

УДК 159.922.63:128

Коваленко-Кобилянська І. Г.,

кандидат психологічних наук,
провідний науковий співробітник
лабораторії сучасних інформаційних
технологій навчання,

Інститут психології імені Г. С. Костюка
НАПН України

E-mail: iringkk@gmail.com

ПРО ПРОБЛЕМУ СПЕЦИФІЧНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЛЮДИНИ В ПЕРІОД ГЕРОНТОГЕНЕЗУ

За результатами експериментального дослідження проаналізовано проблему специфічних психологічних особливостей людини в період геронтогенезу.

Здійснено аналіз психологічних проблем старості та виявлено, що незважаючи на індивідуальний характер психологічних змін людини в період старості і старіння, у цілому вони є відповіддю на соціальну депривацію і неможливість особистісної реалізації людини похилого віку з користю для суспільства, що ілюструє втрату сенсу існування.

Розроблено програму інтелектуальної підтримки людини у період геронтогенезу та впроваджено її в роботу соціальних установ. Експериментально доведена можливість людині продовжити в період геронтогенезу інтелектуально активне, соціально орієнтоване життя.

Ключові слова: старіння, геронтогенез, егоцентризм, інтелект, тренінг. психосоціальний розвиток.

According to the results of experimental study, a problem of specific psychological peculiarities of a person in a period of gerontogenesis was analyzed. Analysis of psychological problems of the old age was conducted, and it was found that despite the fact that the psychological changes of a person in the period of old age and aging have an individual character, overall they are a response to social deprivation and impossibility of personal realization of an aging person with the benefit for society, which illustrates the loss of sense of existence.

A program of intellectual support of people in the period of gerontogenesis was developed and implemented into social establishments. It is experimentally proved that person in a period of gerontogenesis is able to continue intellectual active and socially oriented life.

Key words: *aging, gerontogenes, egocentrism, intellect, development, training work, psychological social development.*

Постановка проблеми. Проблема дослідження специфічних психологічних особливостей людини в період геронтогенезу є актуальною у зв'язку з прогресивним збільшенням частки людей поспенсійного віку. Будучи найтривалішим з усіх періодів онтогенезу, він залишається найменш дослідженим. Перша проблема, що виникає, може бути означена як відсутність чіткого визначення нижньої межі геронтогенезу, яка сьогодні в різних джерелах варіює від 55 до 65 років. Діапазон у десять років, враховуючи тривалість життя сучасної людини, є важливим показником складності однозначного визначення критеріїв періоду старіння. Межі геронтогенезу переглядалися в історичній перспективі і переглядатимуться в подальшому у зв'язку з мінливими соціально-економічними умовами життя суспільства і пов'язаними з цим прогресивними досягненнями у сфері медицини.

У цілому проблеми, які супроводжують період старості і старіння, охоплюють широке коло завдань і потребують мультидисциплінарного підходу для їх вирішення [1; 9; 14]. У психологічному контексті вирішення проблеми важливим є визначення специфічних для пізнього віку психологічних особливостей, ступінь їх впливу на процес життєдіяльності представників геронтогенезу і їх опосередкований вплив на інших представників соціокультурного оточення [4; 6].

Аналіз попередніх досліджень. Психологічні проблем геронтогенезу досліджували та досліджують Дж. Флейвелл, А. Efklides, А. Н. Schoenfeld, Н. J. Hartman, D. J. Hacker, М. Л. Анциферова, Л. I. Смульсон, М. О. Холодна, П. Б. Балтес, Е. Голдберг, С. М. Халін, Ю. Б. Дормашев, В. Я. Романов та інші дослідники.

У науковому середовищі немає єдиних критеріїв для визначення специфіки цього періоду онтогенезу й існують різні погляди на проблему їх вирішення [2; 7; 8; 12]. Створено різні наукові напрями, які дають можливість вести професійну дискусію з цієї проблематики.

Метою статті є висвітлення та аналіз результатів дослідження причин і особливостей специфічних психологічних проблем людини в період геронтогенезу.

Виклад основного матеріалу дослідження. Актуальність проблеми і наш науковий інтерес до визначення чинників, що впливають на особливості розвитку інтелектуальної сфери людини в період геронтогенезу, сприяли проведенню експериментальної роботи з цієї проблеми. На базі пансіонату для ветеранів праці та відділень денного перебування територіальних центрів соціального обслуговування пенсіонерів співробітниками лабораторії сучасних інформаційних технологій навчання Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України проведено дослідження, в якому взяла участь 257 людей віком від 56 до 97 років, різного соціального статусу, освіти і сімейного стану. 58% досліджуваних – жінки, 42% – чоловіки.

Незважаючи на те, що когорта представників геронтогенезу значною мірою є більш різномірною, аніж у будь-якому іншому періоді онтогенезу, існують певні установки в суспільстві, які об'єднують цей період. Під час проведення експериментальної частини роботи ми зіштовхнулися з низкою стереотипів щодо специфічних психологічних особливостей старості і старіння, які підлягали аналізу і частина з них спростована за результатами дослідження.

Упродовж історії розвитку науки існували різні критерії визначення початку періоду старіння, які з часом неодмінно зазнавали ревізії. Наприклад, один із критеріїв старіння – фізичне згасання організму. Виходячи з цієї тези, потрібно згадати, що пік оптимального фізичного розвитку організму людини настає в 25–30 років, а оскільки в розвитку не існує поняття «статики», слідом за досягненням найвищої точки відразу починається згасання (старіння). Деякий час процес зниження функцій має латентну форму і дає можливість не помічати змін, що відбуваються. Отже, цей критерій не може бути сприйнятий як основний для визначення старіння в контексті соціального сприймання.

Період старіння прийнято асоціювати з погіршенням здоров'я, однак, здоров'я або хвороба, безумовно, не можуть самі по собі бути свідченням приналежності людини до певного віку.

Характерними ознаками старіння також прийнято вважати зниження життєвої активності, малорухомий спосіб життя. З огляду на реалії сучасного світу, під цей критерій можна зарахувати значну частину людей так званих «активних» періодів онтогенезу, що передують старості.

У науковій літературі представлено різноманітні методи оптимізації фізичного стану старіючого організму. Так, наприклад, видатний вчений І. І. Мечников поставив експеримент завдовжки у своє життя і довів, що застосовуючи правила ортобіозу (правильного життя) в про-

цесі життєдіяльності, можна досягти фізичної і психічної збереженості до глибокої старості. Вчений прожив до 71 року, зберігши гнучкість мислення, тоді як його генетичний потенціал був недостатньо високим: його предки і найближчі родичі не доживали й до 50 років.

Теза про те, що людина здатна зберігати фізичну та інтелектуальну активність доти, поки вона отримує відповідні фізичні та інтелектуальні навантаження, експериментально підтверджено нашим дослідженням. Під час експерименту ми пропонували учасникам дослідження додатково до завдань для їх когнітивного розвитку додати елементи вправ для тілесного перенавчання, методу, який розроблено Моше Фельденкрайсом і ґрунтується на самосвідомості людини [13]. Учасники проекту, які погодилися включити запропоновані вправи в повсякденне життя і виконували їх, відзначали загальне поліпшення самопочуття і почуття задоволення своїми потенційними можливостями. Отримані результати дослідження свідчать про здатність людини продовжити активний спосіб життя аж до його природного завершення.

Наступний критерій – зниження активності психічних функцій людини. Сучасній науці відомий такий феномен як «пластичність мозку», суть якого в гіпотетично необмежених (у межах фізіологічного життя) можливостях висхідного інтелектуального розвитку людини [3; 5; 10; 11]. Відомо, що зниження роботи будь-яких систем і функцій організму значною мірою пов'язане в тому числі і з їх недостатньою затребуваністю, що активно демонструє сучасне суспільство стосовно людей постпенсійного періоду.

Приклад. Досліджуваний В. (89 років, освіта середня спеціальна, проживає в пансіонаті). На початку дослідження відзначено низький рівень вітальності на тлі депресивного стану. На початку дослідження відмовлявся від участі в роботі, посилаючись на погане фізичне самопочуття у зв'язку з перенесеним рік тому інфарктом. Протягом трьох місяців занять (по два рази на тиждень з виконанням домашніх завдань) у результаті суб'єктивно (досліджуваним) і об'єктивно (за результатами тестування) відзначено підвищення самооцінки, оптимізацію фізичного стану, поліпшилися стосунки з іншими жителями пансіонату, зокрема, із сусідом по кімнаті. Контрольна зустріч з досліджуваним після завершення експерименту (через чотири місяці) показала знову погіршення його стану. За словами колишнього учасника проекту – після завершення роботи в проекті він не бачив перспективи для застосування своїх нововиявлених здібностей, у зв'язку із соціальною незатребуваністю. Таким чином, подальші самостійні заняття вважає недоцільними.

Наведений приклад ілюструє важливість соціальної ангажованості старіючих і старих членів суспільства. Відчуття соціальної депривації у представників геронтогенезу є надзвичайно важливим деструктивним чинником, який негативно позначається на формуванні задовільного емоційного стану. Таке твердження експериментально доведено в процесі нашого дослідження і суб'єктивно підтверджено активними людьми похилого віку, які не відчують так званих специфічних психологічних проблем старості. Проблема може бути вирішена тільки за допомогою продуктивної взаємодії людину похилого віку з її соціокультурним оточенням. Незважаючи на те, що психологічні зміни людини в період старості і старіння мають індивідуальний характер, у цілому вони є відповіддю на соціальну депривацію і неможливість особистісної реалізації людини похилого віку з користю для суспільства, що ілюструє втрату сенсу існування.

Факт позитивного терапевтичного впливу на загальне емоційне тло людини внаслідок усвідомлення нею своїх нереалізованих можливостей у старості потрібно відзначити особливо. Ряд досліджуваних пізнього геронтогенезу 87-97 років за час експерименту відзначали підвищення вітальних сил, нормалізацію артеріального тиску, поліпшення взаємин з родичами тощо. Такі зміни були результатом підвищення самооцінки людей пізнього віку внаслідок усвідомлення нереалізованого інтелектуального потенціалу. Таким чином, оптимальні результати відзначено у тих досліджуваних, які змогли включитися в соціальне життя свого оточення і не були ним відкинуті. Важливо зазначити, що організм людини, будучи цілісною системою, в разі потреби включає адаптаційні можливості, які дають можливість виконувати необхідні функції.

Теза про недостатню ініціативність і консерватизм людини в пізньому віці по суті є аксіомою, а приклади активного життя в старості викликають захоплення або подив, але в будь-якому разі не розглядаються як норма життя. Живучи в конкретному соціокультурному середовищі, старіючій людині складно не бути консерватором, враховуючи зневажливе ставлення до її знань, умінь. Консерватизм є проявом психологічного захисту особистості, коли людина умоглядно звертається до того часу, коли був затребуваний її інтелектуальний потенціал і вона відчувала задоволення від своєї особистісної реалізації. Зниження ініціативи можна пояснити в тому числі й тим, що в сучасному світі тенденція обміну досвідом між поколіннями дедалі менш актуальна у зв'язку зі значним збільшенням інноваційних темпів у всіх сферах життя суспільства (наука, промисловість, соціальні підвалини суспільства та ін.). Ми свідомо не беремо як позитивні приклади ті

рідкісні звернення соціуму до старих людей у зв'язку зі святкуванням певних подій або дат, що, по суті, тільки підтверджує основну соціальну тенденцію – ейджизм, часто завуальований.

Дуже важливим чинником зниження рівня самооцінки, підвищення дратівливості тощо є усвідомлення людиною завершення життєвого циклу. Така об'єктивна, генетично детермінована причина не може бути вирішена емоційно безболісно для людини, але завдяки позитивному впливу соціуму може бути деякою мірою пом'якшено сприймання гостроти останньої для старої людини екзистенційної проблеми.

У соціумі дедалі частіше звучать заклики до толерантності у ставленні до старіючих членів суспільства. Наведений термін (від лат. *tolerantia*) позначає не тільки терпиме ставлення до іншого, а й трактується як «добровільно перенесене страждання». Ми не закликаємо до толерантності, ми закликаємо до відповідального ставлення до свого життя, до усвідомленого використання наданих нам генетикою різних ресурсів у вигляді задатків, у тому числі й когнітивних. Турбота про соціально адаптований патерн старіння є індикатором соціальної зрілості людини, демонструє її систему цінностей. Для вичерпного уявлення про психологічні особливості особистості в період геронтогенезу необхідно акцентувати увагу на прикладах висхідного розвитку в пізньому віці, які, незважаючи на те, що перебувають у переважній меншості, несуть інформацію про патерн позитивного старіння.

Висновки. Складність чіткого визначення меж завершального періоду онтогенезу має у своїй основі сукупність таких проблем, як соціально-економічні, біологічні та, як наслідок двох попередніх, психологічні. За результатами проведеного дослідження можна стверджувати, що саме в такій послідовності слід шукати варіанти вирішення актуальної для сучасного соціуму проблеми. Незважаючи на те, що процес старіння є генетично запрограмованим, його межі певною мірою є еластичними і ступінь змін в особистісній сфері старіючої людини детермінований соціально-економічною ситуацією в суспільстві.

Результати нашого дослідження доводять, що багато з описаних у літературі психологічних проблем старості не є беззаперечними або апріорними, а є похідними соціальних проблем.

Важливість оптимізації психологічного стану людей в період геронтогенезу полягає і в тому, що позитивні патерни старіння дозволять людям молодого і середнього віку не розглядати майбутній для них завершальний період життя як депресивний.

Перспективи подальших досліджень. Незважаючи на спроби соціуму змінити своє ставлення до представників пізнього віку, в реальності вони мають декоративний характер і ексклюзія людей похилого

віку в суспільстві є звичним явищем. В той же час турбота про соціально адаптований патерн старіння є індикатором соціальної зрілості людини, демонструє її систему цінностей.

Важливість оптимізації психологічного стану людей в період геронтогенезу полягає і в тому, що позитивні патерни старіння дозволять людям молодого і середнього віку не розглядати майбутній для них завершальний період життя як депресивний. Вирішення цих проблем є актуальним для подальших досліджень з метою побудови суспільства оптимального співіснування для представників усіх періодів онтогенезу.

Список використаних джерел

1. Дітюк П. П. Ситуативна активність, відносна суб'єктність та свобода вибору [Електронний ресурс] / П. П. Дітюк // Технології розвитку інтелекту. – 2017. – Т. 2, № 5 (16). – Режим доступу: http://psytir.org.ua/upload/journals/2.5/authors/2017/Dityk_Pavlo_Pavlovych_Sytuativna_aktivnist_vidnosna_subjektnist_ta_svoboda_vyboru.pdf
2. Інтелектуальний розвиток дорослих у віртуальному освітньому просторі : монографія [Електронний ресурс] / [М. Л. Смільсон, Ю. М. Лотоцька, М. М. Назар, П. П. Дітюк, І. Г. Коваленко-Кобилянська та ін.] ; за ред. М. Л. Смільсон. – К. : Педагогічна думка, 2015. – 221 с. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/10064/>
3. Карпов А. В. Психология сознания: Метасистемный подход / А. В. Карпов. – М. : РАО, 2011. – 1088 с.
4. Коваленко А. Б. Психологія міжособистісного взаєморозуміння : підручник / А. Б. Коваленко. – К. : ВПЦ «Київський університет», 2010. – 215 с.
5. Коваленко-Кобилянська І. Г. Суб'єктна активність людини в період геронтогенезу в умовах освітнього простору Інтернет [Електронний ресурс] // Технології розвитку інтелекту. – 2016. – Т. 2, № 2 (13). – Режим доступу: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/issue/view/18
6. Лотоцька Ю. М. Психологічна якість життя як наслідок наших виборів [Електронний ресурс] / Ю. М. Лотоцька // Технології розвитку інтелекту. – 2017. – Т. 2, № 5 (16). – Режим доступу: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/issue/view/10
7. Пьянкова С. Д. Нелинейность развития как психологический феномен и литературный мотив [Электронный ресурс] / С. Д. Пьянкова // Психологические исследования : электрон. науч. журн. – 2009. – № 1 (3). – Режим доступу: <http://psystudy.ru>
8. Суб'єктна активність в контексті формування комунікативної компетентності [Електронний ресурс] / М. М. Назар // Технології розвитку інтелекту. – 2016. – Т. 2, № 1 (12). – Режим доступу: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/issue/view/17
9. Смільсон М. Л. Інтелект і ментальні моделі світу / М. Л. Смільсон // Наукові дослідження когнітивної психології. – 2009. – Вип. 12. – С. 38–49.
10. Смільсон М. Л. Психологія розвитку інтелекту : монографія / М. Л. Смільсон. – К. : Нора-Друк, 2003. – 298 с.

11. Холодная М. А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования / М. А. Холодная. – Томск : Изд-во Том. ун-та, 1997. – 392 с.
12. Холодная М. А. Структурно-интегративная методология в исследовании интеллекта [Электронный ресурс] / М. А. Холодная. – Режим доступа: www.ipras.ru/engine/documents/document3354.pdf
13. Фельденкрайз М. Сознание Через Движение: Двенадцать Практических Уроков [Электронный ресурс] / М. Фельденкрайз. – Режим доступа: http://bolshoyimir.com/sites/default/files/Moshe%20Feldenkrais%20%20SOZNAVANIE%20CHEREZ%20DVIGENIE_0.pdf
14. Чепелева Н. В. Дискурсивні засоби самопроекування особистості / Н. В. Чепелева // Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка». Тематичний випуск «Актуальні проблеми когнітивної психології». – 2013. – Вип. 24. – С. 7– 11.

References transliterated

1. Ditjuk P. P. Sytuatyvna aktyvnist', vidnosna sub'jektnist' ta svoboda vyboru [Elektronnyj resurs] / P. P. Ditjuk // Tehnologii' rozvytku intelektu. – 2017. – T. 2, № 5 (16). – Rezhym dostupu: http://psytir.org.ua/upload/journals/2.5/authors/2017/Dityk_Pavlo_Pavlovych_Sytuatyvna_aktyvnist_vidnosna_subjektnist_ta_svoboda_vyboru.pdf
2. Intelektual'nyj rozvytok doroslyh u virtual'nomu osvith'omu prostori : monografija [Elektronnyj resurs] / [M. L. Smul'son, Ju. M. Lotoc'ka, M. M. Nazar, P. P. Ditjuk, I. G. Kovalenko-Kobyljans'ka ta in.] ; za red. M. L. Smul'son. – K. : Pedagogichna dumka, 2015. – 221 s. – Rezhym dostupu: <http://lib.iitta.gov.ua/10064/>
3. Karpov A. V. Psihologija soznaniya: Metasistemnyj podhod / A. V. Karpov. – M. : RAO, 2011. – 1088 s.
4. Kovalenko A. B. Psihologija mizhosobystisnogo vzajemorozuminnja : pidruchnyk / A. B. Kovalenko. – K. : VPC «Kyiv's'kyj universytet», 2010. – 215 s.
5. Kovalenko-Kobyljans'ka I. G. Sub'jektna aktyvnist' ljudyny v period gerontogenezu v umovah osvith'ogo prostoru Internet [Elektronnyj resurs] // Tehnologii' rozvytku intelektu. – 2016. – T. 2, № 2 (13). – Rezhym dostupu: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/issue/view/18
6. Lotoc'ka Ju. M. Psihologichna yakist' zhyttja jak naslidok nashyh vyboriv [Elektronnyj resurs] / Ju. M. Lotoc'ka // Tehnologii' rozvytku intelektu. – 2017. – T. 2, № 5 (16). – Rezhym dostupu: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/issue/view/10
7. P'jankova S. D. Nelinejnost' razvitija kak psihologicheskij fenomen i literaturnyj motiv [Elektronnyj resurs] / S. D. P'jankova // Psihologicheskie issledovanija : jelektron. nauch. zhurn. – 2009. – № 1 (3). – Rezhim dostupu: <http://psystudy.ru>
8. Sub'jektna aktyvnist' v konteksti formuvannja komunikatyvnoi' kompetentnosti [Elektronnyj resurs] / M. M. Nazar // Tehnologii' rozvytku intelektu. – 2016. – T. 2, № 1 (12). – Rezhym dostupu: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/issue/view/17
9. Smul'son M. L. Intelekt i mental'ni modeli svitu / M. L. Smul'son // Naukovi doslidzhennja kognityvnoi' psihologii'. – 2009. – Vyp. 12. – S. 38–49.
10. Smul'son M. L. Psihologija rozvytku intelektu : monografija / M. L. Smul'son. – K. : Nora-Druk, 2003. – 298 s.

11. Holodnaja M. A. Psihologija intelekta. Paradoksy issledovanija / M. A. Holodnaja. – Tomsk : Izd-vo Tom. un-ta, 1997. – 392 s.

12. Holodnaja M. A. Strukturno-integrativnaja metodologija v issledovanii intelekta [Jelektronnyj resurs] / M. A. Holodnaja. – Rezhim dostupa: www.ipras.ru/engine/documents/document3354.pdf

13. Fel'denkrajz M. Soznavanie Cherez Dvizhenie: Dvenadcat' Prakticheskikh Urokov [Jelektronnyj resurs] / M. Fel'denkrajz. – Rezhim dostupa: http://bolshoymir.com/sites/default/files/Moshe%20Feldenkraiz%20%20SOZNAVANIE%20CHEREZ%20DVIGENIE_0.pdf

14. Chepeljeva N. V. Dyskursyvni zasoby samoproektuvannja osobystosti / N. V. Chepeljeva // Naukovi zapysky. Serija «Psihologija i pedagogika». Tematychnyj vy-pusk «Aktual'ni problemy kognityvnoi psihologii». – 2013. – Vyp. 24. – S. 7– 11.

Abstract

Kovalenko-Kobylanska I. G.,
PhD (Candidate of Psychological
Sciences)

ON THE PROBLEM OF SPECIFIC PSYCHOLOGICAL FEATURES DURING THE PERIOD OF GERONTOGENESIS

Being the longest one of all periods of ontogenesis, gerontogenesis remains the least studied. The first problem arises at the stage of determining the age boundaries of a given period, which is an indicator of complexity of unambiguous identification of criteria for the aging period. The boundaries of gerontogenesis were revised in the historical perspective and will be reviewed in the future, in connection with the changing social and economic conditions of society and related progressive achievements in the field of medicine.

An important problem is definition of psychological characteristics specific for the late age, the degree of their impact on the process of vital activity of the representatives of gerontogenesis, and their indirect influence on other representatives of sociocultural environment.

The purpose of the article is to acquaint with the results of the research of causes and peculiarities of specific psychological problems of a person during the period of gerontogenesis.

On the basis of a boarding house for veterans of labor and day care centers of territorial social services for pensioners, the employees of the modern information technologies laboratory under the Institute of Psychology

named after G.S. Kostyuk NAPS of Ukraine conducted the study in which 257 people aged from 56 to 97 with different social status and education, took place. 58% of the studied are women, 42% are men.

During the experimental part of work we faced a number of stereotypes concerning specific psychological features of old age and aging that were analyzed during the experiment and some of them were disproved experimentally.

The results of our study prove that most of the psychological problems of old age are derivatives of social problems and can be solved through appropriate changes in the society. Despite the fact that the psychological changes of a person in the period of old age and aging have an individual character, overall they are a response to social deprivation and impossibility of personal realization of an aging person with the benefit for society, which illustrates the loss of sense of existence. In turn, concern for the socially adapted pattern of aging is an indicator of the social maturity of a person, demonstrates its value system.

The most important factor of a decrease in the level of self-esteem, increased irritability, egocentrism, etc. is a person's realization of the life cycle finishing. This objective, genetically determined cause cannot be solved emotionally painlessly for a person, but due to the positive impact of the society, perception of sharpness of the existential problem of an old person may be somewhat mitigated.
