КОНЦЕПТ
научно-методический электронный журнал
ART 12086 УДК 159.922.6
Кадырова В. Х. Психологические особенности эмоциональной сферы пожилых людей // Концепт: научно-методический электронный журнал. – 2012. – № 7 (июль). – ART 12086. – 0,4 п. л. – URL: http://www.covenok.ru/koncept/2012/12086.htm. – Гос. рег. Эл № ФС 77-49965. – ISSN 2304-120X.

Кадырова Вера Хызыровна,
аспирант кафедры социальной психологии ФГБОУ ВПО «Нижегородский государственный педагогический университет им. К. Минина», г. Н. Новгород
verunchik48@mail.ru

Психологические особенности эмоциональной сферы пожилых людей

Аннотация. *В статье рассматриваются социально-психологические особенности, характерные для людей пожилого возраста. В рамках изучаемой проблемы представлены результаты исследования, проведенного на базе Областного неврологического госпиталя ветеранов войн г. Н. Новгорода, а так же их анализ.*
Ключевые слова: *пожилой возраст, старость, социальный статус, выход на пенсию, стресс.*

В настоящее время наблюдается старение населения всех стран мира (особенно так называемых высокоразвитых), в которых лимит трудоспособности (выход на пенсию) значительно опережает дату старости (70–80 лет). Современный человек после выхода на пенсию живет в среднем еще 15–20 лет, что в сравнении со средней продолжительностью всей жизни очень значительное время – приблизительно ее четверть [1].

Социально-демографическая структура современного общества характеризуется постоянным увеличением количества пожилых и старых людей: во многих развитых странах наблюдается выраженная тенденция старения населения. Тенденция к росту численности пожилых и престарелых требует глубокого изучения демографических процессов и, в первую очередь, проблем пожилых людей, особенностей их развития, биологических и социальных возможностей, их потребностей, активной жизнедеятельности, социальной защиты и помощи, а также коренного изменения социальной политики в отношении этой, наиболее социально незащищенной категории общества. В связи с этим отмечается повышенный интерес к этому возрастному этапу развития человека.

О личности пожилого человека, его мотивации, эмоциональных состояниях, самооценке и содержании Я в этот период жизни пока существует больше неизвестности, чем ясных теоретических концептов и практических разработок [2].

В массовом сознании роль пожилого человека, пенсионера не очень ясна. Бытует мнение, что когда человек стареет, его семья начинает предъявлять к нему меньше требований, отвергает его, тем самым меняет его статус. Ролевая неопределенность деморализует пожилых людей, лишает их социальной идентичности. Нравственная система современной западной цивилизации отдает предпочтение молодости, энергии, энтузиазму и новаторству как антиподам пассивной, косной старомодной старости. Все эти ценности вместе с верой в собственные силы, автономией и независимостью передаются в ходе социализации новым поколениям, которые усваивают возрастные стереотипы вместе с интернализацией новых ролевых функций. С этой точки зрения старость представляется как утрата социальных ролей [3].

Пенсионный период рассматривается специалистами как кризисный период. Здесь следует разделить изменения, которые происходят в жизни пожилого человека на две категории:

1) внешние изменения: увеличение количества свободного времени, изменение социального статуса;

2) внутренние изменения: утрата самостоятельности и зависимое положение от

семьи и общества, осознание изменений связанных с утратой былой физической и психологической силы.

Происходящие изменения требуют от человека переосмысления своей жизни, ценностей, переоценки себя и окружающего мира, поиска новых путей реализации активности. Несомненно, начало пенсионного периода для человека – ситуация стресса. У одних этот процесс проходит болезненно, долго, сопровождается негативизмом и мрачными переживаниями. В этом случае пожилым людям будет свойственна пассивность, неумение найти себе новые занятия, новые социальные контакты. Человек не может по-новому взглянуть на себя и на окружающий мир, он не может смириться со своей новой социальной ролью. Другая категория пенсионеров, наоборот, довольно быстро свыкается с новым статусом «пенсионера» использует новые возможности, которые сопровождают выход на пенсию, с максимальной пользой (посвящают свою жизнь семье и воспитанию внуков, своим увлечениям, творчеству).

Особую роль играет общая активность пожилых людей. Среди пенсионеров, которые ведут рациональный образ жизни, сохраняют высокую физическую и, особенно, социальную активность, уровень адаптации на много выше, чем среди пенсионеров, ведущих пассивный образ жизни.

Одним из последствий выхода на пенсию является потеря каждодневных моделей поведения, что может провоцировать агрессию, направленную на других и на себя.

Изменение социального статуса, смена образа жизни, сужение круга общения не могут не сказываться на поведении человека, на его психической сфере.

Фундаментальные исследования отечественных и зарубежных специалистов свидетельствуют (при всей сложности этого периода) о многообразных проявлениях пожилым человеком положительного отношения к жизни, к окружающим людям, к себе [4].

В течение позднего возраста наблюдаются изменения личностных свойств. Они обусловлены возрастными особенностями пожилого человека. У стареющего человека постепенно слабеет деятельность всех органов чувств, пропадает живость, подвижность. Интенсивно-деятельные люди становятся более пассивными. Уменьшение жизненной энергии сказывается и на эмоциональности. Отмечается, что люди, прожившие бурную, эмоционально-напряженную жизнь, постепенно становятся более «спокойными», находят радости в более узком кругу, иногда их жизнь становится совсем безрадостной. Сужается круг их чувств, свою любовь они концентрируют на семье, а то и на ком-то одном из ее членов (единственный внук или внучка), который становится для них центром всех радостей жизни [5].

Гипотезой первого этапа нашего исследования явилось предположение о том, что одинокие пожилые люди менее активны, менее общительны, чем представители группы замужних (женатых) респондентов. У них хуже эмоциональный фон, они склонны более негативно оценивать свое самочувствие.

Исследование проводилось на базе Областного неврологического госпиталя ветеранов войн города Нижнего Новгорода. Всего в исследование приняли участие 97 человек в возрасте от 60 лет с сохранным интеллектом (поведение которых не вызывало сомнения у лечащего персонала госпиталя и других пациентов, находящихся с ними длительное время в палате): 48 мужчин, из которых 23 респондента состоят в браке, а 25 одиноки, и 49 женщин, из которых 27 состоят в браке и 22 одиноки. Исследование проводилось в течение трех месяцев.

В качестве методов исследования применялись методика оценки уровня общительности (тест В. Ф. Ряховского), тест коммуникативных умений и методика САН.

Анализ результатов, полученных по методике САН, демонстрирует, что жена-

тые мужчины имеют более высокие показатели, чем одинокие. Это, вероятно, объясняется тем, что при выходе мужчины на пенсию заботу о его здоровье, его распорядке дня ложится теперь на плечи его супруги, которая в этот период своей жизни возвращается к роли матери, но уже по отношению к собственному мужу. И, скорее всего, именно наличием супруги объясняется разница между оценками своего состояния мужчинами женатыми и одинокими. Одиноким мужчинам приходится заботиться о себе самим. Но брак благоприятен для пожилых мужчин не только с точки зрения быта, но и с психологической точки зрения – супруга выступает здесь уже в роли источника близких эмоциональных связей, которые положительным образом воздействуют на психологическом здоровье в пожилом возрасте.

Существуют различия в оценке своего функционального состояния замужними и одинокими женщинами. Это, возможно, объясняется тем, что пожилой замужней женщине приходится проявлять активность, заботясь о супруге. Различия в уровне настроения и самочувствия можно объяснить удовлетворенностью от эмоциональных контактов со своим супругом, что, в свою очередь, благоприятно сказывается на фоне настроения и самочувствия, как психологического, так и физического.

Для людей старшего возраста, как и для представителей молодого поколения, наличие близких отношений, при которых они как бы разделяют свои заботы с партнером, служат важным источником эмоционального благополучия. Для старых и пожилых людей, состоящих в браке, супруг (супруга) зачастую и обеспечивают отношения такого рода. Хотя о качественной стороне взаимоотношений старых супругов мало что известно, полученные данные свидетельствуют о том, что многие старые и пожилые супруги положительно оценивают свое супружество, а некоторые с возрастом отмечают все большую удовлетворенность браком.

Результаты, полученные с помощью методики «Оценка уровня общительности», не выявили различий в уровне общительности пожилых людей, живущих в паре, и одиноких. Существуют различия в уровне общительности пожилых одиноких и пожилых замужних респонденток, что можно объяснить тем, что у замужних респонденток удовлетворена потребность в близких эмоциональных контактах, в отличие от одиноких женщин пожилого возраста.

У испытуемых обеих групп нормальная коммуникабельность. Они рады общению с новыми людьми, охотно вступают в диалог, достаточно терпеливы в общении с другими, но, тем не менее, стремятся отстоять свою точку зрения. Стараются избегать шумных компаний.

Человек – существо социальное и, находясь в окружении других людей, у него непременно присутствует потребность во взаимодействии с ними, потребность в общении, которая сопровождает человека на протяжении всей его жизни. В пожилом возрасте потребность в общении сохраняется; на нее в свою очередь влияют такие факторы как большое количество свободного времени, связанное с выходом на пенсию, смена привычного образа жизни, смена круга обязанностей и возможностей.

Иногда в пожилом возрасте общительность перетекает в болтливость.

Результаты, обнаруженные с помощью методики «Оценка уровня коммуникативных умений», указывает на то, что при коммуникативном процессе одинокие пожилые люди выделяют большее количество факторов, вызывающих обиду или раздражение.

Они критически относятся к высказываниям, и, вероятно, им недостает некоторых достоинств хорошего собеседника. В отличие от пожилых людей, живущих в паре, которые выделили гораздо меньшее количества раздражающих ситуаций при ведении диалога. Возможно, это объясняется тем, что у замужних (женатых) людей

пожилого возраста больше опыта в межличностном общении и эмоциональных контактах, в силу чего, они более снисходительно относятся к своему собеседнику. Для них свойственна вежливость в высказываниях, понимание своего собеседника, путем приспособления своего темпа мышления к его речи.

Таким образом, наше предположение о том, что пожилые люди, живущие в браке, более активны, более общительны, у них лучше настроение и самочувствие подтверждается.

У замужних (женатых) респондентов действительно выше показатели по параметрам самочувствие, активность, настроение, чем у одиноких пожилых людей. Они более терпимы к своему собеседнику, чем одинокие пожилые люди.

В России накоплен определенный опыт в социальной работе с пожилыми людьми, но следует сказать, что неразрешенных, сложных проблем здесь значительно больше. Необходимо понимание и осознание множества психологических, этических проблем, возникающих у пожилых людей, овладение методиками и технологиями, которые помогли бы в повседневной практической социальной работе.

Научная разработанность исследуемой проблемы заключается в следующем.

Старение человека – это сложный процесс, в котором биологические факторы тесно связаны с социальными. Среди этих факторов, в том числе психосоциальных, огромное значение приобретает положение стареющего человека в обществе, национальная политика государства в организации медицинской и социальной помощи пожилым людям. Психофизическое состояние пожилого человека во многом определяется гуманистическим отношением государства, общественных организаций и всех членов общества к ним.

Рассмотрением проблемы старения населения занимались и сегодня занимаются многие специалисты, как в нашей стране, так и за рубежом. Эта область современного научного знания является достаточно исследованной практически во всех аспектах, однако некоторые проблемы все еще находятся в активной разработке, например, поиск причин, вызывающих физическое старение, разработка новых методов адаптации пожилых людей к своей новой социальной роли и т. п. [6].

Наиболее острой проблемой является ограничение жизнедеятельности пожилых людей. Под ограничением жизнедеятельности понимается полное или частичное отсутствие у человека способности или возможности осуществлять самообслуживание, передвижение, ориентацию, общение, контроль своего поведения, а также заниматься трудовой деятельностью.

В решении этой проблемы первостепенное значение приобретает совершенствование системы социально-психологической реабилитации и социальной помощи престарелым людям.

Социальная реабилитация представляет собой комплекс социально-экономических, медицинских, юридических, профессиональных и других мер, направленных на обеспечение необходимых условий и возвращение этих групп населения к полнокровной жизни в обществе.

Пожилые люди – эта та возрастная группа, которая имеет специфические особенности, потребности, интересы, жизненные ориентации [7]. Научные разработки показывают, что существуют некоторые характерные особенности стиля жизни пожилого человека. Во-первых, теряется социальная полнота жизни, ограничивается количество и качество связей с обществом, иногда возникает самоизоляция от социального окружения, действительности. Во-вторых, психологическая защита, которая должна помочь организовать душевное равновесие, порой приносит отрицательный

эффект. Именно пожилым людям чаще всего свойственна психологическая защита по типу отрицания, то есть стремление избежать новой информации, иных обстоятельств жизни, несовместимости со сложившимися представлениями. Главная драма пожилого человека (не считая инвалидность, тяжелую болезнь, нищету или беспризорность) – драма не востребованности: нереализованный потенциал, ощущение собственной ненужности.

Для решения первоочередных задач обслуживания пожилых людей необходимо наличие квалифицированных кадров социальных работников на всех уровнях. Поэтому особенно остро встает вопрос о подготовке студентов психологических факультетов к работе с пожилыми людьми. В этом плане необходима разработка специальных программ обучения помощи пожилым людям.

Работа со старыми людьми всегда считалась и считается повсюду одной из самых тяжелых в психологическом плане, недаром так велика текучесть кадров. Не секрет, что в настоящее время большинство сотрудников социальной сферы вынуждены работать со старыми людьми в силу каких-то жизненных обстоятельств; истинное призвание обнаруживается крайне редко [8].

В заключении хотелось бы привести слова героя комедии В. Шекспира «Венецианский купец» Шейлока: «Да, я старик. Но разве у меня нет рук, органов, частей тела, чувств, привязанностей, страстей? Разве не та же пища насыщает меня, разве не то же орудие ранит меня, разве не подвержен я тем же недугам, разве не те же лекарства исцеляют меня, разве не согревают и не студят меня те же лето и зима? Если меня уколоть – разве нет у меня крови? Если меня отравить – разве я не умру?».

Ссылки на источники

1. Толстых А. В. Возрасты жизни. – М.: Молодая гвардия, 1998. – 195 с.
2. Александрова Н. Х. Особенности субъектности человека на поздних этапах онтогенеза: дис. ... д-ра психол. наук. – Москва, 2000. – 212 с.
3. Стюарт-Гамильтон Я. Психология старения. – СПб: Питер, 2002. – 256 с.
4. Безденежная Т. И. Психология старения: путь к долголетию. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – 32 с.
5. Яцемирская Р. С., Беленькая И. Г. Адаптация к старости // Социальная геронтология. – М., 1999. – С. 143–160.
6. Чеботарев Д. Ф., Маньковский Н. Б. Справочник по гериатрии. – М.: Медицина, 1973. – 503 с.
7. Хойфт Г., Крузе А., Гартмут Р. Геронтопсихосоматика и возрастная психотерапия. – М.: Академия, 2003. – 363 с.
8. Сокорева И. Е. Проблемы пожилого пациента: взгляд менеджера сестринского дела // Клиническая геронтология. – 2005. – № 9. – С. 120–121.

Kadyrova Vera,
postgraduate student of Department of Social Psychology of Nizhny Novgorod State Pedagogical University of K. Minin, Nizhny Novgorod
verunchik48@mail.ru

Psychological features of the emotional sphere of elderly people

Summary. Social-psychological peculiarities typical of the elderly people are considered in the article. Within the framework of the studying problem the results of the research which have been conducted on the basic of the Regional Neurological Veterans's of Wars Hospital of Nizhny Novgorod are represented. And we also have the analysis of the results.

Keywords: advanced age, old age, social status, retirement, stress.

ISSN 2304-120X

Рецензент: *Гапонова София Александровна, доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой социальной психологии ФГБОУ ВПО «Нижегородский государственный педагогический университет им. К. Минина»*