

КОММУНИКАТИВНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ФАКТОР ЗДОРОВЬЯ ПОЖИЛЫХ

Исследование коммуникативной активности как фактора здоровья пожилых является актуальной темой на данный момент. Повышенный интерес к вопросам коммуникативной активности человека как фактору здоровья пожилых не случаен, он вызван рядом причин. Во-первых, сегодня становится все более очевидным, что формы коммуникативной активности меняются, прежние выражены меньше, чем новые. Во-вторых, коммуникативная активность — одна из основ психологического благополучия человека. В-третьих, весьма востребованы сегодня различные виды социально-психологического тренинга, повышающего активность личности в общении. Перечисленные проблемы заостряют внимание на коммуникативной активности человека. Особую актуальность приобретают проблемы развития человека как подлинного, активного субъекта общения, а также изучения внутренних и внешних источников детерминации его коммуникативной активности.

Ключевые слова: коммуникативная активность, здоровье, пожилые.

Актуальность исследования. Демографическое старение как тенденция развития современного российского общества привлекает внимание многих исследователей в области социологии, психологии, биологии, медицины и др. к положению пожилых в современном мире. Проблемы их социальной защищенности становятся особенно актуальными в нынешних условиях. Пожилые люди в Российской Федерации обладают всей полнотой социально-экономических и личных прав и свобод, закрепленных Конституцией Российской Федерации. Однако изменение социального статуса человека в старости, связанное с прекращением или ограничением трудовой и общественной деятельности, значительное сокращение социальных контактов, испытание затруднений в процессе социально-бытовой и психологической адаптации к новым условиям, порождает серьезные социально-психологические проблемы, в том числе и снижение коммуникативной активности, что отражается на всех сферах жизни человека. Недостаток общения, низкая реализация потребности в нем может отражаться на соматическом самочувствии пожилого человека, быть результатом ухудшения здоровья [1, С.140]. Именно поэтому целью данного исследования является изучение взаимосвязи коммуникативной активности и здоровья пожилых людей для разработки рекомендаций по оптимизации данного процесса.

Объектом исследования является коммуникативная активность пожилого человека.

Предметом исследования - взаимосвязь уровня коммуникативной активности и здоровья у пожилых людей.

Выделяются следующие задачи:

1. Разработать анкету в соответствии с целью исследования
2. Провести анкетирование среди пациентов Волгоградского областного геронтологического центра;
3. Проанализировать результаты;
4. Составить рекомендации по результатам анализа показателей проведенного исследования.

В виде гипотезы выдвигается предположение о том, что имеет место прямая зависимость между коммуникативной активностью и здоровьем пожилого с точки зрения его субъективной оценки, то есть, чем большую коммуникативную активность проявляет пожилой человек, тем лучше он себя чувствует.

Методы исследования - анкетирование. Разработанная автором анкета разделена на три блока. Первый блок (вводный): в него вошла информация о том, кто, с какой целью проводит исследование, предоставлялись гарантии конфиденциальности данных и приводились инструкции по работе с анкетой. Второй блок (основной) включал в себя вопросы,

соответствующие цели исследования. В третий блок («паспортичка») входили вопросы по социально-демографическим характеристикам респондентов.

В исследовании приняли участие 32 человека, человека – пациенты центра, из которых 12 мужчин (средний возраст $68,1 \pm 2$ года) и 20 женщин (средний возраст $70,3 \pm 6$ лет).

Было выявлено, что 80% опрошенных продолжали трудовую деятельность от года до трех лет, по 10% пожилых людей ответили, что трудились еще от трех до пяти и более пяти лет. Не оказалось никого, кто работал бы на пенсии менее одного года. В вопросе «Сколько человек проживает вместе с Вами?» 78% опрошенных указали, что от одного до трех, 16% респондентов живут в одиночестве и 6% отметили, что с ними проживает от четырех до шести человек. Вторым этапом анализа полученных данных стал подсчет баллов по блоку «Самочувствие». Максимально возможный балл равен 24 баллам, что означает очень плохое самочувствие респондента, множество жалоб со стороны различных органов и систем. Минимальный балл равен 0, и означает отсутствие каких-либо жалоб на здоровье. В ходе анализа полученных данных, было выявлено, что средний балл у опрошенных равен 16. Это означает, что большинство респондентов имеет множество жалоб на свое здоровье, функционирование многих органов и систем. Далее анализировались ответы по блоку «Коммуникативная активность». В вопросе «Какие проблемы существуют у пожилых людей?» большинство респондентов (38%) отметили, что это финансовые трудности, 28% опрошенных указали, что это проблемы со здоровьем, 25% испытуемых беспокоят психологические проблемы и 9% - правовые. Далее выявлялось психо-эмоциональная составляющая общения пожилых людей с другими. В вопросе «Общение с другими людьми Вас обычно...» было выявлено, что 60% опрошенных рады общению с другими, то есть имеет место позитивная настроенность на коммуникацию. У 28% респондентов в силу различных причин общение с другими вызывает утомление, они устают от разговоров, необходимости отвечать и участвовать в дискуссиях, и даже просто диалогах. Раздражает общение с другими 6% респондентов и столько же человек ответило, что общение даже улучшает их самочувствие.

В ходе проведенного исследования выявлено, что плохое самочувствие и множественные жалобы пожилых людей действительно взаимосвязаны с низкой коммуникативной активностью, поскольку они даже при желании общаться не знают где им найти собеседника (дети в большинстве своем общаются с ними редко, знакомые иногда слишком заняты собственными проблемами). Низкая коммуникативная активность пожилых людей не только порождает и усугубляет множество проблем социально-бытового и психологического плана, характерных для всех людей пожилого возраста в целом, но и вносит в них свою специфику, заключающуюся в необходимости полагаться только на себя и существующую систему социального обеспечения, что может повлечь за собой и ухудшение как здоровья в целом, так и субъективного самочувствия [2, С.47-49]. Такая взаимозависимость в пожилом возрасте в настоящее время и в будущем делают важным углубленное исследование данной проблемы и поиска ее решения специалистами по социальной работе, а также психологами, социологами, врачами. Для повышения коммуникативной активности, а, следовательно, и улучшения самочувствия и качества жизни пожилых посетителей, сотрудники геронтологического центра предлагают множество услуг и мероприятий. Среди них занятия в кружках по интересам, зал лечебной физкультуры, занятия по финской ходьбе, дыхательная гимнастика, сенсорная комната, которая оснащена массажными креслами и предназначена для проведения лечебно-профилактических сеансов, парикмахерская. Для любителей пения в Центре функционирует хор, участники которого поют любимые песни и разучивают новые композиции. В саду, имеющемся при Центре, пожилые люди могут заниматься работой на участке, ухаживая за множеством цветов и деревьев. Для любителей чтения в центре работает библиотека. Описанные выше мероприятия максимально содействуют повышению коммуникативной активности пожилых людей и повышению качества их жизни. Коллектив Центра стремится к тому, чтобы сделать жизнь пожилых посетителей еще более комфортной, насыщенной и интересной.

Список литературы

1. Василенко Н.Ю., Социальная геронтология/ Учебное пособие, Владивосток: ТИДОТ ДВГУ, 2012 – С. 140
2. Васюра С.А., Коммуникативная активность человека: ранние исследования проблемы и ее современный статус, Альманах современной науки и образования. 2010. С. 47-49
3. Резникова Т.Н., Психологическое здоровье лиц пожилого возраста, Общественное здоровье и здравоохранение, 2011. С. 45-46.

D.D. Kuldikina, V.I. Chumakov

COMMUNICATIVE ACTIVITY AS A HEALTH FACTOR ELDERLY

The study of the communicative activity as a factor in the health of elderly is a hot topic at the moment. Increased interest in the human communicative activity as a factor for the health of elderly is not accidental, it is caused by a number of reasons. First, today is becoming increasingly clear that the forms of communicative activity change, the former are less pronounced than the new ones. Second, communicative activity - one of the foundations of human psychological well-being. Third, the high demand today different types of socio-psychological training, which increases the activity of the person to talk to. These problems focus on the communicative human activity. Of particular relevance is the problem of human development as a genuine, active subject of communication, as well as the study of internal and external sources of determination of his communicative activity.

Keywords: communicative activity, health, the elderly.