

Логунцова М.А., Фролов Ю.И. Динамика самоуважения пожилого человека, проживающего в доме-интернате, в связи с повествованием его жизненного пути молодыми людьми // *Психологический журнал* Международного университета природы, общества и человека «Дубна». – 2011. – № 1. <http://www.psyanima.ru>.

Динамика самоуважения пожилого человека, проживающего в доме-интернате, в связи с повествованием его жизненного пути молодыми людьми

М. А. Логунцова, Ю. И. Фролов

Статья посвящена проблеме общения между поколениями старческого и молодого возраста и проблеме самопринятия пожилых людей. Объектом исследования являются пенсионеры, жители дома-интерната в городе Дубна. Исследование проводилось совместно с пятью добровольцами, которые общались с пожилыми людьми по парам и проводили совместное обсуждение, рассказывая о жизни пожилого человека. Работа вносит дополнительный вклад в исследования психологии возраста поздней зрелости и практической работы с пожилыми.

Ключевые слова: геронтопсихология, пожилые люди, самооценка, самопринятие.

Актуальность темы исследования

Внимание психологов и социологов к проблемам пожилого возраста неуклонно возрастает. За последние несколько десятилетий появилось много работ, посвященных старости, геронтологии, геронтопсихотерапии и т.п. Одна из проблем, выявленная социологами и психологами, состоит в снижении количества и качества взаимодействия между поколениями молодых и пожилых, что, с одной стороны, по их мнению, является нормальным переходным процессом общества [41], а с другой стороны, влечет за собой практические последствия – необходимость адаптации поколений к новой обстановке.

Молодежь не имеет ясного представления о жизни старшего поколения и часто драматизирует их социальное положение, порождая предрассудки и создавая стереотипы (ср. эйджизм), что, в свою очередь, проецируется на межпоколенные взаимоотношения. Анализ литературы показал, что стереотипы пожилых, как правило, амбивалентны. Например, одновременно можно встретить аттитюд «умственные способности стариков ухудшаются» и «мудрый старец». Разнообразие стереотипов зависит от психологических особенностей молодежи, например, аттитюд мудрого старца связан со страхом смерти [15]. Сами пожилые нередко разделяют те или иные стереотипы, многие из них под влиянием общественного мнения поддерживают стереотипные представления о себе. Это связано с их потребностью сохранить имеющуюся власть и уважение среди людей после выхода на пенсию.

Молодежь ориентируется на своих «успешных» сверстников, а пожилым людям все чаще приходится доживать свою жизнь в домах-интернатах, так как увеличение продолжительности жизни влечет за собой увеличение времени ухода за пожилыми. Все чаще люди предпочитают помещать своих престарелых бабушек и дедушек в дома-интернаты, особенно когда физически они сами не могут о себе позаботиться.

В доме-интернате (в идеале) старики окружены заботой и уходом, персонал следит за их здоровьем, питанием, опрятностью, но также они должны решать задачи адаптации к новым условиям жизни, к новой комнате, соседям, новым людям, с которыми нужно налаживать общение, и иногда это не удается в желаемой форме. Персонал бывает не подготовленным психологически и теоретически, и это создает большие проблемы как для самих стариков, так и для персонала [48].

Люди, живущие в домах-интернах, оказываются, с одной стороны, в комфортных условиях для жизни, но, с другой стороны, они находятся в ситуации ограничений, прежде всего в социальных контактах с другими поколениями. Анализ литературы, прежде всего зарубежных авторов, таких как Гуггельбюль-Крейг [15] и Моник Пеллерен [45], и отечественных современных исследователей, показал, что главным этапом развития человека на этапе поздней зрелости является принятие им своей жизни, принятие потерь, утрат и нахождение позитивной стороны сложившейся жизненной ситуации.

Пребывание в общежитии нередко лишает пожилых людей общения с современниками моложе их, что значит для них отсутствие живого общения с подрастающим поколением и знаний о том, как они живут, что они думают, что делают их родственники и т.п. В связи с тем, что наблюдение за движениями в обществе, развитием государства, культуры и т.п. из источников СМИ для многих пожилых является в силу психофизиологических изменений трудностью, живое общение является той деятельностью, которая помогает целостней пережить, переосмыслить пожилым людям свою собственную жизнь, то есть решить задачу возраста – **самопринятия**.

В данной работе под самопринятием понимается процесс перестройки структуры Я-концепции пожилого человека, куда включаются различные стороны самооценки, самоуважение и т.п., сопровождающийся позитивной самоидентификацией. Самоуважение как структура, ответственная за самопринятие, состоит из множества самооценок различного содержания. Процесс **самопринятия** – когда старики не просто знают об изменениях в своей жизни, но, признают их, переоценивают так, что пробуют построить совершенно иную свою жизнь в семье или доме-интернате. Известно, для того чтобы найти свое место в жизни, необходимо знать, в какую сторону направляться. Для того чтобы пожилым было легче принять свою старость и определить свои новые задачи, им нужно не просто адаптироваться в доме-интернате и узнать о жизни других пожилых. Им необходимо сориентироваться во всем обществе, пообщаться, прочувствовать, прожить совместно с новым поколением. Попытка помочь пожилым людям принять свою жизнь через написание повествования их жизненного пути молодым поколением и совместным обсуждением – является целью данной работы.

Цель нашего исследования состоит в изучении динамики самоуважения пожилых людей из дома-интерната в связи с повествованием молодыми людьми их жизненного пути. В результате анализа литературы были сформулированы следующие гипотезы:

Гипотеза 1: Благодаря беседе (молодой человек с пожилым) по поводу значимых событий в жизни пожилого человека и презентации его жизненного пути молодыми людьми самоуважение стариков, проживающих в доме-интернате, будет возрастать.

Гипотеза 2: Характеристики самооценки будут меняться в сторону принятия собственной жизни.

Данная работа дополняет множество исследований проблемы пожилых людей, проживающих в домах-интернатах [3, 11, 12, 29–36, 42, 46-49 и т.д.].

Метод

Объектом исследования были 5 пожилых неработающих пенсионеров, проживающих в доме-интернате «Рождественский» города Дубны, в возрасте от 65-86 лет (2 женщины и 3 мужчины). В исследовании участвовала также группа добровольцев: молодых девушек (5 человек) в возрасте от 17-19, студенток кафедры «Психология» Международного университета природы, общества и человека университета «Дубна» (1 курс).

Методики:

1. Опросник самоуважение М. Розенберга

Это популярный опросник для исследования самоуважения [44]. Несмотря на уже сорокалетнюю историю данной методики, она до сих пор не стандартизирована для отечественной выборки. Текст опросника:

1. Я чувствую, что я достойный человек, по крайней мере, не менее, чем другие.
2. Я всегда склонен чувствовать себя неудачником.
3. Мне кажется, что у меня есть ряд хороших качеств.
4. Я способен кое-что делать не хуже, чем большинство.
5. Мне кажется, что мне особенно нечем гордиться.
6. Я в целом к себе хорошо отношусь.
7. В целом я удовлетворен собой.
8. Мне хотелось бы больше уважать себя.
9. Иногда я ясно чувствую свою бесполезность.
10. Иногда я думаю, что я во всем нехорош.

Опросник предполагает 4 градации ответов: «полностью согласен», «согласен», «не согласен», «абсолютно не согласен». В бланке ответов они обозначены соответственно 1, 2, 3 и 4. При обработке результатов каждому ответу испытуемого присваивается балл от 1 до 4 в соответствии с этими четырьмя градациями. При таком способе обработки данных чем ниже балл по ответам, выражающим самоуважение, тем выше показатель самоуважения. Напротив, чем выше балл по ответам, выражающим самоуничижение, тем ниже показатель самоуничижения. В ходе проведения исследования опросник давался вербально.

2. Методика «Личностный дифференциал» (ЛД) (адаптация сотрудников психоневрологического института им. Бехтерева В.М.)

Методика адаптирована сотрудниками психоневрологического института им. В. М. Бехтерева. Из толкового словаря русского языка Ожегова были отобраны 120 слов, обозначающих черты личности. Из этого исходного набора отобраны черты, в наибольшей степени характеризующие полюса 3-х классических факторов семантического дифференциала: **оценки, силы, активности.**

В ЛД отобрана 21 личностная черта. Опросный лист составлен из списка личностных черт, которые разделены по полюсам «+» и «-», между ними находится шкала баллов от 0 до 3, идущая в две стороны. Для того, чтобы обработать данные необходимо посчитать набранные баллы по трем факторам и по полюсам. Максимальное количество баллов на один полюс равно 21. В инструкции предлагалось определить себя и свое состояние на данный момент.

1.	О	+	Обаятельный	3	2	1	0	1	2	3	Непривлекательный	-
2.	С	-	Слабый	3	2	1	0	1	2	3	Сильный	+
3.	А	+	Разговорчивый	3	2	1	0	1	2	3	Молчаливый	-
4.	О	-	Безответственный	3	2	1	0	1	2	3	Добросовестный	+
5.	С	+	Упрямый	3	2	1	0	1	2	3	Уступчивый	-
6.	А	-	Замкнутый	3	2	1	0	1	2	3	Открытый	+
7.	О	+	Добрый	3	2	1	0	1	2	3	Эгоистичный	-
8.	С	-	Зависимый	3	2	1	0	1	2	3	Независимый	+
9.	А	+	Деятельный	3	2	1	0	1	2	3	Пассивный	-
10.	О	-	Черствый	3	2	1	0	1	2	3	Отзывчивый	+
11.	С	+	Решительный	3	2	1	0	1	2	3	Нерешительный	-
12.	А	-	Вялый	3	2	1	0	1	2	3	Энергичный	+
13.	О	+	Справедливый	3	2	1	0	1	2	3	Несправедливый	-
14.	С	-	Расслабленный	3	2	1	0	1	2	3	Напряженный	+
15.	А	+	Суебливый	3	2	1	0	1	2	3	Спокойный	-
16.	О	-	Враждебный	3	2	1	0	1	2	3	Дружелюбный	+
17.	С	+	Уверенный	3	2	1	0	1	2	3	Неуверенный	-
18.	А	-	Нелюдимый	3	2	1	0	1	2	3	Общительный	+
19.	О	+	Честный	3	2	1	0	1	2	3	Неискренний	-
20.	С	-	Несамостоятельный	3	2	1	0	1	2	3	Самостоятельный	+
21.	А	+	Раздражительный	3	2	1	0	1	2	3	Невозмутимый	-

3. Вербальная диагностика самооценки личности (Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М.)

Опросник состоит из 32 утверждений, по каждому из которых надо дать ответ «очень часто», «часто», «редко» или «никогда» в зависимости от того, насколько свойственны респонденту мысли, описанные в тесте. Подсчет баллов производится по схеме: «очень часто» - 4 балла, «часто» - 3, «редко» - 2, «никогда» - 0. Каждому ответу присуждается балл и подсчитывается сумма всех баллов. Значение баллов:

- 0-25 баллов свидетельствуют о *высоком уровне* самооценки, при котором человек, как правило, уверен в себе, правильно реагирует на замечания других и редко сомневается в необходимости своих действий.
- 26-45 баллов – показатель *среднего уровня* самооценки, человек редко страдает комплексом неполноценности, лишь время от времени старается подстроиться под мнение других людей.
- 46-128 баллов – *уровень самооценки низкий*, человек болезненно переносит критические замечания, не уверен в себе.

Этот опросник также предлагался вербально.

Методы влияния:

1. Методика «Значимые события жизни»;

Метод «**Значимые события жизни**» является модификацией Т.Н. Розовой [52] методики Коржовой Е.Ю. «Психологическая автобиография». Этот метод позволяет разрядить накопившиеся эмоции больных стариков, «выговориться» и говорить при этом о собственной жизни, подводя некоторые итоги и исследуя причинно-следственные связи событий.

Процедура проведения этого метода следующая: в беседе с пожилым человеком доброволец задает вопрос «Назовите мне 5 значимых событий собственной жизни. Они

могут быть как позитивными, так и нет». По мере развития беседы задача добровольца выяснить не менее 20-25 значимых событий и зафиксировать основные для пожилого моменты, в которых пожилой человек, рассказывая о событиях, переоценивает свою жизнь. На основе этой беседы в дальнейшем строится презентация – рассказ о жизни этого пожилого человека.

Групповая презентация молодыми людьми жизненного повествования своего пожилого человека;

Заключительная работа в группе всех участников исследования проводилась в виде чаепития в общей комнате дома-интерната. Добровольцы рассказывали подготовленную свою презентацию о своем пожилом человеке, а остальные участники слушали и обсуждали: хвалили, подтверждали или опровергали то, что говорит доброволец. Добровольцы в конце работы писали самостоятельные отчеты о проведенных беседах с своими пожилыми, в которых нужно было отразить личность пожилого, свои чувства во время беседы, что нового для них дало общение с пожилыми человеком [приложение 1].

Процедура

Замер самоуважения и самооценки был произведен два раза: до проведения метода «Значимые события жизни» и презентации жизненного пути пожилого человека в кругу всех участников (I этап) исследования и после этого (II этап).

Практическая же работа с пожилыми людьми заключалась в трех этапах:

На первом этапе, группа девушек-добровольцев в рамках знакомства разделились с пожилыми на пары и проводили с ними первую батарею опросников, выбранных в данном исследовании. *На втором этапе* девушки проводили беседу по методу «Значимые события жизни». *Третий этап* проходил в виде общего чаепития, где собрались все пары. Во время непринужденной беседы добровольцы в виде рассказа-презентации говорили о своих пожилых, о том опыте, который они им передали, о той жизни, которую рассказали, особенно отмечая позитивные качества их личности, их теперешнего настроения и состояния.

1 этап	2 этап	3 этап	4 этап
Знакомство добровольцев с пожилыми людьми	Беседа добровольцев и пожилых по методике «Значимые события жизни»	Групповая презентация добровольцами своих рассказов о пожилых людях (совместное чаепитие)	
Первый замер самооценки и самоуважения			Второй замер самооценки и самоуважения

Результаты

Начальный уровень самоуважения (по опроснику Розенберга) у всех пожилых было выше среднего – самый низкий результат 24 балла. Сравнение повторных замеров самоуважения (см. рис. 1) с начальным уровнем показал, что у четырех из 5 участников наблюдалось увеличение самоуважения, что почти подтверждает первую гипотезу: у четырех из пяти пожилых людей изменения самоуважения произошли в предполагаемом направлении. У лиц старше 70 лет (первый и второй номер на рис. 1) имело место небольшое увеличение самоуважения: у женщины 86 лет на I этапе было 26 баллов, а на II этапе – 27 баллов, у мужчины 70 лет на первом этапе было 33 балла, на втором – 34. Еще у двух

участников, возраст которых составлял 62 и 57 лет, уровень самоуважения увеличился на 4 и 2 балла (третий и четвертый номер на рис. 1).

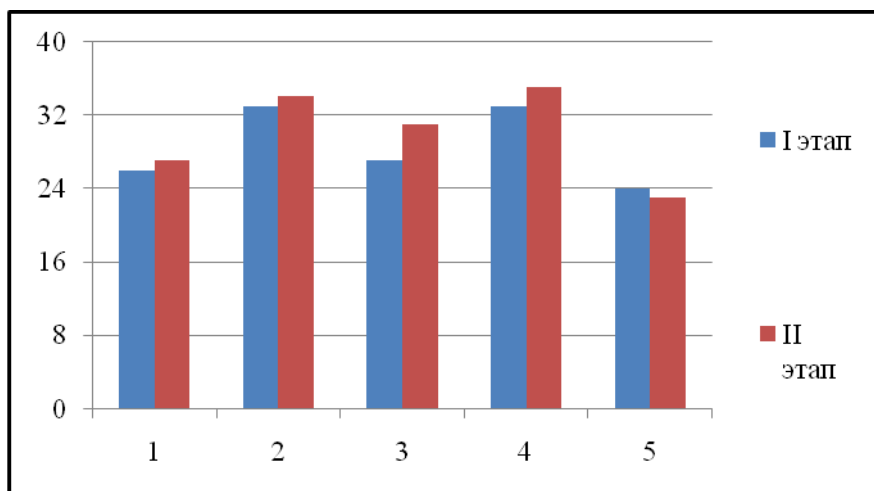


Рис. 1. Результаты исследования самоуважения до проведения совместной деятельности с молодыми людьми (I этап) и после (II этап)

У пятой исследуемой (65 лет) произошло снижение самооценки. Причинами является ухудшение ее здоровья: пожилая женщина сильно заболела во время исследования, часто отказывалась принимать участия в беседе с добровольцем и приходилось долго ждать ремиссии, когда она могла уделить время. В совместном чаепитии она не принимала участия – ее увезли в больницу. Из-за плохого ее самочувствия с ней не удалось провести беседу по методу «Значимые события жизни». Поэтому результаты данного участника можно рассматривать как контрольные, то есть мы и не должны ожидать у нее тех же изменений, что у остальных.

Результаты исследования вербального опросника самооценки (Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М.) представлены на рис. 2 (оцениваемый в данной методике показатель связан с самооценкой обратной зависимостью, то есть чем меньше набрано баллов испытуемыми, тем выше уровень их самооценки).

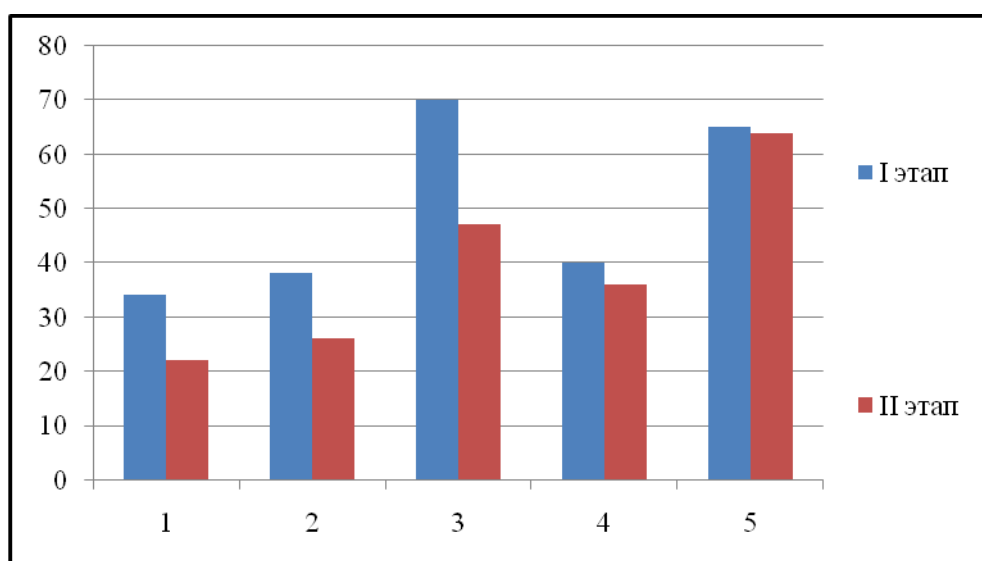


Рис. 2. Результаты исследования самооценки по методике «Вербальный опросник самооценки»

Из рис. 2 видно, что на втором этапе самооценка у всех пожилых людей возросла. Самое большое изменение выявилось у пожилого, который на рис. 2 находится под номером три. Уровень его самооценки на I этапе равнялся 70 баллам – очень низкая самооценка. После проведения совместной презентации его самооценка повысилась (47 баллов) и почти достигла границы диапазона средней самооценки (26 – 45 баллов). Такое улучшение можно объяснить особенностями личности этого пожилого: его интровертностью, замкнутостью, необщительностью, которые наблюдались в ходе практической работы [см. в Приложении 2 психологический портрет № 3]. Вероятнее всего, до этого события (до исследования) он мало тратил время на общение, знакомства с другими пожилыми, в том числе и с теми, которые участвовали в исследовании. Возможность услышать о других жителях интерната помогла ему улучшить свою самооценку.

У пожилых старше 70 лет (на рис. они находятся под номерами 1-2), у которых наблюдалось стабильное самоуважение по результатам методики Розенберга, самооценка изначально была на среднем уровне, а в конце исследования стала «высокой».

Индивидуальные значения каждого из трех факторов, оцениваемых с помощью методики «Личностный дифференциал» можно увидеть на приведенных ниже рисунках (рис. 3, 4, 5). Нормативно эти три фактора интерпретируются следующим образом:

- *Оценка* условно показывает отношение человека к самому себе, его самоуважение.
- *Сила* является показателем степени уверенности в себе.
- *Активность* показывает экстравертированность личности.

Результаты, представленные на рис. 3, говорят о том, что по методике «Личностный дифференциал» уровень отношения к себе у исследуемых пожилых людей не изменился. Исключение составляет лишь исследуемая пожилая женщина под условным номером 5, о причинах этого мы уже упоминали выше.

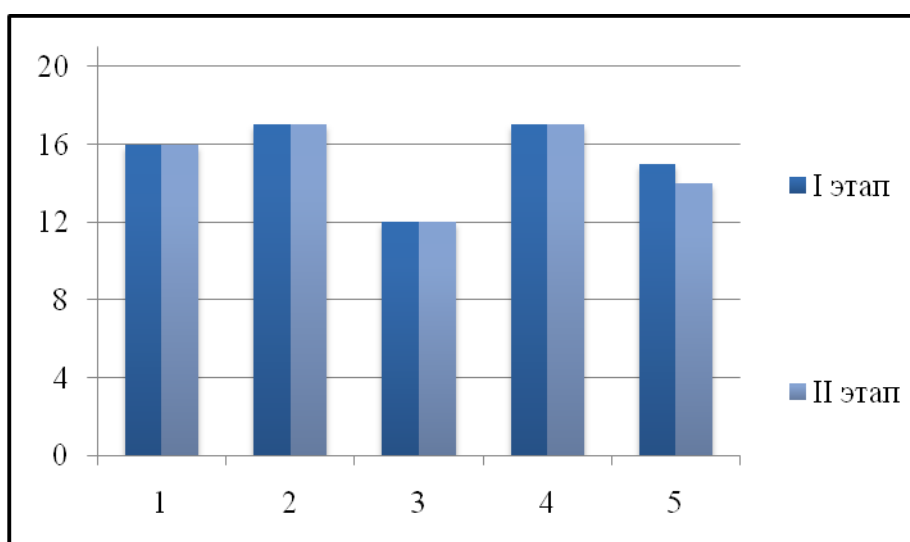


Рис. 3. Индивидуальные значения по фактору «Оценка» (методика «Личностный дифференциал»)

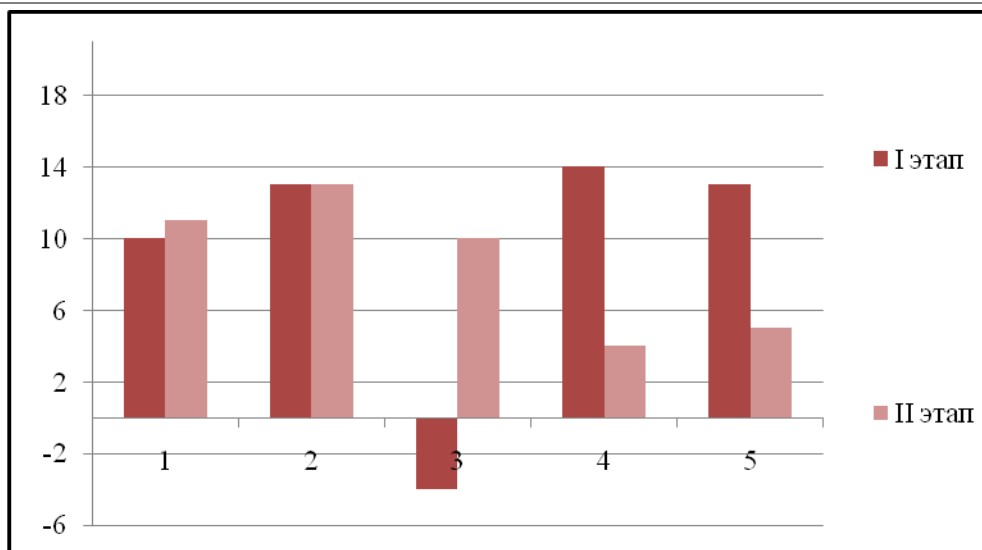


Рис. 4. Индивидуальные значения по фактору «Сила» (методика «Личностный дифференциал»)

Результаты, показанные на рис. 4, свидетельствуют о существенных позитивных изменениях фактора сила у двух исследуемых пожилых людей (испытуемые 3 и 4). Опираясь на психологические портреты этих испытуемых (см. приложение 2) и на значения фактора «сила», можно предположить, что на первом этапе исследования их результаты не в полной мере отражали реальные черты личности (напр., испытуемый 3 вел себя так, чтобы вызвать у молодых людей жалость, сочувствие и внимание). На II этапе результаты оказались совершенно другими, более соответствующими реальной картине их самоощущения. Возможно, что влияющим фактором здесь послужило возросшее к концу эксперимента доверие по отношению к исследователю.

С другой стороны, снова наблюдается картина более устойчивых показателей у исследуемых пожилых старше 70 лет. Несмотря на улучшенное доверие, их уверенность в себе существенно не изменилась, что, вероятно, свидетельствует о более полном принятии своей жизни и самого себя.

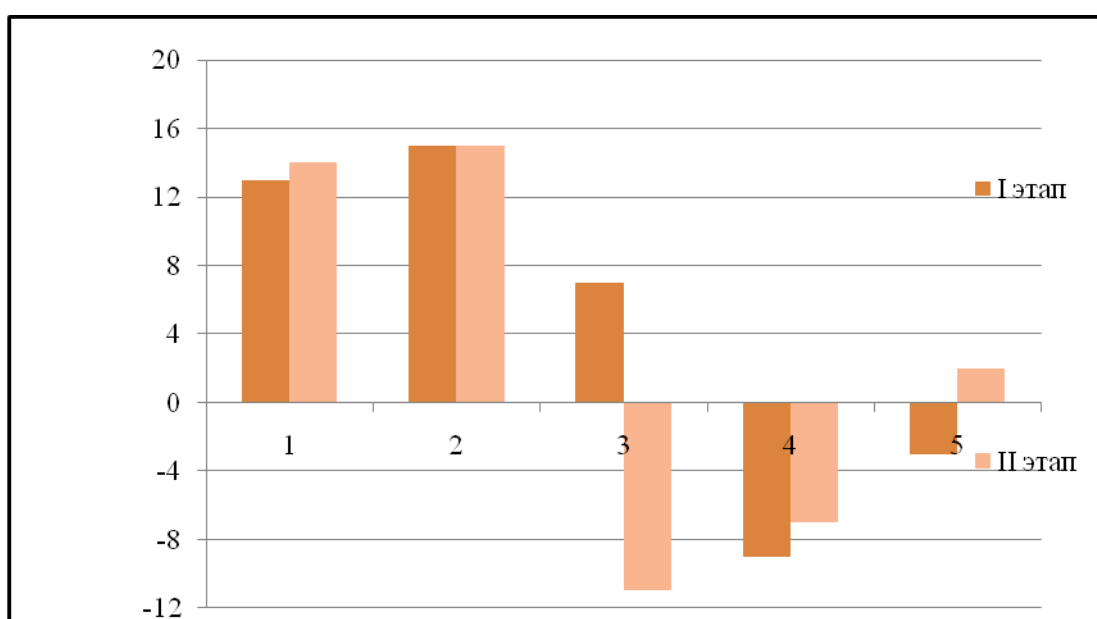


Рис. 5. Индивидуальные значения по фактору «Активность» (методика «Личностный дифференциал»)

На рис. 5 приведены индивидуальные значения по фактору «Активность». Снова наблюдается характерная и для других вышерассмотренных показателей картина изменений: нулевые или небольшие у пожилых людей старше 70 лет и более значительные изменения у испытуемых 3 и 4. У исследуемого пожилого человека 3 выявлены существенные изменения экстраверсии в сторону интроверсии (от +7 до -11 баллов). Мы опять-таки это изменение можем интерпретировать как сдвиг к более адекватной оценке себя в результате эксперимента, что также подтверждает вторую гипотезу – об изменении в сторону принятия своей личности, себя на данный момент.

Таким образом, полученные результаты подтверждают обе гипотезы, выдвинутые в данном исследовании. Уровень самоуважения по методике Розенберга увеличился на II этапе у всех исследуемых пожилых людей, проживающих в доме-интернате, кто участвовал в совместном чаепитии и слушал рассказ-презентацию о себе от своего добровольца (4 из 5 пожилых). На основе полученных результатов при исследовании самооценки пожилых людей по методике «Личностный дифференциал» можно утверждать, что вторая гипотеза частично подтверждена: у двух исследуемых пожилых произошло принятие своих личностных качеств, что подтверждает изменения в представлении о себе. У двух других пожилых (более старшего возраста) эти изменения не произошли, что можно объяснить их изначально достаточно высоким уровне принятия своей жизни и самого себя.

Проведенный в конце исследования опрос добровольцев об их мнении по поводу методик и общения с пожилыми людьми из дома-интерната [Приложение 1] позволяет в дополнение к выводу о благоприятном влиянии молодых на пожилых, сделать также вывод о положительном влиянии пожилых на молодежь. Всем молодым волонтерам было «интересно», несмотря на трудности общения («сложно было понять, но в целом разговор удался»), кто-то был в восторге и захотел почаще навещать своего пожилого, другой был рад, что познакомился с таким человеком (ветераном Второй Мировой Войны). Общение с пожилыми людьми, вероятно, дало им полезный жизненный опыт. Так, девушка, которая общалась со вторым пожилым человеком, пишет: «Для себя я узнала то, что было важным для человека 60 лет назад. Это заставляет задуматься о жизни» [Приложение 1].

Говоря о значении молодежи в данной работе, можно пойти, как говорят в математике, «от обратного». Представим, что данную работу делают сотрудники интерната (медицинские сестры или социальные работники) или психологи в возрасте от 30 до 40 лет. Они, используя свои уже наработанные навыки и умения общаться, вряд ли бы смогли создать подходящую атмосферу для непосредственного, доверительного и неформального общения. Эмоциональная атмосфера во время группового обсуждения была настолько доброжелательной и располагающей, что внезапно все начали петь! Возможно, что в случае со взрослыми сотрудниками интерната у пожилых пропала бы искорка, которая приближает их к детству – это важная часть работы с пожилыми людьми [15]. Следовательно, так или иначе, но молодежь дает нужный тонус, мотив, атмосферу для пожилых людей.

По результатам исследования были сделаны следующие выводы:

1. Полученные данные частично подтверждают обе гипотезы, выдвинутые в данном исследовании. Самоуважение увеличивалось, но это подтвердили две из трех используемых методик. Самооценки изменились в стороны принятия себя, своих личностных черт у двух из 5 исследуемых.
2. Было выявлена устойчивость самоуважения и самооценки у лиц старше 70 лет. Возможно, причинами этого является более сформированные механизмы психологической защиты (витаукты), или же у пожилых имеется устойчивое ядро личности [45].
3. Для молодежи все еще актуальны вопросы, связанные с общением с бабушками и дедушками, через которое они понимают себя, принимают и познают, то есть решают свои актуальные задачи.

Полученные результаты и дальнейшие исследования этих вопросов откроют новые возможности взаимодействия для жителей домов-интернатов и молодежи, которая на данном этапе развития общества в России ищет поддержку, знания, опыт работы, социальную устойчивость. Возможно, расширение программы социальной и психологической работы с пожилыми людьми привлечет поток добровольцев.

Благодарности

Пользуясь случаем, выражаю свою глубокую благодарность сотрудникам дома-интерната за помощь в организации совместного чаепития и за поддержку в процессе проведения всего исследования. Кроме того, выражаю благодарность студентам-волонтерам за активное участие в эксперименте.

Литература:

1. Абрамова Г.С. Психология человеческой жизни: исследования геронтопсихологии. - М., 2002. – 224 с.
2. Альдохина Е.Н. Стереотипные представления детей и подростков о пожилых людях // Психология зрелости и старения. – 2002. – осень. – С. 63 – 88.
3. Анцыферова Л.И. Психология старости: особенности развития личности в период поздней взрослости // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22. - №3. – С. 86 – 99.
4. Анцыферова Л, И. «Новые стадии поздней жизни: время теплой осени или суровой зимы?»// Психологический журнал, 1994. Том 15 №3 – С. 99-105.
5. Балабанова Е. С. «Социально-экономическая зависимость пожилых», хрестоматия по психологии старости под ред. Д.Я. Райгородского. БАХРАХ-М., 2004. – 736 с.
6. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности // Вопросы психологии. – 1989. - №1.
7. Белинская Е.П., Тихомандрицкая О.А. Социальная Психология: Хрестоматия: Аспект-Пресс, 1999
8. Берн Э. Игры, в которые играют люди. (Психология человеческих взаимоотношений) М.: ЭКМО-ПРЕСС, 2001.
9. Божович Л.И. Проблемы формирования личности - М.: Воронеж, 1997.
10. Большой психологический словарь // Сост. и общ. ред. Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. М.: Олма- Пресс, 2003
11. Бороздина Л.В. Теоретико – экспериментальное исследование СО. //Автореферат диссертации на соискание степени доктора психологических наук. -М., 1999.
12. Бороздина Л.В., Молчанова О.Н. Особенности самооценки в позднем возрасте // Психология старости и старения. Хрестоматия: Учеб. пособие. Сост. Краснова О.В., Лидерс А.Г. – М., 2003. - 413 с.
13. Возрастная психология: личность от молодости до старости. Учеб. пособие / М.В. Гамезо, В.С. Герасимова, Г.Г. Горелова, Л.М. Орлова. - М., 1999. – 270 с.
14. Выготский Л.С. Психология развития человека. — М.: Изд-во Смысл; Эксмо, 2005.
15. Гуггенбюль-Крейг Адольф Наивные старцы. Анализ современных мифов. – Б.С.К.: СПб – 1997 – 96 с.
16. Гудков Н.В. Сравнительный анализ жизненных приоритетов разных поколений // Психология зрелости и старения. – 2003. – зима. – С. 25-34.
17. Елдышова О.А. Самоуважение как компонент Я – концепции. // Наука и образование: Материалы 6 Международной научной конференции 2–3 марта. 2006 г.: В 4 ч. – Белово, 2006. – Ч. 4. – с. 286–290 [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://flogiston.ru/articles/general/samoyvazhenie>

18. Ермолаева М.В. Психология зрелого и позднего возрастов в вопросах и ответах: уч. пособие. – М., 2004. – 280 с.
19. Журбин В.И. Понятие психологической защиты в концепциях З.Фрейда и К.Роджерса // Вопросы психологии. 1990. - №4. - С.14-23.
20. Захарова Л. Н., Колосова В.В. «Вынужденные социальные роли пожилых людей и их влияние на психологический климат в обществе» // Хрестоматия по психологии старости под ред. Д. Я. Райгородского. БАХРАХ-М., 2004. – 736 с.
21. Здравомыслова О., Качалова Ю. и др. Старшее поколение в современной России. Статистика, исследования, общественные организации. М., 1999. – 80 с.
22. Иванова В.В. Общие вопросы самосознания личности, 2002. – 50 с. [Электронный ресурс] — Режим доступа: <http://psylib.org.ua/books/ivanov01/index.htm>
23. Карль Ф. Поколения и общество: межпоколенные программы // Психология зрелости и старения. – 2003. – лето. – с. 113-137.
24. Карелин А. Большая энциклопедия психологических тестов, Эксмо, 2007.
25. Кон И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание.- М.: Политиздат, 1984.
26. Кон И.С. Социологическая психология: Избр. психол. тр. - М.; Воронеж, 1999. – 560 с.
27. Коротчик Н. А. Старость как культурно-исторический феномен: опыт философского исследования: автореф., дисс., СПб., 1995.
28. Крайг Г. Психология развития. - СПб.; М., 2000. – 992 с.
29. Краснова О.В. Социально-психологические вопросы старения // Журнал практического психолога. – 1997. - № 3. – С. 3 – 19.
30. Краснова О.В. Пожилые люди в России и отношение к ним // Психология зрелости и старения. – 2003. – осень. – С. 5-16.
31. Краснова О.В. Пожилые люди в своей семье // Психология зрелости и старения. – 2002. – осень. – С. 5– 62.
32. Краснова О. В. «Личность пожилого человека: социально-психологический подход», автореф. дис. д-ра психол. наук О. В. Краснова. — М., 2006.
33. Краснова О. В. «Стереотипы и аттитюды к пожилым людям», М. : Прометей, 2004. – 304 с.
34. Краснова О.В. Роль бабушки: сравнительный анализ // Психология зрелости и старения. – 2000.- №2.- С. 89-114.
35. Краснова О.В., Лидерс А.Г. Социальная психология старения: Учеб. пособие. - М., 2002. – 288 с.
36. Краснова О.В., Лидерс А.Г. Психология старости и старение: Учеб. пособие – М., 2003. - 413 с.
37. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность, М.: Смысл, 2005. – 352 с.
38. Логунцова М.А. Анализ мотивационно-потребностной сферы пожилых людей в контексте процесса социализации. Бакалавр. раб. Дубна, 2009.
39. Луков В. А. Молодежь и проблема культурных констант // Знание. Понимание. Умение.- 2008.- №3- С. 11 – 17.
40. Маслоу А. Мотивация и личность / Пер. с англ. - СПб.: Питер, 2006. - 352 с.
41. Мид М. Культура и мир детства: избр. произведения. М.: Наука. - 1988.- с. 361.
42. Молчанова О.Н. Самооценка: стабильность или изменчивость? // Журнал Высшей Школы Экономики. Т3. – 2006. - №2.- С. 23-51.
43. Обухова Л.Ф. Детская (возрастная) психология. М., 1996. – 374 с.
44. Общая психодиагностика под ред. Бодалева А.А., Столина В.В. – СПб.: Речь, 2000.
45. Пеллерен М. Психосинтез, М.: АСТ, - 2004. – 160 с.

46. Поднебесная Е.Б. Некоторые вопросы адаптации пожилых людей к условиям дома-интерната // материалы Российской научно-практической конференции «Медико-социальная помощь пожилым людям». – М.: ФЦЭРИ, 2002, - С.154-156.
47. Поднебесная Е.Б. Особенности эмоционального состояния лиц позднего возраста, проживающих в условиях дома-интерната // Психология зрелости и старения, №2 (18), лето. – 2002. - С. 77-84.
48. Поднебесная Е.Б., Дементьева Н.Ф. Общение как одна из форм деятельности в пожилом возрасте // Психология зрелости и старения, №4, зима. – 2002. - С.63-67.
49. Поднебесная Е.Б. Особенности эмоционального состояния лиц поздних возрастов, проживающих в различных социальных условиях (условия дома-интерната и ситуация одинокого проживания в домашних условиях). Автореф. канд. дисс. М. 2006.
50. Психология человека от рождения до смерти: младенчество, детство, юность, взрослость, старость / Под общ. ред. А.А. Реана.- СПб.; М., 2002. – 656 с.
51. Психология возрастных кризисов: Хрестоматия сост. К.В. Сельченко. М., 2002. – 560 с.
52. Розова Т.Н. «Значимые события» как метод психологического консультирования пожилых людей // Психология старости и старения. Хрестоматия: Учеб. пособие. Сост. Краснова О.В., Лидерс А.Г. – М., 2003. - 413 с.
53. Смелзер Н. «Возраст и неравенство» // Хрестоматия по психологии старости. Сост. Д.Я. Райгородский, 2004. – С. 85–87.
54. Стюарт-Гамильтон Я. Психология старения. - СПб., 2002. – 256 с.
55. Суворов С.А. Основы философии жизни // Очерки реалистического мировоззрения. Тип. Монтвида, 1905. - с. 24.
56. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., 2002, С. 48-49.
57. Филд Д. Социальные связи в старости: результаты боннского и берклинского лонгитюдных исследований // Психология старости и старения. Хрестоматия: Учеб. пособие. Сост. Краснова О.В., Лидерс А.Г. – М., 2003. - 413 с.
58. Фролькис В.В. Старение и увеличение продолжительности жизни, Наука, 1988. -241 с.
59. Эльконин Б.Д. Психология развития.- М., 2001. – 143 с.
60. Эльконин Б.Д. Детская психология. – Академия, 2008. – 384 с.
61. Юнг К.Г. Аналитическая психология. Прошлое и настоящее. Сост. В. Зелинский, А. Руткевич. - Сб. ст. М.: Мартис, 1995. – 309 с.
62. Baltes M. M. The psychology of the oldest-old: The fourth age. *Current Opinion in Psychiatry*, 1998. – pp. 411-418.
63. Diener E., & Suh M.E. Subjective well-being and age: An international analysis. In K. W. Schaie & M. P. Lawton (Eds.), *Annual review of gerontology and geriatrics: Vol. 17. Focus on emotion and adult development*. New York: Springer-Verlag, 1997.
64. Ekerdt D., Pinick B., & Bosse R. Orderly endings: Do men know when they will retire? // *Journals of Gerontology*, 1989, 44, s. 28-S35.
65. Heidrich S.D., & Ryff C.D. The role of social comparisons processes in the psychological adaptation of elderly adults. *Journals of Gerontology*, 1993, 48, pp. 127-136.

Приложение 1.

Отчеты от добровольцев

Отчет №1 (пожилой 1)

Мне было приятно общаться с такой позитивной, очень веселой женщиной. Она – настоящий герой войны! Она спасала раненых и работала там медицинской сестрой, помогала закапывать трупы – это было страшно, но она говорит, что «все прошлое, я горжусь собой, тем, что я делала для людей». И сейчас она сохранила свой позитивный настрой.

В молодости Надежда Федоровна (*имя изменено*¹) много где работала. Больше всего ей запомнились моменты работы в столовой. Она очень любит петь и танцевать. Так вот, приезжающие в город N, заходя поесть в столовую, обязательно пели ей новую песню. «Мы тебе новую песню привезли. Такую ты еще не знаешь». И пели всей столовой!

В доме-интернате ей нравится. Здесь она продолжает петь песни и заряжать позитивом всех жителей. Несмотря на свой возраст (86 лет), она полна сил и энергии: «Конечно, сейчас старая я уже, но все еще могу петь и веселиться. Мне все здесь нравится и я всем в жизни довольна». Надежда Федоровна всем говорит комплементы и просто старается всегда смотреть на все с позитивом. Я очень рада. Что мне удалось пообщаться с таким человеком. Очень хочу еще раз сходить в интернат и попить с ней чаю.

Отчет №2 (пожилой 2)

Во время беседы были только положительные эмоции. Интересно было узнавать о чем-то интересном для другого человека, из его жизни. Беседа шла спокойно, размеренно.

Я узнала, как менялись человеческие ценности с течением времени. Увидела разницу в поколениях. Интересным в общении мне показалось то, как перетекает разговор из одной темы в другую, какие при этом испытываются эмоции. Владимир Петрович все говорит спокойно, с улыбкой. Вспоминает события и испытывает умиление за свои неудачи, радость за то, что он много в жизни достиг.

Он очень гордится собой, что стал хорошим спортсменом и в старости сохранил здоровье. Также он гордится, что он здесь один образованный, читает много и ему это нравится. Нравится узнавать про других людей. «Есть время заняться собой, почитать, погулять».

Для себя я узнала то, что было важным для человека 60 лет назад. Это заставляет задуматься о жизни.

Отчет №3 (пожилой 3)

Приятные чувства испытывала, общаясь с Валерием Иосифовичем, с человеком, прошедшим главные этапы своей жизни. Хотя еще чувствовалась некоторая неловкость, но она была преодолена со временем. Было весело с ним общаться. Он рассказывал самые смешные моменты жизни. Когда я спросила о неприятных, он все равно рассказывал об этом с улыбкой.

Я поняла, что ему катастрофически не хватает общения. У него болела голова, как он сказал, и я предложила ему отдохнуть и поспать. Он отрицательно отреагировал, сказал: «Да я и делаю только, что сплю да ем». И мы продолжили смеяться. Валерий Иосифович

¹ Прим. автора

рассказывал довольно интересные истории о попугае, про цыган, про то, как деньгами был напичкан весь матрас. Я искренне смеялась!

Сложно было сосредоточить внимание на разговоре, так как в силу пожилого возраста половина слов была не понятна. Я узнала, что, несмотря на трудные жизненные обстоятельства, все равно он ищет что-то светлое. И еще, с пожилыми мужчинами мне общаться легче, чем с женщинами.

Отчет №4 (пожилой 4)

Во время беседы с Юрием Петровичем я чувствовала себя неловко и стеснялась. Просто слушать оказалось недостаточно, надо было постоянно направлять беседу. Но из разговора я поняла, что переживания пожилых людей очень похожи на переживания подростков.

Интересно было наблюдать, как менялась мимика при воспоминаниях. Интересно было узнать другое восприятие жизни. Юрий Петрович инвалид, ему 57 лет, но говорил о многих случаях, веселых и не очень. Но всегда с неуверенностью, часто опускал голову, смотрел в сторону.

Интересно, что он поделился своими воспоминаниями о первой и «последней» своей любви. Он влюбился в девушку, они поженились, но вскоре она ушла от него. А он так и продолжает до сих пор ее любить. В интернате ему хорошо, есть телевизор, компания, кормят замечательно и «девушки красивые заглядывают» (и смотрит на меня).

Приложение 2.

Психологические портреты участвовавших в исследовании пожилых людей из дома-интерната «Рождественский» в г. Дубне

Психологический портрет №1

Женщина, 86 лет. Образование незаконченное среднее. Для своего возраста не имеет серьезных хронических заболеваний. Носит очки. Участница ВОВ, заслуженная труженица фронта.

Внешне худенькая, но бойкая. С удовольствием идет на контакт с людьми как знакомыми, как и не знакомыми. Производит впечатление решительной, доброй, задорной женщины. Всегда говорит то, что думает. Не беспокоится о том, какое она создает впечатление на окружающих. Говорит прямо, смотрит в глаза собеседнику. Располагает к себе, часто говорит комплименты. В разговоре нередко вспоминает, как она любит петь и сразу запекает что-нибудь.

Добрая, доброжелательная, честная, не навязчивая. Открыто говорит о своих эмоциях. Может, вспоминая о горестях, заплакать, при этом отворачивается, но разговор продолжает.

С ее слов, мало чем увлекается. Любит смотреть телевизор, гулять, пить чай. Любит, когда приезжают родственники. В интернате со всеми общается: «все меня знают и уважают. И я сама себя уважаю. Вот».

По методике «Личностный дифференциал» практически без изменений дважды характеризует как: обаятельная, сильная, разговорчивая, добросовестная, уступчивая, открытая, добрая, независимая, деятельная, отзывчивая, решительная, энергичная, справедливая, расслабленная, спокойная, дружелюбная, уверенная, общительная, честная, самостоятельная, невозмутимая.

Психологический портрет №2

Мужчина, 70 лет. Образование высшее техническое. Физическое здоровье нормальное. Серьезно увлекался футболом.

Внешне дружелюбный, всегда хочет сразу же встать и что-то рассказать. К людям расположен позитивно, готов общаться с незнакомыми людьми. Компании любит, но не стремится к ним. Скорее всего, интересный собеседник для него важнее хорошей компании.

Часто вспоминает свои студенческие годы и времена в спортивной школе. Интересуется жизнью своих современников – различных политических деятелей, спортсменов, журналистов. Любит читать и много читает, смотрит телевизор только в компании. Любит природу и животных.

По методике «Личностный дифференциал» практически без изменений дважды характеризует как: обаятельный, слабый, разговорчивый, добросовестный, упрямый, открытый, средне между добрым и злым, независимый, деятельный, отзывчивый, решительный, энергичный, справедливый, спокойный, дружелюбный, уверенный, общительный, честный, самостоятельный, невозмутимый.

Психологический портрет №3

Мужчина, 62 лет. Образование среднее специальное. Физическое здоровье удовлетворительное.

Внешне создает впечатление скромного, мало общительного, скрытного человека. Не уверен в своих высказываниях, на вопросы отвечает с юмором, к оценке себя подходит с осторожностью. Например, на вопрос «В целом Вы удовлетворены собой?», отвечает: - «В целом, да, конечно!...Но не всегда, скорее, не часто...». - «Так, значит, не всегда?» - «Иногда бывает, удовлетворен, а иногда нет»... Часто переспрашивает.

В общении недоверчив, но доброжелателен. Ориентируется на собеседника, заметно, что старается расположить к себе, создать обстановку (всегда предлагает присесть, может предложить сигаретку). О себе говорить не любит, вспоминает только хорошие ситуации из жизни. О плохих рассказывает с нежеланием.

Интересуется «много чем», смотрит телевизор, гуляет, общается. Но конкретных увлечений не назвал.

Первый раз по методике «Личностный дифференциал» характеризует себя так: непривлекательный, молчаливый, уступчивый, замкнутый, добрый, зависимый, пассивный, отзывчивый, энергичный, справедливый, суетливый, дружелюбный, общительный;

во второй раз иначе: обаятельный, слабый, молчаливый, уступчивый, замкнутый, добрый, независимый, деятельный, отзывчивый, несправедливый, напряженный, спокойный, дружелюбный, уверенный, нелюдимый, неискренний, самостоятельный, раздражительный.

Психологический портрет №4

Мужчина, 57 лет. Образование среднее специальное. Инвалид – паралич нижних конечностей.

С людьми общается открыто. Смело идет на контакт, любит знакомиться с новыми людьми. Внешне добрый, отзывчивый, немного стеснительный. Любит шумные компании (часто «с друзьями выпиваем рюмочку»). Своей инвалидности не стесняется, «привык, да и чего ее здесь стесняться», относится как к опыту жизни. Любит гулять, смотреть телевизор.

Чувствуется внутренняя неуверенность, пассивность в начинании разговора («Ну давай, спрашивай»), по сравнению с пожилыми, которые сразу начинают говорить о себе, он

предпочитает спросить, о чем будет идти разговор. Однако общение поддерживает. Смотрит в глаза собеседнику, доверяет людям.

В первый раз по методике «Личностный дифференциал» себя характеризует следующим образом: сильный, разговорчивый, добросовестный, упрямый, открытый, добрый, независимый, пассивный, отзывчивый, решительный, вялый, справедливый, расслабленный, спокойный, дружелюбный, уверенный, общительный, честный, самостоятельный, невозмутимый.

Во второй произошли некоторые изменения: слабый, разговорчивый, добросовестный, упрямый, открытый, добрый, независимый, деятельный, отзывчивый, нерешительный, вялый, справедливый, расслабленный, спокойный, дружелюбный, неуверенный, общительный, честный, самостоятельный, невозмутимый.

Психологический портрет №5

Женщина, 65 лет. Образование среднее специальное. Болеет сахарным диабетом.

Создает впечатление требовательной, но добродушной женщины. В общении предпочитает демонстрировать себя с хорошей стороны.

По ее словам общаться не любит. Часто жалуется (на здоровье, на жизнь), и любит «приукрасить» свое социальное и материальное положение. Может говорить одно одному человеку, и противоположное другому.

Эмоциональна, эгоистична, сварлива. Ценит материальные ценности, здоровье, успех, внимание со стороны окружающих, заботу.

До проведения основной работы вместе с добровольцем, которая не проводилась с ней из-за ее госпитализации и нежелания общаться, характеризует себя следующим образом: обаятельная, сильная, добросовестная, упрямая, открытая, добрая, независимая, отзывчивая, решительная, вялая, справедливая, спокойная, дружелюбная, уверенная, нелюдимая, честная, самостоятельная, раздражительная.

Во второй раз произошли некоторые изменения: обаятельная, сильная, разговорчивая, добросовестная, упрямая, добрая, независимая, пассивная, отзывчивая, вялая, справедливая, дружелюбная, неуверенная, честная.

Поступила в редакцию: 10.06.2011 г.

Сведения об авторах

М.А. Логунцова – магистр психологии Международного университета природы, общества и человека «Дубна».

E-mail: Muse12@yandex.ru

Ю.И. Фролов – кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной психологии и психологии развития МГУ им. М.В. Ломоносова и кафедры психологии Международного университета природы, общества и человека «Дубна».