

СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

**Гриднева С. В.,
Тащёва А. И.**

В материалах приводится сравнительный анализ терминальных и инструментальных ценностей, жизненных сфер ценностей, характера определения жизненных смыслов и особенностей содержательной стороны смысложизненных представлений пожилых людей, осуществленный в 1989 и 2009 гг.

Ключевые слова: смысложизненные представления, жизненные смыслы, ценностные ориентации, пожилой возраст.

Пожилым возрастом характеризуется множеством психологических изменений, интеллектуальным и эмоциональным «уходом» в собственный внутренний мир, в переживания, связанные с оценкой и осмыслением уже прожитой жизни, самого процесса старения [1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8].

В качестве объектов исследования выступили 90 респондентов, условно разделенных по критерию пола на равные по объему группы, в возрасте от 60 до 75 лет, жители г. Ростова-на-Дону, имеющие различное образование, семейное и социальное положение.

Методический инструментарий был представлен опросниками «Ценностные ориентации» М. Рокича, «Опросник терминальных ценностей», «Свободная семантическая оценка» и тестами С. Розенцвейга и Т. Лири, а также интервью для изучения особенностей смысложизненных представлений. Для оценки значимости различий средних показателей использовался Т-критерий Стьюдента, для оценки степени связи жизненных смыслов и адаптированности пожилых людей применялся коэффициент ранговой корреляции Кендалла.

В среднем время на опрос составляло 3,8 ч. на одного респондента [6, 7].

Из пожилых людей 90 % не работают, 10 % (9 человек) продолжают работать в занимаемой ранее должности и по той же специальности. Уровень образования у данной категории респондентов оказался следующим: 6,7 %

(6 человек) из числа опрошенных имеют начальное образование; 26,7 % (24 человека) – неоконченное среднее; 36,6 % (33 человека) – среднее и среднее специальное и 30 % (27 человек) – высшее образование; 93,3 % (84 человека) пожилых людей имеют семьи (состоят или состояли в браке и имеют детей), и вместе с тем, живых супругов имеют только 31,4 % (28 человек). Остальные «семейные» пожилые люди семьей считают не нуклеарную, а расширенную семью: семью детей, внуков, племянников, своих братьев и сестер, с которыми они постоянно проживают. Только 6 человек (6,7 %) являются одиночками. Таким образом, большинство респондентов имеют средний и высокий образовательный и семейный статусы.

С помощью методики ценностных ориентаций М. Рокича были получены следующие *ЦО портреты пожилых людей*: им свойственно доминирование ценностей межличностных отношений и снижение значимости ценностей профессиональной самореализации. В то же время пассивные ценности статистически значимо ($p \leq 0,05$) преобладают над активными, а ценности непосредственно-эмоционального мироощущения – над интеллектуальными. Выявлено, что значимо высокие ранги имеют следующие ценности: «непримиримость к недостаткам», «здоровье» и «терпимость».

Методикой ценностных ориентаций М. Рокича была диагностирована система значимых ценностей мужчин и женщин ($p \leq 0,01$).

У мужчин на первый план выходят такие ценности, как «свобода» и «общественное признание», у женщин – ценности «счастливая семейная жизнь» и «красота природы и искусства». Мужчины выше оценивают индивидуальные ценности («свобода», «активная деятельная жизнь», «уверенность в себе»), а женщины – ценности межличностных отношений («счастливая семейная жизнь», «любовь», «наличие хороших и верных друзей»). У женщин в большей степени, чем у мужчин, представлены «абстрактные» ценности («жизненная мудрость», «познание», «развитие»).

У мужчин значимо выше ранги инструментальных ценностей: «рационализм», «смелость в отстаивании взглядов» и «эффективность в делах», т. е. ценности самоутверждения. У женщин больше ценностей межличностного общения: «жизнерадостность», «чуткость», «аккуратность». Ценности профессиональной самореализации и интеллектуальные ценности представлены у мужчин и женщин в равной степени.

Эти данные оказались созвучными данным, полученным по методике «Опросник терминальных ценностей»: для мужчин более значимыми стали сферы профессиональной жизни и увлечений, а также ценность «собственный престиж».

Анализируя содержание данных методики «Свободная семантическая оценка» и интервью, авторы делают вывод, что как понятие «смысл жизни» рассматривается респондентами на трех различных уровнях:

1. Биологическом – смысл жизни как реализация биологического предназначения живого существа («Жизнь ради продолжения человеческого рода», «Смысл жизни – это то, ради чего рождается любое живое существо»).

2. Индивидуальном – смысл жизни как достижение поставленных конкретной личностью целей и задач, реализация и переживание жизненных ценностей («Смысл жизни – это реализация своих замыслов, целей», «Максимальное использование возможностей и способностей»).

3. Социальном – смысл жизни как выполнение человеком на высоком уровне отведенных ему обществом ролей и жизнь по установленным социумом принципам («Жить и трудиться на благо Родины»).

Следует отметить, что пожилые люди (43,6 %) испытывали трудности обобщения личных смысложизненных представлений в понятия.

В результате анализа материала, полученного в ходе интервью, при определении опрашиваемыми личных жизненных смыслов нами были отмечены следующие случаи:

1. Наличие у респондента четкого представления о собственном смысле жизни и подчеркивание важности его роли для жизнедеятельности данного испытуемого (у 42,8 % опрошенных).

2. Наличие у опрашиваемого декларируемого смысла жизни, но отсутствие ощущения осмысленности жизни (у 4,4 %).

3. Жизнь респондента, по его выражению, «определенно имеет смысл», но он затрудняется его вербализовать (у 53,9 %).

При определении смысла жизни наблюдались высказывания такого рода: «Жить как все», «Вырастить сына, построить дом, посадить дерево» и т. п. Ответы давались без долгого обдумывания, и наблюдалась похожесть в формулировках. Смысложизненные представления респондентов в 62,7 % случаев были конкретными, содержали лишь 24,9 % индивидуальных вариаций, что может объясняться стереотипностью смысложизненных представлений в данном возрасте. В основном это были рассуждения о настоящих ценностях, об их реализации, о духовном удовлетворении от реализации целей.

Испытуемые называли преимущественно один жизненный смысл, а не несколько, касающихся одной и той же или разных жизненных сфер.

Приведем обобщенный анализ интервьюирования.

Возрастом осознания смысла жизни пожилые люди называют «молодость» (приблизительно от 17 до 25 лет) и связывают с выбором профессии, началом самостоятельной жизни, браком, рождением детей, смертью родителей, службой в армии (33,3 %). 20 % опрошенных осознали смысл своей жизни после 30 лет. В качестве причины этого осознания называют: брак, развод, смерть родителей или супруга, а также тяжелую болезнь, участие в военных действиях, суд, тюремное заключение, потерю имущества и т. п. 13,3 % опрошенных утверждают, что

никогда раньше не задумывались над этим вопросом, а 33,3 % респондентов не помнят, когда произошло осмысление их жизни.

63,3 % считают, что смысл жизни у всех людей одинаков или схож с их собственным, настаивают на его индивидуальности 16,7 %, а 20 % считают, что схожесть жизненных смыслов только внешняя.

73,3 % говорят о важности осознания смысла жизни для целеполагания, соотнесения с ним своих действий. 16,7 % затруднились ответить, 10 % считают, что размышления по этому поводу излишни.

Опишем декларируемые респондентами жизненные смыслы пожилых людей: 43,8 % названных жизненных смыслов относятся к различным сторонам семейной жизни; 30 % – к поддержанию своего здоровья; 23,3 % – к передаче своего жизненного опыта; 20 % – к общению с близкими и друзьями; 16,7 % – к труду; 10 % опрошенных считают своим жизненным смыслом общественную деятельность.

Все заявленные респондентами жизненные смыслы были отнесены к четырнадцати категориям, на основании которых они могли быть сравнены.

Выявлено, что наибольшее количество пожилых респондентов видят своим жизненным смыслом семью (счастье в семье, взаимопонимание, воспитание детей и внуков, разнообразная помощь им), а также смыслы жизни, связанные с передачей своего опыта и «поддержание собственного здоровья».

Следовательно, выявленные нами представления о жизненных смыслах соответствуют ценностям и доминирующим жизненным сферам, свойственным людям данного возраста, а диагностированные нами направленности и субъективная вовлеченность в различные сферы деятельности в период старости соответствуют данным, полученным ленинградскими психологами под руководством В. А. Ядова, которые получили следующий ЦО-портрет пенсионеров (n = 421): «семья», «работа на производстве», «покой и отдых», «полезность людям и обществу», «хорошее здоровье» и т. д. [5].

Из сказанного выше можно сделать вывод, что в обоих исследованиях отчетливо выделяются схожие индивидуалистические ценности пожилых.

Личный смысл своей жизни мужчины чаще всего определяют как связанный с пользой для окружающих и с построением карьеры, преуспеванием в работе (33,3 % респондентов), с счастьем семьи и близких, с воспитанием детей и внуков (26,6 %), с уважением, признанием окружающих, с использованием «даров» жизни (20 %), с личной свободой (13,3 %).

Большинство женщин видят смысл жизни в счастье в семье (36,7 %), в детях (26,7 %), в получении удовлетворения от того, что делаешь (23,3 %), в счастье с любимым человеком, в пользе для близких, свободе, интересных занятиях, реализации себя (по 13,3 % опрошенных).

Словом, женщины больше ориентированы на семью и на признание близких людей, тогда как мужчины наряду с семьей и воспитанием детей отдают предпочтение профессиональной деятельности и общественному признанию.

По данным литературы, более длительная и конфликтная адаптация к положению пенсионеров отмечается у лиц умственного труда, которые, имея прежде высокий социальный статус, высокую самооценку и несформировавшиеся навыки самообслуживания, выйдя на пенсию, не могут найти приложения своим еще сохранившимся силам в соответствии с собственными представлениями [6]. Их духовные потребности зачастую не настолько развиты и значимы для них, чтобы изменить образ их мышления, отношение к окружающим и к социальной действительности применительно к новому статусу пенсионера. В похожем положении оказываются и пенсионеры с низким уровнем образования и квалификации, если их низкий социальный статус сочетался с выраженной психологической зависимостью от других людей. Лица же умственного труда с высоким образовательным и культурным уровнем, сложной когнитивной структурой, прочными навыками самообслуживания имеют широкий круг интересов и развитую сферу общения. У них фиксируется своеобразная картина видения мира и своего места в нем. Органические потребности значимы для них потому, что обеспечивают дальнейшее развитие их духовных потребностей. Вышесказанное укрепляет адаптационные возможности этих людей.

Результаты интервьюирования: отношение к старости у пожилых людей амбивалентно.

Привлекательные характеристики старости: большое количество свободного времени (указали 53,3 % пожилых людей), общение с близкими (16,6 %), воспитание внуков (13,3 % респондентов), мудрость, передача жизненного и профессионального опыта (по 10 %), воспоминания (6,6 %).

Эти результаты расходятся с нашими данными о небольшом проценте положительных чувств, испытываемых престарелыми от общения с людьми [6, 7]. Однако выборка в упоминаемом исследовании состояла из одиноких пенсионеров, и осуществлялся опрос в 1989 г., «на закате перестройки» и во времена начинающейся инфляции и явного снижения внимания государства к судьбам пожилых людей.

В данном же исследовании большинство пожилых людей являются членами простых или расширенных семей, их возраст меньше, чем в упоминавшемся опросе, что, вероятно, и дает им больше возможностей для общения, для более оптимистичных настроений.

К числу поводов для негативных переживаний в пенсионном возрасте респонденты отнесли свое болезненное состояние (86,6 %), усталость и «отсутствие энергии и сил» (73,3 %), беспомощность и ненужность окружающим (70 %), падение материального уровня жизни (26,6 %).

Следует отметить, что в возрасте старости ничего положительного не видят 40 % пожилых людей. Однако страх перед старостью испытывают всего 16,6 % респондентов (соответственно у 83,3 % он отсутствует, т. е. старение отражает «естественный ход вещей, свойственный всему в природе»). При этом собственный возраст принимается престарелыми людьми как данность, хотя и называется часто в качестве причины для «дурного расположения духа».

Опасения 54,6 % пенсионеров связаны с внезапной потерей здоровья (как физического, так и психического), с ожиданием долгой мучительной смерти, страхом быть обузой для близких или остаться без должного ухода и лечения. Только 6,7 % опрошенных испытывают страх смерти как таковой.

Ощущение возраста у престарелых связано, во-первых, с состоянием их здоровья (отсутствие постоянно напоминающих о себе болезней снижает психологический возраст

в среднем на 7–8 лет); во-вторых, с качеством взаимоотношений с родными и близкими (принятое пожилым человеком отношение опеки и заботы со стороны окружающих позволяет ему ощущать себя «старым и беспомощным», а необходимость заботиться и помогать другим людям «не дает» пенсионеру психологически стареть), и, в-третьих, возможностями проявления собственной активности в быту и в общественной деятельности (чем больше эта активность, тем человек «моложе»).

43,3 % опрошенных (39 человек, из которых 27 – женщины) откровенно рады факту выхода на пенсию.

76,6 % (69 человек) респондентов, оставляя прежнюю работу, возлагали на пенсионный период надежды, связанные с реализацией собственных планов, и только 10 % (9 человек) из них эти планы реализовали. Причинами такой неудачи пожилые люди считают плохое состояние своего здоровья и ухудшившиеся социально-экономические условия их жизни.

Принципы построения собственной жизни до ухода на пенсию престарелые видят таким образом: 6 % из указанных принципов относились к трудовой деятельности и прогрессивному развитию общества и 33,2 % касались семейной жизни. В настоящее время различные стороны семейной жизни (здоровье для помощи семье, материальная помощь детям, внукам, их воспитание) считают своим жизненным смыслом 53,3 % опрошенных пенсионеров, а производственную деятельность – 16,6 %.

Исследование зафиксировало существенные различия между тем, как престарелые люди отзывались о качестве своей жизни, их приспособленности к социальной действительности, с одной стороны, и объективными данными, которые дает тестирование, – с другой. Большинство пожилых испытывают психологический дискомфорт от разности представлений о своей социальной адаптированности, собственных ощущений и переживаний по этому поводу – они не выражают своей неудовлетворенности вовне, что приводит к недостаточному пониманию их со стороны ближайшего окружения и общества в целом. Это не совпадает с данными проведенного в 1989 г. конкретно-социологического исследования, упоминавшегося ранее [6, 7].

Выявлен низкий уровень GCR (group conformation rate – уровень приспособления индивида к социальному окружению) у 60 % пенсионеров.

Ранговый коэффициент корреляции М. Кендалла составляет 0.613, что позволяет сделать вывод о наличии прямой зависимости между успешностью адаптации и содержанием смысложизненных представлений пенсионеров.

Полученные нами результаты, в целом, соответствуют литературным данным относительно смысложизненных представлений в пожилом возрасте.

Основные результаты:

1. Выявленные нами представления о жизненных смыслах соответствуют ценностям и доминирующим жизненным сферам, свойственным данной возрастной группе.

2. Смысложизненные представления пожилые люди видят в счастье близких, поддержании здоровья и в общении; они выступают как рационализации пройденного жизненного пути. Наличие компенсаторной функции смысла жизни коррелирует с уровнем социальной адаптации личности.

3. Имеются различия в смысложизненных представлениях у мужчин и женщин: женщины в большей степени ориентированы на сферу семейной жизни, чем мужчины, которые, наряду с семьей и воспитанием детей, видят смысл жизни в профессиональной деятельности и в приобретении общественного признания.

Приведенные сведения, включая методический инструментарий, могут быть полезны психологам при оказании психологической помощи, если проблемой клиента является кризис, связанный со смыслом жизни; социальным и медицинским работникам для оптимизации их профессиональной деятельности за счет лучшего понимания пожилых людей,

максимального поощрения их продуктивной активности, общения, психологической автономности; членам семей с пожилыми людьми для ознакомления с возрастными особенностями и проблемами престарелых, создания им психологического комфорта; всем гражданам, интересующимся проблемой смысла жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Анцыферова Л. И.* Поздний период жизни человека; типы старения и возможности поступательного развития личности // Психологический журнал. – 1996. – Т. 17. – № 6. – С. 60–71.
2. *Бороздина Л. В., Молчанова О. Н.* Особенности самооценки в позднем возрасте // Вестник МГУ. Психология. – 1988. – № 1. – С. 41–52.
3. *Краснова О. В.* «Мы» и «Они»: эйджизм и самосознание пожилых людей // Психология зрелости и старения. – 2000. – № 3. – С. 18–36.
4. Психология старости и старения. Хрестоматия: учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений / Сост. О. В. Краснова, А. Г. Лидерс. – М.: Академия, 2003. – 416 с.
5. Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности / Под ред. В. А. Ядова. – Л.: Наука, 1974. – 264 с.
6. *Тацёва А. И.* Концепция организации психологической помощи одиноким людям пожилого возраста в структуре Министерства труда и социального развития // Психология зрелости и старения. – 1998. – № 4. – С. 75–87.
7. *Тацёва А. И.* Психолог в территориальном центре // Социальное обеспечение. – 1995. – № 10. – С. 12–16.
8. *Шавкова У. Г.* Влияние понимания смысла жизни на переживание старения пожилыми людьми // Психология зрелости и старения. – 2001. – № 3. – С. 91–99.