

ОБРАЗОВАНИЕ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ КАК ФАКТОР БЛАГОПОЛУЧНОЙ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ

*Беспанская-Павленко Е.Д.
Белорусский государственный университет, г. Минск
bespanskaya@yandex.ru*

Актуальность данной темы исследования состоит в необходимости сохранения и поддержания активного образа жизни пожилых людей. Важность данной проблемы для теории и практики психологии и социальной работы обусловлена проявлением в настоящее время повышенного интереса к геронтологическим проблемам, связанным с демографической ситуацией в современном развивающемся обществе.

Благодаря достижениям современной медицины, а также улучшению условий жизни в современном обществе стало возможным пролонгирование активного периода старости человека. Возрастной этап преодоления пенсионного порога становится этапом жизни человека, равноценным другим пройденным им этапам, как по социальной значимости, так и по продолжительности.

Исследователями рассматриваются такие вопросы, как старение (прекращение трудовой деятельности, сужение привычного для личности круга общения), снижение интеллектуальных возможностей, адаптация к новым внешним условиям, предпочитаемые копинг-механизмы (механизмы совладения со сложными ситуациями) и др. (М.Д. Александрова, Л. И. Анциферова, О. В. Краснова, Л. В. Бороздина, Н. П. Петрова, С. Г. Максимова, Н. Н. Сачук, И. Кемпер, Ю.Б.Тарнавский и др). Е.С. Авербух, Ю. Б. Гарнавский и др. исследовали различия между стареющими людьми. Психологическим и социально-психологическим аспектам старения посвящали свои работы П. Балтес, О. Молчанова, Н. Обухова, Я. Стюарт-Гамильтон, Э. Эриксон. Предпосылками разработки социogerонтологических теорий являются труды классиков социальной науки: Э. Дюркгейма, М. Вебера, Г. Зиммеля, П. Бурдьё. Значительный вклад в исследования социальных проблем пожилого возраста внесли Э. Камминг, М. Блекнер, А. Роуз, У. Генри, Дж. Мид, Р. Хавигхарст.

Выход на пенсию является одним из наиболее переменных моментов на жизненном пути человека, влекущим за собой существенные изменения в условиях и образе его жизни. Он может рассматриваться как завершение одной деятельной фазы социальной жизни человека и начало другой, значительно отличающейся от предшествующей. По своей роли в жизни личности он может сравниться с такими событиями, как выбор профессии, вступление в брак и т.п. Пенсионный период жизни

рассматривается как кризисный период в жизни человека. Происходящие изменения жизненной ситуации связаны как с внешними факторами (изменение социального статуса, появление свободного времени), так и с внутренними (зависимое положение от общества и семьи, осознание возрастного снижения физической и психической силы). Такие изменения требуют от личности переосмысления ценностных ориентаций, отношения к себе и к окружающей действительности, поиска новых путей адаптации и реализации своей активности [1, с.238].

В пожилом возрасте человек возникают новые задачи развития, при этом наиболее важными психологическими задачами являются: сохранение согласованности с собственной идентичностью и нахождение смысла жизни. Решение этих и других возрастных задач может быть облегчено при использовании пожилым человеком внутренних ресурсов, таких как: мудрость, нереализованные потребности духовно-познавательного, творческого плана, способность и желание к изменению, способность к социальным контактам и необходимость в них [4, с.301].

Большинство ученых сходятся во мнении, что основная часть умственных навыков остается относительно сохранными. Одно из главных изменений познавательных способностей в поздней взрослости - снижение скорости выполнения физических и умственных операций. Возрастают время реакции, замедляется обработка перцептивной информации, снижается скорость когнитивных процессов. Отчасти это может объясниться тем, что пожилые больше молодых ценят точность. Они чаще стараются правильно ответить на каждый вопрос и реже пытаются угадать нужный ответ. Кроме того, для них могут быть непривычными некоторые типы заданий, используемых в ситуации тестирования. Пожилые люди могут действовать медленнее потому, что в последнее время не пользовались каким-то навыком. Однако они могут компенсировать недостаток быстроты реакции за счет опыта. Потренировавшись, пожилой человек в состоянии почти полностью восстановить прежнюю скорость реакций [2, с.168].

Психические процессы, хоть и отличаются в пожилом возрасте некоторой ригидностью и немного замедленны, по сравнению со зрелым возрастом, все же обеспечивают необходимый уровень жизненной активности. Умственные способности пожилых людей гораздо выше, чем это принято считать. При отсутствии сильных органических нарушений, они снижаются незначительно. Кроме того, старики обладают таким умственным качеством, которое недоступно более молодым взрослым, как мудрость. А это значит, что в житейском плане пожилые люди при благополучном старении умеют находить решения конфликтных ситуаций, а также наиболее выгодные разрешения жизненных ситуаций [3, с.180].

Исходя из всего вышеизложенного, можно выделить следующие основные психологические ресурсы пожилых людей.

1. Мудрость, или жизненный опыт.
2. Нереализованные потребности духовно-познавательного, творческого плана, если они были сформированы в течение жизни.
3. Способность и желание к изменению.
4. Способность к социальным контактам и необходимость в них (проблема одиночества стоит перед 47% опрошенных одиноких пенсионеров и 18%, проживающих с одним и более членами семьи).

Несмотря на некоторое снижение скорости познавательных процессов, у пожилых людей сохраняется способность к ее восстановлению при тренировке, а также способность к возмещению потери скорости за счет опыта. Познавательные возможности во многом зависят от самооценки, внутреннего настроя пожилого человека и его желания к саморазвитию [5, с.170].

Литература

1. Альперович, В. Д. Социальная геронтология. - Ростов- на- Дону: Феникс, 1997.-557с.
2. Андреева, И. Н. Антология по истории и теории социальной педагогики. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. –176с.
3. Лихачев, Б. Т. Методологические основы педагогики Самара, 1998.- 199 с.
4. Шахматов, Н. Ф. Психическое старение: счастливое и болезненное. - М.: Медицина. 1996. - 303с.