

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ОСОБИСТІСНОГО І СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ У ПОХИЛОМУ ВІЦІ

Анотація. У статті розглядаються основні чинники психологічного розвитку людини у похилому віці, зокрема психологічні механізми функціонування психіки, роль психологічної кризи літнього віку, а також дія механізмів психічного розвитку на зміни особистості в старості. Наголошується на важливості для психічного життя людини формування адекватного ставлення до власного старіння.

Ключові слова: старіння, особистість, криза, психіка, стереотип, індивідуальні відмінності, Я-образ.

Орієнтація сучасного суспільства на гуманізм, зростання загальної культури та свідомості, з одного боку, і нові тенденції в психологічному осмисленні та ставленні до старості, коли у все більшій мірі та все більше людей усвідомлюють потреби й необхідність «протистояння» старінню, боротьби за активне існування – з іншого, не лише заглиблюють і актуалізують завдання теоретичних і практичних досліджень явища старості та її соціальної оцінки, але й обумовлюють вимогу знань про місце і взаємодію різних вікових груп та їхні соціально-психологічні характеристики.

Проблема тривалості життя ставить перед людиною питання необхідності збереження активного життя в літньому віці. У даному контексті розглядаються такі питання, як чинники старіння (припинення трудової діяльності, звуження звичного кола спілкування тощо), адаптація до нових зовнішніх умов, зниження інтелектуальних можливостей, копінг-стратегії (переважаючі механізми розв'язання складних ситуацій). На практиці фахівцям доводиться мати справу з

кризами в різних вікових групах. Проте найбільшу актуальність мають проблеми людей літнього віку. Демографічні дані в Україні і за кордоном свідчать про тенденцію зростання кількості людей старшого покоління, а проблеми старості та старіння стають глобальними. Незважаючи на підвищену увагу, яку привертає до себе процес старіння людини, багато питань дотепер залишаються не дослідженими.

Також в сучасному суспільстві простежуються тенденції дискримінації людини за віком. Така форма дискримінації в англомовній літературі отримала назву «ейджизм», що означає в цілому презирство й утиск молодими й сильними старих та слабких. Зважаючи на те, що більшість людей похилого віку становлять жінки, проблема дискримінації за віком часто ще й посилюється дискримінацією за статевими відмінностями.

Метою даної статті є аналіз чинників психологічного та соціального характеру, що впливають на формування і розвиток особистості в похилому віці.

Необхідність збереження активного життя в літньому віці – одна з актуальних тем сучасних наукових досліджень. Цій темі присвятили свої наукові пошуки такі вчені як Г. Абрамова, К. Абульханова-Славська, Л. Анциферова, Е. Еріксон, М. Єрмолаєва, Г. Крайг, О. Краснова, І. Кон, Т. Лукман, А. Реан, Дж. Тернер, У. Томас та ін.

Особливості психічного розвитку людини в літньому віці складаються з декількох чинників, які, хоча і відносяться до різних категорій психологічної науки, проте тісно взаємопов'язані в своєму впливі на кожен період життя людини. Йдеться, перш за все, про механізми і рушійні сили психічного розвитку, його нормативність, у тому числі й у критичні періоди, в динаміці когнітивних процесів та змісту окремих структур особистості, а також про соціально-психологічні параметри, пов'язані із зміною соціальних ролей і адаптацією до них.

Деякі з перерахованих чинників вивчені досить добре (наприклад, рушійні сили, закономірності розвитку в цей період), інші – значно менше, хоча їх значення, особливо останніми роками, у зв'язку із збільшенням числа літніх людей і серйозним погіршенням соціальної ситуації в нашій країні, істотно зростає. Перш за все, це стосується механізмів психічного розвитку в літньому віці, нормативності їх функціонування і тих відхилень, які виникають при різних порушеннях даного процесу.

Кажучи про власне психологічні механізми функціонування психіки в літньому віці, важливо пам'ятати про те, що психічний розвиток в цей період пов'язаний з впливом двох чинників: зміна темпів розвитку і переорієнтація його механізмів збігаються за часом з критичним періодом, досить серйозним і емоційно насиченим. Важливий і той факт, що уповільнення темпу психічного функціонування в цьому віці збігається з фізичним згасанням, хворобами і соматичними відхиленнями.

Цей період, за даними психологів і психогенетиків, відрізняється і вищим, ніж в стабільні періоди, індивідуальним розмахом. Причому, індивідуальні відмінності пов'язані не лише з чисто психологічними параметрами (самооцінкою, рівнем розвитку пізнавальних функцій, ідентичністю тощо), але і з високою варіативною в домінуванні соціального або біологічного параметра. Для однієї групи літніх людей їх хвороби, харчування, догляд за ними, умови мешкання і екологічна обстановка мають первинне значення, і саме цими чинниками визначається їх пам'ять, мислення, думка про себе. Для іншої групи літніх ці чинники, при всій їх важливості, не є домінуючими, їх самопочуття головним чином залежить від соціального статусу, очікувань, творчої активності. Така варіативність зберігається, як правило, близько року – півтора років, тобто приблизно від 59 – 60 років до 61–62 років. Для

людей старшого вікового періоду більше значення має біологічний чинник, а для молодшого – соціальний.

Розглядаючи особливості психологічної кризи літнього віку, необхідно перш за все відзначити, що, не зважаючи на численні інтерпретації її сутності, практично всі вчені (Е.Еріксон, Б.Г.Ананьєв, В.Франкл, П.П. Блонський та ін.) погоджуються з думкою про те, що він пов'язаний з оцінкою цінності та сенсу прожитого життя. Це осмислення, підведення підсумків прожитого життя і, певною мірою, спроба в час, що залишився, щось змінити або компенсувати. Таким чином, криза літнього віку, з психологічної точки зору, є такою ж смислотворчою, як і підлітково-юнацька криза, але набагато більш афектно насиченою і в чомусь драматичнішою. На відміну від підліткового, коли людина лише будує плани на життя і осмислює його перспективи, криза літнього віку – це підведення підсумків, а інколи і констатація того, що прожиті роки – безглузді. Недаремно Еріксон назвав цю кризу «цілісність особистості – відчай».

При аналізі змісту даної смислотворчої кризи стає зрозумілішою й та зміна в механізмах психічного розвитку, яка відбувається в цей час. Перш за все, необхідно пригадати те, які взагалі механізми на сьогоднішній день відкриті психологією. Це дев'ять провідних механізмів, частково пов'язаних між собою або доповнюючих один одного: ідентифікація, конформізм, відхід, відчуження, агресія, компенсація, інтеріоризація, емоційне опосередкування та емпатія.

Якщо в ранні роки життя на перший план виходили такі механізми, як інтеріоризація (перш за все культури, знань, правил і норм того суспільства, в якому живе дитина), ідентифікація з оточуючими і емоційне опосередкування, то в літньому віці ці механізми вже майже не мають колишнього значення. Нові знання формуються насилу, їх важко наповнити емоційними переживаннями, аби сформувалися нові мотиви.

Тому у людей літнього віку погано формуються нові рольові стосунки, вони важко звикають до нових цінностей і нових уявлень про себе та інших.

Цим пояснюється і той факт, що все, що відбувається в світі, як правило, зіставляється із старим досвідом і асимілюється в його рамках. При цьому будь-які зміни викликають негативну реакцію, а тому і нове сприймається як чуже, як «відхилення від доброго старого часу».

Зменшується і значення ідентифікації, оскільки група спілкування (друзі, сім'я) вже створена і в цьому віці вже майже не переглядається. Це пов'язано не лише з прихильністю до старого досвіду, про що говорилося вище, але і з об'єктивними обмеженнями – часу життя, що залишився, сил, енергії, кола спілкування, який сформований і у однолітків. Істотно ускладнена, а точніше – майже неможлива, і соціальна ідентифікація, тобто вибір нової соціальної або національної групи, до якої себе відносить людина. Тому така складна адаптація до нового середовища (соціального, культурного, навіть екологічного) в цьому віці. Таким чином, зменшення ролі колишніх механізмів частково пояснює, чому самі літні люди часто порівнюють процес старіння зі сходженням на гору, при якому підйом стає все крутішим, супутників, як і фізичних сил, – все менше, але в той же час зменшується і число речей, які залишаються значимими.

В даній ситуації на перший план виходить механізм компенсації, перш за все компенсації своїх втрат – сил, здоров'я, статусу, групи підтримки. Можна зробити висновок про те, що для нормального старіння дуже важливо розвивати у людей літнього віку саме цей механізм психічного життя. В той же час, повинен домінувати, перш за все, адекватний і повний вигляд компенсації, тобто цей механізм повинен функціонувати так, щоб літня людина не вирушала в уявну компенсацію (зазвичай в свою хворобу), перебільшуючи свої хвороби і неміч, аби привернути до себе увагу, викликати

інтерес і жалість, а то й домогтися відчутніших матеріальних привілеїв. З цієї точки зору, стає зрозумілою важливість навчання новому виду діяльності, розвиток креативності, поява нового хобі та будь-яких форм творчості, оскільки з їх допомогою розвивається повна компенсація. В той же час ригідність, труднощі переключення, що зростають в цьому віці, перешкоджають розвитку нормальної компенсації. Перешкодою є також звуження кола спілкування, завантаженість інших членів сім'ї, що не дозволяє повністю реалізувати цей механізм.

Як правило, саме це є однією з найпоширеніших причин тих відхилень, які виникають в похилому віці і призводять до включення інших, більш негативних механізмів психічного життя, раніше за все відходу, відчуження і агресії. Всі ці механізми, як правило, присутні у будь-якої людини і виявляються у визначених, адекватних для їх діяльності ситуаціях, наприклад відхід від спілкування з неприємною людиною, агресія у відповідь на образи тощо.

Говорячи про відхилення, ми маємо на увазі домінування якого-небудь одного з цих механізмів, який починає виявлятися у всіх, навіть неадекватних для нього ситуаціях. Так, з'являються небажання нових контактів, навіть їх страх, прагнення відгородитися від усіх, в тому числі й від близьких людей, емоційна холодність, деколи ворожість до них. Відчуження, відхід і агресія, що часто виявляється вже як деструктивність (наприклад, участь в демонстраціях, мітингах), є важливим показником емоційної і особистісної нестабільності, які призвели до фіксації на одному з непродуктивних механізмів психічного функціонування.

Можливе також поєднання агресії з конформізмом, причому картини цих поєднань надзвичайно різноманітні – від конформного прийняття нових правил приватного життя і агресії на рівні макроспілкування до використання і прийняття нових соціальних цінностей і агресії по відношенню до

близьких людей. Конформізм може поєднуватися і з емпатією, коли літня людина прагне залучити і завоювати прихильність оточуючих турботою, ласкою і увагою до них. Найчастіше цей механізм виявляється у приватному житті і працює, як правило, в благополучних сім'ях, де встановлений досить тісний емоційний контакт між різними поколіннями.

Отже, дослідження механізмів психічного життя в пізньому віці лише починається повною мірою. Проте вже перші роботи показують, що цей шлях дозволить не лише краще зрозуміти причини відхилень, але й допомогти в їх корекції, прискорити і оптимізувати адаптацію літніх людей до нового вікового періоду, а також, хоча б частково, здолати ті негативні чинники, які пов'язані з негативною оцінкою власного життєвого шляху.

В контексті нашого дослідження, а також для розуміння особистості в старості необхідно розглянути й вплив зовнішніх умов на уявлення літніх людей про себе та їх задоволеність життям. Загальна проблема – достатній вплив стереотипів «типової» літньої людини. Існує безліч описань особливостей, що характеризують особистість літньої людини. Згідно досліджень, проведених О.В.Красною, представники різних вікових груп виокремлювали такі особливості людей похилого віку, як мудрість, наявність великого життєвого досвіду, доброта, духовна значущість для молоді. Але в той же час наголошуються і негативні їх характеристики: егоїстичність, жадність, упертість, байдужість до всього, інтелектуальна деградація, консерватизм, критичне відношення до молодих людей [1].

Велика різноманітність в оцінці одних і тих же характерологічних рис старої людини створюють суперечливу картину. Багато характерних рис літніх людей обумовлено поширеними в суспільстві стереотипами, які значно впливають на формування ставлення літньої людини до себе. Ті чи інші соціальні стереотипи, що виявляються в невербальній та

вербальній формі поведінки, значно впливають на формування ставлення до себе літніх людей. Під впливом негативних думок літні люди знецінюють себе, втрачають самоповагу, у них зникає мотивація і, як наслідок, знижується соціальна активність [2; 3].

Негативні стереотипи характеризують літню людину як схильну до хвороб, консервативну, буркотливу і невдоволену життям; тобто в цілому абсолютно нещасну. І якщо літня людина не навчилася дистанціюватися від думок оточуючих, вона починає «придивлятися» до себе, контролювати автоматично виконувані дії, тобто по суті, займається саморуйнуванням, тим самим, підтверджуючи знижену соціальну оцінку [2]. Інакше кажучи, старі люди перестають розвиватися як суб'єкти свого життя і навіть регресують в цій якості.

Зовсім іншу «техніку» життя використовують люди, що зберегли в старості «завзятість духу». Відмітивши у себе небажані зміни, вони винахідливо компенсують їх, не знижуючи самооцінки [4].

Таким чином, успішність особистісного і соціально-психологічного розвитку людини, в усі періоди життя, і особливо в пізні роки, залежить, від того наскільки вона сама виступає творцем свого життя.

Більшість сучасних психологів розглядають розвиток, як явище супутнє всьому життю. Проте, учені розходяться в думці відносно безперервності та змін в період старіння. Говориться як про зміни, так і про постійність особистості в старості. Як пише Н.Александрова: «про особистість літньої людини, її мотивацію, емоційні стани, самооцінку, зміст Я-образу в цьому періоді життя людини не існує повних і достовірних даних» [2; с. 291]. У лонгитюдних дослідженнях, наприклад П.Батчер та ін., які використовували традиційні виміри особистості – багатофакторний особовий опитувальник Міннесоти, не виявили кардинальних змін в структурі особистості, пов'язаних

з віком, навпаки, дані свідчать про постійність особистості в старості, подібно до визначення Уїльяма Джеймса: «У більшості з нас до 30 років характер твердне як гіпс і не змінюється вже ніколи» [3; с. 763]. На думку російського вченого Н.Ф.Шахматова, нормальним проявом старіння природно вважати ті випадки, коли в старості не відбувається будь-яких змін характеру і до кінця життя літні залишаються тими ж людьми, якими були і раніше [5].

У одному з досліджень П Коста і Р.Мак-Крайга, в якому оцінювалися три аспекти особистості: невротичний стан Я (величина занепокоєння, депресії, самосвідомості, ранимості, імпульсивності й ворожості), екстра- і інтроверсії, відвертість досвіду, також було виявлено виражену постійність особистості в цілому [3]. Подібні дослідження свідчать про те, що особистість не змінюється, а швидше підлаштовується під навколишній світ. У старості рідко виробляється нова життєва позиція, швидше це загострення вже наявної життєвої позиції під впливом нових обставин. Особистість старої людини все ж залишається сама собою [6].

Водночас, існують дані емпіричних досліджень, що свідчать про зміну особистості в старості та окремих її диспозицій. Згідно даних цих досліджень, похилий вік супроводжується наростанням занепокоєння, тривожності, появою або посиленням таких рис, як недовірливість, нелагідність, дратівливість, черствість. Звичайно, що основу динаміки особистісних змін складають, перш за все, природні фізіологічні процеси старіння організму, що з неминучістю викликає зміни емоційно-вольової сфери людини. Але поруч із вказаними збитковими порушеннями характеру у багатьох літніх людей спостерігаються й позитивні зміни. Спостерігається утихомиріння, відхід від дріб'язкових інтересів життя до осмислення головних цінностей, переоцінка своїх можливостей, згладжування суперечливих рис вдачі.

Зміни в літньому віці відбуваються в різних сферах життєдіяльності людини. І вищезазначене свідчить про зміну особистості в старості. Водночас, суперечність даних різних досліджень, що стосуються особистості літньої людини пояснюються широким діапазоном індивідуальних відмінностей, які імовірно загострюються на етапі пізньої дорослості. Психічні зміни, які стосуються особистісної сфери, залежать від індивідуальних особливостей людини, від всієї історії її життя. Зрозуміло, що не існує типу особистості, який був би ідеальний для старості. З іншого боку, деякі типи особистості дозволяють людям впоратися із старістю краще, ніж інші.

Отже, звернення до проблем старіння, створення внутрішньої готовності до будови власної долі на пізніх етапах життя важливе для кожної людини. Перспективи розвитку в похилому віці пов'язуються з успішністю подолання кризи похилого віку, усвідомленням вибору, активністю життєвої позиції, а тому має вирішальне значення для відчуття задоволеності життям, для адекватного сприйняття власної старості.

Таким чином, ставлення до власного старіння є важливою складовою психічного життя в старості. І якщо літня людина вважає фізичні й психічні зміни, які з нею відбуваються, природними для даного віку, це підносить людину на новий рівень самосвідомості. Накопичений протягом життя особистісно-професійний потенціал усвідомлюється людиною як система внутрішніх ресурсів і унікальний життєвий досвід. Усвідомлюючи це, людина відкриває в собі потребу у самореалізації, в трансляції власного життєвого досвіду, потребу бути необхідним, корисним і відбутися як особистість. Водночас, можливості літніх людей приносити матеріальні та духовні блага суспільству і тим більше стати певним чинником його розвитку, залежать від того, наскільки суспільство готове змінити свої стереотипи

щодо старості і соціально захистити старість від несприятливого впливу матеріального і морального порядку.

Література

1. Краснова О.В. Стереотипы пожилых и отношение к ним / О.Краснова // Психология зрелости и старения. – РОО "Центр Геронтолог". – 1998 – М.: –№ 30(1). – С. 25–36.
2. Анцыферова Л.И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии / Л.И.Анцыферова. – М. : Изд-во "Институт психологии РАН", 2006. – 512 с.
3. Крайг Г. Психология развития // Крайг. Г., Бокум Д. – СПб.: Питер, 2006. – 940 с.
4. Альперович В.Д. Социальная геронтология / В.Альперович. – Ростов н./Д. : Феникс, 1997 – 576 с.
5. Шахматов Н.Ф. Психическое старение: счастливое и болезненное / Н.Шахматов. – М. : Медицина, 1996. – 256 с.
6. Шаповаленко И.В. Возрастная психология / И.Шаповаленко. – М. : Гардарики, 2004. – 349 с.

Аннотация. В статье рассматриваются основные факторы психологического развития человека в пожилом возрасте, в частности психологические механизмы функционирования психики, роль психологического кризиса пожилого возраста, а также действие механизмов психического развития на изменения личности в старости. Акцентируется внимание на важности для психической жизни человека формирования адекватного отношения к собственной старости.

Ключевые слова: старость, личность, кризис, психика, стереотип, индивидуальные отличия, Я-образ.

Summary. The article examines the main factors of human psychological development in the elderly, in particular

psychological mechanisms of mental functioning, the role of psychological crisis, the elderly, as well as the mechanisms of mental development to personality changes in old age. The attention is focused on the importance of mental life formation of an adequate attitude to their own old age.

Keywords: age, identity, crisis, psyche, stereotype, individual differences, self-image.