

УДК 316.64
**СОЦИАЛЬНЫЕ УСТАНОВКИ ОТНОСИТЕЛЬНО СТАРЕНИЯ
КАК ФАКТОР АДАПТАЦИИ К ВОЗРАСТНЫМ ИЗМЕНЕНИЯМ**

К.И. Татарко

*Белорусский государственный университет, пр. Независимости, 4, 220030, г. Минск,
Республика Беларусь
tatarko78@mail.ru*

Научный руководитель – О.Г. Ксёнда, кандидат психологических наук, доцент

Процесс старения сопровождается проявлением возрастных изменений, которые отражаются во внешнем облике индивида и физиологической системе его организма. Адаптация к данным изменениям зависит от таких факторов как личностные особенности самого человека, его активность, удовлетворенность жизнью и социальным статусом, интересы, образ старения. В нашем исследовании мы делаем акцент на изучении социальных установок относительно старения в период поздней зрелости. Социальные установки отражают личностные стремления и опасения индивида. Он выбирает те характеристики, которые связаны с его собственными переживаниями, социальной активностью, взаимоотношениями, социальной ролью. В зависимости от особенностей проявления социальных установок, моделей поведения индивида и его мироощущения было выделено три группы. В статье представлены и описываются характеристики одной из этих групп.

Ключевые слова: старение; социальные установки; социальные установки относительно старения; поздняя зрелость.

**ATTITUDES TOWARDS AGEING AS A FACTOR OF ADAPTATION TO
AGE-RELATED CHANGES**

K.I. Tatarko

*Belarusian State University
Nezavisimosti Ave. 4, 220004, Minsk, Republic of Belarus
Scientific adviser – O. Ksionda, PhD in Psychology, Associate Professor*

The process of aging is accompanied by the manifestation of age-related changes, which are reflected in the appearance of the individual and the physiological system of his organism. Adaptation to these changes depends on such factors as personal characteristics of the person, his activity, satisfaction with life and social status, interests, image of aging. In our research, we focus on the study of attitudes towards ageing in late adulthood. The attitudes reflect an individual's personal aspirations and concerns. He chooses those characteristics that are related to his own experiences, social activity, relationships, social role. Depending on the peculiarities of manifestation of attitudes, behavioral patterns of the individual and his or her perception of the world, three groups were singled out. The article presents and describes the characteristics of one of these groups.

Keywords: aging; attitudes; attitudes retirement aging; late adulthood.

В периоде поздней зрелости наблюдаются ряд изменений, которые отражаются во внешнем облике индивида и в физиологической системе его

организма. К ним относятся: седые волосы; морщины преимущественно в области лица, шеи, кистей, запястья; «гусиные лапки» вокруг глаз; второй подбородок; кожа приобретает желтушный оттенок и становится тонкой; «шаркающая походка»; сутулость; передвижение с помощью подручных средств (трость, инвалидная коляска).

Также в этом возрасте наблюдается ухудшение работы физиологических систем, характерны различные заболевания, которые могут сопровождаться плохим самочувствием, тревожностью, апатией, раздражительностью, потерей навыков самообслуживания [1].

Сам индивид в определении своего отношения к этим возвратным изменениям демонстрирует различные тактики поведения:

- признает себя стареющим и начинает жалеть себя; уверен, что жизнь заканчивается; акцентирует повышенное внимание на собственном самочувствии; отдаляется от близких, чтобы не быть обузой для них;

- признает себя стареющим, понимая, что те изменения, которые происходят это свидетельство недоступности определенных сфер (способность к зачатию, например), однако профессиональная самореализация, романтические или сексуальные отношения остаются все еще возможными;

- не признает себя стареющим, отрицает проявления признаков старения, идентифицирует себя с лицами более молодого возраста.

Отметим, что такие факторы как личностные особенности самого человека, его активность, удовлетворенность жизнью и социальным статусом, сохранение нормального и полноценного общения, самооценка, интересы за пределами работы, негативный или позитивный образ старости сказываются на адаптации к процессу старения [2; 3]. Низкая самооценка, неверие в свои силы, страх немощности способствует преобладанию негативной модели старения.

В нашем исследовании мы делаем акцент именно на изучении социальных установок относительно понятия «старение» в период поздней взрослости, их соотношение с персональными установкам и социальными установками в отношении собственного старения. «Картинка» старения, транслируемая в обществе, становится отправной точкой (ориентиром) для отношения индивида к своему возрасту и тем процессам, которые с ним происходят. Понимание особенностей проявления и формирования данных установок позволит сформулировать рекомендации по индивидуальному прохождению этого периода.

Основной этап исследования сопровождался качественным методом – полуструктурированное интервью, вопросы которого прошли предварительную экспертную оценку. Выборка составила 36 человек. Аудиозаписи транскрибированы. Число расшифрованных страниц - 322. Статистическая обработка данных осуществлялась с применением качественного и количественного контент-анализа, теста χ^2 с помощью программы SPSS Statistics v.16.

Интервьюированные отличались различными моделями поведения, проявлениями социальных и персональных установок. В результате были выделены три группы, остановимся на рассмотрении особенностей проявления социальных установок первой группы.

Представители данной группы называют (признают) себя стареющими (72,7%), ощущают себя на свой возраст (100%), осознают наличие у себя признаков старения (90,9%).

При описании собственного самочувствия упоминают следующие характеристики:

- наличие заболеваний, ухудшение здоровья (артрозы, диабет сахарный, снижения зрения, разные болезни, силы уходят, ухудшение умственных способностей);
- апатия, незаинтересованность (ничего не хочется);
- снижение социальной активности (не успеваю ничего сделать, уже не так справляешься со всем, как раньше);
- внешние изменения (вид сейчас не такой привлекательный, голова седеет, и лицо начинает обвисать, морщины, глаза тусклые).

Именно эти изменения респонденты относят к признакам старения, осознавая их проявление.

При описании персональных установок относительно старения по сравнению с другими группами чаще используют категории, относящиеся к изменению в организме ($\chi^2=8,509$; $p=0,014$) и к мировосприятию: ничего не хочется, нет желания и интересного дела, возникают мысли о смерти ($\chi^2=6,884$; $p=0,032$). Связано с тем, что именно у этих лиц поздней зрелости наблюдается признание собственных признаков старения, что приводит к пересмотру или изменению жизненных ориентиров.

Также представители этой группы рассматривают характеристики социальных установок относительно понятия «старения» как ухудшения (потери) ($\chi^2=9,107$; $p=0,011$). Следовательно, к старению испытывают эмоциональное неприятие, чувствуют собственные изменения.

Следует обратить внимание на то, что модели поведения, собственное отношение к старению, причины осознания у себя проявлений возрастных изменений и соответственно содержательная составляющая социальных установок у представителей данной группы отличается, что позволяет их разделить на две подгруппы.

Первая подгруппа характеризуется уверенностью, что все задачи выполнены, поэтому жизнь прожита и завершена; следуют тем образам, которые существуют относительно старения. Воспринимают свою возрастную группу как обособленную, имеющую отличительные особенности, одна из которых – ощущение и признание своего конца, снижение социальной активности, проявление безразличия, отсутствие интереса к окружающей действительности, смирение.

Признаки осознания утраты возможностей, изменения в мировосприятии и социальной активности также проявляются, когда респонденты говорят о собственном старении.

В эмоциональном плане наблюдается негативное отношение, т.е. возникает эмоциональное неприятие. На эмоциональном (глубинном, неосознанном уровне) проявляют большинство негативное отношение. Это может быть следствием концентрации респондентов на определенных сферах, связанных с их личностными потребностями и страхами, которые в свою очередь находят отражение в социальных и персональных установках.

В отношении собственного старения, как уже отмечалось, наблюдается понимание завершенности жизни, утрата возможностей.

Первая подгруппа делает акцент на изменении в организме, что приводит к снижению социальной активности, а также к потере интересов и желаний. Необходимо отметить, что отсутствие желаний присутствует у всех представителей данной подгруппы в социальных и персональных установках.

Данная подгруппа в целом характеризуется согласованностью социальных установок в отношении понятия «старения» и собственного старения, персональных установок в отношении старения. Также содержательная составляющая связана с личностными потребностями и страхами респондентов.

Подводя итоги в этой подгруппе, отметим, что для них характерно снижение активности, отсутствие планов, признание себя стареющими, что в свою очередь связано с их ориентированностью на общепринятые нормы. У большинства наблюдается эмоциональное неприятие собственного старения. Связано с определенными страхами относительно старения, которые проявляются в социальных установках, то есть человек из всевозможных вариантов выбирает тот, который связан с его потребностями и страхами. Присутствует согласованность между социальными и персональными установками. С одной стороны смиряются с собственным процессом старения и социальным статусом, с другой стороны, на эмоциональном уровне наблюдается эмоциональное неприятие данного процесса

У представителей второй подгруппы, как и у первой, происходит осознание проявлений признаков старения, ощущение собственного возраста, – это то, что их объединяет.

Однако у интервьюированных второй подгруппы наблюдается чрезмерная концентрация на определенной сфере деятельности.

Концентрированность на определенной сфере проявляется в следующем:

- - занимает большую часть времени;
- - становится одной из целей;
- - убежденность в собственной незаменимости.

Таким образом, определенная сфера (внуки, познавательная активность) для респондентов носит компенсаторный характер.

Также у представителей данной подгруппы наблюдается выраженная потребность в признании и уважении, им важно чувствовать себя нужными.

Потребность в уважении и признании, в свою очередь, отражается на социальных и персональных установках относительно старения.

Во-первых, в социальных установках упоминают себя (личное отождествление).

Во-вторых, часть представителей данной подгруппы демонстрируют в социальных и персональных установках характеристики, связанные с изменениями в самочувствии, социальной активности, изменениями во внешнем виде. Однако в отношении к собственному старению может наблюдаться противоположная ситуация: в эмоциональном отношении – нейтральная позиция, в когнитивном – нахождение положительных сторон.

Такая противоречивость связана с тем, что возраст и возрастные изменения, с одной стороны, усиливают страх у данных категорий лиц быть неценными в обществе, это проявляется в социальных установках (стареющие граждане уязвимы в обществе). Чтобы минимизировать влияние страха, респонденты концентрируются на определенной сфере деятельности, то есть происходит процесс замещения. С другой стороны, возрастные изменения позволяют им удовлетворять их потребность в уважении и признании: они становятся нужны своим близким. Поэтому и в отношении к собственному старению проявляют нейтральную позицию, несмотря на наличие в социальных и персональных установках ухудшений в биологическом и социальном плане.

В-третьих, у другой части респондентов наблюдается соответствие между социальными и персональным установками (ухудшения), либо в отличие от социальных установок в отношении понятия «старения» и собственного старения, персональные установки относительно старения характеризуются наличием приобретений и положительно оцениваются. В отношении собственного старения возникает эмоциональное неприятие, что противоречит персональным установкам, тем самым являясь элементом психологической защиты. Негативное отношение может свидетельствовать о том, что одна из потребностей реализуется, вторая (потребность в признании и нужности) не находит удовлетворения.

Необходимо отметить, что представители данной подгруппы, делая акцент на определённой деятельности, способствуют минимизации дискомфорта, вызванного возрастными изменениями, тем самым создается мнимое ощущение комфорта.

Таким образом, возрастные изменения приводят индивида к различным вариантам реагирования. Лица поздней зрелости боятся не самих симптомов старения (морщины, немощность, плохое самочувствие, остеохондроз), а тех последствий, к которым, на их взгляд, они приводят: беспомощность, потеря привлекательности в глазах окружающих, утрата контроля над собственной жизнью, ухудшение слуха и процессов запоминания информации.

Принцип (механизм) выстраивания содержательной составляющей когнитивных социальных и персональных установок относительно старения основывается на опасениях и интересах индивида.

Библиографические ссылки

1. Сапожникова Т.И. Социогеронтологическая характеристика пожилого возраста и старения как этап жизненного цикла // Ученые записки Забайкальского государственного университета. Серия: Философия, социология, культурология, социальная работа. 2015. № 4 (63). С. 166-171.
2. Шабалин В.Н. Психологические основы долголетия // Здоровоохранение Российской Федерации. 2014. Т. 58. №1. С. 3-6.
3. Диева В.И. Психологические факторы старения // Отечественный журнал социальной работы. 2011. № 1. С. 151-155.