

ПРЕДПОЧТИТЕЛЬНЫЙ ОБРАЗ СТАРОСТИ

К. И. Татарко

Белорусский государственный университет, г. Минск;

tatarko78@mail.ru;

науч. рук. – О. Г. Ксенда, канд. психол. наук, доц.

Представлено исследование, целью которого являлось выявление предпочтительного образа старости. Существующий образ старости и старения, включающий преимущественно негативные характеристики, не соответствует условиям современной действительности. Поэтому необходимо формировать такую «картинку» старости, которая отражала бы возможности пожилого человека и социальную ситуацию в обществе. В качестве респондентов выступили представители ранней взрослости лет 18-37 в количестве 125 человек, как более восприимчивые к переменам и новизне. Им предлагалось продолжить незаконченные предложения. Ответы молодых людей демонстрируют их предпочтительный образ будущей старости. Представленные результаты можно использовать в СМИ для формирования и развития адекватного и благоприятного отношения общества к старению и старости.

Ключевые слова: старость; образ старости; отношение к старости; ранняя взрослость; образ будущей старости; старение.

Заключительный этап человеческого развития — старость, несомненно, наделяется обществом амбивалентными характеристиками. С одной стороны, ему приписывается доброта, заботливость, опыт [1], а также мудрость и самоорганизация [2]. С другой стороны, он ассоциируется с одиночеством, слабостью, заброшенностью, болезненностью [1] и снижением активности [2]. Тем не менее, фраз, описывающих старость как деструктивное явление, значительно больше [3].

Такая тенденция в отношении старения и старости формирует у человека страх вступления в период поздней взрослости (от 60 лет – до смерти), в котором признаки возрастных изменений проявляются в различной степени интенсивности и могут не осознаваться. Тогда человек продолжает идентифицировать себя с другой возрастной группой. Это может быть связано с преобладанием в обществе негативного образа старости.

Мы придерживаемся эпигенетической модели человеческого развития Э. Эриксона, согласно которой индивиду необходимо пройти 8 последовательных этапов [4]. Неблагоприятное разрешение конфликта, возникающего на последнем этапе, приводит его к отчаянию, снижению самооценки, беспомощности и зависимости.

Несомненно, проявление признаков старения индивидуально и отличается вариативностью. В ранней или в средней взрослости можно повлиять на характер выраженности биологических индикаторов старения,

проявляющихся в период поздней взрослости, при условии поддержания индивидом ресурсов своего организма. Также постепенное увеличение продолжительности жизни [5] повышает возможности пожилых людей.

Поэтому необходимо пересмотреть образ старости. С этой целью было проведено исследование, респондентами которого выступили 125 человек в возрасте 18–37 лет. Выбор данного контингента лиц обусловлен тем, что признаки старения у них еще не проявляются, они более чувствительны к переменам и новизне. Им предлагалось продолжить составленные нами незаконченные предложения, прошедшие экспертную оценку. Результаты обрабатывались с помощью количественного и качественного контент-анализа.

Перейдем к рассмотрению результатов.

Молодые люди, описывая себя в старости, указывали биологические, социальные и психологические характеристики. Одни ответы могли содержать все эти три характеристики, другие отличались наличием только одной. Наибольшее количество ответов пришлось на социальный компонент (84 человека - 67,2 %). Это говорит о важной роли общественного мнения, а также об опасениях быть невостребованным и оказаться за пределами социальной жизни.

Респонденты предпочитают оставаться здоровыми и полными сил (38 человек – 95 %), счастливыми и жизнерадостными (40 человек – 66,6 %), с сохранными психическими процессами (10 человек – 16,6 %). Также они видят себя продолжающими саморазвиваться (10 человек – 16,6 %), в окружении близких людей (49 человек – 58,3 %), занятыми и социально активными (44 человека - 52,3 %), финансово обеспеченными (18 человек - 21,4 %) и в другой стране (17 человек – 20,2 %).

Данные ответы демонстрируют не только предпочтения молодых людей, но и их страхи. К ним относится опасение быть несчастным, одиноким, беспомощным, с психическими отклонениями, лишенным возможности самообслуживания. Во многом они обусловлены характером отношения общества к лицам пожилого возраста.

На первый взгляд, может сложиться впечатление, что молодые люди имеют иллюзорное представление о старости и видят себя в этом период такими же, как в молодости. Однако в ответах респондентов присутствовали следующие слова и словосочетания: *«бабушка», «дедушка», «быть насколько это возможно в старости здоровым (ой), «красиво стареющей»*, что говорит об их адекватном понимании данного возрастного этапа.

Это подтверждают ответы респондентов на незаконченное предложение *«в пожилом возрасте невозможно...»*. Молодые люди отмечали, что

невозможно быть таким же, как в молодости и выполнять многие задачи с прежним качеством (43,2 %).

Третья часть респондентов указывали (13,6 %), что невозможно изменить прошлое. Такой же процент лиц ранней зрелости написали, что невозможно думать о возрасте и смерти, т. к. эти вопросы являются основными в период поздней зрелости.

Присутствовали фразы (26,4 %), акцентирующие внимание на неограниченные возможности индивида при условии постепенного изнашивания его организма, т. е. упоминали о высокой жизнестойкости, которая должна присутствовать у стареющего человека. В ответах респондентов это, например, проявлялось следующим образом:

«в пожилом возрасте невозможно перестать любить жизнь. Конечно, как ни крути, все равно, организм изнашивается. И каждый должен это понимать. Но разница лишь в отношении к этому. Люди должны понимать, что это не повод переставать любить себя, любить жизнь и начать опускать руки» (Ю.С., жен., 25 лет);

Также были ответы, демонстрирующие необходимость поддерживать собственное здоровье и вести здоровый образ жизни в ранней зрелости, т. к. старость это отражение прожитой жизни.

В целом мнение респондентов о сохранении жизнестойкости в пожилом возрасте проявляется в ответах на другие незаконченные предложения: *«люди в старости должны...»* (48 %) и *«в пожилом возрасте важно...»* (54,4 %).

Молодые люди упоминали, что необходимо «беречь себя», «посвящать время своим эгоистическим желаниям», «забыть про возраст», «перестать думать, что никому не нужен и», «прекращать делать из себя жертву», «активно познавать мир», «не унывать», «сохранить интерес к жизни» и «любить себя не меньше, чем в молодости». Следовательно, акцентируют внимание на необходимости находить возможности и положительные стороны в старости и не демонстрировать деструктивные модели поведения.

Несомненно, результаты респондентов можно объяснить их юным возрастом и высокими адаптационными возможностями организма.

Представители ранней зрелости указывали, что в старости пожилые должны делиться знаниями с молодежью, показывать им пример, но не навязывать свое мнение (24 %), сохранять оптимизм (8,8 %), действовать исключительно исходя из собственных интересов (7,2 %).

Также отмечают, что важно заботиться о своем здоровье, тренировать и развивать психические функции, вести здоровый образ жизни (23,2 %); быть здоровым (8 %); иметь рядом близких людей (23,2 %).

Таким образом, молодые люди адекватно понимают и воспринимают период старости, ассоциируя его с ухудшением работы физиологических систем организма. Поэтому отмечают, что чрезмерные физические нагрузки могут быть недоступны пожилым людям. Однако при условии развития и поддержания ресурсов организма, человек может оградить себя в период поздней взрослости от немощности и беспомощности. Для лиц ранней взрослости предпочтителен следующий образ старости: обеспеченных, счастливых, реализованных бабушек и дедушек, способных удовлетворять свои потребности и реализоваться собственный потенциал. Также, по их мнению, в старости необходимо сохранить высокий уровень жизнестойкости (способность эффективно разрешать стрессовые ситуации, сохранять внутреннюю сбалансированность, находить новые возможности). Несомненно, данные ответы отражают возрастные особенности респондентов. Однако представленные результаты можно использовать в социальных роликах для формирования и развития адекватного и благополучного отношения общества к старению и старости.

Библиографические ссылки

1. *Краснова О. В.* Личность пожилого человека: социально-психологический подход : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.05. Москва, 2006.
2. *Елютина М. Э., Тейн П., Чеканова Э. Е.* Интегрированная старость: практики социального участия. СГТУ, 2006.
3. *Бобылева Е. В.* Индивидуально-психологические особенности представлений о старости у людей разного возраста. Психология XXI века: академическое прошлое и будущее: матер. межд. науч. конф. молодых ученых, 20–23 апреля 2015 г. СПб.: Скифия-принт.
4. *Фрейдджер Р., Фейдимен Д.* Личность. Теории, упражнения, эксперименты / Пер. с англ. СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2004.
5. *World population prospects: the 2017 revision, key findings and advance* // United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division. New York, 2017.