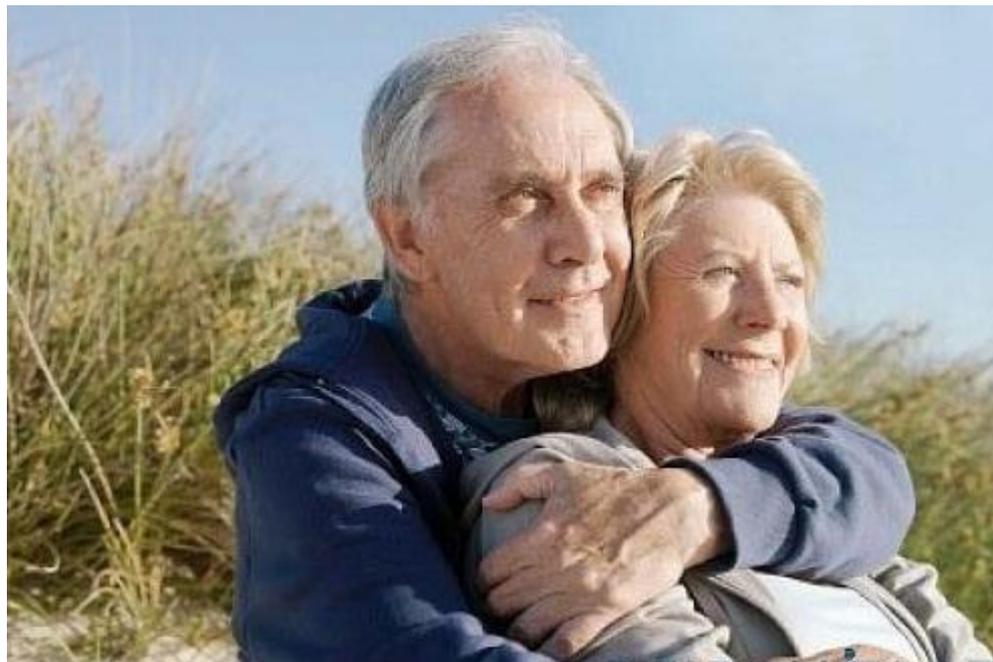




# СТРАТЕГИИ ПОВЕДЕНИЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ И ПРОБЛЕМЫ ИХ СОЦИАЛЬНОЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ

**Первую стратегию реагирования** можно отнести к конструктивным способам.

Исследования показывают, что многие пожилые люди обращаются к стратегиям, смягчающим патогенный характер кризисной ситуации, и приемам активного совладания с



**Социальная поддержка** является важным фактором, содействующим адаптации к позднему периоду жизни. Она включает, по меньшей мере, следующие факторы:

- пожилой человек должен знать, что о нем заботятся, его ценят и уважают;
- пожилой человек должен понимать, что негативные чувства, которые он испытывает в стрессовой ситуации (ситуации старения), — вполне нормальны, т. е. соответствуют их возрасту и положению;
- общество должно стимулировать пожилого человека к открытому выражению своих чувств и мыслей;
- общество должно учитывать важность обратной связи («взаимно-ответное действие пожилого на социальное ободрение»).

Обеспечение обратной связи не только дает возможность пожилым людям успешно выполнять социальные роли и адаптироваться к изменениям окружающей обстановки, но и повышает чувство самоуважения.

Таким образом, **расширение компетентности** в пожилом возрасте — это решение задач развития, таких как:

- приспособление к потере физической силы и здоровья;
- приспособление к выходу на пенсию;
- приспособление к потере супруга (супруги);
- эксплицитное присоединение к возрастной группе **ПОЖИЛЫХ**;
- гибкое и пластичное принятие социальных ролей **ПОЖИЛЫХ**.

Другую категорию реагирования на неблагоприятные условия в позднем периоде жизни можно отнести к неконструктивным. По мнению некоторых авторов, это является следствием своего рода защиты личности людей преклонного возраста.



Основной способ психологической поддержки стареющих людей — обращение к тем их способностям, которых лишены более молодые люди. Прежде всего, это мудрость. Познавательная сфера взрослого описывается в терминах «социальный интеллект», «мудрость» и «компетентность».





При  
консультативной  
работе с пожилыми  
можно также  
использовать ряд  
практических  
методов и приемов,  
например, *прием  
автопортрета*