

Хвалина Наталья Анатольевна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

СЕМЕЙНЫЕ ПЕРСПЕКТИВЫ ПОЖИЛЫХ ОДИНОКИХ ЛЮДЕЙ

***Аннотация:** пожилой человек в семье – это достаточно ответственная и сложная ситуация. Наряду с материальными трудностями, у пожилых людей возникают психологические проблемы. Одиноким людям пожилого возраста страдают от недостатка внимания, участия, одиночества, пассивного образа жизни, ограничения круга общения.*

***Ключевые слова:** семья, пожилые люди, общение.*

Наиболее социально незащищённой категорией общества являются пожилые люди. Проблемы их адаптации становятся особенно актуальными в современных условиях. Социальная политика по отношению к этой возрастной категории населения отражает сущность любого общества и государства.

По мнению В.И. Слободчикова, Е.И. Исаева возраст от 62 лет и далее следует называть старостью. Старость – тяжёлый период жизни человека.

Этот период часто совпадает с выходом человека на пенсию. Он прекращает активную трудовую деятельность, «отходит от дел», «получает отставку». Отставка (или выход на пенсию) означает отделение человека от референтной ему группы, от того дела, которому он посвятил долгие годы. Человек теряет важную социальную роль и значимое место в обществе. Потеря общественного и социально значимого места сопряжены с потерей источников социально-психологических стимуляций. Разрыв сложившихся профессиональных и межличностных отношений характерен сужением круга общения человека, что, в свою очередь, приводит к изменениям в его личности [1].

Психологическими особенностями людей пожилого возраста являются: снижение уровня функционирования психических процессов, повышение впе-

чатливости, увеличение потребности к коммуникации, обострение чувства родства. Полная незанятость в обществе отрицательно сказывается на их эмоциональном состоянии [1; 2].

Среди важных вопросов у представителей данной возрастной группы существенное место занимает проблема одиночества. Одиночество – это тяжёлое переживание, связанное с утратой существенных жизненных ценностей или близких людей, постоянное ощущение бесполезности и ненужности собственного существования. Именно поэтому одним из стимулов к труду у пожилых людей является общение с людьми.

Потребность в общении, деятельности является важнейшим видом активности, участвующим в персональном преобразовании человека. Общение одиноких людей пожилого возраста является важным фактором формирования межличностных отношений, существенно влияет на процесс их социальной адаптации.

Центральным моментом в мотивации общения пожилых людей становится выбор постоянного или ситуативного партнёра общения. Немаловажную роль в выборе партнёра общения играет наличие общих интересов, ценностей, мировоззрения, а также необходимость сотрудничества, взаимодействия в процессе получения или оказания помощи. В ряде случаев выбор партнёра общения обусловлен внешними факторами: близостью проживания, общими знакомыми, родственными связями [1; 2].

В семье качество жизни пожилых людей, их эмоциональное благополучие во многом зависит от умения общаться с ними, от знания их возрастных и индивидуальных особенностей, а также от умения обеспечить своевременную психологическую поддержку, умело организовать их активный труд и отдых.

Проблема одиночества очень остро стоит у пожилых людей. Одиночество в пожилом возрасте зависит от того, как человек к себе относится, то есть от его самооценки. У многих людей чувство одиночества связано с явно заниженной самооценкой. Ощущение неприспособленности и никчемности, которое она порождает, отрицательно влияет на их самочувствие [2].

Одиноким пожилые люди нередко видят в самих себе причину своего одиночества, приписывая его недостаткам характера, отсутствию способностей, личной непривлекательности в большей степени, чем факторам, подвластным сознательному волевому контролю: недостаток собственных усилий, прилагаемых для налаживания контактов, неэффективность применяемых для этого средств. Для таких людей характерны: стеснительность, боязнь получить отказ в попытке установить с кем-то интимные отношения, недостаток знаний о том, как следует вести себя в подобных ситуациях, чтобы укрепить межличностные связи.

Мотивация общения одиноким людей пожилого возраста имеет свои особенности. Свои отношения одиноким пожилые люди строят на основе личных симпатий, доверительном взаимодействии, участии и поддержке. Из-за неумения общаться у одиноким пожилых людей возникают серьёзные проблемы в эмоциональном состоянии (они чувствуют себя никому не нужными, покинутыми людьми, понижается их самооценка). Из-за низкого уровня самооценки у них усиливается чувство одиночества, появляется озлобленность и попустительское отношение к самому себе [1; 2].

Одиноким пожилым людям характерны следующие претензии: равнодушные, холодность, безразличие, нежелание выслушать, невнимательность.

По результатам исследования у 80% респондентов рассматриваемой группы (20 одиноким людей пожилого возраста, в возрасте от 65 до 80 лет, из них 16 женщин и 4 мужчины) можно констатировать высокий уровень потребности в общении (потребность в общении (Ю.Н. Орлов). Следовательно, этим людям нравится бывать в компаниях, отмечать торжества. Им доставляет удовольствие выражать кому-либо своё расположение. Более всего они сосредоточены на приобретении дружбы. В отношении к своим друзьям у них много не только прав, но и обязанностей. Радость общения с приятными им людьми является для них наиболее важной, чем всё остальное.

Отмечаются существенные гендерные различия в степени выраженности потребности в общении. Если у мужчин показатель рассматриваемой переменной находится в диапазоне средней степени выраженности, то у женщин – вы-

сокой. Уровень рассматриваемой переменной у мужчин ниже, чем у женщин на 5 стандартизированных баллов.

Лишь у 20% респондентов рассматриваемой группы отмечается средняя степень потребность в общении – это мужчины. У 80% пожилых людей отмечается высокая степень потребность в общении – это женщины.

По результатам исследования можно констатировать, что у большинства одиноких пожилых людей (55%) отмечается низкий уровень потребности в одобрении (потребность в одобрении Ю.Л. Ханин).

Это свидетельствует о том, что собственные убеждения им дороже, они конфликтны и не податливы социальному влиянию, не стремятся походить на образец. Такие люди сдерживают свои агрессивные реакции, более конформны, податливы социальным воздействиям.

Уровень рассматриваемой переменной у мужчин выше, чем у женщин на 2,7 стандартизированных балла. Если у мужчин данный показатель находится в диапазоне средней степени выраженности, то у женщин – низкой.

Лишь у 20% пожилых людей отмечается высокий уровень потребности в одобрении. Женщины чаще, чем мужчины склонны показывать себя с лучшей стороны, что может свидетельствовать о неискренности исследуемых. Так, у 62,5% женщин можно констатировать низкий уровень потребности в одобрении, что не всегда соотносится с результатами наблюдений. Мужчины в своих ответах были более откровенны.

Низкий уровень рассматриваемой переменной отмечается у 25% мужчин. Средний уровень выраженности потребности в одобрении отмечается у 18,7% женщин и у 50% мужчин, а высокий – у 25% мужчин и 18,8% женщин.

По результатам исследования можно констатировать, что у большинства одиноких пожилых людей отмечается средний уровень развития склонности к одиночеству (склонность к одиночеству С.А. Прутченков).

Уровень рассматриваемой переменной у мужчин ниже, чем у женщин на 2,5 стандартизированных балла. Отмечаются существенные гендерные различия в уровне выраженности склонности к одиночеству. Если у большинства

мужчин (75%) показатель рассматриваемой переменной находится в диапазоне низкой степени выраженности, то у женщин – средней (56,3%).

Люди, не склонные к одиночеству, глубоко переживают о том, что им не с кем прогуляться вечером по городу, сходить в гости, съездить за город. Они любят приглашать на праздники много гостей, в незнакомой компании чувствуют себя свободно, им доставляет удовольствие делать подарки.

Мужчины менее склонны к одиночеству, чем женщины, они чаще, чем женщины выражают желание, находится в группе, компании.

Наряду с этим, низкий уровень развития склонности к одиночеству отмечается у 40% респондентов и лишь 10% пожилых людей рассматриваемой выборки, как правило, не любят большие компании, стремятся к уединению, предпочитают проводить время за чтением, рукоделием, просмотром телепередач.

По результатам исследования можно констатировать, что у большинства одиноких людей пожилого возраста (85%) отмечается очень высокий уровень эмпатии (уровень эмпатии И.М. Юсупов). У 15% респондентов рассматриваемой группы отмечается высокий уровень развития рассматриваемой переменной.

Уровень эмпатии у мужчин ниже, чем у женщин на 5,2 стандартизированных балла, в диапазоне очень высокой степени выраженности.

Таким образом, по результатам исследования, у большинства одиноких людей пожилого возраста отмечается: высокий уровень потребности в общении, средняя степень склонности к одобрению, низкий уровень склонности к одиночеству, очень высокий уровень эмпатии. Отмечаются гендерные различия в проявлении мотивации общения одиноких людей пожилого возраста. Потребность в общении у женщин выражена сильнее, чем у мужчин, при этом, потребность в одобрении мужчинам необходима несколько сильнее, чем женщинам, которые в этом плане более самостоятельны и независимы. Одиночество в этом возрасте женщинами переносится менее болезненно, чем мужчинами. Возможно, это связано с тем, что женщины, как правило, больше заняты домашними делами, рукоделием, цветоводством, больше внимания уделяют своей внешности.

В связи с этим возникает необходимость развития навыков общения у одиноких людей пожилого возраста.

Список литературы

1. Исаев Е.И. Психология развития человека. Развитие субъективной реальности в онтогенезе / Е.И. Исаев, В.И. Слободчиков. – М., 2014. – 416 с.

2. Райгородский Д.Я. Учебное пособие по психологии старости. Для факультетов психологических, медицинских и соц. работы / Д.Я. Райгородский. – М.: Бахрах-М, 2004. – 736 с.