

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Совет молодых ученых

Научно-методический отдел по работе с молодыми учеными
и специалистами университета управления
научных исследований СПбГУ

ЧЕЛОВЕК. ПРИРОДА. ОБЩЕСТВО АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

Материалы

*14-й международной конференции
молодых ученых 26–30 декабря 2005 г.*

В 2 частях

Часть II



Издательство Санкт-Петербургского университета
2006

ПЕРЕЖИВАНИЕ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫХ ПРОБЛЕМ ЛЮДЬМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

Изучение уровня актуальности экзистенциальных проблем является необходимой составляющей исследования переживания старения, поскольку пожилые люди встают на путь подведения итогов своей жизни, ее оценивания и осмысления. Актуальность проблемы поиска смысла жизни ощущается более остро в периоды жизненных кризисов. Одним из таких периодов является кризис пожилого возраста. «В пожилом возрасте ведущей деятельностью является

Рузу Е. В. — аспирант РГПУ им. А. И. Герцена (e-mail: aa321@yandex.ru)

особая внутренняя деятельность, направленная на принятие своего жизненного пути. Пожилой человек не только работает над смыслами своей текущей жизни, но и неизбежно осмысливает свою жизнь как целое»¹.

Пожилые люди сталкиваются с проблемой принятия на себя ответственности за себя и свою жизнь, что для многих пенсионеров является непривычной и сложной работой. Такая экзистенциальная проблема, как осознание и принятие конечности своего существования, наиболее остро начинает беспокоить именно на заключительном жизненном этапе, поскольку пожилой человек в силу своего возраста, скорее всего, уже сталкивался в своей жизни с потерей близких ему людей, друзей и родственников.

«Основными стрессорами людей пожилого и старческого возраста можно считать отсутствие четкого жизненного ритма; сужение сферы общения; уход от активной трудовой деятельности; синдром «опустошения гнезда»; уход человека в себя, ощущение дискомфорта от замкнутого пространства и многое другое». Еще одной из важных экзистенциальных проблем является проблема отдаленности от мира людей и от мира в целом, т. е. проблема изоляции и одиночества. «Сложность одиночества выражается в том, что пожилой человек, с одной стороны, ощущает увеличивающийся разрыв с окружающими, боится одинокого образа жизни; с другой стороны, он стремится отгородиться от окружающих, защитить свой мир и стабильность в нем от вторжения посторонних»².

В исследовании, посвященном переживанию старения пожилыми людьми, принимали участие 167 человек в возрасте от 55 до 89 лет, из которых 15 мужчин и 152 женщины. В данном исследовании мы использовали методику актуализации экзистенциальных проблем (АЭП). Применение методики позволяет измерить выраженность актуализации по четырем направлениям: (1) бессмысленность актуализации по четырем направлениям: (1) бессмысленность индивидуального существования (проблема смысла); (2) неспособность управлять собственной жизнью (проблема свободы и ответственности); (3) конечность существования (проблема смерти); (4) отдаленность от других людей и от мира в целом (проблема изоляции).

По предварительным результатам исследования, среднее значение общего уровня актуализации экзистенциальных проблем у пожилых людей является достаточно высоким. Полученный результат свидетельствует о высоком уровне актуальности экзистенци-

альных проблем для людей пожилого возраста.

На первом месте по актуальности и важности экзистенциальных проблем для пожилых людей стоит неспособность управлять собственной жизнью, т. е. проблема собственной свободы, которая связана с принятием ответственности за свою жизнь.

На втором месте находится проблема переживания и принятия конечности своего существования, которая оказалась очень актуальной для пожилых людей. Далее следует проблема переживания бессмысленности индивидуального существования, которая оказалась также очень актуальной для пожилых людей. Далее по степени актуальности экзистенциальных проблем для пожилых людей следует проблема отдаленности от других людей и от мира в целом (проблема изоляции).

При сравнении общего уровня актуальности экзистенциальных проблем видно, что уровень актуальности экзистенциальных проблем выше у женщин, чем у мужчин.

Данный результат, возможно, свидетельствует о том, что женщины более склонны задумываться над осмысленностью своей жизни в пожилом возрасте, поскольку они дольше живут и имеют возможность больше времени посвятить осознанию данных проблем, чем мужчины. Кроме того, этот факт может быть связан с тем, что мужчинам крайне затруднительно признавать у себя наличие каких-либо проблем, а в пожилом возрасте особенно, так как они в большинстве своем утратили многое из того, что они имели в зрелом возрасте (социальный статус, уважение коллег, финансовую независимость, привычный круг общения, физические возможности, внешнюю привлекательность, уверенность в себе и другое).

Отношение к собственному старению является активным элементом психической жизни в позднем возрасте. По сути, это тот принцип, по которому можно разграничить благоприятные и неблагоприятные формы психического старения. «Принятие собственного старения есть результат активной творческой работы по переосмыслению жизненных установок и позиций, переоценке жизненных ценностей». При благоприятном варианте переживания старения происходит переоценка ценностей, определяющих смысл и цель прошлой жизни, которая находит практическое выражение в утверждающемся в старости спокойном и самодостаточном образе жизни. «Появившийся впервые в старости созерцательный взгляд на самого себя, на окружающее отражает активную позицию, по-

скольку он определяет характер, форму деятельности и поведения. Созидаемая в старости новая жизненная философия служит для пожилого человека продолжением и завершением его собственного жизненного опыта»³.

При неблагоприятном варианте переживания собственного старения характер переживаний не выходит за пределы застывших представлений. В данном случае у пожилых людей могут проявляться депрессивные проекции на прошлое, идеи самообвинения или поиск виновных во всех неприятностях и бедах.

Таким образом, результаты данного исследования показали, что общий уровень актуальности экзистенциальных проблем для пожилых людей является высоким, что говорит о том, что пожилые люди, сталкиваясь с проблемами экзистенциального характера, остро переживают их и не могут самостоятельно с ними справиться.

К сожалению, данные, полученные в ходе исследования, говорят скорее о не благоприятном варианте переживания старения пожилыми людьми, при котором пожилой человек не находит практическое выражение в спокойном и самодостаточном образе жизни. Созерцательный взгляд на самого себя и на окружающий мир вызывает беспокойство и растерянность. Помочь пожилым людям в успешном и благополучном разрешении этих проблем могут психологи, которые специализируются на оказании психологической помощи в трудных жизненных ситуациях.

¹ Краснова О. В., Лидерс А. Г. Социальная психология старости М., 2002. С. 165.

² Гамезо М. В., Герасимова В. С., Горелова Г. Г., Орлова Л. М. Возрастная психология: личность от молодости до старости М., 2001. С. 61–62.

³ Шахматов Н. Ф. Старение — время личного познания вечных вопросов и истинных ценностей // Психология старости и старения. М., 2003. С. 69, 71.