

AZ IDŐS EMBEREK SZOCIÁLIS SEGÉLYEZÉSE

A család az idős ember életében nagyon fontos szerepet tölt be. A statisztikai adatok alapján bizonyítható, hogy a családi környezetben élő idős emberek boldogabbak, egészségesebbek és hosszabb ideig képesek fenntartani az önellátás és a függetlenség állapotát életükben. A legfontosabb segélyezési tényezők egyike a család, amely segít megbirkózni azokkal a változásokkal, amelyek az öregedés során lépnek fel. Az otthoni környezet és a mindennapi közeli kapcsolatok ápolása nem helyettesíthető feladatot lát el az idős emberek érzelmi, társadalmi és pszichológiai támogatásában, főleg azon időszakokban, amikor egészségi állapotuk rosszabbodik. A szociális kapcsolatok köre fokozatosan szűkül és növekszik a segélyezésre való rászorultság. Az idős emberek minőségi gondoskodására vonatkozó aktuális nézetek szerint a család alkotja az alapelemét minden társadalmi szintű ellátásnak.¹

A hozzátartozók vagy a család sokszor elutasítják, vagy egyszerűen nem akarják vállalni az idős emberek gondozását. Az idős ember, betegségéből és korából adódóan, nem képes gondoskodni sem önmagáról sem háztartásáról és nem áll módjában védeni és érvényesíteni saját jogait beleértve a társadalmi kapcsolat létesítését és annak hiányát is. Ezen szituációkban a szeniorok átértékelik az összes adandó lehetőségeiket, különböző szociális szolgáltatású intézményeket keresnek fel és próbálnak dönteni saját jövőjükkel kapcsolatban. A lehetőségek egyike a kliensek elhelyezése a szociális szolgáltatások otthonának egyikében.

A szociális szolgáltatások otthonai a társadalmi gondoskodás rendszerének szerves részei. Ezeket az otthonokat a megyei vagy helyi önkormányzat intézményei hozhatják létre. Minden otthon gazdaságilag önálló egységként működik, és maga dönt a kliensek felvételének ügyében. Ezek az intézmények egész évi gondoskodást nyújtanak. Minden otthon saját, egyénileg kidolgozott belső rendszer szerint működik miközben a kliensek részére aktív gondozói programot biztosít.

Az idősek otthonának és a szociális gondoskodás otthonainak fő célja kielégíteni a kliensek reális szükségleteit úgy, hogy az megfelelő legyen koruknak, személyiségi és mentális fejlettségüknek és más specifikus szükségleteiknek.

Akármilyen okból kerül sor a kliensek intézményi elhelyezésére, nagyon fontos, hogy mindkét fél teljes körűen fel legyen készítve erre az eseményre. Az idősebb emberek számára megfelelőbb, ha a változásra már előre felkészül és tervezi azt a saját döntései szerint. Saját maga válassza ki az intézményt, amelyben szeretne élni, amikor már teljesen fel van készülve erre az életformára. Legmegfelelőbb az idős ember számára,

¹ Hegyi, L.: *Problémy seniorov na konci storočia*. Bratislava : RETAAS spol.s.r.o., 1999.

ha ismeri a környezetet, amelybe költözni fog és előnyös számára, ha a lehető legtöbb információval rendelkezik arról, hogy mi fogja várni az intézményben. Az intézménybe való átmenet egy új életforma és segíthet, ha a továbbiakban is megmaradnak a már meglévő szociális kapcsolatai, hogy így, legalább részben biztosítva legyen megszokott életformája.²

Ezek az életkörülmények nem egyszerűek számukra. El kellett hagyni a lakóterületet és életterületet, amelyhez hozzátartoztak a legközelebbi emberek és végeredményben az intézményekben teljesen magányosakká válhatnak. Fontos feladat számukra, hogy alkalmazkodni tudjanak az új életkörülményekhez, teljesen más életfolyamatokhoz és új emberekhez, aminek alapján egyszerűen rá vannak utalva, hogy megszokjanak egy teljesen más életstílust. Gyakran alkalmazkodniuk kell a kiszámíthatatlan és megváltozott jövőhöz. Az intézménybe való első belépés alkalmával nem mindig kapnak megfelelő támogatást és elegendő információt.³

A szociális munkások feladata párbeszédet folytatni és együttműködni a hivatalokkal, továbbá kapcsolatba lépni a kérvényezőkkel még az intézménybe lépés előtt, előzetesen megvizsgálni a helyzetet a kliensek tartózkodási helyén és lehetővé tenni a jövőbeli kliensek részére, hogy látogatást tegyenek az intézményben, hogy elvileg kipróbálhassák a bentlakást. Fontos elbeszélgetni a családdal, amelynek feladata megválaszolni a kérdéseket az idős ember szokásairól, közkedvelt tevékenységeiről és életmódjáról. Ha a kliens jól ismeri a környezetet, amelybe érkezik, és ha az alkalmazottak jól ismerik a klienst, közösen jobban együtt tudnak működni, előre tudnak tervezni. Ezen a módon jobban ki lehet elégíteni az idős ember minden szükségletét.⁴

A megfelelő hozzáállás nagyban befolyásolja az intézményi életet. Az intézményi élet minden fázisában más célok kerülnek előtérbe. Három egymáshoz kapcsolódó időszakot különböztetünk meg:

- Szeparációs párbeszéd időszaka – amikor a szociális munkás vagy más szakember rögtön az intézménybe való érkezése után párbeszédet folytat a klienssel, hogy hozzásegítse az új környezethez való alkalmazkodási képességeinek javításához. A párbeszéd tartalma a következő:
 - felvenni a kapcsolatot a klienssel,
 - a kliensnek átnyújtani a lehető legtöbb alapszabályinformációt az intézményi szabályokkal és tevékenységekkel kapcsolatban,
 - elbeszélgetni a kliens elvárásairól és szükségleteiről,
 - figyelmet szentelni a kliens érzelmi állapotának,
 - befejezni az elsődleges rövidlejárati kontaktust a klienssel és segíteni az alkalmazkodási időszakot.
- A személyi fejlesztési terv módosítása arra szolgál, hogy az össze legyen hangolva

2 Matuošek, O.: *Sociální práce v praxi*. Praha: Portál, 2005

3 Labáth, V.: *Rezidenčná starostlivosť*. Bratislava : Občianske združenie Sociálna práca 2004.

4 Matuošek, O.: *Sociální práce v praxi*. Praha: Portál, 2005

a kliens szükségleteivel és az intézmény lehetőségeivel és a csoportos foglalkozások intézményi céljaival. Ez elvileg a fejlesztési stratégia megalapozására és megvalósítására szolgál és a klienssel való részleges intervenciós munkát képezi, amely lehet csoportos, intézményi és individuális szintű is.

- A teljes önállóság időszakának elérése – ez a fázis számol a kliens átcsoportosításával az otthoni természetes környezetbe, ami az idős emberek esetében nem mindig lehetséges.⁵

AZ ADAPTÁCIÓS FOLYAMAT A SZOCIÁLIS GONDOSKODÁS INTÉZMÉNYEIBEN

Az új környezethez való adaptációs folyamat folytatódik a kliens intézménybe való felvétele után is, amely során nagyon fontos maximális figyelmet szentelni a kliensnek. Ez a klienssel foglalkozó alkalmazottak teljes körű feladata. Nagyon lényeges, hogy a kliensnek rögtön a intézménybe jutás kezdetétől legyen kapcsolata legalább egy intézményi alkalmazottal, aki kulcsfontosságú személy számára és bizalommal fordulhat hozzá minden adandó alkalom során.

A kliens intézménybe érkezése után elkezdődik az adaptációs tervezet megvalósítása, amelynek hozzá kellene járulnia e nehéz időszak sikeres leküzdéséhez. Nagyon fontos hogy, az új kliens megfelelően legyen informálva a környezetéről, amelyben élni fog, képes legyen újabb baráti kapcsolatok teremtésére, továbbá hogy képes legyen újabb csoportok tagjává válni. Ebben a folyamatban segíthetnek a család, barátok, szomszédok a kliens eredeti környezetéből, tehát mindazok, akik elláthatják őt információkkal és emléktárgyakkal.⁶

„Az intézményi élet adaptációs folyamata három fázisban zajlik. Az első fázis az elsődleges döntéssel és az intézményes bentlakás kérvényezésével kezdődik, ez az ún. elvárások fázisa, a második fázis maga az adaptáció, amely az idősök intézménybe való felvétele után kezdődik és hozzávetőlegesen hat hónapig tart. A harmadik fellépő fázis a stresszes reakciók beteljesedésének fázisa, amely pszichoszociális szempontból meghatározza a bentlakás teljes elfogadásának tényét és nagyban függ az aktív és pozitív hozzáállástól is.“⁷

Az empirikus kutatások és az abból adódó tanulmányok alapján a következő fázisait lehetséges meghatározni az intézetben való bentlakásnak:

- „adaptációs fázis – a változásokkal való megbirkózás az életben, az új környezethez való alkalmazkodás, az új szabályokkal és szokásokkal való megbirkózás,
- az életkörünyezettel való szembesülés – a saját élettér megszabása; a kliens kifejezi a saját hozzáállásait, érdekköreit, rálátását és szembesül a szabályokkal,
- a szocializálódás fázisa – kapcsolatok teremtése, csoportos kapcsolatok létrehozása, az intézmény normáinak elsajátítása és azonosulás a kliensi állapot tényével,
- az együttműködés fázisa – a kliensek az intézmény céljainak elérésén dolgoznak és

5 Labáth, V.: *Rezidenciálna starostlivost'*. Bratislava : Občianske združenie Sociálna práca 2004.

6 Matuošek, O.: *Sociální práce v praxi*. Praha: Portál, 2005

7 Hegyi, L.: *Zlyhanie adaptácie vo vyššom veku*. Bratislava : Asklepios, 1993

motiválva vannak a többi klienssel való együttműködésre.

- az életkedv elvesztése és az apátia fázisa – ez akkor következhet be, amikor a kliens részére az intézeti bentlakás nem megfelelő, a kliens nem látja bentlétének értelmét sem saját személyének érvényesülését, továbbá az intézmény sem nyújt számára elegendő késztetést az aktív kliensi együttműködés elérésére.
- az utolsó fázis a függetlenség fázisa – amely a kliens függetlenségének támogatására irányul“.⁸

A kliensek intézményi adaptálódásának foka az individuális hozzáállás függvénye. Az alkalmazkodási készség foka a mentális és a fizikális állapot függvénye is és nagyban függ a önkéntes intézménybe vonulás tényétől, valamint az felkészültségtől és az informáltság szintjétől az intézményben és a alkalmazkodási készségek fokától is. Esetenként, ha az egyén önkéntesen döntött vagy a körülmények kényszerítették ki döntését, vagy egyszerűen nem volt más megoldási lehetőség és ezáltal hozzáállása az együttéléshez sem negatív akkor az alkalmazkodás jó irányban indul. Az idős ember hangulata ilyen helyzetben kiegyensúlyozott és viselkedése nyugodt. A kliens nem érzi erőszak jelét, aktív és együttműködik az alkalmazottakkal, érdeklődik környezete és a vele együtt élők iránt, új baráti kapcsolatokat teremt, nincsenek táplálkozási gondjai és részt vesz az intézményi életben is. Az alkalmazkodás ilyen esetben aránylag rövid ideig tart.

A problémásabb típusú emberek viszonylag individualista, zárkózott természettel rendelkező típusok, akik pozitív intézeti hozzáállás esetén is hosszabb adaptációs folyamatot igényelhetnek. Az aktivitás és együttműködés csak bátorítással érhető el náluk. Jelen van a pszichikai kiegyensúlyozatlanság és az ilyen kliensek néha a szomorúságnak, idegességnek és zaklatottságnak vannak kitéve. A táplálkozási készségük a pillanatnyi hangulat állapotától függhet. Nem foglalkoznak semmiféle kedvteléssel és az intézeti élet iránt nem tanúsítanak érdeklődést, de nem is vetik el őket. Intenzívebb motivációra van szükségük környezetük és az intézeti alkalmazottak részéről.

A kliens intézeti életének első napjai nagy erőfeszítést és szaktudást igényelnek az alkalmazottak részéről úgy, hogy egyaránt elvárható tőlük a magas fokú morális öntudat és felelősségérzet, amikor ezen érzékeny embercsoporttal foglalkoznak. Az alkalmazott, aki nem képes alkalmazkodni a klienshez és a jelentkező komplikációkhoz, nagyon nehezen fogja tudni leküzdeni a kliens stresszes állapotait. Intenzívebb gondoskodást igényelnek a kliensek az intézménybe vonulásuk első napjaiban és heteiben, egyesek hosszabb ideig is igényelik ezt a figyelmet.

A szociális munkás számára ez az időszak nagy jelentőségű. A minőségi alkalmazkodás elérése az első alapfeltétele a kliens intézetben való sikeres életének. Ebben az időszakban a szociális munkás pontos képet képes alkotni a kliens személyiségéről, feltérképezi a valós szükségleteit és képes hozzájárulni az alkalmazkodási sikertelenségek és azok következményei kiküszöböléséhez. A megfelelő időben felállított diagnózis

8 Labáth, V: *Rezidenciálna starostlivost'*. Bratislava : Občianske združenie Sociálna práca, 2004

időben képes lehet felfedni a sikertelenségek okait, és hosszantartó megfigyeléssel és megfelelő befolyással bírva az idősebb embert kiségheti a krízis állapotából. Ha a szociális munkás hisz az emberi akarat erejében, kialakíthatja a lehetőségek sorozatát arra, hogy a kliens átvészelje a nehezen elviselhető krízisállapotokat és hozzásegítheti a lelki egyensúly újbóli eléréséhez.

Az idősebb ember vágyik arra, hogy biztonságban érezze magát és megfelelően gondoskodjanak róla. Az idősök otthonába való bevonulás nem egyszer nagy félelemmel jár együtt, mert az alkotmány által biztosított gondoskodási formák nem találkoznak mindig pozitív hozzáállással az állampolgárok részéről. Ezen kívül az idősebb ember tudatosítja azt is, hogy ha elhagyja a saját lakhelyét, azzal elveszíti önállóságérzetét és annak lehetőségét, hogy kézbentartsa saját életét. Az előrelátóan gondolkodó öregedő ember csak akkor hajlandó intézeti életet élni, ha az biztosítja számára a neki megfelelő körülményeket. Legtöbbször az öregotthoni vagy szociális intézményben történő elhelyezést az életesemények sorozata váltja, ki mint pl. a magányosság, az önellátás elvesztése továbbá a családi nyomások és a szociális környezet nyomásai.⁹

AZ INTÉZETI FEJLESZTŐ PROGRAMOK

A fejlesztő és rehabilitációs programok vagy más mozgósító tevékenységek, különböző idősokkal foglalkozó szociális intézményekben zajlanak, mint pl. az öregek otthonában, az idősebb emberek részére létrehozott nappali benttartózkodási központokban és különböző más gyógyközpontokban, amelyeket krónikus megbetegedések esetében alkalmaznak. Ha az alkalmazkodási időszak sikeresen lezajlott egy bizonyos intézményben, akkor nagyon fontos szerepet játszik az új lakó bevonása a különböző mozgósító és szabadidős fejlesztési programokba is az intézmény keretien belül. Ezeknek a programoknak az a feladata, hogy a lehető legtovább fennmaradjon vagy rehabilitálódjon az önmegvalósító képességek sorozata az idős ember életében.

Az idős ember nem mindig teljesen beteg, sokszor és sokuknál megmarad az egészség bizonyos szintje és ezzel saját képességeik is. A fejlesztő programok kihasználják a megmaradt egészségi állapot pozitív megnyilvánulásait és igyekeznek hangsúlyt helyezni a személyiség még meglévő pozitívumaira is. Az érdeklődési kör szélesítésére törekednek, figyelembe veszik az érzelmi állapotot és a társadalmi kapcsolatok fenn tartását és ezzel hozzájárulnak pl. a magányosság érzetének leküzdéséhez, csökkentik a feleslegessé válás érzését és könnyítik a betegségekkel való megbirkózást is figyelembe véve az optimális emberi méltóság tényét az öregedés folyamatában.

Az idős embereknek gyógykezelésben jelentős szerepet játszanak a klasszikus rehabilitációs- és fejlesztő programok, amelyek szerves részét képezik a gondozási programoknak, amelyek a kórházi, ambuláns és idősök otthonának környezetében használatosak. A programok alkalmazkodnak az idős emberek specifikus szükségleteihez, amelyek több összefüggő betegség következtében jönnek létre.

9 Hegyi, L: *Zlyhanie adaptácie vo vyššom veku*. Bratislava : Asklepios, 1993

A komplex rehabilitációs program a következő öt alapvető tevékenységre összpontosít:

- jógaterápia – különböző légzési és relaxációs gyakorlatokat tartalmaz, amelyek segíthetnek azoknál a diagnózisoknál, amelyek rehabilitációja mozgást igényel,
- zeneterápia – megfelelő relaxációs zene használata a tornagyakorlatok végzésénél, továbbá különböző stílusú zene hallgatása,
- ergo-terápia – célzott irányú fizikai, mentális és művészi aktivitások végzése, mint pl. különböző kézimunkák és rajztechnikák,
- környezeti terápia – egészségügyi séták, turisztika, a környezetismereti séták, kulturális és más fejlesztő tevékenységek,
- pszichoterápia – a seniorok közelebbi megismerésére és kapcsolatok kialakítására szolgál, segíti a kölcsönös együttműködést, érdeklődési körök kialakítását és a kölcsönös ismerkedést a különböző társas és egyéni találkozókon.¹⁰

Az idősödő embereknél érdemes még a nyugdíjkor beállta előtt törekedni a jobb szociális kötelékek kialakítására és a lehető legaktívabban bekapcsolódni a társadalmi életbe. Ha képesek leszünk kihasználni az idősebb emberek tapasztalatait és bekapcsoljuk őket az tevékenységekbe, akkor megelőzhetjük, hogy depresszióba essenek és, hogy magányosaknak érezzék magukat. A lehetőségek egyikéhez hozzá tartozik az ún. tanulmányi képzés – az idős generációk egyetemének keretében. Minden embernek, egyéni szinten olyan lehetőségeket kell biztosítani, hogy tevékenysége megfeleljen az ő egyéni érdeklődési körének és szükségleteinek. Fontos, hogy biztosítva legyen számára az értelmes élet és problémamentes életvitel lehetősége, amely hozzájárul a tevékenységéhez és elégedettségéhez az adott állapotának korlátolt keretei között is.¹¹

Az ember több ezer éve tagja az emberi társadalomnak és életében jelentős szerepet játszik az információcsere.¹²

Az öregedés az életfolyamat természetes része. Úgy ahogyan a családalapításra felelősséggel készülünk, úgy kellene készülnünk az öregedés folyamatára is. Nem kellene ráhagyatkozni pusztán a társadalmi segílyezésre, hanem keresni kellene a öregségünk aktív megélésének azon formáit, amelyek segíthetik intenzívebben és értelem teljesebben élni életünket, tudatában annak, hogy mindenki közülünk egyéni képességekkel és adottságokkal megáldott egyedi személyiség.

PhDr. Janka Bursová, PhD.

KU v Ružomberku

Teologická fakulta Košice

Teologický Inštitút Spišské Podhradie

10 Čornaničová, R.: *Edukácia seniorov*. Bratislava : Univerzita Komenského, 1998

11 Lešková, L.: *Polia sociálnej práce*. Vybrané kapitoly III. Košice : Vienaľa, 2009

12 Majcherová, K, Hajduová, Z.: *Komunikácia v rodine* : In: *Tradičie, inovácie vo výchove a vzdelávaní modernej generácie učiteľov III: zborník z medzinárodnej vedeckej konferencie Levoča 2010*. KU Ružomberok

A FELHASZNÁLT FORRÁSOK ÉS SZAKIRODALOM JEGYZÉKE

- Čornaničová, R. 1998. *Edukácia seniorov*. Bratislava : Univerzita Komenského, 1998, 145.
- Hegyí, L. 1993. *Zlyhanie adaptácie vo vyššom veku*. Bratislava : Asklepios, 1993, 103.
- Hegyí, L. 1999. *Problémy seniorov na konci storočia*. Bratislava : RETAAS spol.s.r.o., 1999, 83.
- Labáth, V. 2004. *Rezidenciálna starostlivosť*. Bratislava : Občianske združenie Sociálna práca, 2004. 144.
- Lešková, L.: 2009. *Polia sociálnej práce*. Vybrané kapitoly III. Košice : Vienala, 2009, 98.
- Matoušek, O.: 2005, *Sociální práce v praxi*. Praha: Portál, 2005, 352.
- Majcherová K – Hajduová, Z.: *Komunikácia v rodine*. In: Tradície, inovácie vo výchove a vzdelávaní modernej generácie učiteľov III: zborník z medzinárodnej vedeckej konferencie pri príležitosti 190. výročia vzniku učiteľského ústavu v Spišskej kapitule a vymenovaní Juraja Paleša za prvého riaditeľa a 180. výročia vzniku prvej vzdelávacej inštitúcie pre deti predškolského veku na Slovensku. Akademický rok 1819/20 Levoča 2010. KU Ružomberok – pedagogická fakulta.
- Strieženec, Š. 1996. *Slovník sociálneho pracovníka*. Trnava: Sapienta, 1996. 255.