



**VILNIAUS UNIVERSITETAS  
ŠIAULIŲ AKADEMIJA**

MAGISTRO STUDIJŲ PROGRAMA  
Socialinis darbas

**LAURA SOBOLEVSKYTĖ**

**Magistro baigiamasis darbas**

**VYRESNIO AMŽIAUS ASMENŲ SOCIALINIS AKTYVUMAS:  
SUBJEKTYVIŲ PATIRČIŲ ANALIZĖ**

Darbo vadovas (-ė) doc. dr. Kristina Rūdytė

Šiauliai, 2023

**Studijuojančiojo, teikiančio baigiamąjį  
darbą, GARANTIJA**

**WARRANTY of Final Thesis**

Vardas, pavardė <i>Name, Surname</i>	<b>LAURA SOBOLEVSKYTĖ</b>
Padalinys <i>Faculty</i>	<b>Šiaulių akademija</b> <i>Šiauliai Academy</i>
Studijų programa <i>Study Programme</i>	<b>Socialinis darbas</b> <i>Social work</i>
Darbo pavadinimas <i>Thesis topic</i>	<b>Vyresnio amžiaus asmenų socialinis aktyvumas: subjektyvių patirčių analizė</b> <b>Social Activity of Elderly People: an Analysis of Subjective Experiences</b>
Darbo tipas <i>Thesis type</i>	<b>Baigiamasis darbas</b> <i>Final Thesis</i>

Garantuojau, kad mano baigiamasis darbas yra parengtas sąžiningai ir savarankiškai, kitų asmenų indėlio į parengtą darbą nėra. Jokių neteisėtų mokėjimų už šį darbą niekam nesu mokėjęs.

*I guarantee that my thesis is prepared in good faith and independently, there is no contribution to this work from other individuals. I have not made any illegal payments related to this work.*

Šiame darbe tiesiogiai ar netiesiogiai panaudotos kitų šaltinių citatos yra pažymėtos literatūros nuorodose.

*Quotes from other sources directly or indirectly used in this thesis, are indicated in literature references.*

**Aš, Laura Sobolevskytė, pateikdamas (-a) šį darbą, patvirtinu (pažymėti)**

*I, Laura Sobolevskytė, by submitting this paper confirm (check)*



**Embargo laikotarpis**  
*Embargo Period*

Prašau nustatyti šiam baigiamajam darbui toliau nurodytos trukmės embargo laikotarpį:  
*I am requesting an embargo of this thesis for the period indicated below:*

\_\_\_\_\_ mėnesių / *months*  
(embargo laikotarpis negali viršyti 60 mėn. / *an embargo period shall not exceed 60 months*).

Embargo laikotarpis nereikalingas / *no embargo requested*.

Embargo laikotarpio nustatymo priežastis / *Reason for embargo period:*

# Turinys

SANTRAUKA .....	1
SUMMARY .....	1
Įvadas .....	1
<b>1. SOCIALINIO DARBO SU VYRESNIO AMŽIAUS ASMENIMIS IR JŲ SOCIALINIO AKTYVUMO TEORINIS KONCEPTUALIZAVIMAS .....</b>	<b>5</b>
1.1. Lietuvos ir Ukrainos vyresnio amžiaus gyventojų demografinė raida pasaulio šalių kontekste .....	5
1.2. Valstybės politika Lietuvoje ir Ukrainoje vyresnio amžiaus asmenų socialiniam aktyvumui skatinti..	8
1.3. Sėkmingo senėjimo sąvokos ir socialinio aktyvumo konceptai.....	10
1.3.1. Kontaktų su artimaisiais palaikymas.....	13
1.3.2. Įsitraukimas į socialines veiklas vyresniame amžiuje.....	14
1.3.3. Savanorystė vyresniame amžiuje.....	16
1.3.4. Užimtumas ir darbinė veikla vyresniame amžiuje.....	19
1.4. Specialistų kompetencijų svarba vyresnio amžiaus asmenų socialiniam aktyvumui skatinti .....	20
<b>2. TYRIMO METODOLOGIJA .....</b>	<b>23</b>
<b>3. VYRESNIO AMŽIAUS ASMENŲ SOCIALINIO AKTYVUMO GALIMYBIŲ EMPIRINIO TYRIMO ANALIZĖ .....</b>	<b>26</b>
3.1. Vyresnio amžiaus asmenų subjektyvių patirčių analizė.....	26
3.1.1. Kontaktų su artimaisiais palaikymas vyresniame amžiuje .....	27
3.1.2. Užsiėmimas formaliomis ir neformaliomis veiklomis vyresniame amžiuje .....	32
3.1.3. Savanorystė vyresniame amžiuje.....	35
3.1.4. Vyresnio amžiaus asmenų užimtumas .....	38
3.2. Specialistų, dirbančių su vyresnio amžiaus asmenimis, subjektyvių patirčių analizė .....	41
3.2.1. Kontaktų su artimaisiais palaikymas .....	41
3.2.2. Vyresnio amžiaus asmenų dalyvavimas formaliose ir neformaliose veiklose .....	44
3.2.3. Savanorystė vyresnio amžiaus asmenų gyvenime .....	47
3.2.4. Užimtumas/darbinė veikla vyresniame amžiuje .....	50
3.3. Kokybinių tyrimų rezultatų apibendrinimas .....	53
<b>DISKUSIJA .....</b>	<b>60</b>
<b>IŠVADOS.....</b>	<b>61</b>
<b>REKOMENDACIJOS .....</b>	<b>63</b>
<b>EXTENDED SUMMARY .....</b>	<b>64</b>
<b>LITERATŪRA.....</b>	<b>78</b>
<b>PRIEDAI .....</b>	<b>94</b>

## SANTRAUKA

Šiame magistro darbe analizuojamos vyresnio amžiaus asmenų socialinio aktyvumo galimybės, remiantis subjektyviomis vyresnio amžiaus asmenų ir jiems paslaugas teikiančių specialistų patirtimis. Siekiant atskleisti tyrimo problemą keliami klausimai: Kaip vyresnio amžiaus asmenys konceptualizuoja savo galimybes gyventi aktyvų socialinį gyvenimą? Kokias prielaidas vyresnio amžiaus asmenys ir jiems paslaugas teikiantys specialistai įžvelgia socialinio aktyvumo skatinimui? Kokios socialinio aktyvumo skatinimo modelis/priemonės gali būti pritaikytos skirtingose – ryšių su artimaisiais, savanoriškos veiklos, formalios bei darbinės veiklos – dimensijose? Tyrimo objektas - Vyresnio amžiaus asmenų socialinio aktyvumo galimybės. Tyrimo tikslas - remiantis teoriniais ir empiriniais duomenimis atskleisti vyresnio amžiaus asmenų socialinio aktyvumo galimybes, pagrįstas vyresnio amžiaus asmenų ir jiems paslaugas teikiančių specialistų subjektyvių patirčių analize. Tikslui pasiekti išsikelti uždaviniai: 1. Taikant teorinės analizės metodą konceptualizuoti vyresnio amžiaus asmenų socialinį aktyvumą ir pagrįsti jo struktūrą. 2. Pritaikant pusiau struktūruoto interviu ir kokybinės turinio analizės metodą, atskleisti kaip vyresnio amžiaus asmenys, remdamiesi turimomis patirtimis, konceptualizuoja savo socialinį aktyvumą ir kaip vertina jo skatinimo galimybes. 3. Taikant pusiau struktūruoto interviu ir kokybinės turinio analizės metodą, atskleisti kaip specialistai konceptualizuoja vyresnio amžiaus asmenų socialinį aktyvumą ir kokias prielaidas jo skatinimui įžvelgia. 4. Remiantis teoriniais ir empiriniais atlikto tyrimo rezultatais, sugretinant vyresnio amžiaus asmenų ir specialistų įžvalgas, numatyti vyresnio amžiaus asmenų socialinio aktyvumo skatinimo galimybes.

Tyrimo dalyvavo 16 respondentų - 8 dirbantys ir teikiantys paslaugas vyresnio amžiaus asmenims specialistai ir 8 vyresnio nei 60 metų amžiaus asmenys. Naudota mokslinių šaltinių analizė ir kokybinio tyrimo metodas – pusiau struktūruotas interviu. Gautų duomenų apdorojimui naudota kokybinė turinio analizė.

Svarbiausios empirinio tyrimo išvados: 1. Socialinis aktyvumas konceptualizuojamas per kontaktų su artimaisiais, formalių bei neformalių veiklų, savanorystės bei užimtumo dimensijas. 2. Vieni asmenys aktualizuoja veiklų pasirinkimo įvairovę, fizinės galimybes išlikti aktyviu, kiti – socialinį aktyvumą supranta kaip gerą vidinę savijautą ir asmeninį tobulėjimą. 3. Specialistai socialinį aktyvumą sieja su pasaulėžiūros plėtimu, emocinės bei fizinės sveikatos išsaugojimu. 4. Specialistai pabrėžė galimybes formuoti pozityvų visuomenės požiūrį. Asmenys aktualizavo galimybes gauti tikslingą bei išsamią informaciją, dominančios veiklos pasiūlymus.

## SUMMARY

This master thesis analyses the possibilities of social activity for older people based on the subjective experiences of older people and the professionals who provide services to them. The research questions are: How do older people conceptualise their opportunities for an active social life? What do older people and their service providers see as the preconditions for promoting social activity? What are the different dimensions of the model/prerequisites for promoting social activity - relationships with relatives, volunteering, formal and work activities? The object - the social activity opportunities for older people. The aim of the study - to identify, on the basis of theoretical and empirical data, the possibilities for social activity of older people, based on an analysis of the subjective experiences of older people and the professionals who provide services to them. To achieve this goal, the following objectives were set: 1. to conceptualise the social activity of older people and to justify its structure using theoretical analysis. 2. to use semi-structured interviews and qualitative content analysis to reveal how older people conceptualise their social activity and their perceptions of the possibilities of promoting it, based on their experiences. 3. using semi-structured interviews and qualitative content analysis, to reveal how practitioners conceptualise older people's social activity and what they see as the preconditions for promoting it. 4. based on the theoretical and empirical results of the study, and by comparing the insights of older people and professionals, to identify opportunities for the promotion of older people's social activity.

The survey involved 16 respondents - 8 professionals working and providing services to older people and 8 people aged over 60. The research method used was semi-structured interviews and analysis of scientific sources. Qualitative content analysis was used to process the data obtained.

Key findings of the empirical study: 1. Social activity is conceptualised through the dimensions of contact with relatives, formal and informal activities, volunteering and employment. 2. Some people identify a variety of activity choices and physical opportunities to stay active, while others perceive social activity as well-being and personal development. 3. Professionals associate social activity with broadening one's worldview and preserving emotional and physical health. 4. Professionals emphasised the potential to create a positive social attitude. Individuals highlighted the possibilities of receiving targeted and comprehensive information and suggestions for activities of interest.

## Ivadas

**Aktualumas ir mokslinis ištirtumas.** Nuo XX a. antrosios pusės tiek Lietuvoje tiek ir visoje Europoje vyksta reikšmingi demografiniai pokyčiai, lemiantys mažėjantį gimstamumą bei ilgėjančią gyvenimo trukmę, ko pasekoje, vis ryškėja toks fenomenas kaip senėjanti visuomenė. Nepaisant to, kad ilgėjanti gyvenimo trukmė yra teigiamas pokytis visuomenėje, svarbu atkreipti dėmesį ir į šio reiškinio sukeltus neigiamus padarinius. Senstant visuomenei atsiranda ir tam tikrų neigiamų socialinės politikos problemų – mažėja darbingų asmenų skaičius, o tai sukelia šalies ekonomikos silpnėjimą. Eurostato duomenimis, didėjant vyresnio amžiaus asmenų skaičiui, padidės ir našta darbingo amžiaus asmenims (Eurostatas, 2020). Taip pat senstant visuomenei atsiranda poreikis didinti įvairias socialines išmokas, plėsti tam tikrų medicinos paslaugų spektrą, skirtą vyresnio amžiaus asmenims, tampa sunkiau prisitaikyti prie kintančių darbo rinkos poreikių, didėja socialinės atskirties grėsmė.

Atsižvelgiant į senėjančios visuomenės fenomeną, natūraliai kyla poreikis daugiau dėmesio skirti valstybės politikai, orientuotai į vyresnio amžiaus asmenų sąlygas ir galimybes aktyviam socialiniam gyvenimui. Vyriausybės strateginės analizės centro Strata atliktoje analitinėje apžvalgoje „Senstanti Lietuvos visuomenė“ teigiama, kad nepaisant to, jog pagal vyresnio amžiaus asmenų užimtumo rodiklius Lietuva lenkia ES vidurkį, tačiau vyresnio amžiaus žmonių potencialas turi būti matuojamas ne tik vertinant aktyvumą darbo rinkoje, bet ir atsižvelgiant į dalyvavimą visuomeniniame gyvenime, gyvenimo kokybės gerinimą, pajėgumus ir sudarytas galimybes aktyviam senėjimui (Strata, 2020). Centro atliktas tyrimas parodė, kad pusė vyresnio amžiaus apklaustųjų nedalyvauja ir neketina dalyvauti savanoriškoje veikloje ar politiniame gyvenime (Strata, 2020). Menkas asmenų įsitraukimas į socialinį gyvenimą pastebimas ne tik Lietuvoje, bet ir kitose šalyse. Ukrainoje išryškinama kaimo vietovėse gyvenančių žmonių problema – šiose vietovėse yra labai mažai aktyviai veikiančių socialinės orientacijos visuomeninių organizacijų, veiklų, renginių, o mobilumo problema lieka neišspręsta. Taip pat pabrėžiamas ir atokiau gyvenančių asmenų mentalitetas ir būdas, kuris lemia žemą asmenų socialinio gyvenimo rodiklį (Іванова, 2023).

Socialinio vyresnio amžiaus asmenų aktyvumo svarba gali būti analizuojama ir per asmeninę ir per socialinę prizmę. Anot J. R. Kelly (1996) šios veiklos analizavimas ir aktyvius asmenų socialinis gyvenimas turi didelę reikšmę jų fizinei bei psichologinei sveikatai. Menkas asmenų domėjimasis visuomeniniu gyvenimu ir veiklomis, anot autoriaus, gali prisidėti prie socialinės atskirties didinimo,

ko pasekoje, prastėja ir fizinės sveikatos būklė (Kelly, 1996). Tam, kad sėkmingai įgyvendinti vyresnio amžiaus asmenų integraciją, būtina analizuoti ne tik jų poreikius bei galimybes, tačiau ir įvairių specialistų, teikiančių jiems paslaugas, vaidmenis šioje srityje. Atsižvelgiant į tai, kad kiekvieno asmens senėjimo procesas yra labai individualus ir ši tikslinė grupė turi specifinių poreikių, efektyvus specialistų darbas priklauso nuo jų kompetencijos, sugebėjimo atliepti asmenų poreikius ir pasiruošimo įsikūnyti į skirtingus socialinius vaidmenis (Vosyliūtė ir Karasevičiūtė, 2022). Socialinio darbuotojo svarbą pabrėžia ir Ukrainos autoriai (Іванова, 2023), jų teigimu – socialiniai darbuotojai, perteikdami savo gyvenimo patirtį ir įgūdžius, atlieka labai didelį vaidmenį vyresnio amžiaus asmenų socialinėje integracijoje.

Literatūroje gana plačiai nagrinėjama vyresnio amžiaus asmenų darbo rinkos ir mokymosi tematika - skirtingi autoriai pateikia atliktų tyrimų rezultatus apie vyresnio amžiaus asmenų dalyvavimo ir išlikimo darbo rinkoje galimybes (Okunevičiūtė – Neverauskienė, Moskvina, 2008; Lengvinienė, Rutkienė, 2014), taip pat didelis dėmesys yra skiriamas šios tikslinės grupės atstovų skatinimui mokytis (Lengvinienė, 2016; Lengvinienė ir Rutkienė, 2014). Dažnu atveju tai tarpusavyje labai artimai susiję veiksniai (Gruževskis, Okunevičiūtė – Neverauskienė ir Česnuitytė, 2007). Taip pat, tiriant vyresnio amžiaus asmenų saviraišką ir socialinį aktyvumą, analizuojama ir senjorų NVO veikla ar savanorystė. Autorių teigimu, dalyvavimas šiose veiklose suteikia galimybę save realizuoti bei jaustis reikalingiems (Trečiokienė, Gedvilienė ir Karasevičiūtė, 2011). Užsienio autoriai taip pat savanorystę bei aktyvią visuomeninę veiklą išskiria kaip vienus didžiausių veiksnių, darančių įtaką aktyviam socialiniam gyvenimui. Tyrimų duomenimis, vyresniame amžiuje didžiausią teigiamą poveikį daro organizacinė veikla ir savanorystė bei galimybė tarnauti kitiems, todėl veiksmai, nukreipti į vyresnio amžiaus asmenų savanoriškos veiklos didinimą, yra ypač skatinami (Young, Glazgo, 1998; Carslon et al., 2000; Green, 2008, cit. iš Luoh, 2002). Siekiant skatinti vyresnio amžiaus asmenų socialinį aktyvumą, didelę reikšmę turi ir kokybiškos socialinės paslaugos, kurių nauda plačiai analizuojama tiek Lietuvos, tiek užsienio autorių (Gruževskis, Krutulienė, Miežienė, 2021; Gečienė, Gudžinskienė, 2018; Garavan, Winder, McGee, 2001). Jų teigimu, oriam bei aktyviam senėjimui privalo būti sudarytos tinkamos sąlygos ir galimybės, kurias galima pasiekti per kokybišką paslaugų teikimą. Norint tai užtikrinti, ypač svarbus socialinių darbuotojų vaidmuo, tinkamas jų pasiruošimas, kompetencija bei turima patirtis.

Taigi, vykstant demografiniams pokyčiams, vis labiau ryškėja poreikis didesnę dėmesį skirti būtent vyresnio amžiaus asmenų aktyvumui socialinio gyvenimo sąlygų sudarymui. Tam, kad tai pasiekti, būtina į šią sritį žiūrėti kompleksiskai bei analizuoti ir tobulinti įvairias socialines sritis.

**Tyrimo probleminiai klausimai:** Kaip vyresnio amžiaus asmenys konceptualizuoja savo galimybes gyventi aktyvų socialinį gyvenimą? Kokias prielaidas vyresnio amžiaus asmenys ir jiems paslaugas teikiantys specialistai išvelgia socialinio aktyvumo skatinimui? Kokios socialinio aktyvumo skatinimo modelis/priemonės gali būti pritaikytos skirtingose – ryšių su artimaisiais, savanoriškos veiklos, formalios bei darbinės veiklos - dimensijose?

**Tyrimo objektas:** Vyresnio amžiaus asmenų socialinio aktyvumo galimybės.

**Tyrimo tikslas:** Remiantis teoriniais ir empiriniais duomenimis atskleisti vyresnio amžiaus asmenų socialinio aktyvumo galimybes, pagrįstas vyresnio amžiaus asmenų ir jiems paslaugas teikiančių specialistų subjektyvių patirčių analize.

**Tyrimo uždaviniai:**

1. Taikant teorinės analizės metodą konceptualizuoti vyresnio amžiaus asmenų socialinį aktyvumą ir pagrįsti jo struktūrą.

2. Pritaikant pusiau struktūruoto interviu ir kokybinės turinio analizės metodą, atskleisti kaip vyresnio amžiaus asmenys, remdamiesi turimomis patirtimis, konceptualizuoja savo socialinį aktyvumą ir kaip vertina jo skatinimo galimybes.

3. Taikant pusiau struktūruoto interviu ir kokybinės turinio analizės metodą, atskleisti kaip specialistai konceptualizuoja vyresnio amžiaus asmenų socialinį aktyvumą ir kokias prielaidas jo skatinimui išvelgia.

4. Remiantis teoriniais ir empiriniais atlikto tyrimo rezultatais, sugretinant vyresnio amžiaus asmenų ir specialistų patirtis, numatyti vyresnio amžiaus asmenų socialinio aktyvumo skatinimo galimybes.

**Tyrimo metodologija ir metodai.** Tyrimas grindžiamas socialinio konstruktyvizmo teorine nuostata, kuriai aktualus nuomonių kompleksiskumas (Creswell, 2012, cit. Žydžiūnaitė ir Sabaliauskas, 2017) bei humanizmo teorija, kuri remiasi pačių žmonių turima patirtimi.

**Tyrimo metodai.** Tyrimo teorinėje dalyje naudota mokslinių šaltinių analizė. Empiriniam tyrimui atlikti buvo pasirinktas kokybinio tyrimo metodas – pusiau struktūruotas interviu. Gautų duomenų apdorojimui, bus naudojama kokybinė turinio analizė.

**Tyrimo imtis ir atranka.** Tyrime dalyvavo 16 respondentų. Respondentams atrinkti buvo naudojama kriterinė atranka. Tyrime dalyvavo 8 atstovai iš Užimtumo tarnybos, seniūnijų, Savivaldybės administracijos institucijų, nevyriausybinių organizacijų dirbančių ir teikiančių paslaugas vyresnio amžiaus asmenims. Dalyviai privalėjo turėti ne mažesnę nei 2 metų darbo patirtį su šios grupės asmenimis.



Taip pat dalyvavo 8 vyresnio amžiaus asmenys, kurie dalinosi savo patirtimi bei įžvalgomis. Dalyviai privalėjo būti ne jaunesni nei 60 metų.

Tyrimas buvo atliekamas Akmenės rajone.

**Tyrimo etapai ir organizavimas.** Pirmiausia tyrimo atlikimui buvo sudaryti du tyrimo instrumentai – pusiau struktūruoti interviu (vyresnio amžiaus asmenims ir specialistams). Kriterinės atrankos būdu atrinkti tyrimo dalyviai. Pirmiausia interviu atlikti su vyresnio amžiaus asmenimis, vėliau bendrauta su specialistais. Duomenys buvo renkami tiesioginio kontakto būdu, telefonu ir pasitelkiant apklausą raštu, pateikiant atviro tipo klausimus. Dalis atsakymų atsiųsti raštu. Dalyvių, kurie sutiko su garso įrašo darymu, atsakymai buvo transkribuojami. Kita dalis – žymima raštu pokalbio metu arba gauti elektroninėmis ryšio priemonėmis pateikti raštu. Pirmiausia *visi* duomenys surinkti, vėliau apdorojami.

**Darbo naujumas, teorinis ir praktinis reikšmingumas.** Parengus magistro darbą buvo išsiaiškinta kuo skiriasi vyresnio amžiaus asmenų ir specialistų, teikiančių jiems paslaugas, socialinio aktyvumo konceptualizavimas, atskleista kokią įtaką socialinis aktyvumas turi socialinių paslaugų poreikiui, aktualizuotos socialinio aktyvinimo galimybės iš skirtingų (vyresnio amžiaus asmenų ir specialistų) perspektyvų. Numatyti būdai vyresnio amžiaus asmenų socialiniam aktyvumui didinti, nukreipti tiesiogiai su asmenimis dirbantiems socialinio darbo organizatoriams, NVO atstovams bei savivaldos atsakingiems asmenims.

**Darbo struktūra.** Darbą sudaro santrauka lietuvių ir anglų kalba, įvadas, 3 skyriai, diskusija, išvados, rekomendacijos, literatūros sąrašas, 6 priedai. Darbe pateikiama 32 lentelės, 3 paveikslai.

# 1. SOCIALINIO DARBO SU VYRESNIO AMŽIAUS ASMENIMIS IR JŲ SOCIALINIO AKTYVUMO TEORINIS KONCEPTUALIZAVIMAS

## 1.1. Lietuvos ir Ukrainos vyresnio amžiaus gyventojų demografinė raida pasaulio šalių kontekste

Skirtinguose šaltiniuose galime rasti vis kitą vyresnio amžiaus apibrėžimą ir klasifikavimą. Remiantis Pasaulio sveikatos organizacijos klasifikacija (2012):

- Iki 44 metų – jauno amžiaus asmenų grupė;
- 45 – 59 metai – vidutinio amžiaus asmenų grupė;
- 60 – 74 metų amžiaus asmenys - priklauso vyresnio amžiaus grupei;
- nuo 75 iki 89 metų – priskiriami senų asmenų grupei;
- virš 90 metų ir vyresni – laikomi ilgaamžiais.

Jungtinės Tautos į vyresnio amžiaus asmenų grupę taip pat įtraukia vyresnius nei 60 metų asmenis (Lietuvos Respublikos sveikatos ir apsaugos ministerija, 2021). Šiame darbe kaip vyresnio amžiaus asmenys pasirinkti 60 m. ir vyresni. Būtent tokią tikslinę grupę dažniausiai išskiria ir ekonomiškai išsivysčiusios šalys (Kolesnik ir Juškelienė, 2021).

Literatūroje galima aptikti skirtingus apibrėžimus, atspindinčius vyresnio amžiaus asmenų grupę – „senjorai“, „pensinio amžiaus sulaukę asmenys“, „senyvi žmonės“, „garbaus amžiaus asmenys“ ir pan. Autoriai (Mikulionienė, 2003; Kyxra, 2018) taip pat renkasi skirtingus senatvės apibrėžimų skirstymo būdus ir kriterijus (žr. 1 lentelę).

1 lentelė. Senatvės apibrėžimų skirstymo būdai ir kriterijai

<b>Autorius</b>	<b>Amžiaus tarpsnių skirstymas</b>	<b>Amžiaus tarpsnių skirstymo kriterijai</b>
<b>S. Mikulionienė (2003)</b>	Pirmasis	Su amžiumi atsirandantys degeneraciniai procesai žmogaus organizme. Tam tikrų asmens organizmo funkcijų ir gebėjimų kaita.

<b>Autorius</b>	<b>Amžiaus tarpsnių skirstymas</b>	<b>Amžiaus tarpsnių skirstymo kriterijai</b>
	Antrasis	Senatvė kaip socialinis apibrėžimas – jos požymius ir sampratą nustato visuomenė.
	Trečiasis	Skirtingose kultūrose senatvės amžiaus sulaukę asmenys vaizduojami skirtingai. Vienose šių asmenų statusas didėja, kitose mažėja.
<b>M. Кухта (2018)</b>	Chronologinis	Susijęs su pragyventų metų skaičiumi.
	Fiziologinis	Susijęs su sveikatos būkle ir lėtinėmis ligomis.
	Psichologinis	Susijęs su asmens subjektyviu savęs, kaip vyresnio amžiaus asmens suvokimu ir vertinimu.
	Socialinis	Apima visus aukščiau išvardintus kriterijus ir orientuojasi į aktyvumą, pasaulietiškumą.

Paveiksle pateikti senatvės skirstymo kriterijai apima vidinius ir išorinius aspektus. Pirmasis skirstymas apima amžių, senatvines ligas bei vyresnio amžiaus asmenų psichologinį savęs suvokimą. Kitas skirstymas – susijęs su socialiniais vaidmenimis, padėtimi visuomenėje, nusistovėjusiais stereotipais ir aktyvumu senatvėje.

Kaip jau minėta, tarptautiniuose ir nacionaliniuose dokumentuose bei moksliniuose šaltiniuose vyresnio amžiaus asmenys gali būti apibrėžiami skirtingai. Senatvės apibrėžimas yra ganėtinai lankstus ir didžiąja dalimi tai yra visuomenės konstruktas (Phillips ir kt., 2006). Psichologai taip pat linkę žmogaus brandos tarpsnius skirstyti atsižvelgdami į pačius asmens raidos etapus, t. y. anot

Freudo – tai sugebėjimas mylėti (Купер, 2000), Adleris pabrėžia vyresnio amžiaus asmenų gebėjimą kurti ir pateikti savo individualų gyvenimo stilių, Eriksonas pabrėžia didelį produktyvumą ir gebėjimą integruotis (Фрейджер, Фрейдимен, 2001). Pats sąvokos neapibrėžtumas atsiranda dėl keleto priežasčių (Bagdonas ir kt., 2017):

1. Pirmenybė teikiama skirtingoms sąvokoms.
2. Dažnai nenurodomos senatvės tarpsnių ribos, nes tai nėra tolydus reiškinys.
3. Dažniausiai amžiaus tarpsnių skirstymo ribas pasirenka pats autorius.

Pagrindinė senatvės sąvokos neapibrėžtumo priežastis – tai bandymas išvengti bet tokios stigmatizacijos ar diskriminacijos (Bagdonas ir kt., 2017). Nepaisant šių pastangų, senatvės ar vyresnio amžiaus asmens įvaizdis, dažnai būna apipintas įvairiais stereotipais ar nusistatymais. Daugelis autorių bandė suprasti ir atskleisti senatvės stereotipų kilmę ir reikšmę. Anot Featherstone ir Hepworth (1996), socialiniame gyvenime stereotipų mes esame veikiami kaip bendravimo priemonių. Lippman (2000) teigia, jog stereotipai stipriai susiję su žmonių prigimtimi, t. y. mes pirmiausia esame labiau linkę apibūdinti ir tik tada susipažinti, o ne atvirkščiai (cit. iš Mikulionienė ir Petkevičienė, 2006). Svarbiausia yra tai, jog stereotipai ar išankstiniai nusistatymai, ypač vyresniame amžiuje, labai veikia šių asmenų tiek socialinį, visuomeninį, tiek asmeninį gyvenimą, vidinį pasaulį. Remiantis Mikulioniene ir Petkevičiene (2006) vyresnio amžiaus žmonės dažnai tampa diskriminuojančio ir stereotipinio elgesio aukomis visuomenėje. Taip pat, neretai šiuos nusistatymus prisitaiko sau ir patys. Dažnu atveju tai lemia ir požiūris bei žemos socialinės normos nukreiptos į senovo amžiaus asmenis – dažniausiai įvardijama, jog jų pareiga rūpintis anūkais, palaikyti ryšį su vaikais, būti religingiems ir kiek įmanoma ilgiau išsilaikyti finansiškai nepriklausomais (Gečienė, 2018). Būtent visuomenė ir konstruoja tokias socialines struktūras, kurios trukdo vyresnio amžiaus asmenims gyventi visavertį visuomeninį ir aktyvų socialinį gyvenimą (Llewellyn ir Agu, 2011).

Demografinė situacija skirtingose šalyse iš esmės labai skiriasi. Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis (2012), Kanada patenka į geriausių pasaulio šalių dešimtuką. Joje vidutinė gyvenimo trukmė moterims – 84 metai, vyrams – 80 metų. Nuo 1980 m. iki 2016 m. vidutinė gyvenimo trukmė šalyje pailgėjo 8 m. Iš Europos šalių išsiskiria Prancūzija, joje vidutinė gyvenimo trukmė 81 m. Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis (2012), Prancūzijoje geriausia medicinos priežiūra pasaulyje ir viena sudėtingiausių pensijų draudimo sistemų. Būtent šie veiksniai ir lemia ilgą žmonių gyvenimo trukmę. Atvirkštinė situacija sutinkama Vokietijoje. Šioje šalyje žmonės sensta greičiau nei vidutiniškai ir vyresnių nei 65 metų asmenų dalis sudaro penktadalį visų gyventojų. Nepaisant to, Vokietija taip pat išsiskiria ir tuo, jog vyresnio amžiaus asmenys ten yra labai aktyvūs – mėgsta

įvairias keliones, lankytis muziejuose, parodose (Іванова, 2023). Lenkijoje senjorais laikomi asmenys, sulaukę 60 metų. Nors teisės akto, apibrėžiančio šias ribas nėra, taip nustatyta, remiantis daugeliu programų, skirtų vyresnio amžiaus asmenims, pavadintų „60+“ (Іванова, 2023). Tokių asmenų dalis Lenkijoje sudaro 13,5 proc. Italijoje asmenys nuo 55 iki 64 m. laikomi pagyvenusiais ir nuo 65 m. – senyvo amžiaus asmenimis. Sociologinėmis prognozėmis iki 2050 m. vyresnių nei 65 m. asmenų šalyje bus 35,9 proc. Australijoje statistikos biuras ir sveikatos bei gerovės institutas atliko tyrimus, pagal kuriuos vyresnio amžiaus asmenimis nuspręsta laikyti žmones, sulaukusius 65 m. Nepaisant to, svarbu paminėti, jog Australijoje skirtingų gyventojų grupių vidutinė gyvenimo trukmė labai skiriasi, atsižvelgiant į jų gyvenimo būdą – aborigenai ar Torreso sąsiaurio salų gyventojai dažnai laikomi senais vos sulaukę 50 m. (Іванова, 2023).

Ukrainoje vyresnio amžiaus piliečiu laikomas pensinio amžiaus sulaukęs asmuo. Jis yra apibrėžtas įstatymo „Dėl pagrindinių Ukrainos darbo veteranų ir kitų senjorų socialinės apsaugos principų“ 26 straipsnyje. Taip pat asmenys, kuriems iki nustatyto pensinio amžiaus liko ne daugiau nei pusantrų metų (Закон України «Про основні засади соціального захисту ветеранів праці та інших громадян похилого віку в Україні», 1994). 2021 m. statistiniais duomenimis, Ukrainoje gyveno 1 012 1624 vyresni nei 60 m. asmenys (Соціальний захист населення України у 2021 році). Šiuo metu karas Ukrainoje šiuos skaičius stipriai pakoregavo.

Lietuvoje vienintelis apibrėžimas, apibūdinantis asmenis, priklausančius vyresniam amžiui - *senyvo* amžiaus asmuo. Šis apibrėžimas pateiktas Lietuvos Respublikos socialinių paslaugų įstatyme (2017). Šiame įstatyme tokie asmenys įvardinti kaip sulaukę senatvės pensijos amžių ir iš dalies ar visiškai netekę gebėjimų savarankiškai rūpintis asmeniniu gyvenimu ar dalyvauti visuomeniniame gyvenime. Oficialiosios statistikos portalo duomenimis 2021 m. Lietuvoje gyveno 20,1 proc. 65 metų ir vyresnio amžiaus asmenų. Prognozuojama, kad 2070 m. tokio amžiaus asmenų skaičius sudarys 32,9 proc. visų Lietuvos gyventojų.

Taigi, apžvelgus susiklosčiusią demografinę situaciją pasaulyje, galima teigti, jog socialinei politikai, orientuotai į vyresnio amžiaus asmenis, reikalinga skirti kuo daugiau dėmesio. Siekiant sėkmingo ir aktyvaus senėjimo, bei oraus gyvenimo užtikrinimo vyresniame amžiuje, būtina išsiaiškinti ir atliepti šių asmenų poreikius.

## **1.2. Valstybės politika Lietuvoje ir Ukrainoje vyresnio amžiaus asmenų socialiniam aktyvumui skatinti**

Siekiant tam tikrų tikslų šalyje, labai svarbus teisinis viso to reglamentavimas ir aiškus apibrėžtumas. Kaip ir visame pasaulyje, taip ir Lietuvoje bei Ukrainoje didelis dėmesys yra skiriamas vyresnio amžiaus asmenų socialinei politikai, ypač jų gyvenimo kokybės gerinimui, pabrėžiant socialinio aktyvumo senyvame amžiuje svarbą. Aukštas vyresnio amžiaus asmenų socialinis ir ekonominis aktyvumas, iš esmės, yra rodikliai, patvirtinantys valstybės pažangą ir prisitaikymą prie senstančios visuomenės (Strata, 2021).

Ukrainoje priimti keli teisės aktai, reglamentuojantys socialinio darbo specifiką su vyresnio amžiaus asmenimis ir jų socialinę apsaugą. Įstatymas „Dėl pagrindinių Ukrainos darbo veteranų ir kitų vyresnio amžiaus piliečių socialinės apsaugos principų“ («Про основні засади соціального захисту ветеранів праці та інших громадян похилого віку в Україні», 1994) apibrėžia vyresnio amžiaus asmenų teisę į darbą, profesinį persikvalifikavimą, materialinę paramą, gydymą, pagalbą ir globą vienišiemis senjorams, socialines paslaugas bei aktyvaus ilgaamžiškumo sąlygas. 2018 m. sausio mėn. Ukrainos Vyriausybė priėmė Valstybinę sveiko ir aktyvaus gyventojų ilgaamžiškumo strategiją laikotarpiui iki 2022 m. (Про схвалення Стратегії державної політики з питань здорового та активного довголіття населення на період до 2022 року, 2018). Šios strategijos priėmimą lėmė tai, kad šiuo metu Ukraina patenka į 30 seniausių pasaulio valstybių pagal 60 m. ir vyresnių asmenų skaičių. Strategijos tikslas – sukurti palankias sąlygas sveikam ir aktyviam gyvenimui iki pilnametystės, taip pat užtikrinti socialinių institucijų prisitaikymą prie tolesnio demografinio senėjimo ir visuomenės raidos.

Vyresnio amžiaus asmenų didesnio socialinio aktyvumo svarba atsispindi ir Lietuvos teisinės bazės bei strateginių dokumentų turinyje. Nacionalinėje gyventojų senėjimo pasekmių įveikimo strategijoje (2004) kaip vienas iš trijų veikimo prioritetinių kryptių nurodytas išipareigojimas užtikrinti vyresnio amžiaus žmonių aktyvumą ekonominės ir socialinės plėtros procese bei sudaryti sąlygas jiems dalyvauti politinėje, socialinėje, ekonominėje bei kultūrinėje veikloje (Dėl Nacionalinės gyventojų senėjimo pasekmių įveikimo strategijos patvirtinimo, 2004). Taip pat sukurta ganėtinai plati teisinė bazė, nukreipta į vyresnio amžiaus asmenų užimtumą darbo rinkoje – 2016 – 2023 m. Integralios pagalbos plėtros veiksmų planas, 2016 – 2020 m. Vyresnio amžiaus asmenų motyvavimo ir savanoriškos veiklos skatinimo veiksmų planas (2015) ir Užimtumo įstatymas (2016), kurių pagrindinis tikslas – skatinti vyresnius darbuotojus ilgiau likti darbo rinkoje bei plėtoti mokymosi visą gyvenimą sistemą. 2018 m. patvirtinta Demografijos, migracijos ir integracijos politikos 2018 – 2030 metų strategija, kuri plačiausiai apima visas vyresnio amžiaus asmenų integravimosi į visuomenę galimybes: dalyvavimo socialiniame ir politiniame gyvenime užtikrinimas, dalyvavimas darbo

rinkoje ir finansinis saugumas, mokymosi visą gyvenimą galimybės, sveikatos priežiūros paslaugų kokybės bei prieinamumo gerinimas ir savanoriškos veiklos plėtojimas. Lietuvoje taip pat veikia Vyresnio amžiaus žmonių ir reikalų taryba prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos – kuri veikia kaip patariamoji institucija, siekianti skatinti vyresnio amžiaus asmenų socialinę įtrauktį bei palaikyti ir stiprinti socialinę sanglaudą (Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerija, 2023). Šios tarybos tikslas - užtikrinti veiksmingą valstybės ir savivaldybių institucijų bei įstaigų ir vyresnio amžiaus žmonių interesams atstovaujančių nevyriausybinų organizacijų bendradarbiavimą, sudarant galimybę šiems žmonėms dalyvauti sprendžiant su jais susijusius klausimus institucijose ir įstaigose (Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerija, 2023).

Apibendrinant, galima teigti, jog išskirtinis valstybės dėmesys ir stipri socialinė politika, orientuota į demografinius pokyčius, iš esmės gali nulemti vyresnio amžiaus asmenų ir jų socialinio aktyvumo, gyvenimo kokybės bei pasitenkinimo gyvenimu situaciją šalyje. Fizinė bei emocinė gerovė yra neatsiejama nuo aktyvaus įsitraukimo į veiklas. Dėl šios priežasties vyresnio amžiaus asmenims teikiamos paslaugos turi būti kompleksinės ir įvairiapusės.

### **1.3. Sėkmingo senėjimo sąvokos ir socialinio aktyvumo konceptai**

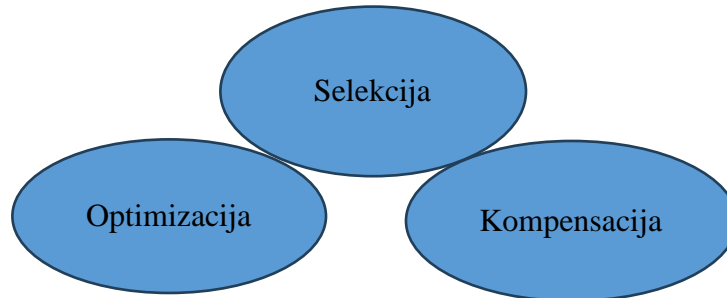
Nors sėkmingo senėjimo sąvoka per pastaruosius 30 m. gana dažnai sutinkama mokslinėje literatūroje, iki šiol susiduriama su nemažai iššūkių siekiant šį reiškinį apibrėžti, išskirti jo aspektus ar modelius (Gustainienė ir Burauskaitė, 2018). Nors pirmieji istoriniai šaltiniai apie sėkmingą senėjimą atsirado jau Renesanso laikų literatūroje, vienas pirmųjų autorių, kuris 1961 m. suformulavo sėkmingo senėjimo sąvoką, buvo Havighurst (Katz ir Calasanti, 2015). Šios sąvokos autoriaus teigimu (1961), viena iš sėkmingo senėjimo sąlygų – tai dalyvavimas kuo įvairesnėse veiklose, būnant vidutinio amžiaus. Remiantis Pasaulio sveikatos organizacijos pateikta informacija (2012), dalyvavimas vyresniame amžiuje labai atitinka ir aktyvumo teoriją, kurios teigimu žmogaus aktyvumas, įsitraukimas į kultūrinės, socialinės, politinės ar kitas veiklas, yra tiesiogiai susijęs su asmens pasitenkinimu savo gyvenimu. Galima pastebėti, jog Lietuvoje vis dažniau vyresnius asmenis stengiamasi įtraukti į įvairias socialines, bendruomenines veiklas, skatinti mokymąsi visą gyvenimą, tobulinti profesines kvalifikacijas ir kuo ilgiau išlikti darbo rinkoje (Lengvinienė ir Rutkienė, 2016). Psichologai Rowe ir Khan (1997) išskyrė 3 sėkmingo senėjimo kriterijus, hierarchiškai išdėstytus pagal svarbumą:

1. Mažos ligų ir su ligomis susijusių negalių tikimybės.

2. Aukštas kognityvinis ir fizinis funkcionavimas.

3. Aktyvus įsitraukimas į socialinį gyvenimą.

Kiti autoriai sėkmingą senėjimą suvokia kaip procesą iš trijų komponentų, kurie padeda vyresnio amžiaus asmeniui prisitaikyti prie pokyčių (Baltes ir Baltes, 1990) (žr. 1 pav.):



**1 pav.** Sėkmingo senėjimo proceso komponentai

Selekcija suprantama kaip veiklų bei tikslų sumažinimas, pagal savo galimybes atsirinkimas tik pačių svarbiausių. Optimizacija – savo gebėjimų vystymas pasirinktose srityse. Kompensacija – alternatyvių būdų naudojimas tose srityse, kuriose gebėjimai yra prarasti (Baltes ir Baltes, 1990).

Fung ir Charles (2003) išskiria senėjimo modelį, kuris apima socioemocinio selektyvumo teoriją. Vadovaujantis ja, išryškėja vyresnio amžiaus asmenų suvokimas apie vis trumpėjančią savo gyvenimo trukmę ir tarpasmeninių santykių palaikymo svarbą.

Kitu pagrindu skirstomi sėkmingo senėjimo modeliai gali būti suskirstyti į dvi grupes (Villar, 2012):

- modeliai, kurių pagrindas yra sėkmingo senėjimo supratimas kaip rezultatas;
- modeliai, kurių pagrindas yra sėkmingo senėjimo supratimas kaip proceso, kuris vyksta visą gyvenimą.

Svarbu paminėti ir tai, kad visi sėkmingo senėjimo modeliai ar teorijos sulaukia ir nemažai kritikos. Ne visi asmenys atitinka ligų nebuvimo standartą, neatsižvelgta į dvasingumą ar pačių vyresnio amžiaus asmenų požiūrį į savo senėjimą, taip pat pastebėta, jog modeliai nėra paremti biologiniais ar medicininiais mokslais (Gustainienė ir Burauskaitė, 2018).

Po pirmųjų sėkmingo senėjimo modelių pateikimų, toliau vėl buvo atliekami įvairūs tyrimai, kurie šiems modeliams padėjo toliau vystytis. Skirtingus sėkmingo senėjimo modelius sudarė skirtingi komponentai (žr. 2 lentelę).



2 lentelė. **Sėkmingo senėjimo modelių komponentai** (sudaryta pagal Gustainienė, Burauskaitė, 2018).

Autoriai	Sėkmingo senėjimo modelio komponentai
Phelan, Anderson, LaCroix, Larson (2004)	Fizinis, funkcinis, psichologinis, socialinis.
Pruchno ir kt. (2010)	Objektyvusis ir subjektyvusis.
Lee, Lan, Yen (2011)	Fizinis, psichologinis, socialinis, laisvalaikio.
Iwamasa, Iwasaki (2011)	Fizinis, kognityvinis, psichologinis, socialinis, dvasinis, finansinis.
Liang, Luo (2012)	Asmens sveikata, tarpasmeniniai santykiai, iššūkiai ir galimybės, aktyvumas ir atsiskyrimas.
Martin, Gillen (2014)	Biologinis, psichologinis, socialinis, dvasinis.

Taigi per visą sėkmingo senėjimo reiškinių analizavimo laikotarpį, buvo išskirta daug svarbių šio proceso dalių – fizinio ir emocinio funkcionavimo palaikymas, užsiėmimo įvairiomis veiklomis svarba, tarpasmeninių santykių išlaikymas, nerimo bei streso įveikimas, tačiau neaiškumų ar prieštaravimų kiekvienoje teorijoje lieka iki šiol (Gustainienė ir Burauskaitė, 2018).

Analizuojant sėkmingo senėjimo modelių komponentus, pastebima stipri sąsaja būtent su **socialinio aktyvumo** išlaikymu vyresniame amžiuje. Socialinis aktyvumas įvardijamas kaip vienas pagrindinių veiksnių, prisidedančių prie vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo gerovės (Mockus, Sondaite ir Butėnaitė, 2013).

Norint organizuoti ir teikti efektyvias paslaugas vyresnio amžiaus asmenims, kuriomis siekiama didinti žmonių socialinį aktyvumą, būtina paanalizuoti veiksnius, galinčius tai lemti. Veiksnius, lemiančius asmenų dalyvavimą socialiniame gyvenime siūloma skirstyti į 4 grupes (Zumeras, 2013) (žr. 2 pav.).



**2 pav.** Veiksniai, lemiantys asmenų dalyvavimą socialiniame gyvenime

Pirmasis autoriaus išskirtas veiksnys – susijęs su fiziologiniais ir patologiniais pokyčiais, teigiama, kad nuo 30 m. organizmo funkcijos pradeda silpnėti. Taip pat, vyresnio amžiaus asmenų dalyvavimas stipriai susijęs su psichologiniais veiksniais. Autoriaus teigimu aktyvumas ir noras dalyvauti yra įtakojamas asmeninės savivertės, elgesio bei emocijų sutrikimo, baimių, asmeninių nuostatų ar įsitikinimų. Socialiniai veiksniai, tokie kaip socialinio aktyvumo programos, socialinis palaikymas, taip pat paties asmens turimas išsilavinimas bei ekonominė padėtis. Dar vienas veiksnys, nuo kurio priklauso asmenų dalyvavimas socialiniame gyvenime – tai aplinkos pritaikymas. Dažnai išskylanti mobilumo problema ar nepritaikyta judėti aplinka, gali tapti problema siekiant įsitraukti į bendruomeninį gyvenimą (Zumeras, 2013).

Ukrainoje taip pat didelis dėmesys yra skiriamas veiksniams, turintiems įtakos vyresnio amžiaus asmenų socialiniam aktyvumui (Іванова, 2023):

- sveikatos stiprinimas, ligų prevencija;
- gebėjimai, jų ugdymas – gebėjimas apsirūpinti reikalingiausiomis priemonėmis, gebėjimas mokytis, tobulėti, gebėjimas priimti sprendimus, gebėjimas būti mobiliam, gebėjimas kurti santykius;
- aplinkos ir socialinė aplinka – pagalbinais prietaisais, aplinkos pritaikymas;
- lauko erdvės ir pastatai – švarus miestas, saugi aplinka, gerai išvystyta ir saugi infrastruktūra;
- sklandus bendravimas ir informacija.

Apibendrinant, galima teigti, jog siekiant išvengti neigiamų pasekmių (vienišumas, ligos, psichologinės problemos, žemas produktyvumas ir kt.) vyresniame amžiuje, labai svarbu skatinti šios amžiaus grupės asmenų socialinį aktyvumą, t. y. dalyvavimą visuomeninėje ir savanoriškoje veikloje, tobulinti ir tęsti darbinę veiklą bei skatinti bendravimą su artimaisiais ar bendraamžiais.

### **1.3.1. Kontaktų su artimaisiais palaikymas**

Vyresniame amžiuje dažniausiai socialinis bendravimo ratas mažėja dėl įvairių priežasčių – vaikų išėjimas iš namų, pensijos laikotarpiu bendradarbių praradimas, pergyvenimas kitų giminaičių ar draugų. Dėl šių priežasčių labai svarbu stengtis išlaikyti kuo didesnę aplinkinių ratą bei palaikyti vyresnio amžiaus asmenų bendravimo galimybes. Levasseur ir kt. (2010) teigimu, socialinis aktyvumas, kitaip dar galimas vadinti socialiniu dalyvavimu – tai asmenų įsitraukimas į veiklas, kurių metu jie turi galimybę palaikyti ryšį su kitais bendruomenės ar visuomenės nariais. Dažnu atveju, nagrinėjant vyresnio amžiaus asmenų socialinius ryšius, matuojami jų santykiai su mažosios socialinės grupės nariais, t. y. draugais ar šeimos nariais (Mikulionienė ir kt., 2018). Račkauskienės ir

Vilimaitės (2021) atliktas tyrimas parodė, kad vienas dažniausiai patiriamų išgyvenimų vyresniame amžiuje, tai socialinė izoliacija, kuri sukelia vienatvės jausmą. Socialinių ryšių tinklas ypatingai sumažėja žmogui išėjus į pensiją, nes tuo metu nutrūksta ir darbiniai ryšiai ir atsiranda galimybė pergyventi daugelį savo giminaičių ar draugų (Moody, 1998). Jankūnienės ir Naujanienės (2012) atliktas tyrimas parodė, kad ryšiai su kitais asmenimis ir artimaisiais turi didelę įtaką asmens pasitenkinimui gyvenimu, tyrimo dalyviai tai suprato kaip vieną iš sėkmingo senėjimo prielaidų. Ryšys su kitais gali būti suprantamas ir kaip vienas iš savirealizacijos būdų, padedančių įveikti senatvėje patiriamus neviltingus ir tuštybės jausmus (Bogdanova, 2007). Reikšmingi ir artimi santykiai su kitais, vyresnio amžiaus asmeniui gali įprasmiti jo gyvenimą. Tam, kad asmuo galėtų laimingai pilnavertiškai gyventi, jam ypatingai reikalingi tarpusavio meile ir pagarba pagrįsti santykiai su artimaisiais – vaikais ar anūkais. Vyresniame amžiuje žmogui labai svarbu realizuoti save per atsidavimą kitiems (Bogdanova, 2007).

Taigi, galima teigti, jog artimo ryšio palaikymas su kitais šeimos ar bendruomenės nariais stipriai prisideda prie galimybės išsaugoti ir skatinti socialinį aktyvumą vyresniame amžiuje. Noras jaustis naudingu bei reikalingu kiekvienam asmeniui prideda pasitikėjimo savimi, kuris skatina ieškoti savirealizacijos būdų.

### **1.3.2. Įsitraukimas į socialines veiklas vyresniame amžiuje**

Bendravimas su kitais asmenimis, bendruomeninė veikla, prisijungimas prie klubų suartina žmones vyresniame amžiuje ir padeda jiems įsitraukti į socialinį pasaulį (Seidamirova ir Šiurienė, 2023). Aktyvus įsitraukimas į įvairias veiklas taip pat yra susijęs su pasitenkinimu gyvenimu, veiklos vyresniame amžiuje daro teigiamą įtaką asmens psichologinei ir fizinei sveikatai (Jankūnaitė ir Naujanienė, 2012). Veiklos gali būti skirstomos į dvi pagrindines grupes (L. Yueh – Pingo ir Ching-Huey, 2011):

- Formalios - tai dalyvavimas formaliose organizacijose, grupėse, narystės klubuose ir pan.
- Neformalios – tai bendravimas ir įsitraukimas į tam tikras veiklas dėl pramogos, pasilinksminimo.

Anot Bogdanovos (2007), savo gabumų, talentų ir galimybių panaudojimas bei atskleidimas per tam tikras veiklas, suteikia vyresnio amžiaus asmenims gyvenimo prasmę bei gražina pasitenkinimą juo. Pagal struktūrinius elementus, veikla gali būti skirstoma į tris grupes (Skrabienė, 2008):

- veikla, susijusi su tam tikromis įstaigomis – teatru, muziejų, koncertų ir kitų renginių lankymas;

- kūrybinė veikla – meninė kūryba, savarankiškas mokymasis, kvalifikacijos kėlimas;
- veikla namuose – knygų, laikraščių skaitymas, televizijos laidų žiūrėjimas ir pan.

Atsižvelgiant į ta, kad institucinėse organizacijose teikiamos tik labai ribotos ir įstatymais apibrėžtos paslaugos, dažniausiai vyresnio amžiaus asmenų socialiniams poreikiams patenkinti pasitelkiamos nevyriausybinės organizacijos, bendruomeninės veiklos. Dalyvavimas tokiose veiklose suteikiama galimybė veikti kartu, dalyvauti socialinių bei politinių problemų sprendime, panaudoti savo patirtį ir įgūdžius (Johnson, 2001). Prie šio proceso prisideda ir bendruomenių centrai, kurie, anot Johnson (2001), yra visiems rajono gyventojams atviri namai, kuriuose sprendžiami kasdienio gyvenimo klausimai. Kaip vienas socialinių – kultūrinių įstaigų pavyzdžių gali būti laikomas Vokietijoje 1999 metais įsikūręs Schoebergo kaimynystės centras, kurio pagrindinė užduotis buvo prižiūrėti senus asmenis, kai tuo metu 20 proc. jų buvo vieniši. Plečiantis centro veiklai pradėti organizuoti kultūriniai ir laisvalaikio renginiai, tarpusavio bendravimo renginiai, savipagalbos skatinimo programos bei teikiamos savanoriškos socialinės paslaugos (Baršauskienė ir Leliūgienė, 2001).

Analizuojant vyresnio amžiaus asmenų galimybes įsitraukti į tam tikras socialines veiklas, būtina įvertinti ir tai, kad kiekvienas asmuo savo socialinį aktyvumą ir užsiėmimus vertina skirtingai. Vyresniame amžiuje ypač svarbu užsiimti tuo, ką žmonės visuomet norėjo daryti, tačiau dėl laiko ar galimybių stokos, negalėjo (Černius, 2006). Autoriaus teigimu vyresniame amžiuje žmonių kūrybinė energija pasireiškia per reikšmės ir prasmės saugotojų vaidmenį. Su amžiumi ypač didėja noras dalintis savo turima patirtimi ir išmintimi, tik nepakankamas savęs vertinimas dažnai iššaukia ir motyvacijos stoką. Siekiant paskatinti asmenis aktyviau dalyvauti visuomeniniame gyvenime, ypatingą dėmesį reikėtų skirti būtent jų motyvacijai, poreikiams ir informavimui (Okunevičiūtė - Neverauskienė ir Moskvina (2008).

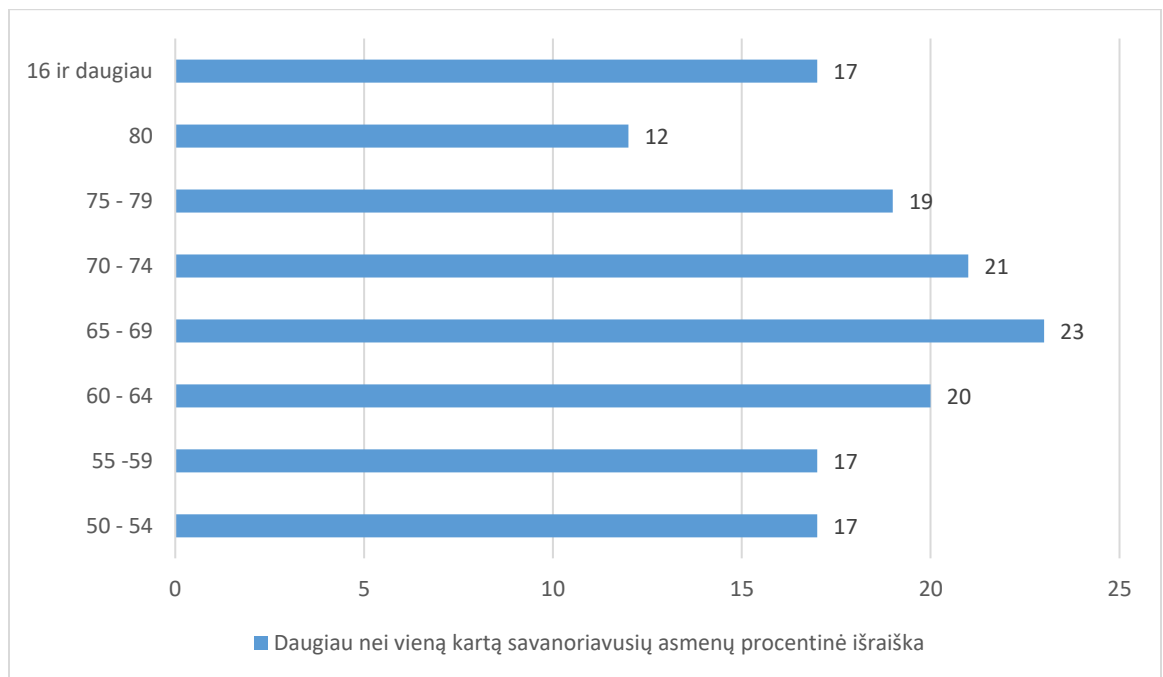
Taigi, dalyvavimas įvairiose formaliose bei neformaliose veiklose vyresnio amžiaus asmenims, turi ypatingai didelę reikšmę siekiant jų gyvenimo kokybės gerinimo, savivertės augimo, pasitikėjimo savimi išlaikymo. Atsiradus daugiau laiko pensiniame amžiuje, asmenims išlieka būtinybė realizuoti save per tam tikras veiklas, jaustis naudingais, pilnaverčiais visuomenės nariais. Visus šiuos poreikius padeda atliepti besikuriančios organizacijos ir jose organizuojamos veiklos, tačiau svarbu orientotis į vyresnio amžiaus asmenų motyvaciją į tai įsitraukti.

### 1.3.3. Savanorystė vyresniame amžiuje

Savanorystė visame pasaulyje egzistuoja daugybe formų, tačiau išlieka ir tam tikri bendri esminiai bruožai – ši veikla vykdoma laisva valia, nesiekiant finansinės naudos. Nors dažniausiai savanorystės esminis principas yra pagalba kitiems, svarbu paminėti, jog didelė nauda pastebima ir pačiam savanoriui.

Savanorystės veiklos ypač vertingos pagyvenusių asmenų saviraiškai – jose dalyvaudami žmonės padeda tiek sau, tiek ir kitiems, taip pat turi galimybę realizuoti save ir jaustis reikalingais (Trečiokienė ir kt., 2011). Savanorystė vyresniame amžiuje puikiai pasitarnauja kaip galimybė realizuoti save ir įsitraukti į aktyvią socialinę veiklą. Trečiokienės ir kt. (2011) teigimu, savanoriškas darbas yra būdas pasiūlyti naujų mokymosi būdų senyviems asmenims, tuo pačiu palaikant ir aktyvaus senėjimo idėją.

Vienas ryškiausių vyresnio amžiaus asmenų savanorystės projektų Lietuvoje – Grundtvig senjorų savanorystės veikla, prasidėjusi 2009 m. Tai dviejų metų projektas, skirtas vyresniems nei 50 metų asmenims įsitraukti į savanorišką veiklą ir kitoje Europos šalyje. Projekto įgyvendinimui išsikelti tikslai susiję ir su naudos teikimu visuomenei ir patiems savanoriams bei su savirealizacijos, aktyvumo skatinimo galimybėmis. Projekto vertinimas parodė, jog ši veikla paskatino senjorus būti ne tik kūrybingais, bet ir aktyviais socialinio gyvenimo dalyviais (Trečiokienė ir kt. 2011). Autorių teigimu, šiose veiklose dalyvaujantys vyresnio amžiaus asmenys ne tik realizuoja save, tačiau ir jaučiasi reikalingi, būdami patirties ir išminties šaltiniu. Naudingumo aspektą pabrėžia ir Okun (1994) teigdamas, jog savanoriams, kurie yra vyresnio amžiaus, svarbiausia yra tai, jog jie gali jaustis naudingi bei reikalingi. Taip pat savanorystė gali būti vertinama ir kaip laisvalaikio praleidimo būdas, kuris vyresniame amžiuje tampa itin aktualus. Rotolo (2000) teigimu, savanorystė, kaip laisvalaikio forma, padeda žmonėms pasijusti pilnaverčiais. Plagnol ir Huppert (2010) atliko tyrimą, kuris parodė, kad vyresnio amžiaus asmenys iš savanorystės, kaip laisvalaikio formos, gauna daugiau naudos nei jaunesni. Taip yra dėl to, jog savanorystė vyresniame amžiuje teikia pasitenkinimą ir mažina vienišumo jausmą (Mccloughlan ir Scull, 2011). Pagal amžiaus grupes savanoriavimas laisvalaikio metu pavaizduotas 3 paveiksle.



**3 pav.** Savanoriavimas laisvalaikiu pagal amžiaus grupes (National Well – being wheel of measures, ONS, 2012, cit. iš Jaruševičiūtė, 2016)

Lentelėje pavaizduoti duomenys rodo, jog su amžiumi savanorių, kurie užsiėmė šia veikla, skaičius didėjo. Daugiausia asmenų, kurie savanoriavo daugiau nei vieną kartą, buvo 65 – 69 m. amžiaus grupėje.

Savanorišką veiklą kaip vieną iš socialinės įtraukties bei aktyvaus senėjimo nišų, įvardina ir J. Manthorpe (2008). Ši veikla asmenims suteikia galimybę įsitraukti į socialinį bei pilietinį gyvenimą, skatinant jų įsitraukimą – palaikomas vyresnio amžiaus asmenų aktyvumas (Kuliešis ir Pareigienė, 2014). Kaip Lietuvoje, taip ir Ukrainoje, kuriasi įvairios organizacijos, draugijos ir bendruomenės, vienijančios vyresnio amžiaus asmenis, padedančios jiems burtis į grupes, užsiimti tam tikromis veiklomis, skatinti bendravimą, užsiimti savanoriška veikla. Veiklų bei organizacijų įvairovė pavaizduota lentelėje (žr. 6 priedą). Savanoriška veikla ir užimtumas Ukrainoje įvardijami kaip du pagrindiniai būdai vyresnio amžiaus asmenims save realizuoti (Івахова, 2023). Siekiant didesnio asmenų įsitraukimo, svarbu apžvelgti ir tai kokiais būdais asmenys į savanorišką veiklą gali būti įtraukiami ar įsitraukti patys. Masaitienė ir Sinkevičienė išskiria keletą vyresnio amžiaus asmenų įsitraukimo į savanorišką veiklą būdų (žr. 3 lentelę).

3 lentelė. Įsitraukimo į savanorišką veiklą būdai (cit. iš Masaitienė ir Sinkevičienė, n .d.)

Įsitraukimo į savanorišką veiklą būdas	Įsitraukimo į savanorišką veiklą būdo paaiškinimas
Ilgalaikė savanoriška veikla	Asmenys savanoriška veikla pradėjo užsiimti dar jaunystėje ir tęsia šią veiklą iki šiol.
Po pagalbos gavimo	Savanoriu asmuo tapo po to, kai pats gavo pagalbą šiuo būdu.
Pakviestas esamų savanorių	Savanoriaujantys asmenys kviečia naujus narius.
Pakviestas organizacijos vadovo	Vadovas pritraukia asmenis juos motyvuodamas, palaikydamas.
Savanoriška veikla kaip profesija	Profesija, susijusi su pagalba kitiems
Įsitraukimas atsitiktinai	Paprašytas suteikė pagalbą ir toliau tęsė šią veiklą.
Savanorystės prasmės suvokimas	Savanoriauti paskatino suvokimas, kokia ši veikla prasminga.
Savanorystės teikiama nauda savanoriui	Gaunamos teigiamos emocijos savanoriaujant, džiaugsmas, pilnatvė, akiračio plėtimas skatina prie šios veiklos prisidėti.

Įsitraukimo į savanorišką veiklą būdai varijuoja nuo asmeninių motyvų iki aplinkos poveikio, kiekvienas asmuo paveikiamas individualiai. Svarbu atsižvelgti į tai, kad informacijos sklaidimas, dalijimasis gerą patirtimi, turi stiprų poveikį, siekiant įtraukti vyresnio amžiaus asmenis į savanorišką veiklą. Veiklos tęsimą dažniausiai lemia nauda, kurią iš to gauna pats savanoriaujantis.

Taigi, apibendrinant galima teigti, jog savanorystė, ypatingai vyresniame amžiuje, apibūdinama kaip vienas pagrindinių būdų, siekiant išlaikyti savo naudingumą, savivertę, realizuoti save per pagalbą kitiems. Ši veikla padeda asmenims kuo ilgiau išlikti aktyviems, tiek fiziškai, tiek emociškai sveikiems, ir turėtų būti skatinama kuo įvairesniais būdais.

### 1.3.4. Užimtumas ir darbinė veikla vyresniame amžiuje

Vyresniame amžiuje dėl įvairių sveikatos problemų, psichologinių veiksnių, darbo vietų trūkumo, neigiamo darbdavių požiūrio ir kitų socialinių problemų asmenų užimtumas vis mažėja. Atsižvelgiant į demografinio senėjimo procesą darbo jėgos skaičius taps vis labiau priklausomu būtent nuo vyresnio amžiaus asmenų aktyvumo (Okunevičiūtė Neverauskienė ir Moskvina, 2008). Autorės teigia, jog pagrindinis iššūkis išlieka tas, kad siekiant kuo ilgiau asmenis išlaikyti darbo rinkoje ir padidinti darbo jėgos pasiūlą, atitinkamai paklausa taip pat turėtų didėti, tačiau šioje srityje vis dar pastebimos kliūtys. Pastebima tendencija, kad užimtumo problemos ypač aktualios kaimo vietovėse. Gustaitienės ir Banevičienės (2014) atliktas tyrimas parodė, jog blogėjančią ekonominę ir socialinę padėtį kaime lemia nedarbas, augantis vyresnio amžiaus asmenų skaičius atokiose gyvenvietėse, mažėjantis užimtumas, ko pasekoje, siaurėja ir artimų žmonių ratas. Šių bei kitų autorių (Rice ir Steele, 2004) atlikti tyrimai taip pat nagrinėjo su užimtumu vyresniame amžiuje susijusią žmonių savijautą. Darbas išskiriamas kaip vienas iš veiksnių, galintis lemti gerą savijautą (Daukantaitė ir Bergman, 2003). Tyrimo metu nustatyta, jog dirbantys vyresnio amžiaus asmenys tolerantiškiau žiūri į jaunimą bei vertina kitus vyresnio amžiaus asmenis, taip pat jie turi platesnę akiratį, jaučiasi reikalingesni, mažiau skundžiasi sveikatos problemomis (Gustaitienė ir Banevičienė, 2014).

Vertinant užimtumo naudą vyresniame amžiuje ir padėtį šioje srityje, būtina atkreipti dėmesį ir į veiksnius, stabdančius aktyvų šios socialinės srities vystymąsi: gerosios praktikos stoka, nepakankamas socialinių partnerių bendradarbiavimas bei iniciatyvų stoka (Okunevičiūtė Neverauskienė ir Pocius, 2017). Pocius ir Moskvina (2004) atliko tyrimą, kurio metu gauti duomenys parodė, jog vyresnio amžiaus asmenų, manymu, šias problemas galima spręsti dviem būdais:

- materialinė išraiška – didesnė lėšų dalis skiriama užimtumo programoms, vyresnio amžiaus asmenų steigiamam verslui;
- socialinio aktyvumo išraiška – vietinių bendruomenių veiklos aktyvinimas, kultūros bei švietimo renginių organizavimas, savpagalbos grupių kūrimas, informacijos sklaidimas.

Giddens (2005) teigimu, darbas vyresniame amžiuje ne tik teikia uždarbį, bet taip pat ir kelia aktyvumo lygį plečia socialinius ryšius. Kuo ilgiau asmuo lieka darbingas, tuo aukštesnis jo aktyvumo lygis. Būtina atsižvelgti ir į kiekvieno asmens poreikius. Kai kurie vyresnio amžiaus asmenys teigia, jog pensinis amžius yra jų užtarnautas poilsis ir darbas jiems tik trukdytų užsiimti kita mėgstama ar senai norėta išbandyti veikla. Kiti asmenys darbo praradimą gali vertinti kaip praradimą dalies savęs.



Warr ir kt. (2004) teigimu, priverstinis išėjimas į pensiją gali turėti neigiamų pasekmių ir pagreitinti senėjimo procesą, kai tuo metu tęsiančių darbinę veiklą asmenų savęs vertinimas ir gyvenimo kokybė ženkliai pagerėja. Nuo savęs vertinimo dažnai priklauso asmenų noras save rodyti, išbandyti savo jėgas vienoje ar kitose srityse, noras užsiimti nauja ar jau pamėgta veikla, įsitraukti į visuomeninį gyvenimą. Pasitikėjimas savimi, kurį gali išlaikyti darbinės veiklos tęsimas, ženkliai prisideda prie žmonių noro tęsti aktyvų gyvenimą.

Taigi, galima teigti, jog sklandi profesinė karjera net sulaukus vyresnio amžiaus, ženkliai įtakoja žmonių vidinę savijautą, kuri dažnai nulemia tolesnį gyvenimo būdą. Aukštas savęs vertinimas suteikia noro įsitraukti į naujas veiklas, dalyvauti problemų sprendimuose bei aktyviai leisti laisvalaikį. Nepaisant to, vis dar išlieka tam tikri veiksniai, ribojantys galimybes dirbti sulaukus pensijos, todėl jų sprendimo būdų ieškojimas išlieka aktualus visuomenės uždavinys.

#### **1.4. Specialistų kompetencijų svarba vyresnio amžiaus asmenų socialiniam aktyvumui skatinti**

Problemos, su kuriomis susiduria asmenys, sulaukę vyresnio amžiaus – sveikatos sutrikimai, pasitikėjimo savimi trūkumas, atsirandantis baimės ir nereikalingumo jausmas, psichologinės problemos, diskriminacija bei neigiami stereotipai, stipriai apriboja ar susilpnina aktyvų šių asmenų dalyvavimą socialiniame gyvenime. Čapėnaitės (2008) teigimu, senyvo amžiaus asmuo visuomenės gyvenime atlieka įvairių ir svarbų socialinį vaidmenį, todėl būtina sudaryti kuo palankesnes sąlygas jo pilnaverčiam visuomeniniam gyvenimui. Atsižvelgiant į demografinę situaciją ir vis didėjantį vyresnio amžiaus asmenų skaičių, natūraliai kyla socialinių paslaugų įvairovės bei specialistų, galinčių jas teikti, poreikis. Analizuojant vyresnio amžiaus asmenų socialinę integraciją visuomenės senėjimo kontekste socialinių paslaugų teikėjams yra formuluojami 2 pagrindiniai tikslai (Lukamskienė ir Budėjienė, 2013):

1. Vyresnio amžiaus asmenims organizuoti bei tikti tokias paslaugas, kurios palaikytų bei skatintų jų socialinį ir fizinį aktyvumą bei savarankiškumą;

2. Atliepti socialinės slaugos ir globos poreikius.

Analizuojant teikiamas socialines paslaugas Lietuvoje, galima pastebėti, jog kiekvienai paslaugų rūšiai priskiriamų paslaugų tikslas dalinai yra susijęs būtent su socialine integracija ir asmenų aktyvinimu. Galima išskirti keletą socialinių paslaugų, skirtų būtent socialinio asmenų aktyvumo užtikrinimui: darbas su bendruomene; transporto organizavimas; sociokultūrinės paslaugos; pagalba į namus; socialinių įgūdžių ugdymas ir palaikymas; psichosocialinė pagalba.

Ukrainoje pagrindinės vyresnio amžiaus asmenims teikiamos paslaugos nurodytos Socialinių paslaugų įstatyme (Закон про соціальні послуги, 2019): priežiūra namuose; konsultavimas; informacinių interesų atstovavimas; paliatyvinė slauga; pagalba daiktais; transporto organizavimas. Paslaugų įvairovė parodo, kokia skirtingų sričių specialistų pagalba asmenims reikalinga ir siekiant suteikti visokeriopą pagalbą, dažnu atveju, būtina kompleksinė pagalba, kuri pasiekama tik remiantis sėkmingu ir sklandžiu tarpinstituciniu bendradarbiavimu.

Visos išvardintos paslaugos didžiąja dalimi prisideda prie vyresnio amžiaus asmenų savarankiškumo ir socialinio aktyvumo išlaikymo. Siekiant suteikti kokybiškas paslaugas, būtina atkreipti dėmesį ir į socialinių darbuotojų kompetenciją bei galimybes prie to prisidėti. Dirbant su senyvo amžiaus asmenimis labai svarbu suprasti vertybes, išlaikyti pagarbų požiūrį ir nepaisyti neigiamą požiūrį ar tam tikrų stereotipų (Johnson, 2003). Darbas su senyvo amžiaus asmenimis turi tam tikrą specifiką, kurią lemia tokie veiksniai kaip visuomenės tradicijos, kultūra, ekonominis pajėgumas bei politinė sistema (Švedaitė – Sakalauskė, 2012) dėl ko, anot Šinkūnienės (2010), socialiniai darbuotojai turėtų labai gerai išmanyti darbo su šiais asmenimis ypatumus. Daugelis autorių analizuoja specialistams, dirbantiems su vyresnio amžiaus asmenimis reikalingas asmenines bei profesines kompetencijas (Vaicekauskienė ir Savickienė, 2013; Gapšytė ir Snieškienė, 2011; Rimkus, 2015). Autoriai pabrėžia, jog socialinis darbuotojas, dirbantis su senyvo amžiaus žmonėmis turėtų išsiskirti rūpestingumu, sąžiningumu, empatija, kritiniu mąstymu, sugebėjimu spręsti problemas ir adekvačiu reagavimu į kintančią aplinką. Vyšniauskytė – Rimkienė ir Liobikienė (2012) išskiria 3 pagrindines vertybes, kuriomis vadovaujama socialiniame darbe:

- pagarba žmogui, jo teisėms, laisvėms bei išskirtinumui;
- socialinis teisingumas;
- laisvė pasirinkimui ir įgyvendinimo galimybėms.

Viena iš pagrindinių socialinio darbuotojo užduočių – išlaikyti asmens savarankiškumą ir įgalinti jį patį spręsti iškylančias problemas. Siekiant suteikti kokybiškas ir efektyvias paslaugas, labai svarbu suvokti vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo realybę ir didžiausius iššūkius, su kuriais jie susiduria (Orlova, 2013). Sprendžiant klientų problemas, labai svarbu išsiaiškinti jų poreikius. Remiantis Biliuviene ir Jasevičiene (2015), socialinis darbas turėtų būti orientuotas į klientų socialinių poreikių gerinimą. Tam pritaria ir Lukamskienė ir Budėjienė (2013), kurios teigia, kad socialinės globos tikslas yra organizuoti bei teikti tokias socialines paslaugas, kurios skatintų asmenų fizinį ir socialinį aktyvumą bei savarankiškumą. Šinkūnienė (2010) yra išskyrusi keletą esminių taisyklių, kuriomis reikėtų vadovautis bendraujant su vyresnio amžiaus asmenimis: susipažinti su situacija,

įvertinti kliento būklę, kaip jis linkęs bendrauti; neskubėti ir neskubinti kliento, leisti apsispręsti pačiam; skubotai nepriimti neigiamo atsakymo, mėginti įkalbėti. Vadovavimasis šiais patarimais, socialiniams darbuotojams gali padėti pasiekti efektyvesnių rezultatų.

Apibendrinant galima teigti, jog socialinės paslaugos, teikiamos vyresnio amžiaus asmenims ir darbas su jais, turi tam tikrą specifiką, kas reikalauja ir atitinkamų specialistų kompetencijų. Socialinis darbuotojas turi didžiulę tiesioginę įtaką vyresnio amžiaus asmens gyvenime ir dažnu atveju nuo jo asmeninių ir profesinių savybių bei teisingų darbo metodų pasirinkimo, priklauso kliento socialinių problemų sprendimo efektyvumas.

## 2. TYRIMO METODOLOGIJA

**Tyrimo metodika.** Empirinis tyrimas grindžiamas konstruktyvizmo ir humanizmo teorinėmis nuostatomis. Atliekant tyrimą, socialinio konstruktyvizmo teorija plėtojama aktyviai ir lygiavertiškai į procesą įtraukiant ir pačius dalyvius. Konstruktyvizmo teorijos teigimu, realybė yra kuriama remiantis objektyvia ir subjektyvia individų patirtimi (Berger, Luckman, 1999). Minėtų autorių teigimu (1999), socialinio konstruktyvizmo pagrindas – tai tikrovė ir socialinis žinojimas. Šios teorinės nuostatos principas grindžiamas tuo, kad žinojimą, projektuoja patys žmonės (Jakutytė, 2012). Socialinis konstruktyvizmas suprantamas kaip bendravimo ir socialinio veiksmo teorija, kuri grindžiama dėmesiu bendravimo praktikoms, kurios leidžia susipažinti kaip yra suformuoti tam tikri procesai ir kaip veikėjai įsisavina jų reikšmes (Risse, 2007). Autorius teigia (2007), jog vadovaujantis socialinio konstruktyvizmo teorija, pagrindine bendravimo priemone vertėtų laikyti asmenų ginčus, įrodinėjimus ir priežasties įvardijimus, ko ir buvo prašoma tyrimo dalyvių.

Humanizmo teorija teigia, jog įrankiai, padedantys kontroliuoti ir gerinti žmogaus būties sąlygas, turi būti kuriami jo paties (Morkūnienė, 1995). Humanizmas bendrąja prasme – tai pažiūra į žmogų, išreiškiančios pagarbą jo teisėms ir orumui bei siekiai sudaryti jam palankias gyvenimo sąlygas (Morkūnienė, 1995). Šiuolaikinėje humanizmo teorijoje iškeliami žmogaus aktyvumo, kūrybiškumo bei savęs įtvirtinimo principai (Tamošauskas ir Sakalys, 2003). Taikant šią teoriją tyrimo metu, buvo galima pamatyti kaip vyresnio amžiaus asmenys ir jiems paslaugas teikiantys specialistai vertina socialinio aktyvumo situaciją ir galimybes skirtingose koncepcijose.

Tyrimo metu vyresnio amžiaus asmenų socialinio aktyvumo skatinimo galimybių analizė bus atliekama atskleidžiant tai, kaip specialistai ir patys vyresnio amžiaus asmenys, remdamiesi savo patirtimis, vertina socialinio aktyvumo plėtojimo galimybes.

**Duomenų rinkimas.** Kokybinis tyrimas pasirinktas kaip leidžiantis išsamiau tyrinėti situacijas tam tikroje aplinkoje bei labiau atskleisti asmenų pojūčius ir patirtis (Poteliūnienė, 2017). Kokybiniame tyrime pabrėžiama, jog požiūriai ir praktikos ne visuomet sutampa (Flick, 2014). Tyrimo atlikimo metu orientuojamasi ties tyrimo dalyvių patirtimis, perspektyvomis ir kasdienėmis situacijomis (Gaižasukaitė, Valavičienė, 2016). Tyrimo metu dėmesys buvo koncentruojamas į asmenų patirtis, todėl pasirinkta taikyti egzistencinį fenomenologinį metodą, kurio pagrindas ir yra patyrimo supratimas ir apibūdinimas (Sondaitė ir Norvilė, 2009).

Siekiant surinkti duomenis, buvo taikytas pusiau struktūruotas interviu bei apklausa raštu, pateikiant atviro tipo klausimus. Šį pasirinkimą lėmė noras priartėti prie žmonių ir gauti išsamesnius duomenis (Bitinas ir kt., 2008). Pusiau struktūruotas interviu leido užduoti tikslinamuosius klausimus, aktualiose vietose praplėtoti temą. Apklausa raštu buvo pasitelkta, pageidaujant kai kuriems tyrimo dalyviams. Laisvumas išlaikytas, nes atviro tipo klausimams būdinga tai, jog atsakymų turinys tiriamiesiems nėra vienaip ar kitaip primetamas (Merkys ir kt., 2004).

**Duomenų apdorojimas/analizė.** Duomenų apdorojimui taikyta kokybinė turinio analizė. Šis metodas naudojamas norint įsigilinti į tyrimo objektą per panašumų tarp kategorijų analizavimą (Žydzžiūnaitė ir Sabaliauskas, 2017). Šio tyrimo duomenų analizės metodo taikymo metu, didžiausias dėmesys kreipiamas į dalyvių pasisakymus (Gaižauskienė ir Valavičienė, 2016), kas leidžia labiau įsigilinti į asmenų išreikštus pastebėjimus, jausmus bei išgyvenimus. Šiame darbe itin didelis dėmesys buvo skiriamas vyresnio amžiaus asmenų ir specialistų išsakytoms įžvalgoms ir stebėta kokius jausmus jiems sukelia su analizuojamos sritys.

**Tyrimo kontekstas ir procedūros.** Interviu su tyrimo dalyviais buvo atliekamas tiesioginio kontakto būdu, jų darbo vietoje arba namų aplinkoje, taip pat telefonu, nesant galimybės susitikti ir pasitelkiant apklausą raštu, pateikiant atviro tipo klausimus, taip pageidaujant tyrimo dalyviams. Su apklausiamais specialistais sieja darbinis ryšys, su vyresnio amžiaus asmenimis iki tyrimo atlikimo jokie palaikomo ryšio nebuvo. Prieš atliekant interviu, tyrimo dalyviai buvo žodiškai supažindinti su tyrimo tikslais ir gautų duomenų panaudojimu, jiems užtikrintas anonimiškumas, gautas žodinis sutikimas dalyvauti tyrime. Interviu dalyvių konfidencialumas užtikrintas juos užkoduojuant (A1; A2; A3 ir t.t. – vyresnio amžiaus asmenys, S1; S2; S3 ir t.t. – specialistai).

Dalis atsakymų atsiųsti raštu. Kita dalis gauti vykusių tiesioginių pokalbių su asmenimis metu. Dalyvių, kurie sutiko su garso įrašo darymu, atsakymai darbo autoriaus buvo transkribuojami. Kita dalis – žymima raštu pokalbio metu. Pokalbių telefonu metu, tyrimo dalyviai nepageidavo būti įrašinėjami, todėl paties proceso metu buvo pasižymimi atsakymai. Visi atsakymai pažymėti interviu protokoluose (žr. 5 priedą).

Buvo sudaryti 2 interviu – vyresnio amžiaus asmenims (žr. 2 priedą), kurį sudarė 17 klausimų, ir specialistams teikiantiems jiems paslaugas (žr. 3 priedą), kurį sudarė 16 klausimų. Interviu klausimai buvo sudaryti remiantis objekto operacionalizacija (žr. 1 priedą). Objekto diagnostinės sritys buvo išskirtos remiantis L. Yueh – Pingo ir Ching-Huey (2011) socialinio aktyvumo apibrėžimo skirstymu – kontaktų su artimaisiais palaikymas, formalios ir neformalios veiklos, savanoriška veikla ir darbinė veikla. Socialinio aktyvumo nauda vyresnio amžiaus žmogui jau ne kartą įrodyta – tai

mažina mirtingumo riziką, gerina miegą bei kasdienį funkcionavimą, palaiko psichinę bei fizinę sveikatą (Mockus, Sondaitė ir Butėnaitė, 2013). Kiekvieną diagnostinę sritį sudarė 3 – 5 klausimai.

Su 6 vyresnio amžiaus asmenimis bendrauta telefonu, su 2 tiesioginio kontakto būdu. Su 5 specialistais bendrauta tiesioginio kontakto būdu, 3 – interviu klausimai išsiųsti el. paštu.

**Tyrimo imtis.** Tyrime dalyvavo 16 asmenų: 8 specialistai, dirbantys ir teikiantys paslaugas vyresnio amžiaus asmenims ir 8 vyresnio amžiaus asmenys, kurie buvo nurodyti specialistų. Vienas iš tyrimo dalyvių – Lietuvoje gyvenantis ukrainietis, visi likę – lietuviai. Respondentams atrinkti buvo naudojama kriterinė atranka. Tyrime dalyvavo 8 atstovai iš Užimtumo tarnybos, seniūnijų, Savivaldybės administracijos institucijų, nevyriausybinių organizacijų dirbančių ir teikiančių paslaugas vyresnio amžiaus asmenims. Dalyviai privalėjo turėti ne mažesnę nei 2 metų darbo patirtį su šios grupės asmenimis. Vyresnio amžiaus asmenims taikytas kriterijus – vyresni nei 60 m.

Specialistai atrinkti atsižvelgiant į jų turimą darbo patirtį bei darbo pobūdį. Vyresnio amžiaus asmenys atrinkti iš anksto nesidomint, koks gyvenimo būdas jiems priimtinas, taip siekiant gauti objektyvesnius duomenis.

**Tyrimo kokybė.** Tyrimo duomenų validavimui buvo pasitelkti du vyresnio amžiaus asmenys ir du specialistai, teikiantys jiems paslaugas. Tiek vieni, tiek kiti dalyviai vertino tik savo grupei priklausančius duomenis. Duomenų validavimui vyresnio amžiaus asmenims buvo pateikta 15 lentelių, specialistams – 13. Dviejų kategorijų turinio iš pavadinimo vyresnio amžiaus asmenys nesuprato. Atsižvelgiant į tai, kategorijų pavadinimai buvo koreguojami bendradarbiavimo su jais būdu. Specialistai konkrečių pasiūlymų ar koregavimo vietų nepabrėžė, tačiau paminėjo šešias subkategorijas, kurių turinys apima platesnę reikšmę, nei yra įvardijama. Į specialistų pastebėjimus buvo atsižvelgta, pavadinimai pataisyti, siekiant apimti visus pateiktus teiginius interviu metu. Specialistai pabrėžė savanoriškos veiklos naudos asmenims bei socialinio aktyvumo skatinimo būdų apibendrinimo tikslumą.

### 3. VYRESNIO AMŽIAUS ASMENŲ SOCIALINIO AKTYVUMO GALIMYBIŲ EMPIRINIO TYRIMO ANALIZĖ

#### 3.1. Vyresnio amžiaus asmenų subjektyvių patirčių analizė

Atliekant tyrimą buvo norėta išsiaiškinti kaip apskritai vyresnio amžiaus asmenys supranta socialinį aktyvumą. Atlikus atsakymų kokybinę turinio analizę, išskirtos dvi kategorijos: *Socialinėje aplinkoje organizuojamos veiklos* bei *Veikla, kurios metu skatinamas asmens vidinis tobulėjimas/augimas* (žr. 4 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 1 lentelėje.

4 lentelė. Socialinio aktyvumo apibrėžimo supratimas

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Socialinio aktyvumo turinys vyresnio amžiaus asmenų supratimu	Užimtumas ne namų aplinkoje	<...> kažkokią užklausinę, čia nepaisant darbo jau <...> neapsiriboja tuo modeliu darbas – namai (A2). <...> kai baigi darbus <...> ne tik kad aplink tuos namu suktis (A4).	4
	Kultūrinė veikla	<...> ėjimą į kokius koncertus <...> spektaklį kokį pažiūrėt (A1). Dalyvauti visuomeniniuose renginiuose <...> (A6).	2
Veikla, kurios metu skatinamas asmens vidinis tobulėjimas/augimas	Su gera savijauta susiję užsiėmimai	<...> kai žmogus atranda savo mėgstamą veiklą <...> [A2]. <...> užsiimti veiklom <...> kurios tave verčia gerai jaustis [A3].	2
	Asmeninį tobulėjimą skatinanti veikla	<...> tobulinasi gal kažkurioje srityje <...> [A2]. <...> pasižmonėti daugiau [A4].	2

Tyrimo metu paaiškėjo, jog vieni tyrimo dalyviai socialinį aktyvumą sieja su išoriniais veiksniais, kiti labiau akcentuoja su vidiniais, asmeniniais dalykais susijusią naudą. Vertinant išorinius veiksnius, labiausiai pastebimas socialinio aktyvumo siejimas su tam tikra veikla, kuri neapsiribotų vien namų aplinka. Tyrimo dalyviams socialinis aktyvumas labiausiai asocijuojasi su veikla, kuria galima užsiimti išėjus iš namų. Tam pritaria ir Kelly (1996), kuris teigia, jog psichinės sveikatos gerinimui didelę įtaką turi visos veiklos, kuriomis užsiimama išėjus iš namų ir į kurią įsitraukia kiti žmonės. Taip pat, vyresnio amžiaus asmenys socialinį aktyvumą sieja ir su kultūrine veikla. Anot Šinkūnienės (2005), būtent kultūrinis veiklumas ir aktyvumas labai svarbus darniai visuomenės raidai.

Vyresnio amžiaus asmenys pabrėžia norą dalyvauti kultūriniuose renginiuose, lankytis teatruose, koncertuose. Ši veikla, jų nuomone, išlaiko asmenis socialiai aktyvius.

Kategorija *Veikla, kurios metu skatinamas asmens vidinis tobulėjimas/augimas* atskleidžia, jog vyresnio amžiaus asmenims aktyvus socialinis gyvenimas siejasi su gera vidine savijauta bei asmeninį tobulėjimą skatinančia veikla. Tyrimo dalyviai pabrėžia, jog aktyvumas, tai ir yra veiklos, kurios kelia tau teigiamas emocijas, skatina tave domėtis naujais dalykais, tobulėti, augti.

Verta paminėti ir paskirus, į kategorijų turinį neįtrauktus atvejus, kurie išreiškia kitą socialinio aktyvumo supratimą. Tyrimo dalyviai socialinį aktyvumą sieja ir su stipria fizine bei psichologine sveikata. Dažniausiai vienos ar kitos veiklos atliktis nėra izoliuota nuo kitų asmenų, ji turi socialinę dimensiją (Kelly, 1996), todėl tvirta psichologinė savijauta ir pasitikėjimas savimi įvardijamas kaip būtinybė norint išlikti socialiai aktyviam.

Apibendrinant galima teigti, jog tyrimo dalyviai socialinį aktyvumą supranta kaip įsitraukimą į tam tikras veiklas, kurių metu galima pakeisti namų aplinką, užsiimti sociokultūrine veikla, kuri teikia asmenims malonumą, skatina domėtis, plėsti akiratį, tobulintis norimoje srityje. Taip pat asmenys pabrėžia ir stiprios sveikatos būtinybę norint išlikti socialiai aktyviam, kuri neapribotų galimybių dalyvauti norimose veiklose.

### 3.1.1. Kontaktų su artimaisiais palaikymas vyresniame amžiuje

Analizuojant bendravimo su artimaisiais svarbą vyresnio amžiaus asmenų gyvenime, buvo išskirtos dvi kategorijos: *Bendravimo šeimoje vertingumo didėjimas tampant vyresniems* ir *Artimo ir pozityvaus ryšio su artimaisiais palaikymas kaip emocinės sveikatos užtikrinimas* (žr. 5 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 2 lentelėje.

5 lentelė. **Bendravimo su artimaisiais svarba vyresnio amžiaus asmens gyvenime**

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Bendravimo šeimoje vertingumo didėjimas tampant vyresniems	Bendravimas su artimaisiais kaip būtinybė kasdieniame gyvenime	Kiekvieno gyvenime yra svarbus tas bendravimas <...> [A3]. <...> ryšio palaikymas žmogui yra <...> gyvybiškai svarbus [A4]. kaip ir pagrindinis dalykas čia pas visus tikriausiai [A8].	8
	Su amžiumi atsirandantis didesnis bendravimo poreikis	Kuo jau vyresnis esi <...> bendravimas šeimoj aktualesnis pasidaro [A1]. <...>kuo vyresnis esi, tuo tas bendravimas ir svarbesnis [A4].	2



Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Artimo ir pozityvaus ryšio su artimaisiais palaikymas kaip emocinės sveikatos užtikrinimas	Ryšys su artimaisiais kaip emocinės sveikatos užtikrinimo pagrindas	Ir saugumo jausmas, ir emocinė sveikata nuo to priklauso [A2]. <...> <...> didelis džiaugsmas yra, kad tu jautiesi reikalingas kam nors <...> tai yra pats didžiausias džiaugsmas [A5].	5
	Pozityvaus bendravimo su artimaisiais svarba siekiant teigiamų emocijų	Žiūrint aišku koks yra ryšys, ar jis yra nuolatinė įtampa, pykčiai <...> [A2]. <...> priklauso, aišku, ar tu sutari, ar nuolat kažkokioj įtampoj esi, strese ir reikia pyktis dėl kažkokių dalykų <...> [A4].	2

Gauti tyrimo rezultatai leidžia teigti, jog vyresniame amžiuje bendravimą su artimaisiais asmenys suvokia kaip būtinybę, kuri reikalinga kiekvieno gyvenime. Taip pat paaiškėjo, jog bendravimo su šeimos nariais poreikis ypatingai padidėja su amžiumi. Tyrimo dalyviai pabrėžia, jog kuo tampi vyresnis, tuo dažniau jauti poreikį palaikyti ryšį su šeima, giminaičiais, nes socialinis ratas vis mažėja.

Kategorijos *Artimo ir pozityvaus ryšio su artimaisiais palaikymas kaip emocinės sveikatos užtikrinimas* duomenys atskleidė, jog vyresnio amžiaus asmenims ryšys su artimaisiais, tai emocinės sveikatos užtikrinimo pagrindas. Bendravimas senatvėje žmogų daro laimingesnį (Rabosiuk, 2018). Taip pat tyrimo dalyviai pabrėžė *pozityvaus* bendravimo svarbą, kuri kelia teigiamas emocijas kasdieniame gyvenime. Tarpusavio supratimas, glaudus ryšys, konfliktų vengimas prisideda prie teigiamų emocijų kėlimo.

Tyrime dalyvavusių vyresnio amžiaus asmenų, buvo paprašyta papasakoti kokių bendrų veiklų su artimaisiais jie turi. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę, išskirta viena kategorija: *Bendrų veiklų pasireiškimas per rūpestį vienas kitu ir keliones* (žr. 6 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 3 lentelėje.

#### 6 lentelė. Bendrų veiklų su artimaisiais įvairovė

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Bendrų veiklų pasireiškimas per rūpestį vienas kitu ir keliones	Bendra veikla kaip rūpinimasis vienas kitu	<...> čia namuose, ar su anūkais pabendraujam <...> [A2]. Prižiūriu anūką, dirbuojamės sode, marinuojam, gaminam, dalinamės receptais <...> [A6].	6
	Kelionės, išvykos kaip bendrų veiklų forma	<...> kažkur jeigu vasarą išvažiuoji <...> [A3]. <...> einam pasivaikščioti, aprodau mūsų išgražėjusį miestą <...> keletą kartų per metus poilsiauti prie jūros, išvykti <...> mūsų šeimos tradicija – važiuoti į užsienio šalį. [A5].	5

Kaip dažniausia bendra veikla su šeimos nariais, buvo įvardintas rūpinimasis vienas kitu. Artimųjų priežiūrą tyrimo dalyviai pateikė kaip dažniausiai pasitaikantį laisvalaikio praleidimo būdą kartu. Koncevičienės ir kt. (2013) atliktas tyrimas apie pagyvenusių žmonių laisvalaikio praleidimo galimybes parodė, jog didžiausia dalis asmenų vyresniame amžiuje renkasi laisvalaikį praleisti šeimos aplinkoje. Kita dalis tyrimo dalyvių įvardijo, jog su artimaisiais dažnai pasirenka leisti į tam tikras keliones ar išvykas. Kai kuriose šeimose ši veikla jau tapo tradicija.

Tyrimo metu buvo norėta išsiaiškinti kokį vaidmenį artimieji atlieka analizuojant vyresnio amžiaus asmenų aktyvumą, jų aktyvų socialinį gyvenimą. Atlikus gautų atsakymų kokybinę turinio analizę, išskirtos dvi teminės kategorijos: *Artimųjų palaikymas kaip paskatinimas vyresnio amžiaus asmenims aktyviai gyventi* ir *Artimųjų dėmesio trūkumas kaip žemam aktyvumui įtakos turintis veiksnys* (žr. 7 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 4 lentelėje.

7 lentelė. **Artimųjų vaidmuo vyresnio amžiaus asmenų aktyviame gyvenime**

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Artimųjų palaikymas kaip paskatinimas vyresnio amžiaus asmenims aktyviai gyventi	Artimųjų pasiūlymai kaip paskatinimas užsiimti aktyvia veikla	<...> pasiūlo dukros ten ar ten nuvažiuoti, ar su gimtadieniu kokį bilietą nuperka <...> [A1]. <...> paskambina paklausia ar nenorėtum kažkur <...> [A3].	5
	Artimųjų palaikymas kaip didžiausia motyvacija imtis naujų veiklų	Motyvuoja, aišku. Niekada nėra pasakę kažką prieš <...> visą laiką ir palaikė ir skatino <...> [A2]. Palaiko mane, labai palaiko <...> ir džiaugiasi <...> domisi tuo ką veikiu <...> dar didesnė motyvacija nuo to atsiranda [A7].	4
Artimųjų dėmesio trūkumas kaip žemam aktyvumui įtakos turintis veiksnys	Menkas artimųjų domėjimasis ir palaikymas kaip žemo asmenų aktyvumo priežastis	Nėra taip, kad labai jau mane kažkur ar stumtų ar verstų eiti <...> ne visą laiką gal išeina, nesusiderinam <...> [A4]. <...> nėra, kad kažkur ten verstų eiti <...> retai kada pavyksta <...> [A6].	2

Kategorijos *Artimųjų dėmesio trūkumas kaip žemam aktyvumui įtakos turintis veiksnys* turinys atskleidžia, jog vyresnio amžiaus asmenų socialinis aktyvumas didėja jų artimiesiems vis teikiant pasiūlymus užsiimti viena ar kita veikla. Taip pat, palaikymas, domėjimasis artimųjų gyvenimu ir užsiėmimais, veikia kaip didesnė motyvacija aktyviai gyventi. Auškalnytės (2021) atliktas tyrimo rezultatai atskleidė, jog vyresnio amžiaus asmenys, sulaukiantys artimųjų pagalbos ir palaikymo pasižymi aukštesne gyvenimo kokybe fizinėje, psichologinėje, aplinkos ir socialinėje srityje.

Tuo tarpu, menkas artimųjų domėjimasis ir palaikymas, tyrimo dalyvių, buvo įvardintas kaip žemą aktyvumą įtakojantis veiksnys. Gauti atsakymai atskleidė, jog ne visuomet artimieji domisi ar skatina kur nors įsitraukti, ko pasekoje, to padaryti ir nepavyksta.

Tyrimo metu buvo siekiama atskleisti kokią įtaką vyresnio amžiaus psichologinei būsenai turi ryšys su artimaisiais. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę, išskirta viena kategorija: *Emocinės gerovės užtikrinimas priklausantis nuo santykio su artimaisiais* (žr. 8 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 5 lentelėje.

8 lentelė. **Vyresnio amžiaus asmenų ryšio su artimaisiais ir psichologinės būsenos sąsaja**

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Emocinės gerovės užtikrinimas priklausantis nuo santykio su artimaisiais	Artimas bendravimas su artimaisiais kaip geros psichinės sveikatos užtikrinimas	<...> suteikia tokį saugumą <...> [A4]. <...> savijauta geresnė, ir emociškai, kai tu tvirčiau jautiesi [A7]. <...> reikalingas, nepamirštas esi <...> širdis džiaugiasi <...>	4
	Bendrumo jausmas kaip saugumo pagrindas	<...> ne vienas jautiesi <...> [A1]. <...> jautiesi, kad turi tą užnugarį, kad esi šeimos narys [A2]. <...> vieni nesam ir galim kreiptis vieni į kitus <...> [A4]	3

Vyresnio amžiaus asmenys labiausiai pabrėžė artimo bendravimo su artimaisiais poveikį geros psichinės sveikatos užtikrinimui. Atsakymai atskleidė, jog artimas ryšys suteikia saugumo, tvirtumo jausmą, gerina savijautą, priverčia jaustis reikalingu.

Taip pat tyrimo dalyviai įvardijo, jog bendrumo jausmas šeimoje veikia kaip saugumo pagrindas. Tokie psichologiniai veiksniai kaip vienišumas ar santykių su artimaisiais nebuvimas pastūmėja žmones į socialinę atskirtį (Gončiarova ir Ivanauskienė, 2013). Glaudžių ryšių su artimaisiais puoselėjimas užkerta kelią vienišumo jausmui bei patvirtina žinojimą, jog, esant poreikiui, bet kuriuo metu galima kreiptis pagalbos.

Tyrimo dalyvavusių asmenų buvo paprašyta įvardinti kokią įtaką turi artimieji jiems įsitraukiant į naujas veiklas. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę, išskirta viena teminė kategorija: *Moralinis ir fizinis palaikymas/ bendras įsitraukimas į veiklas kaip aktyvų socialinį gyvenimą pradėti lemiantis veiksnys* (žr. 9 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 6 lentelėje.

9 lentelė. **Artimųjų įtaka įsitraukiant į naujas veiklas**

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Moralinis ir fizinis palaikymas/ bendras įsitraukimas į veiklas kaip aktyvų socialinį	Informacijos teikimas ir motyvavimas išbandyti naujas veiklas kaip vyresnio amžiaus	Tai pokalbiai <...> tiesiog patardavo, kur nuvykti, kur nuvažiuoti, ką aplankyti <...> atsiunčia kokią informaciją <...> [A5]. <...> palaikymas ir domėjimasis <...> [A7].	4

gyvenimą pradėti lemiantis veiksnys	asmenų aktyvesnio gyvenimo variklis		
	Dalyvavimo kartu su artimaisiais svarba norint įsitraukti į mėgiamas veiklas	<...> būtų magu, kad ir kartu galėtume nuvykti į kokį užsiėmimą <...> [A2]. <...> jeigu patys eina, tai ir aš <...> [A4].	4

Kategorijos turinys atskleidžia, jog pagrindinis veiksnys, skatinantis vyresnio amžiaus asmenis įsitraukti į naujas veiklas, tai informacijos ir motyvacijos gavimas iš savo artimųjų. Gauti tyrimo duomenys leidžia daryti prielaidą, jog gauta informacija apie lankytinas vietas bei organizuojamas veiklas, skatina vyresnio amžiaus asmenų domėjimąsi ir norą kažką išbandyti. Taip pat stipriai išreikštas noras dalyvauti kartu su savo artimaisiais. Tyrimo dalyviai teigia, jog didžiausią tikimybę išbandyti kažką naujo, lemtų būtent jų artimųjų įsitraukimas. Bendra patyriminė veikla, apjungianti patirtį bei žinias, turi didelę įtaką ir socializacijos ypatumams (Stulpinienė ir Žiemenė, 2022). Remiantis gautais atsakymais, galima teigti, jog noras išbandyti kažką naujo, stipriai siejasi su bendrumo bei padrašinimo poreikiu.

Apibendrinant galima teigti, jog su amžiumi didėjanti bendravimo poreikį su artimaisiais, vyresnio amžiaus asmenys suvokia ir vertina kaip būtiną procesą kiekvieno gyvenime. Labai svarbu palaikyti pozityvų, sveiką, geras emocijas teikiančią santykį, nes tai turi tiesioginę sąsają su asmens psichologine ir emocine gerove. Pasirinktų bendrų veiklų su artimaisiais įvairovė gali būti labai didelė, tačiau labiausiai išryškintos – tai laiko leidimas kartu vienas kitu besirūpinant bei kelionės, kartu organizuojamos išvykos. Prie vyresnio amžiaus asmenų aktyvumo artimieji labiausiai prisideda juos informuodami apie galimybes užsiimti viena ar kita veikla, domėjimusi kaip jiems sekasi, skatindami bei palaikydami. Kita vertus, dėmesio trūkumas, menkas domėjimasis, atvirkščiai – skatina pasyvesnį gyvenimą vyresniame amžiuje. Glaudus ryšys su šeima vyresniame amžiuje turi tiesioginę įtaką ir senjorų psichologinei būsenai. Artimas bendravimas užtikrina geresnę savijautą, saugumo jausmą, aukštesnį savęs vertinimą. Žinojimas, jog esi šeimos dalis ir galėjimas kreiptis pagalbos, vyresniame amžiuje prisideda prie ramybės užtikrinimo. Bendravimas, informavimas bei palaikymas skatina asmenis vyresniame amžiuje išbandyti naujas veiklas, pradėti domėtis nepatirtais dalykais. Bendros veiklos su artimaisiais – pagrindinė motyvacija aktyviai gyventi.

### 3.1.2. Užsiėmimas formaliomis ir neformaliomis veiklomis vyresniame amžiuje

Tyrimo metu buvo norima sužinoti kaip patys vyresnio amžiaus asmenys vertina savo aktyvumą. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę, išskirta viena kategorija: *Vyresnio amžiaus asmenų aktyvumo priklausymas nuo vidinių ir išorinių faktorių* (žr. 10 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 7 lentelėje.

10 lentelė. Vyresnio amžiaus asmenų savo aktyvumo vertinimas

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Vyresnio amžiaus asmenų aktyvumo priklausymas nuo vidinių ir išorinių faktorių	Su išorinėmis galimybėmis susijęs socialinis aktyvumas	<...> stengiuosi kiek įmanoma, pagal savo galimybes <...> [A2]. Jau kiek aš galiu, kiek man leidžia ta sveikata, tiek jau aš padalyvauju <...> [A7].	4
	Asmens vidinės būdo savybės kaip trukdis užsiimti nauja veikla	Prastai vertinu <...> kad pajudėt negali <...> [A1]. <...> nepasakyčiau, kad labai aš esu tokia, kad kažkur išeiti <...> [A3]. Kad nelabai. Nepatinka žinokit <...> [A6].	3
	Su amžiumi mažėjantis aktyvumo lygis	<...> anksčiau gal aktyvesnė buvau <...> dabar jau sveikata biški apribojo mane <...> [A2]. Buvau anksčiau tikrai <...> va keičiasi tos aplinkybės <...> [A8].	2

Labiausiai vyresnio amžiaus asmenų akcentuojamas su išorinėmis galimybėmis susijęs socialinis aktyvumas. Asmenys įsitraukia į veiklas, atsižvelgdami į savo laiko bei sveikatos resursus. Kiekvieno asmens gyvenimo būdas skiriasi bei fizinės galimybės yra skirtingos, o tai turi įtakos veiklų pasirinkimui ir užsiėmimų dažnumui.

Tuo tarpu žemą aktyvumo lygį asmenys argumentuoja tuo, jog vidinės būdo savybės, nenoras, yra esminis trukdis užsiimti nauja veikla. Taip pat su amžiumi mažėjantis aktyvumo lygis, tyrimo dalyvių nuomone, yra natūralus reiškinys. Visuomenės senėjimas yra problema, kuri tiesiogiai siejama su fiziniu pasyvumu (Šokelienė ir Adomavičienė, 2011). Tyrimo dalyviai pabrėžia, jog didėjantis amžius, besikeičiančios aplinkybės, fizinės galimybės ir interesai, dažnai nulemia pasyvesnį gyvenimo būdą.

Buvo domėtasi kokie veiksniai vyresnio amžiaus asmenis skatina įsitraukti į aktyvias veiklas. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirtos dvi pageidaujama veiksmų kategorijos: *Kitų asmenų poreikio ir nuomonės svarba kaip vyresnio amžiaus asmenų įsitraukimą į veiklas lemiantys veiksniai* ir *Vidiniai resursai ir poreikiai kaip aktyvumą lemiantys veiksniai* (žr. 11 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 8 lentelėje.

## 11 lentelė. Įsitraukimą į veiklas skatinantys veiksniai

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Kitų asmenų poreikio ir nuomonės svarba kaip vyresnio amžiaus asmenų įsitraukimą į veiklas lemiantys veiksniai	Gerieji pavyzdžiai ir dalijimasis gerąja patirtimi kaip motyvuojantis veiksnys	<...> domėjimąsi gali paskatinti vienas per kitą, pasakodamas tą informaciją <...> dalijimasis savo patirtimi [A2]. Reikia <...> skleisti informaciją, kuo daugiau matys aplinkui <...> tokių žmonių, tuo labiau ir patys <...> lygiuosius [A7].	4
	Bendravimo poreikis kaip motyvacijos įsitraukti į veiklas pagrindas	<...> Žmonėm svarbiausia bendravimas. Ir va tas noras bendrauti ir skatina tuos žmones įsitraukti [A2]. <...> Bendrauti žmogui paprasčiausiai patinka. [A3].	2
Vidiniai resursai ir poreikiai kaip aktyvumą lemiantys veiksniai	Gyvenimo būdo pasirinkimas, priklausantis nuo vidinių asmens savybių	<...> gal toks būdas yra <...> nu tai tikriausiai, kad nuo žmogaus priklauso [A3]. <...> toks mano būdas gal yra <...> sunku man ir nusėdėti tuose namuose, nerandu aš vietos. [A7].	3
	Aktyvumas kasdieniame gyvenime priklausantis nuo asmens poreikių	<...> nu žmonės patys gali pasirinkti, vieni nori, kiti ne ir čia nereikia, kad visi vienodi būtų. [A3]. Jeigu nori žmogus, tai nori, jeigu ne, tai ne, čia nuo kiekvieno priklauso. [A6].	3

Dažniausiai tyrimo dalyvių įvardintas veiksnys, motyvuojantis įsitraukti į veiklas, tai gerieji pavyzdžiai ir dalijimasis savo turima patirtimi. Taip pat, bendravimo poreikis dažnai veikia kaip motyvacijos įsitraukti į veiklas pagrindas. Tyrimo duomenys atskleidė, jog noras lygiuotis į kitus dažnu atveju skatina domėjimąsi ir įsitraukimą, o reali patirtis sukelia daugiau susidomėjimo nei vien pateikta teorinė informacija.

Kategorijos *Vidiniai resursai ir poreikiai kaip aktyvumą lemiantys veiksniai* turinys atskleidžia jog vidinės asmens savybės dažnai nulemia gyvenimo būdą. Žmogaus elgesį lemia jo patyrimas, asmens ir psichologinės savybės bei vertybinių orientacijų sistema (Ralyš, 2011). Taip pat tyrimo dalyviai pabrėžė ir asmeninių poreikių svarbą. Ne visi asmenys aktyvumą ar jo naudą vertina vienodai, skirtingi poreikiai ar nuomonės turi būti toleruotinos.

Tyrimo metu vyresnio amžiaus asmenų buvo paprašyta įvardinti kokios priežastys lemia žemą įsitraukimą į aktyvias veiklas. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirtos dvi kategorijos: *Su amžiumi atsirandančios fizinės kliūtys kaip žemo aktyvumo priežastis* ir

*Psichologinės vyresnio amžiaus asmenų kliūtys, neigiamai veikiančios norą įsitraukti į tam tikras veiklas* (žr. 12 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 9 lentelėje.

12 lentelė. **Žemo vyresnio amžiaus asmenų aktyvumo priežastys**

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Su amžiumi atsirandančios fizinės kliūtys kaip žemo aktyvumo priežastis	Žemas aktyvumas vyresniame amžiuje, įtakotas sveikatos problemų	<...> va sveikata neleidžia. Svoris didelis, nugara skauda. Akys jau nebe tos. <...> [A1]. <...> kojų skausmai, tai pas daktarus, jau kažkur negali nueiti. Ir atrodo tos energijos nebe tiek <...>[A2].	3
Psichologinės vyresnio amžiaus asmenų kliūtys neigiamai veikiančios norą įsitraukti į tam tikras veiklas	Aktyvumo mažėjimas veikiamas neigiamų asmenų nuostatų	<...> niekad aš tokių dalykų nemėgau <...> kažkaip nei aš moku, nei man patinka, nei aš esu dariusi. <...> [A3].	1
	Pasitikėjimo savimi trūkumas kaip žemą aktyvumą lemiantis veiksnys	<...> tos drąsos tikriausiai pritrūksta <...> [A4]. <...> Savivertis galbūt <...> [A5]. Nu žinokit kompleksai <...>	3

Vienas iš didžiausių trukdžių, neleidžiančių vyresnio amžiaus asmenims išlikti aktyviems – tai sveikatos problemos, kurios ir yra labiausiai būdingos senatvėje (Lengvinienė ir kt., 2014). Tyrimo dalyviai nurodė, jog žemą aktyvumą įtakoja sveikatos problemos vyresniame amžiuje. Fizinės galimybės ir atsirandantis energijos trūkumas dažnu atveju trukdo vesti norimą gyvenimo būdą.

Kategorijos *Psichologinės vyresnio amžiaus asmenų kliūtys, neigiamai veikiančios norą įsitraukti į tam tikras veiklas* turinys atskleidžia, jog žemą aktyvumą taip pat gali lemti neigiamos paties asmens nuostatos šiuo klausimu ar pasitikėjimo savimi trūkumas. Anot Baumeister (1999), asmenys, kurie save vertina prastai, yra linkę abejoti savo sprendimais bei jėgomis. Tyrimo dalyvių atsakymai leidžia daryti prielaidą, jog dažnu atveju, įsitraukti į aktyvią veiklą, pritrūksta drąsos.

Apibendrinant galima teigti, jog ir išoriniai ir vidiniai faktoriai turi įtakos vyresnio amžiaus asmenų savo aktyvo vertinimui. Laiko stoka ar sveikatos galimybės dažnai nulemia sprendimą vesti aktyvų ar lėtesnį gyvenimo būdą. Taip pat kiti interesai, nenoras, su amžiumi atsirandantys ribojantys veiksniai prisideda žemo aktyvumo senatvėje. Kita vertus, vidinės savybės, aktyvaus gyvenimo būdo vedimas gali turėti įtakos ir norui aktyviai gyventi vyresniame amžiuje. Bendravimo poreikis bei kitų asmenų pavyzdžiai, geroji patirtis stipriai prisideda prie motyvacijos aktyviai gyventi didinimo. Žemas aktyvumas dažniausiai susijęs su vyresniame amžiuje atsirandančiomis fizinės bei psichologinės sveikatos problemomis. Pasitikėjimo savimi trūkumas ir žemas savęs vertinimas lemia nenorą aktyviai gyventi.

### 3.1.3. Savanorystė vyresniame amžiuje

Tyrimė dalyvavusių vyresnio amžiaus asmenų buvo paprašyta įvardinti kokias savanoriavimo galimybes jie žino savo gyvenamojoje vietoje. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę, išskirta viena kategorija: *Savanorystė išreikšta per pagalbą gyvūnams ir per pagalbą žmonėms* (žr. 13 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 10 lentelėje.

13 lentelė. Savanorystės galimybės gyvenamojoje savivaldybėje

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Savanorystė išreikšta per pagalbą gyvūnams ir per pagalbą žmonėms	Pagalba gyvūnams – savanoriškos veiklos išraiška	<...> katinais kažką užsiima, ar šeria ten ar ką <...> [A1]. <...> ir gyvūniukais užsiimam, ir maitinam, ir gaudom, gydom <...> [A8].	4
	Savanoriavimas kaip pagalba vyresnio amžiaus asmenims	<...> pas seniukus eina, ir maistą dalina, nešioja, ir namuose padeda <...> [A3]. <...> Ir sriubas gatvėj dalinam <...> ir maistą senoliams vežioja, ir namuose padeda [A8].	3

Savanorystės veiklų spektras gali būti labai platus. Tyrimė dalyvavę vyresnio amžiaus asmenys įvardijo, jog pagalba gyvūnams yra viena iš savanoriškos veiklos išraiškų. Teiginių skaičius leidžia daryti prielaidą, jog gyvūnų gaudymas, gydymas ir maitinimas, žmonėms suprantamas kaip savanoriškos pagalbos suteikimas, turintis tokią pat svarbą, kaip ir pagalba žmonėms.

Taip pat vyresnio amžiaus asmenys kaip galimos savanorystės formą išskyrė pagalbą senyvo amžiaus asmenims. Dėl ekonominių, socialinių ir politinių veiksnių, vienišų senyvo amžiaus asmenų, kuriems reikalinga pagalba, skaičius nuolat auga (Paplauskienė, 2021). Maisto dalinimas ir pagalba namuose pabrėžta kaip pagrindinė reikalinga pagalba vyresnio amžiaus asmenims.

Analizuojant kokie veiksniai lemia asmenų įsitraukimą/nenorą įsitraukti į savanorišką veiklą vyresniame amžiuje buvo išskirtos dvi kategorijos: *Dalyvaujant savanoriškoje veikloje gaunama nauda kaip geros emocijės savijautos garantas* ir *Dalyvavimo savanoriškoje veikloje mažėjimo siejimas su laiko ir informacijos trūkumu*. (žr. 14 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 11 lentelėje.

14 lentelė. Vyresnio amžiaus asmenų įsitraukimą/neįsitraukimą į savanorišką veiklą lemiantis veiksniai

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Dalyvaujant savanoriškoje veikloje gaunama nauda kaip	Su noru teikti pagalbą ir noru aukotis susijęs įsitraukimas	<...> iš prigimties esam tokie, kad norim ir kitam padėti, ir norim, kad ir mums padėtų. [A2]. <...> nori padėti kitiems. <...> kiekviename žmoguje	3



geros emociinės savijautos garantas		slypi tas noras užsidirbti tų karmos taškų <...> nori pasiaukoti, nori duoti <...> [A5].	
	Naudos sau gavimas išitraukus į savanorišką veiklą	<...> vistiek gerai darbas prisidedi prie kažko ir pats geriau jautiesi <...> [A2]. <...> ir kitam gerą padarai, ir pats pasikrauni, ir ant dūšios geriau. [A3].	2
	Bendravimo poreikis lemiantis norą išitraukti į savanorišką veiklą	<...> pabendrauti gali ten ir pasižmonėti <...> [A1]. Pati prisidedu aktyviai prie šios veiklos <...> ir bendraminčių randi <...> [A6].	2
Dalyvavimo savanoriškoje veikloje mažėjimo siejimas su laiko ir informacijos trūkumu	Nenoro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su laiko trūkumu	<...> Aš ne, bet gal dėl to laiko trūkumo <...> Aš asmeniškai nesavanoriauju. Neturiu laiko, nes dirbu. <...> [A5]. <...> nelabai žinokit dalyvavau, laiko kažkaip nebuvo <...> [A8].	2
	Nenoro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su informacijos trūkumu	<...> nelabai, kas siūlė, gal dėl to. [A4]. <...> ir informacijos daug nėra pateikta, nėra skatinimo <...> [A7].	3

Labiausiai tyrimo dalyviai pabrėžė su noru teikti pagalbą ir noru aukotis susijusį išitraukimą į savanorišką veiklą. Anot Clary ir Snyder (1991) savanoriškoje veikloje žmonės išreiškia vertybes, nukreiptas į troškimą padėti kitiems ir tarnauti visuomenei. Noras pasiaukoti, noras duoti vyresniame amžiuje išryškėja dar labiau. Prisijungimas prie savanoriškos veiklos taip pat stipriai įtakojamas naudos sau gavimu ir didesnio bendravimo poreikio vyresniame amžiuje atsiradimu. Žmonės tiki, jog padarius gerą darbą kitiems, jiems jis sugrįš tuo pačiu. Kartais savanorystė tampa būdu kelti savivertę ar išspręsti savo psichologines problemas (Clary ir Snyder, 1991), taip gaunant abipusę naudą. Ši veikla taip pat stipriai prisideda prie noro ir galimybių išplėsti savo socialinį ratą bei užmegzti naujus kontaktus (Clary ir Snaider, 1991). Vyresnio amžiaus asmenys atranda bendraminčių, naujų pašnekovų.

Kita vertus, tyrimo dalyviai nenorą dalyvauti savanoriškoje veikloje sieja su laiko bei informacijos trūkumu. Laiko trūkumas atsirandantis, dėl užsiėmimo kitomis veiklomis ar netgi darbine veikla pensiniame amžiuje, tampa kliūtimi dalyvavimui savanoriškoje veikloje. Taip pat, nepakankamą informacijos sklaidą galima laikyti kliūtimi dalyvauti šioje veikloje.

Tyrimo metu vyresnio amžiaus asmenų buvo teiraujama kas juos paskatintų išitraukti į savanorišką veiklą. Atlikus atsakymų kokybinę turinio analizę buvo išskirtos dvi kategorijos: *Asmeninio skatinimo būdai pasitelkiami didinti norą dalyvauti savanoriškoje veikloje* ir *Visuomenės skatinimas ir galimybių derinimas veikiančias, kaip motyvacijos būdas išitraukimui į savanorišką veiklą* (žr. 15 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 12 lentelėje.

15 lentelė. Įsitraukimą į savanorišką veiklą skatinantys veiksniai

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Asmeninio skatinimo būdai pasitelkiami didinti norą dalyvauti savanoriškoje veikloje	Dominanti veikla kaip įsitraukimo į savanorystę pagrindas	<...> man pačiai atrodytų labai įdomiai, ir naudinga, ir man pačiai patiktų <...> [A2]. <...> kad sudomintų mane būtent ta veikla <...> [A7].	3
	Aplinkinių žmonių skatinimas darantis įtaką norui įsitraukti į savanorišką veiklą	<...> Kad pasiūlytų kas, už rankos nusitemptų <...> [A3]. <...> gal kad ne viena eičiau <...> [A4].	3
Visuomenės skatinimas ir galimybių derinimas veikiantis, kaip motyvacijos būdas įsitraukimui į savanorišką veiklą	Visuomenės informavimas kaip įsitraukimą skatinantis veiksnys	<...> Ir informacijos skleidimą <...> [A5]. Daugiau gal kokios informacijos. <...> [A6].	2
	Sveikatos ir laiko resursų derinimas su savanoriška veikla noro dalyvauti didinimo perspektyvoje	<...> kad sveikatos tik būtų. [A1]. <...> kad laiko daugiau būtų <...> [A7]. <...> kad laiko gal daugiau turėčiau <...> [A8].	3

Vyresnio amžiaus asmenų, dalyvavusių tyrime atsakymai atskleidė, jog didelę įtaką pradėti domėtis savanoriška veikla ir į ją įsitraukti turėtų juos asmeniškai dominančios veiklos atradimas ir aplinkinių asmenų skatinimas. Žmonės labiau linkę užsiimti jiems asmeniškai atrodančia naudinga ar įdomia veikla, šiuo atveju atsiranda didesnė motyvacija bei veiklos produktyvumas. Daugumai vis dar trūksta informacijos, norisi gauti kvietimą ar įsitraukti kartu su kitais asmenimis, kas leidžia daryti prielaidą, jog bendrystė gali būti vienas iš aktyvesnį įsitraukimą lemiančių veiksnių.

Kategorijos *Visuomenės skatinimas ir galimybių derinimas veikiantis, kaip motyvacijos būdas įsitraukimui į savanorišką veiklą* turinys atskleidžia aplinkos įtakos veiksnius, galinčius prisidėti prie noro įsitraukti į savanorišką veiklą didinimo. Vyresnio amžiaus asmenys įvardijo jog būtinas didesnis visuomenės informavimas bei galimybių veiklą derinti su asmenų turimais sveikatos ir laiko resursais. Išreikštas informacijos poreikis atskleidė, jog daugeliui žmonių vis dar trūksta informacijos ir kas ta savanorystė ir kokios jos galimybės. Taip pat asmenims, turintiems sveikatos problemų ar vis dar dirbantiems, labai aktualus galimybių savanoriauti pritaikymas.

Apibendrinant galima teigti, jog didžioji tyrime dalyvavusių vyresnio amžiaus asmenų dalis turi žinių tik apie ganėtinai siauras galimybes dalyvauti savanoriškoje veikloje savo gyvenamojoje vietoje – asmenys išskyrė pagalbą gyvūnams ir pagalbą maisto produktais bei namų tvarkymo paslaugas vyresnio amžiaus asmenims. Dažnai norą įsitraukti į savanorišką veiklą lemia asmenų asmeninė gaunama nauda, užtikrinanti gerą emocinę savijautą. Dalyvaujant minėtoje veikloje, teikdami pagalbą kitiems, savanoriai kelia ir savo savivertę, jaučiasi pakylėti. Tuo pačiu didėja jų socialinis ratas,

patenkinamas bendravimo poreikis. Pagrindiniai du dalykai, įvardijami kaip kliūtys dalyvauti savanoriškoje veikloje – tai laiko ir sveikatos trūkumas. Dažnu atveju savanorystė paprasčiausiai nesuderinama su turimais resursais. Skatinimas įsitraukti į savanorišką veiklą gali būti didinamas per asmeninius ar per visuomeninius veiksnys. Žmonėms svarbu atrasti juos dominančią veiklą, kurią atliekant jie jaustųsi patenkinti. Taip pat ne mažiau svarbu ir asmeninis skatinimas, kviečiant tiesiogiai, dalijantis informacija. Būtina atsižvelgti ir į bendrą visuomenės informavimo didinimą apie savanorystę kaip veiklą, jos būdus bei įsitraukimo galimybes. Taip pat, tinkamo laiko derinimas bei tikslingas veiklų atrinkimas, atsižvelgiant į asmenų fizines galimybes, įvardijamas kaip svarbus veiksnys, galintis paskatinti vyresnio amžiaus asmenis įsitraukti į savanorišką veiklą.

### 3.1.4. Vyresnio amžiaus asmenų užimtumas

Tyrimo metu vyresnio amžiaus asmenų buvo paprašyta apibūdinti savo užimtumo situaciją pensiniame amžiuje ir tai lėmusias aplinkybes. Atlikus gautų atsakymų kokybinę turinio analizę buvo išskirtos dvi kategorijos: *Sveikatos ir asmeninių poreikių iškėlimas aukščiau darbinės veiklos* ir *Noras jaustis naudingu ir finansiškai užtikrintu – ilgesnio išsilaikymo darbo rinkoje priežastis* (žr. 16 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 13 lentelėje.

16 lentelė. Užimtumo situaciją pensiniame amžiuje lėmusios aplinkybės

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Sveikatos ir asmeninių poreikių iškėlimas aukščiau darbinės veiklos	Poilsio vyresniame amžiuje vertinimas kaip nenoro tęsti darbinės veiklos priežastis	Nedirbu <...> manau, kad turim teisę jau ir pailsėti <...> [A4]. Nedirbu, <...> aš jau ir nenorėčiau <...> atidirbom mes jau savo [A8].	4
Noras jaustis naudingu ir finansiškai užtikrintu – ilgesnio išsilaikymo darbo rinkoje priežastis	Naudingumo jausmas ir materialinės padėties gerinimas - motyvacijos dirbti pensiniame amžiuje pagrindas	<...> tai, kad aš dirbu <...> lėmė <...> kad aš norėjau būti kažkam naudinga <...> [A5]. Dirbu, kad pajamų daugiau būtų <...> [A6].	2

Didžioji dalis vyresnio amžiaus asmenų savo nedarbo priežastis pensiniame amžiuje įvardijo kaip didesnę poilsio vertinimą. Dažnas asmuo jaučia poreikį pailsėti, mano, jog savo laiką jau atidirbo. Atsižvelgiant į tai, jog senyvo amžiaus asmenys yra verčiami vis ilgiau dirbti ir negali mėgautis savo užtarnautu poilsiu (Garlauskaitė ir Zabaraukaitė, 2015), asmenys laisvą nuo darbo laiką iškelia kaip prioritetą.

Vertėtų paminėti ir į kategorijų turinį nepatekusius atvejus, kurie taip pat paaiškina nedarbo priežastis vyresniame amžiuje. Pavieniai asmenys pabrėžia sveikatos problemas, lėmusias

pasirinkimą nedirbti. Vyresnio amžiaus asmenų teigimų, tokiaame amžiuje darbingumas jau nebe tas, sunku susitvarkyti su pavestomis užduotimis (Nedirbu aš jau <...> nemanau, kad ir galimybės labai būtų <...> ir su sveikata yra, ir tas darbingumas nebe tas <...> [A3]).

Kita vertus, asmenys, kurie liko darbo rinkoje, pabrėžia noro jaustis naudingais ir materialinės padėties stabilumo poreikį, lėmusį pasirinkimą dirbti. Vienas iš dažniausiai pasitaikančių motyvų, kurie lemia tolesnę pensinio amžiaus asmenų karjerą – tai poreikis jaustis reikalingu ir kuriančiu bendrą naudą (Lengvinienė ir Rutkienė, 2016). Materialinės gerovės siekis taip pat labai aktualizuojamas tyrimo dalyvių.

Tyrimo metu buvo siekiama išsiaiškinti kokią įtaką užimtumas vyresniame amžiuje turi asmenų socialiniam aktyvumui. Atlikus gautų atsakymų kokybinę turinio analizę buvo išskirta viena teminė kategorija: *Fizinės ir vidinės asmens savijautos gerinimas tiesiogiai priklausantis nuo užimtumo lygmens* (žr. 17 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 14 lentelėje.

17 lentelė. **Užimtumo ir socialinio aktyvumo pensiniame amžiuje sąsaja**

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Fizinės ir vidinės asmens savijautos gerinimas tiesiogiai priklausantis nuo užimtumo lygmens	Aktyvumo ir pasaulietiškumo išsaugojimas tiesiogiai įtakojamas darbinės veiklos	<...> Lieki toks darbingesnis, aktyvesnis <...> [A1]. <...> ir išėini, ir pasižmonėji ir režimą turi kažkokį ir tas akiratis gal platesnis toks lieka [A4]. <...> Jau vien į darbą tas ėjimas, jau yra irgi aktyvumas <...> [A2].	5
	Užimtumas kaip psichologinės ir fizinės gerovės pagrindas	<...> kuo ilgiau išliksi veiklus, tai tuo ilgiau nepuls nei ligos, nei psichologiniai visokie dalykai, tos depresijos. [A2]. <...> ir visuomenei reikalingas toks labiau ir ilgiau jautiesi <...> [A6].	4

Vyresnio amžiaus asmenys, dalyvavę tyrime, labiausiai akcentavo aktyvumo ir pasaulietiškumo išsaugojimo galimybę, tiesiogiai įtakojamą darbinės veiklos. Taip pat užimtumas įvardintas ir kaip psichologinės bei fizinės gerovės pagrindas. Darbinė veikla išlaiko tam tikrą režimą bei kelia reikalavimus (aprangos, pasiruošimo) taip darydama tiesioginį poveikį asmens aktyvumo išlaikymui. Didesnis aplinkinių ratas bei tolimesnis bendravimo poreikių patenkinimas išlaiko asmenį socialinės aplinkos dalimi. Nepaisant to, užimtumas vyresniame amžiuje, asmenims glaudžiai siejasi su reikalingumo jausmu. Gera emocinė sveikata, gaunamos teigiamos emocijos, sumažina vienišumo jausmo bei depresijos galimybę, padidėjančią vyresniame amžiuje.

Tyrimo metu vyresnio amžiaus asmenų buvo paprašyta išreikšti nuomonę apie tai, kokie pokyčiai, jų manymu, reikalingi vyresnio amžiaus asmenų užimtumo srityje. Išanalizavus gautus atsakymus, išskirta viena kategorija: *Visuomenės ir darbdavių požiūris įtakojantis žemą užimtumą*

vyresniame amžiuje (žr. 18 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 15 lentelėje.

18 lentelė. Pokyčiai reikalingi užimtumo vyresniame amžiuje srityje

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Visuomenės ir darbdavių požiūrio koregavimas kaip užimtumo situacijos pokytis	Darbo vietų pritaikymas kaip didesnį darbinės veiklos aktyvumą lemiantis veiksnys	<...> gal tų darbo vietų tinkamų būtų <...> [A1]. <...> atrasti ir tą darbo vietą tam žmogui. [A5].	4
	Neigiamo požiūrio ir stereotipų naikinimas kaip nedarbo priežasčių mažinimas	<...> kad labiau ir žiūrėtų ir vertintų tuos dirbančius žmones <...> jau ir nenori prisiimti, ir žiūri kažkaip kreivai <...> reikėtų, kad tas pasikeistų [A4]. <...> kad pasikeistų tas požiūris ir vertinami jie būtų <...> [A7].	4

Vyresni asmenys, dalyvavę tyrime, išskyrė, jog pokyčiai, reikalingi užimtumo srityje, siekiant ilginti vyresnio amžiaus karjeros kelią, susiję su tinkamų darbo vietų pritaikymu bei neigiamo požiūrio į vyresnio amžiaus asmenis ir stereotipų naikinimo. Brazienės ir Mikutavičienės (2015) atliktas tyrimas atskleidė, jog diskriminacija darbinėje aplinkoje tiesiogiai susijusi su asmens amžiumi. Autorių teigimu, vyresnio amžiaus darbuotojai dažniau susiduria su diskriminuojančiais ir pagarbos stokojančiais darbo santykiais. Galima daryti prielaidą, jog siekiant keisti užimtumo situaciją vyresniame amžiuje, būtina spręsti darbdavių lankstumo problemą ir visuomenės požiūrio į vyresnius asmenis situaciją.

Apibendrinant galima teigti, jog vyresnio amžiaus asmenų užimtumo situacija iš esmės skiriasi ir tai lemia skirtingos priežastys. Vieni asmenys aktualizuoja poilsio svarbą vyresniame amžiuje, jaučiasi užsitarnavę galimybę gyventi savo malonumui, kitiems – užimtumas, tai naudos, reikalingumo ir materialinės gerovės užtikrinimo pagrindas. Užimtumas tyrimo dalyviams tiesiogiai siejasi su aktyvumo išsaugojimu bei pasitarnauja kaip emocinės bei fizinės gerovės užtikrinimo pagrindas. Tęsiant darbinę veiklą, asmenys ilgiau išlieka bendruomenės dalimi, plečia pasaulėžiūrą ir išsaugo socialinį ratą, ko pasekoje, atitolinamos psichologinės, su vienišumu susijusios problemos. Nepaisant to, tam tikros problemos užimtumo srityje vis dar egzistuoja. Tyrimo dalyvių atsakymai leidžia išskirti dvi sritis, kuriose reikalingi pokyčiai – tai tinkamų darbo vietų trūkumas bei neigiamų senyvo amžiaus asmenų stereotipų egzistavimas.

### 3.2. Specialistų, dirbančių su vyresnio amžiaus asmenimis, subjektyvių patirčių analizė

#### 3.2.1. Kontaktų su artimaisiais palaikymas

Tyrimo metu buvo norima išsiaiškinti kaip bendravimo su artimaisiais svarbą supranta ir vertina specialistai, teikiantys paslaugas vyresnio amžiaus asmenims. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirta viena teminė kategorija: *Teigiama ir pozityvaus santykio su artimaisiais aktualumo didėjimas vyresniame amžiuje* (žr. 19 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 16 lentelėje.

19 lentelė. Bendravimo su artimaisiais svarba vyresniame amžiuje

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Teigiama ir pozityvaus santykio su artimaisiais aktualumo didėjimas vyresniame amžiuje	Bendravimo aktualumo didėjimas priklausomai nuo amžiaus	<...> kuo vyresnis esi, gal tuo labiau vertini ir greičiausiai ir laimingesnis esi, ir toks reikalingas, ir teisingą gyvenimą nugyvenęs ar ne taip <...> [S1]. <...> jiems yra ir sunkiau judėti, ir turi daug sveikatos problemų <...> artimieji gali <...> padėti buityje. [S7].	2
	Emocinės būsenos gerėjimas artimo ryšio su artimaisiais palaikymo kontekste	<...> artimieji yra tie žmonės kurie neleidžia jausti vienatvės, nereikalingumo, bejėgystės. [S2]. <...> asmuo jaučiasi saugesnis, geresnė jo emocinė būsena ir pan. <...> [S5].	3
	Pozityvaus santykio formavimas, siekiant bendravimo naudingumo	<...> priklauso nuo to, koks tas ryšys <...> Tempia vieni kitus į dugną ir nieko daugiau. [S4]. <...> priklauso nuo to ar sveikas tas bendravimas <...> negauna jokio dėkingumo, jokios padėkos, nieko, tai gal net apsunkina tą gyvenimą. [S6].	3

Tyrimo dalyviai aktualizavo bendravimo poreikio didėjimą priklausomai nuo amžiaus. Su amžiumi atsiranda poreikis jaustis reikalingu, naudingu – artimųjų dėmesys padeda šį poreikį patenkinti. Taip pat su fizinės sveikatos prastėjimu, kyla didesnis pagalbos buityje ar judėjime poreikis, dėl šios priežasties artimųjų pagalba tampa ypatingai svarbi vyresnio amžiaus asmenų kasdienybėje. Mažesnę poreikį gauti papildomas socialines paslaugas turintys asmenys išsiskiria aukštesne gyvenimo kokybe socialinėje srityje (Auškalnytė, 2021).

Taip pat vyresnio amžiaus asmenys pastebi ryšių su artimaisiais palaikymo naudą, siekiant geresnės emocinės būsenos. Palaikant glaudų ryšį su artimaisiais – apsaugojama nuo vienatvės jausmo.

Tyrimė dalyvavę vyresnio amžiaus asmenys pabrėžia *pozityvaus* bendravimo svarbą. Gaunamos neigiamos emocijos ar bendravimo metu jaučiama įtampa, tik apsunkina gyvenimą vyresniame amžiuje.

Tyrimo metu, specialistų, buvo prašoma išreikšti nuomonę apie tai kiek, remiantis jų darbine patirtimi, artimas ryšys būna tarp vyresnio amžiaus asmenų ir jų artimųjų. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirta viena kategorija: *Aplinkos veiksniai ir vidinės vertybės kaip reto santykių palaikymo priežastis* (žr. 20 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 17 lentelėje.

20 lentelė. **Vyresnio amžiaus asmenų ir jų artimųjų ryšio ypatumai**

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Aplinkos veiksniai ir vidinės vertybės kaip reto santykių palaikymo priežastis	Vengimas prisiimti atsakomybę kaip reto bendravimo priežastis	<...> kuo asmuo vyresnis ir dėl jų amžiaus ir sveikatos būklės kyla vis daugiau problemų – tuo artimieji vis mažiau skiria dėmesio ir rūpesčio. <...> [S2]. <...> Svarbus ne tik bendravimas, bet ir rūpinimasis vyresnio amžiaus asmenų sveikatos būkle, jų kasdiene buitimi ir pan. [S5].	2
	Gyvenamosios vietos nutolimas kaip bendravimo nutrūkimo priežastis	<...> jeigu čia kažkur netoliese gyvena, tai dažniausiai ir bendrauja. [S4]. <...> Jeigu šeimos nariai gyvena netoli vieni kitų – dažnai tarpusavio ryšiai yra geri <...> [S8].	3
	Susiformavusios vertybės šeimoje lemiančios bendravimą vyresniame amžiuje	<...> priklauso nuo susiformavusių artimųjų tarpusavio ryšio <...>[S5]. <...> Ateina tie dalykai iš šeimos <...> [S3].	2

Specialistų atsakymai didžiąja dalimi susiję su reto bendravimo priežastimis. Jie išskyrė vengimo prisiimti atsakomybę ir nutolusios gyvenamosios vietos veiksnius, turinčius įtakos ryšių su artimaisiais nutrūkimui vyresniame amžiuje. Su amžiumi didėjantys vyresnio amžiaus asmenų poreikiai sukelia sunkumų jų artimiesiems, ko pasekoje, noras bendrauti, rūpintis ir teikti pagalbą mažėja. Taip pat nutolusi gyvenamoji vieta tampa kliūtimi dažniau atvykti ar lankytis, ilgainiui tokie santykiai retėja ar net visai nutrūksta. Pavieniai dalyviai įvardijo ir vaikystėje suformuotų vertybių svarbą – dažnai ryšių išlaikymas priklauso nuo to, kokios vertybės šeimoje buvo diegiamos.

Tyrimo metu buvo norima išsiaiškinti kaip keičiasi paslaugų poreikis vyresnio amžiaus asmenims priklausomai nuo jų ryšio su artimaisiais palaikymo. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirta viena kategorija: *Dažnas bendravimas ir rūpinimasis artimaisiais kaip mažesnio socialinių paslaugų poreikio rezultatas* (žr. 21 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 18 lentelėje.

21 lentelė. Paslaugų teikimas priklausomai nuo ryšio su artimaisiais

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Dažnas bendravimas ir rūpinimasis artimaisiais kaip mažesnio socialinių paslaugų poreikio rezultatas	Ryšio su artimaisiais palaikymas kaip bendravimo poreikių patenkinimas	<...> tuo mažiau reikia tų specialistų pagalbos <...> ir grynai vien dėl bendravimo jau <...> [S4]. <...> kartais jiems reikia tiesiog pasikalbėti. [S7].	3
	Artimųjų pagalba namuose apribojanti socialinių paslaugų poreikį	Kuo daugiau rūpinasi artimieji, tuo mažiau reikia tų specialistų pagalbos <...> [S4]. <...> Jeigu asmens ryšys su artimaisiais yra glaudus, dažnai dėl papildomų paslaugų nėra kreipiamasi <...> [S5]. <...> Tie, kurie neturi glaudesnio ryšio, jiems dažniau reikia pagalbos buityje ar pagalbos į namus <...> [S7].	5

Tyrime dalyvavę specialistai aktualizavo socialinių paslaugų poreikio mažėjimą vyresnio amžiaus asmenims bendravimo poreikių patenkinimo ir pagalbos namuose suteikimo kontekste. Bendravimo poreikis ypatingai svarbus vyresnio amžiaus asmenims, ypač tuo atveju, jeigu jie yra nedirbantys ir vieniši (Koncėvičienė ir kt., 2013). Glaudus ir dažnas ryšys su šeima šį poreikį patenkina. Taip pat pastebimas žymus socialinių paslaugų poreikio sumažėjimas asmenims, kurie sulaukia pagalbos iš savo artimųjų namuose bei buityje. Dažnu atveju, tokiems asmenims jokia papildoma pagalba nebebūna reikalinga.

Specialistų buvo paprašyta apibūdinti, kokią įtaką vyresnio amžiaus asmenų socialiniam aktyvumui turi jų artimieji. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirta viena kategorija: *Artimųjų palaikymas ir fizinis įsitraukimas kaip pagrindinis veiksnys aktyviam socialiniam dalyvavimui* (žr. 22 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 22 lentelėje.

22 lentelė. Artimųjų įtaka vyresnio amžiaus asmenų socialiniam aktyvumui

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Artimųjų palaikymas ir fizinis įsitraukimas kaip pagrindinis veiksnys aktyviam socialiniam dalyvavimui	Artimųjų palaikymas kaip esminis dalyvavimo socialiniame gyvenime motyvas	<...> Artimųjų palaikymas gali suteikti dar daugiau motyvacijos ir pasitenkinimo. [S2]. <...> Artimieji turėtų palaikyti senovo amžiaus žmogaus domėjimąsi vienomis ar kitomis veiklomis <...> [S8].	6
	Artimųjų įsitraukimas skatinantis aktyviai gyventi	<...> gal bendras kokias veiklas paorganizuoti. [S1]. <...> kokia aplinka supa, kiek šeimos nariai aktyvūs, tiek ir pats asmuo kažkaip dažniau sumotyvuojamas <...> Pirmiausia įtraukti ir pačius artimuosius. <...> [S6].	6



Specialistai pastebi stiprią sąsają tarp asmenų aktyvumo vyresniame amžiuje ir tam įtakos turinčių artimųjų veiksmų. Du pagrindiniai veiksniai, skatinantys asmenis aktyviai gyventi vyresniame amžiuje, anot specialistų, yra artimųjų palaikymas ir įsitraukimas į bendras veiklas. Siekiant aukštos gyvenimo kokybės, bendravimas, visuomenės bei artimųjų palaikymas yra itin svarbūs (Auškalnytė, 2021). Asmenys, sulaukiantys artimųjų padrąsinimo bei palaikymo, yra labiau linkę išbandyti naujas veiklas, jie pasižymi didesne motyvacija aktyviai gyventi. Teiginių pasikartojimo dažnis leidžia teigti, jog ne mažiau svarbus yra ir artimųjų įsitraukimas. Bendrų veiklų organizavimas galėtų pasitarnauti ir veiksnyms, lemiantis didesnio asmenų skaičiaus įsitraukimą.

Apibendrinant galima teigti, jog su amžiumi ryšio palaikymo su artimaisiais svarba tik didėja. Svarbus ne tik bendravimo dažnumas, tačiau ir jo kokybė. Pozityvus bendravimas užtikrina gerą emocinę savijautą vyresniame amžiuje, padeda asmenims išlikti ir jaustis naudingais bei reikalingais. Nepaisant ryšio su artimaisiais palaikymo naudos, pastebima ir kliūčių šį ryšį išlaikyti. Dažniausios bendravimo su artimaisiais nutrūkimo priežastys būna susijusios su atsakomybės vengimu, nenoru teikti reikiamą pagalbą. Taip pat nutolusi gyvenamoji vieta sukelia sunkumų, esant poreikiui, atvykti, susisiekti ar bendrauti, ko pasekoje, ryšys atitolsta. Iš esmės, viskas priklauso nuo šeimoje susiformavusių vertybių, dažniausiai tai ir lemia tolimesnio ryšio vystymąsi. Pastebima, jog glaudūs santykiai su artimaisiais sumažina ar visiškai panaikina socialinių paslaugų poreikį vyresnio amžiaus asmenims, kuris dažniausiai būna susijęs su noru bendrauti ar pagalbos buityje būtinybe. Artimųjų palaikymas bei įsitraukimas gali net paskatinti asmenis tapti aktyvesniais, įsitraukti į socialinį gyvenimą.

### 3.2.2. Vyresnio amžiaus asmenų dalyvavimas formaliose ir neformaliose veiklose

Tyrimo metu specialistų buvo paprašyta išreikšti savo nuomonę apie vyresnio amžiaus asmenų iniciatyvą įsitraukti į socialines veiklas. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirta viena kategorija: *Skirtingi asmens poreikiai nulemiantys apsisprendimą dalyvauti neformaliose veiklose* (žr. 23 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 20 lentelėje.

23 lentelė. Vyresnio amžiaus asmenų iniciatyva įsitraukti į socialines veiklas

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Skirtingi asmens poreikiai nulemiantys	Įsitraukimą mažinantys vidiniai neigiami asmens nusistatymai	<...> Sudėtingai <...> prikviesti, kad ir į mūsų mokymus. <...> Nėra žmonės linkę į tas veiklas,	4

apsisprendimą dalyvauti neformaliose veiklose		mentalitetas gal mūsų toks <...> [S1]. <...> noras dalyvauti, aktyvumas, iniciatyvumas yra prigimtinis bruožas <...> [S8].	
	Bendravimas kaip įsitraukimą lemiantis veiksnys	<...> Nu yra yra tikrai eina, dalyvauja ir džiaugiasi. <...> [S4]. Dalis asmenų tai yra labai motyvuoti <...> jiems ta bendrystė, tas pabendravimas <...> [S7].	3

Specialistų atsakymai leido išskirti du skirtingus vyresnio amžiaus asmenų įsitraukimo į socialines veiklas vertinimus. Neigiami vidiniai asmens nusistatymai dažnu atveju lemia nenorą dalyvauti ar užsiimti tam tikra veikla. Aktyvumas bei iniciatyvumas kyla iš asmens vidinių savybių, mentaliteto, aplinkos, kurioje užaugome.

Kita vertus įsitraukimą dažnai paskatina noras bendrauti, plėsti socialinį ratą. Bendrystę asmenys vertina kaip svarbų veiksnį, skatinantį socialinį įsitraukimą. Anot Briedžio (2008), izoliuoto žmogaus gyvenimas nėra pats sau pakankamas, todėl bendrystė atsiranda kaip poreikis, užtikrinantis pilnavertį asmens gyvenimą.

Tyrimo metu buvo norima išsiaiškinti kokiais bruožais pasižymi asmenys, linkę įsitraukti į tam tikras veiklas. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirta viena kategorija: *Aktyvus įsitraukimas į veiklas kaip visapusiškas gyvenimo kokybės gerėjimas* (žr. 24 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 21 lentelėje.

24 lentelė. **Linkusių įsitraukti į tam tikras veiklas vyresnio amžiaus asmenų bruožai**

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Aktyvus įsitraukimas į veiklas kaip visapusiškas gyvenimo kokybės gerėjimas	Platesnis požiūris siejamas su aktyviu dalyvavimu	<...> aktyvūs žmonės <...> ir pasaulėžiūra jų kitokia, ir mažesnis paslaugų poreikis, ir nusiteikimas visai kitas <...> [S1]. <...> pasaulėžiūra visa visai kitokia <...> [S4].	3
	Dalyvavimas veiklose kaip emocinės gerovės pagrindas	<...> Savijauta, vidinė savijauta pagrindas yra <...> [S4]. Tie, kurie yra linkę įsitraukti, jie yra laimingesni <...> [S7].	2
	Fizinės sveikatos gerėjimas ir išsaugojimas priklausomai nuo aktyvaus dalyvavimo	<...> ilgina kokybiško žmogaus gyvenimo trukmę – jis išlieka ilgiau sveikesnis visomis prasmėmis. <...> yra sveikesni tiek fiziškai, tiek emociškai ir pan. [S5]. Aktyvių žmonių geresnė fizinė ir dvasinė sveikata <...> [S8].	4

Specialistai, vertindami socialiai aktyvius vyresnio amžiaus asmenis, aktualizavo jų platesnio požiūrio išsaugojimą, emocinės gerovės užtikrinimą bei fizinio aktyvumo gerėjimą. Anot tyrime dalyvavusių specialistų, asmenys, kurie yra aktyvūs, išsiskiria savo saviverte, požiūriu į gyvenimą bei

aplinką, pastebimas jų platesnis aplinkos vertinimas. Taip pat gauti atsakymai atskleidžia aktyvaus gyvenimo būdo naudą psichologinei sveikatai, ligų nutolinimui, asmeninės laimės bei ramybės jausmo atsiradimui. Aktyvus įsitraukimas į tam tikras veiklas, anot specialistų, teigiamai atsiliepia tiek asmenų fizinei, tiek dvasinei sveikatai.

Tyrimo metu specialistų buvo teirujamasi kokiais būdais būtų galima skatinti aktyvesnio vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo būdo vedimą. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirta viena kategorija: *Išoriniai veiksniai kaip aktyvaus gyvenimo būdo skatinimo pagrindas* (žr. 25 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 22 lentelėje.

25 lentelė. Vyresnio amžiaus asmenų aktyvaus gyvenimo skatinimo būdai

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Išoriniai veiksniai kaip aktyvaus gyvenimo būdo skatinimo pagrindas	Informacijos viešinimas įtakojantis vyresnio amžiaus asmenų aktyvų gyvenimą	<...> Apie naudą reikia kalbėti <...> [S1]. Asmenis, visų pirma, turi pasiekti informacija <...> Teikti informaciją apie galimybes, kviešti dalyvauti <...> [S5].	4
	Sąlygų dalyvauti veiklose sudarymas kaip lemiantis norą įsitraukti veiksnys	<...> sąlygas reikia žmonėms sudaryti <...> [S1]. <...> ir prisitaikyti prie jų tos dienotvarkės, bent jau paderinti <...> [S7].	2
	Artimųjų palaikymas veikiantis kaip įsitraukimo į veiklas motyvacijos didinimas	<...> svarbus palaikymas ir padrąšinimas iš šalies. <...> galėtų padėti artimieji, palydimąsias paslaugas teikiantys specialistai, savanoriai. [S2]. Svarbu labai, kad artima aplinka palaikytų. <...> ir palydėti, kai reikia, ir padrąsinti.<...> [S4].	2

Specialistai, vertindami skatinimo galimybes, išskyrė tokius veiksnius kaip informacijos viešinimo poreikis, tinkamų dalyvauti sąlygų sudarymas bei artimųjų palaikymas.

Atsižvelgiant į pasikartojantį teiginių skaičių, galima teigti, jog informacijos trūkumas ypač aktualizuojamas kalbant apie galimybes įsitraukti į aktyvias veiklas. Ne visus asmenis informacija apie įsitraukimo būdus ar galimą gauti naudą laiku pasiekia. Laiko nesuderinamumas taip pat stipriai susijęs su vyresnio amžiaus asmenų dalyvavimu. Trūksta lankstumo ir skiriamos dėmesio asmenų galimybėms. Vyresnio amžiaus asmenims, ypač susiduriantiems su pasitikėjimo savimi problemoms, itin svarbus palaikymas pirmiausia iš artimųjų, bet taip pat, esant poreikiui, ir iš specialistų, galinčių ne tik teikti informaciją, tačiau taip pat ir palydėti asmenis, suteikti psichologinį palaikymą.

Apibendrinant galima teigti, jog specialistai vyresnio amžiaus asmenų iniciatyvą įsitraukti į tam tikras socialines veiklas vertina skirtingai. Vieni pabrėžia jog vidinės asmens savybės, tokios kaip mentalitetas ar prigimtinis pasyvumas gali tapti nenoro įsitraukti priežastimi. Kai tuo tarpu, kiti

pabrėžia, jog įsitraukimas į veiklas vyresniame amžiuje yra paaiškinamas bendravimo poreikio trūkumu, kurį asmenys, užsiėmimų metu gali kompensuoti. Bet kuriuo atveju, tyrimo dalyvių atsakymai leidžia daryti išvadą, jog linkę įsitraukti į tam tikras veiklas asmenys pasižymi daugeliu teigiamu savybių – platesniu požiūriu, geresne emocine sveikata bei sugebėjimu išsaugoti fizinius pajėgumus. Aktyvaus gyvenimo būdo vyresniame amžiuje skatinimui svarbu pasitelkti tikslingos informacijos viešinimą apie galimybes dalyvauti veiklose bei jų naudą. Taip pat tinkamų sąlygų sudarymas, t. y. laiko suderinimas, gali tapti didelę svarbą turinčiu veiksniumi, lemiančiu didesnę asmenų įtraukimą. Svarbu nepamiršti ir artimųjų vaidmens – kaip ir kitose gyvenimo srityse, taip ir šioje, šeimos narių palaikymas veikia kaip pagrindinė motyvacija.

### 3.2.3. Savanorystė vyresnio amžiaus asmenų gyvenime

Atliekant tyrimą specialistų buvo domėtasi kokios savanoriškos veiklos vyresnio amžiaus asmenims galimybės išryškėja jų gyvenamojoje vietoje. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirta viena kategorija: *Menkas savanorystės vystymasis ir galimybių dalyvauti nesuderinimas – ribojantys dalyvavimo veiksniai* (žr. 26 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 23 lentelėje.

26 lentelė. Savanorystės galimybės vyresnio amžiaus asmenų gyvenamojoje vietoje

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Menkas savanorystės vystymasis ir galimybių dalyvauti nesuderinimas – ribojantys dalyvavimo veiksniai	Su siauru savanoriškos veiklos paplitimu susidariusios ribotos galimybės	<...> Nelabai, manau, kad išsivystęs šitas reikalas <...> [S1]. Ganėtina mažai yra galimybių <...> tik Maisto bankas. [S7].	3
	Laiko ir savanoriškos veiklos nesuderinimas kaip ribojanti galimybė	<...> Savanorystės galimybės nėra didelės. Dirbantys žmonės neturi daug galimybių prisidėti prie savanorių <...> [S5]. <...> Dirbantiems <...> sunku suderinti laiką su savanoryste. [S8].	2

Specialistų teigimu, savanorystės kaip veikla yra ganėtina mažai paplitusi tarp vyresnio amžiaus asmenų. Tai galima sieti ribotomis galimybėmis įsitraukti į šią veiklą jų gyvenamojoje vietoje bei su dažnai pasitaikančiu laiko nesuderinimo veiksniumi.

Specialistai įvardija, jog savanorystės galimybės yra pakankamai ribotos, ko pasekoje, asmenys retai į šią veiklą ir įsitraukia. Su veiklos ribotumu siejasi ir informacijos sklaidimo trūkumas, kuris lemia žemą asmenų įsitraukimą į savanorišką veiklą. Taip pat iškyla ir laiko bei organizuojamos

veiklos nesuderinamumas, tai ypač paliečia dirbančius asmenis. Jie ne visuomet turi galimybę prisitaikyti ir įsitraukti į veiklas.

Specialistų buvo prašoma išreikšti nuomonę, kokią, jų manymu, naudą savanorystė turi vyresnio amžiaus asmenų gyvenime. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirtos dvi kategorijos: *Asmeninė nauda kaip dalyvavimo savanoriškoje veikloje priežastis* ir *Pagalbos kitiems teikimas, lemiantis norą įsitraukti į savanorišką veiklą* (žr. 27 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 24 lentelėje.

27 lentelė. Savanorystės nauda vyresnio amžiaus asmenims

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Asmeninė nauda kaip dalyvavimo savanoriškoje veikloje priežastis	Noro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su savęs realizavimu	<...> savęs realizavimas ir atradimas galbūt <...> [S1]. [Savanorystė, priklausomai nuo jos krypties <...> Savanoriams senjorams] <...> tai suteikia savirealizacijos pojūtį <...> [S5].	2
	Noro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su bendravimo plėtimu	<...> pats pabendravimas, pasižmonėjimas. <...> [S1]. <...> plėstų socialinį ratą <...> [S2]. <...> reikalingumas, bendravimas, noras dalyvauti. <...> [S6].	3
	Noro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su didesniu savęs vertinimu	<...> suteiktų reikalingumo jausmą <...> suteiktų daugiau pasitikėjimo savimi. <...> [S2]. <...> padeda vyresnio amžiaus asmenims geriau jaustis emociškai <...> [S5].	5
Pagalbos kitiems teikimas, lemiantis norą įsitraukti į savanorišką veiklą	Pagalbos kitiems teikimas kaip motyvacija užsiimti savanoriška veikla	<...> galimybę pamatyti, kad gali padėti kitam <...> <...> pasitenkinimą, kad gali padėti kitam <...> [S5]. <...> noras padėti kitiems asmenims <...> [S7].	4

Savanorišką veiklą galima suprasti dviprasmiškai. Vertinant iš vienos pusės, tai prisidėjimas prie bendruomenės narių problemų sprendimų bei poreikių patenkinimu. Iš kitos pusės, ši veikla skatina asmens tobulėjimą bei prisideda prie savęs realizavimo (Ražanauskaitė ir Kanišauskaitė, 2008). Dažniausiai pasikartojantis ir labiausiai išreikštas buvo noro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su didesniu savęs vertinimu. Taip pat, savanorystė įvardinta kaip savęs realizavimo galimybė. Tam tikrose veiklose, suteikiamoje pagalba kitiems, asmenys turi galimybę atrasti save, atpažinti savo vidinius poreikius, pašaukimą. Bendravimo galimybių plėtimas taip pat įvardijamas kaip savanoriavimo metu galima įgyti nauda.

Nepaisant asmeninių motyvų bei naudos, suteikiama pagalba kitiems taipogi yra motyvacija užsiimti savanoriška veikla, dalintis savo turima patirtimi bei žiniomis. Šis veiksnys taip pat teikia abipusę naudą – asmenys jaučia pasitenkinimą teikdami pagalbą kitiems.

Tyrimo metu buvo siekiama atskleisti savanorystės skatinimo galimybes iš specialistų požiūrio taško. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirtos dvi kategorijos: *Skatinimas įsitraukti didinamas savivaldos lygmeniu* ir *Asmenų tarpusavio dalijimasis didinantis norą įsitraukti į savanorišką veiklą* (žr. 28 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 25 lentelėje.

28 lentelė. Savanorystės skatinimo galimybės

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Skatinimas įsitraukti didinamas savivaldos lygmeniu	Domėjimasis savanoriška veikla didėjantis su žinių gavimu	<...> trūksta mokslų <...> ir vadybinių žinių, ir psichologinių žinių.<...> [S3]. <...> Bet informacijos gal tikrai trūksta <...> apie tai kas ta savanorystė ir ko ten eiti. <...> [S4].	4
	Teigiamas visuomenės požiūris kaip motyvacija įsitraukti į savanorišką veiklą	<...> visuomenės požiūrį į tai keisti <...> ir užgauliojimų, ir žvilgsnių, visko gali sulaukti. [S1]. <...> savanoriam kažkaip daugiau dėmesio, šilumos duoti <...> [S3].	2
	Dalyvavimo savanoriškoje veikloje didėjimas atliepiant vyresnio amžiaus asmenų poreikius	<...> svarbu, jog gerai galvotų veiklas, apklausintų savo klausytojus <...> kokią veiklą jie norėtų. <...> galbūt nei viena organizacija dar negeba patenkinti jų poreikių, reikia išsiaiškinti ko jie nori. <...> [S3]. Reikia žinoti ir ko tie žmonės nori, kas juos domina. [S6].	2
Asmenų tarpusavio dalijimasis didinantis norą įsitraukti į savanorišką veiklą	Gerosios patirties sklaidimas kaip įsitraukimo skatinimo būdas	<...> užkrėsti geruoju pavyzdžiu <...> savanoriaujantiems burtis ir dalintis savąja patirtimi. [S2]. <...> Geri pavyzdžiai, geroji patirtis skatina įsijungti į savanorių gretas <...> [S8].	2
	<b>Subkategorija</b>	<b>Įrodančių teiginių pavyzdžiai</b>	<b>Teiginių sk.</b>
	Tiesioginis asmenų raginimas prisijungti kaip įsitraukimo į savanorišką veiklą būdas	<...> reiktų juos paraginti nebijoti imtis iniciatyvos. [S2]. <...> kalbėtis, skleisti žinią, kalbinti žmones. <...> [S6].	3

Specialistai aktualizavo informacijos sklaidos svarbą siekiant didesnio asmenų domėjimosi savanoriška veikla. Taip pat, teigiamas visuomenės požiūris į savanorius pasitarnautų kaip motyvacija įsitraukti į šią veiklą. Švelnesnis požiūris ir didesni dėmesys prisideda prie asmenų noro dalyvauti. Specialistai pabrėžia ir tai, jog siekiant aktyvaus įsitraukimo, pirmiausia būtų tikslinga išsiaiškinti kokie yra vyresnio amžiaus asmenų poreikiai, kokia veikla juos sudomintų.

Kategorijos *Asmenų tarpusavio dalijimasis didinantis norą įsitraukti į savanorišką veiklą* turinys atskleidžia gerosios patirties skleidimo ir tiesioginio asmenų raginimo svarbą, skatinant vyresnio amžiaus asmenis įsitraukti.

Apibendrinant galima teigti, jog savanorystės galimybes vyresnio amžiaus asmenims specialistai vertina ganėtinai neigiamai. Ribotos savanorystės galimybės siejamos su siauru šios veiklos paplitimu gyvenamojoje vietoje bei laiko ir veiklų suderinamumo problema, kuri ypač liečia dirbančius, griežtą dienotvarkę turinčius asmenis. Vis dėlto, akcentuojama savanorystės nauda, nukreipta ne tik į kitus asmenis, tačiau ir į asmeninių poreikių patenkinimą. Tyrimo duomenys atskleidžia, jog dalyvavimas savanoriškoje veikloje gali būti siejamas su savęs realizavimo galimybėmis, aukštesniu savęs vertinimu bei bendravimo poreikio patenkinimu. Pagalbos teikimas kitiems, taip pat sukelia teigiamas emocijas, galimybę jaustis reikalingu. Savanorystės skatinimas gali būti organizuojamas tiek asmeniniu, tiek savivaldos lygmeniu. Informacijos skleidimas, teigiamo visuomenės požiūrio į savanorius formavimas bei jų pačių poreikių atliepimas paskatintų asmenis įsijungti į savanorių gretas. Taip pat dalijimasis gerąja patirtimi bei tiesioginis raginimas prisijungti ženkliai didina asmenų susidomėjimą ir prisijungimo galimybes.

### 3.2.4. Užimtumas/darbinė veikla vyresniame amžiuje

Tyrime dalyvavusių specialistų buvo prašoma įvertinti kokia užimtumo/darbinės veiklos situacija šiuo metu yra vertinant vyresnio amžiaus asmenų galimybes. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirta viena kategorija: *Nepritaikytos darbo vietos ir senatviniai stereotipai kaip darbinę veiklą ribojantys veiksniai* (žr. 29 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 26 lentelėje.

29 lentelė. **Darbinės veiklos vyresniame amžiuje situacija ir reikalingi pokyčiai**

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Nepritaikytos darbo vietos ir senatviniai stereotipai kaip darbinę veiklą ribojantys veiksniai	Tinkamų ar pritaikytų darbo vietų trūkumas kaip ribojantys veiksnys dirbti vyresniame amžiuje	<...> Galimybės gali riboti <...> noras pritaikyti darbo sąlygas vyresnio amžiaus asmeniui. [S2]. <...> trūksta vyresniems tų darbo vietų <...> [S4].	4
	Įsigalėję senatviniai stereotipai kaip ribojantys veiksnys dirbti vyresniame amžiuje	Galimybės gali riboti visuomenėje nusistovėję stereotipai <...> [S2]. <...> tu jau nebeatitinki ir tau niekas nesiūloma toliau. <...> kažkaip jie nevertina tavęs nei kaip lygiaverčio kolegos <...> [S3].	5

Specialistai išskyrė du galimybę dirbti vyresniame amžiuje ribojančius veiksnius – tinkamų ar pritaikytų darbo vietų trūkumas bei įsigalėję senatviniai stereotipai. Tinkamų darbo vietų trūkumą lemia ir darbdavių nenoras pritaikyti ar įsteigti galimybes atitinkančias vietas, kurios būtų suderinamos su vyresnio amžiaus asmenų turimais fiziniiais resursais. Taip pat įsigalėję stereotipai, susiję vyresnio amžiaus asmenimis, pateikia juos kaip netinkamus, nelygiaverčius ir nepageidaujamus darbo rinkoje asmenis.

Vertėtų paminėti ir paskirus, į kategorijų turinį netrauktus atvejus. Pavieniai specialistai pabrėžia ir neigiamo darbdavių nusistatymo poveikį, ribojantį asmenų galimybes dirbti vyresniame amžiuje (<...> galimybės ribotos <...> darbdaviai orientuojasi į darbingo amžiaus asmenis <...> Galimybės gali riboti <...> darbdavio lankstumas <...> [S2].)

Atliekant tyrimą, specialistams buvo pateikti klausimai apie jų įžvelgiamą darbinės veiklos naudą vyresniame amžiuje. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirta viena kategorija: *Su užimtumu didėjantis fizinės, emocinės ir materialinės padėties užtikrinumas* (žr. 30 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 27 lentelėje.

30 lentelė. **Užimtumo nauda vyresniame amžiuje**

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Su užimtumu didėjantis fizinės, emocinės ir materialinės padėties užtikrinumas	Užimtumas kaip fizinės sveikatos užtikrinimo pagrindas	<...> aktyvesni žmonės automatiškai yra <...> [S1]. <...> aktyvesni jie yra, gal net mažiau sveikatos problemų turi. [S7]. <...>	3
	Užimtumas kaip savivertės, emocinio stabilumo išlaikymo pagrindas	<...> reikšmingesni, labiau savimi pasitikintys <...> [S2]. <...> ilgiau išlieka toks pilnavertis, ir pasitempęs, ir labiau pasaulietiškas <..> [S4].	3
	Užimtumas, kaip asmenų materialinės padėties stabilumo užtikrinimas	<...> materialinė situacija pagerėja <...> [S1]. <...> ta ir pinigine išraiška <...> prisideda. [S8].	2

Užimtumas vyresniame amžiuje, tyrime dalyvavusių specialistų, buvo įvardijamas kaip fizinės sveikatos, savivertės bei emocinio stabilumo bei materialinės padėties stabilumo užtikrinimo pagrindas.

Darbinė veikla asmenis daro aktyvesniais, mažina sveikatos problemų atsiradimo riziką. Taip pat užtikrina emocinę sveikatą, padeda asmeniui išlaikyti pasitikėjimą savimi. Materialiniai dalykai asmenims svarbūs visais gyvenimo tarpsniais, tad vyresniame amžiuje materialinės padėties



stabilumas, kuriam pagrindą suteikia darbinė veikla, išlieka kaip vienas iš veiksmų, lemiančių norą tęsti darbinę karjerą.

Tyrimo metu buvo siekiama išsiaiškinti kokia sąsaja yra tarp darbinės veiklos ir socialinio aktyvumo vyresniame amžiuje. Atlikus atsakymų į atviro tipo klausimą kokybinę turinio analizę buvo išskirtos dvi kategorijos: *Naudingumo jausmas ir fizinis aktyvumas padedantis išlaikyti norą dirbti ir aktyviai dalyvauti socialiniame gyvenime* ir *Su amžiumi susijusios ribojančios aplinkybės dirbti ir dalyvauti visuomeninėje veikloje* (žr. 31 lentelę). Kategorizacijos su visais teiginiais pateikiamos 4 priedo 28 lentelėje.

31 lentelė. Darbinės veiklos vyresniame amžiuje ir socialinio aktyvumo skatinimo sąsaja

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Naudingumo jausmas ir fizinis aktyvumas padedantis išlaikyti norą dirbti ir aktyviai dalyvauti socialiniame gyvenime	Darbinė veikla kaip socialinio aktyvo išlaikymo būdas	<...>Darbas neleidžia atsipalaiduoti, būti pasyviems, suteikia įsipareigojimus veikti <...> [S2]. <...> tai jis ir gyvens aktyvų gyvenimą <...> [S5]. <...> darbas skatina aktyvumą, privalai išlaikyti nustatytą ritmą <...> [S8].	5
	Savirealizacija didinanti norą užsiimti darbine veikla	<...> jausis reikalingu visuomenei, realizuojančiu save ir pan. <...> [S5]. <...> dirbančio asmens daug platesnis akiratis, svarbus reikalingumo bendruomenei jausmas. <...> [S8].	2
Su amžiumi susijusios ribojančios aplinkybės dirbti ir dalyvauti visuomeninėje veikloje	Nuovargis kaip ribojantis veiksnys užsiimti darbine ar aktyvia veikla	<...> ginčytinas klausimas, ar prisideda ar kaip tik kažkaip trukdo. Nespėja gal žmonės, gal jau sveikata tiek nebeleidžia. <...> [S4]. <...> darbinė veikla vyresniame amžiuje atima daug daugiau asmens jėgų. <...> [S8].	2

Tyrimo dalyvavę specialistai darbinę veiklą išskyrė kaip socialinio aktyvumo išlaikymo būdą bei įvardijo savirealizacijos naudą siekiant likimo darbinėje veikloje. Specialistų teigimu, darbas išlaiko asmenį aktyviu neleidžiamas atsipalaiduoti, suteikdamas įsipareigojimus, atsakomybes. Įžvelgiama tiesioginė sąsaja su socialiniu aktyvumu.

Kita vertus kategorijos *Su amžiumi susijusios ribojančios aplinkybės dirbti ir dalyvauti visuomeninėje veikloje* turinys atskleidžia jog nuovargis tampa ribojančiu veiksmu užsiimti darbine ar aktyvia veikla. Kai kurie asmenys savo žemą socialinį aktyvumą argumentuoja tuo, jog darbinė veikla atima per daug laiko ir jėgų.

Apibendrinant galima teigti, jog galimybės dirbti vyresniame amžiuje yra ganėtinai ribotos. Daugiausia įtakos tam turi tinkamų bei pritaikytų darbo vietų trūkumas bei įsigalėję senatviniai stereotipai, susiję su diskriminaciniu požiūriu į senovo amžiaus asmenis. Pastebima, jog asmenys, kurie lieka darbo rinkoje vyresniame amžiuje, pasižymi geresne fizine bei emocine sveikata, taip pat

turi tvirtesnį materialinį pagrindą. Tyrime dalyvavę specialistai išvelgia tiesioginę sąsają tarp vyresnio amžiaus asmenų užimtumo ir socialinio aktyvumo. Darbinė veikla – vienas iš būdų išlaikyti aktyvų gyvenimo būdą. Prie noro likti darbo rinkoje prisideda ir savirealizacijos poreikis, pasireiškiantis pas kiekvieną asmenį. Nepaisant to, yra nuomonių, jog darbinės veiklos sukeliama nuovargis bei jėgų išsekimas gali būti asmenų nenorą įsitraukti į kitas veiklas veiksnys.

### 3.3. Kokybinių tyrimų rezultatų apibendrinimas

Apibendrinant atliktų kokybinių tyrimų duomenis su vyresnio amžiaus asmenimis bei specialistais, teikiančiais jiems paslaugas, galima aktualizuoti vyresnio amžiaus asmenų socialinį aktyvumo ir jo didinimo būdus, remiantis jų pačių ir specialistų patirtimis bei subjektyviais vertinimais (žr. 32 lentelę).

32 lentelė. **Vyresnio amžiaus asmenų socialinis aktyvumas ir jo didinimo būdai, remiantis vyresnio amžiaus asmenų ir specialistų patirtimis bei subjektyviais vertinimais**

Vyresnio amžiaus asmenys	APIBENDRINIMAS	Specialistai
	<b>SOCIALINIS AKTYVUMAS</b>	
Subkategorijos: užimtumas ne namų aplinkoje; kultūrinė veikla; su gera savijauta susiję užsiėmimai; asmeninį tobulėjimą skatinanti veikla	Socialinis aktyvumas: kultūrinė veikla ir užsiėmimai už namų ribų, veikla skatinanti tobulėjimą ir užtikrinanti gerą savijautą	
<b>Diagnostinė sritis: KONTAKTŲ SU ARTIMAISIAIS PALAIKYMAS</b>		
Subkategorijos: bendravimas su artimaisiais kaip būtinybė kasdieniame gyvenime; su amžiumi atsirandantis didesnis bendravimo poreikis; ryšys su artimaisiais kaip emocinės sveikatos užtikrinimo pagrindas; pozityvaus bendravimo su artimaisiais svarba siekiant teigiamų emocijų	Bendravimo svarba: bendravimo aktualumas didėja priklausomai nuo amžiaus, ryšys su artimaisiais emocinės sveikatos - užtikrinimo pagrindas, pozityvaus santykio formavimas	Subkategorijos: bendravimo aktualumo didėjimas priklausomai nuo amžiaus; emocinės būsenos gerėjimas artimo ryšio su artimaisiais palaikymo kontekste; pozityvaus santykio formavimas, siekiant bendravimo naudingumo
	Vyresnio amžiaus asmenų ir jų artimųjų ryšio ypatumai: gyvenamosios vietos nutolimas ir pagalbos suteikimo vengimas,	Subkategorijos: vengimas prisiimti atsakomybę kaip reto bendravimo priežastis; gyvenamosios vietos nutolimas kaip bendravimo nutrūkimo priežastis;

	lemiantis bendravimo mažėjimą; susiformavusios vertybės	susiformavusios vertybės šeimoje lemiančios bendravimą vyresniame amžiuje
	Paslaugų teikimo ir ryšio su artimaisiais sąsaja: bendravimo palaikymas ir pagalbos teikimas mažina paslaugų poreikį	Subkategorijos: ryšio su artimaisiais palaikymas kaip bendravimo poreikių patenkinimas; artimųjų pagalba namuose apribojanti socialinių paslaugų poreikį
Subkategorija: bendra veikla kaip rūpinimasis vienas kitu; kelionės, išvykos kaip bendrų veiklų forma	Bendros veiklos: rūpinimasis, bendros išvykos	
Subkategorijos: artimųjų pasiūlymai kaip paskatinimas užsiimti aktyvia veikla; artimųjų palaikymas kaip didžiausia motyvacija imtis naujų veiklų; menkas artimųjų domėjimasis ir palaikymas kaip žemo asmenų aktyvumo priežastis	Artimųjų vaidmuo aktyviame gyvenime: artimųjų palaikymas kaip motyvacija įsitraukti/užsiimti aktyvia veikla	Subkategorijos: artimųjų palaikymas kaip esminis dalyvavimo socialiniame gyvenime motyvas; artimųjų įsitraukimas skatinantis aktyviai gyventi
Subkategorijos: artimas bendravimas su artimaisiais kaip geros psichinės sveikatos užtikrinimas; bendrumo jausmas kaip saugumo pagrindas	Ryšys su artimaisiais ir psichologinė būseną: gera psichinė sveikata; saugumo jausmas	
Subkategorijos: informacijos teikimas ir motyvavimas išbandyti naujas veiklas kaip vyresnio amžiaus asmenų aktyvesnio gyvenimo variklis; dalyvavimo kartu su artimaisiais svarba norint įsitraukti į mėgiamas veiklas	Artimųjų įtaka įsitraukiant į veiklas: informacijos teikimas, artimųjų įsitraukimas	

Atliekant kokybinius tyrimus ir analizuojant atskiras diagnostines sritis, buvo atsižvelgiama į tai, jog vyresnio amžiaus asmenys ir specialistai kai kuriose situacijose gali turėti ganėtinai skirtingas įžvalgas. Taip pat, tam tikra informacija buvo aktualizuojama remiantis, tik vienos respondentų grupės išreikštomis įžvalgomis bei patirtimis. Dėl šių priežasčių, ne visi klausimai tyrimo dalyviams buvo pateikiami vienodi.

Gauti vyresnio amžiaus asmenų atsakymai apie socialinio aktyvumo sampratą atskleidė, jog dažniausiai ši veikla asmenims siejasi su kultūrinėmis iniciatyvomis ir dalyvavimu ne namų aplinkoje. Taip pat respondentų atsakymai socialinį aktyvumą leidžia sieti su veikla, skatinančia tobulėjimą bei užtikrinančia gerą savijautą, teigiamas emocijas.

Atlikta gautų atsakymų kokybinė turinio analizė atskleidė, jog bendravimo su artimaisiais svarba ypatingai aktuali tampa vyresniame amžiuje. Pozityvus santykis su artimaisiais asmenims užtikrina gerą ir tvirtą emocinę sveikatą. Glaudus ryšys su artimaisiais ir jų palaikymas asmenims – didžiausia motyvacija, skatinanti įsitraukti į naujas ar aktyvias veiklas. Nepaisant to, pasitaiko atvejų ir kai kontaktai su artimaisiais yra nutrūkę ar ganėtinai reti. Gauti *specialistų* atsakymai leidžia daryti prielaidą, jog artimo ryšio išlaikymas su artimaisiais didžiąja dalimi priklauso nuo jau vaikystėje šeimoje susiformavusių vertybių. Dažniausiai asmenys nutolsta siekdami išvengti atsakomybės, pagalbos suteikimo senyvo amžiaus artimiesiems bei dėl nutolusios gyvenamosios vietos ir ribotų galimybių atvykti. *Vyresnio amžiaus asmenys*, palaikantys ryšius su šeima atskleidė, jog dažniausias laiko praleidimas kartu yra orientuotas į rūpestį vienas kitu, tačiau, esant galimybėms, planuojamos išvykos, kelionės, kurios stiprina tarpusavio ryšį. Vyresnio amžiaus asmenys pabrėžia šį ryšį, argumentuodami geros psichinės sveikatos ir saugumo jausmo išsaugojimu, suteikiamu šeimos narių. Artimųjų palaikymą asmenys įvardija kaip didžiausią motyvaciją išlikti aktyviems.

Vyresnio amžiaus asmenys	APIBENDRINIMAS	Specialistai
<b>Diagnostinė sritis: FORMALIOS IR NEFORMALIOS VEIKLOS</b>		
Subkategorijos: Su išorinėmis galimybėmis susijęs socialinis aktyvumas; Asmens vidinės būdo savybės kaip trukdis užsiimti nauja veikla; Su amžiumi mažėjantis aktyvumo lygis	Vyresnio amžiaus asmenų aktyvumas: vidinės asmens savybės kaip trukdis užsiimti aktyvia veikla	Subkategorijos: įsitraukimą mažinantys vidiniai neigiami asmens nusistatymai; bendravimas kaip įsitraukimą lemiantis veiksnys
	Aktyvių asmenų savybės: platesnis požiūris, savęs vertinimas, emocinės ir fizinės sveikatos išsaugojimas	Subkategorijos: platesnis požiūris siejamas su aktyviu dalyvavimu; dalyvavimas veiklose kaip emocinės gerovės pagrindas; fizinės sveikatos gerėjimas ir išsaugojimas priklausomai nuo aktyvaus dalyvavimo

Vyresnio amžiaus asmenys	APIBENDRINIMAS	Specialistai
Subkategorijos: Gerieji pavyzdžiai ir dalijimasis gerąja patirtimi kaip motyvuojantis veiksnys; Bendravimo poreikis kaip motyvacijos įsitraukti į veiklas pagrindas; Gyvenimo būdo pasirinkimas, priklausantis nuo vidinių asmens savybių; Aktyvumas kasdiniame gyvenime priklausantis nuo asmens poreikių	Įsitraukimą į veiklas skatinantys veiksniai: informacijos viešinimas ir dalijimasis gerąja patirtimi	Subkategorijos: informacijos viešinimas įtakojantis vyresnio amžiaus asmenų aktyvų gyvenimą; sąlygų dalyvauti veiklose sudarymas kaip lemiantis norą įsitraukti veiksnys; artimųjų palaikymas veikiantis kaip įsitraukimo į veiklas motyvacijos didinimas
Subkategorijos: Žemas aktyvumas vyresniame amžiuje, įtakotas sveikatos problemų; Aktyvumo mažėjimas veikiamas neigiamų asmenų nuostatų; Pasitikėjimo savimi trūkumas kaip žemą aktyvumą lemiantis veiksnys	Žemą aktyvumą lemiantys veiksniai; sveikatos problemos, neigiamos vidinės nuostatos; pasitikėjimo savimi trūkumas	

Tyrimo metu paaiškėjo, jog vidinės asmens savybės, neigiami nusistatymai yra pagrindinis trukdis asmenims užsiimti viena ar kita aktyvia veikla. Tyrimo dalyviai išreiškė informacijos sklaidos bei dalijimosi gerąja patirtimi poreikį, kuris, jų manymu, prisidėtų prie žmonių aktyvinimo galimybių. *Specialistų* pateikti atsakymai atskleidė, jog socialiai aktyvūs asmenys pasižymi platesniu požiūriu, aukštesniu savęs vertinimu bei emocinės ir fizinės sveikatos išsaugojimu. *Vyresnio amžiaus asmenys* kaip žemą jų aktyvumą lemiančias priežastis aktualizavo sveikatos problemas, neigiamas nuostatas bei pasitikėjimo savimi trūkumą.

Vyresnio amžiaus asmenys	APIBENDRINIMAS	Specialistai
<b>Diagnostinė sritis: SAVANORYSTĖ</b>		
Subkategorijos: Pagalba gyvūnams – savanoriškos veiklos išraiška; Savanoriavimas kaip pagalba vyresnio amžiaus asmenims	Savanorystės galimybės: siauros, ribotos savanoriškos veiklos galimybės	Subkategorijos: su siauru savanoriškos veiklos paplitimu susidariusios ribotos galimybės; laiko ir savanoriškos veiklos nesuderinimas kaip ribojanti galimybė
	Savanorystės nauda: Savęs realizavimo galimybė; bendravimo	Subkategorijos: noro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su

	<p>palaikymo galimybė; aukštesnis savęs vertinimas, noras teikti pagalbą</p>	<p>savęs realizavimu; noro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su bendravimo plėtimu; noro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su didesniu savęs vertinimu; pagalbos kitiems teikimas kaip motyvacija užsiimti savanoriška veikla</p>
<p>Subkategorijos: Su noru teikti pagalbą ir noru aukotis susijęs įsitraukimas; Naudos sau gavimas įsitraukus į savanorišką veiklą; Bendravimo poreikis lemiantis norą įsitraukti į savanorišką veiklą; Nenoro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su laiko trūkumu; Nenoro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su informacijos trūkumu.</p>	<p>Įsitraukimą/neįsitraukimą į savanorišką veiklą lemiantys veiksniai: asmeninės naudos gavimas; bendravimo poreikis; noras aukotis dėl kitų. Laiko ir informacijos trūkumas.</p>	
<p>Subkategorijos: Dominanti veikla kaip įsitraukimo į savanorystę pagrindas; Aplinkinių žmonių skatinimas darantis įtaką norui įsitraukti į savanorišką veiklą; Visuomenės informavimas kaip įsitraukimą skatinantis veiksnys; Sveikatos ir laiko resursų derinimas su savanoriška veikla noro dalyvauti didinimo perspektyvoje.</p>	<p>Įsitraukimą į savanorišką veiklą skatinantys veiksniai:</p>	<p>Subkategorijos: domėjimasis savanoriška veikla didėjantis su žinių gavimu; teigiamas visuomenės požiūris kaip motyvacija įsitraukti į savanorišką veiklą; dalyvavimo savanoriškoje veikloje didėjimas atliepiant vyresnio amžiaus asmenų poreikius; gerosios patirties skleidimas kaip įsitraukimo skatinimo būdas; tiesioginis asmenų raginimas prisijungti kaip įsitraukimo į savanorišką veiklą būdas</p>

Išanalizavus pateiktus tyrimo dalyvių atsakymus, paaiškėjo, jog jų gyvenamojoje vietoje savanorystės galimybės yra ganėtinai siauros ir ribotos. Respondentai kaip skatinančius įsitraukti veiksnius pabrėžė veiklos organizavimą, atliepiantį vyresnio amžiaus asmenų poreikius, t.y. išsiaiškinus poreikius, tinkamas, jų pageidaujamos veiklos atradimą. Taip pat aktualizuotas platesnis visuomenės informavimas, laiko bei galimybių dalyvauti veikloje derinimas. *Specialistai* pabrėžė, jog savanorystė asmenims suteikia didesnes bendravimo galimybes, savęs realizavimo ir vertinimo

užtikrinimą bei galimybę suteikti pagalbą kitiems. *Vyresnio amžiaus asmenų* pateikta informacija apie įsitraukimo veiksnius, leido išskirti asmeninę naudos gavimą, bendravimo poreikį bei norą aukotis dėl kitų – kaip motyvacinius veiksnius, o laiko ir informacijos trūkumą – kaip nenorą dalyvauti lemiančias priežastis.

Vyresnio amžiaus asmenys	APIBENDRINIMAS	Specialistai
<b>Diagnostinė sritis: UŽIMTUMAS</b>		
Subkategorijos: Poilsio vyresniame amžiuje vertinimas kaip nenoro tęsti darbinės veiklos priežastis; Naudingumo jausmas ir materialinės padėties gerinimas - motyvacijos dirbti pensiniame amžiuje pagrindas	Užimtumo situacija ir nauda vyresniame amžiuje: fizinės sveikatos užtikrinimas; emocinis ir materialinis stabilumas. Poilsio kaip prioriteto iškėlimas.	Subkategorijos: užimtumas kaip fizinės sveikatos užtikrinimo pagrindas; užimtumas kaip savivertės, emocinio stabilumo išlaikymo pagrindas; užimtumas, kaip asmenų materialinės padėties stabilumo užtikrinimas
Subkategorijos: Aktyvumo ir pasaulietiško išsaugojimas tiesiogiai įtakojamas darbinės veiklos; Užimtumas kaip psichologinės ir fizinės gerovės pagrindas	Užimtumo ir socialinio aktyvumo sąsaja: aktyvumo išlaikymo būdas; užtikrinta psichologinė sveikata, savirealizacijos galimybė.	Subkategorijos: darbinė veikla kaip socialinio aktyvo išlaikymo būdas; savirealizacija didinanti norą užsiimti darbine veikla; nuovargis kaip ribojantis veiksnys užsiimti darbine ar aktyvia veikla
Subkategorijos: Darbo vietų pritaikymas kaip didesnę darbinės veiklos aktyvumą lemiantis veiksnys; Neigiamo požiūrio ir stereotipų naikinimas kaip nedarbo priežasčių mažinimas	Pokyčių poreikis užimtumo srityje: tinkamų darbo vietų pritaikymas; neigiamų nuostatų ir stereotipų atsisakymas	Subkategorijos: tinkamų ar pritaikytų darbo vietų trūkumas kaip ribojantis veiksnys dirbti vyresniame amžiuje; įsigalėję senatviniai stereotipai kaip ribojantis veiksnys dirbti vyresniame amžiuje

Atlikus gautų atsakymų kokybinę turinio analizę paaiškėjo, jog užimtumas vyresniame amžiuje asmenų vertinamas kaip fizinės bei emocinės sveikatos pagrindas bei materialinės padėties stabilumo užtikrinimas. Kita vertus, gauti atsakymai pateikė ir kitą nuomonę – poilsis turėtų būti iškeliamas kaip prioritetas, darbas vyresniame amžiuje jau nebėra būtinas. Respondentų teigimu, užimtumas ir socialinis aktyvumas yra tiesiogiai susieti asmenų aktyvumo kontekste, taip pat užimtumas vyresniame amžiuje išlieka viena iš savirealizacijos galimybių. Nepaisant teigiamos užimtumo įtakos, tyrimas parodė, jog šioje srityje reikalingi tam tikri pokyčiai – tinkamų darbo vietų vyresnio amžiaus

asmenims pritaikymas bei neigiamų išankstinių nuostatų ir visuomenėje įsigalėjusių stereotipų naikinimas.

Atliktų tyrimų rezultatai leido parengti rekomendacijas siekiant skatinti asmenis aktyviai gyventi vyresniame amžiuje. Socialinis aktyvumas bet kuriame amžiuje asmeniui ypatingai svarbus, tačiau senatvėje, susiduriant su socialine atskirtimi, neigiamais stereotipais, diskriminacija dėl amžiaus bei vienišumo pavojumi, ypatingai svarbu rūpintis galimybėmis, padedančiomis asmenims išvengti šių pavojų ir su jais susijusių psichologinių problemų.



## DISKUSIJA

Tyrimai, susiję su aktyvumu, neretai kelia asociacijas ir yra analizuojami jaunimo fizinio aktyvumo ar vyresnio amžiaus asmenų, gyvenančio socialiniuose globos namuose perspektyvoje, tačiau savarankiškai gyvenančių vyresnio amžiaus asmenų socialiniam aktyvumui ir ypač jo didinimo būdams, skiriamas mažesnis dėmesys. Anksčiau buvo atlikti tyrimai atskleidžiantys socialiai aktyvių vyresnio amžiaus asmenų psichosocialinius veiksnius, turinčius įtakos jų pasitenkinimui gyvenimu (Mockus ir kt., 2013), taip pat įvertinantys šių asmenų psichosocialinio prisitaikymo ypatumus socialinių duomenų atžvilgiu (Gustainienė ir Banevičienė, 2014), atskleidžiantys šiaurietiško ėjimo poveikį vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybei (Šokelienė ir Adomavičienė, 2011) (sąsaja su aktyvumu). Šiame darbe pateikti tyrimo duomenys, su ankstesniais siejasi tuo, jog visi atlikti tyrimai leido prieiti išvadą, kad vyresniame amžiuje aktyvumas, tiek fizinis, tiek socialinis, yra ypatingai svarbus ir šios srities plėtojimas yra būtinas. Anksčiau atliktuose tyrimuose aktualizuojama aktyvumo vyresniame amžiuje sąsaja su geresne fizine bei psichologine būsena, šiame darbe pateikti tyrimo rezultatai, taip pat išryškina emocinės bei fizinės sveikatos išsaugojimą sąsajose su socialiniu aktyvumu.

Paties socialinio aktyvumo konceptas taip pat plačiai nagrinėtas literatūroje (Mockus ir kt., 2013; Johnson, 2001; Černius, 2006; Okunevičiūtė - Neverauskienė ir Moskvina, 2008; L. Yueh – Pingo ir Ching-Huey, 2011), tačiau vienos apibendrinančios išvados nėra prieita. Remiantis visais nagrinėtais autorių darbais bei gautais atlikto tyrimo duomenimis, šiame darbe buvo apibrėžta socialinio aktyvumo struktūra, apimanti visas aktualizuojamas sritis.

Praktiškai gauti tyrimo rezultatai gali būti panaudojami vyresnio amžiaus asmenų socialinio aktyvinimo būdų perspektyvoje. Prieitos išvados ir iš jų kilusios rekomendacijos, tam tikroms tikslinėms grupėms gali pasitarnauti, kuriant vidines organizacijos ar net valstybės politikos, orientuotos į vyresnius asmenis, gaires. Atliktas tyrimas suteikė galimybę į tą patį reiškinį pažvelgti iš skirtingų perspektyvų bei remtis skirtingomis subjektyviomis patirtimis.

Tyrimas galėtų būti tęsiamas plečiant respondentų ratą. Atsižvelgiant į tai, jog didelis dėmesys buvo skiriamas ir vyresnio amžiaus asmenų artimiesiems bei išryškintas jų vaidmuo, būtų tikslinga išgirsti ir jų poziciją. Siekiant pasikeitimų šioje srityje, labai svarbu, jog asmenys, formuojantys šalies politiką, įsiklausytų į visuomenės išreikštus poreikius. Taip pat svarbu, jog išsiaiškinus kliūtis, lemiančias žemą asmenų dalyvavimą socialiniame gyvenime, būtų teikiama kompleksinė pagalba, nukreipta ne tik į aktyvinimo būdų taikymą, tačiau ir į bendrą asmens situaciją.

## IŠVADOS

1. Pritaikius teorinės analizės metodą atskleista, jog socialinį aktyvumą galima konceptualizuoti per kontaktų su artimaisiais, formalių bei neformalių veiklų, savanorystės bei užimtumo dimensijas. Tai atskleidė, jog socialinis aktyvumas yra asmenų pasitenkinimo gyvenimu pagrindas, sudarytas iš didelės kultūrinių, socialinių bei politinių veiklų įvairovės ir grindžiamas teigiamų emocijų gavimo bei bendravimo poreikio patenkinimu. Dalyvavimas visuomeninėje ir savanoriškoje veikloje, kuris suteikia asmenims galimybę realizuoti save vyresniame amžiuje, ryšių su artimaisiais palaikymas, užtikrinantis psichologinę ir emocinę sveikatą, bei užimtumas, kaip naudingumo jausmo užtikrinimas, leidžia išvengti neigiamų pasekmių vyresniame amžiuje.

2. Taikant pusiau struktūruoto interviu ir kokybinio turinio analizės metodą atskleista, jog vyresnio amžiaus asmenys socialinį aktyvumą konceptualizuoja skirtingai. Vieni asmenys aktualizuoja veiklų pasirinkimo įvairovę, fizinės galimybes išlikti aktyviu, kiti – socialinį aktyvumą supranta kaip gerą vidinę savijautą ir asmeninį tobulėjimą užtikrinančią veiklą. Atskleista, jog vyresnio amžiaus asmenys supranta aktyvumo vyresniame amžiuje naudą ir įžvelgia jo skatinimo svarbą, tačiau skatinimo galimybės vertinamos dvejopai. Asmenys pabrėžia informacijos sklaidos poreikį, bendrų veiklų su artimaisiais organizavimą, didesnio dėmesio skyrimą asmenų poreikiams. Kita vertus, gauti atsakymai leido identifikuoti priežastis, dėl kurių dalis asmenų vis dar nelinkę į aktyvų socialinį gyvenimą: asmens vidinės savybės, mentalitetas, tradicijos šeimoje bei turimos sveikatos problemos, susijusios su vyresniu amžiumi.

3. Taikant pusiau struktūruoto interviu ir kokybinio turinio analizės metodą buvo atskleista, jog specialistai, teikiantys paslaugas vyresnio amžiaus asmenims, socialinį aktyvumą sieja su pasaulėžiūros plėtimu, emocinės asmenų gerovės stiprinimu bei fizinės sveikatos išsaugojimu. Atskleista, jog socialiai aktyvūs asmenys pasižymi didesniu savęs vertinimu bei patiria mažiau sveikatos problemų. Specialistai socialinio aktyvo skatinimo prielaidas vertina teigiamai. Atskleista, jog aktyvinimas gali būti pasiektas per artimųjų palaikymą bei skatinimą, bendrą įsitraukimą į veiklas. Taip pat, aktualizuotas informacijos viešinimo didinimas, tinkamų visuomenės nuostatų formavimas bei didesnio dėmesio skyrimas galimybių dalyvauti sudarymui bei asmenų poreikiams atliepti.

4. Remiantis teoriniais ir empiriniais atlikto tyrimo rezultatai bei vyresnio amžiaus asmenų ir specialistų įžvalgomis buvo galima atskleisti keletą specifinio vyresnio amžiaus asmenų socialinio aktyvinimo būdų. Specialistai pabrėžė galimybes formuoti pozityvų visuomenės požiūrį, ieškoti naujų būdų galimybių ir veiklų suderinamumui. Vyresnio amžiaus asmenys aktualizavo galimybes gauti

tikslingą bei išsamią informaciją, dominančios veiklos pasiūlymų gavimą bei galimybę atrasti veiklas, kurios nebūtų skirtos tik vienai tikslinei grupei.

## REKOMENDACIJOS

Atliktų tyrimų rezultatai leido parengti vyresnio amžiaus asmenų socialinio aktyvumo didinimo būdų rekomendacijas atskiroms grupėms:

*Socialinio darbo organizatoriams, dirbantiems su senyvo amžiaus asmenimis:*

1. Informuoti asmenis apie jų gyvenamojoje vietoje veikiančias nevyriausybinės organizacijas, supažindinti su jų organizuojamomis veiklomis, nuolat aktualizuoti dalyvavimą aktyvaus socialinio gyvenimo naudą.

2. Esant poreikiui, kai asmenys susiduria su tam tikrais psichologiniais ribojimais, organizuoti profesionalią psichologo pagalbą, skatinančią asmenis didinti pasitikėjimą savimi.

*Nevyriausybinių organizacijų vadovams:*

1. Organizuoti viešus renginius, kuriuose pristatoma jų veikla ir kviečiami organizacijų nariai, galintys pasidalinti savo patirtimi, geraisiais pavyzdžiais.

2. Atlikti apklausą raštu, kuri padėtų išsiaiškinti kokia veikla vyresnio amžiaus asmenis galėtų sudominti, kokią naudą jie tikisi gauti. Organizuoti veiklas siekiant atliepti gyventojų poreikius.

3. Atsižvelgti, įvertinti ir derinti fizinės asmenų galimybes ir laiko resursus organizuojant užsiėmimus.

4. Organizuoti veiklas, kurių metu būtų įtraukiami ne tik vyresnio amžiaus asmenys, bet ir jų artimieji.

*Savivaldos atstovams:*

1. Motyvuoti darbdavius išlaikyti darbo rinkoje vyresnio amžiaus asmenis, pritaikyti jiems darbo vietas (galimai subsidijuojant).

2. Organizuoti viešus renginius, kuriuose dalyvautų darbdaviai bei darbo ieškantys vyresnio amžiaus asmenys, jų metu dalintis geraja patirtimi, pristatyti užsienio šalių praktiką, siekiant abipusės motyvacijos didinimo.

3. Plėsti savanorystės galimybes, derinti šios veiklos laiką su asmenų galimybėmis.

4. Finansuoti nevyriausybinių organizacijų veiklas, skirtas bendroms – vyresnio amžiaus asmenų ir jų artimųjų – veikloms.

## EXTENDED SUMMARY

**Relevance and scientific rigour.** Since the second half of the 20th century, both in Lithuania and throughout Europe, significant demographic changes have been taking place, leading to declining birth rates and increasing life expectancy, which has resulted in the emergence of the phenomenon of an ageing society. Although increasing life expectancy is a positive development in society, it is also important to draw attention to the negative consequences of this phenomenon. The ageing of the population also brings with it certain negative social policy problems, such as a reduction in the number of people in employment, which leads to a weakening of the national economy. According to Eurostat, as the number of older people increases, the burden on working-age people will increase (Eurostat, 2020). The ageing of the population also creates a need to increase various social benefits, to extend the range of medical services for older people, to adapt to the changing needs of the labour market, and to increase the risk of social exclusion.

Given the phenomenon of an ageing society, there is a natural need for more public policies that focus on the conditions and opportunities for an active social life for older people. The analytical review "The Ageing Society of Lithuania", carried out by the government's Strata Centre for Strategic Analysis, states that although Lithuania is ahead of the EU average in terms of the employment rate of older people, the potential of older people must be measured not only in terms of labour market participation, but also in terms of participation in social life, improvement of the quality of life, capacities and the possibilities for active ageing (Strata, 2020). A study conducted by the Centre found that half of older respondents do not participate and do not intend to participate in voluntary activities or political life (Strata, 2020). The low level of involvement in social life is not only observed in Lithuania, but also in other countries. In Ukraine, the problem of people living in rural areas is highlighted: there are very few active socially-oriented social organisations, activities and events in these areas, and the problem of mobility remains unsolved. It also highlights the mentality and way of life of people living in remote areas, which leads to low social life indicators (Іванова, 2023).

The importance of social activity among older people can be analysed from both a personal and a social perspective. According to J.R. Kelly (1996), the analysis of these activities and the active social life of individuals have a significant impact on their physical and psychological health. According to the author, a low level of interest in social life and activities can contribute to social exclusion, resulting in poorer physical health (Kelly, 1996). In order to successfully integrate older people, it is necessary to analyse not only their needs and opportunities, but also the roles of the

various professionals who provide services to them. Given that the ageing process is highly individual for each person and that this target group has specific needs, the effective work of professionals depends on their competence, their ability to respond to the needs of individuals and their readiness to embody different social roles (Vosyliūtė & Karasevičiūtė, 2022). The importance of the social worker is also stressed by Ukrainian authors (Івахова, 2023), who argue that social workers play a very important role in the social integration of older people by imparting their life experience and skills.

The literature is quite extensive on the labour market and learning of older people - different authors present the results of studies on the possibilities of participation and survival of older people in the labour market (Okunevičiūtė - Neverauskienė, Moskvina, 2008; Lengvinienė, Rutkienė, 2014), and also focuses on the promotion of learning among this target group (Lengvinienė, 2016; Lengvinienė & Rutkienė, 2014). In many cases, these factors are very closely interrelated (Gruževskis, Okunevičiūtė - Neverauskienė and Česnuitytė, 2007). In addition, NGO activities or volunteering of seniors are also analysed when studying the self-expression and social activity of older people. According to the authors, participation in these activities provides an opportunity to fulfil oneself and feel needed (Trečiokienė, Gedvilienė and Karasevičiūtė, 2011). Foreign authors also identify volunteering and active social activities as one of the biggest factors influencing an active social life. Research shows that organisational activities and volunteering, as well as the opportunity to serve others, have the greatest positive impact in older age, and therefore actions aimed at increasing volunteering among older people are particularly encouraged (Young, Glasgow, 1998; Carston et al., 2000; Green, 2008, cited in Luoh, 2002). In order to promote social activity among older people, quality social services are also of great importance, the benefits of which have been extensively analysed by both Lithuanian and foreign authors (Gruževskis, Krutulienė, Miežienė, 2021; Gečienė, Gudžinskienė, 2018; Garavan, Winder, McGee, 2001). According to them, dignified and active ageing must be supported by appropriate conditions and opportunities, which can be achieved through quality service provision. The role of social workers, their training, competences and experience are crucial to ensure this.

Demographic change is thus increasingly highlighting the need to focus on creating the conditions for an active social life for older people. In order to achieve this, it is necessary to take a holistic approach and to analyse and improve the various social areas.

**Research questions:** How do older people conceptualise their opportunities for an active social life? What are the preconditions that older people and the professionals who provide services to them

see for promoting social activity? What are the different dimensions of the model/prerequisites for promoting social activity - relationships with relatives, volunteering, formal and work activities?

**Study object:** the social activity opportunities for older people.

**Aim of the study:** to identify, on the basis of theoretical and empirical data, the possibilities for social activity of older people, based on an analysis of the subjective experiences of older people and the professionals who provide services to them.

**Study objectives:**

1. To conceptualise and structure the social activity of older people using theoretical analysis.
2. Using semi-structured interviews and qualitative content analysis, to reveal how older people conceptualise their social activity based on their experiences and how they assess the possibilities to promote it.
3. Using semi-structured interviews and qualitative content analysis, to reveal how practitioners conceptualise social activity among older people and what they see as the prerequisites for promoting it.
4. Based on the theoretical and empirical results of the study, and by comparing the experiences of older people and professionals, to identify opportunities for promoting social activity in older people.

**Research methodology and methods.** The research is based on the theoretical approach of social constructivism, which is concerned with the complexity of opinions (Creswell, 2012, cited in Žydžiūnaitė and Sabaliauskas, 2017), and the theory of humanism, which is based on the experience of people themselves.

**Research methods.** The theoretical part of the study was based on the analysis of scientific sources. For the empirical research, a qualitative research method was chosen - semi-structured interviews. Qualitative content analysis will be used to process the obtained data.

**Study sample and selection.** The sample consisted of 16 respondents. Criterion sampling was used to select the respondents. 8 representatives from the Employment Service, elderly districts, municipal administration institutions, non-governmental organisations working and providing services to older people participated in the survey. The participants had to have at least 2 years of experience in working with this group.

There were also 8 older people who shared their experiences and insights. Participants had to be at least 60 years old.

The survey was carried out in the Akmenė district.

**Study phases and organisation.** First, two research instruments were set up for the study: semi-structured interviews (with older people and professionals). Participants were selected by criterion sampling. The interviews were first carried out with older people, followed by interviews with professionals. Data were collected through face-to-face contact, telephone and written questionnaires with open-ended questions. Some of the answers were sent in writing. The answers of participants who agreed to be audio-recorded were transcribed. The other part was either marked in writing during the interview or submitted in writing by electronic means. *All the* data was first collected and then processed.

**Novelty, theoretical and practical significance.** The Master's thesis has clarified the differences in the conceptualisation of social activation between older people and professionals providing services to them, revealed the influence of social activation on the need for social services, and highlighted the possibilities of social activation from different perspectives (of older people and professionals). It provides ways to increase the social participation of older people, targeting social work organisers working directly with older people, representatives of NGOs and responsible persons in local government.

## SUMMARY OF THE THEORETICAL PART

For the purposes of this paper, the older age groups are those aged 60 and over. This is also the target group most often identified by economically developed countries (Kolesnik and Juškeliënė, 2021). According to statistical data for 2021, there were 1 012 1624 persons aged 60 and over in Ukraine (Соціальний захист населення України у 2021 році). The current war in Ukraine has significantly altered these figures. In 2021, 20.1% of people aged 65 and over lived in Lithuania. In 2070, the number of people aged 65 and over is projected to reach 32.9% of the total Lithuanian population. Thus, an overview of the global demographic situation suggests that social policies geared towards older people need to be given more attention. In order to ensure successful and active ageing and a dignified life in old age, it is necessary to find out and meet the needs of these people. Legal regulation and clarity are essential for achieving certain objectives in the country. As is the case all over the world, in Lithuania and Ukraine, great attention is paid to social policy for older people, in particular to improving their quality of life, with an emphasis on the importance of social activity in old age. High social and economic activity of older people are, in fact, indicators of the state's progress and adaptation to an ageing society. Exclusive state attention and a strong social policy oriented



towards demographic change can, in fact, determine the situation of older people and their social activity, quality of life and life satisfaction in the country. Physical and emotional well-being is inseparable from active participation in activities. For this reason, services for older people need to be comprehensive and multifaceted.

Throughout the period of analysing the phenomenon of successful ageing, many important parts of this process have been identified - maintaining physical and emotional functioning, engaging in various activities, maintaining interpersonal relationships, and coping with anxiety and stress - but uncertainties or contradictions in each theory still remain to this day (Gustainienė & Burauskaitė, 2018). When analysing the components of successful ageing models, there is a strong correlation with maintaining **social activity in** older age. Social activity is identified as one of the key factors contributing to well-being in older age (Mockus, Sondaitė and Butėnaitė, 2013). In order to avoid negative consequences (loneliness, illness, psychological problems, low productivity, etc.) in older age, it is essential to promote social activity in this age group, i.e. participation in social and voluntary activities, to improve and continue working, and to encourage communication with relatives or peers.

**Keeping in touch with family members.** Maintaining close contact with other members of the family or community contributes strongly to the ability to maintain and promote social activity in old age. The desire to feel useful and needed by everyone adds to self-confidence, which encourages the search for ways of self-fulfilment.

**Engaging in formal and informal activities:** participation in a wide range of formal and informal activities for older people is particularly important for improving their quality of life, self-esteem and self-confidence. As more time becomes available in retirement, there is still a need for individuals to fulfil themselves through a range of activities and to feel that they are useful and full members of society. All these needs can be met by the development of organisations and activities, but it is important to focus on the motivation of older people to get involved.

**Volunteering in older age.** Volunteering, especially in older age, is described as one of the main ways to maintain one's usefulness, self-esteem and fulfilment through helping others. This activity helps people to stay active for as long as possible, both physically and emotionally healthy, and should be encouraged in as many ways as possible.

**Employment/working in older age:** having a good career, even at an older age, has a significant impact on people's inner well-being, which often determines their future lifestyle. High self-esteem gives the desire to engage in new activities, to participate in problem solving and to have

active leisure time. Nevertheless, there are still some factors that limit the ability to work in retirement, and finding solutions to them remains a pressing challenge for society.

Social services for and work with older people have their own specificities, which require the expertise of the relevant professionals. The social worker has a major direct impact on the life of the older person and, in many cases, the effectiveness of solving the client's social problems depends on his or her personal and professional qualities and the choice of the right working methods.

### **SUMMARY OF THE RESULTS OF THE EMPIRICAL STUDY**

Summarising the data from the qualitative research conducted with older people and the professionals who provide services to them, it is possible to highlight ways of increasing the social activity of older people and how to improve it, based on their own and professionals' experiences and subjective assessments (see Table 1).

**Table 1. Social activity of older people and ways to increase it, based on experiences and subjective assessments of older people and professionals**

<b>Older people</b>	<b>SUMMARY</b>	<b>Specialists</b>
	<b>SOCIAL ACTIVITY</b>	
Subcategories: activities outside the home; cultural activities; activities related to well-being; activities promoting personal development	Social activity: cultural activities and activities outside the home, activities that promote development and well-being	
<b>Diagnostic area: KEEPING IN TOUCH WITH FAMILY MEMBERS</b>		
Sub-categories: communication with relatives as a necessity in everyday life; increased need for communication with age; relationship with relatives as a basis for emotional health; importance of positive communication with relatives for positive emotions	The importance of communication: the importance of communication increases with age, connection with loved ones is the basis for emotional health, positive relationship building	Subcategories: age-related increase in the relevance of communication; improvement of emotional state in the context of maintaining a close relationship with loved ones; formation of a positive relationship in order to benefit from communication

	Specific features of the relationship between older people and their relatives: distance from home and avoidance of help, leading to a decline in communication; values formed	Subcategories: avoidance of responsibility as a reason for infrequent communication; distance of residence as a reason for the breakdown of communication; family values in older age as a factor in communication
	The link between service provision and contact with loved ones: maintaining communication and providing assistance reduces the need for services	Subcategories: keeping in touch with relatives as a means of meeting communication needs; help from relatives at home limiting the need for social services
Subcategory: joint activities as a form of caring for each other; trips, outings as a form of joint activities	Shared activities: caring, joint outings	
Sub-categories: suggestions from relatives as an incentive to become active; support from relatives as a major motivation to take up new activities; low interest and support from relatives as a reason for low activity levels	The role of relatives in an active life: the support of relatives as a motivation to engage/engage in activity	Subcategories: support from relatives as a key motivation for social participation; involvement of relatives to encourage active living
Subcategories: close contact with loved ones as a basis for good mental health; sense of community as a basis for security	Relationship with loved ones and psychological state: good mental health; feeling of security	
Sub-categories: providing information and motivation to try new activities as a driver for a more active life for older people; the importance of participation	Influence of relatives on involvement in activities: providing information, involving relatives	

with loved ones to engage in favourite activities		
---	--	--

The qualitative research and the analysis of the different diagnostic domains took into account the fact that older people and professionals may have quite different insights in some situations. Also, some information was updated based on the insights and experiences expressed by only one group of respondents. For these reasons, not all questions were presented in the same way to the participants.

The responses received from older people on their perception of social activity showed that they most often associate social activity with cultural initiatives and participation outside the home environment. Respondents' answers also suggest that social activity can be associated with activities that promote development, well-being and positive emotions.

A qualitative content analysis of the responses revealed that the importance of communication with loved ones becomes particularly relevant in older age. A positive relationship with loved ones ensures good and strong emotional health. Close contact with and support from loved ones is a major motivator for individuals to engage in new or active activities. Nevertheless, there are also cases where contact with relatives is broken or quite rare. The answers received *from professionals* suggest that maintaining a close relationship with relatives depends to a large extent on the values that have already been formed in the family during childhood. Most often, people move away to avoid responsibility, to avoid helping their elderly relatives, and because of the remoteness of their place of residence and the limited possibilities to come. *Older people who* are in contact with their family revealed that the most frequent way of spending time together is to take care of each other, but when possible, outings and trips are planned to strengthen the relationship. Older people emphasise this bond, arguing that it is the preservation of good mental health and the sense of security provided by family members. Support from loved ones is identified as the biggest motivation for staying active.

Older people	SUMMARY	Specialists
<b>Diagnostic area: FORMAL AND INFORMAL ACTIVITIES</b>		
Subcategories: Social activity related to external opportunities; Intrinsic personality traits as a barrier to engaging in new activities; Declining activity levels with age	Activity in older people: intrinsic personal characteristics as a barrier to activity	Subcategories: internal negative attitudes that reduce engagement; communication as a determinant of engagement

	Characteristics of active individuals: broader attitudes, self-esteem, maintaining emotional and physical health	Sub-categories: broader attitudes associated with active participation; participation in activities as a basis for emotional well-being; improvement and maintenance of physical health as a function of active participation
Subcategories: Good examples and sharing of good practices as a motivating factor; The need for communication as a basis for motivation to engage in activities; Lifestyle choices based on intrinsic personal qualities; Activity in everyday life based on personal needs	Engagement drivers: publicising information and sharing good practice	Subcategories: publicising information influencing the active life of older people; facilitating participation in activities as a determinant of willingness to participate; support from relatives acting as a motivator for participation in activities
Subcategories: Low activity in older age influenced by health problems; Decreased activity influenced by negative attitudes; Lack of self-confidence as a factor in low activity	Factors contributing to low activity; health problems, negative internal attitudes; lack of self-confidence	

The study shows that inner personality traits and negative attitudes are the main obstacles to people engaging in one or another activity. Participants expressed the need for dissemination of information and sharing of best practices, which they felt would contribute to people's activation potential. The answers given *by the professionals* revealed that socially active people have a broader outlook, a higher self-esteem and a higher level of emotional and physical health maintenance. *Older people* identified health problems, negative attitudes and a lack of self-confidence as reasons for their low activity levels.

Older people	SUMMARY	Specialists
<b>Diagnostic area: VOLUNTEERING</b>		
Subcategories Helping animals as an expression of volunteering; Volunteering to help the elderly	Volunteering opportunities: narrow, limited volunteering opportunities	Sub-categories: limited opportunities associated with a narrow range of volunteering; mismatch between time and volunteering as a limiting factor
	Benefits of volunteering: self-fulfilment; networking opportunities; higher self-esteem, willingness to help	Subcategories: linking willingness to volunteer to self-fulfilment; linking willingness to volunteer to increased communication; linking willingness to volunteer to increased self-esteem; helping others as a motivation to volunteer
Sub-categories: Engagement related to willingness to help and willingness to sacrifice; Self-benefit from volunteering; Need for communication as a determinant of willingness to volunteer; Lack of time related to reluctance to volunteer; Lack of information related to reluctance to volunteer.	Factors influencing engagement/non-engagement in volunteering: personal gain; need for communication; willingness to sacrifice for others. Lack of time and information.	
Sub-categories: Interesting activities as a basis for engagement in volunteering; Encouragement of people around you influencing willingness to volunteer; Public information as a factor for engagement; Reconciling health and time resources with volunteering in the perspective of willingness to participate.	Factors that encourage involvement in volunteering:	Sub-categories: interest in volunteering increasing with knowledge; positive public attitudes as a motivation for volunteering; increasing participation in volunteering in response to the needs of older people; dissemination of good practice as a way of promoting involvement; direct encouragement of individuals to join as a way of getting involved in volunteering

The analysis of the answers provided by the participants shows that volunteering opportunities in their place of residence are rather narrow and limited. Respondents highlighted the organisation of activities that respond to the needs of older people, i.e. finding out about their needs, finding suitable activities that they would like to do, as a factor that encourages them to get involved. Also highlighted was the need for more information, timing and coordination of opportunities to participate in activities. *Experts* stressed that volunteering provides individuals with increased opportunities for communication, self-fulfilment and self-esteem, and the opportunity to help others. The information provided by *older people* on the factors of involvement led to the identification of personal gain, the need for communication and the willingness to make sacrifices for others as motivating factors, and lack of time and information as reasons for reluctance to participate.

Older people	SUMMARY	Specialists
<b>Diagnostic area: EMPLOYMENT</b>		
Subcategories: Evaluating rest in old age as a reason for not wanting to continue working; Sense of usefulness and improvement of financial situation as a basis for motivation to work in retirement	Employment situation and benefits in older age: physical health; emotional and material stability. Prioritising recreation.	Subcategories: employment as a basis for physical health; employment as a basis for self-esteem, emotional stability; employment as a basis for the stability of individuals' material situation
Subcategories: Preservation of activity and worldliness directly influenced by work activity; Employment as a basis for psychological and physical well-being	The link between employment and social activity: a way of staying active; ensuring psychological health; a chance for fulfilment.	Sub-categories: work activities as a way of maintaining social assets; self-realisation increasing willingness to engage in work activities; fatigue as a limiting factor for engaging in work activities or active pursuits
Sub-categories: Job matching as a factor for increased labour force participation; Eliminating negative attitudes and stereotypes as a factor in reducing the causes of unemployment	The need for change in employment: adapting suitable workplaces; overcoming negative attitudes and stereotypes	Sub-categories: lack of suitable or adapted workplaces as a limiting factor for working in older age; ageist stereotypes as a limiting factor for working in older age

A qualitative content analysis of the responses showed that employment in older age is seen as a basis for physical and emotional health and for ensuring material stability. On the other hand, the responses also showed a different view that leisure should be prioritised and that work is no longer necessary in older age. Respondents said that employment and social activity are directly linked in the context of people's activity, and that employment in older age remains one of the opportunities for self-realisation. Despite the positive impact of employment, the survey shows that some changes are needed in this area, such as the provision of suitable workplaces for older people and the elimination of negative prejudices and stereotypes in the society.

The results of the research have led to recommendations to encourage people to lead active lives in older age. Social activity is crucial at any age, but in old age, when faced with social exclusion, negative stereotypes, age discrimination and the risk of loneliness, it is particularly important to look at ways of helping people to avoid these risks and the associated psychological problems.



## CONCLUSIONS

1. The theoretical analysis approach reveals that social activity can be conceptualised in terms of the dimensions of contact with relatives, formal and informal activities, volunteering and employment. This revealed that social activity is the basis of individuals' life satisfaction, consisting of a wide variety of cultural, social and political activities, and is based on the satisfaction of the need for positive emotions and communication. Participation in social and voluntary activities, which enables people to fulfil themselves in old age, maintaining relationships with loved ones, which ensures psychological and emotional health, and employment, as a means of ensuring a sense of usefulness, help to avoid negative consequences in old age.

2. The semi-structured interviews and qualitative content analysis revealed that older people conceptualise social activity differently. Some people identify a variety of activity choices and the physical ability to stay active, while others understand social activity as an activity for well-being and personal development. The findings reveal that older people understand the benefits of being active at an older age and see the importance of promoting it, but that there is a mixed perception of the potential for promotion. Individuals emphasise the need for disseminating information, organising joint activities with relatives, and paying more attention to the needs of individuals. On the other hand, the answers received have led to the identification of the reasons why some people are still reluctant to take part in active social life: the individual's inner qualities, mentality, family traditions and health problems linked to old age.

3. Using semi-structured interviews and content analysis, it was revealed that professionals providing services to older people associate social activity with broadening their worldview, enhancing their emotional well-being and maintaining their physical health. Socially active individuals were found to have higher self-esteem and fewer health problems. Professionals view the preconditions for promoting social activity positively. It was found that activation can be achieved through the support and encouragement of relatives and through joint involvement in activities. Increasing publicity, creating the right attitudes in society and paying more attention to creating opportunities for participation and meeting the needs of individuals were also highlighted.

4. Based on the theoretical and empirical results of the study, as well as the insights of older people and professionals, a number of specific ways of social activation of older people have been identified. The specialists highlighted the possibilities of forming a positive attitude in society and finding new ways of combining opportunities and activities. Older people highlighted the possibilities of receiving targeted and comprehensive information, of receiving suggestions for activities of interest, and of discovering activities that are not restricted to a single target group.

5.

## RECOMMENDATIONS

The results of the research have led to the development of recommendations on how to increase the social activity of older people for different groups:

*For social work organisers working with older people:*

1. To inform people about the NGOs operating in their neighbourhood, to make them aware of the activities they organise, and to continuously raise awareness of the benefits of participation in an active social life.

2. If necessary, when individuals face certain psychological constraints, organise professional psychological support to encourage them to increase their self-confidence.

*For NGO leaders:*

1. Organise public events to showcase their activities and invite members of the organisations to share their experiences and good practices.

2. Conduct a written survey to find out what activities older people might be interested in and how they expect to benefit. Organise activities to meet the needs of the population.

3. Take into account, assess and combine the capabilities and time resources of individuals when organising activities.

4. Organise activities that involve not only older people but also their relatives.

*For local government representatives:*

1. Motivating employers to keep older people in work and to adapt jobs for them (possibly by subsidising them).

2. Organise public events for employers and older jobseekers to share good practices and present practices from other countries, with a view to increasing mutual motivation.

3. Expanding volunteering opportunities, matching volunteering time with the availability of individuals.

4. Funding for NGOs' activities aimed at joint activities between older people and their relatives.

## LITERATŪRA

1. Auškalnytė, E. (2021). Kaip socialinės paslaugos asmens namuose veikia senyvo amžiaus asmenų gyvenimo kokybę?. *Social Work. Experience & Methods/Socialinis Darbas: Patirtis ir Metodai*, 28(2). Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2021~1667455245620/J.04~2021~1667455245620.pdf>
2. Bagdonas, A, Kairys., A. ir Zamalijeva, O. (2017). Senų žmonių funkcionavimo senatvės ir senėjimo tyrimų gairės: biopsichosocialinio modelio prieiga. *Socialinė teorija, empirija, politika ir praktika*, (15), 80-102.
3. Baltes, P. B. ir Baltes, M. M., ed. (1990). *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*.
4. Baršauskienė V ir Leliūgienė I. (2001). Sociokultūrinis darbas bendruomenėje. *Technologija*.
5. Baumeister, R. F. (1999). Self Concept, self esteem, and identity, in *Personality: Contemporary theory and Reserach*, ed. V. J. Derlega, B. A. Winstead, W. H. Jones Chicago: Wadsworth Publishing.
6. Berger, P., Luckmann, T. (1999). *Socialinės tikrovės konstravimas*.
7. Biliuvienė, A. ir Jasevičienė, Z. (2015). Klientų užimtumo organizavimas teikiant pagalbą į namus. *Profesinės studijos: teorija ir praktika*, 15, 48-55. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistikadb.lt/fedora/objects/LT-LDB0001:J.04~2015~1516978294878/datastreams/DS.002.0.01.ARTIC/content>
8. Bitinas, B., Rupšienė, L. ir Žydžiūnaitė, V. (2008). *Kokybinių tyrimų metodologija. Vadovėlis vadybos ir administravimo studentams*.

9. Bogdanova, N. (2007). Senų žmonių egzistencinės problemos: priežastys ir sprendimo galimybės. *Socialinė teorija, empirija, politika ir praktika*, 4, 84-95.
10. Brazienė, R. ir Mikutavičienė, I. (2015). Diskriminacijos dėl amžiaus raiška Lietuvos darbo rinkoje. *Filosofija. Sociologija*, 26(2), 87-98. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2015~1481293034037/J.04~2015~1481293034037.pdf>
11. Briedis, M. (2008). Apie kūną, įrankį, bendruomeniškumą ir atsakomybę. *Žmogus ir žodis*, 10(4), 22-31. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2007~1367163530519/J.04~2007~1367163530519.pdf>
12. Carstensen, L. L., Fung, H. H., ir Charles, S. T. (2003). Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life. *Motivation and Emotion*, 27(2), 103–123.
13. Charenkova, J. (2017). Laisvalaikis ar laisvas laikas? Globos įstaigose gyvenančių vyresnio amžiaus asmenų patirtis. *Socialinė teorija, empirija, politika ir praktika*, 15, 103-119.
14. Clary, E. G. ir Snyder, M. A. (1991). Functional analysis of altruism and prosocial behavior: the case of volunteerism. *Review of personality and social psychology*, 5- 145
15. Čepėnaitė, A. D. (2008). Senyvo amžiaus žmonių socialinė aprėptis ir demokratinio pilietiškumo apraiškos. *Socialinis darbas*. Nr. 7(1).
16. Černius, V. J. (2006). Žmogaus vystymosi kelias. Nuo vaikystės iki brandos. *Aušra*.
17. Daukantaitė, D. ir Bergman, L. R. (2003). Components of subjective well-being in Swedish women. Doctoral dissertation.
18. Eurostat Statistics explained. (2020). *Archive: Visuomenės struktūra ir senėjimas*. Prieiga per internetą: <https://ec.europa.eu/eurostat/statistics->

[explained/index.php?title=Population structure and ageing/lt&oldid=510194#Auk.C5.A1.C4.8Diausia\\_am.C5.BEiaus\\_mediana\\_.E2.80.93\\_Italijoje](https://www.csis.org/analysis/population-structure-and-ageing)

19. Featherstone, M. ir Hepworth, M. (1996). *Images of Ageing*. Bond J., Coleman P., Peace Sh. *Ageing in Society: An Introduction to Social Gerontology*.
20. Flick, U. (2014). *An Introduction to Qualitative Research*. 5th ed. Los Angeles (Calif.): Sage Publications.
21. Gaižauskaitė, I. ir Valavičienė, N. (2016). *Socialinių tyrimų metodai: kokybinis interviu: vadovėlis*. Vilnius: Registrų centras. Prieiga per internetą: <https://cris.mruni.eu/server/api/core/bitstreams/6bc9b0c7-425b-4420-a2cd-e6ec2d12736a/content>
22. Gapšytė, R. ir Snieškienė, D. (2011). Socialinio darbuotojo etinė kompetencija ir jos vystymo praktikoje galimybės. *Socialinis darbas. Patirtis ir metodai*, 7(1), p. 113-129. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistikadb.lt/fedora/objects/LT-LDB0001:J.04~2011~1367175826753/datastreams/DS.002.0.01.ARTIC/content>
23. Garavan, R., Winder, R. ir McGee, H. (2001). *Health and social services for older people (HeSSOP)*. Dublin: National Council on ageing and older people, (64). Prieiga per internetą: [https://www.universityofgalway.ie/media/housinglawrightsandpolicy/nationalpolicy/olderpeople/64\\_Hessop1.pdf](https://www.universityofgalway.ie/media/housinglawrightsandpolicy/nationalpolicy/olderpeople/64_Hessop1.pdf)
24. Garlauskaitė, A. ir Zabarauskaitė, R. (2015). Lietuvos gyventojų senėjimą lemiančių veiksnių analizė. *Mokslas-Lietuvos ateitis*, 7(2), 199-209. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2015~1514977068109/J.04~2015~1514977068109.pdf>
25. Gečienė, J. (2018). Socialinės globos įstaigų, dirbančių su senyvo amžiaus asmenimis, teikiamų paslaugų kokybė. Magistro baigiamasis darbas.

26. Gečienė, J. ir Gudžinskienė, V. (2018). Socialinės globos įstaigų, dirbančių su senyvo amžiaus asmenimis, teikiamų paslaugų kokybės vertinimas. *Socialinis ugdymas*, (2), 93-110. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistikadb.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2018~1549378477068/J.04~2018~1549378477068.pdf>
27. Gedvilienė, G, Karasevičiūtė, S. ir Trečiokienė, E. (2010). Savanorystė socialinių gebėjimų ugdymo koncepcijoje. *Soter. Krikščioniškoji pedagogika ir psichologija*. Nr. 33(61). Prieiga per internetą: <https://talpykla.elaba.lt/elaba-fedora/objects/elaba:6136154/datastreams/MAIN/content>
28. Giddens, A. (2005). *Sociologija*. Vilnius: Poligrafija ir informatika.
29. Gončiarova, N. ir Ivanauskienė, V. (2013). Benamių vyrų patirtys: atvejai iš nakvynės namų. *Socialinis darbas. Patirtis ir metodai*, (12), 65-89. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2013~1519283141727/J.04~2013~1519283141727.pdf>
30. Gruževskis, B., Krutulienė, S. ir Miežienė, R. (2021). Aktyvios įtraukties apribojimai ir socialinių paslaugų vaidmuo: Lietuvos atvejais. *Filosofija. Sociologija*, 32(2), 105-117. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistikadb.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2021~1650732758063/J.04~2021~1650732758063.pdf>
31. Gruževskis, B., Okunevičiūtė-Neverauskienė, L. ir Česnuitytė, V. (2007). Asmenų, neturinčių pagrindinio išsilavinimo, integracijos į Lietuvos darbo rinką problemos. *Social Inquiry into Well-Being*, 6(2), 87-94.
32. Gustainienė, L., ir Banevičienė, V. (2014). Vyresnio amžiaus žmonių psichologinių bei socialinių veiksnių, psichosocialinio prisitaikymo ypatumai socialinių ir demografinių duomenų atžvilgiu. *Social Inquiry into Well-Being*, 13(2), 248-266.

33. Gustainienė, L., ir Burauskaitė, M. (2018). Sėkmingas senėjimas: daugiadimensis požiūris. *Socialinis darbas. Patirtis ir metodai*.
34. Havighurst, R. J. (1961). Successful aging. *The Gerontologist*, 1, 8–13.
35. Yueh-Ping, L.; Sang-I, L.; Ching-Huey, C. Gender Differences in the Relationship of Social Activity and Quality of Life in Community-Dwelling Taiwanese Elders. *Journal of Women & Aging*. 2011, 23(4), 305–320.
36. Iwamasa, G. Y. ir Iwasaki, M. (2011). A New Multidimensional Model of Successful Aging: Perceptions of Japanese American Older Adults. *Journal of Cross – Cultural Gerontology*, 26(3), 261–278.
37. Jakutytė, K. (2012). Nevyriausybių organizacijų veiklų įgyvendinimas e. dalyvavimo aspektu. *Viešoji politika ir administravimas*, 11(2), 287-301.
38. Jankūnaitė, D. ir Naujanienė, R. (2012). Sėkmingos senatvės prielaidos: senyvo amžiaus asmenų perspektyva. *Socialinis darbas. Patirtis ir metodai*, (10), 209-232. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistikadb.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2012~1368646779843/J.04~2012~1368646779843.pdf>
39. Jankūnaitė, D., ir Naujanienė, R. (2012). Sėkmingos senatvės prielaidos: senyvo amžiaus asmenų perspektyva. *Socialinis darbas. Patirtis ir metodai*, (10), 209-232. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2012~1368646779843/J.04~2012~1368646779843.pdf>
40. Jaruševičiūtė, M. (2016). *Savanorystės, kaip laisvalaikio formos, barjerų diagnostika: sporto sektorius* (Doctoral dissertation, Lietuvos sporto universitetas).
41. Johnson, L. C. (2003). *Socialinio darbo praktika*. Vilnius: VU Specialiosios psichologijos laboratorija.
42. Jonson, L.C. (2001). *Socialinio darbo praktika*.

43. Kanišauskaitė, V. ir Ražanauskaitė, V. (2008). Savanoriška veikla socialinio darbo studijose. *Socialinis darbas. Patirtis ir metodai*, (1), 147-159. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2008~1367171290788/J.04~2008~1367171290788.pdf>
44. Katz, S., ir Calasanti, T. (2015). Critical Perspectives on Successful Aging: Does It “Appeal More Than It Illuminates“? *The Gerontologist*, 55(1), 26–33.
45. Kelly, J. R. (1996). Activities. Inj. E. Birren (ed.). *Encyclopedia of Gerontology: Age, Aging and the Aged*, 1, 37-51.
46. Kolesnik, J. ir Juškelienė, V. (2021). Veiksniai, turintys reikšmės vyresnio amžiaus žmonių ilgesniam darbingam amžiui ir dalyvavimui darbo rinkoje: literatūros apžvalga. *Visuomenės sveikata*, 3(94). Prieiga per internetą: [https://www.hi.lt/uploads/pdf/visuomenes%20sveikata/2021.3\(94\)/VS%202021%203\(94\)%20VISAS.pdf#page=8](https://www.hi.lt/uploads/pdf/visuomenes%20sveikata/2021.3(94)/VS%202021%203(94)%20VISAS.pdf#page=8)
47. Koncevičienė, N., Beržanskienė, M. ir Eidukaitienė, V. (2013). Vyresnių kaip 60 metų amžiaus žmonių laisvalaikio praleidimo galimybės Marijampolės savivaldybėje. *Vadybos mokslas ir studijos-kaimo verslų ir jų infrastruktūros plėtrai*, 35(4), 544-553. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2013~1407398719890/J.04~2013~1407398719890.pdf>
48. Kuliešis, G., ir Pareigienė, L. (2014). Vyresnio amžiaus Lietuvos kaimo žmonių nuostatos dėl viešųjų paslaugų teikimo. Prieiga per internetą: [https://app.ekvi.lt/uploads/Vyresnio\\_amziaus\\_Lietuvos\\_kaimo\\_642ceb3ceb.pdf](https://app.ekvi.lt/uploads/Vyresnio_amziaus_Lietuvos_kaimo_642ceb3ceb.pdf)
49. Lee, P. L., Lan, W. ir Yen, T. W. (2011). Aging Successfully: A Four-Factor Model. *Educational Gerontology*, 37(3), 210–227.



50. Lengvinienė, S. (2016). *Vyresnio amžiaus asmenų mokymasis, siekiant išlikti darbo rinkoje* (Doctoral dissertation, Vytauto Didžiojo universitetas). Prieiga per internetą: <https://gs.elaba.lt/object/elaba:19717723/>
51. Lengvinienė, S. ir Rutkienė, A. (2016). Darbdavių požiūris į mokymosi reikšmę vyresnio amžiaus asmenims siekiant išlikti darbo rinkoje. *Andragogika*, 1(7), 33-48. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistikadb.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2016~1503642671512/J.04~2016~1503642671512.pdf>
52. Lengvinienė, S., Rutkienė, A. ir Tandzegolskienė, I. (2014). Vyresnio amžiaus asmenų išlikimo darbo rinkoje teoriniai aspektai. *Profesinis rengimas: tyrimai ir realijos*, (25), 128-137. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2014~1467902063706/J.04~2014~1467902063706.pdf>
53. Levasseur, M., Richard, L., Gauvin, L., ir Raymond, E. (2010). Inventory and analysis of definitions of social participation found in the aging literature: Proposed taxonomy of social activities. *Social Science & Medicine*, 71(12), 2141–2149.
54. Liang, J. ir Luo, B. (2012). Toward a discourse shift in social gerontology: From successful aging to harmonious aging. *Journal of Aging Studies*, 26, 327–334.
55. Lieguvienė, D. (2014). Socialinių paslaugų prieinamumo didinimas senyvo amžiaus asmenims Marijampolės savivaldybėje. Magistro baigiamasis darbas. Kaunas. Prieiga per internetą: <https://portalcris.vdu.lt/server/api/core/bitstreams/0af763d8-b8f7-4c0c-8a98-80d0092b28cc/content>
56. Lietuvos Bočiai. (n. d.). Prieiga per internetą: <http://www.lietuvosbociai.lt/lps-bociai-bendrijos>

57. Lietuvos Respublikos Seimas. (2006). *Lietuvos Respublikos socialinių paslaugų įstatymas*. Nr. X-493. Vilnius. Prieiga per internetą: <https://www.infolex.lt/teise/DocumentSinglePart.aspx?AktoId=93410&StrNr=2>
58. Lietuvos Respublikos Seimas. (2016). *Lietuvos Respublikos užimtumo įstatymas*. Nr. XII-2470. Vilnius. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/b9ca8ad03de611e68f278e2f1841c088/asr>
59. Lietuvos Respublikos Seimas. (2018). *Nutarimas dėl demografijos, migracijos ir integracijos politikos 2018-2030 metų strategijos patvirtinimo*. Nr. XIII-1484. Vilnius. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/fbb35e02c21811e883c7a8f929bfc500>
60. Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerija. (2015). *Isakymas dėl integralios pagalbos plėtros veiksmų plano patvirtinimo*. Nr. A1-435. Vilnius. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/2b93f3a02b2c11e58a4198cd62929b7a/asr>
61. Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerija. (2015). *Isakymas dėl vyresnio amžiaus asmenų motyvavimo ir savanoriškos veiklos skatinimo 2016-2020 m. veiksmų plano patvirtinimo*. Nr. A1-597. Vilnius. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/b7f8a89078f711e59a1ed226d1cbceb5/asr>
62. Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerija. (2023). *Vyresnio amžiaus žmonių reikalų taryba prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos*. Vilnius. Prieiga per internetą: <https://socmin.lrv.lt/lt/administracine-informacija/tarybos-ir-komisijos/vyresnio-amziaus-zmoniu-reikalu-taryba-prie-socialines-apsaugos-ir-darbo-ministerijos?lang=lt>

63. Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerija. *Įsakymas Dėl socialinių paslaugų katalogo patvirtinimo*. Nr. A1-93. Vilnius. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.274453/asr>
64. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. (2021). *Sveikas senėjimas*. Prieiga per internetą: <https://sam.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/visuomenes-sveikatos-prieziura/sveikas-senejimas>
65. Lietuvos Respublikos Vyriausybė. (2004). *Nutarimas dėl nacionalinės gyventojų senėjimo pasekmių įveikimo strategijos patvirtinimo*. Nr. 737. Vilnius. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.235511>
66. Llewellyn, A., Agu, L. ir Mercer, D. (2011). *Sociology for Social Workers*.
67. Lukamskienė, V. ir Budėjienė, A. (2013). Socialinės paslaugos vyresnio amžiaus asmenims: savipagalbos ir socialinės globos aspektai. *Gerontologija*, 14(4), 228-234. Prieiga per internetą: [http://www.gerontologija.lt/files/edit\\_files/File/pdf/2013/nr\\_4/2013\\_228\\_234.pdf](http://www.gerontologija.lt/files/edit_files/File/pdf/2013/nr_4/2013_228_234.pdf)
68. Luoh M.Ch. ir Herzog A.R.(2002). Individual Consequences of Volunteer and Paid Work in Old Age: Health and Mortality. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(4), 490-509.
69. Maltos ordino pagalbos tarnyba Lietuvoje (maltiečiai). (n. d.). Prieiga per internetą: <https://maltieciai.lt/maltieciai/>
70. Manthorpe, J., Iligge, S. ir kt. (2008). Elderly people's perspective on health and wellbeing in rural communities in england: findings from tne evaluation of the national service framerwork for older people. *Health and social care in the community*, 16(5), 460–468
71. Martin, D. J. ir Gillen, L. L. (2014). Revisiting Gerontology's Scrapbook: From Metchnikoff to the Spectrum Model of Aging. *The Gerontologist*, 54(1), 51–58.

72. Mccloughlan, P. ir Scull, D. (2011). Participation in volunteering and unpaid work. Second European Quality of Life survey (*European Foundation for the Improvement of living and Working Conditions*) užsakomojo tyrimo ataskaita.
73. Merkys, G., Urbonaitė-Šlyžiuvienė, D., Balčiūnas, S., Jonušaitė, S. ir kt. (2004). Mokyklų tinklo pertvarkos socialinis poveikis bandomajame projekte dalyvavusiose savivaldybėse.
74. Mikulionienė, S. (2003). Pagarba, diskriminacija, neišprusimas? Požiūrio į pagyvenusius žmones analizė. *Filosofija. Sociologija*, (2), 59-62.
75. Mikulionienė, S. ir Petkevičienė, D. (2006). Senatvės įvaizdžiai Lietuvos periodinėje spaudoje: tarp pagarbos ir baimės. *Social Inquiry into Well-Being*, 5(1), 38-49.
76. Mikulionienė, S., Rapolienė, G., ir Valavičienė, N. (2018). Vyresnio amžiaus žmonės, gyvenimas po vieną ir socialinė atskirtis. Prieiga per internetą: <https://www.lstc.lt/wp-content/uploads/2019/04/VIENAS1.pdf>
77. Mockus, A. ir Žukaitė, A. (2012). Sėkmingas senėjimas: psichologinis aspektas. *Gerontologija*, 13(4), 228–234.
78. Mockus, A., Sondaitė, J. ir Butėnaitė, J. (2013). Socialiai aktyvių vyresnio amžiaus žmonių pasitenkinimo gyvenimu psichosocialinių veiksnių kokybinė analizė. Prieiga per internetą: <https://repository.mruni.eu/bitstream/handle/007/11400/1605-3116-1-SM.pdf?sequence=1>
79. Moody, H. R. (1998). *Aging: Concepts and Controversies*.
80. Morkūnienė, J. (1995). Humanizmo metmenys. *Problemos*, 48, 112-125.
81. Nacionalinė trečiojo amžiaus universitetų asociacija (NTAUA). Prieiga per internetą: (n. d.). <http://www.tauasociacija.lt/home>
82. Neverauskienė, L. O. ir Pocius, A. (2017). Vyresnio amžiaus asmenų situacijos šalies darbo rinkoje pokyčiai demografinės raidos kontekste. *Socialinis ugdymas*, 128-149.

83. Oficialiosios statistikos portalas. (2002). Prieiga per internetą: <https://osp.stat.gov.lt/statistiniu-rodikliu-analize#/>
84. Okun, M. A. ir Eisenberg, N. (1992). Motives and intent to continue organisational volunteering among residents of a retirement community area. *Journal of Community Psychology*, 20, 183-187.
85. Okunevičiūtė Neverauskienė, L. ir Moskvina, J. (2008) Vyresnio amžiaus asmenų dalyvavimo darbo rinkoje galimybių vertinimas. *Socialinis darbas*, 7(1), 26–34.
86. Orlova, U. L. (2013). Socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybės veiksniai. *Gerontologija*, 14(2), 96-105. Prieiga per internetą: <https://pdfs.semanticscholar.org/e57f/dbf263d7e95e0adf08d76f9df1266e33ad9d.pdf>
87. Paplauskienė, A. (2021). Savanorystė, kaip žmogiškasis išteklius, teikiant viešąsias socialines paslaugas savivaldybėje. *Jaunųjų mokslininkų darbai*, (1 (51)), 31-47. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2021~1658928132182/J.04~2021~1658928132182.pdf>
88. Phelan, E. A., Anderson, L. A., LaCroix, A. Z. ir Larson, E. B. (2004). Older Adults' Views of "Successful Aging" – How Do They Compare with Researchers' Definitions? *Journal of the American Geriatrics Society*, 52(2), 211–216.
89. Phillips, J., Ray, M. ir Marshall, M. (2006). *Social Work with Older People*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
90. Plagnol, A. ir Huppert, F. A. (2010). Happy to help? Exploring the factors associated with variations in rates of volunteering across Europe. *Social Indicators Research*. 97(2), 157-176.
91. Pocius, A., ir Moskvina, J. (2004). Pagyvenusių žmonių padėtis bei jų aktyvumas darbo rinkoje. *Lietuvos statistikos darbai*, 49-56.

92. Poteliūnienė, S. (2017). Vilmos Žydžiūnaitės ir Stanislav Sabaliausko vadovėlio "Kokybiniai tyrimai: principai ir metodai" recenzija. *Sporto mokslas*, (1), 69-71. Prieiga per internetą:  
[https://kksd.lrv.lt/uploads/kksd/documents/files/Leidiniai/periodiniai/sp\\_mokslas/SM\\_2017-1.pdf#page=71](https://kksd.lrv.lt/uploads/kksd/documents/files/Leidiniai/periodiniai/sp_mokslas/SM_2017-1.pdf#page=71)
93. Pruchno, R. A., Wilson-Genderson, M. ir Cartwright, F. (2010). A Two-Factor Model of Successful Aging. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 65(6), 671–679.
94. Ralys, K. (2011). Visuomenės vertybių analizė filosofijos, religijos, edukologijos kontekste. *Pedagogika*, (101), 17-23. Prieiga per internetą:  
<https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2011~1367174799822/J.04~2011~1367174799822.pdf>
95. Rice, W. ir Steele, J. (2004). Subjective well-being and culture across time and space. *Journal of Cross –Cultural Psychology*, 6, 633– 647.
96. Rimkus, R. (2015). Neapibrėžtumo aspektai socialiniame darbe. *Tiltai*, 1, 99-113. doi:  
<https://doi.org/10.15181/tbb.v69i1.1053>
97. Risse, T. (2007). Social Constructivism Meets Globalization. Held, D., McGrew A. *Globalization theory. Approaches and Controversies*. 126-147.
98. Rotol, T. (2000). The influence of life cycle transitions on voluntary association membership.
99. Rowe, J. W. ir Kahn, R. L. (1997). Successful Aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433–440.
100. Seidamirova, S., ir Šiurienė, A. (2023). Senyvo amžiaus žmonių, gyvenančių namuose, socialinių ryšių pokyčiai. *Verslas, technologijos, biomedicina: inovacijų išvalgos 2023: straipsnių rinkinys*, (1), 279-289.

101. Senjorų dienos centras „Atgaiva“. (n. d.). Prieiga per internetą: <https://www.spcentras.lt/senjoru-dienos-centras-atgaiva/>
102. Senjorų pasaulis. (n. d.). Prieiga per internetą: <https://senjorupasaulis.lt/klubas/>
103. Singh, A, ir Misra, N. (2009). Loneliness, depression and sociability in old age. *Industrial psychiatry journal*, 18(1), 51-55.
104. Skrabienė, I. (2008). Pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių ypatumai.
105. Sondaitė, J. ir Norvilė, N. (2009). Konflikto su vadovu patyrimo egzistencinė fenomenologinė analizė. *Social Inquiry into Well-Being*, 8(2).
106. Stulpinienė, R. ir Žiemenė, R. (2022). Vaikų patirtinis ugdymas (is) žaliųjų erdvių stotelėse. *GAMTAMOKSLINIS UGDYMAS BENDROJO UGDYMO MOKYKLOJE–2022*, 29, 73. Prieiga per internetą: [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/95520360/GU28\\_2022\\_full\\_2-libre.pdf?1670666800=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DGAMTAMOKSLINIS\\_UGDYMAS\\_BENDROJO\\_UGDYMO\\_M.pdf&Expires=1702388808&Signature=Ei3WorOP6vzjwluBHS94WrRYDVwjQ0FYqzXX~tu-56ISGePPt6wdvhxLx-1594Cele3w3WrmVVPNAzb0ZdgMphwG7NUJ8teVy6Yk~8~CYVQbloll0tB~o5DYdnyJVeNWJNf~Wy2FrHmt~cvGRhccXQmDabv7xq2vLMPCoU4F7J8xs5v87CatcLpKOP-161q95-vPh~dkAqxiNu1XsJ7QLUWIkHUMvk1rFy9-01uIH4PBte4Tn8i17ICdWoPiw~QPHz6oSxsipT2wj5z8YOU-2FtYZ1Qy1aN30gRFDAMVIXoIW4d0BRTF4nJJbaglUykitBACP9YsmJT9jUnL0kmOag\\_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA#page=74](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/95520360/GU28_2022_full_2-libre.pdf?1670666800=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DGAMTAMOKSLINIS_UGDYMAS_BENDROJO_UGDYMO_M.pdf&Expires=1702388808&Signature=Ei3WorOP6vzjwluBHS94WrRYDVwjQ0FYqzXX~tu-56ISGePPt6wdvhxLx-1594Cele3w3WrmVVPNAzb0ZdgMphwG7NUJ8teVy6Yk~8~CYVQbloll0tB~o5DYdnyJVeNWJNf~Wy2FrHmt~cvGRhccXQmDabv7xq2vLMPCoU4F7J8xs5v87CatcLpKOP-161q95-vPh~dkAqxiNu1XsJ7QLUWIkHUMvk1rFy9-01uIH4PBte4Tn8i17ICdWoPiw~QPHz6oSxsipT2wj5z8YOU-2FtYZ1Qy1aN30gRFDAMVIXoIW4d0BRTF4nJJbaglUykitBACP9YsmJT9jUnL0kmOag_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA#page=74)
107. Šinkūnienė, J. R (2010). Socialinis darbas: profesinė veikla, metodai ir klientai.

108. Šinkūnienė, J. R. (2005). Laisvalaikio studijos ir rekreacijos administravimas. *Social Inquiry into Well-Being*, 4(1), 122-130.
109. Šokelienė, V. ir Adomavičienė, G. METODAI, T. (2011). Šiaurietiško ėjimo poveikis vyresnio amžiaus žmonių gyvenimo kokybei. *Sveikatos mokslai*, 21(5), 5-11. Prieiga per internetą: <https://sm-hs.eu/wp-content/uploads/2019/02/122-406-1-PB.pdf>
110. Švedaitė-Sakalauskė, B. (2012). Kodėl refleksija? Apie socialinį darbą kaip refleksyvų profesionalumą. *Socialinė teorija empirija politika ir praktika*, 6, 23-32. Prieiga per internetą: [https://www.researchgate.net/publication/330708974\\_Kodel\\_refleksija\\_Apie\\_socialini\\_darb\\_a\\_kaip\\_refleksyvu\\_profesionaluma](https://www.researchgate.net/publication/330708974_Kodel_refleksija_Apie_socialini_darb_a_kaip_refleksyvu_profesionaluma)
111. Tamošauskas, P. ir Sakalys, V. (2003). Humanistinės fizinio ugdymo paradigmos metodologiniai principai. *Sporto mokslas*, (3), 10-14. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2003~1367186579154/J.04~2003~1367186579154.pdf>
112. Trečiokienė, E., Gedvilienė, G. ir Karasevičiūtė, S. (2011). Pagyvenusių žmonių saviraiškos galimybės mokymosi visą gyvenimą Grundtvig programoje. *Andragogika*, (2), 230-242. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistikadb.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2011~1367181797283/J.04~2011~1367181797283.pdf>
113. Trečiokienė, E., Gedvilienė, G., ir Karasevičiūtė, S. (2011). Pagyvenusių žmonių saviraiškos galimybės mokymosi visą gyvenimą Grundtvig programoje. *Andragogika*, (2), 230-242. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2011~1367181797283/J.04~2011~1367181797283.pdf>
114. Vaicekauskienė, V. ir Savickienė E. (2013). Pagyvenusių žmonių požiūris į gaunamas socialines paslaugas: Karoliniškių seniūnijoje. *Socialinio darbo tyrimai ir aktualijos*. Tęstinis mokslo straipsnių leidinys, 2, 217-230.



115. Vilimaitė, R. ir Račkauskienė, S. (2021). Socialinė pagalba senyvo amžiaus žmonėms COVID-19 pandemijos metu socialinės globos namuose. Verslas, technologijos, biomedicina: inovacijų išvalgos 2021: straipsnių rinkinys, 1(12), 584–592
116. Villar, F. (2012). Successful ageing and development: the contribution of generativity in older age. *Ageing and Society*, 7, 1087–1105.
117. Vyriausybės strateginės analizės centras Strata. (2020). *Senstanti Lietuvos visuomenė*, 17-18. Prieiga per internetą: <https://strata.gov.lt/images/tyrimai/2020-metai/zmogiskojo-kapitalo-politika/20200924-senstanti-lietuvos-visuomene.pdf>
118. Vyšniauskytė - Rimkienė, J. ir Liobikienė, T. N. (2012). Gebėjimas socialinio darbo praktikoje (tėvystės ir vaikų socialinių gebėjimų lavinimas): mokomoji knyga. Prieiga per internetą: <https://www.vdu.lt/cris/bitstream/20.500.12259/181/6/ISBN9789955126041.pdf>
119. Vosyliūtė, V. ir Krasevičiūtė, S. (2022). Socialinio darbuotojo vaidmenys, įtraukiant senyvo amžiaus asmenis į dienos centrų veiklas. *Studentų taikomieji tyrimai*, 130-136. Prieiga per internetą: <https://marko.lt/wp-content/uploads/2022/12/Straipsniai-Studentu-tyrimai-2022.pdf#page=130>
120. Warr P., Butcher, V. ir Robertson I. (2004). Activity and psychological well – being in older people. *Aging & Mental Health*, 8(2), 172–183.
121. World Health Organization. (2012). Strategy and action plan for healthy ageing in Europe, 2012 – 2020. Prieiga per internetą: <https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/WHO-2012-2020-Strategy%20and%20action%20plan.pdf>
122. Zumeras., R. (2013). Pagyvenusių žmonių fizinis aktyvumas ir sveikata. Metodinė – informacinė medžiaga. Prieiga per internetą:

[https://www.smlpc.lt/media/file/Skyriu\\_info/Metodine\\_medziaga/Pagyvenusiu%20zmoniu%20FA%20%28metodine-informacine%20medziaga%29.pdf](https://www.smlpc.lt/media/file/Skyriu_info/Metodine_medziaga/Pagyvenusiu%20zmoniu%20FA%20%28metodine-informacine%20medziaga%29.pdf)

123. Žydžiūnaitė, V. ir Sabaliauskas, V. (2017). Kokybiniai tyrimai. Principai ir metodai. Vadovėlis socialinių mokslų studijų programų studentams.

124. Закон про соціальні послуги. (2019). Prieiga per internetą: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2671-19#Text>

125. Закон України «Про основні засади соціального захисту ветеранів праці та інших громадян похилого віку в Україні» / Відомості Верховної Ради України (ВВР). (1994). № 4, ст.18. Prieiga per internetą: <https://za-kon.rada.gov.ua/laws/show/3721-12#Text>

126. Іванова, І. Б. (2023). Соціальна робота з людьми похилого віку: навч. К.: Університет «Україна», ISBN 978-966-388-672-5.

127. Купер, К. (2000). Индивидуальные различия.

128. Кухта, М. (2018). Соціальний потенціал людей старшого віку в Україні [монографія]. Київ: КНУКіМ, 304 с.

129. Про схвалення Стратегії державної політики з питань здорового та активного довголіття населення на період до 2022 року. Розпорядження КМУ від 11 січня 2018 року, № 10-р. <https://za-kon.rada.gov.ua/laws/show/10-2018-%D1%80#Text>

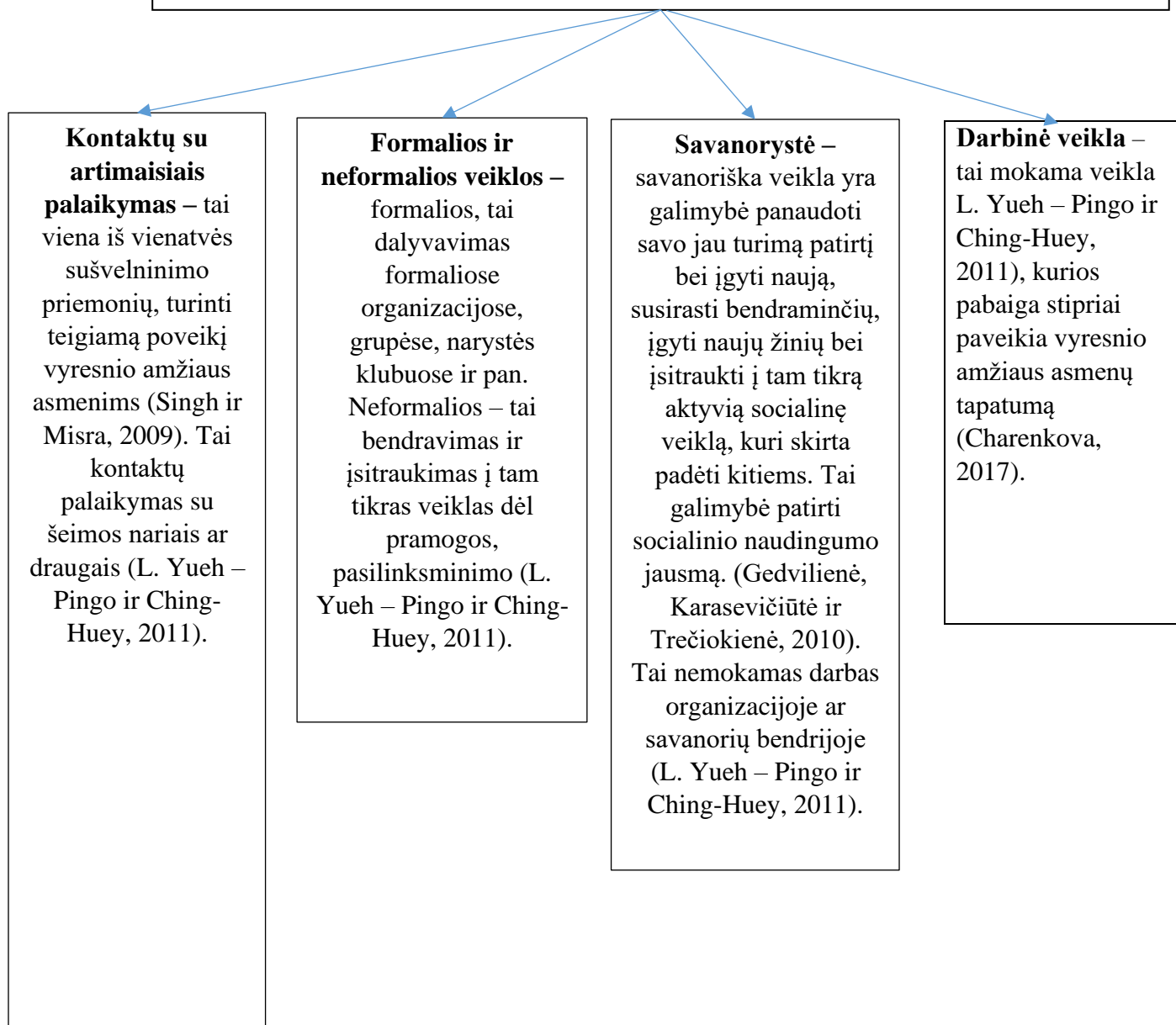
130. Соціальний захист населення України у 2021 році. (2021). Статистичний збірник. Державна служба статистики України.

131. Фрейджер, Р., Фрейдимен, Д. (2011). Личность теории, эксперименты, упражнения.

# **PRIEDAI**

## Tyrimo objekto dalinė operacionalizacija

**Socialinis aktyvumas** – viena iš aktyvumo formų, prisidedančių prie vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo gerovės (Mockus, Sondaitė ir Butėnaitė, 2013).



**PUSIAU STRUKTŪRUOTAS INTERVIU (KLAUSIMAI) VYRESNIO AMŽIAUS  
ASMENIMS**

	<b>INFORMACIJA APIE TYRIMO DALYVĮ</b>
<b>Interviu klausimai</b>	1. Jūsų amžius ir lytis? 2. Kaip Jūs suprantate aktyvų socialinį gyvenimą?
<b>DIAGNOSTINĖ SRITIS</b>	<b>KONTAKTŲ SU ARTIMAISIAIS PALAIKYMAS</b>
<b>Interviu klausimai</b>	3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią reikšmę tai turi Jūsų gyvenime? 4. Kokiomis veiklomis užsiimate kartu su savo artimaisiais? Kaip tai praskaidrina Jūsų kasdienybę? 5. Kaip artimieji prisideda prie Jūsų dienos užimtumo? Galbūt skatina išbandyti naujas veiklas? Motyvuoja? Papasakokite plačiau. 6. Apibūdinkite savo turimą ryšį su artimaisiais? Kaip tai prisideda prie Jūsų savijautos, psichologinės gerovės? 7. Kaip galvojate, koku būdu artimieji galėtų prisidėti prie Jūsų noro įsitraukti į naujas veiklas ar išbandyti tam tikras naujoves?
<b>DIAGNOSTINĖ SRITIS</b>	<b>FORMALIOS IR NEFORMALIOS VEIKLOS</b>
<b>Interviu klausimai</b>	8. Kaip vertinate savo aktyvumą kasdiniame gyvenime? Ar esate linkęs dalyvauti įvairiose veiklose? Kokiose? 9. Kokias žinote organizuojamas veiklas Jūsų savivaldybėje? Kaip manote, kokios priežastys lemia asmenų norą į jas įsitraukti? 10. Kokios priežastys lemia Jūsų įsitraukimą/nenorą dalyvauti. Kaip būtų galima skatinti didesnę žmonių domėjimąsi?
<b>DIAGNOSTINĖ SRITIS</b>	<b>SAVANORYSTĖ</b>

<p><b>Interviu klausimai</b></p>	<p>11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?  12. Ar pats dalyvaujate kokioje savanoriškoje veikloje? Dėl kokių priežasčių taip nusprendėte?  13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje?  14. Kas jus paskatintų įsitraukti ar pradėti domėtis savanoriška veikla?</p>
<p><b>DIAGNOSTINĖ SRITIS</b></p>	<p><b>DARBINĖ VEIKLA</b></p>
	<p>15. Kokia Jūsų nuomonė apie užimtumą sulaukus pensinio amžiaus? Jeigu Jūs vis dar dirbate, kokios aplinkybės lėmė šį pasirinkimą?  16. Kaip manote, kokią naudą galimybės dalyvauti darbo rinkoje, teikia vyresnio amžiaus asmenims?  17. Kokių pasikeitimų šioje srityje trūksta? Kaip tai galėtų prisidėti prie socialinio aktyvumo skatinimo vyresniame amžiuje?</p>

## PUSIAU STRUKTŪRUOTAS INTERVIU (KLAUSIMAI) SPECIALISTAMS

	<b>INFORMACIJA APIE TYRIMO DALYVĮ</b>
<b>Interviu klausimai</b>	<p>1. Kokios Jūsų pareigos?</p> <p>2. Kiek laiko dirbate su vyresnio amžiaus asmenimis?</p>
<b>DIAGNOSTINĖ SRITIS</b>	<b>KONTAKTŲ SU ARTIMAISIAIS PALAIKYMAS</b>
<b>Interviu klausimai</b>	<p>3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią įtaką tai turi vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybei?</p> <p>4. Remiantis Jūsų turima darbine patirtimi, kaip manote, kiek artimas dažniausiai būna vyresnio amžiaus asmenų ir jų šeimos narių tarpusavio ryšys?</p> <p>5. Kuo skiriasi paslaugų teikimas asmenims, turintiems glaudų ryšį su artimaisiais ir tiems, kurie santykių visiškai nepalaiko?</p> <p>6. Kaip manote, koku būdu artimųjų palaikymas prisideda prie aktyvesnio vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo?</p> <p>7. Kaip, Jūsų nuomone, būtų galima skatinti vyresnio amžiaus asmenų aktyvumą, įtraukiant ir jų artimuosius?</p>
<b>DIAGNOSTINĖ SRITIS</b>	<b>FORMALIOS IR NEFORMALIOS VEIKLOS</b>
<b>Interviu klausimai</b>	<p>8. Kaip vertinate Jūsų paslaugas gaunančių asmenų norą bei iniciatyvą dalyvauti tam tikrose neformaliose veiklose, susirinkimuose, užsiėmimuose?</p> <p>9. Kokį skirtumą pastebite tarp asmenų, noriai dalyvaujančių įvairiose veiklose ir tų, kurie to vengia, yra linkę į vienišumą?</p> <p>10. Kaip Jūsų nuomone, būtų galima paskatinti vyresnio amžiaus asmenis imtis naujų veiklų, nebijoti naujovių, vesti aktyvų gyvenimo būdą?</p>

DIAGNOSTINĖ SRITIS	SAVANORYSTĖ
<b>Interviu klausimai</b>	<p>11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?</p> <p>12. Kokią savanorystės naudą išvelgiate vyresnio amžiaus asmenų socialiniame gyvenime? Kaip Jūsų nuomone, tai galima paskatinti?</p> <p>13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje? Kokie galimi pasyvaus dalyvavimo problemos sprendimai?</p>
DIAGNOSTINĖ SRITIS	DARBINĖ VEIKLA
	<p>14. Kaip vertinate vyresnio amžiaus asmenų galimybes dalyvauti darbinėje veikloje? Ką šioje srityje būtų galima tobulinti?</p> <p>15. Kokius skirtumus pastebite tarp vyresnio amžiaus asmenų, kurie sulaukę pensinio amžiaus vis dar vykdo darbinę veiklą ir tų, kurie nėra linkę to daryti? Kokią naudą šioje veikloje išvelgiate?</p> <p>16. Kaip manote, kaip darbinė veikla vyresniame amžiuje prisideda prie asmenų aktyvumo? Kokiais dar būdais tai galima skatinti?</p>



## Tyrimo duomenis iliustruojančios lentelės

## Vyresnio amžiaus asmenų subjektyvios patirtys

## 1 Lentelė. Socialinio aktyvumo apibrėžimo supratimas

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Socialinio aktyvumo turinys vyresnio amžiaus asmenų supratimu	Veikla ne namų aplinkoje	<...> kažkokią užklausinę, čia nepaisant darbo jau <...> neapsiriboja tuo modeliu darbas – namai [A2]. <...> kai baigi darbus <...> ne tik kad aplink tuos namu suktis [A4]. <...> be tų namų, be televizoriaus <...> [A7]. <...> ne prie televizoriaus žiūrėti ir bulviene virti [A8].	4
	Kultūrinė veikla	<...> ėjimą į kokius koncertus <...> spektaklį kokį pažiūrėt (A1). Dalyvauti visuomeniniuose renginiuose <...> (A6).	2
Veikla, kurios metu skatinamas asmens vidinis tobulėjimas/augimas	Su gera savijauta susijusi veikla	<...> kai žmogus atranda savo mėgstamą veiklą <...> [A2]. [Aktyvų socialinį gyvenimą suprasčiau taip, kad] <...> užsiimti veiklom <...> kurios tave verčia gerai jaustis [A3].	2
	Asmeninį tobulėjimą skatinanti veikla	[Tuo domisi jau ir vyksta, ir užsiima] <...> tobulinasi gal kažkurioje srityje <...> [A2]. [ne tik kad aplink tuos namu suktis, bet kažkur, kad ir] <...> pasižmonėti daugiau [A4].	2

## 2 lentelė. Bendravimo su artimaisiais svarba vyresnio amžiaus asmens gyvenime

Kategorija	Subkategorija	Įrodančių teiginių pavyzdžiai	Teiginių sk.
Bendravimo šeimoje vertingumo didėjimas	Bendravimas su artimaisiais kaip būtinybė	[Bendravimas su artimaisiais] <...> svarbus, aišku [A1]. <...> visa ko, toks esminis pamatas [A2]. Kiekvieno gyvenime yra svarbus tas bendravimas	8

tampant vyresniems	kasdieniam gyvenime	<...> [A3]. <...> ryšio palaikymas žmogui yra <...> gyvybiškai svarbus [A4]. 200 proc. taip vertinant [A5]. <...> labai svarbus tas bendravimas su šeima [A6]. <...> labai svarbu čia pas kiekvieną žmogų gyvenime [A7]. <...> kaip ir pagrindinis dalykas čia pas visus tikriausiai [A8].	
	Su amžiumi atsirandantis didesnis bendravimo poreikis	Kuo jau vyresnis esi <...> bendravimas šeimoj aktualesnis pasidaro [A1]. <...>kuo vyresnis esi, tuo tas bendravimas ir svarbesnis [A4].	2
Artimo ir pozityvaus ryšio su artimaisiais palaikymas kaip emocinės sveikatos užtikrinimas	Ryšys su artimaisiais kaip emocinės sveikatos užtikrinimo pagrindas	Ir saugumo jausmas, ir emocinė sveikata nuo to priklauso [A2]. <...> mes nemokam vieni būti [A4]. <...> didelis džiaugsmas yra, kad tu jautiesi reikalingas kam nors <...> tai yra pats didžiausias džiaugsmas [A5]. Žmogus nesijaučia vienišas [A6]. <...> kuo dažniau matomės, skambinamės, tuo ir gyvenam linksmiau [A8].	5
	Pozityvaus bendravimo su artimaisiais svarba siekiant teigiamų emocijų	Žiūrint aišku koks yra ryšys, ar jis yra nuolatinė įtampa, pykčiai <...> [bet jeigu tas ryšys yra toks, koks ir priklauso būti šeimoje, tai, aš manau, kad labai svarbu] [A2]. <...> priklauso, aišku, ar tu sutari, ar nuolat kažkokioj įtampoj esi, strese ir reikia pyktis dėl kažkokių dalykų <...> [A4].	2

**3 lentelė. Bendrų veiklų su artimaisiais įvairovė**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Bendrų veiklų pasireiškimas per rūpestį vienas kitu ir keliones	Bendra veikla kaip rūpinimasis vienas kitu	[kokios tos veiklos.] <...> į sodą kokių šašlykų <...> [jau kai vaikai iš Airijos grįžta]. [A1]. [bet jau kai susitinkam ] <...> čia namuose, ar su anūkais pabendraujam <...> [A2]. <...> su tais anūkais	6

		<p>pabūni, pasidžiaugi &lt;...&gt; [A3]. Prižiūriu anūką, darbuojamės sode, marinuojam, gaminam, dalinamės receptais &lt;...&gt; [A6]. [mes kartu tokiais] &lt;...&gt; labiau šeiminiiais dalykais &lt;...&gt; susirenkam pas kažką &lt;...&gt; [ar išvažiuojam, ar nuvažiuojam]. [A7]. [O taip galiu pasakyti tikrai mėgdavom &lt;...&gt; pasivaikščioti] &lt;...&gt; ir su anūkais &lt;...&gt; [A8].</p>	
	<p>Kelionės, išvykos kaip bendrų veiklų forma</p>	<p>[bet jau kai susitinkam ]&lt;...&gt; į miestą išvažiuojam &lt;...&gt; [A2]. [retai susitinkam, jie užsieny gyvena] &lt;...&gt; kažkur jeigu vasarą išvažiuoji &lt;...&gt; [A3]. &lt;...&gt; kasmetinę tradiciją turim pakeliauti &lt;...&gt; [A4]. &lt;...&gt; einam pasivaikščioti, aprodau mūsų išgražėjusį miestą &lt;...&gt; keletą kartų per metus poilsiauti prie jūros, išvykti &lt;...&gt; mūsų šeimos tradicija – važiuoti į užsienio šalį. [A5]. &lt;...&gt; ir į kokį koncertą su dukra nuvažiuoti &lt;...&gt; ir po parką, po miestą pasivaikščioti &lt;...&gt; [A8].</p>	5

**4 lentelė. Artimųjų vaidmuo vyresnio amžiaus asmenų aktyviame gyvenime**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Artimųjų palaikymas kaip paskatinimas vyresnio amžiaus asmenims aktyviai gyventi	Artimųjų pasiūlymai kaip paskatinimas užsiimti aktyvia veikla	<p>&lt;...&gt; pasiūlo dukros ten ar ten nuvažiuoti, ar su gimtadieniu kokį bilietą nuperka &lt;...&gt; [A1]. &lt;...&gt; paskambina paklausia ar nenorėtum kažkur &lt;...&gt; [A3]. &lt;...&gt; vis paklausia ar</p>	5

		norėtum, ar turėsi laiko, ar nusiperkam bilietus <...> [A4]. <...> neduoda nurimti <...> [nors ir atstumu, bet prie televizoriaus nepasėdėsi ] [A5]. Pasiūlo dukra ar tai į koncertą kokį <...> [A6].	
	Artimųjų palaikymas kaip didžiausia motyvacija imtis naujų veiklų	Motyvuoja, aišku. Niekada nėra pasakę kažką prieš <...> visą laiką ir palaikė ir skatino <...> [A2]. [vis paklausia ar norėtum, ar turėsi laiko, ar nusiperkam bilietus] <...> sakyčiau, kad motyvuoja <...> [A4]. Palaiko mane, labai palaiko <...> ir džiaugiasi <...> domisi tuo ką veikiu <...> dar didesnė motyvacija nuo to atsiranda [A7]. <...> jeigu jau sugalvoju, nepeikia, nelaiko. Tikrai jau taip pritaria [A8].	4
Artimųjų dėmesio trūkumas kaip žemam aktyvumui įtakos turintis veiksnys	Menkas artimųjų domėjimasis ir palaikymas kaip žemo asmenų aktyvumo priežastis	Nėra taip, kad labai jau mane kažkur ar stumtų ar verstų eiti <...> ne visą laiką gal išeina, nesusiderinam <...> [A4]. <...> nėra, kad kažkur ten verstų eiti <...> retai kada pavyksta <...> [A6].	2

**5 lentelė. Vyresnio amžiaus asmenų ryšio su artimaisiais ir psichologinės būsenos sąsaja**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Emocinės gerovės užtikrinimas priklausantis nuo	Artimas bendravimas su artimaisiais kaip geros psichinės	[Nu kaip prisideda...]<...> ir kad rūpinasi <...> [A1]. <...> suteikia tokį saugumą <...> [A4]. <...> Psichologiškai tai tiesiog	4

santykio artimaisiais	su	sveikatos užtikrinimas	pakelia [A5]. <...> savijauta geresnė, ir emociškai, kai tu tvirčiau jautiesi [A7]. <...> reikalingas, nepamirštas esi <...> širdis džiaugiasi <...>	
		Bendrumo jausmas kaip saugumo pagrindas	[Nu kaip prisideda... ]<...> ne vienas jautiesi <...> [A1]. <...> jautiesi, kad turi tą užnugarį, kad esi šeimos narys [A2]. <...> vieni nesam ir galim kreiptis vieni į kitus <...> [A4]	3

**6 lentelė. Artimųjų įtaka išitraukiant į naujas veiklas**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Moralinis ir fizinis palaikymas/ bendras įsitraukimas į veiklas kaip aktyvų socialinį gyvenimą pradėti lemiantis veiksnys	Informacijos teikimas ir motyvavimas išbandyti naujas veiklas kaip vyresnio amžiaus asmenų aktyvesnio gyvenimo variklis	<...> vien tas palaikymas labai daug duoda <...> [A2]. <...> jeigu pasiūlo, tai aš ir neprieštarauju <...> [A4]. Tai pokalbiai <...> tiesiog patardavo, kur nuvykti, kur nuvažiuoti, ką aplankyti <...> atsiunčia kokią informaciją <...> [A5]. [pagrindinis dalykas tas ir yra] <...> palaikymas ir domėjimasis <...> [A7].	4
	Dalyvavimo kartu su artimaisiais svarba norint įsitraukti į mėgiamas veiklas	<...> būtų magu, kad ir kartu galėtume nuvykti į kokį užsiėmimą <...> [A2]. <...> jeigu patys eina, tai ir aš <...> [A4]. <...> kad ir jie patys gal daugiau kur eitų <...> [A6]. Kad kartu eitų gal <...> [A8].	4

**7 lentelė. Vyresnio amžiaus asmenų savo aktyvumo vertinimas**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Vyresnio amžiaus asmenų aktyvumo priklausymas nuo	Su išorinėmis galimybėmis susijęs socialinis aktyvumas	<...> stengiuosi kiek įmanoma, pagal savo galimybes <...> [A2].	4

vidinių ir išorinių faktorių		Randu aš visokių tų užimtumų <...> [A4]. Aš vertinu save gerai. Aš visą gyvenimą visada buvau aktyvi visur [A5]. <...> Jau kiek aš galiu, kiek man leidžia ta sveikata, tiek jau aš padalyvauju <...> [A7].	
	Asmens vidinės būdo savybės kaip trukdis užsiimti nauja veikla	Prastai vertinu <...> kad pajudėt negali <...> [A1]. <...> nepasakyčiau, kad labai aš esu tokia, kad kažkur išeiti <...> [A3]. Kad nelabai. Nepatinka žinokit <...> [aš kažkaip niekada nemėgau, nei jauna, nei dabar] [A6].	3
	Su amžiumi mažėjantis aktyvumo lygis	<...> anksčiau gal aktyvesnė buvau <...> dabar jau sveikata biški apribojo mane <...> [A2]. Buvau anksčiau tikrai <...> va keičiasi tos aplinkybės <...> [A8].	2

**8 lentelė. Įsitraukimą į veiklas skatinantys veiksniai**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Kitų asmenų poreikio ir nuomonės svarba kaip vyresnio amžiaus asmenų įsitraukimą į veiklas lemiantys veiksniai	Gerieji pavyzdžiai ir dalijimasis gerąja patirtimi kaip motyvuojantis veiksnys	<...> domėjimasi gali paskatinti vienas per kitą, pasakodamas tą informaciją <...> dalijimasis savo patirtim [A2]. Žmonės mato aplinkui <...> susidomi ir ateina <...> [A7]. Reikia <...> skleisti informaciją, kuo daugiau matys aplinkui <...> tokių žmonių, tuo	4

		labiau ir patys <...> lygiuosis [A7]. <...> trūksta, kad kas pasakytų ar pakviestų <...> [A8].	
	Bendravimo poreikis kaip motyvacijos įsitraukti į veiklas pagrindas	<...> Žmonėm svarbiausia bendravimas. Ir va tas noras bendrauti ir skatina tuos žmones įsitraukti [A2]. <...> Bendrauti žmogui paprasčiausiai patinka. [A3].	2
Vidiniai resursai ir poreikiai kaip aktyvumą lemiantys veiksniai	Gyvenimo būdo pasirinkimas, priklausantis nuo vidinių asmens savybių	<...> gal toks būdas yra <...> nu tai tikriausiai, kad nuo žmogaus priklauso [A3]. <...> priklauso nuo pačių žmonių. <...> kitas nieko nenori [A5]. <...> toks mano būdas gal yra <...> sunku man ir nusėdėti tuose namuose, nerandu aš vietos. [A7].	3
	Aktyvumas kasdieniame gyvenime priklausantis nuo asmens poreikių	<...> nu žmonės patys gali pasirinkti, vieni nori, kiti ne ir čia nereikia, kad visi vienodi būtų. [A3]. Jeigu nori žmogus, tai nori, jeigu ne, tai ne, čia nuo kiekvieno priklauso. [A6]. <...> kad atrastum ir būtent ką tu nori veikti. [A4].	3

**9 lentelė. Žemo vyresnio amžiaus asmenų aktyvumo priežastys**

Kategorija	Subkategorija	Irodantys teiginiai	Teiginių sk.
Su amžiumi atsirandančios fizinės kliūtys kaip žemo aktyvumo priežastis	Žemas aktyvumas vyresniame amžiuje, įtakotas sveikatos problemų	<...> va sveikata neleidžia. Svoris didelis, nugara skauda. Akys jau nebe tos. <...> [A1]. <...> kojų skausmai, tai pas daktarus, jau kažkur negali nueiti. Ir atrodo tos energijos nebe tiek <...>[A2]. [kitas nieko nenori] <...> kitas serga. <...> [A5].	3
Psichologinės vyresnio amžiaus asmenų kliūtys neigiamai veikiančios norą įsitraukti į tam tikras veiklas	Aktyvumo mažėjimas veikiamas neigiamų asmenų nuostatų	<...> niekad aš tokių dalykų nemėgau <...> kažkaip nei aš moku, nei man patinka, nei aš esu dariusi. <...> [A3].	1
	Pasitikėjimo savimi trūkumas kaip žemą aktyvumą lemiantis veiksnys	<...> tos drąsos tikriausiai pritrūksta <...> [A4]. <...> Savivertis galbūt <...> [kitas nieko nenori <...> Kitą sunku išjudinti.] [A5]. Nu žinokit kompleksai <...> [Kai nesi pratęs, sunku ir pradėti yra] [A6].	3

**10 lentelė. Savanorystės galimybės gyvenamojoje savivaldybėje –**

Kategorija	Subkategorija	Irodantys teiginiai	Teiginių sk.
Savanorystė išreikšta per pagalbą gyvūnams ir per pagalbą žmonėms	Pagalba gyvūnams – savanoriškos veiklos išraiška	<...> katinais kažką užsiima, ar šeria ten ar ką <...> [A1]. <...> Savanorystė man su gyvūnais	4



		asocijuojasi iš karto <...> [A2]. <...> Aš gyvūnų draugiją tik žinau <...> [A5]. <...> ir gyvūniukai užsiimam, ir maitinam, ir gaudom, gydom <...> [A8].	
	Savanoriavimas kaip pagalba vyresnio amžiaus asmenims	<...> pas seniukus eina, ir maistą dalina, nešioja, ir namuose padeda <...> [A3]. <...> su Maisto banku, mano sąsaja buvo <...> [A4]. <...> Ir sriubas gatvėj dalinam <...> ir maistą senoliams vežioja, ir namuose padeda [A8].	3

**11 lentelė. Vyresnio amžiaus asmenų įsitraukimą/neįsitraukimą į savanorišką veiklą lemiantis veiksniai**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Dalyvaujant savanoriškoje veikloje gaunama nauda kaip geros emocinės savijautos garantas	Su noru teikti pagalbą ir noru aukotis susijęs įsitraukimas	<...> kitaip jauties, padėti nori <...> [A1]. <...> iš prigimties esam tokie, kad norim ir kitam padėti, ir norim, kad ir mums padėtų. [A2]. <...> nori padėti kitiems. <...> kiekviename žmoguje slypi tas noras užsidirbti tų karmos taškų <...> nori pasiaukoti, nori duoti <...> [A5].	3
	Naudos sau gavimas įsitraukus į savanorišką veiklą	<...> vistiek gerais darbais prisidedi prie kažko ir pats geriau	2

		jautiesi <...> [A2]. <...> ir kitam gerą padarai, ir pats pasikrauni, ir ant dūšios geriau. [A3].	
	Bendravimo poreikis lemiantis norą įsitraukti į savanorišką veiklą	<...> pabendraut gali ten ir pasižmonėt <...> [A1]. Pati prisidedu aktyviai prie šios veiklos <...> ir bendraminčių randi <...> [A6].	2
Dalyvavimo savanoriškoje veikloje mažėjimo siejimas su laiko ir informacijos trūkumu	Nenoro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su laiko trūkumu	<...> Aš ne, bet gal dėl to laiko trūkumo <...> Aš asmeniškai nesavanoriauju. Neturiu laiko, nes dirbu. <...> [A5]. <...> nelabai žinokit dalyvavau, laiko kažkaip nebuvo <...> [A8].	2
	Nenoro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su informacijos trūkumu	<...> nelabai, kas siūlė, gal dėl to. [A4]. [Tik va vieną sujudina, o kitas nesujuda arba] <...> neturi informacijos <...>[A5]. <...> ir informacijos daug nėra pateikta, nėra skatinimo <...> [A7].	3

**12 lentelė. Įsitraukimą į savanorišką veiklą skatinantys veiksniai**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Asmeninio skatinimo būdai pasitelkiami didinti norą dalyvauti savanoriškoje veikloje	Dominanti veikla kaip įsitraukimo į savanorystę pagrindas	<...> man pačiai atrodytų labai įdomiai, ir naudinga, ir man pačiai patiktų <...> [A2]. <...> pažiūrėti ar patiktų ar nepatiktų <...>[A4]. <...> kad sudomintų	3

		mane būtent ta veikla <...> [A7].	
	Aplinkinių žmonių skatinimas darantis įtaką norui įsitraukti į savanorišką veiklą	<...> Kad pasiūlytų kas, už rankos nusitemptų <...> [A3]. <...> gal kad ne viena eičiau <...> [A4]. <...> ir asmeniškai kalbėti reiktų <...> [A5].	3
Visuomenės skatinimas ir galimybių derinimas veikiantis, kaip motyvacijos būdas įsitraukimui į savanorišką veiklą	Visuomenės informavimas kaip įsitraukimą skatinantis veiksnys	<...> Ir informacijos sklaidimą <...> [A5]. Daugiau gal kokios informacijos. <...> [A6].	2
	Sveikatos ir laiko resursų derinimas su savanoriška veikla noro dalyvauti didinimo perspektyvoje	<...> kad sveikatos tik būtų. [A1]. <...> kad laiko daugiau būtų <...> [A7]. <...> kad laiko gal daugiau turėčiau <...> [A8].	3

**13 lentelė. Užimtumo situaciją pensiniame amžiuje lėmusios aplinkybės**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Sveikatos ir asmeninių poreikių iškelimas aukščiau darbinės veiklos	Poilsio vyresniame amžiuje vertinimas kaip nenoro tęsti darbinės veiklos priežastis	Nedirbu <...> bet čia kiekvienas turi pasirinkti ką jis nori veikti <...> [A2]. Nedirbu <...> manau, kad turim teisę jau ir pailsėti <...> [A4]. Nedirbu, <...> aš jau ir nenorėčiau <...> atidirbom mes jau savo [A8]. <...> galiu pasakyti, kad po darbo jau aš nenorėčiau eiti su tom lazdom, nes vistiek fizine tokia išraiška, jau norisi pailsėti [A5].	4

Noras jaustis naudingu ir finansiškai užtikrintu – ilgesnio išsilaikymo darbo rinkoje priežastis	Naudingumo jausmas ir materialinės padėties gerinimas - motyvacijos dirbti pensiniame amžiuje pagrindas	<...> tai, kad aš dirbu <...> lėmė <...> kad aš norėjau būti kažkam naudinga <...> [A5]. Dirbu, kad pajamų daugiau būtų <...> [A6].	2
--	---	---	---

**14 lentelė. Užimtumo ir socialinio aktyvumo pensiniame amžiuje sąsaja**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Fizinės ir vidinės asmens savijautos gerinimas tiesiogiai priklausantis nuo užimtumo lygmens	Aktyvumo ir pasaulietiško išsaugojimas tiesiogiai įtakojamas darbinės veiklos	<...> Lieki toks darbingesnis, aktyvesnis <...> [A1]. <...> ir išėini, ir pasižmonėji ir režimą turi kažkokį ir tas akiratis gal platesnis toks lieka [A4]. <...> ne namuose sėdėti <...> [A8]. <...> Jau vien į darbą tas ėjimas, jau yra irgi aktyvumas <...> [A2]. <...> kaip sako žmonės – kuo daugiau daro, tuo daugiau ir padaro, kuo mažiau daro, tuo ir laiko mažiau turi [A4].	5
	Užimtumas kaip psichologinės ir fizinės gerovės pagrindas	<...> kuo ilgiau išliksi veiklus, tai tuo ilgiau nepuls nei ligos, nei psichologiniai visokie dalykai, tos depresijos. [A2]. <...> ir visuomenei reikalingas toks labiau ir ilgiau jautiesi <...> [A6]. <...> žmogus turi jaustis komfortiškai	4

		<p>&lt;...&gt; kad nebūtų tos diskriminacijos &lt;...&gt; Kuo ilgiau tu išliksi aktyvesnis, tuo ir sveikesnis būsi. [A7]. &lt;...&gt; ir jaunesnis gal jautiesi &lt;...&gt; [A8].</p>	
--	--	---	--

**15 lentelė. Pokyčiai reikalingi užimtumo vyresniame amžiuje srityje**

Kategorija	Subkategorija	Irodantys teiginiai	Teiginių sk.
Visuomenės ir darbdavių požiūrio koregavimas kaip užimtumo situacijos pokytis	Darbo vietų pritaikymas kaip didesnę darbinės veiklos aktyvumą lemiantis veiksnys	<p>&lt;...&gt; gal tą darbo vietų tinkamų būtų &lt;...&gt; [A1]. &lt;...&gt; sulaukei to pensinio amžiaus ir labai retai kada tave kas nori pasilikti &lt;...&gt; į kitą vietą kažkokią įsidarbinti. Tai tas ir turėtų pasikeisti &lt;...&gt; [A2]. &lt;...&gt; darbo vietos mums tinkamos, kad būtų &lt;...&gt; [A3]. &lt;...&gt; atrasti ir tą darbo vietą tam žmogui. [A5].</p>	4
	Neigiamo požiūrio ir stereotipų naikinimas kaip nedarbo priežasčių mažinimas	<p>&lt;...&gt; kad labiau ir žiūrėtų ir vertintų tuos dirbančius žmones &lt;...&gt; jau ir nenori prisiimti, ir žiūri kažkaip kreivai &lt;...&gt; reikėtų, kad tas pasikeistų [A4]. Kad nevertina kažkaip tų pensininkų darbe &lt;...&gt; [A6]. &lt;...&gt; kad pasikeistų tas požiūris ir vertinami jie būtų &lt;...&gt; [A7]. &lt;...&gt; nėra taip</p>	4

		lengva tiems seniukams įsidarbinti, nelabai jau kas jų ir nori. [A8].	
--	--	---	--

*Specialistų subjektyvios patirtys*

**16 lentelė. Bendravimo su artimaisiais svarba vyresniame amžiuje**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Teigiamo ir pozityvaus santykio su artimaisiais aktualumo didėjimas vyresniame amžiuje	Bendravimo aktualumo didėjimas priklausomai nuo amžiaus	<...> kuo vyresnis esi, gal tuo labiau vertini ir greičiausiai ir laimingesnis esi, ir toks reikalingas, ir teisingą gyvenimą nugyvenęs ar ne taip <...> [S1]. <...> jiems yra ir sunkiau judėti, ir turi daug sveikatos problemų <...> artimieji gali <...> padėti buityje. [S7].	2
	Emocinės būsenos gerėjimas artimo ryšio su artimaisiais palaikymo kontekste	<...> artimieji yra tie žmonės kurie neleidžia jausti vienatvės, nereikalingumo, bejėgystės. [S2]. <...> asmuo jaučiasi saugesnis, geresnė jo emocinė būsena ir pan. <...> [S5]. <...> labai pagerina seno žmogaus gyvenimo kokybę, suteikia saugumo pojūtį, žmogus nesijaučia vienišas, užmirštas <..> [S8].	3
	Pozityvaus santykio formavimas, siekiant	<...> priklauso nuo to, koks tas ryšys	3

	bendravimo naudingumo	<...> Tempia vieni kitus į dugną ir nieko daugiau. [S4]. <...> priklauso nuo to ar sveikas tas bendravimas <...> negauna jokio dėkingumo, jokios padėkos, nieko, tai gal net apsunkina tą gyvenimą. [S6]. Labai priklauso nuo bendravimo kokybės <...> [S8].	
--	-----------------------	--	--

17 lentelė. Vyresnio amžiaus asmenų ir jų artimųjų ryšio ypatumai

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Aplinkos veiksniai ir vidinės vertybės kaip reto santykių palaikymo priežastis	Vengimas prisiimti atsakomybę kaip reto bendravimo priežastis	<...> kuo asmuo vyresnis ir dėl jų amžiaus ir sveikatos būklės kyla vis daugiau problemų – tuo artimieji vis mažiau skiria dėmesio ir rūpesčio. <...> Atvejai, kai stebimas artimas ir šiltas santykis labai reti. [S2]. <...> Svarbus ne tik bendravimas, bet ir rūpinimasis vyresnio amžiaus asmenų sveikatos būkle, jų kasdiene buitimi ir pan. [S5].	2
	Gyvenamosios vietos nutolimas kaip bendravimo nutrūkimo priežastis	<...> jeigu čia kažkur netoliese gyvena, tai dažniausiai ir bendrauja. [S4]. <...>	3

		priklauso nuo <...> gyvenamosios vietos <...> [S5]. <...> Jeigu šeimos nariai gyvena netoli vieni kitų – dažnai tarpusavio ryšiai yra geri <...> [S8].	
	Susifformavusios vertybės šeimoje lemiančios bendravimą vyresniame amžiuje	<...> priklauso nuo susiformavusių artimųjų tarpusavio ryšio <...>[S5]. <...> Ateina tie dalykai iš šeimos <...> [S3].	2

**18 lentelė. Paslaugų teikimas priklausomai nuo ryšio su artimaisiais**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Dažnas bendravimas ir rūpinimasis su artimaisiais kaip mažesnio socialinių paslaugų poreikio rezultatas	Ryšio su artimaisiais palaikymas kaip bendravimo poreikių patenkinimas	<...> artimieji stengiasi, kad vyresnio amžiaus asmuo jaustųsi reikalingas ir svarbus jiems <...> [S2]. <...> tuo mažiau reikia tų specialistų pagalbos <...> ir grynai vien dėl bendravimo jau <...> [S4]. <...> kartais jiems reikia tiesiog pasikalbėti. [S7].	3
	Artimųjų pagalba namuose apribojanti socialinių paslaugų poreikį	<...> Artimieji deda visas pastangas išlaikyti vyresnio amžiaus asmenį kuo ilgiau namų aplinkoje, sudaryti	5



		<p>tokias sąlygas, kad visiems būtų kuo komfortiščiau. &lt;...&gt; [S2]. Kuo daugiau rūpinasi artimieji, tuo mažiau reikia tų specialistų pagalbos &lt;...&gt; [S4]. &lt;...&gt; Jeigu asmens ryšys su artimaisiais yra glaudus, dažnai dėl papildomų paslaugų nėra kreipiamasi &lt;...&gt; [S5]. &lt;...&gt; Tie, kurie neturi glaudesnio ryšio, jiems dažniau reikia pagalbos butyje ar pagalbos į namus &lt;...&gt; [S7]. &lt;...&gt; Paslaugų poreikis vienišiams asmenims yra didesnis, nes jie nesulaukia artimųjų pagalbos. &lt;...&gt; [S8].</p>	
--	--	--	--

**19 lentelė. Artimųjų įtaka vyresnio amžiaus asmenų socialiniam aktyvumui**

<b>Kategorija</b>	<b>Subkategorija</b>	<b>Įrodantys teiginiai</b>	<b>Teiginių sk.</b>
Artimųjų palaikymas ir fizinis išitraukimas kaip pagrindinis veiksnys aktyviam socialiniam dalyvavimui	Artimųjų palaikymas kaip esminis dalyvavimo socialiniame gyvenime motyvas	<p>&lt;...&gt; Palaikymas irgi daug ką duoda. [S1]. &lt;...&gt; Artimųjų palaikymas gali suteikti dar daugiau motyvacijos ir pasitenkinimo. [S2]. &lt;...&gt; Neprikaišioja, supranta, palaiko. Kai palaiko, tada strimgalviais ir vėl eini į tą veiklą. [S3]. &lt;...&gt; nori ir, kad tave palaikytų, ir kad</p>	6

		<p>didžiuotūsi &lt;...&gt; [S4]. &lt;...&gt; Manau, kad artimųjų palaikymas tiesiogiai prisideda prie aktyvesnio vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo. [S5]. &lt;...&gt; Artimieji turėtų palaikyti senyvo amžiaus žmogaus domėjimąsi vienomis ar kitomis veiklomis &lt;...&gt; [S8].</p>	
	<p>Artimųjų įsitraukimas skatinantis aktyviai gyventi</p>	<p>&lt;...&gt; gal bendras kokias veiklas paorganizuoti. [S1]. &lt;...&gt; Artimųjų įsitraukimas tik padidintų vyresniųjų motyvaciją bei suteiktų didesnę pasitikėjimą. [S2]. &lt;...&gt; Tai ir juos pačius visų pirma reiktų kažkur įtraukti &lt;...&gt; [S4]. &lt;...&gt; kokia aplinka supa, kiek šeimos nariai aktyvūs, tiek ir pats asmuo kažkaip dažniau sumotyvuojamas &lt;...&gt; Pirmiausia įtraukti ir pačius artimuosius. &lt;...&gt; [S6]. Jeigu artimieji yra aktyvesni, kažkuo tai užsiima, kažkur dalyvauja, tai &lt;...&gt; ir vyresnio amžiaus asmenis įtraukia. &lt;...&gt; [S7]. &lt;...&gt; Būtų tikslinga</p>	<p>6</p>

		<...> įtraukti ir senyvo amžiaus asmenų artimuosius <...> [S8].	
--	--	---	--

**20 Lentelė. Vyresnio amžiaus asmenų iniciatyva įsitraukti į socialines veiklas –**

<b>Kategorija</b>	<b>Subkategorija</b>	<b>Įrodantys teiginiai</b>	<b>Teiginių sk.</b>
Skirtingi asmens poreikiai nulemiantys apsisprendimą dalyvauti neformaliose veiklose	Įsitraukimą mažinantys vidiniai neigiami asmens nusistatymai	<...> Sudėtingai <...> prikviešti, kad ir į mūsų mokymus. <...> Nėra žmonės linkę į tas veiklas, mentalitetas gal mūsų toks <...> [S1]. <...> Yra dalis ir nelinkusių. <...> kurie ateina ir tu man duok kažką <...> [S3]. <...> turi visai kitokių problemų <...> Retai kada jie tomis veiklomis domisi ar užsiima. [S6]. <...> noras dalyvauti, aktyvumas, iniciatyvumas yra prigimtinis bruožas <...> [S8].	4
	Bendravimas kaip įsitraukimą lemiantis veiksnys	<...> Nu yra yra tikrai eina, dalyvauja ir džiaugiasi. <...> [S4]. <...> Norą	3

		dalyvauti <...> galima vertinti tik teigiamai. [S5]. Dalis asmenų tai yra labai motyvuoti <...> jiems ta bendrystė, tas pabendravimas <...> [S7].	
--	--	--	--

**21 lentelė. Linkusių įsitraukti į tam tikras veiklas vyresnio amžiaus asmenų bruožai**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Visapusiškas gyvenimo kokybės gerėjimas aktyviai įsitraukiant veiklas	Platesnis požiūris siejamas su aktyviu dalyvavimu	<...> aktyvūs žmonės <...> ir pasaulėžiūra jų kitokia, ir mažesnis paslaugų poreikis, ir nusiteikimas visai kitas <...> [S1]. <...> pasaulėžiūra visa visai kitokia <...> [S4]. <...> kurie dalyvauja, bendrauja, eina, daro <...> matosi ir savivertė, ir tas pasitikėjimas savimi, <...> [S4].	3
	Dalyvavimas veiklose kaip emocinės gerovės pagrindas	<...> Savijauta, vidinė savijauta pagrindas yra <...> [S4]. Tie, kurie yra linkę įsitraukti, jie yra laimingesni <...> [S7].	2
	Fizinės sveikatos gerėjimas ir išsaugojimas priklausomai nuo aktyvaus dalyvavimo	<...> ilgina kokybiško žmogaus gyvenimo trukmę – jis išlieka ilgiau sveikesnis visomis prasmėmis. <...> yra sveikesni tiek fiziškai, tiek emociškai ir pan.	4

		[S5]. <...> O tas užsidarymas savo namuose, savo aplinkoj, tai tiesus kelias į depresiją yra. [S4]. <...> Ir sveikata geresnė <...> [S7]. Aktyvių žmonių geresnė fizinė ir dvasinė sveikata <...> [S8].	
--	--	---	--

**22 lentelė. Vyresnio amžiaus asmenų aktyvaus gyvenimo skatinimo būdai**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Išoriniai veiksniai kaip aktyvaus gyvenimo būdo skatinimo pagrindas	Informacijos viešinimas įtakojantis vyresnio amžiaus asmenų aktyvų gyvenimą	<...> Apie naudą reikia kalbėti <...> [S1]. <...> reikia ir tos informacijos <...> [S4]. Asmenis, visų pirmiausia, turi pasiekti informacija <...> Teikti informaciją apie galimybes, kviesti dalyvauti <...> [S5]. Gal reikėtų labiau viešinti. <...> [S7].	4
	Sąlygų dalyvauti veiklose sudarymas kaip lemiantis norą įsitraukti veiksnys	<...> sąlygas reikia žmonėms sudaryti <...> [S1]. <...> ir prisitaikyti prie jų tos dienotvarkės, bent jau paderinti <...> [S7].	2
	Artimųjų palaikymas veikiantis kaip įsitraukimo į veiklas motyvacijos didinimas	<...> svarbus palaikymas ir padrąšinimas iš šalies. <...> galėtų padėti artimieji, palydimąsias paslaugas teikiantys specialistai, savanoriai. [S2].	2

		Svarbu labai, kad artima aplinka palaikytų. <...> ir palydėti, kai reikia, ir padrašinti.<...> [S4].	
--	--	--	--

**23 lentelė. Savanorystės galimybės vyresnio amžiaus asmenų gyvenamojoje vietoje**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Menkas savanorystės vystymasis ir galimybių dalyvauti nesuderinimas – ribojantys dalyvavimo veiksniai	Su siauru savanoriškos veiklos paplitimu susidariusios ribotos galimybės	<...> Nelabai, manau, kad išsivystęs šitas reikalas <...> [S1]. <...> Mūsų savivaldybėje savanorystė nėra labai paplitusi. Ypač pasigendama savanorių kurie lankytų namuose gyvenančius vyresnio amžiaus asmenis. <...> [S2]. Ganėtina mažai yra galimybių <...> tik Maisto bankas. [S7].	3
	Laiko ir savanoriškos veiklos nesuderinimas kaip ribojanti galimybė	<...> Savanorystės galimybės nėra didelės. Dirbantys žmonės neturi daug galimybių prisidėti prie savanorių <...> [S5]. <...> Dirbantiems <...> sunku suderinti laiką su savanoryste. [S8].	2

**24 lentelė. Savanorystės nauda vyresnio amžiaus asmenims**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Asmeninė nauda kaip dalyvavimo savanoriškoje veikloje priežastis	Noro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su savęs realizavimu	<...> savęs realizavimas ir atradimas galbūt <...> [S1].	2

		[Savanorystė, priklausomai nuo jos krypties <...> Savanoriams senjorams] <...> tai suteikia savirealizacijos pojūtį <...> [S5].	
	Noro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su bendravimo plėtimu	<...> pats pabendravimas, pasižmonėjimas. <...> [S1]. <...> plėstų socialinį ratą <...> [S2]. <...> reikalingumas, bendravimas, noras dalyvauti. <...> [S6].	3
	Noro dalyvauti savanoriškoje veikloje siejimas su didesniu savęs vertinimu	<...> suteiktų reikalingumo jausmą <...> suteiktų daugiau pasitikėjimo savimi. <...> [S2]. <...> Nori jaustis naudingu tikriausiai <...> [S4]. <...> padeda vyresnio amžiaus asmenims geriau jaustis emociškai <...> [S5]. <...> jaustis naudingu <...> [S7]. <...> reikalingumo kitiems žmonėms jausmas <...> [S8].	5
Pagalbos kitiems teikimas, lemiantis norą įsitraukti į savanorišką veiklą	Pagalbos kitiems teikimas kaip motyvacija užsiimti savanoriška veikla	<...> galimybę pamatyti, kad gali padėti kitam <...> Turim žinių, patirties ir galim paskleisti jas <...> kai tu kažką duodi, kažką ir pats	4

		gauni <...> [S3]. <...> Iš meilės, iš atsidavimo žmonės daro <...> [S4]. <...> pasitenkinimą, kad gali padėti kitam <...> [S5]. <...> noras padėti kitiems asmenims <...> [S7].	
--	--	---	--

**25 lentelė. Savanorystės skatinimo galimybės**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Skatinimas įsitraukti didinamas savivaldos lygmeniu	Domėjimasis savanoriška veikla didėjantis su žinių gavimu	<...> gal ir informacijos daugiau suteikti reikėtų. <...> [S1]. <..> trūksta mokslų <...> ir vadybinių žinių, ir psichologinių žinių.<...> [S3]. <...> Bet informacijos gal tikrai trūksta <...> apie tai kas ta savanorystė ir ko ten eiti. <...> [S4]. <...> Pirmiausia ir supažindinti su tuo kas tai yra. <...> [S6].	4
	Teigiamas visuomenės požiūris kaip motyvacija įsitraukti į savanorišką veiklą	<...> visuomenės požiūrį į tai keisti <...> ir užgauliojimų, ir žvilgsnių, visko gali sulaukti. [S1]. <...> savanoriam kažkaip daugiau dėmesio, šilumos duoti <...> [S3].	2



	Dalyvavimo savanoriškoje veikloje didėjimas atliepian vyresnio amžiaus asmenų poreikius	<...> svarbu, jog gerai galvotų veiklas, apklausinėtų savo klausytojus <...> kokią veiklą jie norėtų. <...> galbūt nei viena organizacija dar negeba patenkinti jų poreikių, reikia išsiaiškinti ko jie nori. <...> [S3]. Reikia žinoti ir ko tie žmonės nori, kas juos domina. [S6].	2
Asmenų tarpusavio dalijimasis didinantis norą įsitraukti į savanorišką veiklą	Gerosios patirties skleidimas kaip įsitraukimo skatinimo būdas	<...> užkrėsti geruoju pavyzdžiu <...> savanoriaujantiems burtis ir dalintis savąja patirtimi. [S2]. <...> Geri pavyzdžiai, geroji patirtis skatina įsijungti į savanorių gretas <...> [S8].	2
	Tiesioginis asmenų raginimas prisijungti kaip įsitraukimo į savanorišką veiklą būdas	<...> reiktų juos paraginti nebijoti imtis iniciatyvos. [S2]. <...> kalbėtis, skleisti žinią, kalbinti žmones. <...> [S6]. <...> Per informacijos sklaidą.<...> [S7].	3

**26 lentelė. Darbinės veiklos vyresniame amžiuje situacija ir reikalingi pokyčiai**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Nepritaikytos darbo vietos ir senatviniai stereotipai kaip darbinę veiklą ribojantys veiksniai	Tinkamų ar pritaikytų darbo vietų trūkumas kaip ribojantys veiksnys dirbti vyresniame amžiuje	<...> Trūksta jiems darbo vietų. <...> [S1]. <...> Galimybės gali riboti <...> noras pritaikyti darbo sąlygas vyresnio amžiaus asmeniui. [S2]. <...> trūksta vyresniems tų darbo vietų <...> [S4]. <...> tiesiog nėra jiems tinkamų darbo vietų <...> [S8].	4
	Įsigalėję senatviniai stereotipai kaip ribojantys veiksnys dirbti vyresniame amžiuje	Galimybės gali riboti visuomenėje nusistovėję stereotipai <...> [S2]. <...> tu jau nebeatitinki ir tau niekas nesiūloma toliau. <...> kažkaip jie nevertina tavęs nei kaip lygiaverčio kolegos <...> [S3]. <...> trūksta tolerancijos <...> [S4]. <...> vyresnio amžiaus asmenys darbo rinkoje nėra pageidaujami <...> [S5]. <...> visi žiūri į tą amžių ir ar tu begalėsi būti geras darbuotojas <...> [S6].	5

**27 lentelė. Užimtumo nauda vyresniame amžiuje**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Su užimtumu didėjantis fizinės, emocinės ir materialinės padėties užtikrintumas	Užimtumas kaip fizinės sveikatos užtikrinimo pagrindas	<...> aktyvesni žmonės automatiškai yra <...> [S1]. <...> jaučiasi gerokai energingesni <...> [S2]. <...> aktyvesni jie yra, gal net mažiau sveikatos	3

		problemų turi. [S7]. <...>	
	Užimtumas kaip savivertės, emocinio stabilumo išlaikymo pagrindas	<...> reikšmingesni, labiau savimi pasitikintys <...> [S2]. <...> ilgiau išlieka toks pilnavertis, ir pasitempęs, ir labiau pasaulietiškas <..> [S4]. <...> šiek tiek kitoks požiūris į viską, į patį gyvenimą <...> [S7].	3
	Užimtumas, kaip asmenų materialinės padėties stabilumo užtikrinimas	<...> materialinė situacija pagerėja <...> [S1]. <...> ta ir pinigine išraiška <...> prisideda. [S8].	2

**28 lentelė. Darbinės veiklos vyresniame amžiuje ir socialinio aktyvumo skatinimo sąsaja**

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Teiginių sk.
Naudingumo jausmas ir fizinis aktyvumas padedantis išlaikyti norą dirbti ir aktyviai dalyvauti socialiniame gyvenime	Darbinė veikla kaip socialinio aktyvo išlaikymo būdas	<...> Darbas neleidžia atsipalaiduoti, būti pasyviems, suteikia įsipareigojimus veikti <...> [S2]. <...> tai jis ir gyvens aktyvų gyvenimą <...> [S5]. <...> neleidžia tas darbas užsisėdėti <...> [S6]. Prisideda <...> nueiti į darbą yra tam tikras pasiruošimas <...> [S7]. <...> darbas skatina aktyvumą, privalai išlaikyti nustatytą ritmą <...> [S8].	5
	Savirealizacija didinanti norą	<...> jausis reikalingu visuomenei,	2

	užsiimti darbine veikla	realizuojančiu save ir pan. <...> [S5]. <...> dirbančio asmens daug platesnis akiratis, svarbus reikalingumo bendruomenei jausmas. <...> [S8].	
Su amžiumi susijusios ribojančios aplinkybės dirbti ir dalyvauti visuomeninėje veikloje	Nuovargis kaip ribojantis veiksnys užsiimti darbine ar aktyvia veikla	<...> ginčytinas klausimas, ar prisideda ar kaip tik kažkaip trukdo. Nespėja gal žmonės, gal jau sveikata tiek nebeleidžia. <...> [S4]. <...> darbinė veikla vyresniame amžiuje atima daug daugiau asmens jėgų. <...> [S8].	2

**PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. A1**

**(vyresnio amžiaus asmuo)**

1. Jūsų amžius ir lytis?

72 m. Vyras.

2. Kaip Jūs suprantate aktyvų socialinį gyvenimą?

Tai ėjimą į kokius koncertus, aš taip suprantu, spektaklį kokį pažiūrėt. Kas čia dar nežinau.

3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią reikšmę tai turi Jūsų gyvenime?

Tai svarbus, aišku. Kuo jau vyresnis esi, su tais metais, ir bendravimas šeimoj aktualesnis pasidaro. Jau tavo amžiaus žmonės išeina vienas po kito, jau kitaip yra.

4. Kokiomis veiklomis užsiimate kartu su savo artimaisiais? Kaip tai praskaidrina Jūsų kasdienybę?

Nu mes kaip, kokios tos veiklos. Kartais į sodą kokių šašlykų, jau kai vaikai iš Airijos grįžta. Du ten yra, du čia vietoj. Bet taip jau ir susiskambinam, susitinkam. Nėra dienei jau, kad nepasiskambinti.

5. Kaip artimieji prisideda prie Jūsų dienos užimtumo? Galbūt skatina išbandyti naujas veiklas?

Motyvuoja? Papasakokite plačiau.

Nu kaip, pasiūlo dukros ten ar ten nuvažiuoti, ar su gimtadieniu kokį bilietą nuperka, bet, kad aš jau nebelabai galiu.

6. Apibūdinkite savo turimą ryšį su artimaisiais? Kaip tai prisideda prie Jūsų savijautos, psichologinės gerovės?

Nu kaip prisideda... vistiek ne vienas jautiesi, ir kad rūpinasi, ir viską.

7. Kaip galvojate, kokių būdu artimieji galėtų prisidėti prie Jūsų noro įsitraukti į naujas veiklas ar išbandyti tam tikras naujoves?

Nelabai čia, ne tame esmė. Man jau va nugara yra, nei aš kur eiti, nei pasėdėti ilgai negaliu.

8. Kaip vertinate savo aktyvumą kasdieniame gyvenime? Ar esate linkęs dalyvauti įvairiose veiklose? Kokiose?

Prastai vertinu, negaliu aš niekur. Kartais gal ir norėtūsi, bet kad pajudėt negali, tai ką, kur čia nulėksi.

9. Kokias žinote organizuojamas veiklas Jūsų savivaldybėje? Kaip manote, kokios priežastys lemia asmenų norą į jas įsitraukti?

Oj nežinau aš žinokit, nei lankiausi kada, nei girdėjęs esu. Žmona kažkada į chorą ėjo, dabar jau ir ta nebelanko.

10. Kokios priežastys lemia Jūsų įsitraukimą/nenorą dalyvauti. Kaip būtų galima skatinti didesnį žmonių domėjimąsi?

Nu va sveikata neleidžia. Svoris didelis, nugara skauda. Akys jau nebe tos. Džiaugiuos, kad dar nuvažiuot kažkur išeina su mašina, ar iki daktarų, ar kur.

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Nežinau, dukra viena ten tais katinais kažką užsiima, ar šeria ten ar ką. O daugiau negirdėjęs.

12. Ar pats dalyvaujate kokioje savanoriškoje veikloje? Dėl kokių priežasčių taip nusprendėte? -

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje?

Nu tai gal vistiek toks kitaip jauties, padėti nori, pabendraut gali ten ir pasižmonėt. Yra tų naudų vistiek, negalima sakyti.

14. Kas jus paskatintų įsitraukti ar pradėti domėtis savanoriška veikla?

Nu va, kad sveikatos tik būtų.

15. Kokia Jūsų nuomonė apie užimtumą sulaukus pensinio amžiaus? Jeigu Jūs vis dar dirbate, kokios aplinkybės lėmė šį pasirinkimą?

Nedirbu aš jau, bet iki pat pensijos darbavaus.

16. Kaip manote, kokią naudą galimybės dalyvauti darbo rinkoje, teikia vyresnio amžiaus asmenims?

Nu čia gal nuo žmogaus priklauso, jau būna, kad nelabai ir nori jie. O ta nauda kokia... Lieki toks darbingsnis, aktyvesnis.

17. Kokių pasikeitimų šioje srityje trūksta? Kaip tai galėtų prisidėti prie socialinio aktyvumo skatinimo vyresniame amžiuje?

Kad gal tų darbo vietų tinkamų būtų. Manęs jau tokio, tai kas beimtų. Bet va taip pagalvojus, gal, jeigu ne namuose, gal ir dar kažkur kažką veikčiau, ir į tą darbą. Sunku pasakyt dabar.

## **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. A2**

**(vyresnio amžiaus asmuo)**

1. Jūsų amžius ir lytis?

Moteris. 70 m.

2. Kaip Jūs suprantate aktyvų socialinį gyvenimą?

Nu sakyčiau, kai žmogus atranda savo mėgstamą veiklą, kažkokią užklausinę, čia nepaisant darbo jau. Tuo domisi jau ir vyksta, ir užsiima, ir tobulinasi gal kažkurioje srityje, kad tiesiog, sakyčiau, neapsiriboja tuo modeliu darbas – namai.

3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią reikšmę tai turi Jūsų gyvenime?

Bendravimas su artimaisiais, tai tikriausiai yra visa ko, toks esminis pamatas. Ir saugumo jausmas, ir emocinė sveikata nuo to priklauso. Žiūrint aišku koks yra ryšys, ar jis yra nuolatinė įtampa, pykčiai, bet jeigu tas ryšys yra toks, koks ir priklauso būti šeimoje, tai, aš manau, kad labai svarbu čia kiekvienam žmogui, ar vyresniam ar jaunam.

4. Kokiomis veiklomis užsiimate kartu su savo artimaisiais? Kaip tai praskaidrina Jūsų kasdienybę?

Nu mes kaip... Nėra taip, kad mes kiekvieną dieną susitiktume, bet jau kai susitinkam ar į miestą išvažiuojam, ar čia namuose, ar su anūkais pabendruojam, ar taip kažkur. Kad jau išvažiuotume visi kur nors jau retas atvejis, turim ir pasiplanuoti ir susiderinti, bet kokią išvyką sugalvojame, būna.

5. Kaip artimieji prisideda prie Jūsų dienos užimtumo? Galbūt skatina išbandyti naujas veiklas?

Motyvuoja? Papasakokite plačiau.

Motyvuoja, aišku. Niekada nėra pasakę kažką prieš, nes aš mėgdavau ir ten ir ten, ir keisti tas veiklas. Visą laiką ir palaikė ir skatino, labai prisidėjo prie to, kad nori eiti ir daryti.

6. Apibūdinkite savo turimą ryšį su artimaisiais? Kaip tai prisideda prie Jūsų savijautos, psichologinės gerovės?

Nu mes artimą ryšį pagal galimybes, pagal šiandienines tas tendencijas turim, kai pasižiūrim, palyginam, kokių būna tų bendravimų šeimoj, sakyčiau, kad tikrai galim pasidžiaugti. Nu visą laiką jautiesi, kad turi tą užnugarį, kad esi šeimos narys. Kaip tu stengiesi padėti visom išgalėm, taip ir tau visą laiką padės. Tai čia, manau, ypač vyresnio amžiaus žmogui labai daug duoda.

7. Kaip galvojate, kokiū būdu artimieji galėtų prisidėti prie Jūsų noro įsitraukti į naujas veiklas ar išbandyti tam tikras naujoves?

Nu kaip pasakyti, jau vien tas palaikymas labai daug duoda. Kaip dar... nu būtų magu, kad ir kartu galėtume nuvykti į kokią užsiėmimą, bet čia vėl... interesai jauniems kiti, mums vienokie, jiems kitokie. Tai va.

8. Kaip vertinate savo aktyvumą kasdieniame gyvenime? Ar esate linkęs dalyvauti įvairiose veiklose? Kokiose?

Aš sakyčiau, visai stengiuosi kiek įmanoma, pagal savo galimybes. Atsiranda jau sveikatos problemų, anksčiau gal aktyvesnė buvau. Ne tiek aš kažkokias įstaigas lankau, bet aš ir pati stengiuosi ir pajudėti, ir išeiti kažkur, ir pabendrauti ar su buvusiais kolegom ar taip pažįstamais. Anksčiau ir į chorą eidavau, ir šokiai tokie linijiniai vyresnėms moterims būdavo. Tai dabar jau sveikata biški apribojo mane, stengiuosi palaikyti tą aktyvumą, bet, žinot, jau pagal galimybes.

9. Kokias žinote organizuojamas veiklas Jūsų savivaldybėje? Kaip manote, kokios priežastys lemia asmenų norą į jas įsitraukti?

Nu tai tų veiklų yra pilna, tik spėk eiti. Yra ir tų organizacijų, ir savanoriauti eik, ir dainuoti, ir šokti, ir siūti, ir megzti, ir ką tu tik sugalvoji. Svarbu, aišku, tik kas visa ko pagrindas yra? Bendravimas. Žmonėm svarbiausia bendravimas. Ir va tas noras bendrauti ir skatina tuos žmones įsitraukti.

10. Kokios priežastys lemia Jūsų įsitraukimą/nenorą dalyvauti. Kaip būtų galima skatinti didesnį žmonių domėjimąsi?

Nu va, kaip ir minėjau, atsiranda ir kojų skausmai, tai pas daktarus, jau kažkur negali nueiti. Ir atrodo tos energijos nebe tiek, kiek anksčiau būdavo. O domėjimąsi gali paskatinti vienas per kitą, pasakodamas tą informaciją, rodydamas ką ten gali veikti, nu dalijimasis savo patirtim.

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Aš, žinokit, savanoryste niekada nesidomėjau, aš dabar nepasakysiu priežasties kodėl. Gal aš kitų veiklų turėjau pakankamai. Savanorystė man su gyvūnais asocijuojasi iš karto, ar čia dėl to, kad skelbimų tų daug matom, ar kas, ir tų pagalbos prašymų prisidėti, nežinau. To klausimo daug nepakomentuosiu.

12. Ar pats dalyvaujate kokioje savanoriškoje veikloje? Dėl kokių priežasčių taip nusprendėte? -

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje?

Kokie veiksniai? Norą... Nu gal tas, kad savanoriška veikla, gal, kad tu vistiek gerais darbais prisidedi prie kažko ir pats geriau jautiesi. Nu mes visi tikriausiai iš prigimties esam tokie, kad norim ir kitam padėti, ir norim, kad ir mums padėtų.

14. Kas jus paskatintų įsitraukti ar pradėti domėtis savanoriška veikla?

Nu aš nežinau, žinokit. Šiuo metu aš kažkaip nebūčiau linkusi tikriausiai. Nu nebent kažkas jau atsirastų man pačiai atrodytų labai įdomiai, ir naudinga, ir man pačiai patiktų, ar labai jau svarbu būtų, tai gal tada.

15. Kokia Jūsų nuomonė apie užimtumą sulaukus pensinio amžiaus? Jeigu Jūs vis dar dirbate, kokios aplinkybės lėmė šį pasirinkimą?



Nedirbu, bet užimtumą tokiam amžiui aš tikrai labai teigiamai vertinu. Bet čia kiekvienas turi pasirinkti ką jis nori veikti, ar jis nori dirbti, ar jis dėl savęs jau nori gyventi, šokti, dainuoti, keliauti kažkur, ar jis nori jau pailsėti, namų veikla užsiimti. Tai vertinu teigiamai tikrai, bet nedirščiau teigti, kad visi taip turėtų daryti.

16. Kaip manote, kokią naudą galimybės dalyvauti darbo rinkoje, teikia vyresnio amžiaus asmenims?

Nu kas nori, tikrai turėtų galėti. Ypač jeigu daugiau niekur nesi linkęs eiti, o ten komfortiškai jautiesi, tai kuo ilgiau išliksi veiklus, tai tuo ilgiau nepuls nei ligos, nei psichologiniai visokie dalykai, tos depresijos.

17. Kokių pasikeitimų šioje srityje trūksta? Kaip tai galėtų prisidėti prie socialinio aktyvumo skatinimo vyresniame amžiuje?

Nu kokių, kad taip ir yra – sulaukei to pensinio amžiaus ir labai retai kada tave kas nori pasilikti ar, tuo labiau, į kitą vietą kažkokią įsidarbinti. Tai tas ir turėtų pasikeisti, kad jeigu žmogus nori dirbti, tai ir turėtų atsižvelgti į tai. O kaip čia prisidėtų prie to aktyvumo... Jau vien į darbą tasėjimas, jau yra irgi aktyvumas, pensijoj kaip ir papildoma veikla.

### **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. A3**

#### **(vyresnio amžiaus asmuo)**

1. Jūsų amžius ir lytis?

Moteris. 67 m.

2. Kaip Jūs suprantate aktyvų socialinį gyvenimą?

Aktyvų socialinį gyvenimą suprasčiau taip, kad... užsiimti veiklom, sakykim, kurios tave verčia gerai jaustis.

3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią reikšmę tai turi Jūsų gyvenime?

Kiekvieno gyvenime yra svarbus tas bendravimas, bet aš savo asmenine patirtim, galėčiau pasakyti, kad nelabai galiu didžiuotis. Pas mane yra išvykę vaikai, mes retokai susitinkam, o susiskambinam irgi vieną kitą kartą. Anksčiau gal dažniau būdavo, dabar vėl kitaip yra. Nu bet būna ir taip gyvenime.

4. Kokiomis veiklomis užsiimate kartu su savo artimaisiais? Kaip tai praskaidrina Jūsų kasdienybę?

Nu mes retai susitinkam, jie užsieny gyvena. Grįžta kas pusę metų, kas metus, kiek jau čia tepabūna. Nu su tais anūkais pabūni, pasidžiaugi, kažkur jeigu vasarą išvažiuoji ir viskas. Ir vėl atgal, ir vėl į darbus visi.

5. Kaip artimieji prisideda prie Jūsų dienos užimtumo? Galbūt skatina išbandyti naujas veiklas? Motyvuoja? Papasakokite plačiau.

Nu ne, sakau, kad nelabai būna. Būna, kad dukra paskambina paklausia ar nenorėtum kažkur, kai grįšim ar nuvažiuoti ar kažką, bet taip jau labai nesiūlo man.

6. Apibūdinkite savo turimą ryšį su artimaisiais? Kaip tai prisideda prie Jūsų savijautos, psichologinės gerovės?

Nu iš pradžių sunku buvo tikrai, kai išvažiavo, kad vieną palikau, tai buvo sudėtingiau... atrodo ir liūdna, ir vieniša tokia, bet paskui kažkaip eina laikas, susitaikai, supranti vistiek, kad vaikams reikia gyventi. Nu ir ką, ir pripranti. Tada jau ar su kaimynais pabendrauji, su kažkuo vistiek.

7. Kaip galvojate, kokių būdu artimieji galėtų prisidėti prie Jūsų noro įsitraukti į naujas veiklas ar išbandyti tam tikras naujoves? -

8. Kaip vertinate savo aktyvumą kasdieniame gyvenime? Ar esate linkęs dalyvauti įvairiose veiklose? Kokiose?

Nu nepasakyčiau, kad labai aš esu tokia, kad kažkur išeiti. Toks ir tas aktyvumas, ar su kaimynka iki turgaus ar į kiemą gražią dieną išeiti, o kad kažkur dalyvauti... Nu nueinam va į miesto šventes, kai jau vyksta, koks koncertukas kultūros namuose. Tai va būna, kad pasipuošiam ir išeinam kažkur pasižmonėti, kaip sakant.

9. Kokias žinote organizuojamas veiklas Jūsų savivaldybėje? Kaip manote, kokios priežastys lemia asmenų norą į jas įsitraukti?

Nu va drauge eina į tą Trečio amžiaus universitetą, ir visokių ten organizuoja. Ir su lazdom eina, ir žygius, ir koncertuoja. Nu kas ką sugeba, kas ką moka, tas tą ir rodo. O kodėl nori žmonės nori eiti? Nu aš nežinau, gal toks būdas yra. Nes kiek aš žinau, ji visą laiką, visą gyvenimą taip pragyvenus, visur jos pilna, nu tai tikriausiai, kad nuo žmogaus priklauso. Bendrauti žmogui paprasčiausiai patinka.

10. Kokios priežastys lemia Jūsų įsitraukimą/nenorą dalyvauti. Kaip būtų galima skatinti didesnę žmonių domėjimąsi?

Nu aš nežinau kodėl aš neinu. Niekad aš tokių dalykų nemėgau, man patinka pažiūrėti, aš galiu ar per televizorių, ar išeiti pasižiūrėti, bet kad aš pati dalyvaučiau, kažkaip nei aš moku, nei man

patinka, nei aš esu dariusi. O kaip paskatinti... nu žmonės patys gali pasirinkti, vieni nori, kiti ne ir čia nereikia, kad visi vienodi būtų.

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Nu žinau ir pas seniukus eina, ir maistą dalina, nešioja, ir namuose padeda. Būna ir tas jaunimas įsitraukia, tai aš sakyčiau, kad labai gerai tokie dalykai. Ypač jaunimui, ir mokytis, ir ugdytis tą žmogiškumą. Nu ir tiems žmonėms, kam jau reik tos pagalbos, tai jau labai padeda.

12. Ar pats dalyvaujate kokioje savanoriškoje veikloje? Dėl kokių priežasčių taip nusprendėte? -

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje?

Tikriausiai, kad nori padėti kitiems. Jau tu vistiek, jeigu esi veiklus žmogus, jeigu nori kuo nors užsiimti ir sveikatos turi, tai kodėl neiti. Ir kitam gerą padarai, ir pats pasikrauni, ir ant dūšios geriau.

14. Kas jus paskatintų įsitraukti ar pradėti domėtis savanoriška veikla?

Aš nežinau, aš galėčiau ten vieną kitą kartą nueiti, aš nieko blogo nesakau. Bet nei pasiūlė kas, pati irgi kažkaip ne. Kad pasiūlytų kas, už rankos nusitemptų, gal kitaip būtų.

15. Kokia Jūsų nuomonė apie užimtumą sulaukus pensinio amžiaus? Jeigu Jūs vis dar dirbate, kokios aplinkybės lėmė šį pasirinkimą?

Nedirbu aš jau. Aš nemanau, kad ir galimybės labai būtų, kas jau čia mane imtų. Man ir su sveikata yra, ir tas darbingumas nebe tas, jau lėtesnė ir aš nebesuspėčiau. Neičiau, kad ir siūlytų jau.

16. Kaip manote, kokią naudą galimybės dalyvauti darbo rinkoje, teikia vyresnio amžiaus asmenims?

Nu kas nori, tai aišku, kad gerai, bet, sakau, kad tikriausiai nelabai tos galimybės ir yra. Yra jaunų, yra nauja karta, visi ieško dabar tų specialistų, kad išsilavinę būtų, o mūsų pensininkų kam bereikia.

17. Kokių pasikeitimų šioje srityje trūksta? Kaip tai galėtų prisidėti prie socialinio aktyvumo skatinimo vyresniame amžiuje?

Nežinau,, gal tos darbo vietos mums tinkamos, kad būtų. O prie socialinio aktyvumo ar prisidėtų... nu gal ir prisidėtų, gal ir ten eitum, ir ten, gal norėtūsi tada.

## **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. A4**

**(vyresnio amžiaus asmuo)**

1. Jūsų amžius ir lytis?

Moteris. 66 m.

2. Kaip Jūs suprantate aktyvų socialinį gyvenimą?

Nu kaip... Kai kažkokią susirandi veiklą, nesvarbu ar namuose, ar išėjęs kažkur, vistiek jau ar, kai baigi darbus, baigi viską, jau kai to laisvo laiko turi, ne tik kad aplink tuos namu suktis, bet kažkur, kad ir pasižmonėti daugiau.

3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią reikšmę tai turi Jūsų gyvenime?

Bendravimas su artimaisiais? Tai tikriausiai kuo vyresnis esi, tuo tas bendravimas ir svarbesnis. Ir priklausomai, aišku, ar tu sutari, ar nuolat kažkokioje įtampoje esi, streso ir reikia pyktis dėl kažkokių dalykų, bet apskritai, manau, kad tas ryšio palaikymas žmogui yra, na, gyvybiškai svarbus. Mes visi esam tokie, kad mes nemokam vieni būti.

4. Kokiomis veiklomis užsiimate kartu su savo artimaisiais? Kaip tai praskaidrina Jūsų kasdienybę?

Nu mes vat būna, kad su vaikais tokią kasmetinę tradiciją turim pakeliauti. Nusiveža į kokią šalį mane, nors aš, žinokit, anksčiau išvis nemėgdavau, aš jaunystėje nei keliavus, nei nieko, bet vat kažkaip prikalbina ir viskas. Mama tu turi.

5. Kaip artimieji prisideda prie Jūsų dienos užimtumo? Galbūt skatina išbandyti naujas veiklas?

Motyvuoja? Papasakokite plačiau.

Nu kaip pasakyt... Nėra taip, kad labai jau mane kažkur ar stumtų ar verstų eiti, bet tokius gal kultūrinius renginius, paklausia dukra. Kokį skelbimą pamato, kad tas vyksta ar tas vyksta, ar filmas koks, ar spektaklis koks atvažiuoja, tai vis paklausia ar norėtum, ar turėsi laiko, ar nusiperkam bilietus, tai sakyčiau, kad motyvuoja. Na ne visą laiką gal išeina, nesusiderinam, bet būna, kad ir pavyksta.

6. Apibūdinkite savo turimą ryšį su artimaisiais? Kaip tai prisideda prie Jūsų savijautos, psichologinės gerovės?

Artimas sakyčiau, geras yra tas ryšys. Ir susiskambinam, ir bendraujam. Vieną dieną mažiau, kitą daugiau, bet ar kažkokios problemos iškyla ar kas, jau tikrai žinom, kad vieni nesam ir galim kreiptis vieni į kitus ir suteikia tokį saugumą, žinai, kad ne vienas esi.

7. Kaip galvojate, kokių būdu artimieji galėtų prisidėti prie Jūsų noro įsitraukti į naujas veiklas ar išbandyti tam tikras naujoves?

Mhm.. nu kaip, jeigu patys eina, tai ir aš. Aš jau viena pati nelabai esu tokia mėgėja, bet jau jeigu pasiūlo, tai aš ir neprieštaruju labai, kaip sakant.

8. Kaip vertinate savo aktyvumą kasdieniame gyvenime? Ar esate linkęs dalyvauti įvairiose veiklose? Kokiose?

Tai kaip ir sakiau, tos veiklos tokios ir yra, bet kad kažkur kažką lankyčiau, eičiau, tai taip nėra. Bet turiu aš ir namuose tų veiklų – yra ir sodas, ir anūkus reikia pažiūrėti tikrai, niekada neatsisakau. Randu aš visokių tų užimtųjų ir pralekia tos dienos, aš nespėju sugaudyti.

9. Kokias žinote organizuojamas veiklas Jūsų savivaldybėje? Kaip manote, kokios priežastys lemia asmenų norą į jas įsitraukti?

Oj nu yra ir tie universitetai visokie, ir klubai, ir „Bočiai“ ir visokių. Ir tais rankdarbiais jie ten užsiima, ir šokių visokių, ir pasirodymų, ir knygas leidžia. Žinau žinau, kad yra tikrai, bet gal ar tos drąsos ar pasitikėjimo savimi trūksta, nežinau, vat kažkaip žinokite neužkabinę yra.

10. Kokios priežastys lemia Jūsų įsitraukimą/nenorą dalyvauti. Kaip būtų galima skatinti didesnį žmonių domėjimąsi?

Nu va ką aš ir sakau, kad kažkaip tos drąsos tikriausiai pritrūksta. O kaip skatinti... Gal, kad ne vienas eitum, kad atrastum ir būtent ką tu nori veikti.

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Yra tos galimybės ir savanoriauja žmonės. Ir kaip čia... Aš pati ne.

12. Ar pats dalyvaujate kokioje savanoriškoje veikloje? Dėl kokių priežasčių taip nusprendėte?

Aš ne, bet gal dėl to laiko trūkumo, nu bet nelabai kas ir sakę, nelabai, kas siūlė, gal dėl to.

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje?

Nu, sako, ta savanorystė geri darbai yra ir, kai tu kitiems padedi, gal tikiesi, kad kai ateis laikas, ir tau kas nors padės. Ir vistiek, ir ta savijauta geresnė, ir kažkur išsikrauni.

14. Kas jus paskatintų įsitraukti ar pradėti domėtis savanoriška veikla?

Irgi taip pat, gal kad ne viena eičiau. Ir pažiūrėti ar patiktų ar nepatiktų, tas pirmas kartas toks svarbus atrodo.

15. Kokia Jūsų nuomonė apie užimtumą sulaukus pensinio amžiaus? Jeigu Jūs vis dar dirbate, kokios aplinkybės lėmė šį pasirinkimą?

Nedirbu, aš jau nedirbu. Bet aš ir nežinau, kas dar dirba, tai gerai, aš nieko prieš ir tas sveikintina yra, bet jau aš kažkaip žinokit tiek metų atidirbus, ir darbas buvo sunkus, tai aš jau, žinokit laukiau tos pensijos, aš, manau, kad turim teisę jau ir pailsėti.

16. Kaip manote, kokią naudą galimybės dalyvauti darbo rinkoje, teikia vyresnio amžiaus asmenims?

Nu kokią naudą.. Kas jau nori dirbti, tas ir dirba. Neturi juk tu tuose namuose sėdėti pensijoje būdamas. Juk tu ir išeini, ir pasižmonėji ir režimą turi kažkokį ir tas akiratis gal platesnis toks lieka.

17. Kokių pasikeitimų šioje srityje trūksta? Kaip tai galėtų prisidėti prie socialinio aktyvumo skatinimo vyresniame amžiuje?

Nu, kad labiau ir žiūrėtų ir vertintų tuos dirbančius žmones. Žinot kaip yra, jau ir nenori prisiimti, ir žiūri kažkaip kreivai, tai reikėtų, kad tas pasikeistų. O socialinis aktyvumas nuo to kaip padidėtų, tikriausiai taip ir padidėtų, kaip sako žmonės – kuo daugiau daro, tuo daugiau ir padaro, kuo mažiau daro, tuo ir laiko mažiau turi.

## **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. A5**

### **(vyresnio amžiaus asmuo)**

1. Jūsų amžius ir lytis?

Moteris. O čia tikslaus amžiaus reikia?

Ne. Iki 60 m. ar truputėlį daugiau?

Tai man virš 60.

2. Kaip Jūs suprantate aktyvų socialinį gyvenimą?

Nepriklausomai nuo amžiaus, žmogus. Kuris gali bendrauti, dalyvauti. Nu kurio sveikata leidžia ir vaikščioti, ir atlikti, nu kaip čia pasakyti... atlikti įvairius darbus ir reikalaujančius fizinės jėgos truputėlį. Bet svarbiausia, aš manyčiau, kad vyresnio amžiaus žmogus turi būt, na psichologiškai labai tvirtas. Ir kad jis galėtų, kaip čia... na, kad jis galėtų išeiti į žmones. Aš čia kalbu labai paprastai, gyvenimiškai, be jokių ten didelių...

3. Ačiū labai. Dabar norėčiau truputį pakalbinti apie artimuosius. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią reikšmę tai turi Jūsų gyvenime?

200 proc. taip vertinant. Nežinau kaip kiti, bet, manau, kad dauguma, nes kalbuosi ir su kolegomis – didelis džiaugsmas yra, kad tu jautiesi reikalingas kam nors. Nu ir artimiesiems, kaip Jūs sakote, bet dabar, kai aš susiduriu, mano ta darbo vieta yra labai specifinė. Ir labai susiduriu ir su pačių žmonių, užsieniečių problemom, visa kita. Tai aš ne kartais, o beveik visada jaučiuosi labai reikalinga.

Manau, tai yra pats didžiausias džiaugsmas.

4. Kokiomis veiklomis užsiimate kartu su savo artimaisiais? Kaip tai praskaidrina Jūsų kasdienybę? Kokiomis veiklomis? Pirmiausia džiaugiuosi, kad jie aplanko, atvažiuoja. Kaip sakoma, vaikai anūikai. Kalbamės, einam pasivaikščioti, aprodau mūsų išgražėjusį miestą. Toliau mūsų tradicijos yra nors keletą kartų per metus poilsiauti prie jūros, išvykti. Na aš nuperku gyvenamą vietą, kaip sakant, kelialapius, susiderinam laiką, ir tai būna keletą kartų. O turbūt jau bus du dešimtmečiai tai tikrai,

kai vieną dieną – mano gimimo dieną, mes ir duktė, ir vaikai, dabar jau aišku su metais didėja tas skaičius, vieną dieną per metus mes būnam visi prie jūros. Tai yra mano gimimo dieną. Ir dar yra mūsų šeimos tradicija – važiuoti į užsienio šalį. Suplanuoti ir važiuoti. Vienu žodžiu, apibendrinus, taip – susitikimai, apsilankymai vieni pas kitus ir išvykos, kelionės kartu. Nežiūrint, kad pokalbiai telefonu ir kitom priemonėm. Manychiau, kad mes, mūsų šeima, duok Dieve bendravimo visom kitom šeimom.

5. Kaip artimieji prisideda prie Jūsų dienos užimtumo? Galbūt skatina išbandyti naujas veiklas? Motyvuoja? Papasakokite plačiau.

Ypač duktė. Neduoda nurimti, nors ir atstumu, bet prie televizoriaus nepasėdėsi.

6. Apibūdinkite savo turimą ryšį su artimaisiais? Kaip tai prisideda prie Jūsų savijautos, psichologinės gerovės?

Ryšys yra artimas, aš džiaugiuosi, kad yra toks ryšys. Psichologiškai tai tiesiog pakelia.

7. Kaip galvojate, kokių būdu artimieji galėtų prisidėti prie Jūsų noro įsitraukti į naujas veiklas ar išbandyti tam tikras naujoves?

Tai pokalbiai. Pavyzdžiui Trečiam universitete, kai dalyvavau, tai tiesiog patardavo, kur nuvykti, kur nuvažiuoti, ką aplankyti. Ypač Kauno mieste ar Kauno rajone, nes ji ten turi galimybę susitarti. Kai nuvažiuojam daug aplankom. O taip tai ir per „messndžerį“ atsiunčia kokią informaciją, kokį nors gabaliuką – apie psichologiją, apie vyresnio amžiaus žmogus kaip turi dalyvaut, atsiunčia įvairių vaizdų, ką reikia aplankyti, kokį piliakalnį.

8. Kaip vertinate savo aktyvumą kasdieniame gyvenime? Ar esate linkęs dalyvauti įvairiose veiklose? Kokiose?

Aš vertinu save gerai. Aš visą gyvenimą visada buvau aktyvi visur. Ir darbine veikla pradedant, mokykloje, organizuodavau visus ir geriam ir blogiem darbam. Nu va. Aktyvi taip, nes dirbau mokykloje, negali būti kitoks, kaip tik aktyvus. Pavaduotoja užklasinei veiklai – tai čia jau turbūt viską pasako. Dirbau švietimo skyriuje irgi. Sakyčiau vertinu gerai savo aktyvumą, man nėra labai didelių kliūčių tuos žmones patraukti.

9. Kokias žinote organizuojamas veiklas Jūsų savivaldybėje? Kaip manote, kokios priežastys lemia asmenų norą į jas įsitraukti?

Manau, kad pirmu smuiku groja Naujosios Akmenės trečio amžiaus universitetas, nes jis yra ir matomas, ir labai aktyvus, ir žmonės tikrai prigalvoja įvairiausių veiklų. Kaip sako, nuo renginių iki ekskursijų, nuo darbelių iki knygų leidybos. Vienu žodžiu, tai kai aš dirbau irgi fakultete, tai mes išleidom irgi knygas, ir toliau žmonės rašo tas poezijas ir visa kita. Toliau aš asmeniškai

nesusidūriau, bet, manau, įtraukia ir „Akmenietė“ klubas, na o ką, o šiaip savivaldybės organizuojami, jie neskirstomi pagal amžiaus grupes. Jie tiesiog traukia visus.

10. Kokios priežastys lemia Jūsų išsitraukimą/nenorą dalyvauti. Kaip būtų galima skatinti didesnę žmonių domėjimąsi?

Pirmiausia patys žmonės, priklauso nuo pačių žmonių. Savivertis galbūt, kitas nieko nenori, kitas serga. Čia aš kalbu apie vyresnius žmones. Kitą sunku išjudinti.

O kas gali nulemti asmens norą įsitraukti, išsijudinti?

Nu nežinau, renginiai. Žmonės, kurie nori, eina. Patys susiorganizuoja veiklą, laukia dabar ir to baseino, ir įsitrauks, ir lankys ir eis. Ir ukrainietės ir lietuvės moterys eina, ir sportuoja, ir jogos užsiėmimai, ir psichologiniai užsiėmimai. Aš susiduriu ir su vyresnio amžiaus lietuvėm, ir su vyresnio amžiaus ukrainietėm. Ten irgi numatytos veiklos, į kurias įsitraukia biblioteka, va biblioteka labai skiria dėmesio vyresnio amžiaus žmonėm, juos kviečia tikrai. Ir nauja direktorė taip pat, ne tik ankstesnioji. Kultūros centras įsilieja, sporto centras. Manau, kad visos įstaigos tam tikrą dėmesį skiria, bet kultūros, sporto įstaigos – nėra jų tikslas ir nėra jų funkcijos išskirti ten amžiaus grupes labai. Aišku ne šimtu procentų tuos žmones gali įtraukti, tikrai esam kvietę ir išsilavinusius žmones, nu bet neina. Reiškia užtenka jiems namų ir kitų veiklų, sakykim, dainuoti kultūros centro ansamblyje. Bet juk lankymas kažko ir yra tam tikra drausmė, vat nepagulėsi kokį antradienį 10 valandą, vat atsikeli, pasiimi lazdas ir eini aplink tvenkinį. Na aš čia kaip pavyzdį. Bet aš manyčiau, kad čia kaip tik vyresnio amžiaus žmogui geri – jis įsijungia, jis aktyvus, jie susiplanuoja veiklą.

11. Truputį apie savanorystę. Ar žinote apie tokią? Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Aš žinau, nes pradžia buvo, galiu pasakyti, net mano asmeniškai. Nes kai čia pradėjau dirbti, su Maisto banku, mano sąsaja buvo. Dabar Maisto bankas įkūrė savo skyrių ir paskyrė net atskirą žmogų. Kai jis čia įsikūrė, aš pasiūliau ir Trečio amžiaus universiteto moteris, bet daugiau šiuo metu aš su tuo nesusiduriu.

12. Ar pats dalyvaujate kokioje savanoriškoje veikloje? Dėl kokių priežasčių taip nusprendėte?

Aš asmeniškai nesavanoriauju. Neturiu laiko, nes dirbu. Jeigu nedirbčiau, tikrai eičiau savanoriauti.

Aš dar galiu pakelti dėžę su kopūstais ar maišelį su morkom

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje?

Kaip aš sakau, savotiškai, kiekvienas žmogus, labai taip gyvenimiškai – kiekviename žmoguje slypi tas noras užsidirbti tų karmos taškų ir savotiškai kiekvienas žmogus, jeigu jis yra tikras, jis nori



pasiaukoti, nori duoti. Nes sako, kuo daugiau tu atiduosi, tuo tapsi turtingesnis, ir, manau, kad kiekviename tas slypi. Tik va vieną sujudina, o kitas nesujuda arba neturi informacijos ar dar kas. Bet, manau, kad kas nori savanoriauti, tai gali.

14. Kas jus paskatintų įsitraukti ar pradėti domėtis savanoriška veikla?

Ir informacijos skleidimą, ir asmeniškai kalbėti reiktų, bet aš tam neturiu laiko.

15. Kokia Jūsų nuomonė apie užimtumą sulaukus pensinio amžiaus? Jeigu Jūs vis dar dirbate, kaip matome, dirbate, kokios aplinkybės lėmė šį pasirinkimą?

Asmeniškai tai, kad aš dirbu, nors labai aktyviai buvau įsitraukusi į ten tą veiklą, lėmė tai, kad nu liūdnoš tos aplinkybės – kariniai veiksmai Ukrainoje. Ir administracija pasiūlė man dirbti su ukrainiečiais, ir aš pradėjau dirbti. Lėmė pasirinkimą gal tai, kad aš norėjau būti kažkam naudinga. Ne ypatingai domino tas algos dydis, bet va toks psichologinis, kad namai palauks, spėsiu aš ten prisidėti, o dabar galiu išeiti, galiu išeiti, galiu į žmones išeiti. Aišku, atvirai kalbant, kartais pagalvoji, nu va, būčiau namie, kaip žmogus, ilsėčiaus, pasidaryčiau ką noriu, o čia dabar reikia eiti į tą darbą. Aplanko aplanko tokie momentai.

16. Kaip manote, kokią naudą galimybės dalyvauti darbo rinkoje, teikia vyresnio amžiaus asmenims?

Čia priklauso nuo žmogaus, kaip ir sakiau, pakelia jo emocinę būseną, tiesiog atvirai taip moteriškai sakau, tu rūpiniesi ir savo išvaizda, ir pasitempęs, ir toliau seki madą, susitinki su jaunesniais žmonėm, jie pakelia tavo dvasią. Žmonės šypsosi ir tu šypsaisi. Na va, ta materialinė nauda irgi truputį jaučiasi, nors aišku kada žmogui užteko algos. Bet svarbiausia savijauta – gera savijauta. Nežinau kiek efektyvus darbas to vyresnio žmogaus, aišku, nebe tokia energija, nu mąstymas išlieka, gal ne tiek energijos. Bet viskas priklauso nuo žmogaus. Žmogus, kuris jaučiasi negalys ir neturinti energijos, tikrai dirbti neis. Dirba tie pensininkai, kurie save įvertina ir kurie gali, aš taip manyčiau.

17. Kokių pasikeitimų šioje srityje trūksta? Kokių pokyčių? Nu nežinau, čia ministrė Navickienė gal daugiausia apie tuos pokyčius galėtų papasakoti. O pagal gyvenimą tai, nežinau, gal pirmiausia reikėtų atrasti ir tą darbo vietą tam žmogui. Ir kas dar labai svarbu – sveikata, labai svarbu.

Pritraukimo pasiūlymų gal dar trūksta. Nes pas mus aš galiu pasakyti, vyresnio amžiaus žmogui pasiūlymų tai tikrai nėra.

O kaip ta darbinė veikla galėtų prisidėti prie socialinio aktyvumo skatinimo vyresniame amžiuje? Ar tai tarpusavyje susiję dalykai?

Na aš galiu pasakyti, kad po darbo jau aš nenorėčiau eiti su tom lazdom, nes vistiek fizine tokia išraiška, jau norisi pailsėti. Sakyčiau atvirkščiai. Ir savaitgaliais jau tikrai kur nors rečiau išvykstu, jau nebe taip kaip kol nedirbau ir buvau tik pensioj. Tai, manau, potyris dirbančio žmogaus yra mažesnis, ir sakyčiau, kad nu dirbantis pensininkas truputį save nuskriaudžia.

## **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. A6**

**(vyresnio amžiaus asmuo)**

1. Jūsų amžius ir lytis?

Moteris. 65 metai.

2. Kaip Jūs suprantate aktyvų socialinį gyvenimą?

Dalyvauti visuomeniniuose renginiuose, savanoriauti, pagal galimybes padėti kitiems.

3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią reikšmę tai turi Jūsų gyvenime?

Senatvėje, nu, labai svarbus tas bendravimas su šeima. Žmogus nesijaučia vienišas. Man reikšmę turi didelę, būčiau viena, būtų liūdna tikriausiai.

4. Kokiomis veiklomis užsiimate kartu su savo artimaisiais? Kaip tai praskaidrina Jūsų kasdienybę? Prižiūriu anūką, dirbuojamės sode, marinuojam, gaminam, dalinamės receptais. Vasaromis retkarčiais ir į gamtą kokią išvažiuojam. Nežinau, nu bendraujam daug, o taip tai kažko ypatingo nėra.

5. Kaip artimieji prisideda prie Jūsų dienos užimtumo? Galbūt skatina išbandyti naujas veiklas? Motyvuoja? Papasakokite plačiau.

Tai, kad va dabar anūkas, o šiaip nežinau, nėra, kad kažkur ten verstų eiti. Pasiūlo dukra ar tai į koncertą koki, kai pas mus būna ar kaip, bet retai kada pavyksta.

6. Apibūdinkite savo turimą ryšį su artimaisiais? Kaip tai prisideda prie Jūsų savijautos, psichologinės gerovės?

Ryšys tai jau tikrai artimas, ir skambinamės, ir matomės. Nu sunku tikriausiai būtų jeigu taip jau nutrūktų, vistiek kažkaip pripratę taip esam. Nu ir ramiau aišku, žinai, kad viskas gerai, ir kai blogai yra kam pasakyt. Nežinau, man svarbu atrodo.

7. Kaip galvojate, koku būdu artimieji galėtų prisidėti prie Jūsų noro įsitraukti į naujas veiklas ar išbandyti tam tikras naujoves?

Sunku pasakyti, kad ir jie patys gal daugiau kur eitų, ir aš susidomėčiau. O dabar pas mus kažkaip nėra įprasta.

8. Kaip vertinate savo aktyvumą kasdieniame gyvenime? Ar esate linkęs dalyvauti įvairiose veiklose? Kokiose?

Kad nelabai. Nepatinka žinokit, aš kažkaip niekada nemėgau, nei jauna, nei dabar. Namuose randu aš tų veiklų.

9. Kokias žinote organizuojamas veiklas Jūsų savivaldybėje? Kaip manote, kokios priežastys lemia asmenų norą į jas įsitraukti?

Oj paklausėt. Eglučių puošimą, kursai visokie, mokymai. O žmonėms gal įdomu, nežinau, ar taip jaučiasi, kad trūktų kokio užsiėmimo, negaliu žinokit pasakyti, reiktų pagalvot.

10. Kokios priežastys lemia Jūsų įsitraukimą/nenorą dalyvauti. Kaip būtų galima skatinti didesnį žmonių domėjimąsi?

Nu žinokit kompleksai, aš galvoju. Kai nesi pratęs, sunku ir pradėti yra. O kaip čia paskatinti...

Nežinau, žinokit. Jeigu nori žmogus, tai nori, jeigu ne, tai ne, čia nuo kiekvieno priklauso.

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Aš gyvūnų draugiją tik žinau, daugiau nelabai esu girdėjusi.

12. Ar pats dalyvaujate kokioje savanoriškoje veikloje? Dėl kokių priežasčių taip nusprendėte?

Pati prisidedu aktyviai prie šios veiklos. Kažkaip pradėjau tuos laukinius kačiukus maitinti maitinti, paskuj žiūrėk jau ir vaistukus pirkti, ir pas gydytojus vežti. Nu va kažkaip čia ir papuoliau. Ir bendraminčių randi, draugų didesnis ratas, kai bendri interesai.

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje?

Meilė tiems, kam padėti.

14. Kas jus paskatintų įsitraukti ar pradėti domėtis savanoriška veikla?

Daugiau gal kokios informacijos. Kad aš net nežinau kur čia galima.

15. Kokia Jūsų nuomonė apie užimtumą sulaukus pensinio amžiaus? Jeigu Jūs vis dar dirbate, kokios aplinkybės lėmė šį pasirinkimą?

Dirbu, kad pajamų daugiau būtų. Sunku iš tos pensijos išgyventi, džiaugiuosi aš, kad turiu dar tokią galimybę.

16. Kaip manote, kokią naudą galimybės dalyvauti darbo rinkoje, teikia vyresnio amžiaus asmenims?

Tai pinigėliai, kaip ir sakiau. Ir visuomenei reikalingas toks labiau ir ilgiau jautiesi.

17. Kokių pasikeitimų šioje srityje trūksta? Kaip tai galėtų prisidėti prie socialinio aktyvumo skatinimo vyresniame amžiuje?

Kad nevertina kažkaip tų pensininkų darbe, taip jau atrodo kartais, kad jeigu vyresnis, tai jau darbus blogiau atlieki. O dėl to aktyvumo, nežinau. Man atrodo, kas nori tas viską spėja, kas nenori, to jau ir nepriversi.

## **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. A7**

### **(vyresnio amžiaus asmuo)**

1. Jūsų amžius ir lytis?

Vyras. 69 m.

2. Kaip Jūs suprantate aktyvų socialinį gyvenimą?

Tai dalyvavimas, dalyvavimas. Reikia pagal savo amžių pasirinkti, pasidomi kur galėtum nueiti, ką galėtum daryti dar be tų namų, be televizoriaus, ir apsirengi, ir pirmyn.

3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią reikšmę tai turi Jūsų gyvenime?

Labai, žinokit, labai svarbu čia pas kiekvieną žmogų gyvenime. Ir kuo tu artimesnis esi, kuo tu daugiau bendrauji, kuo artimesnis yra tas ratas su kuo tu gali bendrauti, tuo yra ir paprasčiau gyventi.

4. Kokiomis veiklomis užsiimate kartu su savo artimaisiais? Kaip tai praskaidrina Jūsų kasdienybę? Kokiomis, nu mes kartu tokiais labiau šeiminiiais dalykais. Ir susirenkam pas kažką, ar išvažiuojam, ar nuvažiuojam, bet kažkokių papildomų veiklų, mes kartu ne. Kiekvienas kažkaip ir savo turim darbus, reikalus.

5. Kaip artimieji prisideda prie Jūsų dienos užimtumo? Galbūt skatina išbandyti naujas veiklas? Motyvuoja? Papasakokite plačiau.

Palaiko mane, labai palaiko iš tikrųjų, ir džiaugiasi, ir kai aš sakau tai ten, tai ten, tai ten reiks važiuoti, eiti, tai visada ir anūkai sako, nu, bočiau, šaunuolis tu esi. Ir, kai grįžtu visada ir paskambins, ir paklaus kokie įspūdžiai yra, ir domisi tuo ką veikiu, ir dar didesnė motyvacija nuo to atsiranda.

6. Apibūdinkite savo turimą ryšį su artimaisiais? Kaip tai prisideda prie Jūsų savijautos, psichologinės gerovės?

Tai kaip ir sakiau, ryšys tikrai yra stiprus, ir galiu pasidžiaugti tuo, ir pasididžiuoti. O prie savijautos... Tai automatiškai ta savijauta geresnė, ir emociškai, kai tu tvirčiau jautiesi. Tai va.

7. Kaip galvojate, kokiū būdu artimieji galėtų prisidėti prie Jūsų noro įsitraukti į naujas veiklas ar išbandyti tam tikras naujoves?

Nu, žinokit, pagrindinis dalykas tas ir yra – palaikymas ir domėjimasis. O ne, kad yra, tikrai žinau, atvejų, tų sakymų „kam tau čia reikia“. Va tokių aš nesuprantu.

8. Kaip vertinate savo aktyvumą kasdieniame gyvenime? Ar esate linkęs dalyvauti įvairiose veiklose? Kokiose?

Nu kaip aš vertinu, aš sakyčiau visai gerai. Nėra taip, kad aš kiekvieną dieną kažkur, ar ten, ar ten lankyčiaus, bet aš į tą Trečio amžiaus universitetą einu, kai būna kokie renginukai ar kas, ar pagalbos kokios reikia. Jau kiek aš galiu, kiek man leidžia ta sveikata, tiek jau aš padalyvauju ir pasidomiu.

9. Kokias žinote organizuojamas veiklas Jūsų savivaldybėje? Kaip manote, kokios priežastys lemia asmenų norą į jas įsitraukti?

Nu yra yra, kas jau nori, tas randa. Kokias čia žinom... ir nevyriausybinės organizacijos dirba, ir savanorių yra, pagrindinė gal tas Trečio amžiaus universitetas mūsų amžiaus žmonėms, toks jau yra ryškesnis. Žmonės mato aplinkui, juk mes ir pasirodymus rengiam, ir kažkaip susidomi ir ateina.

10. Kokios priežastys lemia Jūsų įsitraukimą/nenorą dalyvauti. Kaip būtų galima skatinti didesnę žmonių domėjimąsi?

Aš visą gyvenimą buvau toks nenustygstantis vietoj, toks mano būdas gal yra. Mėgau aš tuos užsiėmimus, ir va pensijoje jau kai esu, sunku man ir nusėdėti tuose namuose, nerandu aš vietos.

Reikia žinokit skleisti informaciją, kuo daugiau matys aplinkui va tokių žmonių, tuo labiau ir patys, aš manau, lygiuosius.

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Galimybes tai aš gerai vertinu, o kiek yra tų norinčių, vėl čia kitas klausimas. Bet čia labai priklauso... Aš pats tai nedalyvauju ir sunku man pasakyti dėl ko žmonės taip vangiai eina. Gal ir dėl to požiūrio tokio neigiamo, bet ir informacijos daug nėra pateikta, nėra skatinimo. Kažkaip, man atrodo, kad reikėtų daugiau apie tai kalbėti apskritai, apie tą naudą savanorystės.

12. Ar pats dalyvaujate kokioje savanoriškoje veikloje? Dėl kokių priežasčių taip nusprendėte? -

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje? -

14. Kas jus paskatintų įsitraukti ar pradėti domėtis savanoriška veikla?

Gal, kad laiko daugiau būtų. Ar, kad sudomintų mane būtent ta veikla.

15. Kokia Jūsų nuomonė apie užimtumą sulaukus pensinio amžiaus? Jeigu Jūs vis dar dirbate, kokios aplinkybės lėmė šį pasirinkimą?

Ne aš jau nedirbu, bet kas jau nori, tai tikrai turi būti tos galimybės darbuotis. Tikrai žinau ir tokių, kurie nori, ir dirba, ir puikiai jiems sekasi, jie yra save ten atradę. Ir be darbo jau jiems būtų labai sunku.

16. Kaip manote, kokią naudą galimybės dalyvauti darbo rinkoje, teikia vyresnio amžiaus asmenims?

Nu taip yra kiti žmonės įpratę, iš jų atimti darbą, tai atimti gyvenimą. Tai čia tokia ir yra nauda, žmogus turi jaustis komfortiškai, nepriklausomai nuo to, koks jo yra amžius. Pagal savo galimybes, jis turi turėti visas teises, kaip ir jaunas būdamas. Kad nebūtų tos diskriminacijos.

17. Kokių pasikeitimų šioje srityje trūksta? Kaip tai galėtų prisidėti prie socialinio aktyvumo skatinimo vyresniame amžiuje?

Tai kaip ir sakiau, kad pasikeistų tas požiūris ir vertinami jie būtų. O paskuj, lygiai kaip aš, negalės nusėdėti ir ieškos kažkokių kitų veiklų užsiimti. Kuo ilgiau tu išliksi aktyvesnis, tuo ir sveikesnis būsi.

## **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. A8**

### **(vyresnio amžiaus asmuo)**

1. Jūsų amžius ir lytis?

Moteris. 67 m.

2. Kaip Jūs suprantate aktyvų socialinį gyvenimą?

Sakyčiau gal, užsiėmimų turėjimas. Kiek tas socialinis nežinau, bet taip sakau, kad ne prie televizoriaus žiūrėti ir bulvieneį virti.

3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią reikšmę tai turi Jūsų gyvenime?

Nu kaip ir pagrindinis dalykas čia pas visus tikriausiai. Kuo didesnė ta šeima, kuo dažniau matomės, skambinamės, tuo ir gyvenam linksmiau.

4. Kokiomis veiklomis užsiimate kartu su savo artimaisiais? Kaip tai praskaidrina Jūsų kasdienybę?

Mes šiuo metu retai jau ir matomės ir bendraujam retokai, bet nu tokios aplinkybės yra kokios yra. O taip galiu pasakyti tikrai mėgdavom ir į kokį koncertą su dukra nuvažiuoti, ar taip ir po parką, po miestą pasivaikščioti ir su anūkais, viską.

5. Kaip artimieji prisideda prie Jūsų dienos užimtumo? Galbūt skatina išbandyti naujas veiklas? Motyvuoja? Papasakokite plačiau.

Nėra taip, kad ten lieptų eit kažkur ar sakytų, bet jeigu jau sugalvoju, nepeikia, nelaiko. Tikrai jau taip pritaria.

6. Apibūdinkite savo turimą ryšį su artimaisiais? Kaip tai prisideda prie Jūsų savijautos, psichologinės gerovės?

Prisideda kaip... nu vistiek ir toks reikalingas, nepamirštas esi. Ir norisi, nes juk ir tu auginai, rūpinaisi, dabar šeimas jau sukūrė, bet kai nepamiršta, juk kaip širdis džiaugiasi.

7. Kaip galvojate, kokių būdu artimieji galėtų prisidėti prie Jūsų noro įsitraukti į naujas veiklas ar išbandyti tam tikras naujoves?

Kad kartu eitų gal.

8. Kaip vertinate savo aktyvumą kasdieniame gyvenime? Ar esate linkęs dalyvauti įvairiose veiklose? Kokiose?

Buvau anksčiau tikrai, ir šokius tokius senjorų lankiau, ir knygų labai skaitovė buvau... Bet va keičiasi tos aplinkybės, keičiasi kiti dalykai galvoje atsiranda, ir va taip kažkaip pamiršti, pameti.

9. Kokias žinote organizuojamas veiklas Jūsų savivaldybėje? Kaip manote, kokios priežastys lemia asmenų norą į jas įsitraukti?

Nelabai aš čia žinau, žinokit. Kai atvykom jau ir nelabai domėjomės. Bet pas mus, Ukrainoje, tikrai ten senesniems yra tų dalykų. Trečio amžiaus universitete kiek veiklų, Starenki organizaciją turim, pensininkų asociaciją turim, sportuojam ten, ko tik nedarom žinokit.

10. Kokios priežastys lemia Jūsų įsitraukimą/nenorą dalyvauti. Kaip būtų galima skatinti didesnę žmonių domėjimąsi?

Nu mes tikriausiai ir iš nežinojimo ir gal tie reikalai kitokie rūpi. Bet vistiek jau taip, kai paklausėt, gal ir trūksta, kad kas pasakytų ar pakviestų. Nežinau net kur ir eiti galima.

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Neturiu informacijos kaip čia, bet pas mus labai populiariu žinokit, daug mes ta veikla užsiimam. Ir sriubas gatvėj dalinam, ir ką čia dar. Kas jau priklauso tiems Starenki, ir maistą senoliams vežioja, ir namuose padeda. Dar ir gyvūniukai užsiimam, ir maitinam, ir gaudom, gydom. Daug žinokit tos veiklos, kas jau nori, tikrai gali rasti.

12. Ar pats dalyvaujate kokioje savanoriškoje veikloje? Dėl kokių priežasčių taip nusprendėte?

Aš nelabai žinokit dalyvavau, laiko kažkaip nebuvo. Tie šokiai, anūkai ir šeima didelė, nu užteko tos veiklos, užteko.

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje?

Tai kaip čia pasakyt, norisi ir save kažkur padėti, ir dar jeigu pagelbėti gali kažkam, tai kodėl ne. Labai svarbu, ypač senatvėje ta savijauta vidinė.

14. Kas jus paskatintų įsitraukti ar pradėti domėtis savanoriška veikla?

Nu vat, kad laiko gal daugiau turėčiau. Kas čia žino, gal ir įsitrauksiu ateity, dabar išvis matom, kaip svarbu yra tokie dalykai, bet va ar noro ar kažko pritrūksta.

15. Kokia Jūsų nuomonė apie užimtumą sulaukus pensinio amžiaus? Jeigu Jūs vis dar dirbate, kokios aplinkybės lėmė šį pasirinkimą?

Nedirbu, žinokit, aš jau ir nenorėčiau. Gal, kad mėgiamą kažkokį, nu galima pagalvoti, bet dabar jau yra ir taip ką veikti, atidirbom mes jau savo, tegul jaunimas eina dirbti.

16. Kaip manote, kokią naudą galimybės dalyvauti darbo rinkoje, teikia vyresnio amžiaus asmenims?

Tai tiems kas nori, aišku nauda yra. Ir pinigėlių juk daugiau, visiems reikia. Ir ne namuose sėdėti, ir jaunesnis gal jautiesi, nežinau aš kodėl taip nusprendžia žmonės.

17. Kokių pasikeitimų šioje srityje trūksta? Kaip tai galėtų prisidėti prie socialinio aktyvumo skatinimo vyresniame amžiuje?

Nu gal neužsisėdi namuose, tai ir eiti kažkur norisi. Bet iš kitos pusės gal jau ir pavargęs būni, sunku pasakyt. Tik tiek, kad kiek žinau, nėra taip lengva tiems seniukams įsidarbinti, nelabai jau kas jų ir nori.

## **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. S1**

### **(specialistas, dirbantis su vyresnio amžiaus asmeniu)**

17. Kokios Jūsų pareigos?

Įdarbinimo specialistas.

18. Kiek laiko dirbate su vyresnio amžiaus asmenimis?

8 metai jau.

19. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią įtaką tai turi vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybei?

Tikriausiai ne tik vyresniame, bet visuose amžiaus tarpsniuose svarbus yra tas bendravimas su artimaisiais. Na, bet, žinoma, kuo vyresnis esi, gal tuo labiau vertini ir greičiausiai ir laimingesnis



esi, ir toks reikalingas, ir teisingą gyvenimą nugyvenęs ar ne taip? Jeigu va šeima nepamiršta, grįžti nori pas tave.

20. Remiantis Jūsų turima darbine patirtimi, kaip manote, kiek artimas dažniausiai būna vyresnio amžiaus asmenų ir jų šeimos narių tarpusavio ryšys?

Negalėčiau įvardinti daug atvejų, bet kažkaip didžiaja dalimi bendrauja jie, ar tai susiskambina blogiausiu atveju, bet kažkaip vistiek.

21. Kuo skiriasi paslaugų teikimas asmenims, turintiems glaudų ryšį su artimaisiais ir tiems, kurie santykių visiškai nepalaiko?

Na mes įdarbinimo kadangi teikiame paslaugas daugiausia, tai žinokit, kaip tik tas artimas ryšys, dažnai priveda prie to, kad reikia prižiūrėti anūkus, reikia vaikams padėti, reikia to ano, ir nelieka laiko dirbti.

22. Kaip manote, koku būdu artimųjų palaikymas prisideda prie aktyvesnio vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo?

Tai skatina jie greičiausiai, ar nuveda, ar parodo. Palaikymas irgi daug ką duoda.

23. Kaip, Jūsų nuomone, būtų galima skatinti vyresnio amžiaus asmenų aktyvumą, įtraukiant ir jų artimuosius?

Sunku pasakyti, gal bendras kokias veiklas paorganizuoti.

24. Kaip vertinate Jūsų paslaugas gaunančių asmenų norą bei iniciatyvą dalyvauti tam tikrose neformaliose veiklose, susirinkimuose, užsiėmimuose?

Sudėtingai su tuo žinokit, prikviesti, kad ir į mūsų mokymus, nu jau sunkiai, jau griežtokai reikia kalbėti. Nėra žmonės linkę į tas veiklas, mentalitetas gal mūsų toks, nežinau.

25. Kokį skirtumą pastebite tarp asmenų, noriai dalyvaujančių įvairiose veiklose ir tų, kurie to vengia, yra linkę į vienišumą?

Tai aišku aktyvūs žmonės iškart išsiskiria – ir pasaulėžiūra jų kitokia, ir mažesnis paslaugų poreikis, ir nusiteikimas visai kitas. Labai skiriasi.

26. Kaip Jūsų nuomone, būtų galima paskatinti vyresnio amžiaus asmenis imtis naujų veiklų, nebijoti naujovių, vesti aktyvų gyvenimo būdą?

Apie naudą reikia kalbėti, sąlygas reikia žmonėms sudaryti. Yra kas gali, bet nenori, tačiau yra ir tokių, kurie nori, bet negali. Ar tai atvažiuoti, ar tai sveikata nebe ta.. Nu reikia kažkaip galimybių žmonėms ieškoti, kažkaip sudaryti.

27. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Nelabai, manau, kad išsivystęs šitas reikalas ir nelabai, manau, linkę tie žmonės.

28. Kokią savanorystės naudą įžvelgiate vyresnio amžiaus asmenų socialiniame gyvenime? Kaip Jūsų nuomone, tai galima paskatinti?

Nauda greičiausiai tokia kaip ir daugumos veiklų – savęs realizavimas ir atradimas galbūt, ir tas pats pabendravimas, pasižmonėjimas. Bet čia gal ir informacijos daugiau suteikti reikėtų. Va aš jums nepapasakočiau apie tai.

29. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje? Kokie galimi pasyvaus dalyvavimo problemos sprendimai?

Nu kaip ir minėjau, nežino žmonės paprasčiausiai. Nu bet aišku yra ir kas nenori, nepatinka ar ten gėda net. Reiktų ir visuomenės požiūrį į tai keisti, ten, manau, ir užgauliojimų, ir žvilgsnių, visko gali sulaukti.

30. Kaip vertinate vyresnio amžiaus asmenų galimybes dalyvauti darbinėje veikloje? Ką šioje srityje būtų galima tobulinti?

Na darbdavių požiūrį reiktų keisti, nėra labai linkę vertinti tų žmonių, kažkoks nepasitikėjimas jaučiasi. Ar, kad nepadirbs, ar, kad nesugebės, nežinau... Bet yra šitas momentas. Trūksta jiems darbo vietų. Pasitikėjimas savimi automatiškai mažėja.

31. Kokius skirtumus pastebite tarp vyresnio amžiaus asmenų, kurie sulaukė pensinio amžiaus vis dar vykdo darbinę veiklą ir tų, kurie nėra linkę to daryti? Kokią naudą šioje veikloje įžvelgiate?

Tai aktyvesni žmonės automatiškai yra. Neužsisėdi, ir materialinė situacija pagerėja. Kas galbūt irgi prisideda prie tų galimybių aktyviai gyventi.

32. Kokiais dar būdais tai galima skatinti?

Bendravimas, galvoju, informacijos sklaidimas ir galimybių sudarymas. Esminiai dalykai.

## **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. S2**

**(specialistas, dirbantis su vyresnio amžiaus asmeniu)**

1. Kokios Jūsų pareigos?

Socialinio darbo organizatorė.

2. Kiek laiko dirbate su vyresnio amžiaus asmenimis?

10 metų

3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią įtaką tai turi vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybei?

Vyresnio amžiaus asmenimis bendravimas su artimaisiais itin svarbus. Su amžiumi, dažniausiai dėl sveikatos sutrikimų socialinis ratas traukiasi, todėl artimieji yra tie žmonės kurie neleidžia jausti vienatvės, nereikalingumo, bejėgystės.

4. Remiantis Jūsų turima darbine patirtimi, kaip manote, kiek artimas dažniausiai būna vyresnio amžiaus asmenų ir jų šeimos narių tarpusavio ryšys?

Remdamasi savo darbine patirtimi, deju, bet pastebiu, kad kuo asmuo vyresnis ir dėl jų amžiaus ir sveikatos būklės kyla vis daugiau problemų – tuo artimieji vis mažiau skiria dėmesio ir rūpesčio. Dažnu atveju jie kreipiasi dėl socialinių paslaugų kurios teikiamos namuose, o jei sveikata visai suprastėja – globos paslaugų įstaigose. Artimieji nenori aukoti savo laisvo laiko, prisiimti atsakomybės teikiant reikiamą pagalbą, skirti vis daugiau dėmesio. Atvejai, kai stebimas artimas ir šiltas santykis labai reti.

5. Kuo skiriasi paslaugų teikimas asmenims, turintiems glaudų ryšį su artimaisiais ir tiems, kurie santykių visiškai nepalaiko?

Jei šeimoje yra šilti, supratingumu ir meile grysti santykiai – artimieji stengiasi, kad vyresnio amžiaus asmuo jaustųsi reikalingas ir svarbus jiems. Artimieji deda visas pastangas išlaikyti vyresnio amžiaus asmenį kuo ilgiau namų aplinkoje, sudaryti tokias sąlygas, kad visiems būtų kuo komfortiščiau. Priklausomai nuo asmens sveikatos būklės artimieji kreipiasi dėl socialinių paslaugų teikimo namuose, kada artimieji dėl užimtumo ar kitų priežasčių negali visada būti šalia ir užtikrinti vyresnio asmens poreikių, kuriais pats pasirūpinti nebeišgali.

Kai tarpusavio santykiai nepalaikomi – vyresnio amžiaus asmeniui pageidaujant, užtikrinamos visos galimos ir reikiamos socialinės paslaugos namuose, o jų nebepakankant – globos įstaigoje.

6. Kaip manote, kokiū būdu artimųjų palaikymas prisideda prie aktyvesnio vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo?

Jei asmuo visą gyvenimą buvo aktyvus – jis ras būdų ir galimybių užsiimti jam artima veikla būnant ir vyresniame amžiuje. Artimųjų palaikymas gali suteikti dar daugiau motyvacijos ir pasitenkinimo.

7. Kaip, Jūsų nuomone, būtų galima skatinti vyresnio amžiaus asmenų aktyvumą, įtraukiant ir jų artimuosius?

Vyresnio amžiaus žmonės dėl įvairių ribojančių galimybių neretai nežino kokiomis aktyviomis veiklomis galėtų užsiimti savo gyvenamoje vietovėje. Todėl labai svarbi sklaida ir padaršinimas jose dalyvauti. Artimųjų įsitraukimas tik padidintų vyresniųjų motyvaciją bei suteiktų didesnę pasitikėjimą.

8. Kaip vertinate Jūsų paslaugas gaunančių asmenų norą bei iniciatyvą dalyvauti tam tikrose neformaliose veiklose, susirinkimuose, užsiėmimuose?

Mano požiūriu tokios iniciatyvos labai sveikintinos. Išreiškus norą aktyviai dalyvauti visada stengiamės padėti asmeniui atrasti tas įstaigas, kurios vykdo asmenį dominančias veiklas, esant poreikiui – pirmus kartus palydėti.

9. Kokį skirtumą pastebite tarp asmenų, noriai dalyvaujančių įvairiose veiklose ir tų, kurie to vengia, yra linkę į vienišumą?

Žmonės skirtingi kaip ir jų poreikiai. Vieniems būtina aktyviai dalyvauti, kad jaustųsi pilnaverčiais, reikalingais ir svarbiais, kitiems – vienatvė, ramybė, tylą – didžiulė vertybė. Skirtumus galima įžvelgti tuomet, kai dalyvauti noras yra, tačiau sveikata ar galimybės riboja. Tokius žmones ypatingai

10. Kaip Jūsų nuomone, būtų galima paskatinti vyresnio amžiaus asmenis imtis naujų veiklų, nebijoti naujovių, vesti aktyvų gyvenimo būdą?

Naujovės, neįprasta kasdieninė veikla visada sukelia didesnę ar mažesnę nerimą, todėl svarbus palaikymas ir padrąšinimas iš šalies. Tokiais atvejais galėtų padėti artimieji, palydimąsias paslaugas teikiantys specialistai, savanoriai.

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Mūsų savivaldybėje savanorystė nėra labai paplitusi. Ypač pasigendama savanorių kurie lankytų namuose gyvenančius vyresnio amžiaus asmenis. Manau tai atvira niša tiems patiems vyresnio amžiaus asmenims, kurie norėtų užsiimti prasminga veikla ir lankytų vienišus asmenis, kurie dėl sveikatos problemų negali pilnavertiškai dalyvauti visuomeniniame gyvenime.

12. Kokią savanorystės naudą įžvelgiate vyresnio amžiaus asmenų socialiniame gyvenime? Kaip Jūsų nuomone, tai galima paskatinti?

Savanorystė suteiktų reikalingumo jausmą, plėstų socialinį ratą, suteiktų daugiau pasitikėjimo savimi. Tokie asmenys galėtų savo savanoriavimu parodyti, kad vyresnis amuo taip pat yra reikalingas bei naudingas visuomenei. Manau dalis vyresnių žmonių apie savanorystę tiesiog nesusimąsto, todėl reiktų juos paraginti nebijoti imtis iniciatyvos.

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje? Kokie galimi pasyvaus dalyvavimo problemos sprendimai?

Pagrindiniai veiksniai - saviraiškos poreikio patenkinimas, prasmė, jautimasis pilnaverčiu bendruomenės nariu, kasdienybės pajvairinimas. Pasyvesnius asmenis galima pamėginti užkrėsti geruoju pavyzdžiu, todėl būtų prasminga savanoriaujantiems burtis ir dalintis savąja patirtimi.

14. Kaip vertinate vyresnio amžiaus asmenų galimybes dalyvauti darbinėje veikloje? Ką šioje srityje būtų galima tobulinti?

Manau vyresnio amžiaus asmenims dalyvauti darbinėje veikloje galimybės ribotos. Manau darbdaviai orientuojasi į darbingo amžiaus asmenis, nebent vyresnio amžiaus asmuo turėtų vertingos specifinės patirties ar darbo vieta nereikalautų įprastų darbingo amžiaus asmeniui fizinių gebėjimų, greitos reakcijos ir pan. Galimybes gali riboti visuomenėje nusistovėję stereotipai, darbdavio lankstumas, noras pritaikyti darbo sąlygas vyresnio amžiaus asmeniui.

15. Kokius skirtumus pastebite tarp vyresnio amžiaus asmenų, kurie sulaukė pensinio amžiaus vis dar vykdo darbinę veiklą ir tų, kurie nėra linkę to daryti? Kokią naudą šioje veikloje išvelgiate? Galimai asmenys, sulaukę pensinio amžiaus ir vis dar dalyvaudami darbinėje veikloje jaučiasi gerokai energingesni, reikšmingesni, labiau savimi pasitikintys. Kitą vertus, tokio pat amžiaus asmenys, užsiimantys aktyvia veikla, bet nedalyvaudami darbo rinkoje gali jaustis vienodai taip pat. Tai labai individualu.

16. Kaip manote, kaip darbinė veikla vyresniame amžiuje prisideda prie asmenų aktyvumo? Kokiais dar būdais tai galima skatinti?

Darbas neleidžia atsipalaiduoti, būti pasyviems, suteikia įsipareigojimus veikti, todėl tai tiesiogiai veikia asmenų aktyvumą. Lygiai taip pat asmenį gali veikti aktyvus laisvalaikis, mėgiama veikla, savanorystė.

### **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. S3**

#### **(specialistas, dirbantis su vyresnio amžiaus asmeniu)**

1. Kokios Jūsų pareigos?

Esu Trečio amžiaus universiteto Naujojoje Akmenėje rektorė.

2. Kiek laiko dirbate su vyresnio amžiaus asmenimis?

Jeigu imti Trečio amžiaus universitetą, tai nuo penkioliktų metų. Tai devinti metai.

3. Pradedant nuo artimųjų, kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią įtaką tai turi vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybei?

Tai yra labai svarbu. Labai svarbu. Jaunimui gal, vaikam atrodo, kad dirbo dirbo, ramu, dabar išėjo į pensiją ir pailsės ir viskas gerai, bet nebūtinai. Vat mūsų organizacijos nariai, kiek renkamės čia šitai veiklai, tai yra 90 proc. noras bendrauti ir 10 proc. pasidalinti patirtim arba dalyvauti kokiose tose

veiklose. O dėl artimų tai labai išgyvenam, pasišnekam, daugumai vaikai anūkai užsienyje, tokia dabar mada, tai sunkiai yra, sunkiai.

4. Remiantis Jūsų turima darbine patirtimi, kaip manote, kiek artimas dažniausiai būna vyresnio amžiaus asmenų ir jų šeimos narių tarpusavio ryšys?

Kas norėjo išlaikyti tą artimą ryšį, tai laiko visą gyvenimą. O kam nebuvo to artimo ryšio, tai senatvėj jau jo nebesukursi. Aš tai taip galvoju. Jeigu visą gyvenimą atiduodi savo vaikams, savo artimiesiems, tai tu juos ir susiburi į krūvą, o jeigu tu nenori, atstumi, tai tau gyvenimas yra liūdnas, lieki vienas prie suskilusios geldos. Ateina tie dalykai iš šeimos. Jeigu tu gyveni šeimoj ir gavai tuos pagrindus, tai taip, bet laikmetis labai pataisė. Aš pati turiu tris vaikus ir trys skirtingi likimai yra. Kad ir kiek mes laikom tą ryšį dabar per technologijas ar ne, tik per technologijas, tai vistiek labai priklauso šeimoj ypač nuo antros pusės. Sūnai turi žmonas, dukra turi vyrą, ir jeigu ten vyksta kažkas „ir vėl tavo tėvai skambina, ir vėl atvažiuoja“, tada ir įvyksta tas kartų konfliktas. Bet liečiant savo pusę, asmeninę pusę, tai didžiuojusi. Net ir naktim skambinamės vieni kitiems.

5. Kuo skiriasi paslaugų teikimas asmenims, turintiems glaudų ryšį su artimaisiais ir tiems, kurie santykių visiškai nepalaiko? ----

6. Kaip manote, koku būdu artimųjų palaikymas prisideda prie aktyvesnio vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo?

Tai vaikai mūsų tik džiaugiasi, kad mes išeinam, randam save kur padėti. Vaikai labai džiaugiasi. Man asmeniškai irgi šiuo metu vyksta dialogas su šeima, sprendžiam dėl to buvimo universitete ir visa kita. Tai tik vienas anūkas iš penkių palaiko, kad močiutei stop, o kiti sako močiute tu numirsi, kas bus, ar tu sėdėsi ant suoliuko? Ne tavo charakteriui. Ir tas palaikymas dar kaip yra, jeigu čia pas mus organizacijos tų pinigėlių išsileidžia, tai ar kokį brangų veido kremą nupirks ar ką, bet čia ne taip, kad tu neišgyveni, bet taip pateiks, kad atrodo nu taip ir turėjo būti. Bet čia ne aš viena tokia, žiūrėk kokia jau sako aš čia nebūsiu, aš išvykstu į Turkiją, aš išvykstu į Italiją, viską va vaikai. Neprikaišioja, supranta, palaiko. Kai palaiko, tada strimgalviais ir vėl eini į tą veiklą.

7. Kaip, Jūsų nuomone, būtų galima skatinti vyresnio amžiaus asmenų aktyvumą, įtraukiant ir jų artimuosius? -

8. Kaip vertinate ne tik Jūsų paslaugas gaunančių asmenų norą bei iniciatyvą dalyvauti tam tikrose neformaliose veiklose, bet apskritai kaip vertinate vyresnio amžiaus gyventojų socialinį aktyvumą? Skaityčiau, kad savivaldybėje tų organizacijų tikrai yra ir jos yra veiklios ir savivaldybė tikrai palaiko, ar tuos „Bočius“, ar neįgaliųjų, ar „Akmenės viltį“. Galimybės tikrai yra, tik mes patys

darom tas veiklas, rašom programas ir savivaldybė visada neatmeta, visada remia, pritarimas yra. Gal trūksta neformalaus švietimo specialistų, atsidavusių tokių.

Iš atsakymo supratau, kad galimybės tikrai yra sudarytos, tik ar gyventojai noriai į tas veiklas įsitraukia?

Yra dalis ir nelinkusių. Yra dalis, kurie ateina ir tu man duok kažką ir aš dar pagalvosiu ar aš eisiu, o kiti su pasiūlymais ateina, su energija, ir sakyti nereik, patys viską. Bet yra ir tokių, kuriuos reikia va pastūmėti, paklausti, patraukti ir vistiek neateis. Ir tada žiūrėk, kad tą žmogų vis dažniau matai poliklinikos pusėn einantį. Depresijos tai yra žiaurus reikalas vyresniam amžiuje. Kada tu sėdi, pro langą žiūri ir kaltini visus, kad o j vaikai nepaskambino, o j anūkas nekalba lietuviškai ir neateini čia išsiliesti, juk mes ne pletkus renkam, ne skelbimus darom. Bet matom kaip atgyja žmogus kai jis paatvirauja, pralaužia save, o tam reikia laiko.

9. Kokį skirtumą pastebite tarp asmenų, noriai dalyvaujančių įvairiose veiklose ir tų, kurie to vengia, yra linkę į vienišumą? -

10. Kaip Jūsų nuomone, būtų galima paskatinti vyresnio amžiaus asmenis imtis naujų veiklų, nebijoti naujovių, vesti aktyvų gyvenimo būdą?

Manau informacijos yra pakankamai, kvietimų yra pakankamai, bet, man atrodo, nėra pritarimo pirmiausia šeimoj – tu sedėk ir dabok anūkus arba tu sedėk, mes išeinam į darbą, ir mums virk pietus, tau nėra kada. Gali būti ir toks atvejis. Nu ir yra žmogaus nusistatymas, charakteris, kurio nepakeisi. Yra pasakymas – aš per savo darbo metus tiek pribendravau, kad aš noriu pailsėti. Bet jeigu jie neateina į mūsų organizacijų narių gretas, mes džiaugiamės, kad ateina bent į renginius, kaip aš sakau liaudiškai, vistiek „cekavastis nugali“.

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Kaip čia dabar pasakius, noras savanoriauti, tai mes visi apie 30 žmonių tikrai dirbam neatlygintinai, bet ko mums trūksta bent iš savivaldybės pusės, apleičiam iš rajono, tai mums trūksta mokslų. Savanoris tai taip, aš turiu tą norą, tą gebėjimą bendrauti, bet reikia turėti ir vadybinių žinių, ir psichologinių žinių. Galų gale, kai tu pareini susėmęs iš savęs daug negatyvo, vat Maisto banke ar ne, ten žvilgsniai, replikos – „ar mažai prie pensijos, čia paskuj dalinsitės tą maistą“, tiesiog įžeidžiančių tokių. Tai vat labai reikėtų karts nuo karto savanoriam kažkaip daugiau dėmesio, šilumos duoti. Kad jie nori ir gali, tai tokių žmonių yra, atrandam, bet va čia tai trūksta. Susiduriame ir su valdininkais, toks šaltas požiūris į savanorius – čia jūsų problemos, čia jūsų problemos. Na ne visai mūsų, čia ir to krašto problema yra.

12. Kokią savanorystės naudą įžvelgiate vyresnio amžiaus asmenų socialiniame gyvenime? Kaip Jūsų nuomone, tai galima paskatinti?

Savanorystė man ką duoda? Nu nežinau, pirmiausia tai turbūt galimybę pamatyt, kad gali padėt kitam. Aš taip suprantu. Turim žinių, patirties ir galim paskleisti jas. Savanorystė tokia yra, kai tu kažką duodi, kažką ir pats gauni. Tu nesitiki, kad ten tave apdovanos, bet tu kažkaip save atiduodi ir nelauki kažko iš dangaus. Tikri savanoriai dirba, šypsosi, eina, daro. Pasidalint kažkuo su kitu, pravartu yra ir pačiam.

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje? Kokie galimi pasyvaus dalyvavimo problemos sprendimai?-

14. Kaip vertinate vyresnio amžiaus asmenų galimybes dalyvauti darbinėje veikloje? Ką šioje srityje būtų galima tobulinti?

Žinokit, gal mes jau ir nebenorim bedirbti. Po 45 – 50 metų turim darbo stažo. Mes dabar norim tą, ką mes sukaupėm per savo gyvenimą, va ateinam čia, savanoriaujam ir atiduodam čia. Kad norėtų dirbti, tai čia vienas kitas. O ta politika labai keičiasi, šiandien jie jau skalandina, kad ateikit dirbsim, o rytoj jau nebereikia. Ir žmonės labai yra nusivylę, praėję tą ratą, kada jiems buvo dar ne pensinis amžius, bet tu jau nebeatitinki ir tau niekas nesiūloma toliau. Žmogus, kai išgyvena tokį ratą, jis savyje gal dar ir norėtų, jeigu taip atvirai sau pasakyt, bet jis jau nebedrįsta ir nebenori. Maža dalis turbūt grįžtų į tą darbo rinką. Susidūrimas su jaunimo požiūriu taip pat labai atstumia, kažkaip jie nevertina tavęs nei kaip lygiaverčio kolegos nei kažkaip. Bet čia daug kur yra.

15. Kokius skirtumus pastebite tarp vyresnio amžiaus asmenų, kurie sulaukė pensinio amžiaus vis dar vykdo darbinę veiklą ir tų, kurie nėra linkę to daryti? Kokią naudą šioje veikloje įžvelgiate?-

16. Kaip manote, kaip darbinė veikla vyresniame amžiuje prisideda prie asmenų aktyvumo? Kokiais dar būdais tai galima skatinti?

Tai nulemia turbūt. Aišku svarbu ir koks darbo pobūdis, nors tikriausiai vyresniame amžiuje koks bebūtų darbas, tu vistiek greičiau pavargsti. Bet vėlgi lemia, manau, žmogaus charakteris, žmogiškosios savybės. Turim nemažai žmonių, kurie vis dar yra dirbantys, ir labai jie išgyvena, kai negali su mumis kažkur išvykti. Čia nuo žmogaus priklauso, kaip tu save pastatysi. Nemanau, kad darbas gali užgniaužti, bet žmogaus savybės, žmogaus charakteris yra pirmoj vietoj.

Apibendrinimui, kokiais būdais galima skatinti tų vyresnio amžiaus žmonių socialinį aktyvumą? Manychiau, kad pirmiausia, organizacijos svarbu, jog gerai galvotų veiklas, apklausinėtų savo klausytojus, klausinėtų draugų, kaimynų kodėl jie neateina, kokią veiklą jie norėtų. Ir galbūt nei viena organizacija dar negeba patenkinti jų poreikių, reikia išsiaiškinti ko jie nori. Visos veiklos



daugiau nukreiptos į moteris, vyrus mes labai paliekam, ką jiems veikti? Jau truputį pajudėjo jau, bet pirmiausia reikia atkreipti dėmesį į poreikį, ar atitinka, ar atliepia ta organizacijos veikla, ar tu žinai ko jis nori. Duok anketą ne su tuo, ką tu siūlai, o su tuo ką jie norėtų gauti. Svarbiausia kalbėtis. Neužtenka parašyti žinutę, bet kai paskambini, išklausai puse gyvenimo jo, ir tada klausi ar ateisi? Sako nu pabandysiu. Tai ko reikia? Reikia kalbėtis, reikia gyvo bendravimo, kad ir telefonu, ar pasikvietimo arbatos. Negerai ir kai užsidaro valdininkai kabinetuose ir nežino kaip gyvena organizacijos, kokie yra poreikiai. Kodėl jie nemato kitų savivaldybių? Neturim nei teisinių žinių, trūksta visko. O nežinojimas irgi verčia bijoti, nenorėti.

## **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. S4**

### **(specialistas, dirbantis su vyresnio amžiaus asmeniu)**

1. Kokios Jūsų pareigos?

Seniūnas.

2. Kiek laiko dirbate su vyresnio amžiaus asmenimis?

4 metai.

3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią įtaką tai turi vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybei?

Na žinokit, priklauso nuo to, koks tas ryšys. Tikrai matom, būna ir labai gražiai bendrauja, nu nežinau, toks nuoširdumas jaučiasi tikrai. Tai va tada, jau sakyčiau nieko tam senyvam žmogui svarbesnio ar naudingesnio jau ir nėra. Bet susiduriam ir su nelabai kokiais, nelabai gražiais tais atvejais. Va tada, atrodo, geriau jau ir nebūtų. Tempia vieni kitus į dugną ir nieko daugiau.

4. Remiantis Jūsų turima darbine patirtimi, kaip manote, kiek artimas dažniausiai būna vyresnio amžiaus asmenų ir jų šeimos narių tarpusavio ryšys?

Įvairiai, bet jeigu čia kažkur netoliese gyvena, tai dažniausiai ir bendrauja.

5. Kuo skiriasi paslaugų teikimas asmenims, turintiems glaudų ryšį su artimaisiais ir tiems, kurie santykių visiškai nepalaiko?

Kuo daugiau rūpinasi artimieji, tuo mažiau reikia tų specialistų pagalbos. Ir namuose, ir su buitim, ir grynai vien dėl bendravimo jau. Nu labai jaučiasi, kur žmogus turi su kuo pabendrauti ir kur jau kitaip yra.

6. Kaip manote, koku būdu artimųjų palaikymas prisideda prie aktyvesnio vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo?

Tai pats tas pritarimas giminių, manau, svarbu yra. Vistiek ar tu jaunas ar tu senas, nori ir, kad tave palaikytų, ir kad didžiutęsi, o ne kažkokius priekaištus reikštų.

7. Kaip, Jūsų nuomone, būtų galima skatinti vyresnio amžiaus asmenų aktyvumą, įtraukiant ir jų artimuosius?

Tai ir juos pačius visų pirma reiktų kažkur įtraukti, tada gal ir naudą pamatytų, ir ką jie ten veikia, kuo užsiima. Žinokit tikrai, gaila, bet dažnai, ypač kaimo vietovėse, galima išgirsti „a tu neturi ką veikt, prigalvojo nesąmonių“.

8. Kaip vertinate Jūsų paslaugas gaunančių asmenų norą bei iniciatyvą dalyvauti tam tikrose neformaliose veiklose, susirinkimuose, užsiėmimuose?

Nepasakyčiau, kad labai jau čia blogai būtų galima vertinti, vistiek yra ir tų organizacijų, ir aktyvios jos iš tikrųjų. O va tas žmonių įsitraukimas, tų vyresnių... Nu yra yra tikrai eina, dalyvauja ir džiaugiasi. Bet yra ir tokių, kur niekaip nenuvarysi.

9. Kokį skirtumą pastebite tarp asmenų, noriai dalyvaujančių įvairiose veiklose ir tų, kurie to vengia, yra linkę į vienišumą?

Savijauta, vidinė savijauta pagrindas yra. Tie, kurie dalyvauja, bendrauja, eina, daro, tai iškart matosi ir savivertė, ir tas pasitikėjimas savimi. Ir pasaulėžiūra visa visai kitokia. O tas užsidarymas savo namuose, savo aplinkoj, tai tiesus kelias į depresiją yra.

10. Kaip Jūsų nuomone, būtų galima paskatinti vyresnio amžiaus asmenis imtis naujų veiklų, nebijoti naujovių, vesti aktyvų gyvenimo būdą?

Svarbu labai, kad artima aplinka palaikytų. Aišku, reikia ir tos informacijos, ir bandyti juos kalbinti, ir palydėti, kai reikia, ir padrąsinti. Bet va kai pasako specialistas ir kai tavo artimas žmogus – čia du skirtingi dalykai.

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Na, atsižvelgiant į tai kokio dydžio tas mūsų rajonas, manyčiau, kad tikrai yra tų galimybių. Ir Maisto bankas, ir gyvūnų draugija, ir kapinių tvarkymai organizuojami, ir miškų valymai. Reikia tik norėti.

12. Kokią savanorystės naudą įžvelgiate vyresnio amžiaus asmenų socialiniame gyvenime? Kaip Jūsų nuomone, tai galima paskatinti?

Kaip pasakyti... kaip jaunas, taip ir senas. Nori jaustis naudingi tikriausiai. Iš meilės, iš atsidavimo žmonės daro, nežinau. Bet informacijos gal tikrai trūksta, tik gal ne apie galimybes, o apskritai, kaip pasakyti, apie tai kas ta savanorystė ir ko ten eiti. Mažai, kažkaip pastebėjau, tie žmonės supranta.

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje? Kokie galimi pasyvaus dalyvavimo problemos sprendimai?-

14. Kaip vertinate vyresnio amžiaus asmenų galimybes dalyvauti darbinėje veikloje? Ką šioje srityje būtų galima tobulinti?

Kritiškai turbūt vertinčiau. Vėlgi ir nuo savivaldybės priklauso, bet bendra tendencija ta pati išlieka, trūksta vyresniems tų darbo vietų, trūksta tolerancijos. Skatinimas darbdavių, gali turbūt, ar švietimas visuomenės prisidėtų prie tos situacijos keitimo.

15. Kokius skirtumus pastebite tarp vyresnio amžiaus asmenų, kurie sulaukė pensinio amžiaus vis dar vykdo darbinę veiklą ir tų, kurie nėra linkę to daryti? Kokią naudą šioje veikloje išvelgiate?

Nauda tokia, greičiausiai, kad žmogus ilgiau išlieka toks pilnavertis, ir pasitempęs, ir labiau pasaulietiškas ir daug tos naudos yra. Bet iš kitos pusės tikrai, jeigu jau jautiesi taip, kad nebenori tų darbų, jau kažkokios kitos veiklos norisi, aš manyčiau, versti kažkaip ar tą naudą įrodinėti, tikrai nereikėtų.

16. Kaip manote, kaip darbinė veikla vyresniame amžiuje prisideda prie asmenų aktyvumo? Kokiais dar būdais tai galima skatinti?

Nu čia toks sakyčiau ginčytinas klausimas, ar prisideda ar kaip tik kažkaip trukdo. Nespėja gal žmonės, gal jau sveikata tiek nebeleidžia. Skatinti reikia į poreikius žiūrint, klausytis ko nori tie žmonės, klausti kodėl neina, spręsti tas kliūtis.

## **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. S5**

### **(specialistas, dirbantis su vyresnio amžiaus asmeniu)**

1. Kokios Jūsų pareigos?

Socialinės paramos skyriaus vedėja

2. Kiek laiko dirbate su vyresnio amžiaus asmenimis?

4 metus

3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią įtaką tai turi vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybei?

Manau, kad bendravimas su artimaisiais, grįstas meile, pagarba, empatija ir pan., turi didžiulę įtaką vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybei: asmuo jaučiasi saugesnis, geresnė jo emocinė būseną ir pan. Svarbus ne tik bendravimas, bet ir rūpinimasis vyresnio amžiaus asmenų sveikatos būkle, jų kasdiene buitimi ir pan.

Jeigu bendravimas remiasi savanaudiškumo tikslais, nėra nuoširdus, tai, manau, kad toks bendravimas apsunkina vyresnio amžiaus asmenis, atneša į jų gyvenimą destruktiją.

4. Remiantis Jūsų turima darbine patirtimi, kaip manote, kiek artimas dažniausiai būna vyresnio amžiaus asmenų ir jų šeimos narių tarpusavio ryšys?

Būna įvairiai, priklauso nuo susiformavusių artimųjų tarpusavio ryšio, bendravimo stiliaus, gyvenamosios vietos ir pan.

5. Kuo skiriasi paslaugų teikimas asmenims, turintiems glaudų ryšį su artimaisiais ir tiems, kurie santykių visiškai nepalaiko?

Jeigu asmens ryšys su artimaisiais yra glaudus, dažnai dėl papildomų paslaugų nėra kreipiamasi, nebent jaunesnieji šeimos nariai gyvena toliau ir negali suteikti visos reikiamos pagalbos. Paslaugų poreikis vienišiemis asmenims yra didesnis, nes jie nesulaukia artimųjų pagalbos.

6. Kaip manote, koku būdu artimųjų palaikymas prisideda prie aktyvesnio vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo?

Manau, kad artimųjų palaikymas tiesiogiai prisideda prie aktyvesnio vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo. Priklauso ir nuo paties asmens sveikatos būklės, jo vesto gyvenimo būdo, jo motyvacijos veikti ir pan. Vienus reikia tik paskatinti, palaikyti, nes jie turi galimybes veikti savarankiškai, kitiems reikia didesnės paramos – palydėti, nuvežti ir pan. Svarbu, kad vyresnio amžiaus asmuo, kurio savarankiškumas sumažėja, neliktų socialinio gyvenimo nuošalėje, nes socialiniai ryšiai, dalyvavimas socialiniame gyvenime, mano manymu, ilgina kokybiško žmogaus gyvenimo trukmę – jis išlieka ilgiau sveikesnis visomis prasmėmis.

7. Kaip, Jūsų nuomone, būtų galima skatinti vyresnio amžiaus asmenų aktyvumą, įtraukiant ir jų artimuosius?

Asmenis, visų pirma, turi pasiekti informacija apie tai, kas vyksta jų gyvenamojoje teritorijoje, kokios veiklos siūlomos, kokios NVO veikia ir pan.

8. Kaip vertinate Jūsų paslaugas gaunančių asmenų norą bei iniciatyvą dalyvauti tam tikrose neformaliose veiklose, susirinkimuose, užsiėmimuose?

Norą dalyvauti įvairiose veiklose galima vertinti tik teigiamai.

9. Kokį skirtumą pastebite tarp asmenų, noriai dalyvaujančių įvairiose veiklose ir tų, kurie to vengia, yra linkę į vienišumą?

Asmenys, dalyvaujantys įvairiose veiklose, yra nepraradę gyvenimo džiaugsmo, yra sveikesni tiek fiziškai, tiek emociškai ir pan.

10. Kaip Jūsų nuomone, būtų galima paskatinti vyresnio amžiaus asmenis imtis naujų veiklų, nebijoti naujovių, vesti aktyvų gyvenimo būdą?

Teikti informaciją apie galimybes, kviesti dalyvauti, teikti palaikymą (tiek metodinę, tiek finansinę), kad NVO turėtų galimybes teikti paslaugas, siūlyti veiklas, užimtumą.

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Savanorystės galimybės nėra didelės. Dirbantys žmonės neturi daug galimybių prisidėti prie savanorių, o jaunimas, baigęs mokyklą, išvažiuoja iš rajono mokytis kitur.

12. Kokią savanorystės naudą išvelgiate vyresnio amžiaus asmenų socialiniame gyvenime? Kaip Jūsų nuomone, tai galima paskatinti?

Nauda didelė. Savanorystė, priklausomai nuo jos krypties, t. y. ar tai pagalba buityje, ar tai bendrystė ir pan., padeda vyresnio amžiaus asmenims geriau jaustis emociškai, patenkinti savo būtinausius poreikius ir kt. Savanoriams senjorams tai suteikia savirealizacijos pojūtį, pasitenkinimą, kad gali padėti kitam ir pan.

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje? Kokie galimi pasyvaus dalyvavimo problemos sprendimai?

Noras būti reikalingu kitiems, realizuoti save. Manau, kad turi reikšmės ir krikščioniškos vertybės.

14. Kaip vertinate vyresnio amžiaus asmenų galimybes dalyvauti darbinėje veikloje? Ką šioje srityje būtų galima tobulinti?

Manau, kad situacija nėra gera – vyresnio amžiaus asmenys darbo rinkoje nėra pageidaujami, jiems susirasti darbą yra gana sudėtinga. Manau, kad darbdavių skatinimas (pvz, subsidijuoti darbo vietas) priimti vyresnio amžiaus asmenis galėtų turėti įtakos.

15. Kokius skirtumus pastebite tarp vyresnio amžiaus asmenų, kurie sulaukę pensinio amžiaus vis dar vykdo darbinę veiklą ir tų, kurie nėra linkę to daryti? Kokią naudą šioje veikloje išvelgiate?

Priklauso nuo konkretaus žmogaus, jo turimų dvasinių ir fizinių resursų – jei žmogus pilnas energijos, noro veikti, dirbti, tai jis yra pozityvus, patenkintas savo gyvenimu.

Nedirbantys senjorai – vėlgi viskas priklauso nuo žmogaus – vieni ieškos veiklos, planuos, organizuos, dalyvaus, kiti gyvens uždaresnį gyvenimo būdą ir bus liūdnesni, niūresni.

16. Kaip manote, kaip darbinė veikla vyresniame amžiuje prisideda prie asmenų aktyvumo? Kokiais dar būdais tai galima skatinti?

Jei žmogus turi tiek asmeninių pajėgumų, tiek jam yra sudarytos galimybės dirbti, sulaukus vyresnio amžiaus, tai jis ir gyvens aktyvų gyvenimą, jausis reikalingu visuomenei, realizuojančiu save ir pan.

## PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. S6

(specialistas, dirbantis su vyresnio amžiaus asmeniu)

1. Kokios Jūsų pareigos?

Socialinio darbo konsultantas.

2. Kiek laiko dirbate su vyresnio amžiaus asmenimis?

Šešiolikti eina. 10 seniūnijoje ir jau šešti metai socialinės paramos skyriuje.

3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią įtaką tai turi vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybei?

Priklauso nuo to ar sveikas tas bendravimas. Jeigu patys senoliai turi viskuo rūpintis ir už tai negauna jokio dėkingumo, jokios padėkos, nieko, tai gal net apsunkina tą gyvenimą.

4. Remiantis Jūsų turima darbine patirtimi, kaip manote, kiek artimas dažniausiai būna vyresnio amžiaus asmenų ir jų šeimos narių tarpusavio ryšys?

Oj tikrai žinokit visaip pasitaiko. Kartais ir labai matome, jau toks gražus, nuoširdus, abipusis bendravimas. O kartais gaila net žiūrėti. Čia nesakau, kad iš vienos pusės tik tokie dalykai pastebimi, būna pasitaiko ir patys asmenys ar tai neprisileidžia, ar tai nepatenkinti tuo bendravimu, ko pasekoje, ir tie konfliktai kyla.

5. Kuo skiriasi paslaugų teikimas asmenims, turintiems glaudų ryšį su artimaisiais ir tiems, kurie santykių visiškai nepalaiko?

Iš esmės tikriausiai paslaugų apimtimi. Aiškiai matosi tas skirtumas, kiek poreikių turi vienišas asmuo ir kiek tas, kuris šeimą turi šalia.

6. Kaip manote, koku būdu artimųjų palaikymas prisideda prie aktyvesnio vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo?

Tikrai, žinokit, pastebime, kad kokia aplinka supa, kiek šeimos nariai aktyvūs, tiek ir pats asmuo kažkaip dažniau sumotyvuojamas. Bet jeigu šeima nepalaiko, kitaip įsivaizduoja, kad močiutė ar senelis turėtų gyventi, tai jie labai greitai ir numušą tą norą.

7. Kaip, Jūsų nuomone, būtų galima skatinti vyresnio amžiaus asmenų aktyvumą, įtraukiant ir jų artimuosius?

Pirmiausia įtraukti ir pačius artimuosius. Ar pateikti kokių gerųjų pavyzdžių, supažindinti juos su nauda, kokią įvairios veiklos gali duoti jų garbaus amžiaus artimiesiems.

8. Kaip vertinate Jūsų paslaugas gaunančių asmenų norą bei iniciatyvą dalyvauti tam tikrose neformaliose veiklose, susirinkimuose, užsiėmimuose?

Vėlgi būna įvairių atvejų. Bet, jeigu apibendrintai, mūsų paslaugų gavėjai turi visai kitokių problemų, dažnu atveju ir labai sudėtingų. Retai kada jie tomis veiklomis domisi ar užsiima.

9. Kokį skirtumą pastebite tarp asmenų, noriai dalyvaujančių įvairiose veiklose ir tų, kurie to vengia, yra linę į vienišumą?

Tai pirmiausia ir ryškiausia turbūt pati emocinė ir psichologinė būseną. Čia kiekvienam žmogui tas galioja, bet va vyresnio amžiaus, jie ir į depresiją labiau linę, jiems ypatingai to bendravimo reikia.

10. Kaip Jūsų nuomone, būtų galima paskatinti vyresnio amžiaus asmenis imtis naujų veiklų, nebijoti naujovių, vesti aktyvų gyvenimo būdą? -

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Nesakyčiau, kad daug čia tų galimybių, bet, manau, kad kas jau nori, tas atranda.

12. Kokią savanorystės naudą išvelgiate vyresnio amžiaus asmenų socialiniame gyvenime? Kaip Jūsų nuomone, tai galima paskatinti?

Panašiai kaip ir tomis veiklomis, apie kurias kalbėjome – reikalingumas, bendravimas, noras dalyvauti. O dėl skatinimo vėlgi, kalbėtis, skleisti žinią, kalbinti žmones. Pirmiausia ir supažindinti su tuo kas tai yra. Tikrai, žinokit pastebime, kad to trūksta kai kuriems.

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje? Kokie galimi pasyvaus dalyvavimo problemos sprendimai?

Norą tikriausiai lemia tas vidinis pasitenkinimas kažkam padėjus. O nedalyvauja kodėl... iš nežinojimo, iš tingėjimo, nėra gal pas mus dar tos tokios kultūros. Na ir galimybių aišku didesniam mieste, gal daugiau būtų.

14. Kaip vertinate vyresnio amžiaus asmenų galimybes dalyvauti darbinėje veikloje? Ką šioje srityje būtų galima tobulinti?

Nu sudėtingiau yra tokio amžiaus žmonėms, nes visi žiūri į tą amžių ir ar tu begalėsi būti geras darbuotojas, ar galėsi susikaupti, ar priims tave ar nepriims. Bet nekvalifikuoto darbo tikrai yra. Neįgalūs aišku sunkiau integruojasi. Galima juk kreiptis į Užimtumo tarnybą, be čia vėl ir nuo miesto priklauso, ir nuo motyvacijos. Pasiūla turėtų didesnė būti, požiūris keistis. Tiek jaunimo, tiek darbdavių, tiek apskritai visuomenės.

15. Kokius skirtumus pastebite tarp vyresnio amžiaus asmenų, kurie sulaukę pensinio amžiaus vis dar vykdo darbinę veiklą ir tų, kurie nėra linę to daryti? Kokią naudą šioje veikloje išvelgiate?

Neįvardinčiau nei kaip naudosis, nei kaip žalos. Čia, žinokit, kiekvienam skirtingai suveikia. Kai kurie tikrai laukia tos pensijos ir jiems kančia dirbti dar yra. O kitiems va atvirkščiai, reikia tos veiklos ir viskas. Bet kokių atveju, žinoma, ta ir piniginė išraiška truputį prie motyvacijos prisideda.

16. Kaip manote, kaip darbinė veikla vyresniame amžiuje prisideda prie asmenų aktyvumo? Kokiais dar būdais tai galima skatinti?

Gal, sakyčiau, neleidžia tas darbas užsisėdėti. Eini, darai, būni. Priklauso ir nuo darbo pobūdžio – ar pavargęs grįžai, išsisėmęs, ar kaip tik ramybės norisi jau.

## **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. S7**

### **(specialistas, dirbantis su vyresnio amžiaus asmeniu)**

1. Kokios Jūsų pareigos?

Vyresnioji specialistė.

2. Kiek laiko dirbate su vyresnio amžiaus asmenimis?

3 metus.

3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią įtaką tai turi vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybei?

Labai svarbus ir labai didelė įtaka, kadangi, jie turi galimybę pabendrauti ne tik su savo kaimynais. Nes jiems yra ir sunkiau judėti, ir turi daug sveikatos problemų. O artimieji gali ir pamotyvuoti šiek tiek, ir padėti buityje.

4. Remiantis Jūsų turima darbine patirtimi, kaip manote, kiek artimas dažniausiai būna vyresnio amžiaus asmenų ir jų šeimos narių tarpusavio ryšys?

Sakyčiau įvairiai, penkiasdešimt ant penkiasdešimt.

5. Kuo skiriasi paslaugų teikimas asmenims, turintiems glaudų ryšį su artimaisiais ir tiems, kurie santykių visiškai nepalaiko?

Manau, kad taip. Tie, kurie neturi glaudesnio ryšio, jiems dažniau reikia pagalbos buityje ar pagalbos į namus. Taipogi, tiems, kurie neturi to glaudaus ryšio, ne visada reikalinga pagalba buityje, kartais jiems reikia tiesiog pasikalbėti.

6. Kaip manote, koku būdu artimųjų palaikymas prisideda prie aktyvesnio vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo?



Jeigu artimieji yra aktyvesni, kažkuo tai užsiima, kažkur dalyvauja, tai, manau, ir vyresnio amžiaus asmenis įtraukia. Jeigu artimieji, kad ir nėra ryšio, nu bet jie yra sėslesni, tokie kad nelabai kuo užsiima, tai ir vyresnio amžiaus asmeniui, nemanau, kad turėtų įtakos.

7. Kaip, Jūsų nuomone, būtų galima skatinti vyresnio amžiaus asmenų aktyvumą, įtraukiant ir jų artimuosius?

Jeigu žiūrint mūsų rajone, tai yra ganėtinai nemažai veiklų, bet didžioji dalis veiklų yra darbo metu, kai su vyresnio amžiaus asmenim, nėra galimybės kažkur nuvykti. Jeigu tiesiog savaitgaliais būtų kokios veiklos, kad ir vat ėjimas su šiaurietiškom lazdom ar ten nežinau, teatrai.

8. Kaip vertinate Jūsų paslaugas gaunančių asmenų norą bei iniciatyvą dalyvauti tam tikrose neformaliose veiklose, susirinkimuose, užsiėmimuose?

Dalis asmenų tai yra labai motyvuoti, nes jiems, nežinau kiek svarbios visos veiklos ir užsiėmimai, bet jiems ta bendrystė, tas pabendravimas su tais kitais vyresnio amžiaus asmenimis.

9. Kokį skirtumą pastebite tarp asmenų, noriai dalyvaujančių įvairiose veiklose ir tų, kurie to vengia, yra linkę į vienišumą?

Tie, kurie yra linkę įsitraukti, jie yra laimingesni. Nežinau, jeigu lyginti tą, kuris sėdi namuose ir kuris kažkur išeina, tai matosi – vienas susiraukęs, o kitas – jis turi mažiau problemų. Ir sveikata geresnė, ir mažiau negatyvių minčių.

10. Kaip Jūsų nuomone, būtų galima paskatinti vyresnio amžiaus asmenis imtis naujų veiklų, nebijoti naujovių, vesti aktyvų gyvenimo būdą?

Gal reikėtų labiau viešinti. Nes pirmiausia nežinau ar visi tie vyresnio amžiaus asmenys žino apie galimybes kažkur įsitraukti. Taip pat ir prisitaikyti prie jų tos dienotvarkės, bent jau paderinti, juk yra ir kas dirba ir kas dar ką.

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Ganėtinai mažai yra galimybių savanoriauti. Vyresnio amžiaus asmenim, manau, yra tik Maisto bankas.

12. Kokią savanorystės naudą išvelgiate vyresnio amžiaus asmenų socialiniame gyvenime? Kaip Jūsų nuomone, tai galima paskatinti?

Tai vėlgi bendrystė, noras padėti kitiems asmenims, jaustis naudingi.

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje? Kokie galimi pasyvaus dalyvavimo problemos sprendimai?

Per informacijos sklaidą. Vėlgi kadangi mūsų rajonas ganėtinai plačiai išsidėstęs, tai ir realiai, jeigu žmogus gyvena savo gyvenamojoje vietoje, tai jis ir paslaugas gali gauti tik ten. Nebent galėtų

kažkur nuvykti, kažkoks transportas būtų, kažkaip juos ten motyvuotų nuvykti. Nes tikrai yra tų vienišų senelių, kuriems reikia tos pagalbos ir taipogi, kai atvyksta vyresnio amžiaus asmuo pas kitą senelį, tai vėlgi jie gal kažkaip kitaip reaguoja. Reikia žinoti ir ko tie žmonės nori, kas juos domina.

14. Kaip vertinate vyresnio amžiaus asmenų galimybes dalyvauti darbinėje veikloje? Ką šioje srityje būtų galima tobulinti?

Aišku gerai, kad vyresnio amžiaus žmonės dalyvauja darbinėje veikloje, bet iš tikrųjų galėtų užleisti vietą ir jaunimui. Skatinti, manau, reikėtų tik savanorišką jų veiklą, gal jie ir patys jaustųsi naudingiau.

15. Kokius skirtumus pastebite tarp vyresnio amžiaus asmenų, kurie sulaukė pensinio amžiaus vis dar vykdo darbinę veiklą ir tų, kurie nėra linkę to daryti? Kokią naudą šioje veikloje įžvelgiate?

Tų, kurie užsiima darbine veikla, jų šiek tiek kitoks požiūris į viską, į patį gyvenimą. Ir jie nespėja ieškoti kažkokių problemų, aktyvesni jie yra, gal net mažiau sveikatos problemų turi.

16. Kaip manote, kaip darbinė veikla vyresniame amžiuje prisideda prie asmenų aktyvumo? Kokiais dar būdais tai galima skatinti?

Prisideda, juk kiekvieną dieną tau nueiti į darbą yra tam tikras pasiruošimas, pabendravimas su kitais asmenimis. Nebūtinai su klientais, bet ir pačiam darbe.

## **PUSIAU STRUKTŪRUOTO INTERVIU PROTOKOLAS NR. S8**

### **(specialistas, dirbantis su vyresnio amžiaus asmeniu)**

1. Kokios Jūsų pareigos?

Socialinės paramos skyriaus Paslaugų poskyrio vedėja

2. Kiek laiko dirbate su vyresnio amžiaus asmenimis?

25 metus

3. Kaip manote, kiek senatvėje svarbus bendravimas su artimaisiais? Kokią įtaką tai turi vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybei?

Labai priklauso nuo bendravimo kokybės: jeigu tai sveikas, meile ir pagarba grįstas bendravimas – tai jis labai pagerina seno žmogaus gyvenimo kokybę, suteikia saugumo pojūtį, žmogus nesijaučia vienišas, užmirštas.

Jeigu bendravimas priešingo pobūdžio – seno žmogaus gyvenimo kokybė ženkliai pablogėja, dažnai jis yra skriaudžiamas, išnaudojamas (paimami pinigai), jaučia vienatvę ir pan.

4. Remiantis Jūsų turima darbine patirtimi, kaip manote, kiek artimas dažniausiai būna vyresnio amžiaus asmenų ir jų šeimos narių tarpusavio ryšys?

Yra labai įvairiai. Jeigu šeimos nariai gyvena netoli vieni kitų – dažnai tarpusavio ryšiai yra geri, galima pastebėti, kad jaunesnieji šeimos nariai rūpinasi vyresnio amžiaus artimaisiais, padeda buityje, rūpinantis sveikatos priežiūra.

Būna ir priešingai – vyresnio amžiaus artimiesiems priežiūros ir pagalbos stinga, nors gyvena netoliese. Dažnai nurodo, kad neturi galimybių rūpintis, nes dirba, arba patys turi sveikatos problemų ir pan.

Jeigu šeimos nariai gyvena toli vieni nuo kitų – beveik visais atvejais seneliams pagalbos trūksta. Sunku įvertinti šeimos narių tarpusavio ryšius, nes nebūtinai jie yra tokie, kaip stengiamasi parodyti.

5. Kuo skiriasi paslaugų teikimas asmenims, turintiems glaudų ryšį su artimaisiais ir tiems, kurie santykių visiškai nepalaiko?

Socialinių paslaugų teikėjai visais atvejais stengiasi asmeniui suteikti kiek galima kokybiškesnes, jo poreikius atitinkančias paslaugas. Jeigu asmens ryšys su artimaisiais yra glaudus, dažnai dėl papildomų paslaugų nėra kreipiamasi, nebent jaunesnieji šeimos nariai gyvena toliau ir negali suteikti visos reikiamos pagalbos. Paslaugų poreikis vienišiams asmenims yra didesnis, nes jie nesulaukia artimųjų pagalbos. Turintys vaikų, kitų artimųjų asmenys tikisi, kad jais senatvėje bus pasirūpinta, tačiau jei šis lūkestis nepateisinamas, senas žmogus dažnai būna pasimetęs, visais nepatenkintas, priekabus, jam įtikti su teikiamomis paslaugomis ne visada pavyksta.

6. Kaip manote, koku būdu artimųjų palaikymas prisideda prie aktyvesnio vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo?

Tarp artimųjų gyvenantis senas žmogus yra aktyvesnis, pozityvesnis, labiau linkęs išsaugoti turimus ryšius. Artimieji turėtų palaikyti senyvo amžiaus žmogaus domėjimąsi vienomis ar kitomis veiklomis, nereikėtų jo kritikuoti ar aiškinti, kaip turėtų elgtis ar kuo užsiimti.

7. Kaip, Jūsų nuomone, būtų galima skatinti vyresnio amžiaus asmenų aktyvumą, įtraukiant ir jų artimuosius?

Dalis vyresnio amžiaus asmenų dalyvauja nevyriausybinių organizacijų veikloje, pagal savo galimybes užsiima įvairiomis veiklomis. Būtų tikslinga į nevyriausybinių organizacijų veiklą įtraukti ir senyvo amžiaus asmenų artimuosius - tikėtina, kad tai pagyvintų NVO veiklą.

8. Kaip vertinate Jūsų paslaugas gaunančių asmenų norą bei iniciatyvą dalyvauti tam tikrose neformaliose veiklose, susirinkimuose, užsiėmimuose?

Paslaugas gaunantys asmenys yra aktyvesni, mažiau atitrūkę nuo bendruomenės gyvenimo.

Pastebėta, kad noras dalyvauti, aktyvumas, iniciatyvumas yra prigimtinis bruožas, pakeisti per daugybę metų nusistovėjusį žmogaus gyvenimo modelį yra sunku, kartais ir neįmanoma.

9. Kokį skirtumą pastebite tarp asmenų, noriai dalyvaujančių įvairiose veiklose ir tų, kurie to vengia, yra linkę į vienišumą?

Aktyvių žmonių geresnė fizinė ir dvasinė sveikata, jie linkę bendrauti, padėti kitiems.

10. Kaip Jūsų nuomone, būtų galima paskatinti vyresnio amžiaus asmenis imtis naujų veiklų, nebijoti naujovių, vesti aktyvų gyvenimo būdą?

Vyresnio amžiaus asmenys skatinami gyventi aktyviau, Savivaldybė stengiasi juos sudominti kurdama naujas paslaugas, taiko įvairaus pobūdžio lengvatas ir nuolaidas naudojantis minėtomis paslaugomis, palaikoma ir skatinama nevyriausybinų organizacijų veikla.

11. Kaip vertinate savanorystės galimybes ir situaciją Jūsų savivaldybėje?

Situacija galėtų būti geresnė. Dirbantiems, pavyzdžiui, sunku suderinti laiką su savanoryste.

12. Kokią savanorystės naudą išvelgiate vyresnio amžiaus asmenų socialiniame gyvenime? Kaip Jūsų nuomone, tai galima paskatinti?

Savanorystė – tai nauda bendruomenei, reikalingumo kitiems žmonėms jausmas. Savanorystė – tai pašaukimas: jis arba yra, arba jo nėra. Geri pavyzdžiai, geroji patirtis skatina įsijungti į savanorių gretas.

13. Kaip manote, kokie veiksniai lemia vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje? Kokie galimi pasyvaus dalyvavimo problemos sprendimai?

Vyresnio amžiaus asmenų norą dalyvauti savanoriškoje veikloje skatina kitų pavyzdys, norėjimas išsaugoti aktyvumą, noras būti reikalingiems kitiems asmenims, bendruomeniškumo siekimas.

14. Kaip vertinate vyresnio amžiaus asmenų galimybes dalyvauti darbinėje veikloje? Ką šioje srityje būtų galima tobulinti?

Vertinu prastai. Vyresnio amžiaus asmenims dalyvauti darbinėje veikloje galimybės yra labai ribotos, ypač mažame rajone – tiesiog nėra jiems tinkamų darbo vietų. Padėtis pasikeistų, jeigu darbdaviai į vyresnio amžiaus darbuotoją žiūrėtų palankiau – reikėtų bandyti keisti darbdavių požiūrį tiek privačiame, tiek viešajame sektoriuose.

15. Kokius skirtumus pastebite tarp vyresnio amžiaus asmenų, kurie sulaukė pensinio amžiaus vis dar vykdo darbinę veiklą ir tų, kurie nėra linkę to daryti? Kokią naudą šioje veikloje išvelgiate?

Pastebiu, kad nedirbantys pensinio amžiaus asmenys, jeigu tik nori, gali gyventi įdomų gyvenimą, jungtis prie rajone veikiančių organizacijų, užsiimti mėgstama veikla, keliauti savanoriauti. Jie pozityvūs, geros nuotaikos. Dirbantys pensinio amžiaus asmenys tokių galimybių neturi.

16. Kaip manote, kaip darbinė veikla vyresniame amžiuje prisideda prie asmenų aktyvumo? Kokiais dar būdais tai galima skatinti?

Manau, kad darbinė veikla vyresniame amžiuje atima daug daugiau asmens jėgų. Aišku, darbas skatina aktyvumą, privalai išlaikyti nustatytą ritmą, dirbančio asmens daug platesnis akiratis, svarbus reikalingumo bendruomenei jausmas. Bet manau, kad viskam yra ribos, visą amžių dirbęs žmogus turi teisę į poilsį, į mėgstamą veiklą, kuria dirbant neturėjo galimybės užsiimti.

## Vyresnio amžiaus asmenų organizacijos Lietuvoje ir Ukrainoje (sudaryta darbo autorės)

LIETUVOJE	UKRAINOJE
<p>Senjorų dienos centrai – skirti organizuoti ir teikti paslaugas senyvo amžiaus asmenims, siekiant mažinti jų socialinę atskirtį ir sudaryti sąlygas realizuoti savo gebėjimus bei pomėgius. Pagrindinės teikiamos paslaugos, skatinančios vyresnio amžiaus asmenų aktyvumą – būreliai, teminiai susitikimai, renginiai, šventės, diskusijos, išvykos, paskaitos, koncertai, renginiai (SPC centras „Atgaiva“, n. d.)</p>	<p>Ukrainos Raudonojo Kryžiaus draugija – įsikūrė XIX a. Labiausiai socialinį aktyvumą skatinanti veikla – galimybė savanoriauti (Івахова, 2023).</p>
<p>Senjorų savanorystė – platforma „SAVA“ vienija nevyriausybinės organizacijas ir žmones, norinčius savanoriauti. Žinomiausia savanorystės organizacija – Maltos ordino pagalbos tarnyba Lietuvoje (maltiečiai).</p>	<p>Labdaros fondas „Seni žmonės“ (Starenki) – įsikūrė 2017 m. Organizacijoje vyksta lyderystės kursai, galimybė savanoriauti, arbatos vakarėliai, kūrybiniai užsiėmimai (Івахова, 2023).</p>
<p>Senjorų klubai – skatinamas senjorų įgalinimas, užimtumas ir savanorystė. Šie klubai veikia 5 Lietuvos miestuose. Vyresnio amžiaus asmenys ne tik lanko kitus senolius, bet kartu sutinka šventes, bendrauja, prasmingai leidžia laiką.</p>	<p>Tarptautis labdaros fondas „Žydų šachmatas „Bnei Azriel“ – įsikūrė 1993 m. Viena pagrindinių užduočių – žmogaus fizinio aktyvumo išsaugojimas (Івахова, 2023).</p>
<p>Vyresnio amžiaus asmenų nevyriausybinių organizacijų – viena didžiausių „Senjorų pasaulis“. Pagrindinis uždavinys – kurti aplinką, kurioje socialinę atskirtį dėl amžiaus patiriantys asmenys kuo ilgiau gali išlikti aktyvūs, nepriklausomi ir sveiki. Išsaugomas</p>	<p>Labdaros organizacija „Pagyvenusių žmonių priežiūra Ukrainoje – jungia beveik 2000 savanorių. Vykdomi įvairūs projektai, skirti teikti pagalbą vyresnio amžiaus asmenims (Івахова, 2023).</p>

<p>orus bendravimas, nauji ryšiai ir socialinis aktyvumas (Senjorų pasaulis, n. d.)</p>	
<p>Pensininkų iniciatyvinė grupė Lietuvos „Bočiai“ – įsikūrė 1990 metais. Veikia 44 Lietuvos miestuose.</p>	<p>Visuomeninė organizacija „Visos Ukrainos pensininkų asociacija“ – įsikūrė 2000 m. Ši organizacija skirta socialiniams, ekonominiams, kūrybiniais, su amžiumi susijusiems, sporto ir kitiems interesams. Organizacija padeda sudaryti sąlygas sveikam, saugiam ir oriam gyvenimui senatvėje, skatina asmenų užimtumą (Івахова, 2023).</p>
<p>Trečiojo amžiaus universitetai – Lietuvoje veikia 52 trečiojo amžiaus universitetai. Šiuose universitetuose rūpinamasi neformaliuoju švietimu ir tęstiniu mokymusi, vyresnio amžiaus žmonių socialine integracija į visuomenę, tenkinami vyresnio amžiaus žmonių žinių, ir kultūriniai poreikiai, palaikomas ir skatinamas šio amžiaus tarpsnio žmonių pilnavertis fizinis ir emocinis gyvenimas, mažinama socialinė atskirtis. sistemoms padėti šio amžiaus žmonėms gyventi visavertį gyvenimą (Nacionalinė trečiojo amžiaus universitetų asociacija NTAUA, n. d.)</p>	<p>Trečiojo amžiaus universitetai – socialinio pedagoginio darbo su pagyvenusiais asmenimis forma, apimanti edukacinių ir mokymo kursų, kūrybinių dirbtuvių, kursinių mokymų organizavimą pagal įvairias programas. Pagrindinis tikslas – kurti sąlygas didesniai vyresnio amžiaus asmenų įgalinimui, įsitraukimui, fiziniam ir intelektualinei sveikatos palaikymui, gyvenimo kokybės gerinimui. Taip pat, skatinti asmenų bendravimą, savirealizacijos galimybes ir aktyvų gyvenimo būdą. (Івахова, 2023).</p>