

УДК 159.9

Карпінська О. М.

аспірантка кафедри загальної психології та психології розвитку особистості
Одеського національного університету імені І. І. Мечникова

АКМЕОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ ПОХИЛОГО ВІКУ (ТЕОРЕТИЧНИЙ ОГЛЯД)

У статті розглядається проблема розкриття потенціалу та можливостей людей похилого віку, їх акмеологічні ресурси. Відбувається теоретичний огляд основних питань акмеології стосовно розвитку особистості та перешкод, що стають на шляху прогресування людей похилого віку.

Ключові слова: акмеологічний розвиток, ресурси, потенціал, самореалізація, саморозвиток.

Проблема вивчення особливостей людей похилого віку, їх можливостей, потенціалу, є досить актуальною. В. Франкл, Н. В. Паніна, Ю. Б. Тарнавський раніше вважали, що акмеологічні ресурси на цій стадії розвитку людини вичерпуються. Проте у сучасних умовах науковці починають розглядати іншу сторону медалі і намагаються довести протилежну точку зору, а саме: у похилому віці є можливості розвитку.

Існує безліч стереотипів щодо літніх людей. В сучасному суспільстві виділяють декілька причин, що впливають на зниження соціального статусу людей похилого віку. До них вчені відносять: обмеження рівня економічної активності, погіршення фізичного стану, трансформація інституту сім'ї, технічна модернізація, існування соціальної установки на сприйняття самого похилого віку як соціальної проблеми [10]. Поряд з цим зростає цінність літніх людей як носіїв етнічної та ментальної інформації та їх роль трансляторів культури. Проблема самореалізації в старості є не тільки науково актуальною, але й життєво значущою, оскільки традиційно старість сприймається як вік печалі, втрат, туги і самотності. У той же час геронтопсихологія розглядає старість як вік розвитку [10]. Так, історії відомі імена великих людей, які не відчували старості й до останніх своїх днів продовжували активне творче життя: у французького художника К. Моне рання творча активність продовжувалася до глибокої старості; письменники Л. Толстой, Б. Шоу, В. Гюго змогли створити шедеври літератури після шістдесяти; німецький письменник Й. В. Гете у 82 роки закінчив другу частину трагедії «Фауст», І. П. Павлов створив видатну роботу «Лекції про роботу великих півкуль головного мозку» у 77 років.

Вивченням закономірностей та механізмів розвитку людини займається наука акмеологія. Вперше термін «акмеологія» 1928 року запропонував М. Рибников для позначення періоду зрілості як найпродуктивнішого, творчого періоду життя людини. «Акме» (в перекладі з грецької — найвища точка) — розквіт, зрілість, найкраща пора. Цей період характеризується завершенням загально-соматичного та оптимізації фізичного роз-

витку, а також високим рівнем інтелектуальних, творчих і професійних досягнень [9].

«Акме» передбачає зрілість особистості у всіх сферах життя, максимальний розвиток здібностей. З цього випливає термін «акмеологічний розвиток». А. А. Деркач та Є. В. Сайко розглядають акмеологічний розвиток як процес реалізації накопиченого в індивідному, особистісному і суб'єктному розвитку потенціалу в багатоплановій активній творчій діяльності, яка в своєму інтегрованому вигляді виступає як процес самореалізації і в ході якої людина пред'являє себе соціуму як діючого суб'єкта [5].

Вітчизняні філософи та психологи розглядають процес розвитку особистості як, насамперед, духовне сходження «до самого себе кращого» (Л. П. Буєва, Б. П. Вишеславцев, М. К. Мамардашвілі, Л. С. Рубінштейн, В. С. Соловйов та ін.), духовне самоперетворення (М. М. Бахтін, М. О. Бердяєв, В. С. Біблер, В. С. Соловйов та ін.)

З точки зору О. А. Басової, акмеологічність розвитку виражається в спрямованості людини не тільки на зовнішній успіх, але і на задоволеність працею, усвідомлення ступеня її суспільної значущості, позитивне соціальне проявлення, творення [2].

Сьогодні загально визнаним є твердження, що основною рушійною силою особистісного розвитку людини та передумовою забезпечення психологічного, фізичного та соціального благополуччя є прагнення до самореалізації. При цьому, як і кожний процес, самореалізація має розглядатися як така, що призводить до певних результатів, принаймні, тимчасових. Отже особливої актуальності набуває вивчення «кінцевих результатів» самореалізації — психологічних особливостей людини, що досягла певних життєвих цілей та усвідомлює, що реалізувала закладений у неї потенціал [3].

В якості підстав акмеологічного розвитку та його необхідних компонентів виступає не тільки самореалізація, а й саморозвиток. Вони забезпечують реалізацію суб'єктної позиції індивіда і його потреби, можливості і здатності досягти «акме» як вершини самоздійснення. При цьому у сфері акмеологічного розвитку індивід не стільки вбирає в себе соціальне, «набуваючи» себе в соціальному світі, розвиваючись у якості соціальної істоти і формуючи свій людський потенціал, скільки «виконує» себе в реальній соціально значимій, творчій діяльності [5].

Результатом саморозвитку як компонента акмеологічного процвітання є, з одного боку, підвищення рівня суб'єктності людини, її здатності і потреби у самовизначенні, самопізнанні і т. д. [6], з іншого боку, створення системи акмеологічних ресурсів і формування на їх основі особистісного потенціалу як умови і передумови повноцінної реалізації людини в конкретній діяльності. При цьому рівень суб'єктності виступає не тільки як прояв рівня саморозвитку, але і як його фактор [11].

Людина здатна не тільки витримувати натиск «розломів» соціальної дійсності, адаптуватися по необхідності, зберігаючи при цьому глибокий моральний стрижень, але й протистояти, активно протидіяти руйнівним для особистості явищам. Це пов'язано з її спроможністю динамічно саморозвиватися і самоздійснюватися. Суб'єктом суспільних перетворень осо-

бистість може стати, лише ставши суб'єктом власного розвитку, в основі якого лежить розвинуте вольове, ціннісно-раціональне саморегулювання, самоврядування, динамічне самодобудовування [11].

А. А. Деркач та Е. В. Сайко вважають суб'єктність властивою людині сутністю, яка утворює її, диференціює її людську визначеність і знаходиться в нерозривному зв'язку з самістю, свідомістю, діяльністю, визначає дієві можливості індивідів. Автори виходять з розуміння суб'єкта як носія особливого типу активності — діяльності, в якій людина в якості суб'єкта здійснюється і розвивається за рахунок реалізації і розвитку в онтогенезі, філогенезі, культурно-історичному процесі його суб'єктних здібностей. На погляд авторів, суб'єктність обумовлює розвиток людини за рахунок розширення її здібностей до перетворювальної, цілеспрямованої, доцільної діяльності та за рахунок розвитку інших системно пов'язаних з суб'єктністю властивостей (самості, самосвідомості і т. д.). Вона стимулює зростання потреби людини до саморозвитку та самореалізації. При цьому рівневі характеристики розвитку людини, вікові особливості розвитку його суб'єктності, відповідні можливості та потреби, а також її психологічна готовність до творчої самореалізації в цілому визначаються характером діяльності та її результативними ефектами [7].

Високий рівень суб'єктності людини і зв'язаний з ним високий рівень її здатності і потреби в самопізнанні, самовизначенні, самовдосконаленні виявляються в тому, що людина прагне і здатна до постійного «переходу» через себе, до творчого прориву в нове у розвитку, який «здійснюється не тільки за рахунок зміни себе, саморозвитку, суб'єктного зростання, але і за рахунок діяльності суб'єкта як діяльності соціально необхідної, в якій вона переходить через себе» [5].

У процесі акмеологічного розвитку можна виділити дві взаємопов'язані і взаємообумовлені фази: саморозвиток та самореалізація (рис. 1). У фазі саморозвитку здійснюється акмеорієнтовне перетворення індивідних, особистісних і суб'єктних структур, в результаті чого відбуваються їх якісні зміни, з'являються новоутворення, що забезпечують розширення соціальних і діяльнісних можливостей людини, накопичуються акмеологічні ресурси, формується акмеологічний потенціал. У фазі самореалізації людина «віддає» накопичені ресурси, «опредмечує» свій акмеологічний потенціал, здійснюючи себе в соціально значущій діяльності. Фаза саморозвитку в процесі акмеологічного розвитку забезпечується сформованістю здібностей і вмінь самовизначення, самопізнання, самоактуалізації, самовияву, самоорганізації, саморегуляції, самодетермінації, самоідентифікації, самооцінки, самовиховання, самокорекції, самовдосконалення і т. д., які дозволяють поглибити зміст самості і розвинути діяльні здібності людини. Фаза самореалізації в процесі акмеологічного розвитку забезпечується сформованістю здібностей і вмінь самопрезентації, самоствердження, самовираження і т. п., які дозволяють людині пред'явити себе світові через творчість. Так як потреба в самореалізації принципово не може бути насичена остаточно, зростає в міру задоволення і орієнтує людину на максимальне розкриття її можливостей, то процес саморозвитку на кожному наступно-

му етапі онтогенезу припускає постановку завдань, що постійно ускладнюються, та прискорення темпів нагромадження акмеологічних ресурсів і формування акмеологічного потенціалу (рис 1).

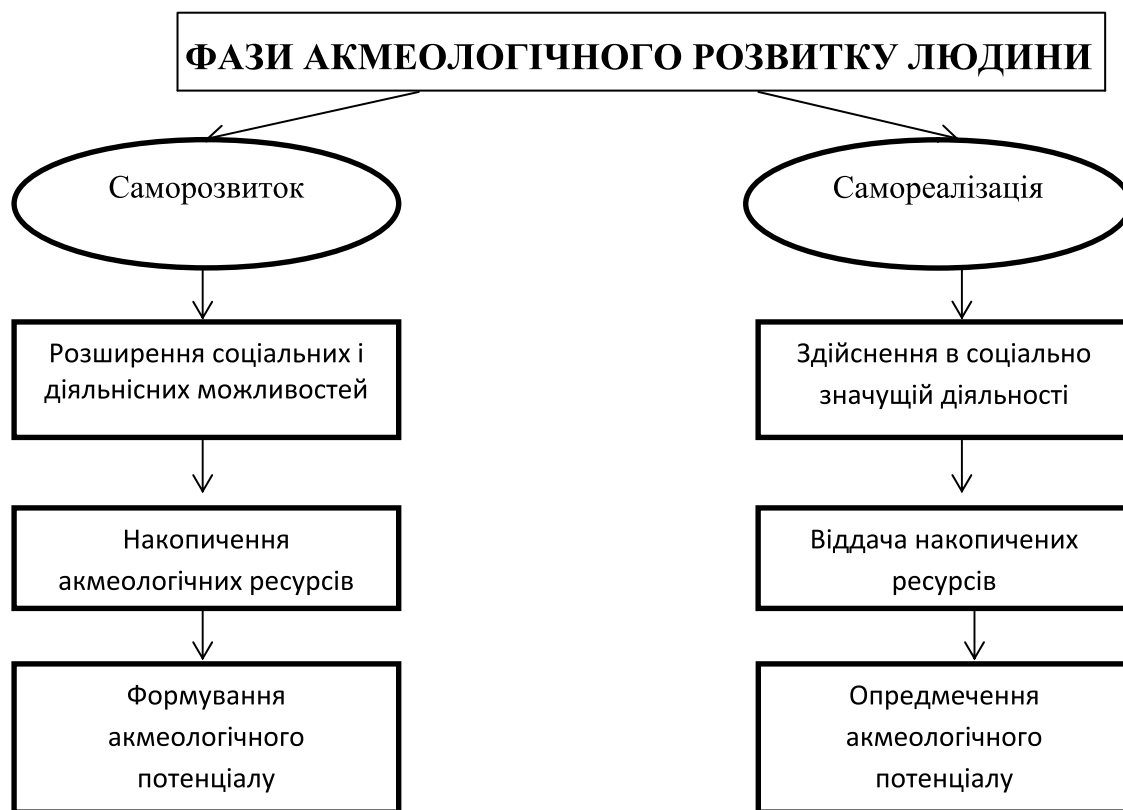


Рис. 1. Фази акмеологічного розвитку

Акмеологічний розвиток, пронизуючи простір усього життя людини, в той же час має специфіку в залежності від етапу онтогенезу і сфери життєдіяльності людини, в якій він здійснюється [11]. На наш погляд, він активно може протікати і в похилому віці. В період настання пізньої дорослості або старіння суб'єкт постає перед необхідністю справлятися з безліччю нетривіальних, нових для нього життєвих проблем, пов'язаних зі зміною його соціального стану, з рольовою невизначеністю, з власними віковими змінами. І це в умовах безперервних соціально-історичних змін. Побудова нового способу життя вимагає від особистості значного напруження її адаптивних можливостей, інтелектуальних зусиль, мотивації досягнення, пошуку нових сенсорних опор у своєму життєвому світі [1].

Завдання людини похилого віку за Е. Еріксоном полягає в тому, щоб досягти цілісності свого «Я», впевненості в сенсі життя і гармонії. Досягнення почуття повноти життя, виконаного обов'язку, мудрості можливо в старості лише в разі позитивного проходження попередніх стадій. Якщо найголовніші завдання попередніх років не були реалізовані, старість супроводжується розчаруванням, відчаєм і страхом смерті [12].

Процес самореалізації в літньому віці може бути блокований вікового кризою, що виявляється в таких формах, як криза спустошеності, криза

нереалізованості і криза безперспективності (табл. 1). Виникнення кожної форми вікової кризи, обумовлюється своїм специфічним набором умов. Так, на виникнення кризи нереалізованості впливають: низький рівень освіти; відсутність цінностей; відсутність значущих подій протягом життя. Виникнення кризи спустошеності обумовлюється: відсутністю сім'ї; негативним ставленням до процесу старіння, старості; відсутністю або перекладанням відповідальності за події, що відбуваються в житті. Криза безперспективності пов'язана з негативним ставленням до свого здоров'я, старості і літніх людей; відчуттям непотрібності; відсутністю планів на майбутнє; відсутністю улюблених занять, друзів; відсутністю зусиль, прикладених для розвитку власного потенціалу; перекладанням відповідальності за свої дії в організації власної діяльності.

Таблиця 1

Фактори, що впливають на розвиток кризи похилого віку

Криза спустошеності	Криза нереалізованості	Криза безперспективності
Відсутність сім'ї; негативне ставлення до процесу старіння; перекладання відповідальності за події свого життя на інших.	Низький рівень освіти; відсутність цінностей; відсутність значущих подій протягом життя.	Негативне ставлення до свого здоров'я, старості; відчуття непотрібності, відсутність планів на майбутнє, друзів.

Подолання вікової кризи забезпечується шляхом включення людей похилого віку в програму «позитивного старіння», що враховує характерні для осіб похилого віку соціальні умови життя і особистісні особливості, і спрямовану на подолання кризових станів, формування позитивного мислення і позитивних установок на майбутнє, що спонукає їх до подальшого саморозвитку. Умовами успішної самореалізації людини похилого віку виступають внутрішня потреба бути зайнятим, конструктивна психологічна установка, що включає довіру до інших, адекватне сприйняття теперішнього, оптимістичне ставлення до майбутнього, різнобічні інтереси, спрямовані не тільки на себе, але й на інших, благополучне вирішення завдань, вже пройдених етапів життя, життєвий досвід, мудрість, психологічна незалежність, здатність і потреба до соціальних контактів [10].

Взагалі у цей період життя люди проявляють себе по-різному. На думку Ф. Гізе, існують три типи людей похилого віку і старості: — негативіст, що заперечує у себе ознаки старості; — екстравертовний, який визнає настання старості через зовнішні явища і шляхом спостереження за змінами; — інтровертовний тип, для якого характерне гостре переживання процесу старіння [4].

І. С. Кон виділив благополучні та негативні типи розвитку у старості. До благополучних вчений відносить: — активну творчу старість, коли людина продовжує цікавитись громадським життям, вихованням молодих, жити повноцінним життям, не відчуваючи збитку; — пенсіонерів, що займаються справами, на які у них раніше не було часу; — літніх людей, що знаходять головне застосування своїх сил в родині; і, нарешті, останній

тип — це люди, сенсом життя яких стає турбота про власне здоров'я. Поряд з благополучними типами старості І. С. Кон звертає увагу і на негативні типи розвитку. До них він відносить агресивних старих буркотунів, незадоволених всім, що не розкрили свій потенціал та розчарованих в собі і власному житті, самотніх і сумних невдах [8].

Цікаву класифікацію адаптації особистості до старості запропонував Д. Б. Бромлей, розглядаючи п'ять типів пристосування. Серед них: конструктивне ставлення людини до старості, при якому літні і старі люди внутрішньо врівноважені, мають гарний настрій, задоволені емоційними контактами з оточуючими людьми, в міру критичні до себе, терпимо ставляться до недоліків інших, не проявляють агресії і пригніченості, мають досить високу самооцінку; ставлення залежності, при якому люди залежні від подружнього партнера, своїх дітей, онуків, легко розлучаються з професійною сферою життя і знаходять гармонію, безпеку, емоційну рівновагу в сімейному середовищі; оборонне відношення, для якого характерні перебільшена емоційна стриманість, деяка прямолінійність у своїх вчинках і звичках, прагнення до «самозабезпеченості» і неохоче прийняття допомоги від інших людей, уникнення спроб висловлювати свою думку, такі люди насилу діляться сумнівами проблемами з іншими, іноді займають оборонну позицію по відношенню до своєї сім'ї, проявляють активність «через силу», постійно «живляться» зовнішніми діями, ось що є захисним механізмом цієї групи людей; ставлення ворожості до оточуючих з проявленням агресивності, вибуховості і підозрілості, з прагненням «перекласти» провину за свої невдачі на інших людей, замкнутості і уникнення контакту з іншими, що супроводжується стресами й невдачами, сильного страху смерті; ставлення ворожості людини до самої себе, коли люди уникають спогадів, так як в їх житті було багато невдач і труднощів, пасивні і не бунтують проти власної старості, неспроможні задовольнити потребу в любові через постійні депресії, відчують самотність та непотрібність, трактують завершення життя як позбавлення від страждань [4].

Літній вік відрізняє особливе призначення, специфічна роль у системі життєвого циклу людини: саме старість забезпечує зв'язок часів і поколінь, окреслює загальну лінію розвитку особистості. Тільки з позиції старості можна глибоко зрозуміти, оцінити і пояснити життя як ціле, його сутність і зміст. У зв'язку з цим одним із пріоритетних завдань психології розвитку, акмеології, є вивчення психологічних особливостей, розвитку особистості та проблеми самореалізації в літньому віці. Самореалізація особистості літньої людини являє собою процес, який полягає в перебудові картини світу, «Я-концепції» і побудові оптимістичного життєвого плану на решту життя на основі оцінки результатів прожитого життя і власних можливостей [10].

Багато людей похилого віку, особливо чоловіки, настільки ототожнюють свою цілісну особистість з виконуваними ними соціальними ролями, що після відставки або переходу на пенсію у них виникає почуття різкого соціально-психологічного «падіння», або навіть деперсонізації. Суб'єкт повинен зберігати, затверджувати і розвивати свою ідентичність, не забува-

ти, що він продовжує існувати в створених ним предметах матеріальної та духовної культури, у спогадах тих, хто спілкувався з ним, у своїх дітях і внуках.

Позитивна, добре організована, стійка ідентичність допомагає старим людям зберігати самоповагу, високу самооцінку, почуття гідності і, головне, — бажання і здатність в пізні роки вести соціально активне життя, брати участь у посильних формах трудової діяльності [1]. Вік досягнення «акме» особистості, розкриття своїх потенційних можливостей, у кожної людини свій. Один індивід може припинити своє самовдосконалення, свою самореалізацію ще на початку життєвого шляху, що й спричинює його фініш, інший не заспокоюється й у глибокій старості, а це продовжує «акме». На зону «акме», зону найвищого злету творчої активності впливають збіг прагнень, можливостей особистості й потреб суспільства.

Отже, на прикладі розгляду літературних джерел ми бачимо, що похилий вік — це не вирок. Навіть у старості людина може вдосконалюватись, розвиватись та досягати поставлених цілей. У цей період з'являється вільний час для творчої діяльності, для своїх вподобань та захоплень, і людина може присвятити себе улюбленій справі та досягти у цій справі певних висот.

Список літератури

1. Анцыферова Л. И. Психология старости: особенности развития личности в период поздней взрослости /Л. И. Анцыферова// Психологический журнал. — 2001. — № 3. — С. 3–15.
2. Басова О. А. Психологические особенности ответственности предпринимателя в процессе личностно-профессионального развития: автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.13 «Психология развития, акмеология» / О. А. Басова. — Ростов на Дону, 2008.
3. Большакова А. М. Вікова динаміка показників особистісної реалізованості потенційності / А. М. Большакова //Проблеми сучасної психології. — 2010. — № 10. — С. 43–52.
4. Гамезо М. В. Возрастная психология: личность от молодости до старости / Гамезо М. В., Герасимова В. С., Горелова Г. Г. — М.: Издат. дом «Ноосфера», 1999. — 272 с.
5. Деркач А. А., Сайко Э. В. Развитие в акмеологии и акмеологическое развитие в структуре онтогенеза /А. А. Деркач, Э. В. Сайко // Мир психологии. — 2007. — № 2. — С. 43–55.
6. Деркач А. А., Сайко Э. В. Самореализация как структурообразующий конструкт и процесс в онтогенезе (теоретико-методологическое основание) /А. А. Деркач, Э. В. Сайко // Мир психологии. — 2009. — № 2. — С. 222–234.
7. Деркач А. А., Сайко Э. В. Субъектность субъекта в акмеологическом развитии и проблемы его субъектного самоосуществления / А. А. Деркач, Э. В. Сайко // Мир психологии. — 2008. — № 3. — С. 205–219.
8. Кон И. С. В поисках себя. Личность и ее самосознание / Игорь Семенович Кон. — М.: Политиздат, 1984. — 335 с.
9. Рыбников Н. Н. К вопросу о возрастной психологии /Н. Н. Рыбников // Психология, педагогика и психотехника. — 1928. — № 2.
10. Самореализация лиц пожилого возраста [Електронний ресурс]. — Режим доступу: URL: [http://isobr.uspu.ru/doki/article/286/метод. %20семинар_19.04.2012.pdf](http://isobr.uspu.ru/doki/article/286/метод.%20семинар_19.04.2012.pdf)
11. Селезнева Е. В., Майборода Т. А. Сущностная характеристика акмеологического развития / Е. В. Селезнева, Т. А. Майборода // Акмеология. — 2010. — № 1. — С. 20–26.
12. Эриксон Э. Г. «Детство и общество». — Изд. 2-е, перераб. и доп. / Пер. с англ. — СПб.: Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996. — 592 с.

Карпинская О. Н.

аспирантка кафедры общей психологии и психологии развития личности
Одесского национального университета имени И. И. Мечникова

АКМЕОЛОГИЧЕСКИЕ РЕСУРСЫ ЛИЧНОСТИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА (ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ОБЗОР)

Резюме

В статье рассматривается проблема раскрытия потенциала и возможностей пожилых людей, их акмеологические ресурсы. Дан теоретический обзор основных вопросов акмеологии по развитию личности и препятствий, которые стоят на пути прогресса старшего поколения.

Ключевые слова: акмеологическое развитие, ресурсы, потенциал, самореализация, саморазвитие.

Karpinski O. N.

graduate student

in the department of psychology psychology and personality development
Odesa I. I. Mechnikov National University

ACMEOLOGICAL RESOURCES PERSONALITY ELDERLY (THEORETICAL OVERVIEW)

Summary

This paper addresses the problem of disclosing potential and possibilities of the elderly, their acmeological resources. There is a theoretical overview of the main issues acmeology about personal development and the obstacles that stand in the way of the progression of the elderly.

Key words: acmeological development, resources, potential, self-realization, self-development.