

ГОРЕЦЬКА Олена,
кандидатка психологічних наук,
доцентка кафедри психології
Бердянського державного
педагогічного університету

СПЕЦИФІКА ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ

Ситуація соціальної невизначеності в нашій державі, переоцінка цінностей, динамізм життя, стресові події вимагають від людини постійної адаптації до мінливих ситуацій життя, переструктурування поведінкових стратегій, побудову нових життєвих перспектив.

Більшість людей похилого віку в Україні вважають власне життя безперспективним; песимістично сприймають майбутнє; не мають підтримки з боку держави та близьких; відчують власну непотрібність, самотність.

Вимоги, які життя висуває до людини похилого віку, частіше ставлять її перед проблемою швидкого формування нових стратегій поведінки, пошуку нових життєвих орієнтирів та перспектив, гідного існування в нових ситуаціях.

Поняття перспективи можна інтерпретувати з різних позицій: як бачення майбутнього; як сприятливі умови для нової діяльності або наступного розвитку чогось; плани, види на майбутнє; певні можливості для досягнення бажаного тощо [7, с. 332].

Дослідники розглядають життєву перспективу з різних аспектів. Так, Є. Головаха зазначає, що життєва перспектива особистості – це цілісна картина майбутнього у складному суперечливому взаємозв'язку запрограмованих і очікуваних подій, із якими людина пов'язує соціальну цінність та індивідуальний сенс власного життя [2]. К. Абульханової-Славської визначає три аспекти: особистісна перспектива – це сьогоденна готовність людини до майбутнього; психологічна – це здатність людини уявляти себе в майбутньому, його прогнозування; життєва перспектива – сукупність обставин та умов життя, викликаних об'єктивними й незалежними від особистості обставинами, які за інших рівних умов створюють для особистості можливості оптимального життєвого просування [1]. У дослідженнях М. Кухти життєва перспектива розглядається як здатність суб'єкта проектувати різновіддалені в часі події, що стосуються його життєвої програми, з урахуванням імовірних та найбільш вірогідних зовнішніх умов [5].

Реалізацію життєвої перспективи забезпечують життєві цілі, плани, завдання, за допомогою яких людина втілює власні ціннісні орієнтації в реальне життя. Планування передбачає висування цілей, вироблення можливих шляхів їх досягнення, осмислення мотивів щодо реалізації поставленої мети й об'єктивних і суб'єктивних ресурсів, що знадобляться людині. Шляхами досягнення поставлених цілей є життєві програми і плани особистості. Перші

можуть бути спрямовані на здійснення ближчих цілей, проте важливішим є наявність планів, реалізація яких віддалена в часі, тому що саме вони, на думку Л. Когана, є шляхом самовизначення і способом самовиховання, що й передбачає ймовірнісне майбутнє та спрямовує людину на певну трансформацію [4].

Отже, життєва перспектива – це усвідомлене, відносно структуроване опанування особистістю власного майбутнього, провідною функцією якої є інтегративна, що характеризує основні змістовні та структурні компоненти уявлення людини про власне майбутнє; регулююча функція, за допомогою якої вибудовуються життєва позиція і стиль життя людини [2].

Систематизуючи дослідження вчених, М. Кухта виділяє такі параметрами життєвої перспективи: тривалість життєвої перспективи в часі; прийнятність життєвої перспективи для людини з точки зору ймовірності її здійснення; побудова життєвої перспективи суб'єктом відповідно до власної метальної картини світу; вибірковість, де ситуації та події добираються згідно з найважливішими для індивіда ціннісно-смісловими орієнтаціями; бажаність; баланс визначеності/невизначеності; успішність життєвої програми в окресленій перспективі [6]. Ці параметри можуть змінюватися відповідно до обставин, як зовнішніх, так і внутрішніх.

На побудову життєвої перспективи як суб'єктивного образу майбутнього впливає віковий аспект, тому люди похилого віку мають деякі особливості бачення перспектив майбутнього: певні труднощі у вибудовуванні життєвої перспективи; пасивні, ригідні, консервативні при визначенні життєвих стратегій; не бачать внутрішніх ресурсів для розв'язання проблем і саморозвитку; мають труднощі у виборі оптимального варіанта дій, а також у віднаходженні сенсу діяльності; концентруються на досвіді проживання минулих подій; стурбовані власним життям, подіями в суспільстві, майбутнім їхніх близьких; відчувають тривожність і страх у ситуації можливої помилки; можуть бути залежними від нав'язаних ззовні моделей життя й поведінки. Їхня життєва перспектива слабо насичена подіями, планування скорочено й охоплює близькі цілі, а віддалені можуть бути непродуманими, уявлення про майбутнє – невизначеними [3].

Для дослідження особливостей життєвих перспектив людей похилого віку було використано біографічну методику «Лінія життя» (за О. Кронік), яка допомагає визначити проблемні етапи життя людини, звернути увагу на власні ресурси.

У нашому дослідженні брало участь 38 осіб похилого віку (від 62 до 78 років).

Узагальнена характеристика – це деформованість картини майбутнього життя. Люди похилого віку переважно відзначали, що їхнє прожите життя більш насичене подіями, ніж очікуване майбутнє; вони мало про що мріють, частіше – щоб були здорові самі та їхні близькі; зазначали, що життя в майбутньому бачать не дуже чітко і мають негативне чи невизначене емоційне

ставлення до нього (наприклад: «Моє майбутнє здається мені сумним або сірим, або нещасливим, або безперспективним...»), «Не знаю, що буде потім...» тощо). Більшість людей похилого віку живе спонтанно і вважають, що життя в майбутньому не буде легким. Не зовсім впевнені вони і щодо реалізації майбутніх планів; не мають масштабних життєвих задумів, а задовольняються наявними; адекватно оцінюють поточну ситуацію й не схильні до переоцінки власних можливостей, достатньо відповідальна ставляться до життя. Отже, ми спостерігаємо порушення процесів визначення мети, уявлення про неможливість керувати власним життям, пасивність, планування життя лише на найближче майбутнє; активізацію страху самотності та страху смерті; зниження прагнення до самоактуалізації (наприклад: «Що з мене взяти – я вже старий» тощо); відмова від індивідуального життєвого шляху, небажання опанувати новий спосіб життя (наприклад: «У мене зараз багато вільного часу – іноді й не знаю, що робити» тощо).

Залежно від віку учасники експерименту планують ще прожити від 12 до 18 років, хоча були дві особи, які відмовилися визначати крайню позначку власного життя, мотивуючи фразою «Як Бог дасть».

Однак частина досліджуваних позитивно налаштовані на майбутнє: ставлять цілі й роблять усе для того, щоб їх досягнути, будують плани, не впадають у відчай через труднощі, а в перешкодах бачать нові виклики, можливості й концентрують зусилля на вирішенні проблем, побудові нових цілей, вірять у кінцеве благополуччя, радіють кожному дню, турбуються про здоров'я, відчувати себе повними сил, упевнені в тому, що все буде добре.

Отже, встановлені особливості бачення власного майбутнього людьми похилого віку ставлять завдання допомогти цій віковій категорії у вибудовуванні життєвих перспектив, позитивне ставлення і прийняття себе й майбутніх подій життєвого шляху.

Список використаних джерел

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. Москва : Мысль. 1991. 299 с.
2. Головаха Е.И. Жизненные перспективы, ценностные ориентации личности. Психология личности в трудах отечественных психологов. Санкт-Петербург : Питер, 2001. С. 256–269.
3. Горецкая О.В. Психологічні особливості життєвих перспектив людей похилого віку. Zbornik prispevkov z medzinarodna vedecko-prakticka konferencia *Realita a perspektivy vyvoja spolocnosti: socialne, psychologicke a politikt aspekty /28-29 oktobra 2016/* Vysoka škola Danubius, Sladkovičovo, 2016. С. 70–73.
4. Коган Л.Н. Человек и его судьба. Москва : Мысль, 1998. 283 с.
5. Кухта М.П. Життєві перспективи: поняття, структура, функції та види. *Соціальні технології. Актуальні проблеми теорії та практики*. Збірник

наукових праць. Запоріжжя : Класичний приватний університет. Вип. 69–70. 2016. С. 57–66.

6. Кухта М.П. Соціальний потенціал людей старшого віку в сучасному українському суспільстві : дис. ... д-ра соціолг. наук : 22.00.04. Київ, 2019. 446 с.

7. Словник української мови : у 11 томах. Київ : Наукова думка, 1975. Том 6. 832 с.

ДОРОШЕНКО Марина,

кандидатка психологічних наук,

доцентка кафедри психології

Бердянського державного

педагогічного університету.

ШЕСТАКОВА Наталія,

вчителька фізики

Бердянської загальноосвітньої школи

I-III ступенів №3

Бердянської міської ради

УЯВЛЕННЯ ПІДЛІТКІВ ПРО ВЛАСНЕ МАЙБУТНЄ

Сучасні психологи і педагоги розглядають такі аспекти аналізованої проблеми, як формування світосприйняття підлітків (Є. Нефедова), основи категоріального бачення картини світу і еволюції світобачення дітей молодшого шкільного віку (І. Куликовська), формування у підлітків природничо-наукової картини світу (Л. Бурова) і ін. Процес формування цілісної картини світу підлітка розглядається як те, що відбувається в часі зміна способу взаємодії особистості з середовищем, обумовлене зростанням його суб'єктності (І. Якиманська).

Уявлення про власне майбутнє виступає як спеціально організований, систематичний і свідомо здійснюваний вплив на свідомість підлітка, з метою забезпечення її нормального психічного, статевого розвитку, передачі наукових знань про суспільство, свою життєву позицію, активність, взаємини між людьми. Процес уявлення про власне майбутнє особистості в школі доцільно було би розподілити на *три основні періоди*, які відповідають трьом ступеням школи: початковій, основній та старшій школі.

Нами виділено три етапи уявлення про власне майбутнє особистості у процесі взаємодії особистість – школа.

У межах першого етапу уявлення про власне майбутнє особистості (початкова школа) відбувається у процесі засвоєння нею діючих у суспільстві норм і правил поведінки та оволодіння відповідними формами і засобами діяльності. Цей етап визначається як етап адаптації.

Другий етап полягає у загостренні протиріч між досягнутим рівнем