

ОСОБИСТІСНІ ЗМІНИ У ПОХИЛОМУ ВІЦІ

У сучасній психологічній літературі не має єдиної точки зору про наявність особистісних змін людини в старості. На думку ряду авторів (П.Т. Коста, Н. Хаан, С.Л. Уиллис), особистісні якості старої людини, зазнаючи трансформацію, все ж залишаються стабільними; характер особистісного реагування у старості зберігається і не піддається змінам під впливом вікового чинника. Інша позиція з цього питання полягає в тому, що при нормальному перебігу старості особистість літньої людини змінюється, але ці зміни не носять виражений негативний характер. Так, Е. Еріксон, К. Юнг наголошують на якісній відмінності рис особистості на різних стадіях старіння. Тобто, старіючи, індивід може зберегти здатність прогресивно розвиватися як особистість.

Е. Еріксон вважає головним завданням психіки в пізньому дорослому віці підтримку ідентичності. Внаслідок тих змін, які відбуваються з людиною похилого віку, вона переймається проблемою збереження власної сутності, значимості та особистісної цінності. Якщо цього не відбувається, то утворюється особистісна стагнація – застій у особистісному розвитку людини, внаслідок зацикленості на минулому, прийнятті факту скінченності власного життя, несприйманні подальших змін ідентичності. Особистісна стагнація заважає людині здійснювати конструктивний аналіз свого життєвого шляху. Старі не відчують радості та задоволення від повноти життя, втрачають його сенс та власну значимість, не бачать себе у майбутньому, а у минулому робиться акцент тільки на помилки й втрачені можливості, що призводить до страждань і відчаю [5].

Динаміка особистості у старості зумовлюється необхідністю задоволення життєво важливих потреб цього віку. Характеризуючи їх ієрархію, К. Роцак до домінуючих потреб людини похилого віку відносить: потребу в уникненні страждань, у допомозі й постійності, в автономії та незалежності. До середньої групи належить потреба у проектуванні на інших своїх психічних проявів, потреба у захисті й турботі про інших, у владі, внутрішній інтегрованості. До «підпорядкованих потреб» відносять – потребу у любові, сексі; у підозріливому ставленні до інших, необхідності зберегти з ними дистанцію та потребу у творчості.

У цілому, в похилому віці відбувається зміщення низки провідних потреб (зокрема, потреба у творчості) на нижчі рівні і акцентування окремих потреб (наприклад, в уникненні страждання), що порушує їхній взаємозв'язок і ускладнює процес саморегуляції [4].

За результатами досліджень О.В. Краснової більшість людей похилого віку мають позитивне ставлення до себе. Вони приймають власні недоліки і переваги, визначилися у своїх інтересах, світовідчутті, але їхня особистісна ідентичність переважає над соціальною. Часто зовнішньо присвоївши собі ролі осіб похилого віку, внутрішньо вони їх не приймають [3].

Втрата глибоких соціальних зв'язків, відчуття перспективи у цьому віці, яка проявляється у зниженні поведінкового контролю (В.Д. Альперович) та «виснаженні» чутливості (Р.М. Грановська, І.В. Давидовський) призводить до зростання егоцентричності у старості – переконаності старих у беззаперечній справедливості їхніх позицій. Це виявляється у спотвореній інтерпретації оточення, а також у таких рисах, як амбіційність, образливість, нетерплячість до заперечень [1].

Також людям похилого віку властива виражена стурбованість життям, яка, за думкою К. Роцак, М.В. Єрмолаєвої, має адаптивний характер, бо допомагає

виробити специфічну тактику збереження зусиль; дозволяє заздалегідь передбачати та уникати ситуації, що викликають негативні емоції; сприяє пристосуванню організму до зміненого середовища; упереджує виникнення нудьги та надає гостроти суб'єктивній картині оточуючої дійсності [2;4].

У похилому віці відбуваються суттєві зміни у самооцінці особи, її самоповазі та задоволеності життям. Більшість досліджень самооцінки свідчать про її певне зниження (у цілому або окремих компонентів) у старості. Низьку самооцінку переважно мають особи похилого віку з неблагополучною старістю. Також самооцінка може знизитися під впливом трагічних життєвих обставин (хвороба, старечі недомагання, втрата рідних, самотність). Хоча результати діагностики, проведеної О.Г. Коваленко, свідчать, що у похилому віці особистість має середній рівень самооцінки: вона оцінює себе як носія позитивних, соціально бажаних характеристик, але інколи може бути занадто критичною до себе [1]. Безумовно, динаміку самооцінки у похилому віці визначають багато факторів.

Психологічні зміни проявляються й в емоційній сфері: в підвищеній вразливості, образливості, дратівливості, концентрації уваги на обмеженому колі уявлень. Настрій у людей похилого віку стає нестійким, переважають або знижений фон, невдоволення оточуючим, або ейфоричний. Легко виникають почуття тривоги і страху, туги. У емоціях старіючої особи з'являється інертність, застиглість, своєрідне «застрягання», в'язкість, втрата гнучкості. Відзначається неадекватність реакції на зовнішні і внутрішні чинники. Будь-яка, навіть незначна нетактовність, неповага і черствість з боку оточуючих в літньому віці сприймаються як важка психічна травма. Стара людина починає відчувати себе небажаною, самотньою. Емоційний інтерес до оточуючих слабшає, наростають егоцентризм, недовірливість; контакти стають більш вузькими і формальними. Такі характерологічні зміни викликають утруднення в спілкуванні та сприяють виникненню міжособистісних конфліктів, в першу чергу у родині.

Отже, оптимально розвиватиметься у старості особа, яка наповнює власне життя сенсом, має конструктивне ставлення до старіння, позитивну установку до власного майбутнього; включена у соціальні контакти, радіє життю, прагне до пізнання та навчання новому, до збереження рівноваги, особистісної цілісності, розкриття власних можливостей.

Література

1. Дзюба Т.М. Психологія дорослості з основами геронтопсихології / Т.М. Дзюба, О.Г. Коваленко; за ред. В.Ф. Моргуна. – К.: Видавничий дім «Слово», 2013. – 264 с.
2. Ермолаева М.В. Значение жизненного опыта в старости / М.В.Ермолаева // Психология зрелости и старения. – 2007. – №2 (38). – С. 58–81.
3. Психология старости и старения : Хрестоматия / Сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидере. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 416 с.
4. Рошак К. Психологические особенности личности в пожилом возрасте : автореф. дис. на соискание уч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Возрастная и педагогическая психология» /К. Рошак. – М., 1990. – 19 с.
5. Эриксон Э. Восемь возрастов человека / Э. Эриксон // Детство и общество. – 2-е изд. / Пер. А.А. Алексеева. – СПб. : Речь, 2002. – С. 235–259.