

ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ К ЖИЗНИ В ПЕРИОД СТАРЕНИЯ**Н.Г.МЕДЖИДОВА***Бакинский Государственный Университет*

Поздняя зрелость и особенно старость характеризуется тем, что человек все чаще обращается к прошлому, оценивая пройденный путь с точки зрения достигнутого социального положения, накопленного жизненного опыта и с учетом объективных возрастных изменений-биологических, психологических и социальных. Серьезным изменениям подвергается отношение к жизни, проявляющиеся как к периоду увядания и истощения сил, болезней, утрат и разочарований. В других случаях, напротив, утверждается принцип жизни, согласно которому от самого человека, и в частности его психологического настроения на старость, зависит степень сохранности и даже развития многих важнейших жизненных проявлений, удовлетворенности различными сторонами жизни. Данный принцип нашел свое отражение в «Трактате о старости» Цицерона, был развит Сенекой и Петраркой. Действительно, практика богата примерами того, что именно в пожилом и преклонном возрасте были совершены выдающиеся открытия, творения в области науки, искусства и культуры.

В зависимости от индивидуальных особенностей и конкретных жизненных обстоятельств люди по-разному преодолевают трудности, связанные с приближением старости. В своих исследованиях Ш.Бюлер выделил четыре типа отношений к жизни на поздних её этапах: 1) желание отдохнуть и расслабиться, удовлетворенность этим состоянием; 2) чувство продолжающейся активной жизни и стремление сохранить эту активность; 3) неудовлетворенность жизнью и достигнутым в ней; отсутствие сил, возможностей, воли продолжить борьбу; 4) фрустрированность в результате недостаточного разумного образа жизни в прошлом, чувство вины и раскаяния (1). Поздняя зрелость в данной концепции характеризуется душевным кризисом (примерно от 45-50 до 65-70 лет). Э.Эриксон рассматривает кризис как следствие конфликта между чувством осмысленности жизни и отчаянием, страхом смерти (2). Психологическим проявлением возрастных изменений на данных этапах жизненного пути является стремление к стабильности, устойчивости к сохранению достигнутого в противовес инициативе и риску. Болгарские социологи обнаружили, что стремление не нарушать стиль и образ жизни, обычаи и традиции людей, как условие свободы личности, было выявлено менее у людей в возрасте 40-54 лет и

около половины 55-75 –летних. Активное отношение к социальной инициативе в младшей возрастной группе встречалось почти в полтора раза чаще, чем у пожилых и старых людей (3).

Психологические проблемы пожилых людей, безусловно, связаны с возрастными изменениями психофизиологических функций и состояния здоровья (4,5). Мы постарались эту проблему рассмотреть с точки зрения удовлетворенностью жизнью.

Для этого мы взяли интервью у 20 женщин и 20 мужчин пожилого и старого возраста. Обследование было проведено в 2004 году. Была обнаружена тесная связь между самооценкой здоровья опрошенных и их жизненной удовлетворенностью. Так, среди лиц с отличным здоровьем удовлетворены жизнью 43%, с хорошим – 27%, с удовлетворительным-15%, с плохим-6%, с очень плохим-4%. При старении наряду с изменениями функционального состояния организм, в частности, здоровья, происходят существенные изменения во взаимодействии человека с социальной средой.

В пожилом возрасте к значимым событиям относятся уход на пенсию, вдовство, развод, супружество детей и их уход из дома, рождение внуков, смерть сверстников и т.д. Если в молодом возрасте изменение социального статуса приводит, как правило, к расширению социальных функций, к включению в новый круг ролей и обязанностей, то положение пенсионера связано в основном с потерями. Это утрата привычного ритма жизни, завоеванного авторитета, сужение социальных и межличностных контактов, определенные материальные и духовные потери (6). В то же время у пожилых и старых людей имеется весьма важное преимущество- это свободное время, которого у него предостаточно. С выходом на пенсию у этих индивидов открываются широкие возможности строить свой образ жизни в соответствии со своими специфическими интересами, потребностями и возможностями. Однако следует отметить, что активность у этих людей в это время заметно снижается.

В частности, серьезно снижается социокультурная активность: частота посещения театров, эстрадных концертов, кинотеатров сокращается до минимума. Значительное увеличение свободного времени становится обратно пропорциональным факторам частоты посещения родных, близких, друзей, товарищей, т.е. имеет место и заметное сужение границ социального общения. Как показало наше исследование среди опрошенных лишь 4,2 % мужчин и 3,8 % женщин посещали группы здоровья, ездили на экскурсии, ходили в театры, соответственно, 6,7 % и 3,9 % в зависимости от пола занимались физкультурой в индивидуальном порядке, около 30 % опрошенных мужчин и женщин ходят в кино не реже одного раза в месяц, 4 % - в театр. Зато значительно участие людей пенсионного возраста в тех видах деятельности, которые по характеру двигательной активности и социальных контактов относятся к пассивному досугу- просмотру телепередач, чтению газет, отдых в скверике, парке или просто на скамейке поблизости от дома.

Перестройка образа жизни в пассивном направлении приводит к сужению круга общения. Снижение активности в межличностном охватывает различные формы социальных контактов. По нашим данным, 71,4 % мужчин и 64 % женщин отметили уменьшение числа социальных связей и только 4,5 % мужчин

и 5,1 % женщин расширили круг общения. После выхода на пенсию у 50,1 % от общего числа опрошенных уменьшились затраты времени на встречи с друзьями, у 70 % - на дружескую переписку, у 20,1 % - на телефонные разговоры. Для неработающих пенсионеров основной сферой межличностных контактов является семья. Особенно это характерно для мужчин. Так, 47% мужчин по сравнению с 31 % женщин проводят свое время преимущественно с членами семьи; соответственно, 16 % и 26 % - с друзьями, 14 % и 35 %- с соседями, 12,5 % и 6,3 % - в одиночестве.

Пассивный образ жизни и сужения круга общения, согласно результатам интервьюирования, является причиной негативной социальной адаптации к процессу старения. Выявлено: чем выше уровень активности человека в пожилом и старом возрасте, тем выше его общая удовлетворенность жизнью, самооценки здоровья, лучше настроение.

Жизненные планы многих опрошенных связаны с делами и заботами их детей и внуков. Однако такого рода компенсация часто приводит к напряженности в семейных отношениях, потому что часто пожилые члены семьи чувствуют необходимость и полное право диктовать взрослым детям и внукам их образ жизни, в случае расхождения во взглядах, возникают конфликты. Подобные конфликты ускоряют процессы негативного воздействия на психику членов семьи. Хотя для самого пожилого человека они несут в себе и положительный заряд: они стимулируют самоутверждение его качестве субъекта абсолютной истины.

С социально-философской точки зрения немаловажное гносеологическое значение имеет вопрос о наличии у людей предпенсионного и пенсионного возраста жизненной перспективы. На заре жизненного пути такие перспективы находят свое выражение в выборе жизненной цели, связанной с учебой и будущей профессиональной деятельностью: «скоро пойдешь в школу», «будешь учиться в институте», «станешь космонавтом» и т.д. Среди же опрошенных неработающих старых людей немалое число из них в качестве основной жизненной цели указали, что они хотят «спокойно дожить свой век» или более того «спокойно умереть». Возрастно-ролевые пожилания такого рода людей в определенной степени испытывают на себе и влияние факторов внешней среды. Ухудшение общего жизненного уровня и углубление социально-напряженной ситуации в обществе в первую очередь отражается на жизнедеятельности людей пожилого и старческого возраста. Власть имущие вспоминают о них эпизодически, время от времени, по «юбилеям», что собственно говоря, мало что изменяет в уровне и образе жизни этих людей. В общественном мнении издавна утверждена крылатая фраза: «Молодым везде у нас дорога, старикам везде у нас почет». Такое обезличивание связано с ролевой неопределенностью, которая приписывается этим людям, которые, как показывает статистика, составляет значительную часть общества, ибо демографические тенденции в современном мире свидетельствуют о старении населения как земного шара в целом, так и отдельных регионов и стран.

Перспектива, на которую общество ориентирует пенсионера, который по тем или иным причинам не может продолжить выполнять свои профессиональные функции, очень мала. Это обстоятельство, в свою очередь,

негативно сказывается на формировании индивидуального отношения и социальным ценностям и благам: 45,6 % из числа опрошенных на вопрос о содержании их жизненных планов ответил, что они будут просто отдыхать. Но каким образом, точно не знают («там видно будет»). Установка в общественном мнении на заслуженный отдых в конечном счете отрицательно сказывается на психологическом и физиологическом состоянии стареющих людей. Практически все они заявляют, что им нравится «спать днем», но после сна они чувствуют себя «разбитыми и раздражительными». Стало быть, дневной сон не является реализацией их органической потребностью, а установкой на сон.

Почему «заслуженный отдых» стареющими людьми понимается как беспрекословное уважение к ним со стороны членов семьи и особенно молодых, то малейшее несогласие с их мнением со стороны близких и родных даёт основательную пищу для семейных конфликтов. Постоянное ухудшение психологического климата в семье на основе конфликтов стареющего человека с членами семьи ведет к изоляции его, отчуждению от них, которые нередко в откровенной и циничной форме дают знать, что он есть обуза для семьи. Потому ли примерно 40 % опрошенных на вопрос о том, хотели бы они дожить до 100 лет, дали отрицательный ответ, объяснив это тем, что они не желают быть обузой для семьи.

К особому роду семейных конфликтов следует отнести разногласия между старыми членами супружеской пары, располагающей собственной квартирой. Здесь ухудшение психологического климата связано с распределением домашних обязанностей и ролью главенства. Десятки лет совместного проживания не снимают остроту гендерной проблемы.

Итак, в этой работе мы коснулись в основном тех стареющих людей, которые выйдя на пенсию, утратили свой профессиональный статус в обществе. Особый интерес представляют люди пенсионного возраста, продолжающие выполнять свои социально-профессиональные роли. Не меньший интерес представляют и слои одиноко проживающих стареющих людей, которые, судя по результатам проведенных исследований, является наиболее неблагоприятным по показателям психологического комфорта. Наконец, ещё одна группа людей старческого возраста заслуживает особенного внимания – это те, кто проживает в пансионатах для престарелых. Все указанные группы по-разному испытывают трудности социального, бытового, психологического, морального характера, но ясно одно: они сомнительно мало защищены как со стороны институтов власти, так и со стороны институтов семьи и благотворительных организаций.

ЛИТЕРАТУРА

1. Buhler Ch. Old age and fulfillment of life with consideration of the use of time in old age // *Vita humana*, 1961, 4. P.129-133.
2. Erikson E.H. Generativity and ego integrity // *Middle age and aging*. Chicago; London, 1968. P.85-87.
3. Митьев П.Э. Социология лицом к лицу с проблемами молодёжи. София, 1983. С 159,169.
4. Степанова Е.И. Психология взрослых: экспериментальная акмеология. Спб, 2000.
5. Александрова М.Д. Проблемы социальной и психологической геронтологии. Спб, 1994.

6. Зубец О.П. Социальное старение. М., 1988.
7. Яцемирская Р.С. , Беленькая И.Г. Социальная геронтология. М., 1999.

QOCALIQ DÖVRÜNDƏ HƏYATA MÜNASİBƏTİN ÖZƏLLİKLƏRİ

N.H.MƏCİDOVA

XÜLASƏ

Qocalma və həyatın həmin mərhələsində insanın həyata münasibəti öz mürəkkəbliyi ilə seçilən tədqiqat obyektlərindən biridir. Problemə müxtəlif cəhətlərdən yanaşmaq olar. Təqdim olunan məqalədə insanların gerontoloji mərhələdə həyata münasibəti məsələsi nəzərdən keçirilir. Müəllif məsələyə bioloji, psixoloji və sosial aspektlərin strategiyasından, başqa sözlə, fəlsəfi aspektdən yanaşmağa cəhd edir. Müəyyən etməyə müvəffəq olur ki, qocalma – insan həyatının böhran mərhələsidir: ölüm qorxusu, ətraf aləm tərəfindən biganəlik, fiziki və intellektual enerjinin azalması, ünsiyyət modelinin dəyişdirilməsinin zəruriliyi və s. kimi problemlər qocaların həyata münasibətini dəyişdirir. Nəticədə insan başqa cür yaşamalını və fəaliyyət göstərməli olur ki, bu da nəinki qocaların özləri, habelə sosial mühit, xüsusilə də ailə üçün problem yaradır. Bu problem cəmiyyət tarixinin heç bir mərhələsində aradan qaldırıla bilməz, söhbət ona yanaşma üsullarının təkmilləşdirilməsi ilə onun yumşaldılmasından gedə bilər. Məqalədə bu məsələ ilə əlaqədar tövsiyələr edilir.

THE PECULIARITIES OF ATTITUDE TOWARDS THE LIFE DURING THE PERIOD OF SENILITY

N.H.MAGIDOVA

SUMMARY

The senility and person's attitude towards the life during that stage of life is one of the selected investigation object with its difficulties. It is possible to approach the problem with different aspects. In this article the matter of person's attitude during gerontological step towards life is considered.

The author tries to approach the matter by biological, psychological and social aspects, in other words from the point of view of philosophical aspects as well.

The author succeeds to determine that senility is the crisis stage in person's life. Fear of death, indifferent relations from surroundings, decreasing of physical and intellectual energy, necessity of changing sociable models, etc. changes old-aged person's attitude towards live and act in another way and it causes the problems not only for old- aged people, but also for social surroundings, especially for families as well.

This problem can't be abolished in every historical stage of life. It can only be softened by perfecting of approaching methods.

The reader would be able to get advice on the matter talked here.