УДК 159.922

**Отношение к проблемам старения в разном возрасте**

Анастасия Игно Гаурилюс,

кандидат психологических наук, доцент,

доцент кафедры социально-трудовых отношений

Республиканского института повышения квалификации и переподготовки работников Министерства труда и социальной защиты Республики Беларусь

Аннотация

Проблемы старости и старения в современном мире становятся глобальными, так как во многих странах отмечается существенное повышение среднего возраста жизни человека, что приводит в целом к старению населения. Специфика отношения к старости и проблемам старения в разном возрасте определяет формирование представления о старости и, тем самым, обозначает круг теоретических вопросов и определяет направления поиска возможных путей для эффективного решения различных практических задач, связанных с оказанием разнообразных видов помощи пожилым людям.

Ключевые слова: биологические теории старения; социально-психологические подходы к старению; психологические подходы к старости; отношение к старению, старости и смерти, психосоциальная помощь.

Проблемы старости и старения в современном мире становятся глобальными, так как во многих странах отмечается существенное повышение среднего возраста жизни человека, что приводит в целом к постарению населения. Специфика восприятия старости как самим пожилым человеком, так и всем обществом в целом определяет формирование представления о старости и, тем самым, обозначает круг теоретических вопросов и определяет направления поиска возможных путей для эффективного решения различных практических задач, связанных с оказанием разнообразных видов помощи пожилым людям. Интерес общества и ученых самых различных областей знаний к проблеме старения нашел отражение в создании многообразных теорий старения, которых в мире насчитывается более 200, каждая из которых затрагивает какой-то один аспект этой проблемы и таким образом может помочь определить сущность старости и старения [1]. Остановимся на рассмотрении основных теорий и подходов.

Биологические теории старения. Согласно этому направлению старение и смерть отражают функционирование и эволюцию всех живых организмов, в том числе и человека. Главная задача – понять причину и диапазон возрастных изменений. Социально-психологические подходы к старению и старости признают биологическое старение как неизбежную предпосылку. Однако в тоже время процесс старения зависит от психологического старения, то есть от того, как человек представляет себе этот процесс, какие ощущения связывает с этим процессом, а также от социального старения, от того, как он связывает старение с обществом, с выполнением социальных ролей пожилыми людьми и их поведением. Психологические подходы к старости зарождались практически в каждом направлении психологии. Они связывали проблему старения с индивидуальной ответственностью за свое существование, поиском смысла жизни, с саморазвитием, самопознанием, самореализацией, которыми человек наконец то может заняться.

В то же время, несмотря на такой интерес к проблеме старости и старения в современной науке, единая теория старения до сих пор не разработана. Российские исследования сосредоточены прежде всего на медико-биологической проблематике и выполнены преимущественно в рамках медицинской психологии. Однако в последнее время и в российской и в отечественной науке все больше появляется работ, рассматривающих практические аспекты социальной психологии старения. Связи с чем в современной науке старость принято рассматривать как биосоциопсихологическое явление.

С целью изучения биосоциопсихологических аспектов отношения к старости и старению у лиц различных возрастных групп населения был проведен опрос, который выявил следующую картину. Так для людей молодого и среднего возраста характерно практически полное отсутствие размышлений о закономерном окончании жизни – смерти. Подобные размышления появляются лишь в среднем возрасте и связаны, в основном, с ситуациями появления проблем в собственном состоянии здоровья и с появлением проблем в состоянии здоровья родителей или близких родственников или их смертью. Интересно, что даже лица пожилого возраста не так часто отмечают, что задумываются о своей смерти или возможной смерти близких людей этого возраста. Такие мысли о смерти как о неизбежном окончании жизни начинают посещать людей как обычные размышления лишь в тех случаях, когда у них существенно нарушается состояние соматического здоровья, препятствующее ведению ими привычного образа жизни, выполнению бытовых и трудовых функций. В целом можно отметить, что современному человеку свойственно не замечать такое явление жизни как смерть, старательное игнорирование факта старения и связанного с ним состояния болезни и немощи. Также можно отметить, что для достаточно большого числа респондентов характерно некое мистическое отношение к вопросу о старении, о болезнях и смерти, как будто обсуждение или рассуждение об этих вопросах само по себе может привести к тяжелому заболеванию и смерти. Такое отношение к обозначенным выше вопросам, скорее всего, делает современного человека не готовым к проблемам своего собственного старения и старения своих близких. Так, например, в беседе с молодой девушкой о том, что когда она станет старой, она поймет, как сложно выполнять такую работу, девушка сказала: «Я никогда не буду старой». На что ее коллега ответила: «Думаешь, что умрешь молодой?», чем поставила свою собеседницу в тупик. Подобное отношение к этой тематике делает человека не подготовленным к неизбежным проблемам, связанными со старением и может в последующем привести состарившегося человека к депрессии и отчаянию.

Вопросы, касающиеся психологической готовности к старению, выявили, что молодые люди в ряде случаев понимают, что благополучное старение будет зависеть от отношения к своему здоровью в молодые годы. Большинство людей молодого и среднего возраста рассчитывают на то, что с возрастом, выйдя на пенсию они смогут посвятить свою жизнь саморазвитию и самореализации. Они планируют заниматься своим здоровьем, путешествовать, проводить время в своих различных творческих увлечениях. Люди, вышедшие на пенсию хотят заниматься «работой на земле», огородами и цветниками, а также планируют помогать своим детям и внукам. Однако в возрасте после шестидесяти пяти лет, они сталкиваются с проблемой недостатки физических сил и не могут найти себе занятие по возможностям в силу недостаточного представления о своих способностях и регидных установок на то, что уже поздно чему-то учиться, что-то пробовать новое в жизни. При этом не зависимо от возраста мало кто задумывается о смысле жизни. В целом можно отметить, что для людей любого возраста характерно идеалистическое понимание своих возможностей в пожилом и старом возрасте, что скорее всего представляет собой стратегию ухода от реальности.

Наиболее благоприятная ситуация складывается в области представлений о социальном старении за счет представлений о выполнении ими социальных ролей. Молодые люди уверены, что их старость будет адекватно воспринята обществом. Однако это скорее связано не с адекватностью представлений, а с теми иллюзорными представлениями, характерными для молодости, полной сил. Людей среднего возраста беспокоит вопрос о том, как социум отреагирует на их возраст и проблемы. Люди пожилого возраста сожалеют, что общество в целом не всегда готово принять человека в возрасте и его проблемы. В то же время люди среднего и пожилого возраста все больше возлагают надежду на социальную помощь.

Таким образом, процессы старения отражаются в сознании людей в контексте трех основных подходов: биологическом, социальном и психологическом. Можно предположить, что социальный компонент представлений людей разных возрастных групп о старении находит более реалистичное отражение в сознании. Биологические и психологические аспекты старения не находят в сознании современного человека достаточно целостного и адекватного отражения. Однако, если биологические и социальные факторы старения лишь в незначительной мере зависят от самого человека, так как связаны с генетикой, состоянием соматического здоровья и историческим контекстом, то психологический фактор, связанный прежде всего с особенностями личности, может быть сформирован под воздействием общества и его инструментов воздействия на сознание человека. Научить человека и прежде всего человека молодого возраста видеть перспективы своей старости, пожилого возраста, научить относиться без негатива к предстоящим утратам психических и физических возможностей задача социально-психологической службы и общества в целом. Реалистичный взгляд на возможные проблемы пожилого возраста позволит подготовить человека к будущему, подтолкнет к бережному отношению к своему здоровью в молодости, к изучению своих интересов и возможностей, выстраиванию приоритетов в отношениях с людьми, со своими близкими и семьей, позволит избежать депрессии и других негативных последствий.

Следует учесть, что эффективный результат работы с пожилыми людьми может быть достигнут лишь в случае проведения соответствующей подготовительной социально-психологической работы с людьми молодого и среднего возраста, а также благодаря комплексным реабилитационным мероприятиям с людьми пожилого возраста. Это создает необходимость объединения медицинского, психолого-педагогического, социально-культурного, экономического и других направлений в целостную систему, ориентированную на замедление психофизиологических процессов старения и восстановление социального статуса пожилого человека в обществе. Однако именно социально-психологическая помощь может в большей мере обеспечить сохранение и восстановление социального статуса, соматического и психического здоровья пожилого человека и его интеграцию в обществе.

Список источников

1. Краснова, О.В. Социальная психология старения как основная составляющая социальной геронтологии / О.В. Краснова // Мир психологии. − 2007. − № 3. − С. 96−106.