

Олена Анатоліївна Поцулко,

кандидат історичних наук, доцент, доцент кафедри соціально-гуманітарних дисциплін Донецького національного медичного університету імені М. Горького

КОМУНІКАТИВНИЙ ФЕНОМЕН ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ

У статті характеризуються особливості нейрофізіологічного та психологічного розвитку психіки людини похилого віку; аналізуються основні негативні складові комунікативного феномену старих людей; розглядаються домінуючі чинники отримання й обробки інформації літньою людиною, а також роль комунікативних можливостей у формуванні її особистості.

Ключові слова: комунікація, похилий вік, феномен, особистість, спілкування, інформація, інформаційний простір, психпростір, образ.

Постановка проблеми у загальному вигляді. Постійне зростання частки осіб похилого віку у структурі країн світу стає впливовою соціально-демографічною тенденцією практично всіх розвинутих країн. На зміну кожному поколінню приходять наступне покоління меншої чисельності; частка дітей і підлітків у суспільстві неухильно знижується, що викликає відповідне зростання частки осіб старшого віку [4, с. 15]. Проблема комунікації, спілкування в осіб похилого віку як складне явище має багаторівневий та суперечливий характер. Ця суперечливість впливає із самої сутності людського буття. Людина, з одного боку, є суб'єктом, індивідуальною особистістю, яка має потребу в автономії й індивідуалізації. З іншого боку, вона – істота громадська, яка має потребу до постійного спілкування з подібними собі. Тому втрата контактів із людьми, самотність становлять серйозну проблему для людей похилого віку. Спілкування в осіб похилого віку ще більше погіршує проблеми як соціально-побутового, так і психологічного характеру, та загострює їх сприйняття самими людьми через неможливість ділитися інформацією навіть із близькими людьми. Розглядаючи зменшення потреби в спілкуванні в осіб похилого віку, ми в жодному разі не заперечуємо

наявність негативних складових при переживанні цього феномену. Навпаки, їх облік є урахуванням атрибутом нашого наукового дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано вирішення даної проблеми та на які опирається автор. Проблема відсутності спілкування в осіб похилого віку у вітчизняній літературі є порівняно малодослідженою сферою. Заслужують на увагу праці О. Дмитрієва, Б. Усманова, Н. Шелейнова [5], М. Соніна, О. Дискіна [6], В. Сухомлинського [8], у яких розглянуто проблеми адаптації громадян похилого віку до нових умов (таких як передпенсійний період, становлення ринкової економіки). Розкриттю сутності феномена самотності літніх людей присвячено роботи О. Базалука [1], М. Віленчика [3], Г. Старшенбаума [7] та інших. Структура ж соціальної роботи з особами похилого віку є мало вивченою. Тим більше що це цілком невиправдано, оскільки спілкування в осіб похилого віку ще більше погіршує проблеми як соціально-побутового, так і психологічного характеру. Тут можна навести роботу О. Холостової [9]. Проте, ця проблема є все ще незначною мірою дослідженою.

Метою статті є аналіз негативних складових відсутності спілкування у розвитку особистості похилого віку як комунікативного феномену.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Період старості (від 60 років і далі) завершує онтогенез психіки. “Цей період характеризується: 1) триваючою реалізацією внутрішніх творчих потенціалів у повсякденному житті; 2) підведенням підсумків життєвої активності; 3) завершенням початих проєктів в онтогенезі; 4) вихованням в онуках образу людини майбутнього” [1, с. 315].

Повноцінний розвиток психіки надає можливість говорити про період старості не як про передсмертне існування, а як про повноцінний період, який завершає онтогенез людини. Високорозвинена психіка докладає максимум зусиль для того, щоб увійти в період старості в максимально комфортному стані, не витрачати час та сили на боротьбу з хворобами, а продовжувати максимально реалізовувати свої внутрішні потенціали. Історія знає безліч

прикладів, коли видатний внесок в історію людства було здійснено в період старості. Це і концепція ноосфери В. Вернадського, яку він почав обґрунтовувати у віці далеко за 70 років; і дослідження А. Виноградова з космохімії, до яких він приступив після 60 років; і неперевершена в плані поетизації жінки збірка розповідей нобелівського лауреата І. Буніна “Темні алеї”, що була написана в 73 роки; й основні твори з етики І. Канта, написані у відрізку між 60 та 75 роками тощо. При грамотному ставленні до тіла в попередні роки період старості в плані творчої активності мало чим відрізняється від попередніх періодів.

Однак у період старості значно звужується багатогранність активності психіки. В основному відбувається концентрація на одному-двох напрямках і повноцінна робота з досягнення поставлених цілей. Подібна поведінка психіки є очевидною: як не оберігати організм, але його функціональна активність в старості значно знижується. Перед людиною постає вибір: продовжувати активний спосіб життя, ушкоджуючи активність психіки або обмежити активність тіла, більше віддавшись розумовій праці. Кожен обирає те, що йому важливіше. Ми вважаємо, що в цьому випадку правильною є золота середина, оскільки зневага активністю організму в період старості значно скорочує цей віковий період. Фізична активність організму необхідна, і це на собі довели великі вчені І. Мечников, М. Амосов, Н. Бор, К. Цюлковський, Л. Толстой та багато інших, які поєднували інтенсивний інтелектуальний труд з тривалими пішими і велосипедними прогулянками, грою в теніс тощо. Майже всі вони переступили сімдесятирічний проміжок онтогенезу, до останніх років роблячи великі відкриття для людства.

У період старості значно скорочуються можливості психіки: з’являється забудькуватість, часті застереження, втрата уваги тощо. Це закономірний процес. За окремими характеристиками психіка втрачає до 30 (і більше) відсотків своїх можливостей [3, с. 17–18]. Саме тому старі люди потребують поблажливості та поваги з боку оточуючих. Як завжди емоційно, проникливо і чуйно поділився своїми повчаннями для підростаючого покоління відомий

український педагог-практик В. Сухомлинський: “Дідусю та бабусі – почесне місце в будинку. Якщо вирішується якесь непросте і нелегке діло, перше слово нехай належить дідусеві та бабусі. Не соромся і не бійся поділитися з ними своїми радощами або бідою. Вони вміють осявати людську радість мудрістю життя, і радість зробить тебе подвійно щасливим. Вони вміють затвердити в людині силу духу. Те, що ти звернешся до них за порадою, саме по собі для них велика радість. Якщо бабуся та дідусь живуть не в твоїй сім’ї, пиши їм. У старості для людини особливо дорого те, що про нього не забувають. На свята привітай дідуся і бабуся. Забуття – взагалі біда, у старості – біда подвійна. У людини виникає думка про жорстокість оточуючих його людей, якщо він відчуває, що про нього забувають, оскільки знають про наближення його смерті. Уважно слухай, що говорять тобі, чого навчають дідусь та бабуся. Вони мають на це право. Якщо б повною мірою шанували мудрість старих, у житті було б незрівнянно менше юнацької дурості, яка походить від незнання життя, самовпевненості, необачності. Якщо дідусь, бабуся залишили після смерті дорогі їх серцю речі-реліквії – свято бережи їх, передавай своїм дітям та онукам. Пам’ять поколінь – це і є жива історія народу” [8, с. 56–57].

Період старості – це акцент на вихованні покоління, що йде слідом, можливо, виховання учнів, послідовників. Люди, які досягли періоду старості, як правило, бачать результати своєї педагогічної дії в своїх дітях. Вони бачать наскільки образ, який вони намагалися виховати в своїх дітях, відповідає навколишнім реаліям. Як педагоги вони стоять вище будь-якого наступного покоління, оскільки бачать свої помилки й упущення. Саме тому виховний вплив дідусів та бабусь на онуків і близьке оточення є найбільш ефективним та корисним. Як ніхто інший, включаючи і самих батьків, вони в змозі проникнути в основу чуттєво-емоційної складової молодого психіки та надати корисного і незамінного впливу.

“Період старості – це своєрідний міст з минулого, через сьогодні до майбутнього, де справжнє – це покоління дітей, а майбутнє – покоління онуків. Для історії родоvodu, для збереження наступності між поколіннями активність

людей у період старості є просто незамінною. Вони власноруч коригують майбутні орієнтири, націлюють молодь на освоєння майбутнього. Цінність їх порад полягає в тому, що дуже часто молодь приймає рішення, які, можливо, є революційними, але не виправданими, вони не враховують всю аналітику й обставини. І в цьому плані мудрість старшого покоління, їх авторитет та досвід є об'єктивною оцінкою, вирішальним чинником, здатним схилити чашу терезів в той чи інший бік.

Період старості – це мудрість, яка виховує в поколіннях, що йдуть слідом, урівноваженість, умиротворення, здатність до компромісів і послідовності у вирішенні ключових питань” [1, с. 319].

Повага стосовно старості з боку оточуючих – це ознака якісного духовного світу, що становить одну з основ психіки. Як ми ставимося до своїх батьків, так і наші діти будуть ставитися до нас.

Основною психологічною проблемою старості є самотність та, унаслідок цього, втрата необхідних і бажаних контактів, беззахисність перед оточенням, яке становить (як здається людям похилого віку) лише загрозу їхньому благоустрою та здоров'ю. Відчуття самотності виснажує людину і в такий спосіб руйнує її. Самотність – відсутність людських контактів – руйнує не лише особистість, а й її соціальний лад. “Дослідами доведено, – писав академік А. Берг, – що людина може нормально мислити тривалий час лише за умови безупинного інформаційного спілкування із зовнішнім світом. Повна інформаційна ізоляція – це початок безумства” [2, с. 259–260]. Майже єдиними, хто може контактувати з літніми людьми, залишаються сусіди. При цьому стосунки між сусідами не завжди є доброзичливими. Часто ці стосунки перетворюються на тривалу війну, яка відбувається з перемінним успіхом. Поразки постають у вигляді інфарктів, інсультів та інших захворювань. Часто хворобливо підвищена підозрілість самотньої людини провокує спалахи гніву в її близького оточення. Саме тому типовими психологічними чи психопатологічними феноменами осіб похилого віку є: 1) підвищена тривожність; 2) підозрілість і недовіра; 3) страх бути обдуреним. Останнім

часом зростає кількість самогубств серед літніх людей та відхід з дому [6, с. 57]. Зберегти нормальне повноцінне людське спілкування, не піддатися самотності – означає відсунути старість.

Дослідники виокремлюють сім чинників подолання самотності:

- 1) чуттєво спрямовані реакції: вживання алкоголю, наркотиків, сексуальна розпуста;
- 2) релігійно орієнтовані реакції: молитва, читання Біблії;
- 3) пошукові реакції: відвідання кінотеатру, гри, танці, їзда автомобілем;
- 4) несоціальна діяльність: читання, навчання, робота;
- 5) рефлектуюча самота: роздуми віч-на-віч із собою, самотні прогулянки;
- 6) пошуки тісних контактів: розмова з іншою людиною про своє почуття і переживання, похід куди-небудь, де б бути вірні друзі, проведення часу з людиною, якій можна довіряти;
- 7) пасивна реакція: сон [7, с. 211].

Старість як така є самотньою. Це діти дорослішають класами, групами, а кожна людина старіє сама по собі, по-своєму. У цьому старінні є особистісний вияв почуттів. Ці почуття виявляються по-різному – у підкреслено “шаркаючій” ході, в одязі, у самозневажливих зауваженнях типу: “Мені огидно зазирати до дзеркала, оскільки я бачу там стару мавпу”. Саме від літньої людини залежить, наскільки сильно її захоплюють ці почуття, наскільки сильно вона скоряється їм, наскільки вони є сильнішими від інших людських почуттів.

З особистих якостей людини відзначається зменшення з віком таких якостей, як честолюбство, самолюбство при одночасному зниженні комунікативності та людинолюбства. Зменшуються переживання у вигляді туги і печалі, збільшується тривога, дратівливість, страх. Виникненню афективних розладів сприяє поява “рольової невизначеності” та соціальної ідентичності, особливо пов’язаних із виходом на пенсію, самотністю внаслідок втрати чоловіка (дружини), характерологічними особливостями внаслідок розвитку склеротичного процесу. Усе це веде до виникнення емоційно-вольових розладів, розвитку депресії, змін поведінки. Зниження життєвого тону, що є

основою різноманітних недугів, значною мірою пояснюється психологічним чинником – песимістичною оцінкою майбутнього, безперспективним існуванням. При цьому, чим глибше самоаналіз, тим складнішою і болючішою є психічна перебудова.

Підвищена соціальна вразливість громадян похилого віку пов'язана і з економічними чинниками: невеликі розміри одержуваних пенсій, низька можливість працевлаштування як на підприємствах, так і на дому. Люди похилого віку стурбовані своїм матеріальним становищем, рівнем інфляції, високою вартістю медичного обслуговування. За даними А. Дмитрієва, кожна п'ята сім'я пенсіонерів відчуває складнощі у придбанні одягу та взуття [5, с. 94]. Багато людей похилого віку продовжують працювати, причому з матеріальних міркувань. Відповідно до проведених соціологічних досліджень хотіли б працювати 60 % пенсіонерів [4, с. 12].

Старість приносить із собою і зміну звичних життєвих стандартів. Люди похилого віку виявляються обабіч життя. Тут йдеться не стільки про матеріальні труднощі (хоч і вони відіграють суттєву роль), скільки про труднощі психологічного характеру. Існування за рахунок пенсій, втрата близьких та друзів, хвороби, звуження кола спілкування і сфер діяльності – усе це веде до збідніння життя, втрати позитивних емоцій, розвитку почуття самотності та непотрібності [4, с. 14].

Стиль життя людей похилого віку має дві характерні риси: 1) зазвичай життя літньої людини не наповнено різноманітними подіями. Проте, навіть незначна подія заповнює весь його індивідуальний простір і час. Так, прихід лікаря – це та подія, що може заповнити весь день. Похід до магазину теж подія, до якої слід старанно готуватися. Інакше кажучи, відбувається гіпертрофованість, “розтягування” подій. Подія, що сприймається молодшим поколінням як незначний епізод, для старої людини стає справою цілого дня. Крім “розтягнутості” подій, заповнити життя можна шляхом гіпертрофованості якоїсь однієї сфери життєдіяльності; 2) літня людина своєрідно відчуває час. Вона завжди живе у теперішньому. Її минуле також є у теперішньому – звідси

запасливість, ощадливість, обережність осіб похилого віку. Вони ніби консервуються в сьогоденні, причому такому збереженню піддається і духовний світ, і його цінності. Крім того, біг часу у похилому віці уповільнюється та стає більш плавним.

У період старості люди теж повинні жити майбутнім. “Не можна з песимізмом констатувати, що раз онтогенез вийшов на фінішну пряму, то залишається жити минулим або в кращому випадку – справжнім. Скільки б років психіку не відділяло від смерті, її призначення – творити: в ім’я майбутнього дітей, онуків, цивілізації в цілому. Високорозвинена психіка – це завжди життя останнім днем. Для неї смерть – це фінішна межа, яка завжди одночасно далеко і поруч. Боятися смерті нерозумно: рано чи пізно вона завжди торкнеться кожного народженого. Смерть може турбувати лише своєю передчасністю” [1, с. 319]. Але й у цьому випадку потрібно завжди бути готовим підсумувати свою життєву активність та відзвітувати перед Всевишнім про виконану роботу за роки онтогенезу. Для психіки тривалість існування не завжди вимірюється часом. Історія знає приклади, коли психіка гинула в 30–40 років, але продуктивність її праці була настільки високою, що вона залишала в історії людства набагато глибший слід, ніж психіки, що проіснували 70–80 років. Страшно померати не з розумінням того, що тобі всього 30–40 років, а з розумінням того, що тобі далеко за сімдесят, а ти так мало зробив для майбутнього людства.

Важливою соціальною проблемою осіб похилого віку є поступова руйнація традиційних сімейних устоїв, що призвело до того, що старше покоління не займає почесного чільного положення в сім’ї, суспільстві. Найчастіше люди похилого віку взагалі живуть окремо від сімей і тому їм буває дуже важко справлятися зі своїми недугами та самотністю.

То як повернути людей похилого віку до повноцінного спілкування?

Щоб впоратись із “синдромом дисконунікації”, потрібна добре поставлена, розгалужена психологічна служба. Вона має захистити літню людину від тиску чинників урбанізації, масової комунікації й інформаційного

вибуху. Перші кроки в цьому напрямку вже зроблено. Мета клубів спілкування – повернути людям свіжість сприйняття інших людей та самосприйняття, занурити їх у виключно різноманітний внутрішній світ, допомогти розговоритися у атмосфері духовності. Важливе значення у процесі спілкування має вміння виявляти інтерес до співрозмовника, заряджати його оптимізмом, бадьорістю, навіювати йому віру у власних силах. Слід зазначити, що, розглядаючи спілкування як “ліки” від самоти осіб похилого віку, воно може бути універсальним, підходити всім і завжди.

Наступним чинником профілактики самотності є задоволення потреб людини в усамітненні, яке не припиняє спілкування, а лише концентрує особистість на одній найважливішій інформації, що збагачує духовні форми спілкування. В усамітненні найповніше та “глибше можна розглянути сенс класичних творів мистецтва, розкривається краса природи. Однак між самотою і самотністю більше відмінності, ніж схожого, і плутати їх не можна” [9, с. 34].

При наданні допомоги самотнім необхідно враховувати розмаїття чинників, які призводять до самотності. Дружні стосунки, соціальне оточення й індивідуальна діяльність є альтернативами медичному втручання для надання допомоги самотнім. Тобто допомога самотнім літнім людям у цьому випадку покликана змінити ситуацію, а не особистість.

У вирішенні проблеми самотності важливого значення набувають системи соціальної реабілітації і соціальної допомоги літнім людям. Соціальна реабілітація є комплексом соціально економічних, медичних, юридичних, професійних та інших заходів, вкладених у забезпечення необхідних умов і “повернення цієї групи населення до життя у суспільстві. До таких заходів належать заходи у стаціонарних та нестаціонарних установах” [9, с. 35].

З іншого боку, психіка літньої людини піддається віковим змінам, серед яких досить багато негативних. Як правило, літня самотня людина створює навколо себе конфліктне середовище, і сама стає його жертвою. Вона потрапляє у замкнуте коло: невротичний стан – конфлікт – новий невротичний стан,

породжений конфліктом. Самостійно людина з цього кола вирватися неспроможна, їй необхідна кваліфікована психологічна допомога.

Створення системи соціальних послуг, відповідної потребам населення – одне з найважливіших завдань держави у становленні соціально орієнтованої ринкової економіки. Необхідною є концентрація зусиль усіх зацікавлених сторін – представників законодавчої влади, виконавчих органів, дослідників, громадських об'єднань, щоб послідовно реалізувати заходи щодо розвитку та зміцнення системи соціального обслуговування населення похилого віку, яка забезпечує гарантований державою рівень соціального захисту. Тому необхідно продовжувати роботу з удосконалення законодавчо-нормативної бази, запровадження стандартів з організації соціального обслуговування населення похилого віку, використовуючи при цьому науковий доробок країни і зарубіжний досвід. Але ефективну систему соціального обслуговування не можна створити без відповідного матеріально-технічного забезпечення та фінансової бази даних із груп населення, що потребують підтримки чи знаходяться у зоні ризику, тому фінансування центрів соціального обслуговування як державних установ, наділених правом на захист населення, має бути гарантованим і здійснюватися за рахунок бюджету. Упровадження нових ефективних методів соціальної роботи з літніми людьми надасть можливість зробити соціальне обслуговування доступнішим для кожного нужденного. Для розвитку установ та надання ефективнішої допомоги людям похилого віку необхідно як залучати державні організації, так й налагоджувати контакти з найкращими комерційними структурами і благодійними фондами, шляхом тісного співробітництва із засобами масової інформації та комунікації.

Висновки. Розглянувши запропоновану проблему, вивчивши психологічну, педагогічну і соціологічну літературу, ми прийшли до деяких висновків.

По-перше, період старості – це останній етап онтогенезу психіки, в якому відбувається її повноцінний розвиток.

По-друге, у період старості значно звужується багатогранність активності психіки, скорочуються її можливості: з'являється забудькуватість, часті застереження, втрата уваги тощо.

По-третє, період старості – це акцент на вихованні покоління, яке йде слідом, можливо, виховання учнів, послідовників.

По-четверте, основною психологічною проблемою старості є самотність, що виснажує людину та в такий спосіб руйнує її.

По-п'яте, зниження життєвого тону у літніх людей, що є основою різноманітних недугів, значною мірою пояснюється психологічним чинником – песимістичною оцінкою майбутнього, безперспективним існуванням.

По-шосте, підвищена соціальна вразливість громадян похилого віку пов'язана і з економічними чинниками: невеликі розміри одержуваних пенсій, низька можливість працевлаштування як на підприємствах, так і на дому, рівень інфляції, висока вартість медичного обслуговування тощо.

По-сьоме, старість приносить із собою і зміну звичних життєвих стандартів, через що люди похилого віку виявляються обабіч життя, а основою цього є, перш за все, звуження кола спілкування.

По-восьме, важливою соціальною проблемою осіб похилого віку є поступова руйнація традиційних сімейних устоїв, що призвело до того, що старше покоління не займає почесного чільного положення в сім'ї, суспільстві.

По-дев'яте, сьогодні у вирішенні проблеми самотності людей похилого віку важливого значення набувають системи соціальної реабілітації та соціальної допомоги старим.

По-десяте, до останніх днів онтогенезу необхідно вдосконалювати психіку, закладати в основу внутрішньої системи поглядів якісну інформацію, для того, щоб, з одного боку, оперувати найбільш актуальною інформацією, що враховує найбільш значущі відкриття цивілізації, а з іншого – удосконалювати засоби комунікації, залучаючи в особистий обіг останні відкриття у техносфері. Лише в цьому випадку можна говорити про кінцеві результати з високим

коефіцієнтом корисної дії, про значущість активності окремої психіки в історії цивілізації.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Ця стаття не вичерпує і не розкриває всі важливі аспекти досліджуваної проблеми, тому надалі буде здійснено аналіз основних методик з оцінки та профілактики комунікативних розладів у осіб похилого віку.

Список використаної літератури

1. Базалук, О. А. Философия образования в свете новой космологической концепции : учебник / О. А. Базалук. – К. : Кондор, 2010. – 458 с.
2. Берг, А. И. Кибернетика и общественные науки / А. И. Берг // Методологические аспекты науки. – М. : Наука, 1964. – 440 с.
3. Виленчик, М. М. Биологические проблемы старения и долголетия / М. М. Виленчик. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Знание, 1987. – 224 с.
4. Для людей старшого віку // Соціальне забезпечення. – 1999. – № 7. – С. 12–16.
5. Дмитриев, О. Г. Социальные инновации: сущность, практика, осуществление / Дмитриев О. Г., Усманов Б. Ф., Шелейнов Н. И. – М., 1992.
6. Сонин, М. Я. Пожилой человек в семье и обществе / М. Я. Сонин, А. А. Дискин. – М., 1999. – 164 с.
7. Старшенбаум, Г. В. Любовь против одиночества / Г. В. Старшенбаум. – М., 1991. – 312 с.
8. Сухомлинский, В. А. Как воспитать настоящего человека. Педагогическое наследие / В. А. Сухомлинский. – М. : Педагогика, 1990. – 288 с.
9. Технологии Школы социальной работы / под общ. ред. Е. И. Холостовой. – М. : ИНФРА-М, 2003. – 400 с.

Рецензент: доктор філософських наук, професор Александровська В. М.

Стаття надійшла до редакції 03.04.2013.

Поцулко Е. А. Коммуникативный феномен людей пожилого возраста

В статье характеризуются особенности нейрофизиологического и психологического развития психики человека пожилого возраста;

анализируются основные негативные составляющие коммуникативного феномена старых людей; рассматриваются доминирующие факторы получения и обработки информации пожилым человеком, а также роль коммуникативных возможностей в формировании его личности.

Ключевые слова: коммуникация, пожилой возраст, феномен, личность, общение, информация, информационное пространство, психпространство, образ.

Potsulko O. A. Communicative phenomenon of advanced people

The article characterizes the features of neurophysiological and psychological development of the mind of people of advanced age; analyzes the main negative factors of obtaining and processing of information of people of advanced age; and also describes the role of communicative possibilities in the process of formation of personality.

Key words: communication, advanced age, phenomenon, personality, information, information space, psychic space, image.