**Содержание**

Ведение

1 Теории и традиции социальной геронтологии

1.1 Общая характеристика позднего периода жизни

1.2 Особенности развития личности в позднем возрасте

1.3 Биологические подходы к старению

1.4 Психологические подходы к старению

1.5 Социологические подходы к старению

Заключение

Список используемой литературы

Приложение А. Каскадная модель интеллектуального функционирования

Приложение Б. Подходы к старению

**Введение**

Психическое развитие как процесс, развертывающийся во времени на протяжении жизненного цикла человека, имеет определенную временную структуру. Ее рассмотрение имеет важное значение для понимания потенциальных возможностей развития. Хронологический подход позволяет выявить типический ход и временные закономерности индивидуального развития, составить представления о средней норме возрастной динамики психических форм и на основе этого судить о вариациях их возрастной эволюции в зависимости от различных факторов. Хронологические характеристики включают в себя в качестве независимых переменных следующие основные параметры: темп, длительность и направленность, позволяющие в своей совокупности определять временную структуру индивидуального развития человека и его отдельных сторон.

Временная структура индивидуального развития претерпевает значительные изменения в ходе истории человечества. В последние столетия, в XIX-XX вв., ее изменения происходят в трех основных направлениях. Увеличение средней продолжительности жизни человека сопровождается акселерацией, ускорением процессов роста и созревания в раннем онтогенезе и ретардацией, замедлением процессов старения. Преобразования временной структуры проявляются у людей, живущих на разных континентах и в различных по уровню развития странах, независимо от каких-либо конкретных условий. Эти изменения можно объяснить комплексом факторов, действие которых усиливается благодаря ускоренному росту материального и духовного потенциала цивилизации и которые воздействуют на механизмы индивидуального развития.

Старение – универсальный и закономерный биологический процесс, характеризующийся постепенностью, разновременностью и неуклонным прогрессированием, ведущий к понижению адаптационных возможностей, жизнеспособности индивида и в конечном итоге определяющий продолжительность жизни. Социальные и психологические проблемы пожилых людей, а также отдельные аспекты старения человека являются предметом изучения многих отраслей естественных и общественных наук. Однако для большинства из них эти проблемы не являются основными. Лишь геронтология - современная молодая наука - ставит проблемы старости и старения в центр исследований, используя одновременно с этим знания, накопленные в других научных сферах, специалистов различных «помогающих» профессий. Геронтология в этом плане находится как бы «на стыке» многих научных теоретических и практических знаний. Каждая дисциплина привносит в ее развитие собственные достижения и методы в решении проблем стареющего человека, способствуя постоянному совершенствованию.

Актуальность проблемы проявляется в том, что выделение периода старения и разработка проблем геронтогенеза связаны с комплексом социально-экономических, биологических и психологических причин, с возрастанием роли человеческого фактора в развитии общества, при этом все отчетливее проявляется тенденция к возрастанию доли пожилых людей в демографической структуре общества.

Цель исследования - изучить основы и особенности теории старения в геронтопсихологии с учетом хронологического аспекта.

Предмет исследования – теоретические характеристики психических процессов в период старения. Объект исследования – процесс старения.

Задачи исследования:

- рассмотреть теоретические подходы к изучению возрастных изменений психики человека;

- изучить понятие «старение», особенности протекания этого процесса и факторы на него влияющие;

- проанализировать влияние процесса старения на основные психофизиологические функции.

Теоретической основой данной работы стали труды отечественных психологов Абрамовой Г.С., Рыбалко Е.Ф. и Александровой М.Д. Информационной базой работы послужили разработки отечественных и зарубежных ученых в области геронтопсихологии. При написании работы использовались учебные пособия и учебники по психологии, социологии, антропологии и возрастной психологии.

**1. Теории и традиции социальной геронтологии**

**1.1 Общая характеристика позднего периода жизни**

Отсутствие генетического подхода к изучению психологии взрослых людей до недавнего времени тормозило исследование возрастной изменчивости. Взрослый человек рассматривался, по определению Э.Клапареда, в состоянии «психической окаменелости». Считалось, что если по какой-либо причине процесс психического развития не завершился в детстве и юности, то с наступлением зрелости человеку трудно рассчитывать на возможности этого процесса, так как механизмы, обеспечивающие развитие, перестают функционировать.

Однако, благодаря появлению новых знаний о структуре развития психофизиологических функций взрослого человека, такая точка зрения была заменена иной, основанной на положении о безграничности личностного развития человека, о развитии как основном способе существования. Согласно этой точке зрения становление любой функции (физиологической, психофизиологической, психической) происходит непрерывно от рождения до старости, причем различные стороны функций изменяются с разной степенью интенсивности.

Это свидетельствует о том, что единая научная теория индивидуально-психического развития не может быть построена без специальной разработки ее фундаментального раздела - психологии зрелости и старения.

Говоря о позднем периоде жизни, необходимо помнить, что в психологии нет четкого определения границ этого этапа онтогенеза. Как правило, ученые выделяют две возрастные группы - от 60 до 75 лет и старше 75 лет, неодинаковые по своему психологическому и медицинскому состоянию[[1]](#footnote-1).

Для людей, входящих в первую группу, характерно сохранение достаточно высокого уровня активности, а наиболее значимыми проблемами для них являются нарушение социально-психологической адаптации и вызываемый этим психологический дискомфорт.

Для тех, кто относится ко второй группе, на первый план выходят медицинские проблемы, связанные с ухудшением здоровья, слабостью и часто необходимостью постоянного ухода.

В литературе встречаются понятия «первой старости» и «второй старости», характеризующие пожилых людей, входящих в эти группы.

Психические изменения, наблюдающиеся в процессе старения, связаны с процессами инволюции в центральной нервной системе. Заметное увеличение времени реакции считается наиболее общим и универсальным признаком начала старения. Это проявляется в снижении силы и подвижности основных процессов жизнедеятельности, охватывающих как большинство сенсорных функций (зрение, слух, вкус, осязание), так и моторику, восприятие нового, запоминание - все поведение человека, включая способность к адаптации в изменяющихся условиях[[2]](#footnote-2).

В разных теориях с различных методологических позиций рассматриваются причины психологических изменений в старости. Наиболее известна каскадная модель старения, которая предложена психогеронтологами, принадлежащими к школе бихевиоризма. Один из ее авторов, Биррен, выделил первичное и вторичное старение. Первичное (внешнее) старение - это нормальный процесс, не отягощенный хроническими болезнями. Вторичное (внутреннее) старение связано с патологическим ухудшением здоровья и сопровождается разнообразными хроническими заболеваниями, влияющими на функционирование мозга (сердечно-сосудистые заболевания, рак и т.п.).

На оба эти процесса оказывает влияние стиль жизни: место жительства, стрессы, морально-этические принципы, социоэкономический статус и многие другие его составляющие. Ухудшение здоровья при вторичном старении отличается от тех изменений, которые могут происходить перед смертью, и характеризуется когнитивным засыпанием.

Период терминального старения (приближающаяся смерть) может длиться от нескольких месяцев до нескольких лет.

Каскадная модель объясняет некоторые аспекты интеллектуального функционирования в процессе старения:

первичное старение скорость перцепции,



вторичное старение рассуждение,



терминальное старение вербальные понятия.



Первичное старение снижает перцептивную скорость решения задач, т.е. скорость, с которой информация обрабатывается в ЦНС.

Вторичное старение влияет не только на скорость перцепции, но и на логические рассуждения (индукцию, решение абстрактных задач, формальные операции: выводы, заключения, предположения).

Наконец, в терминальном периоде нарушения затрагивают и другие уровни интеллекта, дополняя картину изменениями в понятийном мышлении (в нахождении информации и владении повседневными знаниями: словарный запас, понятливость, объем запоминаемой и хранящейся в памяти информации).

Однако данные о постепенном ослаблении по мере старения процессов восприятия и возможностей двигательной сферы сочетаются с весьма неоднозначной картиной изменений в области интеллекта, памяти и других высших психических функций. Таким образом, неправомерно связывать с периодом старости только регрессивные явления.

Изменение силы и подвижности психических процессов в старости сугубо индивидуально. В основе индивидуального характера изменений психической деятельности в старости лежат как гетерохронность в нарушениях памяти, интеллекта, творческих возможностей, так и жизненный опыт, индивидуальные качества, уровень одаренности, степень эрудированности и качества личности, присущие конкретному человеку.

Это способствует формированию собственных механизмов компенсации и адаптации к возрастным изменениям, определяя уровень интеллектуальной активности. Нормы же половозрастного ослабления психических функций в старости отсутствуют.

**1.2 Особенности развития личности в позднем возрасте**

В научной литературе широко распространено мнение о заострении или огрубении в старости присущих человеку личностных черт. Так, А.У. Тибилова считает, что характерологические изменения, свойственные нормальному старению, можно рассматривать происходящие за счет продолжения и усиления, присущих людям в более молодом возрасте черт в совокупности с изменениями, привносимыми самим процессом старения.

Другими словами, в старости за счет собственно-возрастных изменений происходит сдвиг в негативную сторону присущих человеку черт характера. Например, некоторые люди с тревожно-мнительными чертами становятся еще более мнительными, тревожными и подозрительными, у расчетливых развиваются мелочность и скупость, доходящая при акцентуации до постоянного страха быть обворованным, оказаться нищим. Принципиальность и твердость установок часто трансформируются в непримиримость, неприятие другого мнения, порождают «войну поколений», конфликты с окружающими. Эмоциональная несдержанность заостряется до конфликтности, нередко до полной утраты контроля над эмоциональными реакциями. Сензитивность может перерасти в стойкую пониженную самооценку, а в остром периоде проявляться в депрессии, в переживаниях ущербности и мании преследования.

При этом в старости не появляются новые личностные характеристики, ни нравственные, ни социальные качества личности не утрачиваются, а негативные или психопатические черты, проявляющиеся у пожилых, были в зачатке и в молодости. В силу ухудшающегося здоровья, проявления мнительности, тревожности, неуверенности в будущем и снижения жизненной и социальной перспективы старые люди больше подвержены паническим настроениям, труднее приспосабливаются к переменам в личной жизни и обществе. При этом часто наступает временная декомпенсация психической деятельности (депрессия при изменении привычных условий, при появлении новых членов в семье).

Наряду с указанными негативными сдвигами характера, у многих людей в старости происходят положительные изменения. Можно нередко наблюдать умиротворенность, отход от мелочных интересов, переход от жизненной суеты к осмыслению главных ценностей, адекватную оценку своих новых возможностей, сглаживание противоречивых черт характера. Рассматривая изменения характера в старости, нельзя, строго разграничить указанные тенденции, ибо у одного и того же человека могут наблюдаться и негативные, и положительные изменения.

Люди позднего возраста вынуждены не только приспосабливаться к изменениям социальной ситуации, но и реагировать на изменения в себе. В этой связи возникает вопрос о самооценке в позднем возрасте: как пожилой человек оценивает себя и свое существование в свете новых обстоятельств, как осознает те изменения, которые он наблюдает в себе?

Большинство ученых придерживается мнения о том, что нарушения памяти являются основным признаком психического старения. Расстройства памяти - первый симптом собственно-возрастных органических психозов позднего возраста. Однако мнемические расстройства выявляются и в картине благоприятного психического старения, когда на протяжении всего периода без изменений сохраняются все личностные и социальные характеристики человека; в то же время снижение функций памяти, ассоциируемое со старением, наблюдается не у всех стариков. Современные исследования свидетельствуют о несоответствии между субъективными жалобами престарелых на нарушения памяти и реальной способностью к запоминанию.

Выраженная тревога отрицательно сказывается на таких параметрах, как логическая память, психический контроль. Ученые также отмечают неравномерность снижения различных функций памяти с возрастом. В частности, оперативная память ухудшается быстрее, чем кратковременная и объем непосредственной памяти. Постепенное снижение умственной работоспособности и опережающее ослабление оперативной памяти особенно явно выражено на фоне ясности воспоминаний далекого прошлого («дальняя реминисценция» и автобиографическая память). Сохранной остается и логико-смысловая память, которая помогает переработке и хранению логического и систематизированного материала, помогая преодолеть некоторые недостатки механической памяти. Большинство ученых отмечает, что проблема нарушений памяти тесно связана с особым отношением к прошлому, ролью воспоминаний в жизни пожилого и старого человека. Такое отношение к прошлому составляет значительную часть психической жизни старого человека, при этом обращает на себя внимание феномен особой, эмоционально окрашенной, обращенности пожилых людей к прошлому. Поэтому в работе с пожилыми людьми полезно применять метод биографического интервьюирования, для того чтобы высветить позитивные события жизни пожилого человека. Такая стимуляция воспоминаний помогает пожилым людям принять свою жизнь, понять, что она «была прожита не зря»[[3]](#footnote-3).

У большинства людей, не занимающихся активной познавательной, творческой деятельностью, система взглядов, сложившаяся в молодости, с возрастом утрачивает способность перестраиваться под влиянием внешних или внутренних факторов. Этим объясняется консерватизм старых людей, их догматичность и недостаточная гибкость. Сужение круга интересов в позднем возрасте можно рассматривать как приспособительное явление, направленное на сбережение уменьшающихся возможностей организма и поддержание наиболее важных жизненных функций; старого человека перестает интересовать все, выходящее за пределы его субъективного мира, а оставшаяся энергия направляется на основную форму активности - самосохранение. Внутренними причинами этого процесса, очевидно, являются перестройка психики человека и снижение интеллекта. Внешняя причина заключается в перестройке структуры окружения - уходе на пенсию, потере родительских функций, смерти близких.

Совсем иная картина наблюдается у высокообразованных людей, представителей творческого труда. Их деятельность требует максимальных умственных затрат, в нее включаются интеллект в целом и его отдельная функция. В результате вся система становится устойчивой к старению; спад умственной активности не наблюдается до самого преклонного возраста. Кроме того, активность творческой личности всегда выходит за пределы семейных и узкопрофессиональных интересов, она взаимодействует с макросоциальной средой (политикой, общественной деятельностью).

Рассматривая динамику интеллекта, Л.А. Рудкевич (1974) обнаружил, что он начинает снижаться на третьем десятилетии жизни и к 70 годам достигает примерно 70% первоначального уровня. При этом, чем выше первоначальный уровень интеллекта, тем меньше спад в пожилом возрасте. У наиболее интеллектуальных людей вместо типичного спада часто наблюдается даже повышение уровня интеллекта с возрастом[[4]](#footnote-4).

Изучая проблему творчества и творческой продуктивности в поздние периоды жизни, ученые отмечают влияние начальных этапов становления способностей к творческой деятельности на ее стабильность и продолжительность. Личность творческого человека толерантна к старению, в пожилом и старческом возрасте у таких людей появляется склонность к обобщению, созданию теорий, теоретическому осмыслению накопленного опыта. Творческие люди, как правило, имеют высокое общественное положение, они занимаются административной, преподавательской и общественной деятельностью и в поздние годы жизни в значительной мере сохраняют работоспособность. Престарелым писателям чаще удаются произведения автобиографического или поэтического жанра, но романы в большинстве своем оказываются неудачными.

В исследованиях самооценки пожилых людей ученые до настоящего времени не пришли к единому мнению о ее содержательном характере и степени адекватности. Авторы либо отмечают у пожилых и старых людей более позитивный «образ-Я», склонность находить в себе меньше недостатков и в целом более высокое самодобрение, чем у молодых, либо показывают, что с возрастом «Я-концепция» становится все более негативной, самоуважение падает, иногда крайне резко[[5]](#footnote-5).

По-видимому, это связано с тем, что, как и в другие временные периоды, самооценка зависит не столько от возраста, сколько от личности человека, его удовлетворенности своей деятельностью и своим статусным положением. В числе обстоятельств, существенно влияющих на самооценку в старости, следует указать на степень расхождения между реальным положением старого человека и идеальной оценкой своих возможностей и прожитой жизни. Известно, как часто старики сожалеют о нереализованных возможностях, совершенных неправильных шагах в решающие моменты, непоправимых жизненных ошибках. Чем больше расхождение между истинным положением и представлением о том, каким бы оно могло быть при других условиях, тем глубже неудовлетворенность жизнью и ниже самооценка личности. Однако, как было показано выше, разница между идеальным и реальным представлением о себе и действительностью влияет на самооценку и в других периодах онтогенеза, прежде всего в подростковом возрасте.

Среди факторов, формирующих самооценку, были отмечены также степень удовлетворенности социальными взаимоотношениями (в т.ч. с представителями противоположного пола), профессиональные занятия и здоровье. Из этих параметров лишь здоровье относится к новым факторам, мало влияющим на самооценку в более молодом возрасте[[6]](#footnote-6).

По мнению А.У. Тибиловой, существуют три типа возрастных изменений личности. Первый тип - адекватное самовосприятие с пониманием негативных изменений: повышение тревожности, неудовлетворенность своими возможностям и понимание необратимости усиления недугов и стремление «себя обезопасить», консерватизм взглядов и ригидность суждений и интересов. Второй тип - гипертрофированное восприятие изменений, происходящих с возрастом в психической, физической и социальной сферах, что проявляется в пониженном настроении, понимании необратимости жизненных потерь, «замыкании» интересов на вопросах здоровья, социального и материального благополучия, развитии ипохондрии, тревожности. Третий тип - полярный второму, характеризуется субъективной недооценкой возрастных изменений, несколько преувеличенным представлением о своих способностях наряду с недооценкой сниженных возможностей. Два последних типа при нарастающем заострении личностных качеств представляются граничащими с акцентуацией личности соответственно по типу депрессии и гипомании.

Существуют некоторые особенности мотивационно-потребностной сферы, определяющие устойчивость пожилого человека по отношению к негативным изменениям, обусловленным старением. Своеобразие личности пожилого обусловлено не столько изменением содержания его потребностей, сколько спецификой их иерархии. Первая, ведущая, группа потребностей включает в себя потребности в избегании страданий, в спасении, в постоянстве (привязанность человека к определенным людям, предметам), в стремлении избегать новых, неожиданных ситуаций и контактов. К следующей группе относится средняя группа - потребность в автономии, выступающая в виде идеи собственной независимости, свободы, в форме стремления идти по жизни своим путем, сопротивляться принуждению. В упрямстве и неприятии чужого мнения также проявляется потребность в автономии. Это путь защиты собственной независимости. Сюда входят: потребность в защите (защита своего «Я» от постороннего вмешательства, нежелание раскрываться, стремление сохранить свой внутренний мир); потребность в заботе о других, которая существенно преобладает у женщин; потребность во власти. Третья группа объединяет «подчиненные потребности»: в любви, эротике, отталкивании (враждебное, презрительное отношение к другим людям), потребность в творчестве. Сам комплекс потребностей, характерных для пожилого человека, не представляет собой ничего специфического. Специфика заключается в том, что они смещены в определенном направлении. Например, потребности в любви, творчестве, весьма значимые в зрелом возрасте у большинства пожилых людей занимают незначительное место в общей системе потребностей.

Изучение преобладающей мотивации, так же как и наиболее выраженных качеств личности, помогает ответить на вопрос: почему некоторые пожилые ведут наполненную, продуктивную, активную жизнь и вполне удовлетворены ею, в то время как другие переживают депрессию, ощущают скуку, свою бесполезность? При этом одной из наиболее значимых характеристик является локус контроля, определяющий две основные стратегии поведения пожилых в трудных ситуациях (потери близких, болезни и т.д.). Первой стратегии следуют те пожилые, которые надеются повлиять на ситуацию (обладавшие интернальным локусом контроля), изменяя свое поведение, социальное окружение. Другой стратегии придерживаются те пожилые, которые считают, что они сами ничего не могут сделать (обладают экстернальным локусом контроля), и выбирают все более пассивную позицию[[7]](#footnote-7).

Важным показателем служит и изменение временной перспективы пожилого человека - резко уменьшается доля оставшегося времени. Для многих пожилых людей выход на пенсию - это потеря будущего, делающая окружающий мир неопределенным и бессодержательным. Исследование Т.В.Бороздиной и И.А.Спиридонова показали, что к 50 годам люди думают, что они прогрессируют в своем развитии; в 60 лет прошлое, настоящее и будущее оценивается равно; в 70 лет прошлое кажется лучше настоящего, а настоящее лучше будущего. Хотя пожилым людям свойственно ориентироваться на прошлое, при планировании определенной деятельности возможна установка на будущее. При этом длительная перспектива, как правило, не имеет такого эффекта, как краткосрочная (от 1/2 до 1,5 лет)[[8]](#footnote-8).

Такая перспектива позволяет человеку строить конкретные планы, снимает депрессию и страх смерти, помогает преодолеть болезни, т.к. дает уверенность в завтрашнем дне и открывает в нем реальные для достижения даже старыми людьми цели. Важнейшей характеристикой кризиса позднего возраста является стремление к осмыслению жизни, подведению итогов своей деятельности.

Иными словами, осознание цели и смысла своей жизни помогает человеку воспринять ее как единую, состоящую из ряда этапов личностного роста и становления. Иначе жизнь кажется прожитой зря, состоящей из отдельных, мало связанных между собой периодов, и отчаяние становится альтернативой ощущению цельности и осмысленности жизни. Потребность вложить в других частицу себя, своих стремлений, мыслей, открытий - одна из важнейших потребностей человека. Это желание связано со стремлением человека к бессмертию, со страхом смерти и, главное, страхом того, что после его физической смерти в мире ничего не изменится, никто о нем не вспомнит и все, что было им сделано, все его тревоги, открытия и радости, уйдут вместе с ним. Избавление от этого страха возможно через веру в то, что душа (со всеми мыслями и переживаниями) бессмертна и возродится, пусть даже в другом теле. Не менее эффективно для снятия беспокойства и убеждение в духовном бессмертии, основанное на уверенности в том, что после физической смерти человека его мысли и открытия будут жить в детях, родных и близких людях, в учениках и последователях, в книгах или картинах. Таким образом, «вклад в других», независимо от их числа, - важный фактор, стабилизирующий протекание кризиса пожилого возраста.

Очевидно, что пожилые люди больше подвержены риску переживания тяжелых утрат, чем молодые. Люди позднего возраста остро ощущают, что жизнь не беспредельна, что времени остается мало, что не все утраты и потери можно компенсировать. При этом смерть близких - не единственная причина горя. Это эмоциональное состояние, переживаемое пожилыми особенно остро, является откликом на любую значимую потерю - статуса, сбережений, идеалов.

Таким образом, в возрасте около 60 лет каждый человек осмысливает прожитые годы, ищет свою индивидуальность и значимость своей жизни. С точки зрения эмоциональной насыщенности, не имеет значения, проходит ли этот процесс на сознательном уровне либо осознается не полностью, в виде самоощущений, а не самосознания. В этом смысле кризис пожилого возраста аналогичен подростковому - на уровне рефлексии, бессознательно идет процесс осмысления своей жизни и своей «Самости». Но в отличие от подросткового, он протекает более эмоционально и часто заканчивается трагически. Подросток осмысляет жизненную перспективу, цель рефлексии - формирование своей жизни и профессиональной деятельности в будущем, исправление допущенных ошибок. В пожилом возрасте этот анализ связан с ретроспективной оценкой себя и своей жизни. Поиск смысла жизни, особенно вывод о том, что она прожита не так или зря, должен осознаваться человеком как данность, с которой часто ему бывает трудно примириться.

Именно это делает кризис пожилого возраста значимым для последующих лет жизни, придает ему эмоциональный накал и отчаяние.

**1.3 Биологические подходы к старению**

Рассмотрим некоторые направления и подходы в развитии современных зарубежных наук, в той или иной мере изучающих процессы старения, вырабатываемые в разных сферах знаний. Начнем с «биологических подходов».

Биология изучает живые организмы на разных уровневых срезах: организм как целостную систему, подразделяющуюся на составляющие ее органы и клеточные компоненты вплоть до молекулярного строения. В соответствии со взглядами биологов, большинство живых организмов, как растений, так и животных, с возрастом утрачивают свои функциональные способности. Представители биологической науки связывают понятия старения и старости с «закатом» и ухудшением состояния организма и его различных органов. В зарубежной геронтологии чаще всего цитируют четыре основополагающих критерия, связанных со старением, которые были предложены известным на Западе геронтологом Б. Стрехлером:

1. Старение, в отличие от болезни, является универсальным процессом, ему подвержены все без исключения члены популяции.

2. Старение является прогрессирующим, непрерывным процессом.

3. Старение есть свойство любого живого организма.

4. Старение сопровождается дегенератирующими изменениями (в противовес изменениям организма при его развитии или «взрослении»).

Таким образом, по мнению исследователей в области биологии, старение и смерть являются базовыми, сущностными биологическими свойствами, отражающими функционирование и эволюцию всех живых организмов, включая человека. В этой связи биологическая наука располагает рядом теорий, непосредственно затрагивающих тематику процесса старения человека. Наиболее распространены в научном мире две из них. Это теории «программированного старения» и «непрограммированного старения»[[9]](#footnote-9).

**1.4 Психологические подходы к старению**

В обыденной жизни принято уделять гораздо больше внимания психологическим аспектам старения, нежели биологическим. Однако, как ни странно, сама психология как наука в полной мере практически почти не занималась проблемами старости. Лишь сравнительно недавно, когда над современным обществом навис «пресс» глобальных демографических изменений, проблемы психологического старения стали предметом пристального изучения психологов-теоретиков. Эти исследования стали активно проводиться в рамках междисциплинарных проектов в контексте исторических, экологических и биологических подходов, причем каждое традиционное направление психологии вносило в эти исследования свои специфические нюансы и варианты.

1. Экспериментальная психология - положила начало современному научному психологическому знанию. Во второй половине 19 в. она родилась как лабораторная наука, занимающаяся в основном проблемами функционирования человеческого интеллекта, умственного развития человека, его способностей участвовать в познавательных процессах и др. Ключевыми темами новой науки стали восприятие, память, познание, а также интеллектуальные процессы. Несмотря на то, что первые ученые в области психологии как науки были в основном представителями Германии, тем не менее экспериментальная психология получила большее развитие в США и Англии, поскольку именно в этих странах результаты исследований достигли широкого признания и стали использоваться на практике.

Первым значительным вкладом в изучение проблем психологического старения явилась работа сэра Фрэнсиса Галтона (1822-1911), троюродного брата Чарльза Дарвина. Его прежде всего интересовали вопросы интеллектуальной деятельности человека и ее трансформации в пожилом возрасте. Создание в первой половине 19 в. теста интеллектуальных способностей оказало значительное влияние на развитие психологии. Тест был составлен американским физиологом Терманом, сумевшим применить методику французских психологов А. Бине и Т. Энри, которой они пользовались при анализе сложных мыслительных действий человека в процессе познания. Успехи психологов в использовании на практике теста интеллекта позволили им обрести репутацию ученых-специалистов, способных оценивать и даже замерять абсолютные интеллектуальные способности людей. Однако еще не был сделан вывод о зависимости психологических характеристик людей от социальных факторов, не были исследованы в полной мере психологические различия, связанные с возрастными особенностями взрослых людей, особенно пожилых. Снижение некоторых психологических функций у пожилых людей объяснялось в основном процессами биологической деградации.

В психологии постепенно начинает формироваться представление о психологическом старении как о процессе психологической деградации. Появляется модель психологического развития и старения, суть которой состояла в том, что в период роста организма происходит бурный процесс наращивания интеллектуальных способностей, сопровождаемый затем периодом относительной стабильности, вслед за которым наступает длительный период снижения интеллекта. Господство в психологической науке именно этой модели предопределило непопулярность исследований, связанных с пожилым возрастом. В лучшем случае изучение пожилого возраста как бы дополняло общие исследования познавательных функций человека[[10]](#footnote-10). Лишь совсем недавно, с развитием когнитивной психологии, исследования в области умственных функций пожилых людей стали более привлекательны для ученых-психологов, а теоретическая и практическая психология стали более связаны между собой. «Интеллектуальный показатель» хотя и сохранился в исследовании и характеристике процесса старения, однако стал дифференцированным при учете широкого диапазона возможных изменений в этом плане, многофакторно зависимых.

Опираясь на основные концептуальные положения экспериментальной психологии, социальная геронтология уделяет особое внимание рассмотрению внешних социальных факторов, оказывающих влияние на состояние человека в процессе старения, способных как замедлить, так и ускорить этот процесс.

2. Психология развития

Традиционно англо-американская школа психологии исследовала психическую деятельность человека, причем как в молодом, так и пожилом возрасте, как бы в сравнении с идеальным стандартом, идеальной моделью функционирования психики. При этом ранний возраст человека рассматривался как период, не достигший идеального состояния, а пожилой - как отклонение от нормы, идеала или как проявление девиантности, в то время как на европейском континенте философов, а впоследствии и психологов гораздо больше интересовали проблемы развития человека на всех без исключения этапах его жизненного пути. Жан-Жак Руссо предлагал оценивать психическое развитие человека в зависимости от особенностей его возраста, выдвигая различные критерии этих оценок. Он отстаивал идею о том, что ребенка нельзя считать неразвитым взрослым, а необходимо подойти к оценке его интеллекта, полагаясь на особые, свойственные этому возрасту показатели, а пожилого человека - возвращающегося в детство, без оценки накопленного им жизненного опыта [15. с. 243-261].

Идея относительности человеческого развития, качественно прогрессирующего в виде скачков от одной стадии к другой, представлена в работах швейцарского психолога Жана Пиаже, где он исследовал основные стадии развития интеллекта в детском возрасте. Несмотря на то, что Пиаже ограничил свои исследования психологией детского возраста, его методология и научные выводы в целом широко использовались впоследствии многими учеными при анализе познавательных возможностей человека на всех этапах его жизненного пути, включая старость. Так, например, многие современные ученые, следуя традициям Пиаже, отстаивают точку зрения, согласно которой определяющей чертой взрослого возраста (в том числе пожилого) является способность воспринимать жизненные противоречия как осознанный факт. Психическая зрелость человека определяется не только признанием противоречий как необходимого условия жизни, но и эффективным использованием этих противоречий в мыслительной деятельности. Противоречия являются основанием для творческой деятельности, для новых открытии. Именно развитие диалектического мышления, в котором участвует и рациональное мышление, и интуиция, предвидение, предчувствие, т.е. бессознательное начало, является не только предметом изучения психологии и геронтопсихологии, но и широкой основой для психологической практики

Европейская психология известна в научном мире своим вкладом в изучение проблем личности. Вне зависимости от отношения различных школ в психологической науке к идеям психоанализа можно с уверенностью сказать, что теория Зигмунда Фрейда оказала революционизирующее воздействие на формирование современных взглядов в области психологии развития, на объяснение поведения человека, поскольку она предложила теоретикам и практикам динамическую модель мотивационной сферы человека и пробудила интерес к исследованиям в широких областях психологии человека, в отличие от традиционного изучения интеллектуальных и познавательных способностей человека. Фрейд достаточно убедительно показал, что люди в своей деятельности не всегда пользуются рациональными способами, при этом не всегда отдавая себе отчет относительно своих действий и поступков. Хотя Фрейд и его ближайшие последователи не были в строгом смысле слова психологами-теоретиками, они были скорее клиницистами-психиатрами, тем не менее богатство их идей относительно мотивации человеческого поведения до сих пор побуждает многих ученых к поиску именно в этой сфере новых данных о психологии человека, в том числе человека стареющего. Следует отметить, что хотя сам Фрейд непосредственно не изучал проблемы пожилого возраста, однако в его работах прослеживается личное ощущение страха перед смертью как неизбежного завершения старости[[11]](#footnote-11).

Карл Юнг, создавая альтернативную Фрейду школу психоанализа, придавал еще большее значение изучению проблем, как он называл, «второй половины жизни» человека. Для него середина жизни являлась критическим поворотным моментом, когда перед индивидом открывались новые возможности для саморазвития. Человеку уже не требовалось устанавливать столько внешних связей, ему не нужна форсированная социализация. В зрелом возрасте человек в основном поглощен внутренней работой самопознания (самореализации), которую Юнг назвал «индивидуацией». Человек во второй половине жизни может обрести новое полновесное развитие своей личности. Человек в этом возрасте способен принять в своем «Я» как «женское», так и «мужское» начало. Юнг придавал большое значение символическому и религиозному опыту в обретении состояния гармонии между индивидом и окружающим его миром. Обладая энциклопедическими знаниями во многих областях, он сумел убедительно доказать правоту своей теории на примерах различных культур и социальной, и индивидуальной жизни разных обществ.

Другой известный в научном мире современник Фрейда Альфред Адлер также занимался изучением различных аспектов мотиваций в поведении человека. Он не был согласен с фрейдистской трактовкой сексуальности как основного фактора мотивации поведения человека и считал, что основной мотивационной силой в жизни человека является чувство его собственной неполноценности. Любой индивид в той или иной степени испытывает это чувство. Особенно остро неполноценность ощущается человеком в детском возрасте, ибо тогда властные жизненные позиции являются исключительной привилегией взрослых. Некоторые люди испытывают это чувство более остро, чем другие, особенно когда речь идет о человеке с физическими недостатками или о тех, с кем в детстве слишком строго обращались. Адлер считал, что на протяжении всей своей жизни индивид стремится в той или иной степени компенсировать это первичное чувство неполноценности. Это стремление может принять как позитивную направленность и выразиться в достижении больших успехов в жизни индивида, в преодолении его физических недостатков, так и негативную окраску в виде демонстрации чрезмерной властности в отношениях с другими людьми. В пожилом возрасте чувство неполноценности переживается особенно остро, поскольку человек, как правило, начинает испытывать физическое недомогание, утрачивает привычный социальный статус, былую физическую привлекательность, а также многое другое, к чему он успел привыкнуть. Особенно болезненно пожилой человек переживает необходимость ограничить круг социальных связей и возможностей для интимных отношений. Адлер считал также, что иногда проявляемая замкнутость пожилого человека, уход «в себя» может объясняться боязнью потерять независимость и стать реально неполноценным. Подходы Адлера к решению проблем пожилого человека достаточно конструктивны. Он предлагает снимать чувство неполноценности и сопутствующие неврозы, помогая индивиду найти смысл жизни в оказании помощи другим людям, добиться такого состояния, когда ощущение принадлежности к социальной общности не покидало бы старого человека.

Подходы психоаналитиков к изучению проблем старости интересны, но не бесспорны, поскольку большинство из них были клиницистами и свои научные выводы делали по результатам своей практики, ограниченной лишь контингентом людей, обращавшихся к ним за помощью. Поэтому по сей день многие теоретики в области психологии сомневаются по поводу абсолютной истинности и применимости выводов психоаналитиков относительно мотивации поведения индивида, считая, что их нельзя признать в качестве постулата об общих закономерностях психической деятельности человека.

Попытки объяснить процессы психологического старения индивида содержатся не только в психологических исследованиях, но и в других теориях психологического научного знания. Одной из наиболее интересных зарубежных концепций, вошедших в научный «арсенал» современной геронтологии, является теория Эрика Эриксона о 8 стадиях развития личности, имеющих определенную цель в достижении того или иного социально-ценностного качества: доверия, автономии, инициативы и др. Задача человека пожилого возраста, по Эриксону, состоит в том, чтобы достичь целостности развития своего «Я», уверенности в смысле жизни, а также гармонии, понимаемой как сущностное качество жизни как отдельного индивида, так и всей Вселенной. Отчаяние может иметь место лишь в случае осознания жизненной неудачи, когда у человека не остается времени на то, чтобы повторить свою жизнь с начала или найти альтернативу решения проблем своей целостности. Отчаяние и недовольство самим собой у пожилого человека часто проявляется через осуждение поступков других, особенно молодых людей. Эриксон был один из немногих среди сторонников психодинамических теорий, которого глубоко и специально интересовали проблемы пожилого возраста. Именно поэтому его выводы так часто цитируются, особенно представителями так называемой психологии развития жизненных циклов. Было бы непростимым упрощением сводить идеи Эриксона относительно старости и старения лишь к задачам определения стадий целостности. По Эриксону, в основе адаптивности человеческого поведения находится осознанная активность «Я», в сферу которого входят процессы мышления, восприятия, памяти и т.д. Инстинктивные же побуждения, существование которых он не отвергает, не могут быть первичными в мотивационной сфере человека, а находятся в тесной взаимозависимости с сознательными процессами. Решающую роль в пожилом возрасте могут сыграть основные нерешенные проблемы предыдущих этапов жизни. Именно поэтому старость каждого человека индивидуальна и неповторима, а подходы в социальной работе с пожилыми должны быть строго индивидуальны. Эти идеи чрезвычайно важны для социальной геронтологии, но не могут восприниматься как некая законченная концептуальная модель. Это скорее всего особая познавательная структура, объясняющая психологическое развитие человека и его старение.

Тем не менее, неоценимой заслугой Эриксона в разработке геронтологического знания является его идея о целостности жизненного пути человека. Чтобы понять пожилого человека, необходимо увидеть его в контексте всей его жизни, включающей в себя все его проблемы, успешно или неудачно решенные на более ранних этапах его жизненного пути. Почему так важна эта идея для теории и практики, особенно для социальной работы с пожилыми людьми? Прежде чем оказывать помощь, во-первых, необходимо понять, что ситуации, в которых оказывается человек в старости, напрямую зависят от его прошлой жизни. Само развитие человека отличается от развития другого человека и, вероятно, будет отличаться еще больше, чем продолжительней его жизнь, чем больший жизненный опыт он обретает. Чем старше пожилой человек, тем он более «индивидуален»[[12]](#footnote-12).

Во-вторых, очень важно осознать, что развитие человека - не однолинейно, оно «многовекторно». Неверно предполагать, что интеллектуальное, физическое и социальное развитие имеют одну и ту же траекторию. На каждом новом этапе жизненного пути человека меняется приоритетность тех или иных аспектов его бытия. Другими словами каждый период жизни характеризуется своеобразием и конкретными потенциальными возможностями, которыми нельзя пренебречь.

В-третьих, что особенно важно для социальной геронтологии, - это отход от традиционного биологического детерминизма при оценке психических процессов развития человека. Психическая деятельность человека и его социальная среда, по Эриксону, взаимосвязаны и взаимозависимы. Успешное развитие индивида зависит от благоприятных психосоциальных или социокультурных факторов, включая его ближайшее и более широкое социальное окружение. В свою очередь, такое развитие является основой для успешной эволюции любого другого, общающегося с ним индивида. Эриксон в своих выводах сделал акцент на взаимозависимости и взаимосвязи поколений, пытаясь доказать, что пожилые люди необходимы молодым ровно настолько, насколько сами нуждаются в молодых. Этот вывод чрезвычайно важен в наши дни не только потому, что психология традиционно смещала акценты в сторону индивидуальных характеристик, пренебрегая анализом средовых факторов, но и потому что именно сейчас назревает серьезный конфликт поколений, вызванный глобальными проблемами, в т.ч. старением общества в целом.

Социальная геронтология использует основные теоретические выкладки Эриксона, Юнга и других для более пристального изучения социальной среды и ее воздействия на эволюционное развитие человека. Следует, отметить, что некоторые из этих идей уже высказывались пионерами психологической науки на рубеже 18-19 вв. В частности, это касается отличия познавательной и мыслительной деятельности людей разных поколений. Такие подходы делали проблематичными и отчасти недостоверными выводы тех ученых, которые применяли метод одномоментного «поперечного среза» при сравнительном анализе психической деятельности представителей разных поколений в одной и той же пространственно-временной координате. Между тем многие представители психологической науки пренебрегли выводами своих предшественников. Названные подходы лишь сравнительно недавно стали приоритетными в системе психологических знаний и сочетаются с новыми современными методиками исследования, в т.ч. особенностей воздействия на развитие человека социальной среды, в частности в процессе старения.

**1.5 Социологические подходы к старению**

В социологии как науке в данном случае используется множество различных подходов к изучению проблем старости и старения. Среди них можно выделить три наиболее значительных направления: структурализм, символический интеракционизм и этнометодология, в рамках которых сосуществуют различные тенденции, связанные между собой методологическими «узами».

1. Структурализм - в широком понимании этого термина, исходит из положения о том, что наше социальное поведение, наши отношения и ценности обусловлены организацией и структурой общества, в котором мы все живем. Компоненты социальной структуры общества могут находиться в состоянии консенсуса или же вступать в конфликт. Эти понятия лежат в основе двух принципиально различных течений в рамках структурализма.

а) Структурный функционализм - перспектива консенсуса. Все социологические подходы связаны с изучением и разработкой методов и средств достижения упорядоченного характера развития общества. Социология исходит из того, что в большинстве ситуаций диапазон возможных действий человека достаточно ограничен. Любое общество представляет собой устойчивое интегрированное целостное образование, основанное на консенсусе. Впрочем, возможны и некоторые различия или разногласия между отдельными социально-культурными структурными элементами. Опираясь на эти постулаты, социология во многом схожа с естественными и биологическими науками.

Являясь целостным образованием (системой), общество, как и биологический организм, характеризуется, с одной стороны, своей способностью выжить, несмотря ни на что, и, с другой стороны, своей потенциальной возможностью распасться. Используя при анализе общества естественно-научные методы, представители данного течения исходили из посылки о том, что если биологические организмы - системы, составленные из множества различных взаимосвязанных органов и элементов, каждый из которых по-своему функционирует и реагирует на изменения в других органах целостного организма, то подобные же процессы должны наблюдаться и в социальной структуре общества[[13]](#footnote-13).

Человеческий организм - открытая и адаптивная система, которая, однако, не бессмертна. Следуя этой аналогии, структурный функционализм описывает и общество в самой простой форме как адаптивную и открытую систему с разнообразием составляющих ее функций в целях сохранения целостности и, по возможности, относительной неизменности всей системы. Для геронтологии структурный функционализм предлагает две теоретические концепции. Одна из них представляет собой теорию отчуждения, которая исследует тенденцию постепенного отлучения пожилых людей от некоторых существенных для общества функций и ролей для того, чтобы это общество могло продолжать нормально функционировать. Другая - теория деятельности, которая исходит из необходимости сохранить активную роль пожилых людей, интегрировать их в общество для его нормального функционирования и устойчивого развития.

По мнению сторонников теории отчуждения, вытеснение пожилых людей из социального организма представляет собой неизбежный процесс, в результате которого нарушаются существующие отношения между стареющим человеком и другими членами общества, причем это отчуждение происходит на качественном уровне. Поэтому, согласно представителям данного течения в социологии, сам индивид и общество, в котором он живет, должны заранее готовиться к окончательному «разрыву», который может произойти в результате серьезного заболевания или смерти. В соответствии с этой теорией, процесс «отчуждения» - это способ подготовки общества к новому структурному функционированию его членов и направлен на то, чтобы по наступлении неизбежного старения отдельного члена не прерывалось бы организованное функционирование всего общества.

Теория отчуждения была неоднозначно принята на Западе. Ее усиленно критиковали со всех сторон представители как либеральных, так и консервативных идеологических взглядов. Во-первых, само название теории говорит о том, что разобщение как таковое желательно для общества и тем самым данная теоретическая концепция потворствует социальной политике безразличия к проблемам пожилых людей. Во-вторых, социальная разобщенность не является неизбежностью или закономерностью функционирования социального организма. В свою очередь, невключенность пожилых людей в социальную структуру общества обрекает определенную часть населения на изолированное существование до конца своей жизни, порождая чувство страха перед будущим и безысходности жизни у молодого поколения. В-третьих, представленные разработчиками этой теории выводы относительно процесса развития общества не включают в себя культурный компонент и, прежде всего то, что связано с пониманием духовности.

Теория деятельности исходит из другой посылки относительно процесса старения. Вводя понятие «успешной старости», эта теория предполагает, что человек в пожилом возрасте должен быть активным членом общества, по возможности сохраняя стиль жизни и ценностные установки, присущие среднему возрасту. Счастье в пожилом возрасте можно достичь при условии, если человек не будет поддаваться возрастным стереотипам, по с которыми должны быть утрачены интимные отношения, социальная и сексуальная активность, ролевые функции, свойственные среднему возрасту. Чтобы получить удовлетворение от жизни, необходимо заменить прежние социальные отношения новыми.

В развитых индустриальных странах можно найти немало убедительных примеров, когда люди в пожилом возрасте, а их число неуклонно растет, сохраняют активную жизненную позицию и играют значительную роль в общественной жизни.

Многие исследователи критикуют эту теорию за ее «радикальный» идеализм. Действительно, нереалистично ожидать от большинства пожилых, может быть, за исключением ограниченного меньшинства, того, чтобы люди в старости могли поддерживать такой же уровень деятельности, как и в среднем возрасте, поскольку неизбежны ограничения, связанные с биологическими процессами старения. Теория деятельности также нереалистична потому, что экономическая, политическая и социальная структуры общества накладывают серьезные ограничения на возможности заниматься трудовой деятельностью в пожилом возрасте[[14]](#footnote-14).

б) Структурализм - теория конфликта. Теоретики идеи конфликта в социологии обычно выступают в роли радикальных критиков теорий консенсуса. В научной литературе теории конфликта часто называют преимущественно политическими теориями, чем социологическими, когда речь идет о марксистских взглядах на развитие конфликтов. Тория конфликта рассматривает социальные изменения общества в целом, лишь отчасти затрагивая отдельные аспекты этих изменений.

В центре внимания этого направления находятся взаимодействие между экономической и политической структурой общества, а также каналы распределения ресурсов и социальных услуг. Ряд английских ученых, занимаясь исследованиями в области социальной геронтологии, предложили концепцию структурной зависимости, означающей зависимое состояние, связанное с ограниченным доступом к широкому диапазону социальных ресурсов, и в особенности в сфере получения доходов. Это касается большого числа пожилых людей, живущих в бедности. По данным статистиков, приблизительно один из четырех пожилых людей имеет доходы, равные или ниже официальной черты бедности. Это положение считается естественным и объясняется тем, что пожилые люди не принимают участия в производственной деятельности. Общество в состоянии оплачивать лишь настоящий труд, не вознаграждая труд прошлый. Пожилые люди подвергаются дискриминации в результате проведения экономической и социальной политики, которая ориентирована на поддержку работоспособного населения, занятого в процессе производства. Согласно этой теории, бедность и зависимость пожилых людей связаны с ограниченным доступом для большинства из них к материальным и социальным ресурсам общества, что объективно обусловлено.

2. Символический интеракционизм - представляет собой общее название теоретике-методологического направления в социологии и социальной психологии. Многие из основных идей в символическом интеракционизме используются различными теориями, объясняющими социальные взаимодействия с позиций символики. Среди этих теорий можно выделить известную в общественных науках так называемую «теорию действия», которая исходит из достаточно простой идеи Макса Вебера о том, что социологи должны научиться понимать тех, кого они исследуют. Согласно мнению представителей данной теоретической концепции, изучая людей, познавая их идеи, мотивы их поведения и их цели, социолог должен встать на их место, чтобы понять, почему конкретный человек для достижения конкретных целей в конкретных условиях поступает так, а не иначе. Такой индивидуализированный подход значительно отличается от общей теории структурализма с ее акцентом на общие социальные структуры и явления, которые существуют независимо от конкретных действий отдельных членов общества. Хотя теории структурного функционализма основаны на концепциях социального взаимодействия индивидов, они объясняют действия индивида лишь в контексте социальных систем, «управлящих» этими индивидуальными социальными действиями.

Основные идеи символического интеракционизма были сформулированы американским социологом и психологом Дж.Г.Мидом. В основе его подхода лежит идея, что поведение человека и реакции животных различаются между собой самым существенным образом. Поведение связано с мышлением и является орудием приспособления субъекта к социальной реальности. Осознание этой реальности выражено в социальном «Я» индивида, которое становится объектом для самого себя, а внешний социальный контроль при этом трансформируется в самоконтроль. Мид считает, что деятельность индивида и его поведение - понятия не равнозначные. Поведение индивида ограничено отношениями стимула и реакции. Деятельность же индивида зависит от его способности планировать свою активность, анализировать свой прошлый опыт и отражать деятельность других индивидов, действующих в аналогичной или той же социальной среде.

Таким образом, суть символического интеракционизма заключается в стремлении понять, каким образом процессы, происходящие в социуме, оказывают влияние на жизнь конкретных людей. Согласно американскому социологу Г. Блюмеру, происходящие в мире процессы не могут сами по себе являться раздражением, вызывающим реакцию индивидов. Скорее, напротив, эти процессы зависят от целей, планов и информации, которыми обладает индивид. Поэтому социальная деятельность должна рассматриваться как результат запланированных действий индивидов, направленных на достижение определенных целей.

Символический интеракционизм также свидетельствует о возможности рассматривать одно и то же явление, в зависимости от конкретной обстановки, с рациональной либо иррациональной точки зрения. Все зависит от того, как члены общества относятся к создавшейся ситуации и как видят самих себя в ней. Этот подход в особенности широко применялся в теории определения девиантности. С помощью этой методологии выявлялись люди с отклоняющимся в том или ином отношении поведением, а также вырабатывались стереотипные методы общения с ними. Теория выявления девиантности также применялась при исследовании процессов старения и особенностей поведенческой модели престарелых, вызванных изменениями их жизненных условий.

Таким образом, как только индивид подпадал под определение «пожилого», т.е. уходил на пенсию, то предполагалось, что он будет вести себя соответствующим образом, не претендуя на занятие трудовой деятельностью[[15]](#footnote-15). Для символического интеракционизма организация социальной жизни возникает в недрах самого общества и является результатом взаимодействия, происходящего между его членами. Представители этого течения не признают значения внешних факторов (экономические и др.), которые определяют, в конечном счете, форму общественного устройства и оказывающих внешнее воздействие на общество. Влияние различных факторов не носит постоянного характера и зависит от их восприятия. Символический интеракционизм не оказал значительного влияния на развитие социальной геронтологии. Выводы представителей данного течения использовались лишь последователями концепции социальной дезинтеграции общества для создания оптимальных условий управления им.

Теория субкультуры для пожилого возраста. Хотя интеракционистская теория и заявляет о необходимости исследования проблем пожилого возраста, однако она не разработала каких-либо существенных или основательных подходов в этом направлении. Однако нельзя сбрасывать со счетов теорию субкультуры для пожилого возраста, предложенную английским социологом Роузом, который пришел к выводу о том, что представители небольших социальных групп, обладающие своей собственной субкультурой, больше взаимодействуют друг с другом, чем с другими членами общества. Социальная жизнь Англии являет собой блестящий пример традиций, способствующих развитию субкультур. Так, в преддверии близкой отставки или ухода на пенсию люди объединяются на основе общности интересов при одновременном ослаблении семейных контактов. Развитие сети социальных услуг, предоставляемых престарелым, усиливает тенденцию к формированию групп субкультуры и снижает их зависимость от членов семьи.

Эта теория не всегда подтверждается на практике, поскольку существуют реальные факторы, которые тормозят создание групп субкультуры для людей пожилого возраста. К таким факторам можно отнести нежелание самого человека, уходящего на пенсию, считать себя старым и неспособным осуществлять трудовую деятельность либо просто ухаживать за собой. Кроме того, формированию такого рода субкультуры препятствует и намечающаяся в последнее время тенденция укрепления семейных связей, в особенности в случае болезни старого человека или его инвалидности. Представляется также неверным утверждение сторонников теории субкультуры о том, что престарелые люди представляют собой однородную социальную группу, поскольку изначально они принадлежат к различным социальным слоям. Действительно, реальные семейные обстоятельства и отсутствие возможностей занятости для людей пожилого возраста свидетельствуют о том, что существуют определенные реальные потребности и возможности для развития особой субкультуры людей пожилого возраста. Однако, как показывает практика, создание такой субкультуры для людей пожилого возраста не является панацеей для их социальной «включенности», т.к. реализация на практике этой теории ведет к прерыванию преемственности поколений и выхолащиванию определенных ценностей, принципов и отношений: сопричастность, сопереживание, забота о ближнем у последующих поколений, для которых перспектива старения может ошибочно представляться весьма отдаленным будущим.

3. Феноменология и этнометодология

Наряду с теорией интеракционизма и другими в изучении проблем пожилых людей в последние годы стала развиваться этнометодология. Одним из наиболее ярких представителей данного учения является американский социолог и публицист Чарльз Миллз. Однако представители этого течения не могут похвастаться какими-либо грандиозными открытиями в исследовании вышеуказанной проблематики. В определенной степени это объясняется самой сущностью этнометодологии. Основные концепции этнометодологии были разработаны на рубеже XIX и XX вв. немецким философом, основателем феноменологии Эдмундом Гуссерлем. Они носят совершенно необычный характер и значительно отличаются от каких-либо других подходов, применяемых в социологии. Гуссерль попытался описать как бы со стороны спрятанные от посторонних глаз проявления человеческой личности и ее сущность. С его точки зрения, понимание сущности человека позволяет нам увидеть причину его поведения, проанализировать последнее.

Феноменология пытается рассматривать понятия, существующие в мире, как объекты или события, которые в основном обладают общими характеристиками для всех индивидов. Поэтому основы социальной жизни, по мнению Гуссерля, следует искать не в голове отдельного человека и не в его непосредственном опыте, а в совокупном опыте всех живущих в мире. Феноменологический подход в социологии получил дальнейшую разработку в трудах Шутца и впоследствии название этнометодологии (этно - люди, этнометодология - методы изучения различных групп людей). По мнению Шутца, упорядоченная жизнь индивида и общества основана на принимаемых на веру понятиях, которые носят для всех универсальный характер. Социальная жизнь поддерживается при помощи типификаций, т.е. общих черт, свойственных тому или иному предмету или объекту, либо действию, либо чувству, которые испытывает индивид, которые выражаются в объемных и понимаемых всеми понятиях и словах. В этом отношении чрезвычайную важность приобретает процесс социализации и расширение социальных связей человека, которые способствуют не только формированию общих для всех понятий, но и всестороннему взаимообмену. В целом, этнометодология самостоятельно мало разрабатывала социальные проблемы старости. Социальная геронтология заимствует из феноменологии целостный подход к сущности человека, рассматривая его в единстве и многообразии проявлений в нем социального[[16]](#footnote-16).

Таким образом, общим для представителей таких теоретических направлений, как интеракционизм, феноменология и этнометодология, является их внимание к тому, как члены социума понимают, определяют и классифицируют свою социальную деятельность и какое значение они придают ей и степени участия в ней индивидов, что напрямую связано с обсуждением старости, определением старения.

Знакомство с позициями вышеотмеченных теоретических направлений, полностью или частично посвященных изучению проблем старения, позволяет сделать вывод о том, что в них не существует единообразия в подходах к пониманию закономерного процесса старения человека. Существуют различные точки зрения и на взаимоотношения стареющего человека и общества. Все теоретические подходы к проблемам старения и перехода в разряд пожилых можно разделить на две основные группы в соответствии с ответом на вопрос: нужна ли преемственность поколений или пожилые люди автоматически ставятся за грань социума, превращаясь в вымирающий маргинальный слой. Актуальными вопросы старения становятся и в рамках «нравственных завоеваний», учитывая взятие человеческим обществом курса на гуманизацию отношений.

Однако характерной особенностью теоретических подходов к проблемам старения является и общая для всех попытка укрыться от ответа на поставленный вопрос за частными рассуждениями или исследованиями. Но ориентация современного общества на гуманистические начала, рост общей культуры и сознания, с одной стороны, и новые тенденции в психологическом осмыслении и отношении к старости, когда в большей степени все большее число людей осознают потребности и необходимость «противостояния» старению, борьбы за активное существование - с другой, не только углубляют и актуализируют задачу теоретических и практических исследований явления старости и социальной оценки ее, но обусловливают востребование знаний о месте и взаимодействии разных, в т.ч. возрастных групп, их разных социально-психологических характеристиках.

**Заключение**

Психологические изменения, которые происходят в процессе старения, ставят в качестве первоочередной задачи исследование особенностей социального поведения пожилых. Проблема общения пожилых людей, их адаптации к новым ролям и условиям жизни не только существует, но и более значима для этого возрастного периода по сравнению с предыдущим.

Успешная социализация пожилых людей - одно из основных условий поддержания высокого качества их жизни. Достаточно много говорится об экономических и медицинских проблемах, с которыми сталкиваются люди позднего возраста, но уровень медицинского обслуживания и материального обеспечения не соотносится прямо с уровнем психологического комфорта и оптимальным для человека стилем жизни. Среди наиболее важных проблем, связанных с повышением уровня собственной жизни, пожилые люди называют одиночество, состояние здоровья и экономические проблемы. Таким образом, несмотря на актуальность качественного медицинского обслуживания и материального обеспечения, практически всех пожилых людей не меньше мучают психологические проблемы: нарушение привычного образа жизни, отсутствие внимания со стороны общества и близких, одиночество.

Исследования показывают, что существует несколько способов компенсации того эмоционального напряжения, в котором находятся пожилые люди, повышения уровня их социально-психологической адаптации. Это общение с природой, увлечение искусством (как в плане творчества, так и в плане восприятия), появление новой значимой деятельности, новых интересов, перспективы (это особенно важно для людей старше 70 лет). Эмпирические данные свидетельствуют о том, что общение с природой, домашними животными, уход за комнатными цветами, садом и огородом существенно снижают уровень напряженности, компенсируют недостаток общения пожилого человека. У людей, много времени проводящих на природе, менее выражен страх одиночества, ниже уровень агрессии и практически не наблюдается депрессивное состояние.

Не менее значимое воздействие оказывает и увлечение искусством. Пожилые люди, которые часто ходят в театр, консерваторию, посещают музеи и выставочные залы, психически намного устойчивее и в меньшей степени подвержены депрессиям, чем их сверстники, которые равнодушны к искусству. Можно предположить, что эти интересы, входя в структуру личности, образуют устойчивую мотивацию, которая не изменяется с кризисом и не подвержена динамике при потере статуса, сужении круга общения и других негативных проявлениях, характерных для старения. Такое поведение формирует стиль жизни, который придает устойчивость адаптационному процессу в целом. Самостоятельное творчество, так же как и любое другое увлечение, тоже становится смыслообразующим мотивом, который, возглавляя иерархию мотивов личности, помогает придать смысл другим стремлениям и потребностям пожилого человека.

Погруженность в собственную и чужую творческую деятельность увеличивает социально-психологическую устойчивость пожилых и в связи с тем, что повышает их креативность, стимулирует инновационные стремления, которых часто недостает людям старших возрастных групп в силу их возрастных особенностей. Это необходимо пожилым для реализации их социальной активности, для адекватного разрешения непредвиденных, неопределенных ситуаций, из которых нельзя выйти с помощью стереотипного поведения. Весь предпенсионный и начало пенсионного периода фактически представляют собой новую неопределенную ситуацию, требующую проявления творчества, неадаптивной стратегии поведения, прогрессивного развития тех личностных качеств, которые не ослабевают даже в пожилом возрасте при общении с искусством.

Как отмечают психологи, интерес к игровой деятельности, спорту и, особенно, учебной деятельности не ослабевает с возрастом. Просто пожилые люди отвыкают от этих форм деятельности. Поэтому некоторые психогеронтологи предлагают в качестве средства интенсификации жизни старых людей привлечение их к учению и игре. Не менее важен и тот факт, что такая деятельность происходит в группе единомышленников, а потому формирует адекватный, пусть даже и не очень широкий, но устойчивый круг общения, расширяет временную перспективу.

**Список используемой литературы**

1. Александрова М.Д. Проблемы геронтологии – Ленинград.: Изд-во Ленинградского университета, 1974. – 135 с.
2. Александрова М.Д. Очерки психофизиологии старения – Ленинград.: Изд-во Ленинградского университета, 1965. – 112 с.
3. Абрамова Г.С. Психология человеческой жизни: исследования геронтологии – М.: ИЦ «Академия», 2001. – 224 с.
4. Абрамова Г.С. Возрастная психология: учеб. пособие – М.: «Академический проект», 2000. – 624 с.
5. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь–справочник по психодиагностике. – СПб.: Питер, 2002. – 528с.
6. Вегнер А.Л. Психологическое консультирование и диагностика. В 2-х частях. – М.: Генезис, 2001. – 425с.
7. Геронтология и гериатрия – СПб.: Питер, 1989. – 167 с.
8. Гериатрия/под ред. Д.Ф.Чеботарева – М.: Медицина, 1990. – 239 с.
9. Козлов А.А. Старость: социальная разобщенность или целостность? (Теории и традиции западной социальной геронтологии) // Мир психологии. - 1999. - № 2. - С. 80-96.
10. Клиническая гериатрия: учеб. пособие – М.: Медицина, 1989. – 121 с.
11. Крайг Г. Психология развития – СПб.: Питер, 2000. – 992 с.
12. Маньковский М.Б. Актуальные проблемы геронтологии – Киев, 1968. – 118 с.
13. Психология. Учебник для гуманитарных вузов / Под общ. ред. В.Н.Дружинина. — СПб.: Питер, 2001. — 656 с.
14. Психология развития: учеб./под ред. Т.Д. Марциновской – М.: ИЦ «Академия», 2001. – 352 с.
15. Психология старения и старости. Хрестоматия: учеб. пособие/ составит. О.В.Краснова – М.: ИЦ «Академия», 2003 – 416 с.
16. Психология среднего возраста, старения, старости/под ред. член. Корр. РАО А.А.Реана – СПб.: «прайм-ЕВРОЗНАК», 2003. – 384 с.
17. Просветительский журнал по социальным вопросам «Социальная защита», №5 (158) июль 2005
18. Просветительский журнал по социальным вопросам «Социальная защита», №6 (159) июль 2005
19. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии - СПб: Издательство «Питер», 2000 - 712 с.
20. Рыбалко Е. Ф. Возрастная и дифференциальная психология. – СПб.: Питер, 2001. – 224 с.
21. Теория социальной работы: Учебник/ под ред. проф. Е.И. Холостова. – М.: Юристъ, 1999, - 334 с.
22. Технология социальной работы.: Учеб. пособие/ под ред. И.Г.Зайнышева. – М.: ГИЦ ВЛАДОС, 2000. – 240 с.
23. Феофанов К.Л. Виктор К. Старость в современном обществе: Руководство по социальной геронтологии // Социальная геронтология: Современные исследования. - М.: ИНИОН РАН, 1994. - С. 41-57.
24. Хрисанфова Е.Н., Перевозчиков И.В. Антропология: Учебник. 2-е изд.. М.: Изд-во МГУ, 1999. – 400 с.
25. Хухлаева О.В. Психология развития: молодости, зрелости, старости: учеб. пособие – М.: ИЦ «Академия», 2002 – 208 с.
26. Якимова Е.В. Торнстон Л. Геронтология в динамическом обществе // Социальная геронтология: Современные исследования. — М.: ИНИОН РАН, 1994. - С. 58-68.

**Приложение А**

**Каскадная модель интеллектуального функционирования**

первичное старение скорость перцепции,



вторичное старение рассуждение,



терминальное старение вербальные понятия.



**Приложение Б**

**Подходы к старению**

Подходы к старению

Биологические Психологические Социологические

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **«программированное старение»**  **«непрограммированное старение»** | **- модель экспериментальной психологии**  **- модели психологии развития** | **- теория отчуждения**  **- теория деятельности**  **- теория конфликта**  **- теория субкультуры пожилого возраста** |

1. Психология развития: учеб./под ред. Т.Д.Марциновской – М.: ИЦ «Академия», 2001. – С. 16 [↑](#footnote-ref-1)
2. Психология развития: учеб./под ред. Т.Д.Марциновской – М.: ИЦ «Академия», 2001. – С. 18 [↑](#footnote-ref-2)
3. Психология развития: учеб./под ред. Т.Д.Марциновской – М.: ИЦ «Академия», 2001. – С. 34 [↑](#footnote-ref-3)
4. Психология развития: учеб./под ред. Т.Д.Марциновской – М.: ИЦ «Академия», 2001. – С. 38 [↑](#footnote-ref-4)
5. Хухлаева О.В. Психология развития: молодости, зрелости, старости: учеб. пособ. – М.: ИЦ «Академия», 2002 – С. 54. [↑](#footnote-ref-5)
6. Психология развития: учеб./под ред. Т.Д.Марциновской – М.: ИЦ «Академия», 2001. – С. 26 [↑](#footnote-ref-6)
7. Психология развития: учеб./под ред. Т.Д.Марциновской – М.: ИЦ «Академия», 2001. – С. 29 [↑](#footnote-ref-7)
8. Хухлаева О.В. Психология развития: молодости, зрелости, старости: учеб. пособ. – М.: ИЦ «Академия», 2002 – С. 59 [↑](#footnote-ref-8)
9. Психология старения и старости: учеб. пособ/ составит. О.В.Краснова – М.: ИЦ «Академия», 2003 – С. 219. [↑](#footnote-ref-9)
10. Психология старения и старости: учеб. пособ/ составит. О.В.Краснова – М.: ИЦ «Академия», 2003 – С. 247 [↑](#footnote-ref-10)
11. Психология старения и старости: учеб. пособ/ составит. О.В.Краснова – М.: ИЦ «Академия», 2003 – С. 243 [↑](#footnote-ref-11)
12. Психология старения и старости: учеб. пособ/ составит. О.В.Краснова – М.: ИЦ «Академия», 2003 – С. 249 [↑](#footnote-ref-12)
13. Психология старения и старости: учеб. пособ/ составит. О.В.Краснова – М.: ИЦ «Академия», 2003 – С. 252 [↑](#footnote-ref-13)
14. Психология старения и старости: учеб. пособ/ составит. О.В.Краснова – М.: ИЦ «Академия», 2003 – С. 255 [↑](#footnote-ref-14)
15. Психология старения и старости: учеб. пособ/ составит. О.В.Краснова – М.: ИЦ «Академия», 2003 – С. 257 [↑](#footnote-ref-15)
16. Психология старения и старости: учеб. пособ/ составит. О.В.Краснова – М.: ИЦ «Академия», 2003 – С. 260 [↑](#footnote-ref-16)