

VNÍMANÁ SOCIÁLNA OPORA U SENIOROV

Daniela BARKASI

Vysoká škola zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety, n.o. Bratislava,
Inštitút bl. M. D. Trčku Michalovce

ÚVOD

Vnímanie staroby a starnutia je individuálne, záleží od viacerých aspektov. Vo veľkej miere tento pohľad na starnutie ovplyvňuje prostredie, v ktorom daný jedinec žije. Vnímanie staroby ovplyvňujú aj ľudia, s ktorými je senior v bezprostrednom kontakte, ale aj tí, ktorí sú vzdialenejší, ale sú pre neho podstatní. V neposlednom rade sú to činnosti, aktivity, ktoré jedinec vykonáva dennodenne, a ktoré mu spríjemňujú psychickú a fyzickú pohodu.

Viacerí autori, ktorí sa venujú tejto oblasti v širšom kontexte, rozoberajú sociálnu oporu z rôznych hľadísk ako napríklad [1] charakterizuje sociálnu oporu ako pomoc alebo podporu, ktorú jedinec prijíma od blízkych v prostredí, v ktorom žije a to najmä v ťažkých životných situáciách. Sociálnu oporu je možno vnímať ako veľmi potrebnú a nenahraditeľnú súčasť života každého jedinca. Je dôležitá pri budovaní a vytváraní vzťahov v rámci svojho sociálneho okolia, je nevyhnutná pre zdravý psychický vývin v živote človeka. Sociálna opora je rozdelená do dvoch skupín a to individuálna a inštitucionálna z pohľadu zdroja, ktorým je buď človek alebo nejaká organizácia či inštitúcia. [2] Ďalšie delenie je na získanú a anticipovanú, ktorú vymedzujú ako vnímanú sociálnu oporu. Práve vnímaná sociálna opora je v záujme nášho sledovania a definujeme ju ako spätnú väzbu sociálneho prostredia, od ktorého človek vníma určitý pocit, že je vo svojom okolí prijímaný, okolie sa o neho zaujíma a v prípade potreby mu bude pomoc poskytnutá. [3]

METODIKA VÝSKUMU

V našom výskume sme ako nástroj zvolili dotazník, čo je kvantitatívna metóda a najčastejšie používaná zo všetkých výskumných metód. Dotazník bol zameraný na zistenie úrovne vnímanej sociálnej opory u seniorov. Použili sme metodiku Multidimenzionálnu škálu vnímanej sociálnej opory (The multidimensional Scale of Perceived Social Support, MSPSS) od autorov [4], čo je tzv. sebaopisový inventár, ktorý na 7-bodovej Likertovej škále (od 1 = vôbec nesúhlasím až po 7 = úplne súhlasím) meria vnímanú sociálnu oporu, ktorá je poskytovaná určitými špecifickými zdrojmi ako sú rodina, priatelia

a tretiu skupinu tvoria tzv. signifikantní druhí – čo sú osoby z okolia respondenta, respondent ich vníma ako významné v zmysle, že ak by potreboval pomoc, sú to ľudia na ktorých sa môže obrátiť. Dotazník obsahuje 12 otázok (výrokov), ktoré hodnotia úroveň spokojnosti so sociálnou oporou. Jednotlivé položky sú zatriedené do daných skupín, ktoré charakterizujú konkrétne úrovne vnímanej sociálnej opory (faktor rodina, faktor priatelia a faktor signifikantní druhí). Dotazník obsahoval aj otázky socio-demografického charakteru. Cieľom výskumu bolo zistiť rozdiely v úrovni vnímanej sociálnej opory z pohľadu pohlavia a dĺžky pobytu v zariadení. Naš výskumný súbor tvorilo 112 respondentov – prijímateľov sociálnych služieb v Michalovskom domove seniorov (MDS) v meste Michalovce. Z celkového počtu 112 respondentov bolo 28 mužov a 84 žien, vo veku od 76 do 82 rokov (v celkového počtu klientov v zariadení je vekový rozsah 76-96 rokov, priemerný vek seniorov v MDS je 82 rokov, žien je o počte 155 a mužov 53. Priemerný vek seniorov, ktorí sa zapojili do nášho výskumu bolo 78,2 r.

VÝSLEDKY

V hypotéze 1 sme predpokladali, že seniori sa budú štatisticky signifikantne líšiť v úrovni vnímanej sociálnej opory z pohľadu pohlavia. V tabuľke 1 sú znázornené rozdiely v úrovni vnímanej sociálnej opory medzi mužmi a ženami, kde vidíme, že v našom výskume sme zaznamenali štatisticky signifikantné rozdiely vo všetkých subškálach vnímanej sociálnej opory pri $p < 0,05$. Vyššie priemerné hodnoty z celého sledovaného výskumného súboru dosiahli ženy vo všetkých úrovniach vnímanej sociálnej opory. Môžeme teda tvrdiť, že ženy vnímajú vyššiu mieru vnímanej sociálnej opory zo strany rodiny ($M = 24,9$) ($U = 29162,0$; $p < 0,05$), taktiež vnímajú vyššiu mieru vnímanej sociálnej opory od svojich priateľov ($M = 23,3$) ($U = 29448,6$; $p < 0,05$) a takisto aj od osôb im blízkym vykazujú vyššiu mieru vnímanej sociálnej opory ($M = 25,5$) ($U = 28183,0$; $p < 0,001$) oproti mužom. Celková úroveň vnímanej sociálnej opory bola zistená vyššia u seniorov ženského pohlavia ($M = 73,7$) ($U = 28542,0$; $p < 0,05$) v porovnaní so seniormi mužského pohlavia ($M = 71,3$) ($U = 28542,0$; $p < 0,05$). Muži vykazovali celkovo nižšie priemerné hodnoty v sledovanej oblasti. Vo faktore rodina ($M = 24,3$) ($U = 29162,0$; $p < 0,05$), vo faktore priatelia ($M = 22,7$) ($U = 29448,6$; $p < 0,05$) a vo faktore skupiny signifikantní druhí ($M = 24,3$) ($U = 28183,0$; $p < 0,05$).

Najvyššia priemerná hodnota bola u žien zaznamenaná v úrovni signifikantní druhí, čo predstavuje skupinu ľudí, ktorí sú respondentom blízki z nejakého dôvodu. Do tejto skupiny nepatrí rodina ani priatelia, ale sú to ľudia, ktorí sú istým spôsobom pre nich významní, dôležití. Práve v tejto skupine

populácie do tejto skupiny môžeme zaradiť lekára, sestru, zdravotníckeho pracovníka či sociálneho pracovníka. Muži dosiahli vo všetkých sledovaných úrovniach vnímanej sociálnej opory nižšie priemerné hodnoty ako ženy. Na základe toho môžeme konštatovať, že hypotéza 1 sa potvrdila.

Tabuľka 1 Rozdiely v úrovni vnímanej sociálnej opory u seniorov podľa pohlavia

	Muži (N = 28)		Ženy (N = 84)		U
	M	SD	M	SD	
Faktor rodina	24,3	6,3	24,9	6,4	29162,0*
Faktor priatelia	22,7	6,2	23,3	6,3	29448,6*
Faktor signifikantní druhí	24,3	6,8	25,5	3,8	28183,0*
Celková úroveň	71,3	19,3	73,7	16,5	28542,0*

*sig. p
< 0,05

Tabuľka 2 Rozdiely v úrovni vnímanej sociálnej opory u seniorov z hľadiska dĺžky pobytu v zariadení

	0 – 12 mesiacov (N = 37)		1 – 5 rokov (N = 49)		nad 5 rokov (N = 26)		χ^2
	M	SD	M	SD	M	SD	
Faktor rodina	24,4	7,4	21,7	6,4	23,3	5,8	2,8
Faktor priatelia	21,4	3,7	23,9	6,3	22,4	5,9	7,9*
Faktor signifikantní druhí	23,6	6,7	22,5	6,1	22,4	4,1	6,3
Celková úroveň	69,4	17,8	68,1	18,8	68,1	15,8	5,7

*sig. p
< 0,05

V hypotéze 2 sme skúmali či seniori sa budú štatisticky signifikantne líšiť

v úrovni vnímanej sociálnej opory z pohľadu dĺžky ich pobytu v ZSS. Dĺžku pobytu sme zatriedili do troch skupín: od 0 do 12 mesiacov, od 1 roka až do 5 rokov a nad 5 rokov. Z tabuľky 2 vidíme, že štatisticky signifikantné rozdiely boli zaznamenané len v jednom faktore - faktore priateľa. Pričom najvyššiu priemernú hodnotu sme zaznamenali v skupine strednej t.j. v skupine seniorov, ktorí sú umiestnení v zariadení sociálnych služieb v rozsahu 1 roka až 5 rokov ($M = 23,9$) ($\chi^2 = 7,9$; $p < 0,05$). Vo faktore rodina a faktore signifikantní druhí zaznamenané štatisticky signifikantné rozdiely neboli, ale ako môžeme z tabuľky vidieť, najvyššiu priemernú hodnotu dosiahla skupina vo faktore rodina v skupine seniorov, ktorí sú v zariadení najkratšie v rozsahu do jedného roka pobytu, nasleduje skupina seniorov, ktorí sú v zariadení umiestnení najdlhšie a to nad 5 rokov a najnižšiu priemernú hodnotu sme zistili v skupine seniorov, ktorí sú v zariadení sociálnych služieb v rozsahu od 1 roka až do 5 rokov.

Z našich výsledkov teda vidíme, že rodina je významnou sociálnou oporou pre seniorov najmä v menšom časovom slede pri umiestnení, v skupine strednej je najnižšia a v období po 5 rokov akoby sa jej hodnota zvyšovala. Vo faktore signifikantní druhí taktiež ako vo faktore rodina nebol zistený štatisticky signifikantný rozdiel z pohľadu skupín seniorov – ich dĺžky pobytu v zariadení. Tu je tiež zaujímavé, že priemerné hodnoty sa časom znižujú v jednotlivých skupinách. Najvyššia priemerná hodnota bola zistená v skupine najkratšie umiestnených seniorov ($M = 23,6$), nasleduje skupina seniorov, ktorí sú v ZSS v rozsahu jedného roka až 5 rokov ($M = 22,5$) a najnižšiu priemernú hodnotu dosiahli seniori využívajúci sociálne služby v ZSS najdlhšie teda viac ako 5 rokov ($M = 22,4$). Z hore uvedeného vyplýva, že nami stanovená hypotéza 2 pojednávajúca o predpokladaných rozdieloch v úrovni vnímanej sociálnej opory vo vzťahu k dĺžke pobytu seniorov v ZSS sa nepotvrdila.

DISKUSIA

Sociálna opora je označovaná ako jedna z najvýznamnejších pozitívnych faktorov, ktoré pretvárajú negatívny dopad rôznych nepriaznivých životných situácií na telesný a duševný zdravotný stav človeka, taktiež má vplyv na jeho kvalitu života. [1] Na základe štatistického spracovania konštatujeme, že rozdiely v úrovni vnímanej sociálnej opory medzi mužmi a ženami boli zistené v celom našom súbore vo všetkých subškálach vnímanej sociálnej opory pri $p < 0,05$. Celkovo boli zaznamenané vyššie priemerné hodnoty u žien vo všetkých úrovniach vnímanej sociálnej opory v porovnaní s mužmi. Ženy vnímajú vyššiu mieru vnímanej sociálnej opory zo strany rodiny, taktiež vnímajú vyššiu mieru vnímanej sociálnej opory zo strany priateľov a od ľudí, ktorých považujú za

svojich blízkych. Celková úroveň vnímanej sociálnej opory bola zistená taktiež u žien v porovnaní s mužmi.

V našom výskume sme teda zaznamenali zistené rozdiely v úrovni vnímanej sociálnej opory medzi mužmi a ženami. Naše výsledky sú v zhode s tvrdením autora, [2] ktorý tvrdí, že viac sociálnej opory sa dostáva ženám, čo možno vysvetliť aj tým, že ženy sú aktívnejšie vo vyhľadaní pomoci alebo obrátení sa na inú osobu v prípade výskytu problémov. Spomínaný autor taktiež uvádza, že jeden z hlavných zdrojov získanej sociálnej opory predstavujú pre človeka rodičia. Autorka [5] uvádza, že osobné a sociálne vzťahy sú postavené na pilieri - rodina. V prípade našej výskumnej vzorky a to osôb vyššieho veku môžeme uviesť tvrdenie autorov, [6] ktorí uvádzajú, že sociálna opora sa postupne znižuje s narastajúcim vekom, čo odôvodňujú hlavne zmenšovaním ich sociálnej siete. Z výsledkov výskumu [7] taktiež vyplýva podobné zistenie, keďže autorka vo svojom výskume zistila rodové rozdiely vo vnímanej sociálnej opore u seniorov. Pričom zistila, že ženy disponujú vyššou mierou sociálnej opory vo faktore rodina a inej osoby, čo môžeme vnímať ako skupinu signifikantní druhí.

V našom výskume sme na základe štatistického spracovania získaných údajov zistili, že rozdiely boli zistené iba vo faktore priatelia. Najvyššiu priemernú hodnotu sme zistili v skupine seniorov, ktorí sú v zariadení sociálnych služieb od 1 – 5 rokov. V ďalších faktoroch úrovne vnímanej sociálnej opory a to faktore rodina a signifikantní druhí neboli zistené štatisticky signifikantne rozdiely. V vyššie uvedeného môžeme konštatovať, že rodina je dôležitá v zmysle vnímanej sociálnej opory pre seniorov, ktorí sú v zariadení najkratšie (do 1 roka). V skupine seniorov, ktorí sú v zariadení od 1 do 5 rokov sme zistili najnižšiu priemernú hodnotu a u seniorov, ktorí sú v zariadení viac ako 5 rokov bola zistená vyššia priemerná hodnota, aj keď štatisticky signifikantné rozdiely v tomto faktore neboli zistené.

ZÁVER

Oblasť skúmania sociálnej opory je veľmi dôležitá najmä v cieľovej skupine seniorov. Naše výsledky poukazujú na fakt, že seniori vnímajú sociálnu oporu vo svojom okolí. Vychádzajúc z našich zistení by bolo vhodné aby stredné školy, vysoké školy so zameraním sociálnej práce či psychológie by mali zvýšiť spoluprácu so ZSS pri trávení voľného času seniorov, rôznych dobrovoľníckych aktivitách. K týmto aktivitám sa môžu pridať inštitúcie tretieho sektora, súkromného sektora s cieľom spríjemnenia voľných chvíľ seniorov čo je vhodné realizovať dobrovoľníckymi aktivitami aj prostredníctvom dní dobrovoľníctva či iných projektov realizovaných samosprávami či samosprávnymi krajmi. Zvýšiť personálne obsadenie pracovníkov v zariadeniach sociálnych služieb s cieľom

aby mali dostatok času venovať sa seniorom. Za vhodné sa môže javiť spolupráca zariadení sociálnych služieb s Úradmi práce sociálnych vecí a rodiny s cieľom zapájania uchádzačov o zamestnanie do aktivít v zariadení sociálnych služieb. Vo väčšej miere realizovať besedy pre seniorov s odborníkmi z oblasti sociálnych vecí, zdravotníctva a psychológmi. Supervíziu pre svojich zamestnancov zamerať aj na oblasť prehlbovania empatie u pracovníkov, realizovať väčšie množstvo terapií, aktivít so seniormi, viac ich zapájať kolektívnych aktivít. Taktiež je vhodné zapojiť zariadenia sociálnych služieb do projektu „adoptuj si seniora“. Tejto oblasti je určite dôležité venovať pozornosť, aby obdobie staroby predstavovalo pre seniorov obdobie pokoja stráveného v kruhu svojich blízkych ale aj osôb, ktoré pre nich predstavujú podpornú sociálnu sieť.

SUMMARY

The area of exploring social support is particularly important in the target group of seniors. Our results point to the fact that seniors perceive social support in their environment. Based on our findings, it would be advisable that high schools, colleges specializing in social work or psychology should increase their cooperation with ZSS in seniors' leisure time, various volunteer activities. These activities can be joined by institutions of the third sector, private sector in order to make the leisure time of seniors more pleasant, which should be implemented through volunteer activities, including volunteering days or other projects implemented by municipalities or municipal regions. Increase staffing levels in social services in order to ensure that they have sufficient time to devote to the elderly. It may be appropriate for social service establishments to cooperate with the Social Welfare and Family Labour Offices to involve jobseekers in activities in social service establishments. Increase the number of talks for seniors with experts in the fields of social affairs, health care and psychologists. Supervision of staff should also focus on deepening empathy among staff, more therapies and activities with seniors, and more collective activities with seniors. It is also advisable to involve social service facilities in the 'Adopt a senior citizen' project. It is certainly important to pay attention to this area, so that the period of old age represents a period of peace for seniors, spent in the company of their loved ones and also of people who represent a supportive social network for them.

REFERENCES

1. KŘIVOHLAVÝ, J. 2001. *Psychologie zdraví*. Praha : Portál, 2001. 96. s. ISBN 978-80- 7367-568-4.

2. KRPOUN, Z. 2012. Sociální opora : Shrnutí výzkumné činnosti v České a Slovenské oblasti a inspirace do budoucnosti – nadané děti. In *E-psychologie – elektronický časopis*. 2012. roč. 6, č. 1. [online]. [2023-02-25]. Dostupné z: <https://e-psycholog.eu/pdf/krpoun.pdf>.
3. BENDŽALOVÁ, K. – VASILOVÁ, K. 2004. *Vnímaná sociálna opora a spokojnosť so sociálnou sieťou u zamestnaných a nezamestnaných*. [online]. [2023-02-23]. Dostupné z: <https://www.pulib.sk/web/kniznica/elpub/dokument/Dzuka3/subor/23.pdf>.
4. ZIMET, G. D.- DAHLEM, N. W.- ZIMET, S. G. - FARLEY, G. K. 1988. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. In *Journal of Personality Assessment*. Vol. 52, issue 1, p. 30 - 41, 1988. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2.
5. MIČKOVÁ, Z. 2014. Sociální opora a emočně vůľová stabilita v období adolescence. In *Psychologie a její kontexty*. Vol. 5 (1), 2014, s. 75–87. [online]. [2023-03-03]. Dostupné z: http://psychkont.osu.cz/fulltext/2014/Mickova_2014_1.pdf.
6. ŠOLCOVÁ, I. - KEBZA, V. 2003. Prediktory sociální opory u české populace. In *Československá psychologie*. 2003. 226 s. ročník XLVIII. č. 3, s. 220–228. ISSN 0009-062X.
7. LUKÁČOVÁ, V. 2018. Prežívanie sociálnej osamelosti a vnímaná sociálna opora u seniorov a senioriek v inštitucionálnom prostredí. In *Zborník prác z 15. ročníka celoslovenského kola ŠVOČ v odbore Sociálna práca konaného 2. mája 2018 v Prešove*. Prešov, 2018, s. 389–434.

PERCEIVED SOCIAL SUPPORT IN SENIORS

Daniela BARKASI, associate professor, St. Elizabeth University of Health and Social sciences, Department of Beatific M. D. Trček in Michalovce, Partizánska 23, Michalovce 071 01, Slovakia, daniela.barkasi@gmail.com, ORCID: 0000-0001-8266-5302

Abstract

In the present paper, we examine the perceived social support of seniors who are placed in a residential social services facility. This is an area that needs increased attention, not least in light of the recent pandemic, which has brought with it significant constraints for this population in particular. In our research, we investigated the level of perceived social support among seniors who are recipients of residential social services. We found that women showed higher levels of perceived social support across all factors compared to men. Statistically significant differences were found in the level of perceived social support in only one factor, namely friends in terms of length of stay in a social services facility.

Keywords

Aging, seniors, perceived social support, social services