

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ  
БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ УПРАВЛЕНИЯ И СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ**

**Кафедра социальной работы и реабилитологии**

**БОРОВИК**  
Дина Николаевна

**ВЛИЯНИЕ УРОВНЯ СУБЪЕКТИВНОГО КОНТРОЛЯ  
НА КАЧЕСТВО ЖИЗНИ И ОТНОШЕНИЕ К СОЦИАЛЬНЫМ  
ДЕТЕРМИНАНТАМ ЗДОРОВЬЯ У ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ**

Дипломная работа

Научный руководитель:  
доктор медицинских наук,  
профессор Э.И. Зборовский

Допущена к защите

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2017

Зав. кафедрой социальной работы и реабилитологии  
кандидат социологических наук Н.Н. Красовская

Минск, 2017

## РЕФЕРАТ

Объем дипломной работы: 96 страниц, в том числе 15 рисунков, 4 таблицы, 61 источник, 10 приложений.

Ключевые слова: пожилые люди, качество жизни, образ жизни, локус контроля, ответственность, активность, социальные детерминанты здоровья, профилактика, общественная социальная защита.

Объект исследования – локус контроля, качество жизни и отношение к социальным детерминантам здоровья пожилых людей.

Цель работы: выявить влияние уровня субъективного контроля на качество жизни и отношение пожилых людей к социальным детерминантам здоровья.

Методы исследования: теоретический анализ, обобщение, систематизация источников по теме дипломной работы; тестирование, дополненное беседой; анализ и статистическая обработка полученных данных.

Для организации и проведения исследования локуса контроля, качества жизни и отношения пожилых людей к социальным детерминантам здоровья использовались: методика «Уровень субъективного контроля» (Е.Ф. Бажин, Е.А. Голынкина, А.М. Эткинд), краткий опросник ВОЗ-26 для оценки качества жизни, методика М.Рокича «Ценностные ориентации».

В процессе эмпирической работы проводился анализ полученных результатов исследования. Установлено наличие корреляционной взаимосвязи между локусом контроля и качеством жизни. Это свидетельствует о том, что степень удовлетворенности качеством своей жизни зависит от типа локализации контроля. Если преобладает интернальный уровень контроля, то степень удовлетворенности качеством своей жизни высокая, и, наоборот, если преобладает экстернальный уровень контроля, то степень удовлетворенности качеством жизни низкая.

На основании полученных результатов разработаны рекомендации в целях повышения ответственности и активности пожилых людей, а также их благополучия: продолжение профессиональной деятельности в сокращенном объеме и на должности, соответствующей психофизическим возможностям человека; работа для заработка, выполняемая не по своей профессии, но дополнительно и заранее освоенной, более легкая; любительская активность; внутрисемейная активность, т.е. присмотр и уход за внуками, домашняя работа, что дает пожилым людям чувство своей значимости и полезности; организация групп самопомощи и взаимопомощи; организация помощи семье по уходу за пожилым человеком с ограниченной способностью к самообслуживанию.

## РЭФЕРАТ

Аб'ём дыпломнай работы: 96 старонак, у тым ліку 15 рысункаў, 4 табліцы, 61 крыніца, 10 дадаткаў.

Ключавыя словы: пажылыя людзі, якасць жыцця, лад жыцця, локус кантролю, адказнасць, актыўнасць, сацыяльныя дэтэрмінанты здароўя, прафілактыка, грамадская сацыяльная абарона.

Аб'ект даследавання – локус кантролю, якасць жыцця і адносіны да сацыяльных дэтэрмінантаў здароўя пажылых людзей.

Мэта работы: выявіць уплыў ўзроўню суб'ектыўнага кантролю на якасць жыцця і адносіны пажылых людзей да сацыяльных дэтэрмінантаў здароўя.

Метады даследавання: тэарэтычны аналіз, абагульненне, сістэматызацыя крыніц па тэме дыпломнай работы; тэсціраванне, дапоўненае бяседай; аналіз і статыстычная апрацоўка атрыманых дадзеных.

Для арганізацыі і правядзення даследавання локуса кантролю, якасці жыцця і адносін пажылых людзей да сацыяльных дэтэрмінантаў здароўя выкарыстоўваліся: метадыка «Узровень суб'ектыўнага кантролю» (Е.Ф. Бажын, Е.А. Галынкiна, А.М. Эткінд), кароткі апытальнік СААЗ-26 для ацэнкі якасці жыцця, метадыка М. Рокіча «Каштоўнасныя арыентацыі».

У працэсе эмпірычнай работы праводзіўся аналіз атрыманых дадзеных даследавання. Устаноўлена наяўнасць карэляцыйнай ўзаемасувязі паміж локусам кантролю і якасцю жыцця. Гэта сведчыць аб тым, што ступень задаволенасці якасцю свайго жыцця залежыць ад тыпу лакалізацыі кантролю. Калі пераважае інтэрнальны ўзровень кантролю, то ступень задаволенасці якасцю свайго жыцця высокая, і, наадварот, калі пераважае эктэрнальны ўзровень кантролю, то ступень задаволенасці якасцю жыцця нізкая.

На падставе атрыманых дадзеных распрацаваны рэкамендацыі ў мэтах павышэння адказнасці і актыўнасці пажылых людзей, а таксама іх дабрабыту: працяг прафесійнай дзейнасці ў скарачаным аб'ёме і на пасадзе, адпаведнай псіхафізічным магчымасцям чалавека; праца для заробку, выкананая не па сваёй прафесіі, але дадаткова і загадзя засвоенай, больш лёгкая; аматарская актыўнасць; унутрысямейная актыўнасць, г.зн. догляд за ўнукамі, хатняя праца, што дае пажылым людзям пачуццё сваёй значнасці і карыснасці; арганізацыя груп самадапамогі і ўзаемадапамогі; арганізацыя дапамогі сям'і па догляду за пажылым чалавекам з абмежаванай здольнасцю да самаабслугоўвання.

## THE ABSTRACT

Thesis volume: 96 pages, including 15 drawings, 4 tables, 61 source, 10 appendices.

Keywords: older persons, quality of life, way of life, control locus, responsibility, activity, social determinants of health, prevention, public social protection.

Object of research— a control locus, quality of life and the relation to social determinants of health of older persons.

The work purpose: to reveal influence of level of subjective control on quality of life and the relation of older persons to social determinants of health.

Research methods: the theoretical analysis, generalisation, ordering of sources on a thesis theme; the testing added with conversation; the analysis and statistical processing of the received data.

For the organisation and carrying out of research of a locus of control, quality of life and the relation of older persons to social determinants of health were used: a technique «Level of subjective control» (E.F.Bazhin, E.A.Golyunkina, A.M.Etkind), short questionnaire WHO-26 for an estimation of quality of life, M.Rokicha's technique «Valuable orientations».

In the course of empirical work the analysis of the received results of research was conducted. Presence of correlation interrelation between a locus of control and quality of life is established. It testifies that degree of satisfaction quality of the life depends on type of localisation of control. If prevails internal control level degree of satisfaction quality of the life high, and, on the contrary, if prevails external control level, degree of satisfaction quality of life the low.

On the basis of the received results recommendations with a view of increase of responsibility and activity of older persons, and also their well-being are developed: professional work continuation in the reduced volume and on a post corresponding to psychophysical possibilities of the person; work for the earnings, carried out not by the trade, but in addition and in advance mastered, easier; amateur activity; intrafamily activity, i.e. supervision and care of grandsons, homework that gives to older persons feeling of the importance and utility; the organisation of groups of the self-help and mutual aid; the organisation of the help to a family on care of the elderly person with the limited ability to self-service.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология: учеб. пособие для студ. вузов / Г.С. Абрамова. – М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2000. – 624 с.
2. Альперович, В.Д. Геронтология. Старость. Социокультурный портрет: учеб. пособие / В.Д. Альперович. – М.: «Издательство Приор», «Экспертное бюро», 1998. – 272 с.
3. Афанасьева, Т.С. Социальная геронтология: аксиологические основы: учеб.-метод. пособие для студ. спец. 1–86 01 01 «Социальная работа (по направлениям)» / Т.С. Афанасьева. – Минск: БГУ, 2012 – 119, [1] с.
4. Басов, Н.Ф. Социальная работа с людьми пожилого возраста: учеб. пособие для студ.-практикантов высш. учеб. заведений по направлению и специальности «Социальная работа» (квалификация бакалавр) / Н.Ф. Басов. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 346, [1] с.
5. Волкова, Н.И. Современные здоровьесберегающие технологии в системе высшего образования: методические рекомендации по дисциплине «Физическая культура» для студ. всех специальностей / Н.И. Волкова, И.В. Якимец. – Минск: БГТУ, 2011. – 56 с.
6. Гамезо М.В. Возрастная психология: личность от молодости до старости / М.В. Гамезо, В.С. Герасимова, Г.Г. Горелова. – М., 1999. – 323 с.
7. Гиббс, Р. Если Вам за 50: пер. с англ. / предисл. А.П. Лаптева. – М.: Физкультура и спорт. 1984. – 80 с., ил. – (Физкультура и здоровье).
8. Гласс, Дж. Жить до 180 лет [пер. с англ. и предисл. д-ра биол. наук Г.Г. Демирчоглына] / Дж. Гласс. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 92, [1] с.
9. Гуслова, М.Н. Организация и содержание работы по социальной защите престарелых и инвалидов: учеб. пособие для учреждений, реализующих программы начального профессионального образования / М.Н. Гуслова. – 2-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2012. – 240 с.
10. Дубовицкая, Т.Д. Концепция и методы психологической помощи / Т.Д. Дубовицкая. – Стерлиматак: СГПА им. ЗайнабБиишевой, 2011. – 165 с.
11. Ерусланова, Р.И. Технологии социального обслуживания лиц пожилого возраста и инвалидов на дому: учеб. пособие для использования в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы высш. профес. образования по направлению подготовки «Социальная работа» (квалификация "бакалавр") / Р.И. Ерусланова. – 5-е изд., перераб. и доп. – М.: Дашков и К, 2013. – 168, [1] с.

12. Збароўскі, Э.І. Сям'ёнквеціцазямля: дыдактыка сучасных сямейных адносін: вучэб.-метад. дапаможнік / Э.І. Збароўскі. – Мінск: Чатырычвёрці, 2015. – 106 с.: [1] л. іл.

13. Зборовский, К.Э. Ограничения жизнедеятельности пожилых людей в контексте международной классификации функционирования МКФ / К.Э. Зборовский // Социальное участие и ответственность пожилых людей: материалы межд. науч.-практ. конф., 17–18 янв. 2012 г., Минск / Межд. Общественное объединение «Взаимопонимание»; под ред. А.П. Лаврович [и др.] – Минск: И.П. Логвинов, 2013. – С. 52–72.

14. Зборовский, Э.И. Общественная социальная защита и здоровье личности в свете деклараций и конвенций ООН о правах человека: возможности образовательных технологий / Э.И. Зборовский // Социальная защита и здоровье личности в контексте реализации прав человека: наука, образование, практика: материалы межд. научн.-практ. конф., 26–27 ноября 2015 г., Минск / Бел. гос. ун-т; редкол.: Э.И. Зборовский (отв. ред.) [и др.]. – Минск: БГУ, 2016. – С. 19–26.

15. Зборовский, Э.И. Социальная работа. Введение в специальность: учеб.-метод. пособие для студ., обучающихся по специальности 1–86 01 01 Социальная работа / Э.И. Зборовский. – Минск: ГИУСТ БГУ, 2015. – 238, [1] с.

16. Зборовский, Э.И. Этика здоровья: ценности социальной работы: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности «Социальная работа» / Э.И. Зборовский. – Минск: ГИУСТ БГУ, 2011. – 246, [1] с.

17. Здоровье для всех в 21-ом столетии: [сборник] / Всемирная организация здравоохранения Европейского регионального бюро, Европейская серия по достижению здоровья для всех. – Копенгаген. – № 6.

18. Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь на 2016–2020 годы: Государственная программа, 14.03.2016, № 200 [Электронный ресурс] // Government.by. – Режим доступа: <http://www.government.by/upload/docs/filecdf0f8a76b95e004.PDF>. Дата доступа: 04.05.2017.

19. Здоровье пожилых людей: [сборник] / М-во высш. и средн. спец. образования СССР, Научно-технический совет, Секция народонаселения; [редкол. Д. И. Валентей и др.]. – М.: Статистика, 1978. – 109, [2] с.: ил.

20. Калачева, И.И. Социальная реклама как инновационная технология в работе с молодежью по преодолению социальных угроз / И.И. Калачева // Социальная защита и здоровье личности в контексте реализации прав человека: наука, образование, практика: материалы межд. научн.-практ. конф., 26–27 ноября 2015 г., Минск / Бел. гос. ун-т; редкол.: Э.И. Зборовский (отв. ред.) [и др.]. – Минск: БГУ, 2016. – С. 33–35.

21. Колмаков, А.А. Психология личности: учеб. пособие / А.А. Колмаков. – Минск: ГИУСТ БГУ, 2012. – 324 с.
22. Компли, М. Учиться слушать: азбука общения для работающих с пожилыми людьми / пер. с англ., коммент. М. Нехорошева; ред. А. Николаевская. – М.: Рандеву-АМ, 1999. – 112 с.
23. Коростелева, Т.М. Партнерство в семье с сохранением своей индивидуальности и обеспечение здоровья каждого участника взаимодействия / Т.М. Коростелева // Социальная защита и здоровье личности в контексте реализации прав человека: наука, образование, практика: материалы межд. научн.-практ. конф., 26–27 ноября 2015 г., Минск / Бел. гос. ун-т; редкол.: Э.И. Зборовский (отв. ред.) [и др.]. – Минск: БГУ, 2016. – С. 137–141.
24. Красницкая, Л.С. В приоритете – человек / Л.С. Красницкая // Охрана труда и социальная защита. – 2016. – № 3 (276). – С. 4–9.
25. Краснова, О.В. Социальная психология старости: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. – М.: Академия, 2002. – 288 с.
26. Краткий опросник ВОЗ для оценки качества жизни [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.redcross-irkutsk.org/upload/catalog/files/products/838.pdf>. – Дата доступа: 11.02.2017.
27. Кружки, функционирующие в отделении дневного пребывания для граждан пожилого возраста ГУ «ТЦСОН Первомайского района г. Минска» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://perv.minsk.gov.by/social/organy-sotsialnoj-zashchity/territorialnyj-tsentr-sotsialnogo-obslyuzhivaniya/otdelenie-dnevnogo-prebyvaniya-dlya-grazhdan-pozhilogo-vozrasta>. – Дата доступа: 12.02.2017.
28. Лисковский, О.В. Медицинская психология: учеб.-метод. комплекс / О.В. Лисковский. – Минск: ФУСТ БГУ, 2003. – 114 с.
29. Лучинович, Л.А. Ежедневная двигательная активность как основа здорового образа жизни, красоты и долголетия / Л.А. Лучинович // Социальная защита и здоровье личности в контексте реализации прав человека: наука, образование, практика: материалы межд. научн.-практ. конф., 26–27 ноября 2015 г., Минск / Бел. гос. ун-т; редкол.: Э.И. Зборовский (отв. ред.) [и др.]. – Минск: БГУ, 2016. – С. 192–196.
30. Маджуга, А.Г. Концептуальное обоснование проблемы организации процесса здоровьесоздающего образования в инновационных условиях // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2008. – № 4. – С. 59–62.
31. Марков, В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: учеб. пособие для студ. педаг. вузов по спец. 033300 – безопасность жизнедеятельности / В.В. Марков. – М.: Академия, 2001. – 320 с. – (Высшее образование).

32. Мархоцкий, Я.Л. Валеология: учеб. пособие для студ. учр-й, обеспечивающих получение высш. образования. – Минск: Вышэйшая школа, 2006. – 288 с.

33. Милькаманович, В.К. Образ жизни и здоровье людей пожилого и старческого возрастов / В.К. Милькаманович // Социальное участие и ответственность пожилых людей: материалы межд. науч.-практ. конф., 17–18 янв. 2012 г., Минск / Межд. Общественное объединение «Взаимопонимание»; под ред. А.П. Лаврович [и др.] – Минск: И.П. Логвинов, 2013. – С. 143–154.

34. Милькаманович, В.К. Социальная геронтология: учеб.-метод. комплекс / В.К. Милькаманович. – Минск: ГИУСТ БГУ, 2010. – 321 с.

35. Морова, А.П. Забота государства о пожилых людях в Республике Беларусь / А.П. Морова // Проблемы управления. – 2005. – № 14. – С. 15–19.

36. Нестерова, Г.Ф. Социальная работа с пожилыми и инвалидами: учебник для студ. сред. профес. образования / Г.Ф. Нестерова, С.С. Лебедева, С.В. Васильев. – М.: Академия, 2009. – 288 с.

37. О государственных минимальных социальных стандартах: Закон Республики Беларусь, 11.11.1999, № 322–3 [Электронный ресурс] // Белзакон.net. – Режим доступа: [http://belzakon.net/Законодательство/Закон\\_РБ/1999/1420](http://belzakon.net/Законодательство/Закон_РБ/1999/1420). – Дата доступа: 15.03.2017.

38. О социальной защите инвалидов: Закон Республики Беларусь, 11.11.1991, № 1224–XII [Электронный ресурс] // Kodeksy-by.com.– Режим доступа: [http://kodeksy-by.com/zakon\\_rb\\_o\\_sotsialnoj\\_zashite\\_invalidov.htm](http://kodeksy-by.com/zakon_rb_o_sotsialnoj_zashite_invalidov.htm). – Дата доступа: 15.03.2017.

39. О социальном обслуживании: Закон Республики Беларусь, 13.07.2012, № 427–3 [Электронный ресурс] // Pravo.by. – Режим доступа: <http://www.pravo.by/document/?guid=3941&p0=2016092001>. – Дата доступа: 15.03.2017.

40. Психология здоровья: учеб. для вузов / под ред. Г.С. Никифорова. СПб.: Питер, 2006. – 607 с.: ил. – (Учебник для вузов).

41. Рожков, М.И. Концепция экзистенциальной педагогики / М.И. Рожков // Ярославский педагогический вестник. – 2002. – № 4. – С. 84–102.

42. Рокич, М. Методика «Ценностные ориентации» [Электронный ресурс] / М. Рокич. – Режим доступа: <https://sites.google.com/site/test300m/zo>. – Дата доступа: 11.02.2017.

43. Смит, Э.Д. Стареть можно красиво: руководство для пожилых, престарелых и тех, кто заботится о стариках / пер. с англ. В.В.Симакова. – М.: Крон-Пресс, 1995. – 146 с.

44. Соматическое здоровье и методы его оценки / Белорусский государственный технологический университет»; сост.: Д.Н. Давиденко, В.А. Пасичниченко. – Минск: БГТУ, 2006. – 44 с.

45. Социальная геронтология в схемах, таблицах и опорных конспектах: учеб. пособие для высш. учеб. заведений по направлению и специальности "Социальная работа" / [сост. Т. П. Ларионова и др.]. – М.: Дашков и К, 2009. – 79 с.

46. Статистический ежегодник Республики Беларусь, 2016: [статист. сборник] / Нац. статист. комитет Республики Беларусь; [редкол.: И.В. Медведева (пред. редкол.), И.С. Кангро, Ж.Н. Василевская и др.] Минск: Национальный статистический комитет Республики Беларусь, 2016. – 518 с.

47. Сытый, В.П. Взаимосвязь возможностей пожилых людей с их социальной активностью и физическим состоянием / В.П. Сытый, Ю.В. Сытый // Социальное участие и ответственность пожилых людей: материалы межд. науч.-практ. конф., 17–18 янв. 2012 г., Минск / Межд. Общественное объединение «Взаимопонимание»; под ред. А.П. Лаврович [и др.] – Минск: И.П. Логвинов, 2013. – С. 215–220.

48. Туманян, Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Г.С. Туманян. – М.: Академия, 2006. – 336 с. – (Высшее профессиональное образование).

49. Фетискин, Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп: учебное пособие / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. – М.: Изд-во Института Психотерапии. 2002. – 490 с.

50. Франкл, В. Человек в поисках смысла себя / пер. с англ. и нем. В. Франкл [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://royallib.com/read/frankl\\_viktor/chelovek\\_v\\_poiskah\\_smisla.html#40960](http://royallib.com/read/frankl_viktor/chelovek_v_poiskah_smisla.html#40960). – Дата доступа: 28.03.2017.

51. Фролова, Ю.Г. Социально-психологические закономерности взаимодействия научных и обыденных концепций здоровья / Ю.Г. Фролова // Вестник БДУ. Сер. 3, Гісторыя. Філасофія. Псіхалогія. Паліталогія. Сацыялогія. Эканоміка. Права. – 2011. – № 3. – С. 54–58.

52. Фромм, Э. Иметь или быть? / Эрих Фромм; пер. с англ. Н. Войскунской, И. Каменкович, Е. Комаровой [и др.]. – М.: АСТ, 2000. – 116 с.

53. Фурманов, А.Г. Здоровый образ жизни: 15 уроков по профилактике вредных пристрастий: метод. пособие / А.Г. Фурманов, Ю.Н. Князев; Белорусская олимпийская академия. – Минск: Тесей, 2003. – 60 с.

54. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура: учеб. для студ. специальности «Оздоровительная физическая культура» высш. учеб. заведений / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск: Тесей, 2003. – 528 с.

55. Холостова, Е.И. Социальная работа с пожилыми людьми: учеб. пособие. – 5-е изд., перераб. и доп. – М.: Дашков и К, 2008. – 348 с.
56. Хухлаева, О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость: учеб. пособие по специальности 031000 – Педагогика и психология / О.В. Хухлаева. – М.: Академия, 2002. – 202, [2] с.
57. Чумаков, Б.Н. Валеология: курс лекций / Б.Н. Чумаков. – Изд. 2-е, доп. и испр. – М.: Педагогическое общество России, 2000. – 407 с.
58. Шмитт, Э. «Место встречи – диалог» – предпосылки и результаты научного сопровождения проектов о диалоге поколений в Беларуси / Э. Шмитт, Й. Хиннер // Социальное участие и ответственность пожилых людей: материалы межд. науч.-практ. конф., 17–18 янв. 2012 г., Минск / Межд. Общественное объединение «Взаимопонимание»; под ред. А.П. Лаврович [и др.] – Минск: И.П. Логвинов, 2013. – С. 36–51.
59. Ялом, И. Экзистенциальная психотерапия / Ирвин Д. Ялом; пер. с англ. Т.С. Драбкиной. – М.: Класс, 1999. – 576 с. – (Библиотека психологии и психотерапии).
60. Яницкий, М.С. Основные методологические подходы к изучению ценностно-смысловой сферы личности [Электронный ресурс] / М.С. Яницкий, А.В. Серый. – Режим доступа: <http://oaji.net/articles/2014/774-1415688692.pdf>. – Дата доступа: 24.03.2017.
61. Яцемирская, Р.С. Социальная геронтология: лекции / Р.С. Яцемирская; Рос. гос. соц. ун-т, ф-л РГСУ в г. Павловский Посад Моск. обл. – М.: Академический проект, 2006. – 316, [2] с.