

УДК 159.922.62

ОСОБЛИВОСТІ «Я-КОНЦЕПЦІЇ» ОСОБИСТОСТІ У ПОХИЛОМУ ВІЦІ

Штих І.І., старший викладач
кафедри психології
Мукачівський державний університет

У статті висвітлюється проблема «Я-концепції» особистості у похилому віці. Виявлено особливості розвитку індивіда у цьому періоді життя. Підкреслюється важливість підтримання рівноваги між адаптацією та віковими змінами, балансу між сталою ідентичністю та відкритістю щодо нового досвіду.

Ключові слова: «Я-концепція», похилий вік, самосвідомість, ідентифікація, адаптація, асиміляція, акомодация.

В статье рассматривается проблема «Я-концепции» личности в преклонном возрасте. Выявлены особенности развития индивида в этом периоде жизни. Подчеркивается важность поддержания равновесия между адаптацией и возрастными изменениями, баланса между константной идентичностью и открытостью к новому опыту.

Ключевые слова: «Я-концепция», преклонный возраст, самосознание, идентификация, адаптация, ассимиляция, аккомодация.

Shtykh I.I. THE SPECIFICS OF AN INDIVIDUAL "SELF-CONCEPT" IN ADVANCED AGE

The article is devoted to the problem of "Self-concept" in advanced age. The features of personal development in this period of life. The importance of maintaining a balance between adaptation and age-related changes, a sustainable balance between identity and openness for a new experience.

Key words: "Self-concept", self-awareness, identification, advanced age, adaptation, assimilation, accommodation.

Постановка проблеми. У час інтенсивних соціальних змін звертає на себе увагу проблема пристосування до них людей похилого та старечого віку. Паралельно з трансформаціями суспільства відбуваються зміни «Я-концепції» особистості, що вступає у підсумковий період свого життя.

Уперше проблема «Я-концепції» як особливого психічного утворення в структурі самосвідомості була виділена й охарактеризована В. Джеймсом. Представник гуманістичної психології К. Роджерс [5] одним із перших визначив її поняття і займався її дослідженням. «Я-концепція» – суб'єктивне сприйняття людини себе, власної взаємодії зі світом, а також цінності, пов'язані з цими уявленнями. «Я-концепція» доступна розумінню, хоча і не обов'язково усвідомлюється. Вона відображає ті характеристики, котрі людина сприймає як частину себе, і часто те, як ми бачимо власні ролі, які граємо в житті.

У сучасних психологічних дослідженнях підкреслюється роль «Образу Я» як узагальненого механізму саморегуляції особистості, зазначається, що саме він забезпечує самототожність (ідентифікацію), особистісну відповідальність, породжує почуття соціальної причетності. Механізм саморегуляції «Я-концепції» виявляється у вербалізованій формі: власного бажання – «я хочу»; усвідомлення своїх можливостей – «я можу»; вимогливості – «мені потрібно»; цілеспрямованості – «я прагну».

«Я-концепція» – це динамічна система уявлень особистості про себе, що існують в усвідомленій та неусвідомленій формах у поєднанні з їх емоційно забарвленою оцінкою та поведінковою реакцією, чинниками яких виступають бачення себе та оцінка. За характером змісту розрізняють позитивну та негативну «Я-концепцію», залежно від самооцінки особистості. Чинниками, що вказують на позитивну «Я-концепцію», є позитивне ставлення індивіда до себе самого, адекватна (або висока) самооцінка, самоповага тощо. Про наявність негативної «Я-концепції» особистості свідчать її негативне ставлення до себе, неадекватна (значною мірою завищена або занижена) самооцінка, низька самоповага, почуття власної неповноцінності, висока тривожність тощо.

У період старості «Я-концепція» людини є складним утворенням, що містить інформацію про множину «Я-образів», які виникають у результаті самосприйняття протягом усього життя. Уявлення літньої людини про себе пов'язане з вибірковою пам'яттю, яка, відображаючи події, не повинна порушувати основні особистісні позиції та стратегії.

На етапі старості змінюються основні функції «Я-концепції». Оскільки особистісний досвід уже не збагачується, то не доводиться інтерпретувати його та інтегрувати в нього додаткові аспекти. Як правило, «Я-концепція» вже не є активним джерелом



нових очікувань, знижується її роль у дотриманні стратегії життя та поведінки, адже остання вже визначена та, здебільшого, реалізована. Якщо в період зрілої дорослості домінував когнітивний компонент самооцінки, то в похилому віці активізується її почуттєвий аспект (емоційна оцінка своєї поведінки, стану здоров'я, здібностей).

На етапі старості можливі різні відхилення у розвитку особистості. Якщо вона усвідомлює невідповідність «Я-концепції» своїм актуальним почуванням, це може загрожувати її здоров'ю. Як правило, небезпечні переживання не допускаються у свідомість, оскільки можуть зруйнувати цілісність внутрішнього світу. Але якщо між «Я» та актуальними почуваннями є значна невідповідність, то захист «Я» може стати неефективним. У такому разі переживання фіксується свідомістю та витісняється у підсвідоме, а «Я-концепція» руйнується, внаслідок чого можуть розвиватись особистісні розлади, неврози, психопатії.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Психічний розвиток людини на пізніх етапах життя не варто однозначно трактувати як процес руйнування. На думку М. Александрової, геронтогенез являє собою фазний процес, що часто розглядають як «зворотній розвиток» [1]. Посилаючись на праці В. Фролькіса, який запропонував термін «вітаукт», автор пише, що в похилому віці суперечливо поєднуються негативні психічні зміни та процеси, які стабілізують життєздатність (вітаукт). Із точки зору сучасних досліджень, можливими механізмами стабілізації розвитку в пізній період є творчість, навчання, активність, самодетермінація, професійна самореалізація, а також уміння приймати допомогу [1].

На думку Л. Анциферової, досліджуючи «життя людини в пізні роки, необхідно чітко розрізняти фізичне й особистісно-психологічне старіння» [2]. Крім того, особистісно-психологічний розвиток у даний період життя також неоднозначний і може проявлятися у різних типах. Автор стверджує, що провідними факторами, які визначають поступальний розвиток особистості в пізні роки, виступають творче ставлення до життя, інтеграція суб'єктом усіх пройдених ним стадій, ініціативність, розвиток інтуїції, утвердження моральних цінностей у повсякденному житті. Причинами неадаптивного процесу старіння можуть бути відстороненість від світу, відсутність турботи про молоде покоління, нерозвинені якості автономії та відповідальності, вікові зміни когнітивних функцій, низька здатність до прогнозування стресових ситуацій, негнучкі копінг-стратегії.

Дослідження «Я-концепції» особистості у похилому віці містять суперечливі дані. Виявлено, що разом із загальним зниженням цінності «Я» з віком наростають чинники компенсації, які підтримують стабільність «Я-концепції», названі психологічним віком [4]. Найважливішою характеристикою пізнього етапу є прагнення до осмислення життя, підведення підсумків своєї діяльності. Минуле для людей похилого віку більш значиме, ніж майбутнє, вони наче занурені в нього. Період старості вимагає «підведення підсумків» і примирення з минулим. Завдяки спогадам особистість може переглянути, «переоцінити», можливо, прийняти своє життя.

Одним із найважливіших завдань для людей похилого віку є збереження власної ідентичності, яка є синтетичним уявленням людини про фізичні, психологічні, соціальні та духовні властивості. Підтримання сталої ідентичності включає асимілювання (лат. *assimilatio* – уподібнення) подій та обставин у «Я-концепцію» людини, а також акомодацию (лат. *acomodatio* – пристосування) чи зміну «Я-концепції» внаслідок важливих подій у житті людини, виникнення загрози її самосприйняттю.

Як бачимо, проблемі «Я-концепції» приділено значну увагу, їй присвячено низку теоретичних і експериментальних робіт, проте досліджень «Я-концепції» в похилому віці недостатньо.

Постановка завдання. Метою статті є аналіз результатів дослідження особливостей «Я-концепції» особистості в похилому віці, вибіркою для якого стала група осіб жіночої статі віком від 65 до 75 років, які знаходяться на пенсії, раніше працювали вчителями різних спеціальностей у загальноосвітніх школах, середніх навчальних закладах, в управлінні освіти. Завданням нашої роботи є розгляд основних теоретичних підходів до вивчення «Я-концепції» особистості в сучасній психологічній літературі, виявлення та аналіз специфіки особистісного розвитку в похилому віці.

Виклад основного матеріалу дослідження. З метою аналізу особливостей «Я-концепції» людини в похилому віці ми зосередились на вивченні домінуючого типу спрямованості особистості у цьому періоді та емоційного рівня самооцінки, який, згідно з опрацюванням теоретичного матеріалу, домінує у старості. У роботі було використано методику дослідження самооцінки особистості та визначення індексу задоволення собою (спрощена версія Q-сортування В. Стефенсона), методику діагностики спрямованості особистості (опитувальник В. Смекала – М. Кучера),

методику визначення емоційного рівня самооцінки О. Захарова.

Аналіз отриманих результатів показує: завищена самооцінка спостерігається у 45% досліджуваних осіб, що є хорошим показником та свідчить на користь позитивної «Я-концепції» особистості у цьому віці. Такі особи продовжують розвиватися, слідкують за своїм здоров'ям, спілкуються зі своїми ровесниками, друзями, родичами. У процесі бесіди виявилось, що вони мають дітей, онуків, з якими підтримують хороші стосунки. У деяко родичі живуть разом з ними, інші знаходяться на відстані і навіть в інших країнах, але вони часто розмовляють телефоном, за допомогою Скайпу, переписуються, турбуються один про одного. У цих осіб також було виявлено високий рівень показників задоволення собою.

Для людей пенсійного віку адекватно завищена самооцінка є найбільш ефективною і оптимальною для сприймання себе та продуктивної діяльності. Стійка та, водночас, досить гнучка самооцінка, що за необхідності може змінюватись під впливом нової інформації, набутого досвіду, оцінок інших людей, є доречною також для уникнення внутрішніх протиріч між «Я – реальним», «Я – ідеальним», між «Я – минулим» та «Я – майбутнім». Такий рівень самооцінки сприяє адекватному розвитку особистості, забезпечує внутрішню узгодженість людини та стійкість її поведінки.

Занижена самооцінка спостерігається у меншій кількості осіб – 35%. Ці люди вже не ставлять перед собою конструктивні цілі, вважають, що їх важко досягти, обмежуються вирішенням повсякденних за-

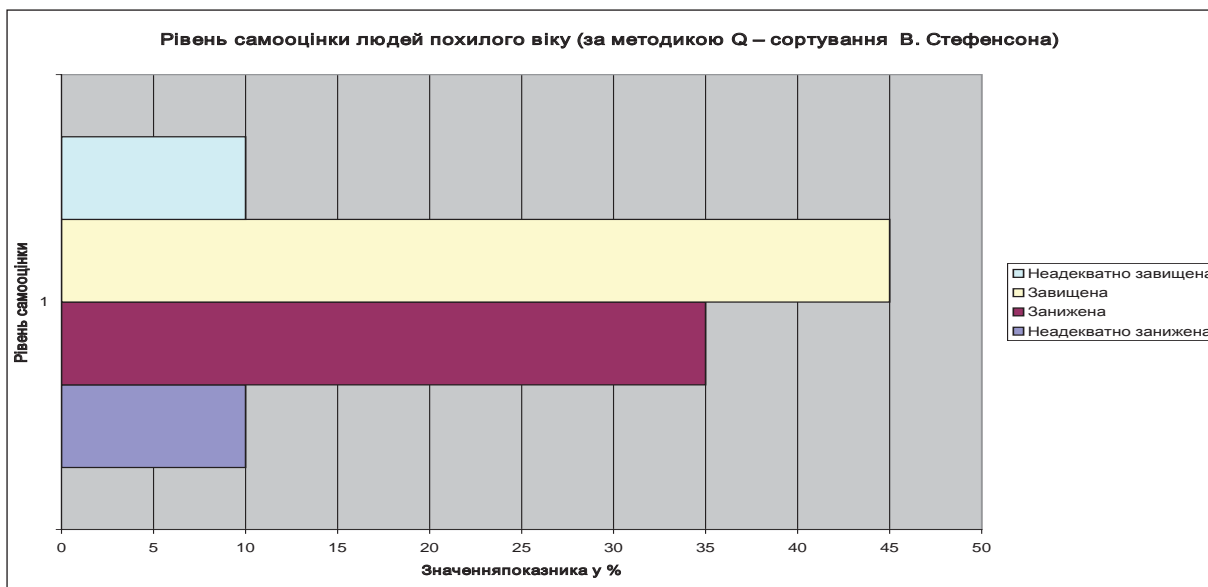


Рис. 1. Рівень самооцінки людей похилого віку

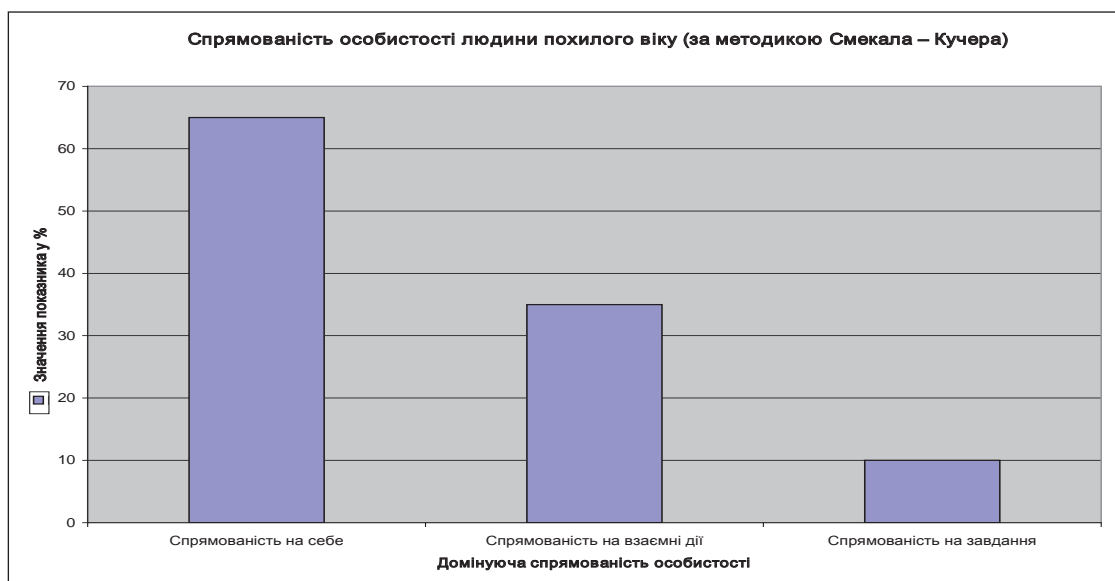


Рис. 2. Особистісна спрямованість людей похилого віку



вданий, занадто критичні до себе. Низька самооцінка може призвести до виникнення комплексу меншовартості. Вона заважає людині похилого віку у саморозвитку, який і досі має продовжуватись, у підтриманні вже існуючих та встановленні нових міжособистісних зв'язків. Виникають різного роду протиріччя та внутрішні конфлікти, що призводять до тривожності, негативних переживань, які також становлять загрозу для психічного і фізичного здоров'я особистості.

У нашій вибірці в процесі бесіди було виявлено, що саме у таких осіб спостерігається погіршення настрою та самопочуття, вони тривалий час лікуються від хронічних захворювань, важко переживають негаразди в сім'ї, потрапляють під вплив засобів масової інформації та негативно сприймають соціальні проблеми в країні.

Неадекватно занижена самооцінка спостерігається у 10%, що свідчить про розбіжності в досліджуваних особистостях між «Я – реальним» та «Я – ідеальним». У респондентів спостерігається підвищена тривога, підозрілість, низька самоповага, може проявлятися комплекс неповноцінності, низька активність особистості. Неадекватно занижена самооцінка сприяє формуванню негативної «Я-концепції», що викликає негативне ставлення до себе, низьку самоповагу, почуття власної неповноцінності, високу тривожність.

Результати дослідження за даною методикою зображені у вигляді діаграми (Рис. 1).

Неадекватно завищена самооцінка виявлена у 10% опитаних. Це жінки пенсійного віку, які у свій продуктивний період займали посади в керівних органах, звикли керу-

вати, відстоювати власну думку, не підпадають під вплив інших осіб.

Отже, за результатами дослідження було виявлено, що більшість людей похилого віку у досліджуваній вибірці мають адекватно завищену самооцінку. А це свідчить про розвиток у них позитивної «Я-концепції» і формування рівноцінного самосприйняття та високого рівня задоволення собою і оточенням.

Спрямованість на себе є домінуючою у 65% осіб. Такі люди зазвичай переймаються власними переживаннями, у діяльності керуються тільки своїми потребами, і вся їх активність стосується досягнення особистісних успіхів. Ці показники узгоджуються з теоретичними даними про те, що люди похилого віку більш заклопотані своїми проблемами, стають дещо егоїстичними, сконцентровані на собі.

У 35% респондентів домінуючою є спрямованість на взаємні дії. Такі особи виявляють потребу у спілкуванні та встановленні позитивних взаємозв'язків із оточуючими. Досліджувані нами люди, які потрапили у цю частину вибірки, живуть поруч зі своїми родичами, відчувають турботу близьких та самі піклуються про них.

У 10% осіб ми спостерігаємо спрямованість на завдання. Вони орієнтовані на діяльність, зацікавлені у самому процесі її виконання, у них розвинене прагнення до здобуття нових і цікавих знань та вмінь. У своїй професійній активності вони були енергійними, працьовитими, охоче брались за виконання різних доручень, були зацікавленими у роботі та життєвому успіху загалом. До похилого віку вони зберегли свій ентузіазм, довго працювали, вже пе-

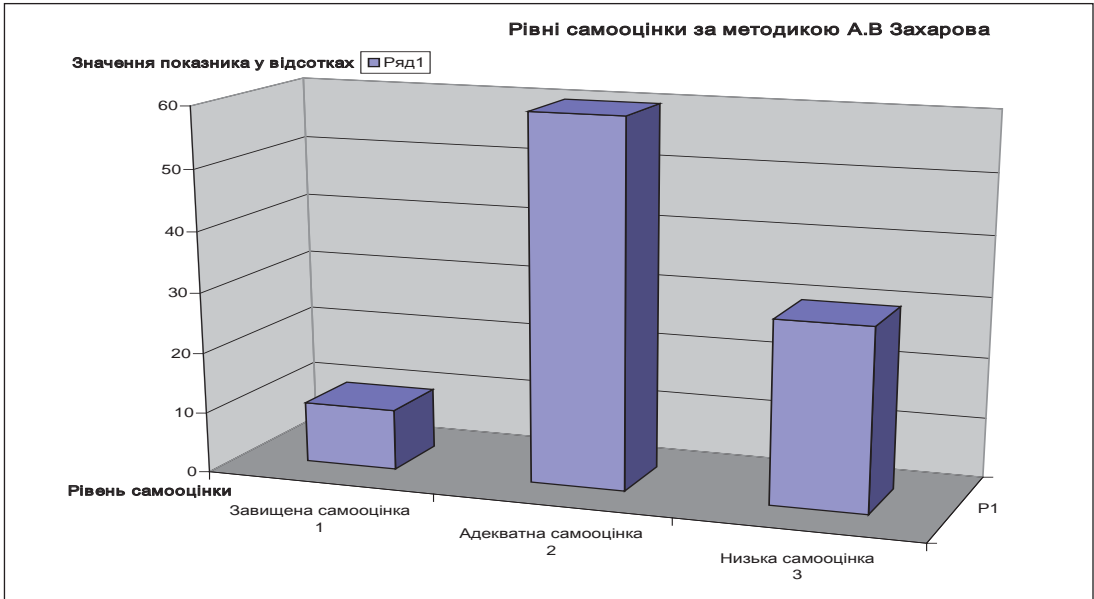


Рис. 3. Рівень самооцінки людей похилого віку

ребуваючи на пенсії, і зберігають міжособистісні робочі контакти до цього часу.

Отримані результати проілюстровані на Рис. 2.

У осіб із домінуючою спрямованістю на себе (а таких більшість) надається перевага мотивам власного благополуччя, прагнення до особистої першості, престижу. Така особистість найчастіше зайнята своїми почуттями й переживаннями та мало реагує на потреби людей навколо себе. У співпраці вона бачить насамперед можливість задовольнити свої прагнення.

Колективістська спрямованість характеризується ситуацією, коли вчинки людини визначаються потребою у спілкуванні, прагненням підтримувати гарні відносини з товаришами. Така особа виявляє цікавість до спільної діяльності. Даний вид спрямованості є найефективнішим для людей похилого віку, адже саме у взаємодії та ототожненні з іншими формується позитивна «Я-концепція»; спільні дії сприяють саморозвитку особистості та її становленню у системі взаємозв'язків із оточуючими, що визначаються певною діяльністю. Проте у нашій вибірці ці показники характерні лише для 35% досліджуваних.

Спрямованість на завдання відображає перевагу мотивів, що породжуються самою діяльністю, захоплення її процесом, безкорисливе прагнення до пізнання, оволодіння новими вміннями та навичками. Такий тип спрямованості особистості виявився в найменшій частині досліджуваних, що є логічним, адже у їх віці вже не займаються активною професійною діяльністю, людина у цьому періоді більше залежить від оточуючих, власного самопочуття, інтересів та можливостей.

Звичайно, ми не можемо говорити про тільки одну спрямованість особистості, адже всі три її різновиди поєднують і доповнюють один одного та не можуть існувати незалежно і самостійно. Проте варто зазначити, що на розвиток «Я-концепції» особистості в похилому віці значною мірою впливає спрямованість.

За результатами дослідження емоційного рівня самооцінки ми отримали дані, відображені на Рис. 3.

З огляду на отримані результати, можемо узагальнити, що у більшості респондентів спостерігається позитивне сприйняття власного «Я-образу», об'єктивне співвідношення «Я-реального» та «Я-ідеального», що дає можливість жінкам на пенсії активно займатися своєю діяльністю та досягати успіхів у позафаховій діяльності та особистісному саморозвитку.

Визначені характеристики дають підстави для сподівань щодо можливості пози-

тивного формування «Я-концепції» особистості людей похилого віку.

Також ми виявили, що більшість жінок пенсійного віку є соціально зацікавленими. На відміну від похилого віку, у пору юності «Я-концепція» має нечіткий, суперечливий і змінний характер, тому молоді люди займаються пошуком нових соціальних ролей і взаємодії з оточуючими. У результаті такого пошуку протягом життєвого шляху змінюється самосприйняття особистості свого «Я – образу», самооцінки та вчинкових дій. А в похилому віці «Я-концепція» має сталий характер, проте для її підтримки близьким людям, соціальним працівникам, психологам необхідно залучати осіб похилого віку до різних видів посиленої діяльності, до взаємодії з оточуючими, до спілкування.

Висновки з проведеного дослідження. Отже, більшість респондентів мають завищену самооцінку з домінуючою спрямованістю на себе. Їх «Я-концепція» формується з погляду власної значущості, успіхів у діяльності та самосприйняття в системі стосунків, дій оточуючих завдяки власному внутрішньому прийняттю незалежного статусу щодо інших. Загалом жінки пенсійного віку визначають свою діяльність із погляду власних потреб, мотивів і прагнень. Стимулом для таких людей є задоволення особистих потреб, досягнення індивідуальних успіхів у певній діяльності, підтримування почуття першості, визнання оточуючими їх цінності. Значно менша кількість старших людей мають спрямованість на взаємодію (колективістську); вони вже не працюють, їх колективом є сім'я та родичі, сусіди, давні друзі. Егоїстична спрямованість особистості, несамостійність, песимізм, відсутність віри у добро, соціальна ізоляція зумовлюють різноманітні негативні прояви у внутрішньому житті та соціальній взаємодії особистості в період старості.

Підтверджено, що в похилому віці активізується емоційний аспект самооцінки, в той час як у період зрілої дорослості домінує когнітивний компонент. Позитивна й активна «Я-концепція» у старості визначає продовження особистісного розвитку та оптимістичне ставлення до життя, сповільнює фізичне старіння. Гармонійність «Я-концепції» у цьому віці визначається інтегрованістю особистості в соціальне оточення, безперервністю її досвіду як індивідуальності.

Оптимальному переживанню старості сприяють гуманістична спрямованість особистості, віра, самоактуалізація духовно-морального потенціалу «Я», позитивного життєвого досвіду, життєвої мудрості,



орієнтація на творчість у взаємодії з молодшим поколінням, організація свого дозвілля та конструктивні механізми психологічного захисту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Александрова М. Старение человека и его индивидуальные проявления / М. Александрова // Вестн. СПб. ун - та. Сер. 16. – 2014. – Вып. 2. – С. 81 - 86.
2. Анциферова Л. Психология старости: особенности развития личности в период поздней зрелости / Л. Анциферова // Психологический журнал. – 2001. – № 3. – Т. 22. – С. 86 – 99.
3. Балтес Б. Пауль. Всевозрастной подход к психологии развития: Исследование динамики подъёмов и спадов на протяжении жизни / Пауль Б. Балтес. Перевод с англ. И. Ариевича // Психологический журнал. – Т. 15. – № 1. – 1994.
4. Ермолаева М. Практическая психология старости / М. Ермолаева. – М.: ЕКСМО-Пресс, 2002. – 318 с.
5. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М.: Изд-во ЭКСМО-пресс», 2001 с.–416 с.