

## SENYVO AMŽIAUS ASMENŲ SAVIREALIZACIJA: SOCIALINIŲ DARBUOTOJŲ PATIRTYS

Akvilė Virbalienė, Aurelija Šiurienė, Edita Jezukevičienė

### Anotacija

Straipsnyje analizuojamas senyvo amžiaus asmenų savirealizacijos reiškinys socialinio darbo kontekste, atskleidžiant, kaip socialiniai darbuotojai savo profesinėje veikloje suvokia ir palaiko vyresnio amžiaus žmonių gyvenimo prasmės paieškas. Tyrimo pagrindu pasirinktas kokybinis naratyvinis metodas, leidęs atskleisti socialinių darbuotojų patirtis, prasių kūrimo procesus ir egzistencinio įgalinimo principus, taikomus dirbant su senyvo amžiaus klientais. Analizė parodė, kad savirealizacija senatvėje yra dinamiškas, daugiasluoksnis procesas, grindžiamas vidinių (tikėjimo, vertybių, refleksijos) ir išorinių (šėimos ryšių, veiklos, bendruomenės) veiksmų sąveika. Socialinio darbuotojo vaidmuo šiame procese įgyja įgalintojo reikšmę, jis padeda žmogui atrasti prasmę, įtvirtinti orumą ir iš naujo patirti savo vertę kasdienybėje. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad įgalinimo, dialogo ir prasmingo dalyvavimo principų taikymas socialinio darbo praktikoje užtikrina senyvo amžiaus asmenų tapatybės tęstinumą, augina savivertę bei suteikia gyvenimo pilnatvės pojūtį.

RAKTINIAI ŽODŽIAI: senatvė, savirealizacija, gyvenimo prasmė, socialinis darbas, įgalinimas.

### Abstract

The article examines the phenomenon of self-realisation among older adults in the context of social work, revealing how social workers perceive and support the search for meaning in life in their professional practice. The study was based on a qualitative narrative approach that made it possible to explore the experiences of social workers, processes of meaning-making, and principles of existential empowerment applied in working with elderly clients. The analysis showed that self-realisation in old age is a dynamic and multi-dimensional process, shaped by the interaction of internal (faith, values, reflection) and external (family relations, activity, community) factors. The role of the social worker takes on the meaning of existential companionship, helping individuals rediscover meaning, preserve dignity, and experience personal worth in everyday life. The results showed that the application of empowerment, dialogue and principles of meaningful participation in social work practice strengthens the continuity of identity, self-esteem and sense of life fulfilment among older adults.

KEY WORDS: old age, self-realisation, meaning in life, social work, empowerment.

DOI: <https://dx.doi.org/10.15181/tbb.v95i2.2778>

Akvilė Virbalienė – docentė, daktarė, Klaipėdos valstybinės kolegijos Sveikatos mokslų fakulteto Slaugos ir socialinio darbo katedra, Bijūnų g. 10, Klaipėda. El. paštas: [a.virbaliene@kvk.lt](mailto:a.virbaliene@kvk.lt)

Aurelija Šiurienė – lektorė, Klaipėdos valstybinės kolegijos Sveikatos mokslų fakulteto Slaugos ir socialinio darbo katedra, Bijūnų g. 10, Klaipėda. El. paštas: [a.siuriene@kvk.lt](mailto:a.siuriene@kvk.lt)

Edita Jezukevičienė – docentė, daktarė, Klaipėdos valstybinės kolegijos Sveikatos mokslų fakulteto Slaugos ir socialinio darbo katedra, Bijūnų g. 10, Klaipėda. El. paštas: [e.jezukeviciene@kvk.lt](mailto:e.jezukeviciene@kvk.lt)

Received 09/09/2025. Accepted 26/10/2025

Copyright © 2025 Akvilė Virbalienė, Aurelija Šiurienė, Edita Jezukevičienė. Published by Klaipėda University Press.

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

## Ivadas

Pastaraisiais dešimtmečiais Europos visuomenė patiria reikšmingus demografišnius pokyčius: sparčiai senėjančios populiacijos reiškinys tampa vienu svarbiausių socialinės politikos ir viešosios sveikatos iššūkių. 2024 m. pradžioje vyresni nei 65 metų asmenys sudarė daugiau nei penktadalį visų Europos Sąjungos gyventojų, prognozuojama, kad iki 2100 m. ši dalis gali pasiekti trečdalį (Eurostat, 2025). Šis procesas transformuoja socialinės apsaugos sistemas ir kelia klausimą, kaip užtikrinti ne tik vyresnio amžiaus žmonių fizinę gerovę, bet ir psichologinį bei socialinį pasitenkinimą gyvenimu.

Senėjimas nėra vien biologinis ar fiziologinis procesas – tai sudėtingas socialinis ir psichologinis reiškinys, apimantis tapatybės tęstinumo, autonomijos, santykių, prasmės ir savirealizacijos aspektus (Vissers ir kt., 2024). Pasaulio sveikatos organizacija (2023) pabrėžia, kad orus ir aktyvus senėjimas turi apimti ne tik sveikatą, bet ir „gebėjimą daryti tai, kas asmeniui teikia gyvenimo pilnatvę“. Tai reiškia, kad gyvenimo prasmės ir savirealizacijos dimensijos tampa kertinėmis vyresnio amžiaus gerovės prielaidomis. Todėl svarbu, kad šiuo laikotarpiu asmuo pajustų, kad jo gyvenimas dar turi prasmę, padėsiančią gyventi aktyviau ir produktyviau, atsižvelgus į asmenį ir jo turimas galimybes (Mikulionienė, Rapolienė, Valavičienė, 2018).

Senatvėje žmogus patiria daugybę tarpusavyje susijusių pokyčių: fizinės sveikatos silpnėjimą, kognityvinių gebėjimų mažėjimą, artimųjų netektis, socialinių ryšių siaurėjimą bei socialinių vaidmenų transformaciją (pvz., pasitraukimą iš darbo rinkos, vaikų išleidimą, partnerio netektį). Šiuos procesus lydi ir socialinės stigmos, ypač amžizmas, kuris gali menkinti asmens savigarbą, priklausymo jausmą bei vertės suvokimą (Mikton, Fuente-Núñez ir kt., 2021). Dėl to vyresni asmenys rizikuoja patirti egzistencinę krizę, pasireiškiančią gyvenimo beprasmybės jausmu, pasyvumu ar socialine izoliacija.

M. Grouden'as, P. Jose'as (2015) remiasi Viktor'o Frankl'io teiginiu, kad pagrindinis žmogaus rūpestis ir psichologinis poreikis yra gyvenimo prasmės paieška ir jos radimas; nors prasmė ir tikslai kiekvienam individui yra unikalūs, juos formuoja ir įvairūs išoriniai veiksniai. Socialinis darbuotojas šiuo požiūriu atlieka svarbų vaidmenį senyvo amžiaus žmonių gyvenime, padėdamas atskleisti, kad jų kasdienybė gali būti ne tik teisingesnė, bet ir gražesnė bei prasmingesnė (Charenkova, 2022). Šiame tyrime nagrinėjamas reiškinys yra savirealizacija senatvėje, suprantamas kaip vyresnio amžiaus asmens gebėjimas išlaikyti asmenybės tęstinumą, tenkinti tapatybės poreikius ir kurti prasmę per veiklą bei santykius, nepaisant patiriamų apribojimų (Laceulle, 2018). Teoriniu pagrindu pasirenkamas gyvenimo prasmės modelis (Martela, Steger, 2016), išskiriantis tris tarpusavyje susijusias

dimensijas: nuoseklumą (angl. *coherence*), t. y. gebėjimą suvokti savo gyvenimo įvykius kaip logišką ir prasmingą visumą; tikslą (angl. *purpose*), atskleidžiantį kryptingus siekius ir motyvaciją; reikšmingumą (angl. *significance*), t. y. suvokimą, kad mano gyvenimas turi vertę ir prasmę.

Šios dimensijos tampa savirealizacijos struktūros dalimi, leidžiančia asmeniui įveikti gyvenimo pokyčius ir išlaikyti teigiamą savęs suvokimą. Be to, savirealizacija grindžiama humanistinės psichologijos (Rogers, 1961) ir egzistencinės analizės (Frankl, 1969) principais, teigiančiais, kad prasmės siekis yra pagrindinis žmogaus motyvacijos šaltinis.

Empiriniai tyrimai rodo, kad savirealizacija ir prasmės patirtis senatvėje yra glaudžiai susijusios su geresne emocine sveikata, aukštesne gyvenimo kokybe ir aktyvesniu socialiniu dalyvavimu (Pezhummoottil Vasudevan ir kt., 2022; Sun ir kt., 2024). Tuo tarpu prasmės stoka siejama su depresijos simptomais, nerimu ir didesne mirtingumo rizika (Czekierda ir kt., 2021).

Šis tyrimo konstruktas aktualus socialinio darbo praktikai, nes leidžia analizuoti, kaip socialiniai darbuotojai savo profesinėje veikloje atpažįsta ir skatina senyvo amžiaus asmenų savirealizaciją. Socialinis darbuotojas tampa tarpininku tarp asmens ir aplinkos, padedančiu stiprinti prasmės jausmą per įgalinimą (angl. *empowerment*), socialinę įtrauktį, kūrybines veiklas bei asmeninių išteklių stiprinimą.

Socialinio darbo sistemoje vyresnio amžiaus asmenys dažnai suvokiami per deficito paradigmą, kaip pažeidžiami, priklausomi nuo pagalbos, stokojantys gebėjimų ar motyvacijos. Toks požiūris riboja galimybę matyti juos kaip aktyvius, veikiančius subjektus, galinčius kurti ir realizuoti savo gyvenimo tikslus (Martela, Steger, 2016). Praktikoje socialinės paslaugos dažniausiai orientuojasi į fizinių ar materialinių poreikių tenkinimą, o aukštesnieji yra savirealizacijos, dvasinės pilnatvės, prasmės poreikiai, kurie dažnai lieka už profesinės intervencijos ribų.

Socialinio darbo profesijos esmė yra įgalinimas, žmogaus vidinių galių stiprinimas, jo potencialo atskleidimas. Todėl svarbu išanalizuoti, kaip socialiniai darbuotojai, dirbantys su senyvo amžiaus žmonėmis, supranta savirealizaciją, kokias kliūtis jie mato šiam procesui ir kokius būdus taiko siekdami skatinti prasmės išgyvenimą. Tyrimo tikslas – atskleisti socialinių darbuotojų patirtis, padedančias suprasti, kaip jie suvokia ir palaiko senyvo amžiaus asmenų savirealizaciją bei gyvenimo prasmės paiešką. Tyrimo tikslo sieksime atsakydami į šiuos klausimus:

1. Kokie veiksniai daro poveikį senyvo amžiaus asmenų savirealizacijai ir gyvenimo prasmės paieškoms?
2. Kokie yra senyvo amžiaus asmenų gyvenimo prasmės šaltiniai?

## 1. Literatūros apžvalga

Senėjimas šiandien suprantamas kaip kompleksinis procesas, apimantis biologinius, psichologinius ir socialinius aspektus, kurie tiesiogiai veikia žmogaus tapatybę ir savirealizacijos galimybes. Šiuolaikinėje senėjimo teorijoje pabrėžiama, kad vyresnio amžiaus asmenų gerovė negali būti matuojama vien fizinės sveikatos ar nepriklausomumo kriterijais. Pasaulio sveikatos organizacija (WHO, 2023) pažymi, kad „aktyvus senėjimas“ reiškia gebėjimą išlikti įtrauktam į socialinį ir kultūrinį gyvenimą, priimti sprendimus ir išlaikyti atitinkamą savo gyvenimo kontrolę. Ši samprata transformuoja požiūrį į senatvę iš pasyvaus „išėjimo iš gyvenimo“ etapo į prasmingo tęstinumo ir savirealizacijos laikotarpį, kai asmuo gali siekti naujų prasmų ir tapatybės pusiausvyros (Mikton, de la Fuente-Núñez, Officer, Krug, 2021).

Klasikinėje humanistinėje psichologijoje savirealizacija buvo laikoma aukščiausiu žmogaus poreikiu (Maslow, 1954; Rogers, 1961), tačiau naujesni autoriai pabrėžia, kad senatvėje šis procesas įgauna naujų formų. Savirealizacija šiame gyvenimo tarpsnyje siejama ne tiek su pasiekimais ar profesine sėkme, kiek su asmeninio nuoseklumo ir prasmingo tęstinumo kūrimu (Laceulle, 2018). Tai apima gebėjimą reflektuoti praeitį, išgryninti vertybes, peržiūrėti santykius ir atrasti naujus tapatybės aspektus, kurie leidžia savo gyvenimą suvokti kaip vertingą visumą.

Empiriniai tyrimai rodo, kad savirealizacija glaudžiai siejasi su psichologinės gerovės rodikliais. Asmenys, kuriems būdingas aiškesnis gyvenimo tikslas ir stipresnis prasmės jausmas, pasižymi geresne psichologine adaptacija prie senėjimo iššūkių, patiria mažiau vienišumo ir depresijos simptomų (Kim, Park, Lee, 2022; Czekierda, Banik, Park, Luszczynska, 2021). Be to, nustatyta, kad prasmės buvimas senatvėje veikia kaip apsauginis veiksnys, amortizuojantis biologinių ir socialinių nuostolių poveikį subjektyviai gerovei (Pezhummoottil Vasudevan, Sivaramakrishnan, Rajan, 2022).

Analizuojant vyresnio amžiaus žmonių patirtis, pastebima, kad savirealizacijos raiška glaudžiai susijusi su egzistenciniu senėjimu, gebėjimu priimti ribotumus, susitaikyti su netektimis ir atrasti naują prasmę kasdienybėje (Kellehear, Garrido, 2022). Tokia savirefleksinė laikysena leidžia vyresnio amžiaus asmenims išgyventi tapatybės tęstinumą nepaisant kūno ar socialinio statuso pokyčių. Tyrimai rodo, kad gebėjimas rekonstruoti savo gyvenimo istoriją ir matyti ją kaip vientisą, prasmingą pasakojimą mažina egzistencinį nerimą ir didina gyvenimo pasitenkinimą (Malette, 2022).

Pastaraisiais metais vis daugiau dėmesio skiriama subjektyvios kontrolės ir autonomijos vaidmeniui savirealizacijos procese. Įrodyta, kad sprendimų priėmimo galimybė net ir ribotose aplinkose reikšmingai stiprina savivertės ir prasmingumo

pojūtį (Kraun, De Vlieghe, Ellen, Van Achterberg, 2023). Tuo tarpu priklausomybė nuo išorinės priežiūros be pasirinkimo laisvės silpnina motyvaciją ir skatina bejėgiškumo jausmą (Tsubouchi, Yorozuya, Tainosho, Naito, 2021). Šie rezultatai rodo, kad savirealizacija neatsiejama nuo gebėjimo jaustis savo gyvenimo veikėju, net jei fizinės galimybės ribotos.

Keli autoriai pabrėžia ir dvasinę prasmės dimensiją, kuri senatvėje įgauna ypatingą reikšmę. Tyrimai rodo, kad dvasingumas, religingumas ar vidinis tikėjimo jausmas suteikia emocinį stabilumą, padeda susidoroti su netektimis ir palaiko gyvenimo reikšmingumo jausmą (Hupkens, Machielse, Goumans, Derkx, 2018). Dvasingumas, pasak V. Juškienės ir J. Navickienės (2021), čia tapatinamas ne tik su religingumu – tai daugiaspektė, į prasmės, tikslo ir gyvenimo krypties sritis nukreipta dimensija. Ši dvasinė patirtis dažnai pasireiškia kaip „kasdienybės transcendencija“, tai yra gebėjimas išvelgti gyvenimo vertingumą net mažose kasdienėse veiklose, santykiuose ar savanoriškose iniciatyvose.

Svarbu pažymėti, kad savirealizacijos procesai ne vien individualūs. Jie glaudžiai susiję su socialinėmis struktūromis ir paslaugų organizavimu. Tyrimai rodo, kad bendruomeninis dalyvavimas, kūrybinės veiklos ir sąveika tarp kartų reikšmingai prisideda prie vyresnio amžiaus žmonių prasmės patyrimo ir psichologinės gerovės. Dalyvavimas socialinėse veiklose ne tik suteikia džiaugsmo ir priklausymo jausmą, bet ir leidžia senjorams išreikšti save bei realizuoti savo vertybes, tai tampa svarbia savirealizacijos forma.

Tuo tarpu vyresniems žmonėms susidūrus su socialine izoliacija, stigmatizacija ar neigiamu visuomenės požiūriu, jų prasmės paieškos apsunkinamos. B. Levy's (2020) įrodė, kad socialinis amžiaus šališkumas (angl. *ageism*) mažina vyresnių asmenų savigarbą ir kontrolės pojūtį, o tai tiesiogiai slopina savirealizacijos procesus. Šie duomenys rodo, kad savirealizacijos klausimas senatvėje yra ir socialinio teisingumo klausimas, vyresnio amžiaus asmenims būtina sudaryti sąlygas, kad jie būtų matomi, išgirsti ir dalyvautų visuomenėje kaip lygiateisiai jos nariai.

Apibendrinant galima teigti, kad savirealizacija senatvėje yra dinamiškas, daugiasluoksnis reiškiny, apimantis vidinę (psichologinę ir dvasinę) bei išorinę (socialinę ir kultūrinę) dimensijas. Ji leidžia žmogui išlaikyti tapatumo tęstinumą, jaustis prasmingai veikiančiam ir išsaugoti orumą net biologinių apribojimų kontekste. Šis požiūris tampa kertiniu akmeniu formuojant socialinio darbo praktiką, orientuotą ne tik į fizinių poreikių tenkinimą, bet ir į egzistencinį įgalinimą, pagalbą senyvo amžiaus žmonėms atrasti ir išlaikyti gyvenimo prasmę.

Savirealizacijos klausimas senatvėje glaudžiai susijęs su egzistencinio senėjimo samprata, kurią plėtoja A. Kellehear'as, M. Garrido (2023). Ši perspektyva senėjimą apibrėžia ne kaip fizinio silpnėjimo ar socialinės regresijos etapą, o kaip egzistencinės transformacijos procesą, kuriame žmogus iš naujo įprasmina savo

tapatybę, vertybes ir santykį su pasauliu. Egzistencinis požiūris pabrėžia, kad vyresnio amžiaus asmens vertė priklauso ne nuo produktyvumo ar ekonominio naudingumo, o nuo gebėjimo kurti prasmę, išsaugoti orumą ir išlaikyti vidinę darną (Frankl, 1969). Šiuo požiūriu senėjimas tampa ne tiek „nuosmukiu“, kiek savirefleksijos ir vidinio augimo galimybe.

Pastarųjų metų tyrimai patvirtina, kad egzistencinė savirealizacija glaudžiai siejasi su tapatybės tęstinumu ir gyvenimo naratyvo integracija. Asmenys, gyvenantys integruoti praradimus, sveikatos ribotumus ir socialinius pokyčius į vientisą gyvenimo istoriją, pasižymi didesniu psichologiniu atsparumu ir emociniu stabilumu (McAdams, McLean, 2013). Tokia naratyvinė rekonstrukcija leidžia išsaugoti savęs suvokimo vientisumą net ir tada, kai keičiasi išorinės sąlygos ar socialiniai vaidmenys.

Egzistencinis požiūris į senėjimą akcentuoja ir ribotumo prasmę: žmogus, susidūręs su kūno, laiko ir santykių ribomis, gali atrasti naujus dvasinius ir emocinius horizontus. Tyrimai rodo, kad gebėjimas priimti gyvenimo laikinumą ir praradimus koreliuoja su aukštesniu gyvenimo pasitenkinimo lygiu bei geresne dvasine gerove (Dewitte, Dezutter 2021). Šie duomenys patvirtina V. Frankl'o (1969) idėją, kad prasmės paieška išlieka pagrindiniu žmogaus motyvacijos šaltiniu iki pat gyvenimo pabaigos, o savirealizacija senatvėje glaudžiai su šiuo egzistenciniu siekiu susijusi.

Tuo tarpu socialinio senėjimo teorijos (Phillipson, 2022) pabrėžia, kad žmogaus galimybės realizuoti save senatvėje priklauso nuo visuomenės struktūrų, kultūrinių nuostatų ir socialinės politikos. Visuomenės požiūris į senatvę, ar ji suvokiama kaip produktyvi ir vertinga gyvenimo fazė, ar kaip priklausomybės ir nuosmukio laikotarpis, tiesiogiai veikia savirealizacijos procesus. Neigiami stereotipai dėl vyresnių asmenų (angl. *ageism*) mažina jų pasitikėjimą savimi, socialinį įsitraukimą ir norą dalyvauti visuomeninėje veikloje (Chang, Levy, Koehly, 2023). Toks socialinis atskyrimas tampa ne tik psichologine, bet ir struktūrine prasmės bei orumo išsaugojimo kliūtimi.

Empiriniai duomenys rodo, kad socialinis dalyvavimas yra vienas svarbiausių savirealizacijos veiksnių vyresniame amžiuje. C. Cunha, Voss'o, G. Andrade, R. Delerue-Matos'o (2024) atlikta metaanalizė ( $N = 32$  tyrimai) atskleidė, kad aktyvus dalyvavimas bendruomeninėse veiklose, vykdant savanorystę ir sąveikaujant tarp kartų, stiprina prasmingumo jausmą, didina autonomiją ir psichologinę gerovę. Socialiniai ryšiai veikia kaip savotiškas „egzistencinis buferis“, leidžiantis senyvo amžiaus asmeniui išlaikyti tapatybės tęstinumą net susidūrus su fiziniais apribojimais.

Prasmės ir savirealizacijos jausmas ypač stiprėja, kai vyresni žmonės turi galimybę įsitraukti į sprendimų priėmimą tiek šeimos, tiek socialinių paslaugų kon-

tekste. Autonomijos išsaugojimas, net minimalus (pvz., galimybė pasirinkti dienos veiklą ar gyvenamąją aplinką), tiesiogiai koreliuoja su aukštesniu savirealizacijos rodikliu. Šis faktas pabrėžia, kad asmeninis veiksmingumas, gebėjimas veikti ir būti atsakingu už savo gyvenimą yra vienas pagrindinių savirealizacijos komponentų senatvėje (Bohlmeijer, Westerhof, Lamers, 2007).

Vis dėlto, kai institucinės globos modeliai orientuoti į kontrolę, priežiūrą ir pasyvų paslaugų teikimą, savirealizacijos potencialas mažėja. H. Van Loon'as ir kt. (2023) nustatė, kad gyventojai, kurių sprendimų teisė globos institucijose ribota, patiria didesnę bejėgiškumo jausmą, mažesnę pasitenkinimą gyvenimu ir silpnesnę tapatybės tęstinumo pojūtį. Priešingai, asmenys, kurie turi galimybę dalyvauti planuojant kasdienes veiklas ar pasirinkti savo gyvenimo ritmą, išlaiko stipresnę savivertę ir labiau linkę matyti senatvę kaip prasmingą etapą (Van Staalduinen, Schoch, Stiehr ir kt., 2022).

Tyrimai taip pat atskleidžia bendruomenės vaidmenį savirealizacijos procesuose. Dalyvavimas vietos bendruomenių veiklose, kultūrinėse ar savanorystės iniciatyvose ne tik padeda išlaikyti socialinius ryšius, bet ir leidžia vyresnio amžiaus žmonėms suvokti savo gyvenimą kaip reikšmingą kitų atžvilgiu (Levasseur ir kt., 2022). Tokie ryšiai tampa „prasmingumo tinklu“, kuriame asmens savirealizacija įgyja tarpusavio priklausomybės ir bendradarbiavimo dimensiją.

Apibendrinant egzistencinis ir socialinis požiūriai vienas kitą papildo. Egzistencinė dimensija pabrėžia vidinį prasmės konstravimą, gebėjimą įprasminti ribotumus, praradimus ir gyvenimo pabaigos artumą. Socialinė dimensija atkreipia dėmesį į struktūrinius ir kultūrinius veiksnius, kurie lemia, ar asmuo turi realias galimybes išgyventi šią prasmę ir realizuoti save. Tik šioms dviem dimensijoms sąveikaujant galima kalbėti apie visavertę savirealizaciją senatvėje, kuri remiasi tiek asmenine refleksija, tiek socialiniu įgalinimu.

Demografinis senėjimas kelia klausimą, kaip vyresni žmonės gali prisitaikyti prie naujų socialinių vaidmenų, nepraradami prasmės ir tapatumo. Šiuolaikinėje visuomenėje senėjimas nebelaikomas vien biomedicininio reiškiniu, jis įgauna kultūrinę, socialinę ir egzistencinę dimensiją, susijusią su asmens vaidmens pokyčiais visuomenėje. H. Laceulle (2018) pažymi, kad senatvė vis dažniau suvokiama kaip antrasis savęs atradimo etapas: metas reflektuoti, mokytis, dalintis sukaupta patirtimi ir konstruoti naujus tapatybės aspektus. Ši paradigma atitinka vadinamąjį „refleksyvos senatvės“ modelį, kuriame žmogus išlieka savo gyvenimo kūrėju net ir patyręs fiziologinių ribotumų (Bohlmeijer ir kt., 2007).

Savirealizacija šiame kontekste neapsiriboja individualiu pasiekimu ar asmeniniu tobulėjimu, ji įgauna socialinės praktikos formą. Dalyvaudamas socialiniuose, kūrybiniuose ir bendruomeniniuose procesuose senyvo amžiaus žmogus ne tik įtvirtina savo vertę, bet ir palaiko ryšį su kitais, stiprina priklausymo jausmą ir

patiria savo veiksmų reikšmingumą (Czekierda, Banik, Park, 2021). Taigi savirealizacija tampa socialinės sąveikos dalimi, kur prasmė konstruojama dalyvaujant, puoselėjant bendrystę ir abipusį pripažinimą.

Empiriniai tyrimai rodo, kad aktyvus socialinis dalyvavimas (pvz., savanorystė, bendra kelių kartų veikla, meno ar švietimo projektai) reikšmingai stiprina vyresnio amžiaus asmenų savirealizacijos jausmą ir tapatybės tęstinumą. Dalyvavimas bendruomenėje padeda išvengti socialinės atskirties, skatina pasididžiavimą savimi ir leidžia išlaikyti svarbiausius gyvenimo vaidmenis net pasitraukus iš darbo rinkos (Levasseur ir kt., 2022). Šie rezultatai sutampa su aktyvaus senėjimo paradigma, kai pabrėžiama, kad žmogaus vertė išlieka tiek, kiek jis turi galimybių dalyvauti ir veikti aplinką.

Kultūriniai modeliai daro lemiamą įtaką savirealizacijos formoms ir jos raiškai. Rytų Europos visuomenėse savirealizacija dažniausiai siejama su šeimos santykių palaikymu, pareigomis ir tarpusavio priklausomybe. Tokiuose kontekstuose senyvo amžiaus asmens prasmės jausmas kyla iš socialinio įsipareigojimo, rūpinimosi artimaisiais ir vertybinio tęstinumo. Vakarų kultūrose – priešingai, vyrauja autonominis ir individualistinis savirealizacijos modelis, kuriame pagrindinis dėmesys skiriamas asmeninei laisvei bei kūrybiškumui. Šie kultūriniai skirtumai lemia ir socialinio darbo strategijų diferenciaciją: vienur didesnę dėmesį reikia skirti bendruomeniniam ryšiui, kitur – skatinti individualų potencialą.

Kai kurios naujausios studijos rodo, kad kultūrinius skirtumus atskleidžia ir dvasinės savirealizacijos samprata. Bendruomenių kultūrose dvasinis augimas siejamas su tarnyste kitiems, šeimos įsipareigojimu ar kartų ryšių stiprinimu, tuo tarpu individualistinėse visuomenėse – su asmeniniu savęs supratimu, vidinės taikos ir darnos paieškomis. Abiem atvejais dvasinė dimensija tampa tiltu tarp individualios patirties ir bendruomeninio dalyvavimo, todėl savirealizacija senatvėje išlieka tiek asmenine, tiek socialine praktika.

Socialinio darbo požiūriu šie skirtumai turi praktinę reikšmę. Paslaugų teikėjai turi atsižvelgti į kultūrinės vertybes, kurios formuoja vyresnių žmonių tapatybę ir prasmės suvokimą. Tyrimai (Van Loon ir kt., 2023) rodo, kad kultūriškai jautrus požiūris, kai socialinis darbuotojas skatina tiek individualią saviraišką, tiek socialinį įsitraukimą, sukuria palankesnes sąlygas senyvo amžiaus asmenims išgyventi savirealizaciją. Tai ypač svarbu mišrioje bendruomenėje, kur skirtingi kultūriniai prasmės kūrimo modeliai gali konfliktuoti, bet kartu ir papildyti vienas kitą.

Taigi savirealizacija senatvėje yra kultūriškai ir socialiai įterpta konstrukcija, kuri priklauso nuo ekonominių, vertybinių bei santykinių sąlygų. Ji gali reikštis kaip asmens vidinė branda, šeimos ar bendruomenės ryšių stiprinimas arba kaip socialinė veikla, vertinga kitiems. Bendra visų modelių ašis – prasmės paieška ir orumo išlaikymas. Todėl socialinio darbo teorijoje vis dažniau kalbama apie „eg-

zistencinį įgalinimą“ (angl. *existential empowerment*), kai pagalba orientuota ne tik į paslaugų teikimą, bet ir į savirealizacijos galimybių sudarymą per kultūriškai artimas formas (Bohlmeijer ir kt., 2022; Hupkens, Machielse, Goumans, Derkx, 2018).

Apibendrinant demografinis senėjimas atskleidžia, kad savirealizacija neatsiejama nuo platesnio socialinio ir kultūrinio konteksto. Šiuolaikinėje visuomenėje senatvė tampa antruoju gyvenimo raidos etapu, kuriame žmogus iš naujo konstruoja savo tapatybę, santykius ir prasmę. Tai iššūkis ne tik individui, bet ir institucijoms, kaip sukurti erdves, kuriose vyresnio amžiaus žmonės galėtų būti ne tik prižiūrimi, bet ir veikiantys, kuriantys, dalyvaujantys.

Socialinis darbas atlieka tarpininko tarp žmogaus ir aplinkos vaidmenį, jis susieja individualius poreikius su struktūrinėmis galimybėmis bei socialinėmis institucijomis. Ši profesinė funkcija ypatingą reikšmę įgauna senėjimo kontekste, kai asmens fiziniai, psichologiniai ir socialiniai ištekliai silpnėja, o priklausomybė nuo išorinės pagalbos didėja. Tyrimai rodo, kad socialiniai darbuotojai gali tiesiogiai skatinti savirealizaciją per įgalinimo (angl. *empowerment*) procesus, padėdami senyvo amžiaus asmenims susigrąžinti kontrolės jausmą, priimti sprendimus, įsitraukti į prasmingas veiklas ir reflektuoti savo gyvenimo reikšmę (De Medeiros ir kt., 2022; Payne, 2021).

Įgalinimo paradigma remiasi prielaida, kad kiekvienas asmuo, nepaisant jo amžiaus ar sveikatos būklės, turi potencialą veikti, kurti ir lemti savo gyvenimo kokybę. Šiuolaikiniai tyrimai (Kraun, De Vlieghe, Ellen, Van Achterberg, 2023) pabrėžia, kad vyresnio amžiaus žmonių įgalinimas nėra vien instrumentinis procesas – tai egzistencinė patirtis, kai žmogus patiria, kad jo balsas svarbus, o sprendimai – vertingi. Taip įgalinimas tampa savirealizacijos prielaida, nes atkuriamas veiksnio (angl. *agency*) ir autonomijos pojūtis.

Vis dėlto institucinių paslaugų praktikoje vis dar vyrauja deficito modelis, orientuotas į bazinių poreikių tenkinimą, maitinimą, slaugą, medicininę priežiūrą, aukštesnius prasmės, kūrybos, saviraiškos ir bendruomeniškumo poreikius dažnai paliekant nuošalyje. Tokia struktūrinė inercija sukuria situaciją, kurią S. Hupkens'as ir bendraautoriai (2018) apibūdina kaip „socialinį nutildymą“ (angl. *social silencing*): vyresni asmenys tampa paslaugų objektais, o ne subjektais. Jų vidinės patirtys, dvasiniai išgyvenimai neišgirsti ir potencialas nepripažintas. Šis reiškinys ypač ryškus globos institucijose, kur socialinės sąveikos dažnai ribojamos iki funkcinių veiksmų.

Empiriniai duomenys atskleidžia, kad egzistencinio dialogo ir refleksyvosios praktikos taikymas socialiniame darbe su senyvo amžiaus asmenimis gerokai prisideda prie jų savirealizacijos ir psichologinės gerovės (Van Loon ir kt., 2023). Egzistencinis dialogas leidžia asmeniui ne tik įvardyti savo baimes, praradimus, bet ir

atrasti asmeninius tikslus bei prasmės šaltinius. Šis metodas atitinka „egzistencinio įgalinimo“ (angl. *existential empowerment*) koncepciją, kai socialinis darbuotojas padeda žmogui ne tik įveikti gyvenimo ribotumus, bet ir iš naujo apibrėžti savo buvimo vertę (Bohlmeijer, Westerhof, Lamers, 2007).

Socialinis darbuotojas, veikdamas kaip prasminis tarpininkas, padeda žmogui susieti savo praeities patirtis su dabartimi, o dabartį – su galimais ateities tikslais. Tokia praktika atliepia logoterapinį principą, kad prasmė visada yra, tik ją reikia atrasti net ir skausmingose patirtyse (Frankl, 1969). Vykdydami kūrybines veiklas, pasitelkę pasakojimus, meno ar savanorystės programas, socialiniai darbuotojai kuria erdves, kuriose senyvo amžiaus žmonės gali patirti veikimo prasmę, dalintis, kurti, mokytis, rūpintis kitais.

Be to, naujausi tyrimai atskleidžia, kad įgalinimo praktikos efektyviausios tada, kai jos derinamos su bendruomeniniu požiūriu. Dalyvavimas bendruomeninėse veiklose, kuriose vyresnio amžiaus asmenys gali veikti kaip mentoriai ar patirties dalintojai, reikšmingai didina jų pasitenkinimą gyvenimu ir stiprina tapatybės tęstinumą. Tokie rezultatai rodo, kad savirealizacija socialiniame darbe neturėtų būti suprantama tik kaip individuali siekiamybė, ji yra ir bendruomeninė patirtis, grindžiama tarpusavio priklausomybe.

Vis daugiau dėmesio skiriama kūrybinėms socialinio darbo intervencijoms, kurios apima meninius, refleksinius ir edukacinius metodus. Tyrimai atskleidžia, kad meninė išraiška, pasakojimų terapija ar gyvenimo istorijos rašymas (angl. *life review*) gali reikšmingai pagerinti senyvo amžiaus asmenų psichologinę gerovę, auginti jų savivertę ir prasmės jausmą (Van Loon ir kt., 2023; McAdams, McLean, 2022). Šios veiklos leidžia išreikšti emocijas, apmąstyti praeitį ir sustiprinti tapatumą per kūrybą, o socialinis darbuotojas tampa procesą lydinčiu fasilitatoriumi, padedančiu įprasminti patirtis.

Socialinis darbas, orientuotas į savirealizaciją, reikalauja paradigminio pokyčio nuo priežiūros modelio prie įgalinimo modelio. M. Payne (2021) pabrėžia, kad toks požiūris keičia socialinio darbo tikslą: vietoj siekio „kompensuoti trūkumus“ svarbiau tampa „aktyvinti potencialą“. Taip socialinis darbuotojas tampa prasmingumo architektu, žmogumi, kuris kuria sąlygas, padedančias kitam atrasti savo vertę, o ne ją nustato už jį.

Šiuolaikinė „gero senėjimo“ (angl. *good ageing*) paradigma (Levasseur ir kt., 2022) pabrėžia, kad orus ir sėkmingas senėjimas – tai ne ligų nebuvimas, bet prasmingas gyvenimas. Todėl socialinis darbas tampa viena kertinių disciplinų, galinčių senėjimo patirtį transformuoti iš pasyvios pagalbos į aktyvų dalyvavimą, iš institucinio rūpesčio – į egzistencinį bendradarbiavimą, iš tylos – į dialogą.

## 2. Tyrimo metodologija

Siekiant atskleisti, kaip socialiniai darbuotojai suvokia ir palaiko senyvo amžiaus asmenų savirealizaciją bei gyvenimo prasmės paieškas, pasirinktas kokybinis tyrimo dizainas, grindžiamas naratyvine prieiga. Šis pasirinkimas atitinka tyrimo tikslą – ne kiekybiškai išmatuoti reiškinį, o suprasti patirtis, prasmes ir subjektyvius išgyvenimus, kurie lemia, kaip socialiniai darbuotojai savo praktikoje atpažįsta ir remia vyresnio amžiaus asmenų savirealizacijos procesus.

C. K. Riessman'o (2008) teigimu, naratyvinis metodas suteikia galimybę pažinti žmonių patirtis per jų pačių pasakojimus – tai, kaip jie interpretuoja savo veiklą, santykius ir profesinę misiją. Pasakojimai atskleidžia ne tik faktus, bet ir vertybinį, emocinį bei kultūrinį kontekstą. D. J. Clandinin'as ir F. M. Connelly (2000) pažymi, kad naratyvinis tyrimas remiasi trimis dimensijomis – laiku (patirčių tęstinumu), socialine sąveika (santykiu su kitais) ir vietos kontekstu (aplinka, kurioje veiksmai įgyja prasmę). Šios dimensijos leidžia suprasti socialinių darbuotojų patirtis kaip procesą, susijusį su jų tapatybe, vertybėmis ir profesiniu pašaukimu.

Naratyvinė prieiga pasirinkta dar ir dėl to, kad socialinis darbas, kaip disciplina, veikia tarp individualaus išgyvenimo ir struktūrinės realybės ribų (Payne, 2021). Tyrimo tikslas – atskleisti, kaip socialiniai darbuotojai, veikdami tarp kliento, institucijų ir kultūrinių normų, konstruoja savirealizacijos sampratą. Tokia prieiga leidžia tyrėjui „išgirsti“ profesinius pasakojimus, kaip prasminių praktikų (angl. *meaning-making practices*) formas (Chase, 2018).

Kokybinis naratyvinis tyrimas grindžiamas ir hermeneutiniu požiūriu, reiškinyms nagrinėjamas per interpretaciją, dialogą ir kontekstą. Naratyvinis metodas pasirinktas sąmoningai, kaip tinkamiausias būdas atverti egzistencinį savirealizacijos konstrukta, nes šis reiškinyms neatsiejamas nuo subjektyvumo, vertybių ir tapatybės refleksijos.

Tyrimo imtis sudaryta taikant tikslingą atranką (angl. *purposive sampling*), siekiant pasirinkti informantus, kurie turi praktinės darbo su senyvo amžiaus asmenimis patirties. M. Q. Patton'o teigimu, tikslinga atranka leidžia pasirinkti dalyvius, kurie „geriausiai atspindi tyrimo reiškinį ir gali suteikti turiningos informacijos“ (2015, 14).

Tyrimo dalyvavo šeši socialiniai darbuotojai, dirbantys socialinės globos namuose ir dienos centruose. Visi tyrimo dalyviai turi ne mažesnę kaip penkerių metų profesinę patirtį, tiesiogiai susijusią su senyvo amžiaus asmenų priežiūra, jų užimtumo organizavimu, socialinio įgalinimo veiklomis. Trims respondentams būdinga vadovaujamoji patirtis, trims – praktinė individualaus darbo su klientais patirtis. Tai leido į tyrimą įtraukti skirtingus socialinio darbo lygmenis: mikro- (tiesioginis darbas su klientu) ir mezo- (institucinis kontekstas, paslaugų organizavi-

mas). Amžiaus intervalas – nuo 28 iki 54 metų; penkios moterys ir vienas vyras. Visi respondentai dirba Vakarų Lietuvos regione, kur gyventojų senėjimo rodikliai viršija šalies vidurkį (Lietuvos statistikos departamentas, 2024). Atrankos kriterijai buvo: (1) ne mažesnė nei trejų metų patirtis dirbant su senyvo amžiaus asmenimis; (2) dalyvavimas veiklose, kurios susijusios su savirealizacijos ar užimtumo programomis; (3) savanoriškas sutikimas dalyvauti tyrime. Šis atrankos būdas atitinka U. Flick'o (2018) rekomendacijas dėl „teorinės atrankos pagrįstumo“, kai dalyviai atrenkami ne siekiant reprezentatyvumo, o norint išsamiai apibūdinti reiškinį skirtinguose kontekstuose.

Duomenys buvo renkami taikant pusiau struktūruoto interviu metodą, kuris leidžia derinti tyrėjo struktūruotus klausimus su galimybe laisvai išplėtoti temas, išskylančias pokalbio metu. Tokia forma užtikrina duomenų nuoseklumą ir kartu suteikia laisvę pasakojimui, būdingą naratyviniam požiūriui. Kiekvienas pokalbis truko nuo 45 iki 70 minučių. Tyrėjo vaidmuo buvo ne vertinti, o lydėti pasakojimą, skatinti refleksiją ir giluminius atsakymus. Interviu eiga nustatyta remiantis literatūros analize ir apėmė dvi temines kategorijas. *Savirealizacijos ir gyvenimo prasmės veiksniai senyvo amžiaus asmenų gyvenime*, kaip socialiniai darbuotojai juos atpažįsta ir skatina. *Socialinių darbuotojų vaidmuo ir praktikos*, padedančios vyresnio amžiaus asmenims įgyvendinti savirealizacijos siekius.

Visi interviu buvo įrašyti, transkribuoti pažodžiui. Duomenys analizuoti taikant kokybinės turinio analizės principus (Schreier, 2012), integruojant naratyvinę interpretaciją. Analizė vyko trimis etapais. Atvirojo kodavimo etape išskirti pasikartojantys žodžiai, metaforos, pasakojimo sekos, atspindinčios socialinių darbuotojų patirtis ir požiūrius. Teminio grupavimo etape kodo vienetai sujungti į platesnes prasmines kategorijas (pvz., „savirealizacija per veiklą“, „egzistencinis dialogas“, „institucinės ribos“). Naratyvinės interpretacijos etape kategorijos susietos į nuoseklias pasakojimų linijas, kurios atskleidžia, kaip socialiniai darbuotojai konstruoja prasmės ir savirealizacijos supratimą savo profesinėje praktikoje. Analizės procesas buvo interaktyvus, duomenys grįžtamai peržiūrėti, kol išryškėjo centrinės naratyvinės ašys (angl. *core narratives*). Tokiu būdu siekta teminio prisotinimo (angl. *data saturation*), kai nauji duomenys nebeatskleidė naujų reikšmių. Remiantis C. K. Riessman'u (2008), naratyvinė analizė leidžia tyrėjui rekonstruoti ne tik tai, *ka* socialiniai darbuotojai sako, bet ir *kaip* jie pasakoja, kokius simbolius, chronologiją ir emocinius akcentus taiko. Tokia analizė atveria gilesnį reiškinio, kaip prasminio kūrimo proceso savirealizacijos senatvėje, supratimą.

Tyrimas atliktas laikantis pagrindinių socialinių mokslų etikos principų: informuoto sutikimo, savanoriškumo, anonimiškumo, konfidencialumo, nežalos ir pagarbos žmogaus orumui. Dalyviai buvo supažindinti su tyrimo tikslais, duomenų naudojimo sąlygomis ir turėjo teisę bet kada pasitraukti iš tyrimo. Jie savanoriš-

kai pasirašė informuoto sutikimo formą, užtikrinančią jų autonomiją ir pasirinkimo laisvę. Siekiant išsaugoti anonimiškumą, kiekvienam dalyviui buvo suteiktas pseudonimas, o visos identifikuojančios detalės pašalintos iš tyrimo medžiagos. Tyrime vadovautasi nežalos principu, užtikrinant, kad interviu nekeltų psichologinio diskomforto ar emocinio streso. Konfidencialumo principas taikytas tiek duomenų rinkimo, tiek analizės etapuose, informacija saugoma pagal BDAR (GDPR) reikalavimus. Teisingumo principas įgyvendintas užtikrinant vienodą pagarbą visiems dalyviams, nepaisant jų darbo patirties ar pareigų. Tyrėjo atsakomybė apėmė skaidrumą, refleksyvumą ir etinių sprendimų dokumentavimą tyrimo žurnale. Visi tyrimo veiksmai buvo orientuoti į dalyvių orumo, saugumo ir pagarbos principų išlaikymą.

### 3. Rezultatai

Atlikto kokybinio tyrimo duomenų analizė atskleidė, kad senyvo amžiaus asmenų savirealizacijos procesas pasižymi daugiasluoksne ir dinamine struktūra, kurioje gyvenimo prasmė konstruojama per nuolat kintančius asmeninius bei socialinius santykius. Tyrimo dalyvių pasakojimai atskleidžia nuoseklią prasminės raidos seką, leidžiančią rekonstruoti savirealizacijos eigą kaip procesą, kuriame iš pradžių išryškėja esminiai gyvenimo prasmės komponentai, vėliau – veiksniai, trikdantys šį procesą, o toliau – atramos taškai, padedantys senyvo amžiaus asmenims išlaikyti ar atkurti prasmės patyrimą. Galiausiai išskiriamas socialinio darbuotojo vaidmuo, veikiantis kaip tarpininkaujantis ir įgalinantis elementas šiame prasminės patirties atsinaujinimo procese.

Tyrimo dalyviai gyvenimo prasmę senatvėje apibūdino kaip asmeninį ir nuolat kintantį procesą, kuriame svarbiausia yra turėti tikslą, išsaugoti troškimą veikti ir gebėjimą matyti gyvenimo vertę net kasdienybės smulkmenose. Dauguma dalyvių pabrėžė, kad prasmės paieška yra glaudžiai susijusi su praities refleksija, sugebėjimu pažvelgti į savo patirtis kaip į išminties šaltinį. „Dabar daugiau mąstau, kam viskas buvo... gal tam, kad išmokčiau vertinti paprastus dalykus“, – dalijosi viena dalyvė (SD4). Tokiu būdu gyvenimo prasmė senatvėje tampa ne statiška būseną, o judėjimu tarp praities ir dabarties, siekiant atrasti tęstinumą tarp to, kas buvo, orientuojantis į tai, kas dar įmanoma. Kaip teigia F. Martela ir F. Steger'is (2016), prasmės pojūtis kyla įgyvendinus vertingiausius tikslus, o tyrimo dalyvių pasakojimai šią mintį patvirtina, kad senatvėje gyvenimo vertė iš naujo konstruojama apmąstant kasdienybę, asmeninius siekius ir artumą su kitais. Šiame etape prasmė pasirodo kaip egzistencinė tąsa, žmogaus pastanga išlaikyti gyvenimo logiką net tada, kai išoriniai vaidmenys silpnėja. Šie duomenys dera su V. Frankl'o (1969)

egzistenciniu požiūriu, pabrėžiančiu, kad prasmės paieška yra pagrindinė žmogaus motyvacija, išliekanti svarbi net gyvenimo pabaigoje.

Natūralus žingsnis po prasmės paieškos yra susidūrimas su tuo, kas ją griaua. Dalyvių pasakojimuose išryškėjo, kad netektys, vienišumas, sveikatos problemos ir visuomenės požiūris tampa pagrindinėmis savirealizacijos kliūtimis. „Kai mirė vyras, lyg visas gyvenimas sustojo, nežinau, kam keltis ryte“, – pasakojo viena moteris (SD2). Šie pasakojimai atskleidė ne tik emocinį pažeidžiamumą, bet ir egzistencinį trapumą – prasmė senatvėje nėra duotybė, o nuolat atnaujinama pastanga. Dalyviai kalbėjo apie amžizmo ir stigmatizacijos poveikį, visuomenės tendenciją nuvertinti seną žmogų kaip nebeįdomų. „Jauni nebeklausia patarimo, atrodo, kad jau nebereikalinga“ (SD1). Tokios patirtys patvirtina B. Levy's (2020) tyrimų išvadas, kad socialinis amžiaus šališkumas mažina vyresnių asmenų pasitikėjimą savimi, kontrolės pojūtį bei motyvaciją dalyvauti visuomenės gyvenime. Prasmės praradimas čia išskyla kaip socialiai nulemta būseną, priklausanti ne tik nuo vidinių išteklių, bet ir nuo to, kiek visuomenė leidžia žmogui būti matomu, naudingu, girdimu.

Perėjimas nuo kliūčių prie atramų įvyksta natūraliai: žmogų ištikus prasmės krizei, jis ieško to, kas padeda ją susigrąžinti. Dalyvių pasakojimuose išryškėjo trys pagrindiniai prasminiai atramos šaltiniai: tikėjimas, šeima ir nauja veikla. „Kiekvieną rytą atsikeliu ir padėkoju Dievui, kad dar viena diena. Tai ir yra mano prasmė“ (SD5). „Vaikai – mano visas pasaulis. Kol jie ateina, tol aš gyvenu“ (SD3). Tikėjimas suteikia transcendencinį pamatą, šeima – emocinį, o veikla – praktinį prasmės tęsinį. Šie trys atramos poliai susilieja į prasminę pusiausvyrą, kuri leidžia žmogui jaustis vertingu net pasikeitus gyvenimo aplinkybėms. Atramų sistema atskleidžia, kad prasmės pojūtis kyla ne iš vieno šaltinio, o iš santykio tarp dvasinės, socialinės ir veiklos dimensijų, kurios kartu sudaro asmens egzistencinį stuburą. Tokį daugiadimensį modelį patvirtina ir S. Hupkens'as, A. Machielse, M. Goumans'as ir P. Derkx (2018) bei V. Juškienė ir J. Navickienė (2021) tyrimai, kuriuose pabrėžiama, kad dvasinė dimensija – gebėjimas matyti vertę kasdienybėje, net ir mažose veiklose – palaiko gyvenimo prasmingumą bei dvasinę darną.

Tyrimo dalyviai savo gyvenimo prasmės išlaikymą glaudžiai siejo su artimiausiais santykiais. Šeima pasirodė kaip dvipusis veiksnys, ji gali tiek stiprinti, tiek silpninti prasmės pojūtį. „Kai vaikai aplanko, širdis džiaugiasi, bet kai neateina – atrodo, kad gyveni veltui“ (SD2). Kai šeimos ryšiai paremti rūpesčiu, pagarba ir dėmesiu, senyvas žmogus jaučiasi saugus ir reikalingas. Tačiau santykiams nutrūkus, kyla bejėgiškumo ir atstūmimo jausmas. Šeima šioje fazėje tampa veidrodžiu, atspindinčiu asmens vertės jausmą. Kuo daugiau atspindžio, tuo stipresnis prasmės suvokimas; kuo daugiau šešėlių, tuo gilesnis egzistencinis nuovargis. Tokie rezul-

tatai atliepia E. Bohlmeijer'io ir kt. (2007) išvadas, kad asmeninis veiksmingumas bei santykių kokybė yra vieni svarbiausių savirealizacijos veiksnių senatvėje.

Perėjimas nuo santykių prie veiklos rodo, kad prasmė senatvėje ne tik apmąstoma, ji įkūnijama veikiant. Tyrimo dalyviai dažniausiai minėjo meninę ir grupinę veiklą, sportą, rankdarbius bei renginius. „Kai piešiu, atrodo, kad vėl esu gyva, nebeskauda“ (SD6). Šios veiklos suteikia struktūrą kasdienybei, palaiko savivertę ir sveikatą, leidžia patirti bendrystę. Dalyvių pasakojimai patvirtina, kad užimtumas palaiko kognityvinius gebėjimus ir gerina emocinę savijautą. Veikla tampa prasmės ritualu, per ją žmogus kasdien patvirtina, kad gyvenimas vis dar turi kryptį ir vertę. Šiuos empirinius pastebėjimus sustiprina WHO (2023) bei M. Levasseur'o ir kt. (2022) tyrimai, pabrėžiantys, kad aktyvus dalyvavimas socialinėje bei kūrybinėje veikloje ne tik palaiko fizinę sveikatą, bet ir stiprina asmens orumo bei tapatybės pojūtį.

Natūraliai iš veiklos kyla bendruomeniškumo tema. Dalyviai pasakojo, kad įsitraukimas į bendruomenines veiklas suteikia priklausymo jausmą ir galimybę dalyvauti patirtimi. „Kai einu į centrą, atrodo, kad esu tarp savų. Niekas neskuba, visi girdi“ (SD1). Bendruomeninė sąveika ne tik plečia socialinius ryšius, bet ir kuria bendruomenės prasmės lauką – vietą, kur žmogus jaučiasi vertinamas ne dėl amžiaus, o dėl buvimo kartu. Bendruomenė senatvėje tampa socialiniu laiku, kuriame žmogus iš naujo atranda savo tapatybę ir socialinį balsą. Tokį bendruomeniškumo poveikį savirealizacijai patvirtina C. Cunha, Voss'o, G. Andrade, R. Delerue-Matos'o (2024) metaanalizė, parodžiusi, kad aktyvus dalyvavimas bendruomenėje, vykdamas savanorystę ar sąveikaujant kartoms, stiprina prasmingumo jausmą ir didina pasitenkinimą gyvenimu.

Paskutinėje tyrimo analizės grandyje išryškėjo socialinio darbuotojo, kaip palydovo, vaidmuo. Dalyviai pabrėžė, kad empatija, dėmesys ir pagarba padeda jiems ne tik spręsti praktines problemas, bet ir susigrąžinti pasitikėjimą savimi. „Kai socialinė darbuotoja ateina, atrodo, kad kažkam rūpiu. Tada ir pati noriu gyventi“ (SD4). Socialinis darbuotojas čia tampa egzistenciniu liudinininku, žmogumi, kuris išklauso, palaiko, padaršina ir padeda įžvelgti gyvenimo tęstinumą. Tokia sąveika atitinka įgalinimo paradigmą socialiniame darbe, kai pagalbos santykis grindžiamas ne hierarchija, o partneryste (Payne, 2021). Socialinis darbas šiuo atveju peržengia instrumentines ribas – jis tampa prasminės pagalbos praktika, kurioje klientas ne tik gauna paramą, bet ir įgalinamas iš naujo įžvelgti savo gyvenimo vertę. Kaip pabrėžia E. Bohlmeijer'is ir kt. (2022), egzistencinis įgalinimas yra ne paslaugų teikimo forma, o procesas, kai žmogus atgauna savo balsą, kontrolės pojūtį ir tapatybės tęstinumą.

Naratyvinė analizė atskleidė, kad senyvo amžiaus asmens prasmės paieška yra procesas, vykstantis įtampos lauke tarp patiriamo pažeidžiamumo (trapumo), susi-

jusio su sveikatos, autonomijos ir socialinių vaidmenų praradimais, ir prasmės rekonstrukcijos (atgimimo), kai pasitelkus naujus ryšius, veiklas ir vidinius išteklius kuriami nauji orientyrai. Gyvenimo prasmė senatvėje – ne galutinis atsakymas, o nuolatinis dialogas su savimi ir aplinka.

## Išvados

Senyvo amžiaus asmenų savirealizacija yra dinamiškas ir daugiasluoksnis procesas, kuriame prasmė konstruojama vidiniams ir išoriniams veiksniams sąveikaujant. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad savirealizacijos pagrindą sudaro trys esminės atramos – tikėjimas, šeima ir veikla, kurios suteikia gyvenimo tęstinumo, emocinio saugumo ir veikimo prasmės jausmą. Gyvenimo prasmė senatvėje ne duota, o nuolat atkurama – ji gimsta per gebėjimą reflektuoti praeitį, išlaikyti ryšius ir įsitraukti į prasmingą veiklą. Literatūros analizė patvirtina, kad prasmės šaltiniai glaudžiai siejasi su egzistenciniais (vidiniais) ir socialiniais (bendruomeniniais) aspektais, lemiančiais tapatybės tęstinumą ir orumą.

Didžiausios savirealizacijos kliūtys susijusios su vienišumu, netektimis, sveikatos silpnėjimu ir visuomenės požiūrio stereotipais, tačiau šie sunkumai gali būti įveikti per socialinį ryšį ir įgalinimą. Prasmės silpnėjimą lemia ne tik fiziniai ar emociniai apribojimai, bet ir socialinis „nutildymas“, kai senyvas žmogus nebepatiria pripažinimo ir nebeturi pasirinkimo laisvės. Tuo tarpu galimybė rinktis, būti išklaustyta ir dalyvauti socialinėse veiklose atskleidžia gebėjimą veikti, priimti sprendimus ir jaustis vertingam. Tai atitinka literatūroje aprašytas aktyvaus ir prasmingo senėjimo paradigmas, akcentuojančias dalyvavimą, orumą ir savarankiškumą, kaip esminius psichosocialinės gerovės veiksnius. Socialinis darbuotojas tampa prasmingu veikėju, padedančiu senyvo amžiaus asmeniui išlaikyti gyvenimo prasmės tęstinumą ir savirealizaciją.

Tyrimo duomenys atskleidė, kad empatija, pagarba ir dialogas tarp socialinio darbuotojo ir kliento yra pagrindiniai egzistencinio įgalinimo elementai. Socialinis darbuotojas, skatindamas refleksiją, kūrybiškumą ir dalyvavimą, sudaro sąlygas asmeniui iš naujo atrasti savo vertę ir veikimo prasmę. Taip socialinis darbas tampa ne tik pagalbos, bet ir prasminės rekonstrukcijos praktika, kai žmogus iš pasyvaus paslaugų gavėjo transformuojamas į aktyvų savo gyvenimo kūrėją.

## Literatūra

- Bagdonas, A., Kairys, A., Zamalijeva, O. (2017). Senų žmonių funkcionavimo, senatvės ir senėjimo tyrimų gairės: Biopsichosocialinio modelio prieiga. *Socialinė teorija, empirija, politika ir praktika*, 15, 80–102.
- Bar-Tur, L. (2021). Fostering well-being in the elderly: Translating theories on positive aging to practical approaches. *Frontiers in Medicine*, 8, 1–9.

- Bohlmeijer, E., Roemer, M., Cuijpers, P., Smit, H. F. E. (2007). The effects of reminiscence on psychological well-being in older adults: A meta-analysis. *Aging and Mental Health*, 11 (3), 291–300.
- Charenkova, J. (2022). Socialinio darbuotojo vaidmuo persikeliant į globos įstaigą vyresniame amžiuje. *Socialinis darbas. Patirtis ir metodai*, 29 (1), 61–81.
- Chase, S. E. (2018). Narrative inquiry: Toward theoretical and methodological maturity. In N. K. Denzin, Y. S. Lincoln (Eds.). *The Sage handbook of qualitative research*. 5th ed., 546–560. Sage.
- Clandinin, D. J., Connelly, F. M. (2000). *Narrative inquiry: Experience and story in qualitative research*. Jossey-Bass.
- Cunha, C., Voss, G., Andrade, R., Delerue-Matos, A. (2024). Is formal social participation associated with cognitive function in middle-aged and older adults? A systematic review with meta-analysis of longitudinal studies. *Behavioral Sciences*, 14 (4), 262.
- Czekierda, K., Banik, A., Park, C. L., Luszczynska, A. (2021). Meaning in life and physical health: Systematic review and meta-analysis. *Health Psychology Review*, 15 (1), 1–23.
- Dewitte, S., Dezutter, J. (2021). Meaning reflectivity in later life: The relationship between reflecting on meaning in life, presence and search for meaning, and depressive symptoms in older adults. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 726150.
- Flick, U. (2018). *An introduction to qualitative research*. 6th ed. Sage.
- Gaižauskaitė, I., Valavičienė, N. (2016). *Socialinių tyrimų metodai: Kokybinis interviu*. Vilnius: VĮ Registrų centras.
- Grouden, M. E., Jose, P. E. (2015). Do sources of meaning differentially predict search for meaning, presence of meaning, and wellbeing. *International Journal of wellbeing*, 5 (1), 33–52.
- Hupkens, S., Machiels, A., Goumans, M., Derkx, P. (2018). Meaning in life of older persons: An integrative literature review. *Nursing Ethics*, 25 (8), 973–991.
- Juškenienė, V., Navickienė, J. (2021). Dvasinis asistavimas kaip integrali dvasinės pagalbos dalis. Mokslo ir tikėjimo dialogai. *Tiltai*. Priedas: mokslo darbai, 51, 122–137.
- Kellehear, A., Garrido, M. (2023). Existential ageing and dying: A scoping review. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 104, Article 104798.
- Kraun, L., De Vlieghe, K., Ellen, M., Van Achterberg, T. (2023). Interventions for the empowerment of older people and informal caregivers in transitional care decision-making: Short report of a systematic review. *BMC Geriatrics*, 23, 1–10.
- Lacelle, H. (2018). *Ageing and self-realization: Cultural narratives about later life*. Transcript Publishing.
- Levasseur, M., Lussier-Therrien, M., Lee Biron, M., Raymond, É., Castonguay, J., Tremblay, L. (2022). Scoping study of definitions of social participation: Update and co-construction of an interdisciplinary consensual definition. *Age and Ageing*, 51 (2), afab215.
- Levy, B. (2020). Ageism and its impact on older persons' health. *Innovation in Aging*, 4 (Supplement 1), 672.
- Lieblich, A., Tuval-Mashiach, R., Zilber, T. (1998). *Narrative research: Reading, analysis, and interpretation*. Sage.
- Lincoln, Y. S., Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Sage.
- Malette, J. (2022). Retirement and existential meaning in the older adult: A qualitative study using life review. *Journal of Gerontological Social Work*, 65 (6), 635–650.
- Martela, F., Steger, M. F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*, 11 (5), 531–545.
- McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22 (3), 233–238.
- Mikton, C., de la Fuente-Núñez, V., Officer, A., Krug, E. (2021). Ageism: A social determinant of health that has come of age. *The Lancet*, 397(10282), 1333–1334.
- Nowell, L. S., Norris, J. M., White, D. E., Moules, N. J. (2017). Thematic analysis: Striving to meet the trustworthiness criteria. *International Journal of Qualitative Methods*, 16 (1), 1–13.
- Oz, Y. C., Duran, S., Dogan, K. (2022). The meaning and role of spirituality for older adults: A qualitative study. *Journal of Religion & Health*, 61 (2), 1490–1504.
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research and evaluation methods* (4th ed.). Sage.
- Payne, M. (2021). *Modern social work theory*. 5th ed. Oxford University Press.
- Pezhummootil Vasudevan, A., Sivaramakrishnan, S., Rajan, S. I. (2022). Purpose in life in older adults: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19 (10), 5860.
- Phillipson, C. (2022). *Ageing, social structure, and identity: Rethinking social theory*. Policy Press.

- Riessman, C. K. (2008). *Narrative methods for the human sciences*. Sage.
- Schreier, M. (2012). *Qualitative content analysis in practice*. Sage.
- Tsubouchi, Y., Yorozyu, K., Tainosho, A., Naito, Y. (2021). A conceptual analysis of older adults' empowerment in contemporary Japanese culture. *BMC Geriatrics*, 21, 1–12.
- Van Staalduinen, W., Schoch, S., Stiehr, K., Ganzarain, J., Annella, L., Naujanienė, R., Gerulaitienė, E. (2022). Quality of life in nursing homes: a European approach for improvement. *Quality of life: an interdisciplinary perspective*, ed. by S. Tripathi, R. Rai, I. van Rompay-Bartels, 45–60.
- Vissers, J. Uir kt. (2024). Meaning in late life: A scoping review. *Journal of Aging Studies*, 73, 101092.
- World Health Organization (WHO). (2023). *World report on ageing and health – Active ageing framework*. Geneva: World Health Organization.

## **SELF-REALISATION OF OLDER PEOPLE: THE EXPERIENCES OF SOCIAL WORKERS**

**Akvilė Virbalienė, Aurelija Šiurienė, Edita Jezukevičienė**

### **Summary**

The article 'Self-Realisation of Older People: The Experiences of Social Workers' provides an in-depth exploration of how social workers understand and support the processes of self-realisation and meaning making among older adults. It situates this analysis within the broader demographic and socio-cultural transformations taking place in ageing European societies, emphasising that the challenge of population ageing is not solely a biomedical or economic issue, but a deeply existential and social one. The authors argue that alongside maintaining health and safety, it is equally crucial to preserve older people's psychological, social and spiritual well-being, dimensions closely tied to their ability to find meaning, purpose and self-fulfilment in later life.

The article's theoretical foundation draws on humanistic psychology (Rogers, 1961) and existential analysis (Frankl, 1969), which view the search for meaning as the central motivational force of human life. Complementing this, Martela and Steger's (2016) three-dimensional model of meaning in life, comprising *coherence* (understanding life as a meaningful whole), *purpose* (direction and motivation), and *significance* (perceiving one's life as valuable), is applied to the ageing process. The authors position these dimensions as fundamental to the structure of self-realisation, enabling individuals to sustain continuity of identity, adapt to loss, and maintain a sense of worth despite physical or social limitations.

The literature review underlines that self-realisation in old age is not a static achievement but a *dynamic, ongoing process* of adapting to change, reconstructing identity, and redefining life's purpose. Studies consistently show that meaning and purpose in later life correlate with emotional stability, lower levels of depression, and better overall quality of life (Czekierda et al., 2021; Pezhummoottil Vasudevan

et al., 2022). Conversely, the absence of meaning is associated with psychological distress, anxiety and existential despair. The article stresses that, within the field of social work, these findings demand a shift away from the deficit-based paradigm, which views older adults primarily as passive and dependent recipients of services, towards a paradigm of existential empowerment, which recognises their capacity for agency, reflection and personal growth.

To explore how social workers interpret and promote older adults' self-realisation, the authors employ a qualitative narrative approach. This method, as articulated by Riessman (2008) and Clandinin and Connelly (2000), allows for deep engagement with lived experiences and the meanings professionals attach to their work. Through narrative analysis, stories become a means of revealing values, emotions and ethical orientations that shape practice.

The study involved six social workers from western Lithuania, selected through purposive sampling to ensure rich, practice-based insight. The participants had at least five years of professional experience working with older adults in care homes or day centres. The sample represented both the micro-level (direct client work) and meso-level (organisational management and service design). Data were collected through semi-structured interviews lasting 45 to 70 minutes, and were analysed through iterative stages of open coding, thematic categorisation, and narrative reconstruction. Following Schreier's (2012) framework for qualitative content analysis, the researchers identified recurring narrative patterns that revealed how social workers construct meaning and understand their professional role. Ethical principles (confidentiality, anonymity, informed consent and respect for dignity) were rigorously upheld in line with GDPR and social research ethics.

The findings portray self-realisation in old age as a process of continuity and reconstruction, in which older adults strive to maintain a sense of purpose and coherence amid loss, change and dependency. Participants described meaning as a fluid and evolving experience, a balance between reflection on the past and engagement in the present. One respondent noted, '*Now I think more about why everything happened... maybe it was to learn to value small things*' (SD4). This sentiment illustrates the movement from *doing* to *being*: self-realisation in old age is less about external achievements and more about integrating life experiences into a coherent narrative that affirms one's worth and significance.

Participants identified loss, loneliness, declining health and social stigma as the main barriers to meaning-making. The death of loved ones, diminished social networks and the experience of ageism were recurrent themes. Older adults often felt devalued or invisible: '*Young people no longer ask for advice: it feels like I am no longer needed*' (SD1). These narratives reveal that existential emptiness is not merely an individual experience but a *socially produced condition*, rooted in

structural ageism and societal disregard for the elderly. Such findings align with Levy's (2020) research on the harmful psychological effects of age-related stereotypes, which erode autonomy and self-esteem.

Despite challenges, three key existential anchors emerged: *faith, family and activity*.

- Faith provided a transcendent frame for understanding suffering, limitation and mortality. Respondents emphasised gratitude and acceptance as pathways to inner peace: *'Every morning I thank God for another day, that is my meaning'* (SD5).
- Family served as a relational foundation that affirmed worth and belonging. Positive family interactions fostered vitality and security, while absence or neglect intensified existential isolation.
- Activity, especially creative and communal engagement, was described as the *embodiment of meaning*: *'When I paint, it feels like I'm alive again'* (SD6). Artistic expression, hobbies and group participation provided structure, purpose and social connection, reinforcing the idea that meaning in old age is enacted through everyday practices rather than abstract contemplation.

Participation in community life emerged as a crucial dimension of self-realisation. Older adults found a renewed sense of identity through shared spaces of belonging: social clubs, volunteering or intergenerational activities: *'When I go to the club, I feel I'm among my own; nobody rushes, everyone listens'* (SD1). The community, therefore, functions as a 'social mirror' reflecting recognition and value. This aligns with Levasseur et al. (2022), who argue that social participation not only prevents isolation but also reinforces purpose, continuity and dignity.

A pivotal theme is the transformative role of the social worker as a *companion in meaning*. Participants depicted their professional function not as controlling or managing care, but as *accompanying, witnessing and facilitating meaning reconstruction*. Through empathy, dialogue and respect, social workers help older adults rediscover their agency and reframe their life stories in empowering ways. One respondent shared: *'When the social worker visits, it feels like someone truly cares, and that makes me want to live'* (SD4).

The study conceptualises this process as existential empowerment, a form of support that restores the individual's sense of control, choice and self-worth. Rather than focusing solely on practical assistance, existential empowerment seeks to awaken the *inner capacity for self-realisation*. Narrative practices such as *life review, storytelling and creative expression* allow older adults to integrate loss into a coherent life narrative, reaffirming their value and resilience. These interventions

align with Frankl's notion that even in the face of suffering, human beings retain the freedom to find meaning.

The authors note that self-realisation is both an individual and a social process. Institutional care settings often prioritise routine and control over autonomy, unintentionally undermining the potential for self-expression. The findings echo van Loon et al. (2023), showing that residents deprived of decision-making power experience helplessness and diminished satisfaction. Conversely, environments that encourage participation, choice and personal initiative strengthen identity continuity and emotional well-being.

The article also considers cultural variations in meaning-making: in collectivist contexts, fulfilment is derived from family roles and community interdependence, while in individualistic societies it is associated with self-expression and autonomy. Effective social work practice, therefore, must be culturally sensitive, integrating both relational and individual dimensions of meaning to support diverse pathways of self-realisation.

The study concludes that self-realisation in old age is a multi-dimensional, reconstructive process, continually shaped by the interaction between internal and external factors. The core pillars sustaining this process are *faith, family and activity*, which together ensure continuity, emotional security and agency. The greatest threats, *loneliness, loss, declining health and societal ageism*, can be mitigated through empowerment, participation and relational support. Social workers play a decisive role as facilitators of existential meaning, helping older adults reframe limitations as opportunities for growth, rediscover purpose and maintain dignity.

Ultimately, the article positions social work as a profession capable of transforming the experience of ageing: from passive care to active participation, from dependency to empowerment, and from silence to dialogue. By fostering existential companionship and co-creating spaces for reflection, creativity and belonging, social workers enable older adults to sustain the continuity of identity, autonomy and a sense of fulfilment. This approach aligns with the 'good ageing' paradigm, which defines successful ageing not by the absence of illness but by the presence of *meaning, dignity and existential integrity*.

Thus, self-realisation in later life emerges as both a personal and social endeavour, a dialogue between inner reflection and external recognition. Through empathetic engagement and empowerment-oriented practice, social workers become *architects of meaningful ageing*, shaping environments where older adults are not merely cared for, but invited to live purposefully, share wisdom, and continue to grow as human beings until the end of life.