

Key words: job description, professional knowledge, professional skills, professional features, professional functions, psychological structure of the activity, role competence, role flexibility, role depth.

Отримано: 17.12.2013 р.

УДК 159.922.33

С.А. Михальська

Психологічні особливості людей похилого віку

С.А.Михальська. Психологічні особливості людей похилого віку. У статті розкрито психологічні особливості людей похилого віку. Період старіння включає різні типи змін позитивних і негативних, спрямованих на досягнення нового рівня особистості, тривалого становлення людини. Динаміку особистісних змін складають, передусім, природні фізіологічні процеси старіння організму, що неминуче викликає зміни емоційно-вольової сфери особистості. Доведено, що для більшості людей похилого віку характерні тривожність, невротична депресія, фрустрація, астенія, істеричний тип реагування та вегетативні порушення. Похилий вік супроводжується наростанням занепокоєння, появою або посилення таких рис, як недовірливість, дратівливість, неадекватність самооцінки у бік завищення, змінюється темперамент. Людина похилого віку більше звертає увагу на себе, знижується ініціативність, зростає пасивність.

Ключові слова: похилий вік, особистість, старіння, «Я-концепція», самооцінка, тривожність, депресія, психічні стани, емоційна сфера, невротичні стани.

С.А.Михальская. Психологические особенности людей преклонного возраста. В статье раскрыты психологические особенности людей преклонных лет. Период старения включает разные типы изменений позитивных и негативных, направленных на достижение нового уровня личности, длительного становления человека. Динамика личностных изменений состоит, прежде всего, из естественных физиологических процессов старения организма, что с неизбежностью вызывает изменения эмоционально-волевой сферы личности. Доказывается, что для большинства людей преклонных лет характерным является тревожность, невротическая депрессия, фрустрация, астения, истерический тип реагирования и вегетативные нарушения. Преклонный возраст

сопровождает нарастание обеспокоенности, появление или усиление таких черт, как недоверчивость, раздражительность, неадекватность самооценки в сторону завышения, изменяется темперамент, человек преклонных лет больше обращает внимание на себя, снижается инициативность, растёт пассивность.

Ключевые слова: преклонный возраст, личность, старение, «Я-концепция», самооценка, тревожность, депрессия, психические состояния, эмоциональная сфера, невротические состояния.

Актуальність проблеми дослідження. Похилий вік так само, як і будь-який інший віковий етап онтогенезу людини, має нерівномірність змін і гетерохронність фаз розвитку. У пізній період життя людини спостерігається специфічне співвідношення між збереженням психофізіологічних функцій, дій, мотивації та особливостями особистості. Зниження психічного тону, сили і рухливості складає основну вікову характеристику психічного реагування в старості. Проблема старіння сьогодні стоїть досить гостро, вона спрямована на пошук шляхів ефективного використання існуючих соціальних структур, психологічних процедур і ресурсів з метою поліпшення умов життя та самопочуття людей похилого віку. Як свідчить аналіз наукової літератури, проблема психологічних особливостей та психічних розладів у людей похилого віку, ще не знайшла належного вирішення. Тому вищевказане і зумовило вибір теми нашого дипломного дослідження.

Мета дослідження – вивчення психологічних особливостей людей похилого віку, відвідувачів Кам'янець-Подільського територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг) «Довголіття».

Аналіз досліджень. Різні аспекти методологічної та теоретичної геронтопсихології, особливостей життя людей похилого віку розглядали: О.В. Краснова, А.Г.Лідере (особливості розвитку особистості в період похилого віку), М.В.Єрмолаєва (структура емоційних переживань), Н.В.Чепелева, М.Л.Смұльсон (нарративна психологія людей похилого віку).

Для розуміння особистості в старості необхідно розглянути вплив зовнішніх умов на уявлення людей похилого віку про себе і їх задоволеність життям. Загальна проблема – пануючий вплив стереотипів «типової» людини похилого віку. Існує безліч описів особливостей, що характеризують особистість людини похилого віку.

Згідно з дослідженням, проведеним О. В. Красною, представники різних вікових груп виділяли такі особливості людей

похилого віку: мудрість, наявність великого життєвого досвіду, доброта, духовна значущість для молоді. Але в той же час відзначаються і негативні їх характеристики: егоїстичність, скупість, упертість, байдужість до усього, інтелектуальна деградація, консерватизм, критичне відношення до молодих людей [6, с.33-45].

Велика різноманітність в оцінці одних і тих же характерологічних рис людини похилого віку створює суперечливу картину. Багато характерних рис людей похилого віку обумовлено поширеними в суспільстві стереотипами, які суттєво впливають на формування відношення до себе [1, с. 58-81].

Згідно з даними численних емпіричних досліджень похилий вік супроводить наростання занепокоєння, тривожності, появи або посилення таких рис, як недовірливість, дратівливість, черствість. Зміни при старінні відбуваються і на біологічному рівні. Змінюється зовнішність, рухливість, а також робота сенсорних систем – слух, зір, смак і нюх, як правило, з віком починають працювати менш ефективно. Тобто, основу стану і динаміки особистісних змін складають, передусім, природні фізіологічні процеси старіння організму, що неминуче викликає зміни емоційно-вольової сфери особистості. Змінюється темперамент, людина похилого віку більше звертає увагу на себе, знижується ініціативність, зростає пасивність [5, с.14-21].

У емоційній сфері з'являються неконтрольовані посилення афективних реакцій (сильне нервове збудження зі схильністю до смутку, слізливості). Люди похилого віку можуть відчувати емоції, не знайомі їм в період їх молодості. У них не спостерігається зменшення відчуття позитивних емоцій, наприклад, щастя і радості. Негативні емоції, навпаки, не стають менш сильними, проявляються рідше, чим раніше. Крім того, у людини похилого віку рідше спостерігаються раптові перепади настрою, вони менш схильні впадати в замішання і здатні краще контролювати свої емоції. Згідно з новими уявленнями, похилий вік – один з етапів продовження емоційного росту; тобто емоційне благополуччя людини занепадає тільки в період, передуючий смерті, «в точці, де когнітивні і фізіологічні проблеми серйозно зачіпають життєдіяльність людини» [4, с.848-850].

Як відмічає Н.Ф.Шахматов, відношення до власного старіння – активний елемент психічного життя в старості [10, с.48-54]. У оформленні цього почуття визначальним є моменти усвідомлення факту фізичних і психічних вікових змін, визнання природності відчуттів фізичного нездоров'я. На наступних етапах старіння відношення до нових змін у фізичному статусі

перебувають вже під впливом сформованої нової життєвої позиції, нового рівня самосвідомості. Ця нова позиція формується за рахунок сталих нових стосунків людини похилого віку з її оточенням, але більшою мірою залежить від неї самої. При цьому відсутня депресивна проєкція на минуле, відсутні спроби знайти винуватого або винити себе в неправильно (з сьогоднішньої точки зору) прожитому житті. Саме при цьому варіанті психічного старіння є повна згода з самим собою, згода з природним ходом подій і з неминучістю завершення власного життя. На думку Н.Ф.Шахматова, така активна позиція відносно власної старості більшою мірою сприяє збереженню особистості в пізньому віці.

В той же час у вітчизняній геронтологічній літературі описані варіанти неадекватних установок у відношенні до власної старості, аж до повного її неприйняття. В якості таких варіантів описують регресію (повернення до минулих форм поведінки, що проявляються у формі «дитячої» вимоги допомогти незалежно від стану), добровільну ізоляцію від оточення (пасивність і мінімальна участь в громадському житті), бунт проти процесів старіння (відчайдушні спроби зберегти зрілість, що йде).

При неадекватному відношенні до старості у людини похилого віку виникає відчуття незадоволення життям, зубожіння почуттів, що разом із хронічним погіршенням здоров'я і прогресуючою втратою інтересу до оточуючого проковує негативні зміни особистості у формі «загострення» особистісних рис. Ця нова позиція більшою мірою залежить від самої людини похилого віку [7, с.16-26].

Отже, відношення до власного старіння є важливою складовою психічного життя в старості. І якщо людина похилого віку вважає фізичні і психічні зміни, які з нею відбуваються, цілком природними для цього віку, це ставить людину на новий рівень самосвідомості.

Психологічне старіння має внутрішньосуперечливий характер, що відбивається в «Я-концепції». За даними досліджень, люди похилого віку в самохарактеристиках відмічають перевагу позитивних якостей над негативними і наростання некритичності до себе, наприклад, неадекватність самооцінки у бік завищення [8, с.24].

Зарубіжні автори, вважають, що самосприйняття з віком зростає, людина похилого віку позитивно оцінює свою зовнішність, поведінку і цінності життя. За результатами зарубіжних досліджень, у людей старше 60 років самооцінка вища, ніж у молодих.

Що стосується «Я-концепції» в похилому віці, то роботи, що з даної проблематики, містять суперечливі відомості. У одних висловлюється думка про те, що з віком «Я-концепція» стає більш негативною, самооцінка знижується, росте число людей не задоволених своїм життям, в інших відзначаються протилежні дані, відзначається позитивний образ «Я», схильність виділяти у себе менше недоліків і в цілому вище самосхвалення.

У дослідженнях Л.В.Бороздіної і О.В. Молчанової по вивченню динаміки самооцінки в зрілості і старості, було виявлено, що разом із загальним зниженням цінності «Я» з віком наростають чинники компенсації, які підтримують стабільність «Я – концепції», які були названі психологічним вітауктом [8, с.25].

Майбутнє для осіб похилого віку нерідко представляється загрозовим, очікувані зміни – негативними, тому характерною рисою «Я-концепції» є звернення в минуле.

Учені сходяться на думці про те, що пізній період пов'язаний із самооцінкою прожитого життя. Найважливішою характеристикою пізнього віку є прагнення до осмислення життя, підведення підсумків своєї діяльності. Мудрість дозволяє людині похилого віку зберегти гідність і цілісне «Я» перед фізичним розпадом і навіть неминучою смертю.

На думку М.В. Єрмолаєвої, характерний відліт свідомості в минуле має особливе значення в старості. Минувщина для людей похилого віку більш значуща, ніж майбутнє, вони наче занурені в нього. Люди похилого віку повинні «підвести підсумки» і змиритися з минулим. Через спогади вони можуть переглянути, «переоцінити», можливо, прийняти своє життя [2, с. 85-95].

З огляду на актуальність теми та недостатньо вивчені деякі питання ми і вирішили провести дослідження психологічних особливостей людей похилого віку, в ході якого нами були використані наступні методики: шкала самооцінки ситуативної й особистісної тривожності Ч.Спілберга, опитувальник Бека, методика діагностики самооцінки психічних станів (по Г.Айзенку), клінічний опитувальник для виявлення і оцінки невротичних станів, опитування [3, с. 391-393, с. 399-404; 9, с.86-89].

Загальну вибірку досліджених склали 44 мешканці м. Кам'янця-Подільського у віці від 60 до 75 років – відвідувачі Кам'янець-Подільського територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг) «Довголіття».

Виділяють декілька моментів, на які необхідно звертати увагу при проведенні експериментів в області психології старіння. Людям похилого віку потрібно більше часу для адаптації до си-

туації опитування або тестування. Така адаптація потрібна для того, щоб опитувана людина відчувала себе спокійно і невимушено. Ситуація опитування вимагає атмосфери взаємної довіри і співпраці, тому людям похилого віку треба допомагати, схвалюючи і підбадьорюючи їх під час тестування. Іноді корисно пояснювати, що кожна людина може впоратися з деякими завданнями, тому що «так задуманий тест».

Аналіз результатів за методикою «Шкала самооцінки ситуативної і особистісної тривожності Ч.Спілберга» виявив, що у людей похилого віку рівень ситуативної та особистісної тривожності різний (див. таблицю 1).

Таблиця 1

Показник самооцінки ситуативної та особистісної тривожності (Ч.Спілберга) у людей похилого віку

Тривожність	Рівень (у %)		
	Високий	Середній	Низький
Ситуативна	27,3%	27,3%	45,4%
Особистісна	81,8%	9,1%	9,1%

Так, зокрема значна кількість досліджуваних (81,8%) має високий рівень особистісної тривожності, що свідчить про схильність суб'єкта до тривоги і передбачає наявність у нього тенденції сприймати досить широкий спектр ситуацій як загрозливий, відповідаючи на кожну з них певною реакцією.

Високий та середній рівні ситуативної тривожності виявився в однакової кількості досліджуваних (по 27,3%). Стан цих людей характеризується суб'єктивними емоціями: напруженням, хвилюванням, нервовістю, дратівливістю.

За результатами дослідження самооцінки психічних станів людей похилого віку (по Г.Айзенку) встановлено, що у більшості досліджуваних виявлено середній рівень тривожності, фрустрації та ригідності (див. таблицю 2).

Таблиця 2

Показники самооцінки психічних станів людей похилого віку (по Г.Айзенку)

Показник	Рівень (у %)		
	Високий	Середній	Низький
Тривожність	36,4%	54,5%	9,1%
Фрустрація	27,3%	63,6%	9,1%
Агресивність	0%	45,5%	54,5%
Ригідність	0%	81,8%	18,2%

Що стосується рівня агресивності, то високих показників не було виявлено в жодного досліджуваного (як і високого рівня ригідності), а низький рівень спостерігається у 54,5% людей похилого віку.

Під час дослідження невротичних станів людей похилого віку нами були виявлені наступні показники (див. таблицю 3): у багатьох досліджуваних високий рівень тривоги (42,8%), середній рівень невротичної депресії (57,1%), астенії (57,1%), вегетативних порушень (57,1%), тривоги (42,8%), істеричний тип реагування (42,8%) та obsесивно-фобічні порушення (42,8%).

Таблиця 3

Результати виявлення та оцінки невротичних станів людей похилого віку

Показник	Рівень (у %)		
	Високий	Середній	Низький
Тривоги	42,8%	42,8%	14,4%
Невротичної депресії	28,5%	57,1%	14,4%
Астенії	14,4%	57,1%	28,5%
Істеричного типу реагування	28,5%	42,8%	28,5%
Obsесивно-фобічних порушень	14,4%	42,8%	42,8%
Вегетативних порушень	28,5%	57,1%	14,4%

В ході дослідження рівня депресії за опитувальником Бека у людей похилого віку нами було встановлено, що у більшості досліджуваних (45,4%) спостерігається середній рівень депресії ситуативного або невротичного генезу. (див. таблицю 4.).

Таблиця 4

Рівень депресії за опитувальником Бека у людей похилого віку

Показник	Рівень (у %)		
	Високий	Середній	Низький
Депресія	9,2%	45,4%	45,4%

І лише в 9,2% досліджуваних виявлено високий рівень депресії. Відсутність депресивних тенденцій і хороший емоційний стан досліджуваних також спостерігається у значної кількості досліджуваних (45,4%).

Висновки. Похилий вік супроводжується наростанням занепокоєння, тривожності, появи або посилення таких рис, як недовірливість, дратівливість, неадекватність самооцінки у бік завищення, змінюється темперамент. Людина похилого віку більше звертає увагу на себе, знижується ініціативність, зростає пасивність. Зміни при старінні відбуваються і на біологічному рівні (погіршується рухливість, а також робота сенсорних систем –

слух, зір, смак і нюх). Найважливішою характеристикою пізнього віку є прагнення до осмислення життя, підведення підсумків своєї діяльності. В ході проведеного дослідження психологічних особливостей у людей похилого віку нами було встановлено, що для більшості досліджуваних характерними є тривожність, невротична депресія, фрустрація, астения, істеричний тип реагування та вегетативні порушення.

Список використаних джерел

1. Ермолаева М.В. Значение жизненного опыта в старости / М.В.Ермолаева // Психология зрелости и старения. – 2007. – №2 (38), лето. – С. 58-81.
2. Ермолаева М.В. Практическая психология старости / М.В.Ермолаева. – М.: ЭКСМО Пресс, 2002. – 320 с.
3. Клиническая и медицинская психология: Учебное пособие / В.Д.Менделевич. – 5-е изд. – М.: МЕДпресс-информ, 2005. – 432 с.
4. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб.: Питер, 2000. – 992 с.
5. Краснова О.В. Круглый стол «Социально-психологические проблемы пожилых людей» / О.В. Краснова // Журнал практической психологии. – 1998. – №3. – С.14-21.
6. Краснова О.В. Стереотипы пожилых и отношение к ним / О.В.Краснова // Психология зрелости и старения. – 1998. – №30(1), весна. – С.33-45.
7. Марцинковская Т.Д. Особенности психического развития в позднем возрасте / Т.Д. Марцинковская // Психология зрелости и старения. – 2000. – №3 (38), лето. – С.16-26.
8. Молчанова О.В. Специфика Я-концепции в позднем возрасте и проблема психологического витоукта / О.В. Молчанова // Психология зрелости и старения. – 2000. – №1. – С.24-30.
9. Психология личности: тесты, опросники, методики / Авторы-составители: Н.В.Киршева, Н.В.Рябчикова. – М.: Геликон, 1995. – 236 с.
10. Психология старости и старения: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений / Сост. О. В. Краснова, А.Г. Лидере. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 416 с.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Ermolaeva M.V. Znachenye zhyznennoho opyta v starosty / M.V.Ermolaeva // Psykholohyya zrelosty y starenyya. – 2007. – №2 (38), leto. – S. 58-81.

2. Ermolaeva M.V. *Praktycheskaya psikhologhiya starosty* / M.V.Ermolaeva. – M.: EKSMO Press, 2002. – 320 s.
3. *Klynycheskaya y medytsynskaya psikhologhiya: Uchebnoe posobyе* / V.D.Mendelevych. – 5-e yzd. – M.: MEDpress-inform, 2005. – 432 s.
4. Krayh H. *Psikhologhiya razvytyya* / H. Krayh. – SPb.: Pyter, 2000. – 992 s.
5. Krasnova O.V. *Kruhly stol «Sotsyal’no-psikhologhicheskiye problemy pozhylykh lyudey»* / O.V. Krasnova // *Zhurnal praktycheskoy psikhologhiy.* – 1998. – №3. – S.14-21.
6. Krasnova O.V. *Stereotypy pozhylykh y otnoshenye k nym* / O.V.Krasnova // *Psikhologhiya zrelosty y starenyya.* – 1998. – №30(1), vesna. – S.33-45.
7. *Martsynkovskaya T.D. Osobennosty psikhicheskoho razvytyya v pozdnem vozraste* / T.D. Martsynkovskaya // *Psikhologhiya zrelosty y starenyya.* – 2000. – №3 (38), leto. – S.16-26.
8. *Molchanova O.V. Spetsyfyka Ya-kontseptsyy v pozdnem vozraste y problema psikhologhicheskoho vytaukta* / O.V. Molchanova // *Psikhologhiya zrelosty y starenyya.* – 2000. – №1. – S.24-30.
9. *Psikhologhiya lychnosty: testy, oprosnyky, metodyky* / Avtory-sostavytely: N.V.Kyrsheva, N.V.Ryabchikova. – M.: Helykon, 1995. – 236 s.
10. *Psikhologhiya starosty y starenyya: Khrestomatyya: Ucheb. posobyе dlya stud. psikhol. fak. vyssh. ucheb. zavedenyy* / Sost. O. V. Krasnova, A.H. Lydere. – M.: Yzdatel’skiy tsentr «Akademyya», 2003. – 416 s.

S.A. Myhalska. Psychological features of old age people. This article envisages the actual problem of psychological features of old age people. A senescence is the inevitable element of the development, both people and all population. Old age exactly outlines the prospect of personality’s development. The period of senescence includes different types of changes, both positive and negative, which has a goal to achieve a new level of personality and human’s protracted formation. A psychological senescence has contradictory character which affects «Self-concept» inwardly. Under the act of negative ideas people of old age depreciate themselves. They lose self-esteem. Their motivation becomes lower and as a result social activity falls down too.

To the typical features of the social and psychological state belong: «deceleration» on all levels of the functional systems such as sensory functions (hearing, sight, taste, touch and other) and psychical (perception, memorizing, person’s behaviour). People of old age also have changes in the different spheres of vital functions (intellectual, emotional, social).

In the process of normal physiology senescence in the emotional sphere changes substantially, namely, states of sorrow, depression, sullen ideas, appear before, or the more bright expressed of emotional lines, peculiar to the man before (anxiety, irritability) is marked.

The people of old age are characterized by an anxiety, neurotic depression, asthenia, hysterical type of reacting and vegetative violations. An old age is accompanied by increasing disturbance, emergence or strengthening of distrust, irritability, inadequacy of self-appraisal toward overstating, temperament changes, paying attention to itself and also the initiativeness goes down, passivity grows up.

Key words: old age, personality, senescence, «Me-concept», self-appraisal, anxiety, depression, mental conditions, emotional sphere, neuroticism.

Отримано: 27.12.2013 р.

УДК 159.964.2:159.923:331

А.Б. Мудрик

Психологічний аналіз особливостей прояву професійних деформацій особистості на різних етапах її професіоналізації

А.Б. Мудрик. Психологічний аналіз особливостей прояву професійних деформацій особистості на різних етапах її професіоналізації. У статті здійснено теоретичний аналіз понять «професійні деструкції», «професійні деформації», «синдром емоційного вигорання»; виділено та сформульовано основні концептуальні положення щодо розвитку професійних деформацій та деструкцій особистості; деталізовано основні психологічні детермінанти виникнення професійних деструкцій особистості. Емпірично досліджено особливості прояву професійних деформацій особистості на різних етапах її професіоналізації. Зроблено висновок, що професія психолог дає особистості прекрасні можливості і для творчого напруження, і для вирішення дійсно значимих особистісних і суспільних проблем, і для повноцінного саморозвитку та самореалізації.

Ключові слова: професійні деструкції, професійні деформації, синдром емоційного вигорання, професійне становлення особистості, стадії професіоналізації особистості.