

Психологічні теорії старіння і старості в контексті освітньої геронтології

Чаграк Н. І., кандидат педагогічних наук, доцент,
ДВНЗ «Прикарпатський національний університет
імені Василя Стефаника», м. Івано-Франківськ

Старість – своєрідний віковий і психологічний період життя людини, який характеризується значними фізіологічними, психічними та психологічними змінами організму. Традиційно старіння сприймається як процес деградації і спаду життєвих функцій людини, однак все більше наукових досліджень доводять, що розвиток особистості відбувається і протягом цього періоду, зокрема завдяки активізації життя, активності людини і набуттю нових знань та умінь, що є необхідною умовою поліпшення якості її життя в старості.

Міркування щодо причин, механізмів, відмінностей перебігу та послідовності процесу старіння призвели до напрацювання теорій, які намагаються пояснити сутність старіння та власне явище старості у біологічній і психосоціальной площинах.

У контексті освітньої геронтології широкого обґрунтування набули психологічні теорії старіння і старості, які пов'язані з соціальною взаємодією індивіда та зосереджуються не на процесах «занепаду» – зниженні життєвих функцій людини похилого віку, а на позитивному старінні. Основними концептами цих теорій є адаптація, оптимізація, компенсація і гнучкість.

Теорія інтелектуального розвитку як ціложиттєвого процесу (Р. Хавігурст (R. Navighurst), П. Балтес (P. Baltes), Г. Лабов'є-Вієф (G. Labouvie-Vief), Н. Дінней (N. Denney)). Узагальнення емпіричних психологічних досліджень з проблем розвитку упродовж життя обґрунтували інтеграцію старіння в структуру розвитку; було переосмислено і розширено поняття «розвиток» за межі біологічного концепту «зростання (досягнення)» і «прогрес» до концепту «зміна» [1]. Таким чином, поняття «розвиток» було

визначено як будь-які зміни (позитивні чи негативні) в адаптивній здатності організму, а також як феномен «співвідношення здобутки-втрати». Згідно з цією точкою зору, розвиток у будь-якій фазі життя людини є спільним вираженням ознак росту (здобутків) і спаду (втрат). Будь-який прогрес розвитку одночасно відображає нову адаптивну здатність організму і втрату попередньої [2].

Теорія селективної оптимізації і компенсації (П. Балтеса і М. Балтес (P. В. Baltes & М. М. Baltes, 1980), базуючись на принципах розвитку періодів життя, концептуалізує та пояснює індивідуальний розвиток в межах соціальних зв'язків, які набуваються протягом всього періоду життя людини і мають сильний вплив на її здоров'я і благополуччя [2, с. 11]. Було визначено теоретичні основи динаміки зв'язків між здобутками і втратами у процесі розвитку [3]. Процес селективної оптимізації з компенсацією має три характерні ознаки, кожна з яких вказує на співвідношення «здобутки-втрати»: а) неперервна еволюція спеціалізованих форм адаптації як головна ознака ціложиттєвого розвитку; б) адаптація до умов біологічного та соціального старіння з її зростаючим обмеженням гнучкості; в) індивідуальні селективні і компенсаторні зусилля, спрямовані на долання зростаючих порушень з метою забезпечення ефективного старіння. Теорію П. Балтеса розвинули американські науковці Ф. Бланкард (F. Blanchard) і А. Калінаускас (A. Kalinauskas), обґрунтувавши значення соціоемоційного контексту, який пом'якшує або компенсує вплив когнітивного спаду в людей похилого віку.

Теорія динамічної інтеграції (Г. Лабав'є (G. Labouvie-Vief)) зосереджує увагу на механізмах підтримки емоційної регуляції у похилому віці. Відповідно до її положень, ситуації високої активності створюють ескалаційні рівні емоційного збудження у людей похилого віку значно швидше, ніж у молодих, однак необхідно взяти до уваги, що старші люди стикаються з труднощами при тамуванні високого емоційного збудження [7].

Теорія когнітивної гнучкості, яку розвинули Ш. Вілліс (S. Willis), К. Щає (K. Schaie), М. Мартін (M. Martin), ґрунтується на твердженні, що розвиток –

процес ціложиттєвої адаптації, а тому є змінюваним і гнучким на усіх фазах. Вчені зосередили увагу на позитивних аспектах старіння, які відштовхуються від явища адаптивності і пояснюють, яким чином розуміння когнітивної гнучкості може бути застосоване для поліпшення життя літніх людей [10].

Отже, у площині психологічної науки процес старіння і старість характеризуються помітними віковими психологічними та психічними змінами, які призводять до важкої контрольованості емоційного збудження людей похилого віку в ситуаціях високої активності, однак, адаптивні механізми організму спрацьовують у напрямі відповідного розподілу ресурсів когнітивного контролю для підтримання емоційного стану. Важливим для освітньої геронтології є положення концепції інтелектуального розвитку як ціложиттєвого процесу (П. Балтес), які, по-перше, визначають розвиток як процес змін, що відбуваються в організмі людини упродовж життя; по-друге, допускають або наявність нових форм інтелектуального функціонування у період дорослості та старості, або зміну попередніх.

Психічні зміни, які настають з віком, відображаються на зниженні моторно-рухової функції організму, змінах у розумовій та емоційній сферах, ослабленні когнітивної здатності старших людей. Науковці стверджують, що такі процеси відбуваються під впливом кількісних змін у мозку (на клітинному і нейронному рівнях); однак, незважаючи на те, що мозок людини у старості зменшується, він не атрофується, але деградує, якщо не вправляється розумовою активністю [6, с. 7]. Дослідження когнітивної здатності людини у різні періоди її життя привели до певних загальних висновків. Доведено, що у людей похилого віку після 80 років незначним чином послаблюється психомоторна функція, але знижується здатність абстрактного мислення; також помітне ослаблення здатності до запам'ятовування, аналізу та відтворення інформації, водночас зростає час реакції на різного роду зовнішні подразнення [9]. У сфері особистісних змін людей похилого віку спостерігається тенденція до збільшення зовнішнього вияву позиції та поведінки, що у молодому віці легко контролювалися, маскувалися чи модифікувалися. Головна життєва

позиція не змінюється, а стає більш виразною і загостреною. В емоційному житті старшої людини простежуються певні зміни, порівняно з попередніми віковими періодами, які виражаються в тому, що люди похилого віку значно менше підлягають емоційним зривам: «Доросла людина переживає емоцію. Літня людина її спостерігає, осмислює» [5, с. 71].

Дослідження показують, що вплив фізіологічних змін організму людей похилого віку, зниження їх життєвих здатностей, а також певні соціальні чинники призводять до зростання психічних потреб людей цієї вікової категорії залежно від віку, статі і приналежності до соціальної групи. Значний вплив на якість життя людей похилого віку має потреба відчуття безпеки, а їх ставлення до старості власної та інших людей великою мірою визначається їх ситуацією зі здоров'ям, матеріальним і соціальним станом. Дискусії щодо психологічних змін у функціонуванні людей похилого віку дійшли певного консенсусу. Як незаперечний факт приймають деякі зміни деградаційного характеру у психічній сфері старшої людини, вказуючи, водночас, на два істотні висновки: по-перше, процес старіння у кожної людини має глибоко індивідуальний характер; по-друге, в організмі людини похилого віку запускається так звана «компенсаційна», вирівнювальна здатність у сфері її психічного функціонування в старості, яка заповнюється новим досвідом через різні види активності. Почуття задоволення і щастя у старших людей безпосередньо пов'язане з їх дійсною життєвою ситуацією, зокрема за дослідженнями Б. Кутнера (B. Kutner), особливу роль у цьому відіграє матеріальний чинник, стан здоров'я, почуття безпеки та соціальна інтеграція [8, с. 30].

Список використаних джерел:

1. Baltes P. B. Life-span developmental psychology: Observations on history and theory revisited / R. M. Lerner (Ed.). *Developmental psychology: Historical and philosophical perspectives*. – Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1983. – P. 79–111.

2. Baltes P. B., Kliegl R. On the dynamics between growth and decline in the aging of intelligent and memory / K. Poeck, H. J. Freund, H. Ganshirt (Eds.). Neurology. – Heidelberg: Springer Verlag, 1986. – P. 1–17.
3. Baltes M. M. Erfolgreiches Altern als Ausdruck von Verhaltens-kompetenz und Umweltqualität / Successful aging as a function of behavioral competence and environmental quality / C. Niemitz (Ed.). Der Mensch im Zusammenspiel von Anlage und Umwelt. – Frankfurt: Suhrkamp, 1987. – P. 353–376.
4. Bengtson V. L. Handbook of Theories of Aging, Second Ed. / Bengtson V. L., D. Gans, Putney M., Silverstein M. – NY: Springer Publishing Company, 2008. – 816 p.
5. Chauchard J. P. Starzec w dwoje. – Warszawa: PAX, 1977.
6. Coni N. Starzenie sie. / Coni N., Davison W., Webster S. – Warszawa: PWN, 1994. – 234 p.
7. Labouvie-Vief G. Dinamic development and mature autonomy: A theoretical prologue // Human Development. – 1982. – No. 25. – P. 161 – 191.
8. Rembowski J. Psychologiczne problemy starzenia sie czlowieka. – Poznan: Wydawnictwo PWN, 1984. – 178 p.
9. Rybash J. M., Hoyer W., Roodin P. A. Adult cognition and aging: Developmental changes in processing, knowing, and thinking. – New York: Pergamon Press, 1986.
10. Schaie K. W., Willis S. L. Can adult intellectual decline be reversed? // Developmental Psychology. – 1986. – No. 22. – P. 223–232.