

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ

Горецька О.В.

*кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології
Бердянського державного педагогічного університету
м. Бердянськ, Україна*

Соціальна, економічна та політична невизначеність у нашій країні викликає в масовій свідомості стани тривожності, безперспективності, невпевненості в завтрашньому дні. Однак без планування суб'єктивного майбутнього, здійснення всебічного саморозвитку особистості, правильного сприйняття майбутнього, передбачення подій, постановка цілей і визначення шляхів їх досягнення неможливі. Сьогодення вимагає від людини вибору правильної життєвої стратегії, яка б сприяла збереженню особистісної цілісності, психічного здоров'я та досягненню самореалізації в майбутньому.

З огляду на це в сучасних психологічних дослідженнях особливого значення набуває розробка феномену «життєвих перспектив особистості» – усвідомлене, відносно структуроване опанування особистістю власного майбутнього. Життєва перспектива виконує інтегративну функцію, характеризуючи основні змістовні та структурні моменти, пов'язані з уявленнями людини про власне майбутнє, здійснює регулюючу функцію, за допомогою чого вибудовується життєва позиція і стиль життя людини [3].

Чимало психологів і соціологів (Абульханова-Славська К.О., Балабанова Є.С., Бергер П., Берн Є., Гофман Є., Головаха Є.І., Зборовский Г.Є., Кронік О.О., Коган Л.Н., Кон І.С., Левін К., Магун В.С., Наумова Н.Ф., Нюттен Ж., Резнік Ю.М., Резнік Т.Є., Рубінштейн Л.С., Руткевич М.Н., Серенкова В.Ф., Сохань Л.В., Титма М.Х., Франкл В., Філіпов Ф.Н., Фромм Е., Чередніченко Г.А., Шляхтін Г.С., Ядов В.А. та інші) активно досліджували проблему особистості в часі. Ними були сформульовані наукові підходи та розглянута низка понять, що відображали різні аспекти ставлення людини до

майбутнього: часова перспектива, життєві цілі, плани, стратегії, перспективи, програми. Кожне з них розкриває один з аспектів системи уявлень про майбутнє людини.

У психології склалася певна наукова парадигма, у рамках якої життєва перспектива розглядається переважно як суб'єктивний образ майбутнього. Найбільш широким поняттям є «часова перспектива», яку нерідко розглядають як синонім життєвої перспективи. К. Левін розглядав часову перспективу особистості як цілісне бачення людиною свого життя і в майбутньому, і в минулому [4]. Головаха Є.І. зазначає, що в психології говорять про майбутню часову перспективу, за допомогою якої характеризується часова впорядкованість подій майбутнього у свідомості людини [3]. Життєва перспектива розглядається ним як цілісна картина майбутнього у складному суперечливому взаємозв'язку запрограмованих і очікуваних подій, із якими людина пов'язує соціальну цінність та індивідуальний сенс власного життя. Ціннісні орієнтації, життєві цілі та плани складають ядро життєвої перспективи особистості, за допомогою яких вона має намір реалізувати свої життєві цінності.

У радянській психології розробка проблеми життєвої перспективи була закладена Рубінштейном С.Л. та продовжена у дослідженнях Абульханової-Славської К.О., яка розглядає перспективу в трьох аспектах: психологічному, особистісному й життєвому. Під психологічною розуміється свідоме уявне передбачення майбутнього, його прогнозування; здатність людини уявляти себе в майбутньому. Відмінності в уявленнях про майбутнє можуть бути обумовлені ціннісними орієнтаціями, бажаними сферами життя, пов'язані з потребами і прагненнями людини, інтересами, особистісними домаганнями тощо. Особистісна перспектива – це сьогоденна готовність людини до майбутнього, установка на нього, що може бути і позитивною, і негативною. Життєва перспектива включає сукупність обставин та умов життя, викликаних об'єктивними й незалежними від особистості обставинами, які за інших рівних умов створюють для особистості можливість оптимального життєвого

просування. Це потенційні можливості особистості, що об'єктивно наявні сьогодні та можуть проявитися в майбутньому [1].

Досить цікавим є дослідження Березіної Т.Н. з вивчення життєвих перспектив, яка виокремлює три типи життєвих перспектив або типи особистостей з вираженими особливостями їх життєвих перспектив.

1. Когнітивний тип. Особистість здатна свідомо та структуровано будувати життєві плани, проектувати майбутнє, бачити власні перспективи та себе в майбутньому.

2. Особистісно-мотиваційний тип. Особистість не має когнітивного плану, уявлення про майбутнє розмите, проте мотивація досягнення дуже висока, що створює потужну спрямованість особистості на майбутнє і встановлює певну гарантію його реалізації.

3. Потенційний тип. Життєва перспектива особистості ґрунтується на попередньому досвіді, особистісних досягненнях, здібностях, рівні розвитку особистості, коли вже досягнута особистісна життєва позиція дає ресурси, новий рівень можливостей, визначає пріоритети й цілі, які гарантують успішне майбутнє, та становить реальну рушійну силу, гарантуючи успіх у майбутньому [2].

Життєва перспектива – це картина майбутнього, що містить складний взаємозв'язок очікуваних подій, відтворює загальну спрямованість, спосіб усвідомленого, відносно структурованого опанування особистістю власного близького й віддаленого майбутнього. Життєві перспективи визначаються способами професійного, сімейного й вікового самовизначення в житті, яке залежить від соціальної, соціально-психологічної, особистісної зрілості та активності особистості [5].

Проблема життєвих перспектив широко вивчена в межах підліткового та юнацького віку, але мало досліджена в людей похилого.

У процесі старіння розвиток і функціонування всіх сфер людини набувають специфічного характеру. З'являються нові акценти в життєдіяльності, а саме: орієнтація на минуле і теперішнє та не бачення майбутнього, відсутність

тривалої перспективи, сприйняття факту скінченності власного життя, підготовка до смерті, усвідомлення обов'язку передати життєвий досвід молодшому поколінню, суб'єктивне переживання значимих об'єктивних подій, «зацикленість» на певних діях чи процесі, стереотипність, відсутність навичок позитивного мислення. Слід зазначити, що поведінка людини похилого віку визначається не стільки об'єктивними моментами ситуації, скільки формою й характером їх суб'єктивного сприйняття і переживань.

У нашому дослідженні брало участь 12 мешканців Бердянського геронтологічного пансіонату у віці 67–82 років. Результати експерименту дали змогу визначити такі психологічні особливості ставлення людей похилого віку до свого майбутнього: життя в минулому та неусвідомлення перспектив майбутнього (наприклад: «Раніше все було краще...», «Мені лишилось не так уже й багато...» тощо); негативне чи невизначене емоційне ставлення до майбутнього (наприклад: «Моє майбутнє здається мені сумним або поганим, або сірим, або нещасливим, або одноманітним, або безперспективним...» тощо); вплив суб'єктивно переживаємих значних об'єктивних подій на уявлення про майбутнє (наприклад: «Про яке говорити майбутнє, коли війна в країні йде!», «Не знаю, що буде потім. Страшно думати про своє майбутнє, коли про старих зовсім забули» тощо); тенденція «драматизувати» й гіперболізувати життєві події (наприклад, коли хтось зриває квіти в саду чи хтось несправедливо перемагає); критична переоцінка раніше прийнятних цінностей (наприклад: «Ось раніше люди не були такими злими та агресивними...» або «Минуле було більш моральним, не те що зараз», «Раніше людина була на першому місці, а тепер – гроші вирішують все» тощо); порушення процесів визначення мети, уявлення про неможливість керувати власним життям, пасивність, планування життя лише на найближче майбутнє (наприклад: «Живу сьогоднішнім днем, що буде далі – не замислююся», «День прожив – і добре!», «Далеко не заглядаю, планую тільки те, що змогу зробити» тощо); активізація страху самотності та страху смерті (наприклад: «Моє майбутнє – це кінець життя», «Про що говорити, коли я зовсім один

залишився» тощо); зниження прагнення до самоактуалізації (наприклад: «Що з мене взяти – я вже старий», «Коли я була б молодою, то змогла би, а тепер – ні» тощо); відмова від власного індивідуального життєвого шляху, небажання опанувати новий спосіб життя (наприклад: «Живу тільки задля онуків», «У мене зараз багато вільного часу – іноді й не знаю, що робити» тощо).

Таким чином, життєві перспективи особистості як уявлення про своє майбутнє організують, контролюють і керують психічною активністю людини, її життєдіяльністю сьогодні.

У роботі з людьми похилого віку необхідно створити умови, які б допомогли їм у пошуках оптимальних життєвих позицій, відкрили перспективи, підвищили активність особистості щодо визначення життєвих цілей, сповнили буття сенсом, щоб літня людина відчувала себе корисною та щасливою, бачила власне майбутнє.

Література:

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991. – 299 с.
2. Абульханова К.А. Время личности и время жизни / К.А. Альбуханова, Т.Н. Березина. – СПб. : Алетейя, 2001. – 304 с.
3. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи / Е.И. Головаха. – К. : Наукова думка, 1988. – 142 с.
4. Левин К. Теория поля в социальных науках/ Курт Левин. – [Пер. Е. Сурпина]. – СПб. : Речь, 2000. – 368 с.
5. Мандрикова Е.Ю. Современные подходы к изучению временной перспективы личности / Е.Ю. Мандрикова // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29, № 4. – С. 54–65.