

АХМАД НАСТАНД ҮЗҮҮЛЭХ СЭТГЭЛ ЗҮЙН ТУСЛАМЖ ҮЙЛЧИЛГЭЭ

Ц. Хулан

“Байгууллагын сэтгэл судлал” хөтөлбөрийн магистрант

*Шинжлэх ухаан, технологийн их сургууль
Бизнесийн удирдлага, хүмүүнлэгийн сургууль*

D.PR20E009@must.edu.mn

Хураангуй: Олон улсад ахмад настанд үзүүлэх үйлчилгээ, эмчилгээ сувилгаа тэр дундаа ахмад настанд зориулсан сэтгэл зүйн үйлчилгээ түгээмэл байдаг бол манай оронд сэтгэл зүйн үйлчилгээ бага байна. Иймд ахмадуудын тусгаарлагдмал байдал, ялгаварлан гадуурхалтад өртөх, ганцаардлын хам шинжийг арилгах, сэтгэл зүйн тусламже үйлчилгээний хэрэгцээ шаардлагыг судлан, сэтгэл зүйн үйлчилгээг төлөвлөх, зөвлөмж, хөтөлбөр боловсруулах шаардлагатай байгаа юм.

Түлхүүр үгс: Ганцаардал, хам шинж, хэрэгцээ шаардлага, төлөвлөх

УДИРТГАЛ

Амьдралынхаа янз бүрийн хугацаанд хүн ямар нэгэн нөхцөл байдалтай байнга тулгардаг. Бие нь залуу, эрч хүчээр дүүрэн байдаг ч сөрөг зүйлтэй амархан харьцдаг. Хүн нас ахих тусам өвчин эмгэг, сөрөг туршлагыг өөртөө хуримтлуулж байдаг. Стрессийг даван туулах нь илүү хэцүү болдог. Ахмад настнуудад тохиолддог нийтлэг сэтгэлзүйн асуудалд түгшүүр, сэтгэл гутрал, дэмийрэл, солиорол, зан чанарын эмгэг, мансууруулах бодис хэрэглэх зэрэг байж болох ч үүгээр хязгаарлагдахгүй. Нийгмийн болон сэтгэл хөдлөлийн нийтлэг асуудлууд нь бие даасан байдлаа алдах, уй гашуу, айдас, ганцаардал, санхүүгийн хязгаарлалт, нийгмийн сүлжээ дутагдалтай холбоотой байж болно. Өөр нэг гол асуудал нь нийгэм ахмад настнуудад хандах хандлага юм. Хүн тэтгэвэрт гарахдаа ажилгүй, нийгмээс “хөөгдсөн” мэт санагддаг. Хамт ажиллаж байсан ойр дотны хамтрагч байхгүй, гэртээ удаан байх нь асуудлыг улам даамжируулна. Нөхөр буюу эхнэр хэдийн нас барсан, хүүхдүүд хол амьдарч, гэр бүлтэйгээ завгүй байдаг. Хөршүүд нь ч гэсэн өөрсдийнхөө асуудлаас илүү гарч чадахгүй байх зэргээс харилцааны хүрээ огцом нарийсч байдаг. Ийм нөхцөлд сэтгэлзүйн дэмжлэг, зөвлөгөө онцгой шаардлагатай. Энэ нь нийгмийн бүрэн эрхт гишүүн болох, хэрэгцээгээ дахин мэдрэх хэвийн амьдралд эргэн ороход тусалдаг. Гэхдээ хүн бүр ийм тусламж үзүүлж чадахгүй. Нас өндөр болсон хүний зан чанар эрс доройтдог. Энэ асуудлыг шийдэхийн тулд ахмад настнуудад сэтгэл зүйн зөвлөгөө өгөх, хөтөлбөр боловсруулах

зорилгоор 383 ахмад настнаас асуулга, тестийн аргыг ашиглан судалгааг нээлттэй авсан.

ОНОЛ, АРГА ЗҮЙН ХЭСЭГ

Өнөө үед хүн амын хөгшрөлтийн асуудал, түүний үр дагаврын талаар нийгэмд нилээд өргөн ойлголттой болсон. Хөгшрөлт бол асар их өөрчлөлтийг дагуулдаг нас сэтгэл зүйн эрин үе юм. Уламжлал ёсоор хөгшрөлтийг доройтох, уруудах үйл явц гэж ойлгодог ч хүний хөгжил энэ үед ч бий болдог. Нас өндөр болсон хэдий ч цаашид амьдрах хорь гучин жилд хүн шинэ мэдлэг, ур чадвар эзэмших хангалттай хугацаа байдаг гэдгийг Америкийн Физиологийн нийгэмлэг болон Хөгшрөлтийн судалгааны холбоо хамтран судалсан байна. Дэлхийн үсрэнгүй хөгжил, технологийн шинэ орчин, оюун санааны дэвшил гарч, хүн амын дундаж наслалт уртасч, амьдралын чанарт ахиц өөрчлөлт гарсаар байна.

Ахмад настнуудад нийгмийн болон биологийн хүчин зүйлээс гадна гэр бүлийн амьдралын олон бэрхшээлтэй асуудлууд тулгардаг. Үүний нэг асуудал нь тэтгэвэр авагч болсноор ганцаардах, өөрийгөө хэнд ч хэрэггүй болсон мэт сөрөг хандлага гаргах, амьдралын тодорхой хэмнэлгүй болох, харилцааны хүрээгээ нарийсгах, хүнээс татгалзах, идэвхтэй ажлаасаа хөндийрөх зэрэг сэтгэл зүйн хувьд таагүй байдалтай болдог.

Роберт Эчли хөгшрөлтийг хүлээн авах хариу үйлдэл ба түүнд дасан зохицох хэлбэрийн хоорондын залгамж нь хүмүүст адилтгах мэдрэмжийг (Идентичность) төрүүлдэг. Энэ нь хүн өөрийгөө бусадтай харьцуулж “би хэзээ ч ингэж хийхгүй байсан” эсвэл “тэр надтай ижил” гэсэн мэдрэмжийг илэрхийлэх боломж олгодог.[1]

Судлаачид сэтгэл зүйн болон физиологийн өөрчлөлтүүд хоорондоо нягт холбоотой гэж үзээд хөгшрөлтийг физиологийн буюу хэвийн, эрт өтлөх буюу өвчинтэй холбоотой 2 ангилсан байна.

Физиологийн хөгшрөлтийн үед эрүүл чийрэг, өөртөө үйлчлэх, өөрийгөө арчлах чадвартай, эргэн тойрны үйл явдлыг сонирхох, идэвхтэй хэвийн байдаг бол, эрт хөгшрөх явц нь биеийн эрүүл мэндийн байдал сайн биш, идэвх сонирхол буурсан, хүрээлэн буй орчны сөрөг хүчин зүйлсийн нөлөөнд автсан байдалтай байна.

Хөгшрөлт нь хүний амьдрах чадвар буурахад хүргэдэг, байгалийн үйл явц бөгөөд хүн бүр тодорхой наснаас эхлэн гадаад төрх, бие махбодын дотоод өөрчлөлтүүдээр эхэлдэг.

- Үйл ажиллагаа аажмаар буурч, хөдөлгөөн хязгаарлагдмал, биеийн хүч чадал буурдаг.

- Мэдрэлийн болон сэтгэцийн үйл явцын үйл ажиллагааны чадвараа алдаж, булчин, шөрмөс, үе мөчний уян хатан чанар алдагддаг.

Сэтгэл зүйн хувьд:

- Өөрийгөө үнэлэх үнэлэмж буурах, өөртөө итгэлгүй байх, сэтгэл хангалуун бус байх,

- Ганцаардлаас айх, арчаагүй байдал, үхлээс айх

- Уйтгар гуниг, цочромтгой байдал, гутранги үзэл

- Шинэ зүйлд сонирхол буурах зэрэг байдал юм.

Хүний биемахбодийн хөгшрөлтийг дагаад сэтгэл зүйн нөхцөл байдал, зан чанарын өөрчлөлтүүд бий болдог.[2]

Ахмад настнуудад үзүүлэх нийгэм, сэтгэлзүйн тусламжийн мөн чанар нь нийгэм, сэтгэлзүйн нөхөн сэргээлтийн үйлчилгээ юм. Энэ нь ердийн чиг үүрэг, үйл ажиллагааны төрөл, хүмүүстэй харилцах мөн чанарыг сэргээх явдал бөгөөд нийгмийн тусгаарлалтыг даван туулах, өндөр настнуудын өөрийгөө үнэлэх үнэлэмжийг нэмэгдүүлэх, амьдралын туршлагаа шинэчлэх, түүний үнэ цэнийг танин мэдэх, бүтээлч чадавхийг таниулах нөхцлийг бүрдүүлдэг заслын үйлчилгээ юм. Ахмад настнуудыг нийгэмшүүлэх, нийгэм сэтгэл зүйн дасан зохицох асуудал нь зөвхөн шинжлэх ухааны төдийгүй нийгэмд тулгамдсан асуудлын нэг юм.

Хөгшрөлтийн үйл явц нь хүн бүрийн амьдралтай шууд холбоотой.

Хүмүүсийн нийгэм сэтгэл зүйн шинж чанарыг судлах нь ахмад настны амьдралын онолын тал дээр нөлөөлөөд зогсохгүй тухайн насны үед үүссэн асуудлыг шийдвэрлэх шинэ аргуудын үндэс суурь болдог.[3]

Хөгшрөлтийн үеийг ихэвчлэн геронтогенез гэж нэрлэдэг. Ихэнх судлаачид хөгшрөлт 55-60 наснаас эхэлж үхэх хүртлээ үргэлжилдэг гэж үздэг. Олон улсын ангилал нь геронтогенезийн дараах үеүүдийг тодорхойлдог.

Ахимаг нас

- Эрэгтэйчүүд 60-74 нас

- Эмэгтэйчүүд 55-74 нас

Өндөр нас 75-90 нас

Зуу настны нас 90-ээс дээш нас гэж авч үздэг. Монгол Улсын “Ахмад настны тухай” хуулийн 3 дугаар зүйлийн 1 дэх хэсэгт заасны дагуу ахмад настанд 60, түүнээс дээш эрэгтэй, 55, түүнээс дээш настай эмэгтэй хүнийг хамруулсан.[4]

СУДАЛГААНЫ ХЭСЭГ

Хууль эрх зүйн орчны шинжилгээ болон шинжлэх ухааны ном зүйн эх сурвалжид дүн шинжилгээ хийж нэгтгэсэн.

Статистикийн нэгдсэн мэдээллийн сангийн 2020 оны 05 сарын 21-ний өдрийн шинэчилсэн мэдээллээр Монгол улсын хувьд нийгмийн халамжийн

үйлчилгээнд хамрагдсан нийт 135490 ахмад настан байна. Түүврийн хэмжээг дараах томъёогоор тодорхойлно.

$$N = (t^2 * 0.25 * N) / (N * \Delta^2 + t^2 * 0.25 @)$$

Энд

N – 135490 ахмад настныг төлөөлж чадах түүврийн хэмжээ

T – Баталгааны коэффициент буюу Стьюдентийн тархалтын критик утга юм.

Итгэх магадлал нь 95 хувь байхад байхад $t=1.96$ байдаг.

Алдааны хязгаар. Бидний авч үзэж байгаагаар энэ нь 5 хувь буюу 0.05 болно.

$$\frac{1,96^2 * 0.25 * 135490}{(135490 * 0.05^2 + 1,96^2 * 0.25)} = 383$$

95% -ийн итгэлтэйгээр, +/-5% -ийн алдаатайгаар 135490 эх олонлогийг 383 ахмад настан төлөөлж чадна гэж үзээд Монголын ахмадын холбооны 283 ахмад, цагдаагийн байгууллагаас тэтгэвэрт гарсан 100 ахмад настныг хамруулан стрессийг даван туулах чадварын тест, асуулгын аргыг ашиглан судалгаагаа авсан.

ХЭЛЭЛЦҮҮЛЭГ

Бид хүний зан чанар, сэтгэл зүй, нийгмийн түвшинд огцом өөрчлөгдөх гол бэрхшээл нь гадаад, дотоод хүчин зүйлүүд, ялангуяа найз нөхдийн хүрээ багасах, ердийн амьдралын хэв маягаасаа салж, сэтгэлийн хямралд орох зэрэг нь ахмад настнуудад нийгэм, сэтгэл зүйн тусламж үйлчилгээ нэн шаардлагатайг анхаарч судалгааг хийсэн. Хөгшрөлтийн эхэн үе, ганцаардал, эрүүл мэндийн асуудал, санхүүгийн асуудал, нийгмийн хандлага, стресс зэрэг сэтгэл зүйн шинж чанаруудын хоорондын хамаарлыг судалж чадсан.

Даяаршил, технологийн хөгжил (тээвэр, харилцаа холбоо), хотжилт, шилжилт хөдөлгөөн, жендэрийн хэм хэмжээ өөрчлөгдөх зэрэг нь ахмад настнуудын амьдралд шууд болон шууд бусаар нөлөөлж байна. Нийгмийн эрүүл мэндийн бодлого, халамжийн бодлого боловсруулахдаа одоогийн болон төлөвлөгдсөн чиг хандлагыг зохих ёсоор харгалзан үзэх ёстой.

ДҮГНЭЛТ

Эрдэм шинжилгээний өгүүллийн хүрээнд хийсэн судалгааны үр дүнг дараах байдлаар дүгнэж байна. Тухайн ахмад настны хувь хүний хөгжлийн онцлог шинж, хөгшрөлтийн хэлбэр, зан үйлийн бүтээлч арга зам, боломжуудыг судлахад онцгой анхаарал хандуулсан бөгөөд энэ нь практик зөвлөмж, сэтгэл зүйн тусламж үйлчилгээ үзүүлэхэд ихээхэн нөлөөлдөг.

Ахмад настанд үзүүлэх сэтгэл зүйн тусламж үйлчилгээ нь:

- Хөгшрөлтөд хандах хандлагыг өөрчлөх,

- Тэтгэвэрт гарах нь амьдралын энэ үе шатанд амрах нэмэлт цагийг гаргаж өгч байгааг ойлгуулах,
- Шинэ зүйлийг хийж, сурах боломж байгааг ойлгуулснаар өөрийгөө хүлээн зөвшөөрөх,
- Бэрхшээлийг даван туулах, сэтгэл хөдлөлийн түвшин хэвийн болох үр дүнтэй.

Энэ бүх хүчин зүйлүүд нь хөгшрөлтийн үед хүний сэтгэл зүйн эрүүл мэндийг хадгалахад ихээхэн хувь нэмэр оруулдаг. Мөн урт хугацааны болон хөнгөвчлөх тусламж үйлчилгээний тогтвортой бодлого боловсруулах болон насны онцлогт тохирсон үйлчилгээ, нөхцөлийг бүрдүүлэх хэрэгтэй байна.

НОМ ЗҮЙ

[1] Амаржаргал Т., (Ph.D), Ариунтуяа Н., (Ph.D) Ахмад настантай ажиллах нийгмийн ажлын арга зүй. Улаанбаатар: «Нөблмен», 2010,

[2] Туяа С., (Ph.D) ШУТИС-ийн Хэвлэлийн Үйлдвэр Сургалтын төв, 2016,

[3] Страшникова К.А., Тульчинский М.М. Социально- психологическая помощь и поддержка пожилых в культурной среде // Психология старости и старения: Хрестоматия / Сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. – М.: Академия, 2003.

[4] Ахмад настны тухай хууль