта: філософія, педагогічні парадигми, прогноз* / За редакцією акад. НАН та АПН України В. Г. Кременя. Київ : Наукова думка, 2003. С. 345-448.

160. Общая психология : учебник / Ред. А. В. Петровский. 3-е изд., перераб. и доп. Москва : Просвещение, 1986. 464 с.

161. Ожегов С. И., Шведова Н. Ю. Толковый словарь русского языка. Москва: ИТИ Технологии, 2006. 944 с.

162. Олифиренко Л. Я. Муниципальная система социально-педагогической поддержки детства: теория и практика: дис. ... д-ра. пед. наук: 13.00.05. Москва, 2000. 406 с.

163. Онушкин В. Г., Огарев Е. И. Образование взрослых: междисциплинарный словарь терминологии / В.Г. Онушкин, Е.И. Огарев.- Санкт-Петербург; Воронеж: РАО ИОВ, 1995. 232 с.

164. Осипова И. И. Установление контактов с семьей в процессе патронажа: методики и технологии. *Отечественный журнал социальной работы*. 2005. № 3. С. 56-65.

165. Панагушина О. Є Соціалізація підлітків у діяльності молодіжних організацій : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05. Луганськ, 2008. 20 с.

166. Панина Н. В. Индекс жизненной удовлетворенности. *Психология развития конкурентоспособной личности* / Под ред. Л. М. Митиной. Москва: Издательство Московского психолого-социального института, 2003. С. 192-194.

167. Панина Н. В., Сачук Н. Н. Социально-психологические особенности образа жизни стареющих людей. *Журнал невропатологии и психиатрии им. Корсакова*. 1985. Т. 85. Вып. 9. С. 32-40.

168. Парсонс Т. О социальных системах / Под ред. В. Ф. Чесноковой и С. А. Белановского. Москва : Академический Проект, 2002. С. 311-333.

169. Парыгин Б. Д. Социальная психология. Проблемы методологии, истории и теории. Санкт-Петербург: ИГУП, 1999. 592 с.

170. Педагогика / Ю. К. Бабанский [и др.] ; под ред. Ю. К. Бабанского. Москва : Просвещение, 1988. 478 с.

171. Педагогика поддержки : материалы о Школе / Касицина Н. М., Михайлова Н. Н., Юсфин С. М., Миркес М. М. [и др.]. Санкт-Петербург : Агенство образовательного сотрудничества, 2005. 160 с.

172. Педагогика профессионального образования / И. П. Белозерцев, А. Д. Гонеев, А. Г. Пашков [и др.] ; под. ред. В. Л. Сластенина. Москва : Харвест, 2006. 416 с.

173. Первин Л., Джон О. Психология личности: теория и исследования / пер. с англ. М. С. Жамкочьян; под ред. Д. А. Постелова. Москва : Российская ассоциация искусственного интеллекта, 1997. 607 с.

174. Петров А. П. Социальная активность: сущность, содержание, критерии. *Формирование социальной активности личности: сущность, проблемы*: межвузовский сборник научных трудов. Москва : МГПИ им. В. И. Ленина, 1985. Т.1. С. 8-13.

175. Петько Л. В. Стимулювання соціально-комунікативної активності підлітків: теорія і практика : монографія. Київ : Ун-т «Україна». 2010. 268 с.

176. Піступ І. П. Безпека життєдіяльності: навчальний посібник. Суми: Видавництво «Університетська книга », 2000. 301 с.



177. Піча В. М. Культура вільного часу (Філософсько-соціологічний аналіз). Львів : «Світ», 1990. 152 с.

178. Права детей на дополнительное образование и социально-педагогическую поддержку: учебно-методическое пособие / Конасова Н. Ю., Бойцова А. Т., Кошкина В. С., Курцева Е. Г. Санкт-Петербург: КАРО, 2005. 224 с.

179. Принципы ООН в отношении пожилых людей. Приняты резолюцией 46/91 Генеральной Ассамблеи от 16.12.1991. URL: <http://www.un.org> (дата звернення 12.01.2018).

180. Проект концепції розвитку освіти України на період 2015-2025 років. URL: [www.mon.gov.ua](http://www.mon.gov.ua) (дата звернення 12.01.2018).

181. Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XX симпозиума / Под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой. Москва, 2015. 312 с.

182. Психология личности Т. 1. / Сост., ред., предисловие Д. Я. Райгородского. Самара: Издательский дом «БАХРАХ-М», 2006. 512 с.

183. Психология человека от рождения до смерти / Под ред. А. А. Реана. Санкт-Петербург : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2002. 656 с. (Серия : «Психологическая энциклопедия»).

184. Психологія старості і старіння : хрестоматія : навчальний посібник для студ. психол. фак. вищ. навч. закладів / Упоряд. О. В. Краснова, А. Г. Лидерс. Москва : Видавничий центр «Академія», 2003. 416 с.

185. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник / [уклад. М. В. Лемак, В. Ю. Петрище]. 2-ге вид., виправл. Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.

186. Птицына И. Б., Музалевский Ю. С. Определение понятия «жизнь» в рамках биологии. Бауэр Э. С. Теоретическая биология. Санкт-Петербург : ООО «Росток», 2002. С. 50–88.

187. Равен Дж Компетентность в современном обществе: выявление, развитие и реализация: пер. с англ. Москва: «Когито-Центр», 2002. 396 с

188. Радионова С. А. Социальное взаимодействие. *Социология. Энциклопедия* /сост. А. А. Грицанов [и др.]. Минск: Книжный Дом, 2003. С. 965.
189. Разин А. В. Этика: учебник для вузов. Москва: Академический Проект, 2006. 624 с.
190. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учебное пособие. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2002. 672 с.
191. Резолюция Генеральной Ассамблеи ООН от 16 декабря 1991 г. № 46/91 «Осуществление Международного плана действий по проблемам старения и связанных с ним мероприятий». URL: <http://law.edu.ru/norm/norm.asp?normID=1312106&subID=100142854,100142855>>. (дата звернення 20.01.2018).
192. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека Москва: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1994. 480 с.
193. Рощак К. Психологические особенности личности в пожилом возрасте : автор. ... дис. канд. псих. наук : 19.00.07. Москва, 1990. 19 с.
194. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. Москва: Просвещение, 1946. 703 с.
195. Рукина Н. Формирование компьютерной грамотности взрослых в сфере дополнительного образования: дис. ... канд. пед наук: 13.00.08. Оренбург, 2010. 179 с.
196. Сагун І. Г. Розвиток освіти людей третього віку в Німеччині (друга половина ХХ – початок ХХІ століття): дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Сагун Ірина Григорівна. Київ, 2011. 292 с.
197. Садлер У., Джонсон Т. От одиночества - к аномии. *Лабиринты одиночества*: пер. с англ. / Сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского. Москва: Прогресс, 1989. С. 27.
198. Салливан Г. С. Интерперсональная теория в психиатрии. Санкт-Петербург : Ювента, 1999. 347 с.

199. Саралиева З. Х. Социальная субъектность пожилых людей: проблемы и тенденции. *Пожилые люди: взгляд в XXI век*: сборник материалов. Нижний Новгород : Изд-во НИСОЦ, 2000. С. 19–21.
200. Сачук Н. Н., Панина Н. В., Москалей Г. М. Проблемы адаптации к выходу на пенсию. *Геронтология и гериатрия: старение и адаптация*: сборник статей. Киев, 1981. С. 141-145.
201. Селевко Г. К., Селевко А. Г. Социально-воспитательные технологии. *Школьные технологии*. 2002. № 3. С. 5-173.
202. Семенов В. Д. Взаимодействие школы и социальной среды. Москва, 1986. 112 с.
203. Семенова Г. В. Личностные особенности студентов-психологов, находящихся в ситуации дистанционного обучения. *Ананьевские чтения. Современная психология: методология, парадигмы, теории*. Санкт-Петербург, 2009. С. 442-444.
204. Семигіна Т. В. Порівняльна соціальна політика : навчальний посібник. Київ : МаУП, 2005. 276 с.
205. Сисоєва С. Педагогічні технології у неперервній професійній освіті. *Неперервна професійна освіта: філософія, педагогічні парадигми, прогноз* / За редакцією акад. НАН та АПН України В. Г. Кременя. Київ: Наукова думка, 2003. С. 449-564.
206. Скорик Т. В. «Університет третього віку»: концептуальні положення та досвід реалізації. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка* / Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка; гол. ред. Носко М. О. Чернігів: ЧНПУ, 2012. Т. 2. Вип. 104. С. 94-98. (Серія: Педагогічні науки)
207. Скуратівський В. А., Палій О. М., Лібанова Е. М. Соціальна політика. Київ : УАРА, 1997. 360 с.
208. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Основы психологической антропологии. Психология человека: введение в психологию субъективности: учебное пособие для вузов. Москва: Школа - Пресс, 1995. 384 с.

209. Словник української мови: в 11 томах / АН УРСР. Інститут мовознавства; за ред. І. К. Білодіда. Київ: Наукова думка, 1979. Т. 10. Т-Ф. С. 156.
210. Словник-довідник для соціальних працівників та соціальних педагогів / за заг. ред. А. Й. Капської, І. М. Пінчук, С. В. Толстоухової. Київ : УДЦССМ, 2000. 260 с.
211. Смелзер Н. Социология: пер. с англ. Москва: Феникс, 1998. 688 с.
212. Сонин М. Я., Дискин А. А. Пожилой человек в семье и обществе. Москва, 1999. 164 с.
213. Сорока Г. І. Система педагогічної підтримки дітей в освіті. Харків : Видавнича група «Основа», 2003. 80 с.
214. Социальная педагогика: учебник для бакалавров /под ред. В. И. Загвязинского, О. А. Селивановой. Москва: Издательство Юрайт, 2012. 405 с.
215. Социология: краткий тематический словарь / под. общ. ред. Ю. Г. Волкова. Ростов на Дону : Изд-во «Феникс», 2001. 320 с.
216. Соціальна педагогіка: мала енциклопедія / За заг. ред. проф. І. Д. Зверева. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 336 с.
217. Соціальна політика та менеджмент у соціальній роботі / Під заг. ред. І. Д. Зверєвої, Г. М. Лактіонової. Київ : Науковий світ, 2001. 53 с. (Сер. «Благополуччя дітей та молоді: можливості соц. роботи»).
218. Соціальна робота / Н. В. Бондаренко, І. М. Грига, Н. В. Кабаченко, О. М. Савчук, Т. В. Семигіна. Київ : Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2004. Ч. 1. 178 с.
219. Соціальна робота / В. П. Андрущенко, В. П. Бех, М. П. Лукашевич, І. І. Мигович, І. М. Пінчук; Ін-т вищої освіти АПН України; Держ. центр соц. служб для молоді. Київ: УДЦССМ, 2001. Кн. 1. 344 с.
220. Соціальна робота: технологічний аспект: навчальний посібник / А. Й. Капська, О. В. Безпалько, Р. Х. Вайнола, О. В. Вакуленко, О. Г. Карпенко; Держ. центр соц. служб для молоді М-ва України у справах

сім'ї, дітей та молоді; Ін-т соц. роботи та управління Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Київ: ДЦССМ, 2004. 362 с.

221. Соціально-педагогічна діяльність в умовах трансформації суспільства: теоретичні та прикладні проблеми: монографія / С. П. Архипова, Т. М. Десятов, І. І. Курляк, Л. І. Міщик, Г. Я. Майборода [та ін.]; за заг. ред. С. П. Архипової. Черкаси : ФОП Гордієнко Є. І., 2014. 235 с.

222. Соціологія: підручник / Н. П. Осипова, В. Д. Воднік, Г. П. Клімова [та ін.]; за ред. Н. П. Осипової. Київ: Юрінком Інтер, 2003. 336 с.

223. Старикова М. М. Стереотипы старости и старения. *Вестник Нижегородского ун-та им. Н. И. Лобачевского. Сер. Социальные науки.* 2011. № 2 (22). С. 43–50.

224. Створення та соціальний супровід прийомних сімей і дитячих будинків сімейного типу : навчально-методисний комплекс / Автори-упоряд.: Г. М. Лактіонова, Ж. В. Петрочко, А. В. Калініна [та ін.]; за заг. ред. Г. М. Лактіонової, Ж. В. Петрочко. Київ : Науковий світ, 2006. 270 с.

225. Сухомлинский В. А. Духовный мир школьников подросткового и юношеского возраста. Москва : Учпедгиз, 1961. 223 с.

226. Тарнавский Ю. Б. Чтобы осень была золотой (как сохранить психическое здоровье в старости). Изд. 2-е перераб. и доп. Москва: Медицина. 1988. 112 с.

227. Технологии социальной работы : учебное пособие / под ред. И. Г. Зайнышева. Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2002. 240 с.

228. Типове положення (взірцеве) про територіальний центр соціального обслуговування пенсіонерів та одиноких непрацевдатних громадян: затверджене наказом М-ва соц. захисту населення України № 44 від 1 квіт. 1997 р. із змінами від 11 квіт. 2007 р. *Офіційний вісник України.* 2007. № 30. С. 12-40.

229. Типове положення про територіальний центр соціального обслуговування (надання соціальних послуг). Постанова Кабінету Міністрів

України від 29 грудня 2009 р. № 1417. *Офіційний вісник України*. 2010. № 1. ст. 10. С. 33.

230. Трубавіна І. М. Соціально-педагогічна робота з сім'єю в Україні: теорія і методика : [монографія]. Харків : Нове слово, 2007. 395 с .

231. Турен Ален Возвращение человека действующего : очерк социологии / пер. с фр. Е. А. Самарской. Москва : Научный мир, 1998. 204 с.

232. Управління конфліктами: збірник тренінгових вправ : навчальний посібник / Л. М. Ємельяненко, О. В. Корчевна, О. М. Леонтенко [та ін.]. Київ: КНЕУ, 2008. 421 с.

233. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва : Изд-во Института Психотерапии, 2002. 490 с.

234. Фирсов М. В. Введение в теоретические основы социальной работы (историко-понятийный аспект). Москва: Издательство «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. 192 с.

235. Філоненко М. Психологія спілкування: навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 224 с.

236. Франк В. Человек в поисках смысла: сборник / под общ. ред. Л. Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева. Москва: Прогресс, 1990. 368 с.

237. Фридман Л. М., Кулагина И. Ю. Психологический справочник учителя. Москва: Совершенство, 1998. 457 с.

238. Фриш Г. Л. Книга для начинающего директора школы. Москва : УЦ Перспектива, 2002. Ч. 1. 233 с.

239. Фролькис В. В. Старение. Нейрогуморальные механизмы. Киев: Научная мысль, 1981. 320 с.

240. Фромм Э. Человек для самого себя. Москва: АСТ: АСТ Москва, 2010. 350 с.

241. Хайдеггер М. Время бытие: пер. с нем. Москва: Республика. 1993. 445 с.

242. Харченко С. Я., Краснова Н. П., Харченко Л. П. Професійна етика соціального педагога : навчально-методичний посібник для студ. вищ. навч. закл. Луганськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2009. 562 с.
243. Холостова Е. И. Пожилой человек в обществе. Ч. I. Москва: СТИ, 1999. 198 с.
244. Холостова Е. И. Социальная работа с пожилыми людьми: учебное пособие. 4-е изд. Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2006. 348 с.
245. Холостова О. І. Соціальна робота з людьми похилого віку. Москва : Наука, 1990. 123 с.
246. Хомич И. И. Человек - живая система: естественнонаучный и философский анализ. Минск: Беларусь, 1989. 271 с.
247. Хорни Карен, Фромм Эрих. Психоанализ и культура: избранные труды. Москва: Юристь, 1995. 623 с.
248. Хухлаева О. В. Психология развития: молодость, зрелость, старость. Москва: Издательский центр «Академия», 2002. 208 с.
249. Цимбалюк І. Соціально-педагогічні основи виховання громадської активності учнів ПТУ. *Соціальна педагогіка і адаптивність особистості*. Суми, 1994. С. 435–441.
250. Цицерон. О старости. / [пер. В. О. Горенштейн ]. Цицерон. О старости. О дружбе. Об обязанностях / [отв. ред. С. Л. Утченко]. Москва : Наука, 1974. С. 7-30.
251. Чернуха Н. М. Категорія соціально-педагогічної підтримки: теорія і практика. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2012. № 6. С. 179-182.
252. Чугунова О. Д. Детское общественное объединение как способ педагогического влияния на социальную активность подростков: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.06. Кострома, 2000. 186 с.
253. Чудновский В. Э. О некоторых прикладных аспектах смысла жизни. *Мир психологи*. 2001. №2. С. 82.

254. Шапиро В. М. Социальная активность пожилых людей в СССР. Москва: Наука, 1983. 129 с.
255. Шаповаленко И. В., Обухова О. Б. Факторы вариативности когнитивных функций в средней и поздней взрослости. *Психология зрелости и старения*. 2008. № 4. С. 42-61.
256. Шахматов Н. Ф. Психология старения: счастливое и болезненное. Москва : Медицина, 1996. 304 с.
257. Шахрай В. М. Технології соціальної роботи : навчальний посібник для студ. вищ. навч. закл. Київ : Центр учбової літератури, 2006. 464 с.
258. Шендеровський К. С. Вісімнадцять кроків до розуміння клієнта соціальної служби для дітей та молоді. Київ : КМЦССМ, 2002. 76 с.
259. Шилова Л. С. Факторы социальной адаптации пожилых в условиях реформ. *Психология зрелости и старения*. 1998. № 3. С. 60–74.
260. Шилова С. Н. Педагогическое сопровождение социализации пожилых людей в стационарном учреждении: дисс. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.02 / Шилова Светлана Николаевна; ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет». Екатеринбург, 2012. 240 с.
261. Штернберг Э. Я. Геронтологическая психиатрия. Москва: Медицина, 1977. 214 с.
262. Шульга Т. И., Слот В, Спаниард Х. Методика работы с детьми «группы риска». Москва : Изд-во УРАО, 2001. 128 с.
263. Щанина Е. В. Факторы социальной активности старшего поколения. *Известия высших учебных заведений. Поволжский регион. Общественные науки*. 2009. № 2 (10). С. 57–67.
264. Экспресс-диагностика уровня самооценки. *Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп*. Москва : Изд-во Института Психотерапии, 2002. С. 53-54.



265. Эльконин Д. Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте. Хрестоматия по возрастной и педагогической психологии. Москва : МГУ, 1990. С. 26-31.
266. Юнг К. Г. Аналитическая психология : глоссарий. Санкт-Петербург : МЦНК и ТКентавр, «Институт личности ИЧП «Палантир», 1994. 136 с.
267. Ян де Груф. Свобода вибору в освіті: передумови сучасної демократії. *Філософія освіти*. 2006. № 3(5). С. 212.
268. Яснерс К. Смысл и назначение истории. Москва : Прогресс. 1990. 528 с.
269. Allard E. Dimensions of Welfare. *A Comparative Scandinavian Study. Acta Sociologica*, 1976. № 19. pp. 227-240.
270. Bass S. A. Matching educational opportunities with the able elderly. *Lifelong Learning*. 1986. No. 9 (5). P. 4–7.
271. Brady M. Personal growth and the Elderhostel experience. *Lifelong Learning*. 1983. No. 3 (6). P. 11–13.
272. Btihler Ch. Der menschliche Lebenslauf als psychologisches Problem. Leipzig, 1933
273. Bubolz-Lutz E. Bildung und Hochaltrigkeit. *Becker, S., Veelken, L., Wallraven, P.K. (Hrsg.). Handbuch Altenbildiyig: Theorien und Konzepte für Gegenwart und Zukunft. Opladen: Leske+Büdrich, 2000. S. 326-349.*
274. Bubolz-Lutz, E. 1984. *Anding, A. Bildung im Alter. Leipzig-Weissenfeis: Verlag Ille Riemer, 2002. 254 s.*
275. Dave R. H. (ed.). *Foundationsof Life long Education*. Oxford, 1976. 314 p.
276. Findsen B. *Learning later*. Malabar, Fl: Krieger, 2005.
277. Fisher J., Wolf M. Older adult learning / A. Wilson, E. Hayes (Eds.). *Handbook of adult and continuing education*. San-Francisco : Jossey-Bass, 2000. p. 480–492.

278. Geuß, H. Training kognitiver Fähigkeiten // Hove, J. (Hrsg.): Lehrbuch der psychologischen und sozialen Alternswissenschaft. Bd. 3: Hilfe und Unterstützung für ältere Menschen. Heidelberg: Asanger, 1991. - S. 9-21.

279. Havighurst R. J. Education through the adult life span / Havighurst R. J. // Educational Gerontology. – 1976. – No. 1. – P. 41–51.

280. James D. Introducing older learners to information technology through life history writing / Gibson F., G. McAuley, J. McAuley. // International Journal of Lifelong Education. – 1996. – No. 15 (1). – P. 50–58.

281. Jarvis, P. Learning in later life. An Introduction to Educators and Carers / P. Jarvis. – London, 2001 ст 57.

282. Laslett P. A. Fresh Map of Life: The Emergence of the Third Age / Laslett P. A. – Cambridge, MA: Harvard University Press, 1991

283. Leszczynska-Rejchert A. Człowiek starszy i jego wspomaganie – w srobie pedagogiki starosci / Anna Leszczynska-Rejchert – Olsztyn : Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, 2006. – 246 s.

284. Principi A., Lamura G. Education for older people in Italy // Educational Gerontology. – 2009. – No. 35. – P. 246–259.

285. Stein, G. Moderne Zeiten, gebrochene Traditionen. Über das Wirken traditionaler Sozialmuster in ländlicher Gegenwart // Böhnisch, L. u.a. (Hrsg.) Ländliche Lebenswelten. Fallstudien zur Landjugend. Weinheim, 1991. - S. 18-28.

286. Wacks Q. Life after death in the Elderhostel classroom / Wacks Q. // Lifelong Learning. – 1989. – No. 12(5). – P. 23–28.

287. Walker I. The other side of sixty: The need for action / Walker I. // Adult education. – 1980. – No. 53 (3). – c. 154

## **ДОДАТКИ**

Дисертація

на здобуття наукового ступеня

кандидат педагогічних наук

### **СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПІДТРИМКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ В УМОВАХ ТЕРИТОРІАЛЬНОГО ЦЕНТРУ СОЦІАЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ**

13.00.05 – соціальна педагогіка

## Додаток А

### Анкета «Включення людини похилого віку в освітнє середовище» (для експертів)

**Шановні експерти, просимо Вас прийняти участь в анкетуванні.**

1. Як Ви вважаєте, наскільки актуально сьогодні питання отримання нових знань людьми похилого віку \_\_\_\_\_

2. Основними мотивами включення людини похилого віку в освітній простір, на Вашу думку, є: *(оберіть не більше 3-х варіантів)*

потреба у нових знаннях	
потреба у спілкуванні	
потреба бути корисним іншим, допомогти іншим	
потреба у самопізнанні, самовдосконаленні	
потреба у визнанні	
цікавість	
потреба у задоволенні матеріальних потреб	
потреба відчувати себе молодим	
потреба в активності як запорука збереження життя	

3. В цілому, які очікування людей похилого віку від навчання в Університеті третього віку *(оберіть один варіант)*

отримані знання стануть корисними у житті	
просто цікаво	
відчувати себе сучасною людиною	
вчитися корисно для здоров'я	
реалізувати творчий потенціал	

4. Якщо навчання буде платне, який відсоток людей похилого віку вчитися до Університету третього віку

а) понад 50%

б) 50%

в) в межах 30%

г) показник буде дуже низький

5. Виявляють бажання навчатися в Університеті третього віку клієнти переважно у віці:

- а) 55-65 років
- б) 60-75 років
- в) старше 75 років

6. Які причини заважають людині похилого віку сьогодні навчатись в Університеті третього віку *(оберіть не більше 3-х варіантів)*

здоров'я як обмеження у навчанні	
вік як обмеження у навчанні	
занижена самооцінка	
активність, яка перешкода до навчання (сімейні обов'язки, зайнятість домашнім господарством, суспільна діяльність)	
відсутність визначеного сенсу життя (не бачать практичної користі, не цікаво)	
пасивність людини похилого вік	
не зручне територіальне розташування центру	
суспільна думка, що людині похилого віку це не потрібно	
відсутність інформації: де?, як?, чому?, хто? може навчити	

7. Серед бажаючих навчатись переважно:

- а) жінки
- б) чоловіки

8. На Вашу думку, чи може навчання в Університеті третього віку підвищити якість життєдіяльності людини похилого віку

- а) так
- б) часткова
- в) ні

9. Що необхідно зробити для того, щоб людина похилого віку була активним суб'єктом у підвищенні рівня якості життєдіяльності

---



---



---

10. Найбільший інтерес у людей похилого віку викликають навчальні програми: *(визначте цифрами від 1-14 залежно від актуальності)*

Історія	
Сучасна економіка та політика	
Культура мови	
Іноземна мова	
Психологія (спілкування, тренування пам'яті, подолання конфліктів, стресостійкість)	
Здоров'я (активний спосіб життя, фізична активність, витривалість, раціональне харчування)	
Новітні інформаційні технології	
Прикладне мистецтво	
Релігієзнавство	
Юридична просвіта	
Кулінарія	
Зарубіжна та українська культура	
Сад, город	
Інше	

11. Які основні проблеми і потреби мають сьогодні люди похилого віку, що є визначальним мотивом звернення до Територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг)

<b>Проблеми</b>	<b>Потреби</b>
1	1
2	2
3	3
4	4

12. Які основні проблеми виникають при організації навчального процесу для людей похилого віку (оберіть не більше 3-х варіантів)

відсутність якісного методичного забезпечення (програм, методичних рекомендацій, дидактичного матеріалу)	
проблеми з залученням та рівнем підготовки викладачів-волонтерів для організації викладання	
відсутність належної співпраці територіального центру з іншими організаціями	
інше	

**Дякуємо за співпрацю!**

## Додаток Б

### Анкета для визначення основних проблем життєдіяльності людей похилого віку

До Вашої уваги пропонується анкета, метою якої є визначення основних проблем життєдіяльності людини в період старості. Результати анкети анонімні та будуть використані лише в наукових цілях

**1. Стать**

**2. Вік**

**3. Сімейний стан:**

- А) одружені
- Б) вдови (вдівці)
- В) одинокі

**4. Освітній рівень:**

- А) середня освіта
- Б) середня, спеціальна
- В) вища

**5. Характер проживання:**

- А) живу один (одна)
- Б) живу не один (одна)

**6. Які проблеми Хвилюють Вас найбільше**

- А) самотність
- Б) проблеми втрати близької людини
- В) сімейні конфлікти (відсутність взаємодопомоги, підтримки)
- Г) здоров'я
- Д) матеріальні проблеми
- Е) страх та невпевненість у завтрашньому дні
- Ж) інше

**7. Як часто виникають проблеми**

- А) періодичне загострення проблеми
- Б) стабільний стан проблеми
- В) поступове збільшення актуальності проблеми
- Г) неочікуване (різке) загострення проблеми

**8. Чи задоволені Ви колом спілкування**

- А) так
- Б) ні
- В) не знаю

**9. Звідки отримуєте інформацію про події в країні та світі**

- А) газети, радіо, телебачення
- Б) від друзів та сусідів
- В) не цікавлюсь

**10. Чи маєте Ви потребу у піклуванні з боку рідних та близьких**

- А) так

- Б) ні  
В) частково
- 11. Чи відчуваєте потребу у спілкуванні**  
А) так  
Б) ні  
В) частково
- 12. Як ви вважаєте, чи може стороння допомога вирішити ваші проблеми**  
А) так  
Б) ні  
В) частково
- 13. На Вашу думку, старість – це**  
А) хвороба  
Б) відпочинок від трудової діяльності  
В) піклування про близьких  
Г) страх смерті  
Д) період життя для саморозвитку, самовдосконалення
- 14. Які цінності сьогодні для Вас найголовніші**  
А) друзі  
Б) сім'я  
В) активність  
Г) здоров'я  
Д) спілкування
- 15. Чи ведете Ви активний спосіб життя**  
А) так  
Б) ні
- 16. Відчуваєте, що з виходом на пенсію люди стали відноситись до Вас по-іншому**  
А) так  
Б) ні
- 17. Чи відчуваєте Ви звуження кола спілкування**  
А) так  
Б) ні  
В) іноді
- 18. До кого Ви звернетесь за допомогою в першу чергу**  
А) до друзів та близьких  
Б) спеціалізованих установ та організацій
- 19. Чи задоволені Ви способом життя, який ведете зараз**  
А) так, все влаштовує  
Б) ні  
В) зовсім ні

**Щиро вдячні!**



**Шановний респондент!**  
**Просимо визначити три найбільш гострі проблеми, що Вас турбують**  
**на даний момент в порядку від найбільш гострої до найменш**

<b>Проблеми та труднощі</b>	
1.Погіршення фізичного та психологічного здоров'я	
2.Втрата колишніх соціальних зв'язків, проблема спілкування (самотність, низька соціальна взаємодія)	
3.Повне або часткове припинення активності	
4.Відсутність відчуття потрібності на значимості	
5.Низький рівень матеріального забезпечення	
7.Відсутність мотивації до життя	
8.Невпевненість у собі та в завтрашньому дні	
6.Нерозуміння та упереджене ставлення з боку суспільства	
9.Залежність від інших	
10.Одноманітність життя у старості	

**Дякуємо за участь в анкетуванні!**

## Додаток В 1

### Тест індексу життєвої задоволеності

(Н.В. Паніна)

**Шановний респондент!**

Просимо Вас відповісти на запитання анкети

Вік:

Стать:

	Так	Ні	Не знаю
1. З віком багато чого мені здається кращім, ніж я очікував(ла)			
2. Життя принесло мені більше розчарувань, ніж іншим людям, яких я знаю			
3. Зараз найскладніший період мого життя			
4. Моє життя могло б бути більш щасливим ніж сьогодні			
5. Зараз я майже так само щасливий, як і в часи коли був молодшим			
6. Більшість справ якими я займаюсь нецікаві та нудні			
7. Зараз я переживаю кращі роки мого життя			
8. Я вважаю, що в майбутньому мене чекає ще багато цікавого і приємного			
9. До своїх справ та занять я маю інтерес як і раніше			
10. З віком я все більше відчуваю втому			
11. Відчуття віку не хвилює мене			
12. Коли я згадую про своє життя, я відчуваю задоволеність			
13. Я нічого б не змінював(ла) у своєму житті, навіть якби на це була можливість			
14. У порівнянні з моїми однолітками я зробив (ла) багато дурниць у своєму житті.			

15.Я виглядаю краще, ніж більшість людей мого віку			
16.Я маю плани та ідеї, які хочу здійснити найближчим часом			
17.Я багато втратив (ла) у своєму житті			
18.Я часто маю поганий, пригнічений настрій			
19.Я отримав (ла) від життя набагато більше ніж очікував(ла)			
20.Щоб не казали, з віком більшість людей стають гіршими, а не кращими.			

### Дякуємо !

**Ключ.** Запитання за номерами 1, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 19 оцінюються наступним чином: за відповідь «так» - 2 бали, «ні» - 0 балів, «не знаю» - 1 бал. Запитання за номерами 2, 3, 4, 6, 10, 14, 17, 18, 20 – оцінюються так: за відповідь «так» - 0 балів; «ні» - 2 бали; «не знаю» - 1 бал.

Підраховується загальна сума балів за всіма відповідями

- більше 24 балів - високий рівень життєвої задоволеності,
- 20 - 24 - середній,
- менше 20 - низкий.

## Додаток В 2

### Експрес діагностика самооцінки Н.П. Фетіскін, В.В.Козлов, Г.Мануїлов (адаптована до людей похилого віку)

	<b>Дуже часто</b> 4 бали	<b>Часто</b> 3 бали	<b>Іноді</b> 2 бали	<b>Рідко</b> 1 бал	<b>Ніколи</b> 0 балів
Я часто хвилююся без причин					
Мені хотілось щоб мої друзі мене підтримували					
Я боюся виглядати дурним					
Я хвилююся за своє майбутнє					
Інші люди мого віку виглядають краще ніж я					
Школа, що більшість людей не розуміють мене					
Відчуваю, що не вмю розмовляти з іншими людьми як слід					
Інші люди чекають від мене більшого					
Відчуваю себе неповноцінним					
Мені здається, що зі мною має статись якась неприємність					

Рівні самооцінки: 10 балів і менше – завищена самооцінка; 11-29 – середній рівень, адекватний; 30 і більше – занижена самооцінка.

**Дякуємо за участь!**

**Додаток В 3**  
**Проективна методика незакінчених пропозицій**  
**(на основі методики Дж. Ньюттена)**  
**Шановний респондент!**

Перед Вами бланк з твердженнями. Просимо Вас закінчити наступні висловлювання

1. Я маю надію

---

2. Своє майбутнє я бачу

---

3. Те, що я прагнув(ла) в юності

---

4. Дивлячись на своє життя, я думаю,що

---

5. Найкращий період мого життя

---

6. Коли я вийшов(ла) на пенсію

---

7. Моє життя до настання пенсії

---

8. Я хочу, щоб мої рідні

---

9. Я буду дуже радісний (на) якщо

---

10.Старість для мене це

---

11.Я маю наміри

---

12.Моє життя сьогодні

---

13.Для мене найскладнішим сьогодні

---

**Дякуємо за участь!**

**Додаток В 4**  
**Методика діагностики соціально-психологічної адаптації**  
**К. Роджерса, Р. Даймонда**  
**Шановний респондент!**

Прочитайте висловлювання та порівняйте їх зі своїм досвідом. У бланку слід зазначити відповідь, базуючись на таких оцінках:

- 0 - 0- це мене зовсім не стосується;
- 1 - це мене не стосується;
- 2 - мабуть, це мене не стосується;
- 3 - не знаю, чи це мене стосується;
- 4 - це схоже на мене, але маю сумніви;
- 5 - це схоже на мене;
- 6 - це точно я.

- 1. Відчуваю незручність, коли вступаю з кимось у діалог.
- 2. Не маю бажання розкриватися перед іншими.
- 3. У всьому подобається ризик, боротьба, змагання.
- 4. Маю до себе високі вимоги.
- 5. Часто сварю себе за те, що зробив.
- 6. Часто відчуваю себе пригніченим.
- 7. Маю сумніви, що можу подобатися особам протилежної статі.
- 8. Свої обіцянки виконую завжди.
- 9. Теплі, добрі стосунки з оточуючими.
- 10. Людина стримана, замкнена; тримається осторонь.
- 11. У невдачах звинувачую себе.
- 12. Людина відповідальна; на неї можна покластися.
- 13. Відчуваю, що не можу змінити щось, усі зусилля марні.
- 14. На багато розмов дивлюсь очима однолітків.
- 15. Приймаю в цілому ті правила й вимоги, яких варто дотримуватись.
- 16. Власних переконань і правив не вистачає.
- 17. Подобається мріяти; важко повертаюся від мрії до реальності.
- 18. Завжди готовий до захисту і навіть нападу: переживаю образи болісно, розмірковуючи над способами помсти.
- 19. Умію керувати собою і власними вчинками, примушувати себе або дозволяти собі; самоконтроль для мене - не проблема.
- 20. Часто змінюється настрій: настає нудьга.
- 21. Все, що стосується інших, не хвилює: зосереджений на собі, зайнятий собою.

22. Люди, як правило, мені подобаються.
23. Не соромлюсь своїх почуттів, відкрито їх виражаю.
24. Серед великого скупчення людей відчуваю себе дещо самотньо.
25. Нині бажаю усе покинути, кудись сховатися.
26. З оточуючими зазвичай вільно спілкуюсь.
27. Важко боротися із самим собою.
28. Напружено сприймаю доброзичливе ставлення оточуючих, якщо вважаю, що не заслуговую на нього.
29. У душі - оптиміст, вірю у найкраще.
30. Людина вперта; таких називають важкими.
31. До людей критичний, засуджую їх, якщо вважає, що цього заслуговують.
32. Часто відчуваю себе не тим, хто веде, а тим, кого ведуть: не завжди вдається думати і діяти самостійно.
33. У більшості тихий, хто знає, добре до мене ставиться, люблять мене.
34. Іноді бувають такі думки, про які не хочеться комусь розповідати.
35. Людина з привабливою зовнішністю.
36. Відчуваю себе безпомічним, маю потребу відчувати когось поруч.
37. Прийнявши рішення, виконую його.
38. Приймаючи самостійні рішення, не можу звільнитися від впливу інших людей.
39. Відчуваю почуття провини, навіть коли звинувачувати себе немає сенсу.
40. Відчуваю неприязнь до того, що мене оточує.
41. Усім задоволений.
42. Почуваю себе погано: не можу організувати себе.
43. Відчуваю млявість; усе, що раніше хвилювало, стало байдужим.
44. Урівноважений, спокійний.
45. Роздратований, часто не можу стриматися.
46. Часто відчуваю себе ображеним.
47. Людина спонтанна, нетерпляча, горячкувата: бракує стриманості.
48. Буває, що поширюю плітки.
49. Не дуже довіряю своїм почуттям.
50. Досить важко бути самим собою.
51. На першому місці - думки, а не почуття: перед тим як щось зробити, добре поміркую.
52. Те, що відбувається, тлумачу по- своєму, здатен нафантазувати зайве.
53. Терплячий до інших і приймаю все таким, яким воно є.
54. Намагаюся не думати про свої проблеми.
55. Вважаю себе цікавою людиною-привабливою як особистість, помітною.

56. Людина сором'язлива.
57. Обов'язково треба нагадувати, підштовхувати, щоб доводив справу до кінця.
58. У душі відчуваю перевагу над іншими.
59. Немає нічого, у чому б виявив індивідуальність, своє "Я".
60. Боїсь, що про мене подумають інші.
61. Честолюбний, небайдужий до успіху, схвалення: у тому, що для мене суттєво, намагаюсь бути кращим.
62. Людина, у якої на даний момент багато такого, що викликає презирство.
63. Людина діяльна, енергійна, ініціативна.
64. Пасую перед труднощами й ситуаціями, які загрожують ускладненнями.
65. Просто недостатньо оцінюю себе.
66. Ватажок, вмію впливати на інших.
67. Ставлюсь до себе в цілому добре.
68. Людина наполеглива, завжди важливо зробити усе по- своєму.
69. Не подобається, коли з кимось порушуються зв'язки, особливо - якщо починаються конфлікти.
70. Досить довго не можу прийняти рішення, потім маю сумніви щодо його правильності.
71. Розгублений, невпевнений у собі.
72. Задоволений собою.
73. Мені часто не щастить.
74. Людина приємна, приваблюю інших.
75. Можливо, не дуже вродливий, але можу подобатись як людина, особистість.
- 76.3 презирством ставлюсь до осіб протилежної статі й не маю контактів із ними.
77. Коли треба щось зробити, мене охоплюють страх, сумніви.
78. Легко, спокійно на душі, немає нічого, що сильно хвилювало б.
79. Умію наполегливо працювати.
80. Відчуваю, що дорослішаю: змінююсь сам і зміню ставлення до навколишнього світу.
81. Іноді говорю про те, про що насправді не маю уявлення.
82. Завжди говорю тільки правду.
83. Схвильований, напружений.
84. Щоб щось зробити, треба вперто наполягати на цьому.
85. Відчуваю невпевненість у собі.
86. Обставини часто змушують захищати себе, виправдовуватись і обґрунтовувати свої вчинки.
87. Людина поступлива, м'яка у ставленні до інших.



88. Людина, якій подобається міркувати.
89. Іноді подобається хизуватися.
90. Приймаю рішення і відразу змінюю їх; звинувачую себе у відсутності волі, а вдяти з собою нічого не можу.
91. Намагаюсь поклатися на свої сили, не розраховую на чиюсь допомогу.
92. Ніколи не запізнююсь.
93. Відчуваю внутрішню несвободу.
94. Відрізняюсь від інших.
95. Не дуже надійний, на мене не можна поклатися.
96. Добрі себе розумію, і все в собі приймаю.
97. Товариська, відкрита людина; легко спілкуюсь з людьми.
98. Цілі і здібності відповідають тим завданням, які треба вирішувати; все можу виконати.
99. Себе не ціную: ніхто не сприймає мене серйозно, у кращому випадку усі до мене ставляться поблажливо, просто терплять.
100. Усі свої звички вважаю позитивними.

**Щиро вдячні за співпрацю!**

Результати, менші від норми, інтерпретуються як надмірно низькі, а більші від норми - як високі.

№ з/п		Показники	Номери висловлювань	Норма
А	а	Адаптивність	4, 5, 9, 11, 12, 15, 19, 22, 23, 26, 27, 29, 33, 35, 37, 41, 44, 47, 51, 53, 55, 61, 63, 67, 68, 72, 74, 75, 78, 79, 80, 88, 91, 94, 96, 97, 98	68-136
	б	Деадаптивність	2, 6, 7, 13, 16, 18, 25, 28, 32, 38, 40, 42, 43, 49, 50, 52, 54, 56, 59, 60, 62, 64, 65, 70, 71, 73, 76, 77, 83, 84, 86, 90, 95, 99, 100	68-136
2		Неправда -	34,45, 48,81,89	18 - 36
		Неправда +	8, 82, 92, 101	
S	а	Прийняття себе	33, 35, 55, 67, 72, 74, 75, 80, 88, 94, 96	22 – 42
	б	Неприйняття себе	7, 59, 62, 65, 90, 95, 99	14 – 28
L	а	Прийняття інших	9, 14, 22, 26, 53, 97	12 – 24
	б	Неприйняття інших	2, 10,21,28, 40, 60, 76	14 – 28
E	а	Емоційний комфорт	23,29,30,41,44,47, 78	14 – 28
	б	Емоційний дискомфорт	6, 42, 43, 49, 50, 83, 85	14 – 28
I	а	Внутрішній контроль	4, 5, 11, 12, 19, 27, 37, 51, 63, 68, 79,91,98	26 – 52
	б	Зовнішній контроль	13, 25, 36, 52, 57, 70,71,73, 77	18 – 36
D	а	Домінування	58,61,66	6 – 12
	б	Підлеглість	16, 32, 38, 69, 84, 87	12 – 24
8		Есканізм (уникнення проблем)	17, 18, 54, 64, 86	10 – 20

## Додаток Д 2

## Результати опитування «Ставлення до здоров'я» Р.А. Березовської

**Розподіл відповідей респондентів на запитання  
«Оцініть на скільки зазначені цінності важливі для Вас  
на даний момент» (по трьом закладам, %)**

<b>Запропоновані варіанти відповідей</b>	<b>Осіб</b>	<b>%</b>
<i>Щасливе сімейне життя</i>	86	23,00
<i>Матеріальне благополуччя</i>	60	16,00
<i>Вірні друзі</i>	35	9,30
<i>Здоров'я</i>	133	35,50
<i>Цікава робота</i>	12	3,20
<i>Повага та визнання</i>	22	6,00
<i>Незалежність (свобода)</i>	25	6,70

**Розподіл відповідей респондентів на запитання «Як ви почувате себе  
частіше за все, коли зі здоров'ям у вас все благополучно»  
(по трьом закладам, %)**

<b>Запропоновані варіанти відповідей</b>	<b>Осіб</b>	<b>%</b>
Спокій	55	14,70
Задоволення	44	11,70
Щастя	59	15,70
Радість	41	10,90
Немає загроз	34	9,10
Однаково	8	2,10
Впевненість у собі	47	12,50
Свобода	40	10,70
Внутрішня задоволеність	30	8,00
Ніщо не турбує	17	4,50

**Розподіл відповідей респондентів на запитання  
«Чи робите Ви щось, для підтримки власного здоров'я»  
(по трьом закладам, %)**

<b>Запропоновані варіанти відповідей</b>	<b>Осіб</b>	<b>%</b>
Оздоровчі системи	21	5,60
Зарядка	33	8,80
Дієта	53	14,10
Сон та відпочинок	99	26,40

Загартування	16	4,30
Лікар	49	13,01
Контроль ваги	21	5,60
Відвідування бані	11	2,90
Заняття спортом	18	4,80
Боротьба з шкідливими звичками	54	14,40

**Розподіл відповідей респондентів на запитання  
«Якщо Ви піклуєтесь про власне здоров'я нерегулярно чи  
недостатньо, то чому» (по трьом закладам, %)**

<b>Запропоновані варіанти відповідей</b>	<b>Осіб</b>	<b>%</b>
Немає необхідності	15	4,00
Не вистачає сили волі	39	10,40
Не вистачає часу	46	12,30
Немає компанії	20	5,30
Не знаю що робити	85	22,70
Не хочу себе обмежувати	18	4,80
Немає умов	55	14,70
Відсутність фінансів	16	4,30
Інші справи	81	21,60

## Додаток Е

### Анкета «Прагнення людини похилого віку до розвитку та підвищення рівня якості життєдіяльності»

**Шановний респондент просимо відповісти на запитання!**

**1. Тривалість життя залежить від**

- А) способу життя
- Б) медичного обслуговування
- В) від генетичного фактору

**2. На Вашу думку, які показники визначають високий рівень якості життєдіяльності**

- А) матеріальне забезпечення
- Б) збереження активності
- В) здоров'я

**3. Що, особисто Ви робите, для того щоб Ваша життєдіяльність була якісно кращою**

- А) веду здоровий спосіб життя
- Б) займаюсь улюбленою справою, тому не страждаю від самотності
- В) день прожив, от і добре
- Г) постійно шукаю нові можливості участі в різних видах діяльності
- Д) не знаю як саме можу вплинути на підвищення рівня якості своєї життєдіяльності

**4. Чи готові Ви до зміни способу життя з метою покращення рівня якості життєдіяльності**

- А) так
- Б) ні
- В) не визначився

**5. Чи готові Ви проявити ініціативність у вирішенні складної ситуації, навіть тоді коли невпевнені, що зможете досягнути бажаного результату**

- А) так, поки не спробуєш не зрозумієш
- Б) ні, краще дочекаюсь поки ситуація вирішиться сама по собі.
- В) скоріше ні

**6. Як би склалась така можливість, чи хотіли Ви займатись саморозвитком та самовдосконаленням**

- А) мені цікаво дізнаватись щось нове
- Б) ні, всьому що мені необхідне я вже навчився
- В) все залежить від обставин

**7. В якій сфері Ви хотіли б розвиватись сьогодні**

- А) в творчості
- Б) в волонтерстві
- В) в громадській діяльності
- Г) мене це не цікавить
- Д) ще не визначився

**8. Якщо трапляються проблеми, до кого звертаєтесь за допомогою**

- А) прагну вирішити свої проблеми сам
- Б) зазвичай шукаю допомоги серед знайомих
- В) в моєму віці самостійно вирішити проблеми неможливо

**9. Ви за темпераментом скоріше**

- А) холерик
- Б) меланхолік
- В) сангвінік
- Г) флегматик

**10. Чи хотіли б Ви керувати колективом Ваших ровесників (вести колектив за собою)**

- А) так
- Б) ні
- В) не визначився

**Додаток Ж 1**  
**Опитувальник САН**  
**(Самопочуття. Активність. Настрій)**

**Шановний респондент!**

Вам слід співвіднести свій стан з ознаками за багатоступінчастою шкалою. Ви маєте вибрати і позначити цифру що найбільш точно відбиває ваш стан на даний момент.

Самопочуття добре	3 2 1 0 1 2 3	Самопочуття погане
Почуваюся сильним	3 2 1 0 1 2 3	Почуваюся слабким
Пасивний	3 2 1 0 1 2 3	Активний
Малорухливий	3 2 1 0 1 2 3	Рухливий
Веселий	3 2 1 0 1 2 3	Сумний
Добрий настрій	3 2 1 0 1 2 3	Поганий настрій
Працездатний	3 2 1 0 1 2 3	Розбитий
Сповнений сил	3 2 1 0 1 2 3	Знесилений
Повільний	3 2 1 0 1 2 3	Швидкий
Бездіяльний	3 2 1 0 1 2 3	Діяльний
Щасливий	3 2 1 0 1 2 3	Нещасливий
Життєрадісний	3 2 1 0 1 2 3	Похмурий
Напружений	3 2 1 0 1 2 3	Розслаблений
Здоровий	3 2 1 0 1 2 3	Хворий
Байдужий	3 2 1 0 1 2 3	Захоплений
Спокійний	3 2 1 0 1 2 3	Схвильований
Захоплений	3 2 1 0 1 2 3	Сумовитий
Радісний	3 2 1 0 1 2 3	Печальний
Відпочивший	3 2 1 0 1 2 3	Стомлений
Свіжий	3 2 1 0 1 2 3	Виснажений
Сонливий	3 2 1 0 1 2 3	Збуджений
Бажання відпочити	3 2 1 0 1 2 3	Бажання працювати
Спокійний	3 2 1 0 1 2 3	Стурбований
Оптимістичний	3 2 1 0 1 2 3	Песимістичний
Витривалий	3 2 1 0 1 2 3	Втомлений
Бадьорий	3 2 1 0 1 2 3	Млявий
Думати важко	3 2 1 0 1 2 3	Думати легко

Розсіяний	3 2 1 0 1 2 3	Уважний
Сповнений сподівань	3 2 1 0 1 2 3	Розчарований
Задоволений	3 2 1 0 1 2 3	Незадоволений

Питання на самопочуття» 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26.

Питання на активність-3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28.

Питання на настрій-5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30.

При підрахунку граничний ступінь вираження негативного полюсу пари оцінюється в 1 бал, а граничний ступінь вираження позитивного полюсу пари – в 7 балів. Високий рівень активності нараховує від 70 до 52 балів, достатній рівень від 52 до 34, середній рівень від 34 до 17, низький від 17 до 0.

## Додаток Ж 2

### АНКЕТА «НА СКІЛЬКИ ВИ АКТИВНІ У ЖИТТІ»

*Шановний респондент, просимо Вас відповісти на запитання обравши один варіант відповіді*

1. **Чи берете Ви участь в культурно-масових заходах міста, району (концерти, фестивалі, акції)?**  
а)завжди; б)іноді; в)ніколи
2. **Ви є членом громадської організації (релігійної, благодійної)?**  
а)так; б)ні
3. **Чи допомагаєте Ви комусь безкорисливо, приймаєте участь в благодійних заходах, здійснюєте волонтерську діяльність?**  
а) завжди стараюсь всім допомогти; б)іноді; в)ні, не маю можливості це роботи
4. **Ви активні ви в політичному житті країни, є членом політичної партії?**  
а)так; б)ні
5. **Чи відвідуєте Ви гуртки, клуби за інтересами, майстер-класи?**  
а)регулярно б)час від часу, коли маю добру компанію; в) ніколи
6. **Чи приймаєте Ви участь в організації тематичних вечорів, соціальних заходів та зустрічей в територіальному центрі?**  
а) так, допомагаючи іншим допомагаю собі;  
б) іноді, коли керівництво закладу попросить, сам не проявляю ініціативи;  
в) ні, мене це не цікавить
7. **Чи маєте ви хобі для душі?**  
а)так; б)перебуваю у пошуку; в)ні.
8. **Чи хотіли б ви отримувати нові знання?**  
а) так, вважаю це необхідністю сьогодні;  
б)можливо;  
в) ні, вже час навчання минув
9. **Чи хотіли б Ви навчати інших тому, що ви добре знаєте та вмієте?**  
а) так; б)невпевнений в)ні
10. **Що заважає бути більш активним?**

Дякуємо за участь!



## Додаток З 1

**Результати діагностики рівнів якості життєдіяльності людей похилого віку  
на констатувальному етапі**

№ методики	Методики	Рівні	Територіальний центр Деснянський р-н м. Київ (Абс.125 / 100%)		Територіальний центр Оболонський р-н м. Київ (Абс.130 / 100%)		м.Біла Церква (Абс. 120/100 %)	
			К-ть осіб	%	К-ть осіб	%	К-ть осіб	%
М1	Тест індекс життєвої задоволеності (ІЖЗ)	Високий	19	15,20	13	10,00	9	7,50
		Середній	42	33,60	33	25,39	44	36,67
		Низький	64	51,20	84	64,61	67	55,83
М2	Методика незакінчених пропозицій. (на основі методики Дж. Нюттена)	Високий	15	12,00	10	7,69	6	5,00
		Середній	43	34,40	44	33,85	51	42,50
		Низький	67	53,60	76	58,46	63	52,50
М3	Експрес діагностика рівня самооцінки (Н.П.Фетіскін,В. В. Козлов,Г.М. Мануїлов)	Високий	16	12,80	20	15,39	27	22,50
		Середній	36	28,80	46	35,38	38	31,67
		Низький	73	58,40	64	49,23	55	45,83
М4	Опитувальник САН	Високий	11	8,80	14	10,80	10	8,30
		Середній	53	42,40	45	34,60	48	40,00
		Низький	61	48,80	71	54,60	62	51,70
М5	Анкета «На скільки Ви активні у житті »	Високий	12	9,60	16	12,30	11	9,17
		Середній	51	40,80	46	35,40	34	28,33
		Низький	62	49,60	68	52,30	75	62,50
М6	Методика	Високий	9	7,20	11	8,46	8	6,67

	діагностики соціально-психологічної адаптації К.Роджерса, Р.Даймонда	Середній	47	37,60	58	44,62	45	37,50
		Низький	69	55,20	61	46,92	67	55,83
М7	Анкета «Оцінка власного здоров'я»	Високий	7	5,60	9	6,92	6	5,00
		Середній	62	49,60	57	43,84	53	44,2
		Низький	56	44,80	64	49,23	61	50,8
М8	Анкета «Потреби в спілкуванні»	Високий	22	17,60	19	14,60	17	14,20
		Середній	53	42,4	57	43,80	51	42,50
		Низький	50	40	54	41,53	52	43,03
М9	Тест готовності до саморозвитку (В. Павлова)	Високий	17	13,60	19	14,62	9	7,50
		Середній	57	45,60	50	38,46	53	44,17
		Низький	51	40,80	61	46,92	58	48,33
М10	Прагнення людини похилого віку до розвитку та підвищення життєдіяльності	Високий	14	11,20	16	12,31	10	8,33
		Середній	55	44	48	36,92	47	39,17
		Низький	56	44,8	66	50,77	63	52,50

## Додаток 3 2

**Рівні якості життєдіяльності людей похилого віку в умовах  
територіального центру соціального обслуговування  
(за результатами констатувального експерименту)**

<b>Територіальний центр соціального обслуговування Деснянського р-н. м. Києва (Абс.125/100%)</b>						
Рівні життєдіяльності						
Критерії	високий		середній		низький	
	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%
Мотиваційний	17	13,60	40	32	68	54,40
Соціально-орієнтований	15	12,00	50	40	60	48,00
Фізіологічний	7	5,60	62	49,60	56	44,80
Діяльнісно-практичний	13	10,40	54	43,20	58	46,40
<b>Територіальний центр соціального обслуговування Оболонського р-н. м. Києва (Абс.130/100%)</b>						
Критерії	високий		середній		низький	
	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%
Мотиваційний	14	10,80	41	31,50	75	57,70
Соціально-орієнтований	15	11,50	57	43,90	58	44,60
Фізіологічний	9	6,93	57	43,84	64	49,23
Діяльнісно-практичний	16	12,30	47	36,20	67	51,50
<b>Територіальний центр соціального обслуговування м. Біла Церква (Абс.120/100%)</b>						
Критерії	Високий		середній		низький	
	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%
Мотиваційний	14	11,70	44	36,70	62	51,60
Соціально-орієнтований	13	10,80	48	40,00	59	49,20
Фізіологічний	6	5,00	53	44,20	61	50,80
Діяльнісно-практичний	10	8,30	46	38,40	64	53,30

## Додаток И

### Анкета «Включення людини похилого віку в освітнє середовище» (для клієнтів територіального центру соціального обслуговування)

1. Основними мотивами включення Вас в освітній простір є: *(оберіть не більше 3-х варіантів)*

потреба у нових знаннях	
потреба у спілкуванні	
потреба бути корисним іншим, допомогти іншим	
потреба у самопізнанні, самовдосконаленні	
потреба у визнанні	
цікавість	
потреба у задоволенні матеріальних потреб	
потреба відчувати себе молодим	
потреба в активності як запорука збереження життя	

2. В цілому, які Ваші очікування від навчання в Університеті третього віку *(оберіть один варіант)*

отримані знання стануть корисними у житті	
просто цікаво	
відчувати себе сучасною людиною	
вчитися корисно для здоров'я	
реалізувати творчий потенціал	

3. Найбільший інтерес у Вас викликають навчальні програми: *(визначте цифрами від 1-14 залежно від актуальності)*

Історія	
Сучасна економіка та політика	
Культура мови	
Іноземна мова	
Психологія (спілкування, тренування пам'яті, подолання конфліктів, стресостійкість)	
Здоров'я (активний спосіб життя, фізична активність, витривалість, раціональне харчування)	
Новітні інформаційні технології	
Прикладне мистецтво	
Релігієзнавство	
Юридична просвіта	
Кулінарія	
Зарубіжна та українська культура	
Сад, город	
Інше	

**Додаток К 1**  
**НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА**  
**«ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я»**  
*для слухачів Університету третього віку*  
**Пояснювальна записка**

Навчальна програма «Основи здоров'я» передбачає розвиток здоров'язбережувальної компетентності шляхом набуття слухачами навичок збереження, зміцнення, та дбайливого ставлення до власного здоров'я.

**Мета програми:** Ознайомити слухачів з основними складовими здоров'я, визначити сутність здорового способу життя, надати необхідний мінімуму знань з теорії й практики формування, збереження та зміцнення здоров'я

**Завдання програми:** сформувати у слухачів глибоке розуміння необхідності підтримки здорового способу життя; навчити практично застосовувати набуті знання в практичній діяльності з метою профілактики захворювань; формування свідомого та відповідального ставлення до власного здоров'я.

Навчальна програма «Основи здоров'я» передбачає вивчення шістьох тем:

**Тема 1.** «Людина та її здоров'я» передбачає формування цілісного уявлення слухачів про здоров'я, усвідомлення необхідності підтримки та збереження здорового способу життя.

**Тема 2.** «Фізична культура і здоров'я» спрямована на вивчення чинників, що впливають на фізичне благополуччя, розкриття основних правил фізичної активності.

**Тема 3.** «Психічне здоров'я» містить інформацію щодо чинників, які впливають на емоційний, інтелектуальний та духовний розвиток людини та методи психологічної саморегуляції.

**Тема 4.** «Раціональне харчування – фактор здоров'я» присвячено вивченню основ раціонального харчування

**Тема 5.** «Відпочинок та здоров'я» містить інформацію про зовнішні ознаки втоми та принципи організації відпочинку.

**Тема 6.** «Самообслуговування як запорука щасливого життя» охоплює питання гігієни, культури харчування та основні правила прийому гостей.

Зміст навчального матеріалу у програмі містить понятійну і діяльну складову, яка складається з вправ для відпрацювання ключових умінь і навичок щодо збереження життя і зміцнення здоров'я. Виконання зазначених вправ є обов'язковим елементом навчальних занять відповідної тематики.

Програма розрахована на — 72 навчальні години, що передбачає навчання протягом 1 год. 40 хв. (два заняття по 40 хвилин з перервою 20 хвилин), кожного тижня у визначені дні.

По завершенню програми слухач повинен **знати:**

- сутність поняття «здоров'я» та основні складові здорового способу життя;
- особливості використання дихальних технік;

- особливості психологічної саморегуляції;
- поняття про фізичну культуру та її оздоровчі ефекти;
- принципи раціонального харчування;
- принципи організації відпочинку

Повинен **вміти**: визначати ознаки стресу та застосовувати прийоми профілактики та терапії; управляти власними емоціями; розрізняти основні ознаки фізичної втоми та використовувати прийоми масажу, самомасажу та дихальних вправ для її зняття; розраховувати режим та раціон за законами раціонального харчування; застосовувати техніку йоги, медитації, релаксації для психологічної саморегуляції; використовувати прийоми сервірування столу при прийомі гостей.

№ п\п	К-ть годин (72год)	Зміст програми	Вимоги до рівня підготовки слухачів факультету
1.	8	<b>Людина та її здоров'я:</b> Поняття про здоров'я та проміжний стан; Основні складові здорового способу життя; Визначення біологічного віку; Зодіакальна система та здоров'я.	<b>Слухач:</b> ✓ знає основні складові здорового способу життя; ✓ розрізняє здоровий стан організму та стан передхвороби; ✓ знає відмінність біологічного та календарного віку людини; ✓ пояснює вплив зодіакальної системи на здоров'я
2.	14	<b>Фізична культура і здоров'я:</b> Оздоровчі ефекти фізичної культури; Рухова активність: основні правила тренування; Механізми впливу масажу на організм людини; Принципи загартовування; Основні дихальні методики.	<b>Слухач:</b> ✓ знає основні оздоровчі ефекти фізичної культури; ✓ вміє застосовувати правила тренування в повсякденному житті; ✓ вміє використовувати техніку масажу та самомасажу; ✓ вміє застосовувати дихальні вправи для зміцнення здоров'я
3.	16	<b>Психологічне здоров'я:</b> Сутність та критерії психологічного здоров'я; «Енергетика» емоцій; Психологія стресу профілактика і терапія; Методи психологічної саморегуляції: релаксація, йога, медитація, аутогенне тренування, сміхотерапія, кольоротерапія	<b>Слухач:</b> ✓ визначає сутність та критерії психологічного здоров'я; ✓ пояснює енергетичне значення емоцій для збереження здоров'я; ✓ здійснює профілактичні та терапевтичні заходи для подолання стресу; ✓ вміє використовувати техніку релаксації, йоги, медитації, аутогенного тренування для психологічної саморегуляції.
4.	14	<b>Раціональне харчування – фактор здоров'я:</b> Закони та принципи правильного харчування;	<b>Слухач:</b> ✓ розпізнає флеш-накопичувач (флешка) та USB; ✓ знає принципи правильного

		Енергетика харчування. Вітаміни та мікроелементи; Дія голоду на організм. Поняття лікувального харчування та дієти; Маса тіла і здоров'я; Специфічні харчувальні системи.	харчування; ✓ вміє визначати енергетичний склад продукту; ✓ застосовує правила голодування та дієтичне харчування для збереження здоров'я; ✓ здійснює розрахунок оптимальної маси тіла.
5.	8	<b>Відпочинок і здоров'я :</b> Принципи організації відпочинку; Активний та пасивний відпочинок; Зовнішні ознаки фізичної втоми.	<b>Слухач:</b> ✓ знає принципи організації відпочинку; ✓ розпізнає активний та пасивний відпочинок ✓ вміє визначати зовнішні ознаки фізичної втоми;
6.	12	<b>Самообслуговування запораука щасливого життя:</b> Гігієна; Культура харчування; Правила прийому гостей.	<b>Слухач:</b> ✓ визначає значення культури харчування для збереження здоров'я; ✓ знає правила прийому гостей; ✓ вміє сервірувати стіл;

### ОРІЄНТОВНЕ КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧНЕ ПЛАНУВАННЯ ЗАНЯТЬ

№	Зміст роботи	Кількість годин теорет./ практи.	Дата
<b>Тема 1. Людина та її здоров'я 4/4</b>			
1	Поняття про здоров'я та проміжний стан.	1/	
2	Основні складові здорового способу життя.	1/	
3	Визначення біологічного віку.	1/2	
4	Зодіакальна система та здоров'я	1/2	
<b>Тема 2. Фізична культура і здоров'я 8/6</b>			
5	Оздоровчі ефекти фізичної культури.	1/	
6	Рухова активність: основні правила тренування.	1/	
7	Механізми впливу масажу на організм людини.	2/2	
8	Принципи загартовування.	2/2	
9	Основні дихальні методики	2/2	
<b>Тема 3. Психологічне здоров'я 7/9</b>			
10	Сутність та критерії психологічного здоров'я.	1/	

11	«Енергетика» емоцій.	1/	
12	Психологія стресу; профілактика і терапія.	2/3	
13	Методи психологічної саморегуляції: релаксація, йога, медитація, аутогенне тренування сміхотерапія, кольоротерапія.	3/6	
<b>Тема 4. Раціональне харчування – фактор здоров'я 7/7</b>			
14	Закони та принципи правильного харчування.	1/1	
15	Енергетика харчування. Вітаміни та мікроелементи.	1/1	
16	Дія голоду на організм. Поняття лікувального харчування та дієти.	2/2	
17			
18	Маса тіла і здоров'я.	1/1	
	Специфічні харчувальні системи	2/2	
<b>Тема 5. Відпочинок та здоров'я 4/4</b>			
19	Принципи організації відпочинку.	1/	
20	Активний та пасивний відпочинок.	1/2	
21	Зовнішні ознаки фізичної втоми.	2/2	
<b>Тема 6. Самообслуговування як запорука щасливого життя 5/7</b>			
22	Гігієна	1/1	
23	Культура харчування.	2/3	
24	Правила прийому гостей	2/3	
	<b>Всього</b>	<b>35/37</b>	

<b>ОСНОВИ РОБОТИ З СМАРТФОНОМ (3 год. / 1 год)</b>			
25	Поняття Android.	1/	
26	Основні функції та налаштування.	1/	
27	Створення аккаунту Google.	1/ 1	
<b>ОСНОВИ РОБОТИ З ПЛАНШЕТОМ (5 год. / 2 год)</b>			
28	Поняття планшет.	1/	
29	Основні функції.	1/	
30	Вихід в мережу.	1/ 1	
31	Підсумкове заняття.	1/	
	<b>Всього</b>	<b>45/27</b>	



## Додаток К 2

### ПРОГРАМА ФАКУЛЬТЕТУ «ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ» для слухачів Університету третього віку

#### *ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА*

**Метою** програми є теоретична і практична підготовка слухачів Університету третього віку до повсякденного життя з використанням знань з психології

**Завданнями** програми є:

- формування у слухачів бази знань, умінь і навичок, необхідних для ефективного використання сучасних психологічних знань у повсякденному житті;
- розвиток самопізнання (почуття власної гідності, адекватної самооцінки);
- розкриття особистої спрямованості (потреб, цілей, бажань, сенсів, цінностей);
- розвиток емоційної сфери (почуттів, переконань, настрою);
- надання допомоги у відкритті внутрішнього світу людини;
- формування у слухачів уміння застосовувати психологічні знання з метою ефективного розв'язування різноманітних проблем пов'язаних з життєдіяльністю.

З метою закріплення матеріалу програмою передбачається виконання індивідуальної роботи, де слухачі мають можливість закріпити отримані теоретичні знання. Під час вивчення курсу передбачається систематична практична робота слухачів з діагностичними методиками як під керівництвом викладача, так і самостійно. У програмі зібрана інформація для слухачів щодо теоретичних основ психологічних знань: психологія особистості (темперамент, акцентуація характеру тощо); психологія спілкування (вербальне, невербальне спілкування); психологія діяльності (структура діяльності, природа потреб, мотивів, активність людини); психологія конфліктів (сутність, особливості перебігу, шляхи подолання та профілактика конфліктних ситуацій); психологія здоров'я (психосоматика); психологія творчості (задатки, здібності, геніальність); психологія іміджу (особливості створення власного стилю) та позитивна психологія (як досягти успіху, бути щасливим, позитивно мислити). Щоб зацікавити, викликати бажання відвідувати заняття, для організації роботи застосовані різні методи і форми інноваційних технологій психологічного впливу на особистість: тренінги, тестування, самопідготовка, бесіди, лекції, дискусії тощо.

Програма розрахована на — 72 навчальні години, що передбачає навчання протягом 1 год. 40 хв. (два заняття по 40 хвилин з перервою 20 хвилин), кожного тижня у визначені дні. По завершенню програми слухач повинен **знати**: складові структури діяльності людини; особливості виникнення мотивів; сутність характеру та темпераменту; основні правила здорового харчування; основи позитивної психології; основи психології конфліктів; сутність та особливості створення іміджу та стилю. Повинен **вміти**:

визначати власні потреби; визначати свій тип темпераменту, рівень самооцінки; застосовувати принципи здорового харчування; використовувати невербальні засоби спілкування при взаємодії та вміти розпізнавати їх значення при використанні співрозмовником; володіти технікою мовлення; створювати власний неповторний стиль володіючи основними правилами поєднання кольорів; долати та уникати конфліктних ситуацій застосовуючи основні прийоми та техніки; виступати у ролі медіаторів при вирішенні конфліктних ситуацій у друзів та родичів;

№ п\п	К-ть годин 72 год.	Зміст програми	Вимоги до рівня підготовки слухачів факультету
1.	7год.	<b>ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ:</b> основи психології діяльності; активність діяльності; потреби діяльності; мотиви діяльності; результат діяльності	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• знає сутність поняття «діяльність»;</li> <li>• розрізняє види потреб;</li> <li>• знає особливості виникнення мотиву діяльності;</li> <li>• пояснює структуру діяльності;</li> <li>• вміє визначати потреби.</li> </ul>
2.	8год.	<b>ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ:</b> поняття індивід, індивідуальність та особистість в психології; темперамент та характер особистості; спрямованість та самооцінка.	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• розрізняє основні поняття: «індивід», «особистість» та «індивідуальність»;</li> <li>• вміє розрізняти природу характеру та темпераменту;</li> <li>• вміє визначати власний тип; темпераменту;</li> <li>• визначає рівень самооцінки.</li> </ul>
3.	9 год.	<b>ПСИХОЛОГІЯ ТВОРЧОСТІ:</b> поняття творчості у психології, здатки та здібності людини; талант; геніальність.	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• визначає сутність понять «здібності», «талант», «геніальність»;</li> <li>• пояснює особливості розвитку та підтримки талантів людини.</li> </ul>
4.	8 год.	<b>ПСИХОЛОГІЯ ЗДОРОВ'Я:</b> поняття «психологія здоров'я»; психосоматика: про що нам говорить наше тіло?; факти про здоров'я; здорове харчування.	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• знає суть поняття «психологія здоров'я»</li> <li>• розуміє призначення психосоматики як розділу психології;</li> <li>• застосовує принципи здорового харчування;</li> </ul>

№п\п	К-ть годин 72 год.	Зміст програми	Вимоги до рівня підготовки слухачів факультету
5.	14 год.	<b>ПОЗИТИВНА ПСИХОЛОГІЯ:</b> основні поняття в позитивній психології; успіх в житті людини; довіра, прощення; щастя — як абсолют задоволеності життям	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• визначає значення позитивної психології в житті людини;</li> <li>• володіє прийомами як стати успішним;</li> <li>• здійснює пошук шляхів щоб стати щасливим;</li> <li>• вміє довіряти та прощати себе на інших;</li> <li>• вміє контролювати власний настрій.</li> </ul>
6.	7 год.	<b>ПСИХОЛОГІЯ СПІЛКУВАННЯ :</b> поняття спілкування в психології, вербальні засоби спілкування; невербальні засоби спілкування; маніпуляції.	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• визначає особливості вербального та невербального спілкування;</li> <li>• пояснює як міміка впливає на процес спілкування;</li> <li>• знає як уникнути маніпуляції у спілкуванні;</li> <li>• вміє користуватися мовою жестів;</li> </ul>
7.	9 год.	<b>ПСИХОЛОГІЯ КОНФЛІКТУ:</b> поняття конфлікту; класифікація конфлікту причини виникнення конфлікту; етапи конфлікту; стратегії розв'язання конфлікту; медіація	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• знає причини виникнення конфлікту</li> <li>• вміє класифікувати конфлікти за видами;</li> <li>• володіє стратегіями вирішення конфліктів;</li> <li>• розпізнає етапи конфлікту;</li> <li>• вміє приймати роль медіатора для розв'язання конфлікту.</li> </ul>
8.	10 год.	<b>ПСИХОЛОГІЯ ІМІДЖУ:</b> оняття імідж і стиль, в психології; психологія кольору, гармонія кольорів; кольоротип зовнішності: визначаємо свій	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• розуміє значення кольору у житті людини;</li> <li>• пояснює вплив кольорів на сприйняття;</li> <li>• знає визначення поняття «імідж» та «стиль»;</li> <li>• визначає основні складові та види стилю;</li> <li>• вміє визначати власний кольоротип зовнішності.</li> </ul>

## Додаток К 3

# НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА “ОСНОВИ КОМП’ЮТЕРНОЇ ГРАМОТНОСТІ”

для слухачів Університету третього віку

## *ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА*

**Метою** програми є теоретична і практична підготовка слухачів Університету третього віку до повсякденного життя з використанням знань про комп’ютери та комп’ютерні технології. **Завданнями** програми є:

- формування у слухачів бази знань, умінь і навичок, необхідних для ефективного використання сучасних інформаційних технологій у повсякденному житті;
- розвиток у слухачів уміння самостійно опановувати та раціонально використовувати програмні засоби загального та спеціального призначення, цілеспрямовано шукати й систематизувати дані, використовувати електронні засоби обміну даними;
- формування у слухачів уміння застосовувати інформаційно-комунікаційні технології з метою ефективного розв’язування різноманітних завдань щодо пошуку, опрацювання, зберігання, подання, передавання повідомлень і даних.

З метою закріплення матеріалу програмою передбачається виконання практичних робіт, на яких слухачі засвоюють прийоми роботи з програмними продуктами. Під час вивчення курсу передбачається систематична практична робота слухачів за комп’ютерами як під керівництвом викладача, так і самостійно.

Програма розрахована на - 72 навчальні години, що передбачає навчання протягом 1 год. 40 хв. (два заняття по 40 хвилин з перервою 20 хвилин), кожного тижня у визначені дні.

По завершенню програми слухач повинен **знати**:

- складові комп’ютера;
- особливості використання сполучень клавіш на клавіатурі;
- основи роботи з планшетом;
- операції з флеш-накопичувачем;
- основи роботи в мережі Інтернет;
- особливості роботи з текстовим редактором MicrosoftWord.

Повинен **вміти**:

- використовувати корисні сполучення клавіш;
- змінювати мову на панелі задач за допомогою миші; створювати папки; змінювати ім’я файлу або папки; копіювати один або відразу декілька файлів, видаляти та відновлювати файл чи папку; очищати «Корзину»; здійснювати управління вікнами програм;
- створювати обліковий запис Google;

- створювати, відправляти, видаляти та відновлювати листи;
- створювати власний профіль в соціальній мережі;
- правильно створювати та зберігати текстові документи, форматовувати текст, використовуючи різні інструменти, створювати таблиці у текстовому документі.

№ п\п	К-ть годин 72год.	Зміст програми	Вимоги до рівня підготовки слухачів факультету
1.	8год.	<b>Основи роботи з комп'ютером:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• складові комп'ютера;</li> <li>• особливості управління мишкою;</li> <li>• вивчення клавіатури та корисних сполучень клавіш;</li> <li>• правильне включення, вимкнення та перезавантаження комп'ютера.</li> </ul>	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ знає з чого складається комп'ютер;</li> <li>✓ визначає призначення правої та лівої кнопок миші і коліщатка прокрутки;</li> <li>✓ розрізняє види курсиву;</li> <li>✓ знає особливості використання сполучень клавіш на клавіатурі;</li> <li>✓ пояснює призначення кнопки «POWER»;</li> <li>✓ вміє правильно вмикати, вимикати та перезавантажувати комп'ютер;</li> <li>✓ використовує корисні сполучення клавіш;</li> <li>✓ вміє правильно тримати мишку.</li> </ul>
2.	10год.	<b>Файли та папки:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• робочий стіл та панель задач;</li> <li>• операції з файлами та папками;</li> <li>• «Корзина»;</li> <li>• управління вікнами програм.</li> </ul>	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ розпізнає операційну систему;</li> <li>✓ розрізняє основні елементи робочого столу та знає їх призначення;</li> <li>✓ вміє розрізняти папку від файлів;</li> <li>✓ виконує основні операції з файлами та папками;</li> <li>✓ знає призначення «Корзини»;</li> <li>✓ вміє управляти вікнами програм;</li> <li>✓ здійснює управління вікнами програм;</li> <li>✓ вміє змінювати мову на панелі задач.</li> </ul>
3.	12 год.	<b>Робота з текстом:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• основи користування текстовою програмою Word;</li> <li>• створення та збереження нового документу;</li> <li>• інструменти редагування Microsoft Word;</li> <li>• оупіювання та видалення фрагменту тексту.</li> </ul>	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ визначає функції текстового редактору Microsoft Word;</li> <li>✓ пояснює особливості створення та збереження текстових документів;</li> <li>✓ здійснює оформлення тексту;</li> <li>✓ знає особливості створення таблиці;</li> <li>✓ вміє правильно створювати та зберігати текстові документи.</li> </ul>
4.	6 год.	<b>Робота з флеш-накопичувачем:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• поняття флеш-накопичувача та USB;</li> <li>• операції з флеш-накопичувачем;</li> <li>• безпечне вилучення флешки.</li> </ul>	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ розпізнає флеш-накопичувач (флешка) та USB;</li> <li>✓ знає етапи відкриття флешки;</li> <li>✓ вміє копіювати файли з комп'ютера на флеш-накопичувач;</li> <li>✓ застосовує безпечне вилучення флеш-накопичувача;</li> <li>✓ підключає (флеш-накопичувач) до комп'ютера;</li> <li>✓ здійснює операції з флеш кою.</li> </ul>

5.	14 год.	<b>Основи роботи в мережі Інтернет:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• поняття Інтернет та види браузерів;</li> <li>• складові адреси веб-сайту;</li> <li>• особливості користування браузером Google Chrome;</li> <li>• копіювання тексту та зображень з Інтернету.</li> </ul>	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ розпізнає мережу Інтернет;</li> <li>✓ визначає призначення браузера;</li> <li>✓ завантажує браузер;</li> <li>✓ розпізнає веб-сайт та знає його складові;</li> <li>✓ здійснює пошук інформації в Інтернеті;</li> <li>✓ вміє копіювати та зберігати текст та зображення з Інтернету;</li> <li>✓ створює запити та здійснює швидкий пошук інформації;</li> <li>✓ здійснює операції з інформацією у файлах комп'ютера;</li> <li>✓ створює список веб-сайтів, для швидкого доступу.</li> </ul>
6.	12 год.	<b>Робота з електронною поштою та додатковими сервісами:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• особливості користування електронною поштою</li> <li>• створення поштової скриньки</li> <li>• створення, надсилання, видалення, відновлення листів</li> <li>• реєстрація в соціальній мережі «Однокласники»;</li> <li>• Скайп (skype).</li> </ul>	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ розпізнає електронну пошту;</li> <li>✓ визначає особливості заповнення реєстраційної форми поштової скриньки;</li> <li>✓ пояснює як обирати логін та пароль;</li> <li>✓ знає як правильно писати електронні листи;</li> <li>✓ здійснює реєстрацію в соціальній мережі;</li> <li>✓ вміє користуватися Скайпом;</li> <li>✓ здійснює операції з поштовими листами.</li> </ul>
7.	4 год.	<b>Основи роботи з Смартфоном:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• поняття Android;</li> <li>• основні функції та налаштування;</li> <li>• створення аккаунту Google.</li> </ul>	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ знає призначення Смартфону;</li> <li>✓ визначає поняття Android;</li> <li>✓ налаштовує Інтернет на Смартфоні;</li> <li>✓ розпізнає аккаунт (обліковий запис);</li> <li>✓ вміє створювати обліковий запис Google.</li> </ul>
8.	6 год.	<b>Основи роботи з Планшетом:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• поняття планшет;</li> <li>• основні функції;</li> <li>• вихід в мережу.</li> </ul>	<b>Слухач:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ знає призначення Планшету;</li> <li>✓ пояснює його переваги перед ноутбуком;</li> <li>✓ здійснює операції на Планшеті;</li> <li>✓ знає особливості користування мережею Wi-Fi.</li> </ul>

## ОРИЄНТОВНЕ КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧНЕ ПЛАНУВАННЯ ЗАНЯТЬ

№	Зміст роботи	Кількість годин теорет./ практ.	Дата
<b>ОСНОВИ РОБОТИ З КОМП'ЮТЕРОМ</b> (5 год. / 3год)			
1	Складові комп'ютера.	1/	
2	Особливості управління мишкою.	1/1	
3	Вивчення клавіатури та корисних сполучень клавіш.	2/1	
4	Правильне включення, вимкнення та перезавантаження комп'ютера	1/1	
<b>ФАЙЛИ ТА ПАПКИ</b> (7 год. / 3год)			
5	Робочий стіл та панель задач.	2/	
6	Операції з файлами та папками.	2/2	
7	«Корзина».	1/1	
8	Управління вікнами програм.	2/	
<b>РОБОТА З ТЕКСТОМ</b> (6 год. / 6год)			
9	Основи користування текстовою програмою Word.	2/1	
10	Створення та збереження нового документу.	1/2	
11	Інструменти редагування Microsoft Word.	2/1	
12	Копіювання та видалення фрагменту тексту.	1/2	
<b>РОБОТА З ФЛЕШ-НАКОПИЧУВАЧЕМ</b> (5 год. / 1 год)			
13	Поняття флеш-накопичувача та USB	2/	
14	Операції з флеш-накопичувачем	2/	
15	Безпечне вилучення флешки	1/1	
<b>ОСНОВИ РОБОТИ В МЕРЕЖІ ІНТЕРНЕТ</b> (7год. / 7год)			
16	Поняття Інтернет та види браузерів.	2/	
17	Складові адреси веб-сайту.	2/1	
18	Особливості користування браузером Google Chrome.	2/2	
19	Копіювання тексту та зображень з Інтернету.	1/4	
<b>РОБОТА З ЕЛЕКТРОННОЮ ПОШТОЮ ТА ДОДАТКОВИМИ СЕРВІСАМИ</b> (7 год. / 5год)			
20	Особливості користування електронною поштою.	1/	
21	Створення поштової скриньки.	2/	
22	Створення, надсилання, видалення, відновлення листів.	1/2	
23	Реєстрація в соціальній мережі «Однокласники».	2/1	
24	Скайп (skype).	1/2	

**Додаток Л**  
**Дослідження рівня життєдіяльності людей похилого віку**  
**в контрольній групі**

№ методики	Методики	Рівні	Територіальний центр Деснянський р-н м. Київ (Абс.62 / 100%)		Територіальний центр Оболонський р-н м. Київ (Абс.65 / 100%)		м. Біла Церква (Абс. 60/100 %)	
			К-ть осіб	%	К-ть осіб	%	К-ть осіб	%
М1	Тест індекс життєвої задоволеності (ІЖЗ)	Високий	11	17,74	12	18,46	10	16,66
		Середній	23	37,10	24	36,92	28	46,67
		Низький	28	45,16	29	44,62	22	36,67
М2	Методика незакінчених пропозицій. (на основі методики Дж. Нютгена)	Високий	14	22,60	12	18,46	10	16,66
		Середній	22	35,50	26	40,00	23	38,33
		Низький	26	41,90	27	41,54	27	45,00
М3	Експрес діагностика рівня самооцінки (Н.П.Фетіскін,В. В. Козлов,Г.М. Мануїлов)	Високий	9	14,51	8	12,30	7	11,67
		Середній	23	37,09	26	40,00	26	43,33
		Низький	30	48,39	31	47,70	27	45,00
М4	Опитувальник САН	Високий	8	12,90	10	15,38	5	8,33
		Середній	25	40,33	26	40,00	25	41,67
		Низький	29	46,77	29	44,62	30	50,00
М5	Анкета «На скільки Ви активні у житті»	Високий	6	9,68	8	12,30	5	8,33
		Середній	22	35,48	25	38,46	21	35,00
		Низький	34	54,84	32	49,23	34	56,67
М6	Методика діагностики соціально-психологічної адаптації К.Роджерса, Р.Даймонда	Високий	7	11,29	10	15,38	5	8,33
		Середній	25	40,32	26	40,00	28	46,67
		Низький	30	48,39	29	44,60	27	45,00



M7	Анкета «Оцінка власного здоров'я»	Високий	4	6,45	5	7,70	3	5,00
		Середній	26	41,94	28	43,07	29	48,33
		Низький	33	51,61	32	49,23	28	46,67
M8	Анкета «Потреби в спілкуванні»	Високий	9	14,51	6	9,25	6	10,00
		Середній	23	37,10	25	38,50	26	43,33
		Низький	30	48,39	34	52,30	28	46,67
M9	Тест готовності до саморозвитку (В. Павлова)	Високий	5	8,06	7	10,77	4	6,67
		Середній	35	56,45	33	50,77	29	48,33
		Низький	22	35,48	25	38,46	27	45,00
M10	Прагнення людини похилого віку до розвитку та підвищення життєдіяльності	Високий	11	17,75	7	10,77	8	13,33
		Середній	20	32,25	23	35,38	21	35,00
		Низький	31	50,00	35	53,85	31	51,67

У таблиці нами наведено середні значення показників життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування, які розраховувалися за формулою

для мотиваційного критерію -  $\frac{M_1 + M_2 + M_3}{K}$

для соціально-орієнтованого критерію -  $\frac{M_6 + M_8}{K}$

для фізіологічного критерію -  $\frac{M_7}{K}$ ;

для діяльнісно-практичного критерію -  $\frac{M_9 + M_{10} + M_5 + M_4}{K}$  ;

## Додаток М 1

### Список опублікованих праць за темою дисертації:

*Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації:*

23. Житинська М. О., Жалдак Л. Л. Університет третього віку: основи комп'ютерної грамотності : методичний посібник. Серія: соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку / за заг. ред. д-ра пед. наук: О. Г. Карпенко. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. 112 с.
24. Житинська М. О. Університет третього віку: основи здоров'я : методичні рекомендації. Серія: соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку / за заг. ред. д-ра пед. наук: О. Г. Карпенко. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. 96 с.
25. Житинська М. О., Савельчук І. Б. Університет третього віку: основи психології : методичні рекомендації. Серія: соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку / за заг. ред. д-ра пед. наук: О. Г. Карпенко. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2015. 116 с.
26. Житинська М. О. Соціальна геронтологія : робочий зошит : практикум. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2017. 38 с.
27. Житинська М. О. Соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку як складова їх соціального захисту. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 11. Соціальна робота. Соціальна педагогіка.* Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. Вип. 17. (Ч. 2.). С. 184-188.
28. Житинська М. О. Люди похилого віку як об'єкт соціально-педагогічної підтримки. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. Вип. 16 (11), С. 71-75.
29. Житинська М. О. Деякі аспекти соціального захисту людей похилого віку в Україні. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014. Вип.19(11). С. 154-159.
30. Житинська М. О. Деякі аспекти життєдіяльності людей похилого віку. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014. Вип. 18(11). С. 171-177.

31. Житинська М. О. Освітнє середовище для людей похилого віку: перспективи та можливості розвитку в Україні. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2014. № 3-4. С. 12-19.
32. Житинська М. О. Забезпечення якості життя людей похилого віку як соціальна проблема. *Освітологічний дискурс*. 2015. № 1 (9). С. 117-124. URL: <http://od.kubg.edu.ua/index.php/journal/article/view/207> (дата звернення 10.01.2018).
33. Zhytynska M. O. General Standards and Principles of the Social Support Policy for the Elderly in Denmark. *Intellectual Archive*. Ontario, Canada, 2015. № 4(1). С. 45-56.
34. Житинська М. О. Життєдіяльність людей похилого віку в Україні: реалії та перспективи. *Молодий вчений* : науковий журнал. 2015. № 2 (17). Ч.13 Педагогічні науки. С. 249-252. URL: <http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2015/2/350.pdf> (дата звернення 10.01.2018).
35. Житинська М. О. Модель соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 11. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. Вип. 20. С. 156-164.
36. Житинська М. О. Соціально-педагогічне середовище університету третього віку як чинник формування життєдіяльності людей похилого віку. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2016. № 1-2. С. 131-140.
37. Житинська М. О. Психолого-педагогічна та соціальна характеристика людей похилого віку як об'єкта соціально-педагогічної підтримки. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2017. Вип. 23(11). С. 158-164.
38. Житинська М. О. Практика застосування елементів ейдетики у процесі навчання людей похилого віку в умовах Університету третього віку. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2017. № 1-2. С. 68-75.

*Опубліковані праці апробаційного характеру:*

39. Житинська М. О. Соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку як складова їх соціального захисту. *Фактори розвитку педагогічних і психологічних наук XXI столітті* : збірник матеріалів міжнародної науково-практичної конференції, Харків, 12-13 вересня, 2014. Харків : Центр педагогічних досліджень, 2014. С. 30–33.

40. Житинська М. О. Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого. *Сучасні педагогічні та психологічні науки: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень* : збірник тез міжнародної науково-практичної конференції, Київ, 5 вересня, 2014. Київ : Київська наукова організація педагогіки та психології, 2014. С. 47-50.

41. Житинська М. О. Значення освіти для підвищення якості життя людей похилого віку. *Пріоритетні напрями розвитку сучасних педагогічних та психологічних наук* : збірник тез міжнародної науково-практичної конференції, Одеса, 19-20 вересня, 2014. Одеса : Південна фундація педагогіки, 2014. С. 94-97.

42. Житинська М. О. Психологічний портрет людини похилого віку в умовах соціально-економічної кризи. *Нове у педагогіці та психології сучасного світу* : збірник тез міжнародної науково-практичної конференції, Львів, 28-29 листопада. Львів : Львівська педагогічна спільнота, 2014. С. 60-62.

43. Житинська М. О. Соціально-педагогічна підтримка людей похилого віку як соціальна технологія. *Чинники розвитку психологічних та педагогічних наук у XXI столітті* : збірник тез міжнародної науково-практичної конференції, Одеса, 21-22 листопада, 2014. Одеса : Південна фундація педагогіки, 2014. С. 116-118.

44. Житинська М. О. До проблеми навчання комп'ютерній грамотності людей похилого віку. *Актуальні проблеми сучасної соціології, соціальної роботи та професійної підготовки фахівців* : збірник тез міжнародної науково-практичної конференції / За ред. проф. І. В. Козубовської. Ужгород, 16 вересня, 2016. Ужгород : В-во Ужгородського Національного університету, 2016. С. 59.

## Протоколи та акти випробувань, впровадження



**Кам'янець – Подільський  
територіальний центр соціального обслуговування  
(надання соціальних послуг) «Турбота»**  
вул. Івана Франка, 30, м. Кам'янець-Подільський, Хмельницька обл., Україна 32300  
тел.: (03849) 91355, E-mail: [turbotacenter@ukr.net](mailto:turbotacenter@ukr.net) код ЄДРПОУ 40479686

від 26 жовтня 2016р. № 166

### ДОВІДКА

*про впровадження результатів дисертаційного дослідження  
Житинської Марії Олександрівни  
з проблеми "Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей  
похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування"*

Результати дисертаційного дослідження Житинської Марії Олександрівни використовувались соціальними працівниками (Кам'янець-Подільського територіального центру надання соціальних послуг «Довголіття», з червня 10 червня 2016 р. – Кам'янець-Подільського територіального центру надання соціальних послуг «Турбота») у роботі з людьми похилого віку впродовж 2014-2016рр., під час впровадження моделі соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Позитивно оцінюємо розроблену Житинською М.О. структуру та зміст соціально-педагогічної підтримки людей похилого віку та модель соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку.

В процесі апробації експериментального дослідження встановлено, що наукова робота має практичне значення: розроблена та апробована авторська модель соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування сприяла підвищенню ефективності взаємодії соціального працівника і людей похилого віку та позитивно вплинула на їх життєдіяльність.

Довідка видана для подання до спеціалізованої вченої ради по захисту дисертацій на здобуття вченого ступеня кандидата педагогічних наук.

Директор



Солодковська В.В.



УКРАЇНА  
ОБОЛОНСЬКА РАЙОННА В МІСТІ КИЄВІ ДЕРЖАВНА АДМІНІСТРАЦІЯ

ТЕРИТОРІАЛЬНИЙ ЦЕНТР СОЦІАЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ  
(НАДАННЯ СОЦІАЛЬНИХ ПОСЛУГ) ОБОЛОНСЬКОГО РАЙОНУ

04209, м.Київ-209, вул. Озерна, 18а. ☎. 414-09-41

№\_187\_”\_25\_”\_квітня\_2017\_р.

**Д О В І Д К А**

про упровадження результатів дисертаційного дослідження Житинської Марії Олександрівни "Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування" у Територіальному центрі соціального обслуговування (надання соціальних послуг) Оболонського району м. Києва

Матеріали і результати дисертаційного дослідження Житинської Марії Олександрівни на тему «Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування» використовуються спеціалістами центру у роботі з людьми похилого віку, що є слухачами Університету третього віку та потребують соціально-педагогічної підтримки в процесі навчання.

На базі територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг) протягом 2013-2016рр. впроваджувалась авторська модель соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку, розроблена Житинською М.О.

Розроблені механізми формування і розвитку умінь спеціалістів щодо організації надання соціально-педагогічної підтримки людям похилого віку сприяють підвищенню суб'єктивної задоволеності життям зазначеної категорії населення і використовуються при розробці тренінгових програм.

Спеціалісти Територіального центру соціального обслуговування Оболонського району м. Києва використовують матеріали дисертаційного дослідження Житинської Марії Олександрівни, які відбиті у методичних доробках: методичні рекомендації «Університет третього віку: Основи комп'ютерної грамотності» (К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013.-112с.), методичні рекомендації «Університет третього віку: Основи здоров'я» (К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014.- 96с.), методичні рекомендації «Університет третього віку: Основи психології» (К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015.- 116с.)

Директор



Кримова В.В.



**ДЕСНЯНСЬКА РАЙОННА В МІСТІ КИЄВІ ДЕРЖАВНА АДМІНІСТРАЦІЯ  
ТЕРИТОРІАЛЬНИЙ ЦЕНТР СОЦІАЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ  
ДЕСНЯНСЬКОГО РАЙОНУ МІСТА КИЄВА**

02097, м. Київ-097, вул. Будишанська, 4 тел/факс 533-72-51

№ 969 від "05" 10 2016 р.

**Д О В І Д К А**

про упровадження результатів дисертаційного дослідження  
Житинської Марії Олександрівни  
з проблеми "Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого  
віку в умовах територіального центру соціального обслуговування"

У період з 2013-2016 на базі Територіального центру соціального обслуговування Деснянського району міста Києва впроваджувались результати дисертаційного дослідження Житинської Марії Олександрівни на тему «Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування», що сприяло оновленню методичного забезпечення професійної діяльності соціальних працівників з людьми похилого віку.

Спеціалісти Територіального центру соціального обслуговування Деснянського району міста Києва використовують матеріали дисертаційного дослідження Житинської Марії Олександрівни, які відбиті у методичних доробках: методичні рекомендації «Університет третього віку: Основи комп'ютерної грамотності» (К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013.-112с.), методичні рекомендації «Університет третього віку: Основи здоров'я» (К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014.- 96с.), методичні рекомендації «Університет третього віку: Основи психології» (К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015.- 116с.)

Експериментальна апробація теоретичних положень дисертаційного дослідження дає підстави стверджувати про доцільність їх використання територіальними центрами соціального обслуговування.

Директор



Р. Цибуляк

У К Р А Ї Н А

УПРАВЛІННЯ СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ НАСЕЛЕННЯ  
БІЛОЦЕРКІВСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ**БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ МІСЬКИЙ ТЕРИТОРІАЛЬНИЙ ЦЕНТР СОЦІАЛЬНОГО  
ОБСЛУГОВУВАННЯ (НАДАННЯ СОЦІАЛЬНИХ ПОСЛУГ)**09100, Київська область, м. Біла Церква, вул. Славіна, 10, кв.122, телефон/факс 6-40-78, E-mail: bc-ter-center@ukr.net**Д О В І Д К А**

про впровадження результатів дисертаційного дослідження  
аспірантки кафедри соціальної педагогіки  
Інституту соціальної роботи та управління, НПУ імені М.П.Драгоманова  
Житинської Марії Олександрівни  
"Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку в умовах  
територіального центру соціального обслуговування"

Результати дослідження, проведеного Житинською М.О. у рамках виконання кандидатської дисертації на тему "Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування", впроваджено у Білоцерківському міському територіальному центрі соціального обслуговування в 20013/15 н.р. Розроблена програма соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку підвищила ефективність роботи територіального центру щодо надання соціально-педагогічних послуг людям похилого віку. Зокрема, організація мультидисциплінарної команди сприяла об'єднанню зусиль спеціалістів, фахівців з різних сфер задля максимально позитивного вирішення освітніх проблем людей похилого віку.

В результаті впровадження в Університеті третього віку навчальних програм, розроблених Житинською М.О., значно підвищилася соціальна активність людей похилого віку, мотивація, зросла їх суб'єктивна задоволеність життям.

Не менш ефективно використовуються наукові розробки Житинської М.О. з питань змістовно-технологічного забезпечення соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

Довідка видана для Спеціалізованої вченої ради по захисту кандидатських дисертацій.

27.03.2015 р

Директор  
Білоцерківського міського  
територіального центру  
соціального обслуговування



В.В. Матусевич





УКРАЇНА

ПЕЧЕРСЬКА РАЙОННА В МІСТІ КИЄВІ ДЕРЖАВНА АДМІНІСТРАЦІЯ  
УПРАВЛІННЯ ПРАЦІ ТА СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ НАСЕЛЕННЯ ПЕЧЕРСЬКОЇ  
РАЙОННОЇ В МІСТІ КИЄВІ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ

**ТЕРИТОРІАЛЬНИЙ ЦЕНТР СОЦІАЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ  
(НАДАННЯ СОЦІАЛЬНИХ ПОСЛУГ) ПЕЧЕРСЬКОГО РАЙОНУ М. КИЄВА**

вул. Кіквідзе, 11-а, м. Київ, 01103, тел./факс: 285-23-59, E-mail: tpechersk@ukr.net, Код ЄДРПОУ 22870397

01.02.2016 № 01-01/02/1

На № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_

**Д О В І Д К А**

*про впровадження результатів дисертаційного дослідження  
за темою "Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку  
в умовах територіального центру соціального обслуговування"  
Житинської Марії Олександрівни*

Впровадження результатів, обґрунтованих в дисертаційному дослідженні Житинської Марії Олександрівни "Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування" до процесу роботи Територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг) Печерського району м. Києва сприяло оновленню методичного забезпечення професійної діяльності фахівця соціальної сфери з людьми похилого віку.

Спеціалісти Територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг) Печерського району м. Києва використовують матеріали дисертаційного дослідження Житинської Марії Олександрівни, які відображені у методичних доробках: методичні рекомендації «Університет третього віку: Основи комп'ютерної грамотності» (К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013.-112с.), методичні рекомендації «Університет третього віку: Основи здоров'я» (К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014.- 96с.), методичні рекомендації «Університет третього віку: Основи психології» (К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015.- 116с.).

У результаті проведення наукового дослідження було експериментально перевірено авторську модель соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах Територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг) Печерського району м. Києва та доведено її доцільність й ефективність.

Експериментальна апробація теоретичних положень дисертаційного дослідження дає підстави для використання іншими Територіальними центрами соціального обслуговування.

В.о. директора



*[Signature]* Л. Примак



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**імені М.П. ДРАГОМАНОВА**  
**ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНОЇ ОСВІТИ ТА УПРАВЛІННЯ**  
 03037, м.Київ-30, вул. Освіти,6  
 Т. 249-91-35

№ 07-10/2104  
 від 29.11 2017 року

**ДОВІДКА**  
**про впровадження результатів дисертаційного дослідження**  
**Житинської Марії Олександрівни**  
**«Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людини похилого віку**  
**в умовах територіального центру соціального обслуговування»**

Протягом 2015-2017 років в Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова здійснювалось впровадження результатів дисертаційного дослідження Житинської М.О.

Матеріали дослідження використані в процесі професійної та вивчення фахової навчальної дисципліни «Соціальна геронтологія», що сприяло вдосконаленню змісту навчання, форм, методів та засобів навчальної та самостійної роботи студентів Так, Соціальна геронтологія: робочий зошит. Практикум сприяв глибшому засвоєнню лекційного матеріалу та здобуттю практичних навичок необхідних висококваліфікованому фахівцю соціальної сфери, відповідно до галузевих стандартів вищої освіти.

Поряд з цим студенти були залучені до реалізації експериментальної частини дослідження підвищення рівня життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування.

В межах дослідження було розроблено та впроваджено низку методів та форм роботи зі студентами з метою формування готовності до роботи з людьми похилого віку та надання їм соціально-педагогічної підтримки: демонстраційні (перегляд фільмів, телепередач з проблем старіння та старості); дискусійні (дискусійні обговорення, мозковий штурм; проблемні ситуації); інтерактивні (тренінгові заняття, соціальні акції).

Отже, вважаємо, що дисертаційне дослідження Житинської Марії Олександрівни є актуальним та доцільним, має важливе значення для підготовки майбутніх соціальних працівників до надання соціальних послуг людям похилого віку.

**Проректор з наукової роботи,**  
**доктор фізико-математичних наук, професор**

**Г.М. Торбін**

**Завідувач кафедри**  
**теорії та технології соціальної роботи,**  
**доктор педагогічних наук, професор**

**О.Г. Карпенко**





У К Р А Ї Н А

**ТЕРИТОРІАЛЬНИЙ ЦЕНТР СОЦІАЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ  
(НАДАННЯ СОЦІАЛЬНИХ ПОСЛУГ)  
ДЕСНЯНСЬКОЇ РАЙОННОЇ У МІСТІ ЧЕРНІГОВІ РАДИ**

вул.Рокоссовського, 18, м.Чернігів, 14032, тел. / факс 67 19 86, e-mail:tercentr@desn-rada.gov.ua, код ЄДРПОУ 21408113

12.04.2017 № 01-13/395

На № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_

**ДОВІДКА**

про впровадження матеріалів дисертаційного дослідження  
Житинської Марії Олександрівни «Соціально-педагогічна підтримка  
життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру  
соціального обслуговування» у практику роботи центру соціального  
обслуговування (надання соціальних послуг) Деснянської районної у  
м.Чернігові ради

Результати дослідження, проведеного Житинською М.О. у рамках виконання кандидатської дисертації на тему «Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування», впроваджено у практичну роботу фахівців соціально-педагогічної сфери з людьми похилого віку в умовах центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг) Деснянської районно у м.Чернігові ради

У 2015-2016 р. Житинською М.О. було апробовано навчальні програми для слухачів Університету третього віку центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг) Деснянської районної у м.Чернігові ради зокрема «Основи комп'ютерної грамотності»; «Основи здоров'я»; «Основи психології» та «Прикладне мистецтво». При викладанні даних курсів, фахівцями територіального центру використовувались методичні рекомендації розроблені Житинською М.О.

У результаті проведення дослідження було експериментально перевірено авторську модель соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності людей похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування та доведено її доцільність та ефективність.

Впровадження дисертаційного дослідження Житинської Марії Олександрівни «Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності людини похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування» сприяло підвищенню оптимізації та ефективності процесу надання соціально-педагогічних послуг людям похилого віку.

Директор територіального центру



С.І.Носок