

УДК 159.9

Т. А. Шабанова

Исследование ценностных эмоций пожилых людей в контексте социальной адаптации к старости

В статье анализируются результаты исследования ценностных эмоций у лиц в период поздней зрелости. Целью исследования было выявление доминирующей эмоциональной направленности у пожилых людей в контексте социальной адаптации к старости. Результаты представлены в виде сравнительного анализа показателей двух групп испытуемых: лиц пожилого (65-70 лет) и среднезрелого (30-35 лет) возраста. Общий объем выборки составил 60 человек. Установлено, что у пожилых людей по сравнению с лицами среднезрелого возраста значительно уменьшается потребность в глорических, гностических, пугнических эмоциях и увеличивается потребность в насыщении романтическими и акизитивными эмоциями. Изучение системы эмоциональных отношений выявило, что у пожилых людей по сравнению с лицами среднего возраста более интенсивно проявляется негативное отношение к разным сторонам жизни, в особенности к своему будущему и общению с коллегами, что свидетельствует о недостаточной социальной адаптации. Выявленная романтическая, гедонистическая и акизитивная эмоциональная направленность у пожилых людей может выступать своеобразным приспособительным механизмом достижения положительного эмоционального насыщения в ответ на объективные трудности и негативные оценки действительности как неспособной удовлетворять их объективные нужды.

Ключевые слова: ценностные эмоции, эмоциональная направленность, эмоциональные отношения, приспособительные механизмы, социальная адаптация к старению

T. L. Shabanova

The study of the value emotions of the elderly in the context of social adaptation to old age

The article analyzes the results of the study of value emotions in individuals in the period of late maturity. The aim of the study was to identify the dominant emotional orientation in the elderly in the context of social adaptation to old age. The results are presented in the form of a comparative analysis of the indices of two groups of subjects: elderly (65-70 years) and middle-aged (30-35 years). The total sample size was 60 people. It has been established that the need for glorious, gnostic, pugnacious emotions significantly decreases in elderly people compared to those of middle age, and the need for saturation with romantic and akizitivnymi emotions increases. A study of the system of emotional relations revealed that older people, in comparison with middle-aged people, are more intensely negative about various aspects of life, especially their future and their contacts with colleagues, which indicates that social adaptation is insufficient. The revealed romantic, hedonistic and akizitivnaya emotional orientation in the elderly can act as a kind of adaptive mechanism for achieving positive emotional satiety in response to objective difficulties and negative assessments of reality as unable to satisfy their objective needs.

Keywords: emotional emotions, emotional orientation, emotional relationships, adaptive mechanisms, social adaptation to aging

В настоящее время возникла необходимость исследования психологии пожилых людей. Это связано с ростом продолжительности жизни современного человека, увеличением численности данной возрастной группы, необходимостью решения новых социально-психологических проблем. Однако в современной психологической науке существует очень мало исследований, посвященных возрастному этапу поздней зрелости. Немногочисленные имеющиеся работы в основном описывают негативные аспекты старения, угасание психо-физических функций и различные психопатологии пожилого возраста [7; 8]. Своеобразие личности пожилого человека, мир его отношений, ценностей и переживаний остается за пределами научных интересов специалистов. И как следствие, в современном российском обществе отсутствует культура здорового старения, существуют стрессы одиночества и ненужности у пожилых людей, распространены стереотипы негативного отношения к пожилым людям, неготовность выстраивать конструктивное межпоколенное взаимодействие, невосребованность ресурсов людей старше 65 лет.

Здоровое старение зависит не только от физического самочувствия, социальных условий, в которых находится пожилой человек, но также и внутренних механизмов регуляции [1; 2; 3]. К ним относятся, прежде всего, эмоционально-мотивационные процессы личности: ценностные ориентации, интересы, мечты, мироощущение, сопутствующие им переживания [9;10]. Чем эффективнее эти механизмы, тем более уверенно и свободно человек себя чувствует, тем легче происходит адаптация к пожилому возрасту [5; 6]. Имеющий активные интересы, мечты, цели, включенный в общественные процессы пожилой человек удовлетворен своей жизнью, на долгие годы сохраняет бодрость и оптимизм.

Являясь основным регуляторным механизмом, эмоции тесно связаны с личностью и системой ценностей. Эти проблемы исследовались известными зарубежными (Буллит У., Олпорт Г., Маслоу А., Фрейд З., Рейковский Я. и н.др.) и отечественными (Рубинштейн С.Л., Леонтьев А.А., Божович Л.И., Василюк Ф.Е., Додонов Б.И., Левитов Н.Д., Якобсон П.М. и н.др.) психологами. Согласно теории ценностных эмоций Б. И Додонова, важным условием нормального внутреннего состояния человека является удовлетворение органической природообусловленной потребности в эмоциональном насыщении. На основе этой потребности в ходе социализации формируется индивиду-

ализированная потребность человека в переживаниях определенного типа, выступающих для него как самостоятельная ценность [4]. Таким образом, у здорового взрослого человека переживания становятся личностно-значимыми, сложно-структурированными, приобретают характер особой эмоциональной направленности. Это происходит благодаря активности человека, его вовлеченности в процесс проектирования целей, жизненных планов и их реализации. Ценностные переживания, в свою очередь, в дальнейшем направляют поведение человека, деятельность, видение мира, его контакты с другими людьми, определяют иерархическую организацию свойств характера. В связи с этим актуальным для исследования психологии личности пожилых людей с целью формирования культуры здорового старения является выявление внутреннего мира их ценностных переживаний, отражающих потребности, склонности и интересы на этом этапе жизни.

Нами было проведено исследование ценностных эмоций у людей в период поздней зрелости. Целью исследования было выявление доминирующей эмоциональной направленности у пожилых людей в контексте социальной адаптации к старости. Использовались методики: «Шкала оценки значимости эмоций» Б.И. Додонова, методика «Незаконченные предложения» Д.М.Сакса и С.Леви.

В исследовании принимали участие испытуемые в возрасте 65-70 лет (20 женщин, 10 мужчин), определяемые нами как лица пожилого возраста. Для проверки достоверности данных использовалась группа сравнения, состоящая из лиц среднезрелого возраста 30-35 лет (20 женщин, 10 мужчин). Общий объем выборки составил 60 человек. Применялся метод математической статистики- t-критерий Стьюдента. Статистическая обработка данных проводилась с использованием программного продукта SPSS Statistics 21.0.

Согласно классификации Б.И. Додонова, существует 10 базовых эмоций, в которых человек чаще всего испытывает потребность и которые придают непосредственную ценность процессу его жизнедеятельности. К ним относятся романтические, акизитивные, практические, глорические, гедонистические, альтруистические, гностические, пугнические, коммуникативные и эстетические переживания.

Результаты анализа средних значений ценностных эмоций у пожилых людей и лиц среднезрелого возраста приведены на рисунке 1.

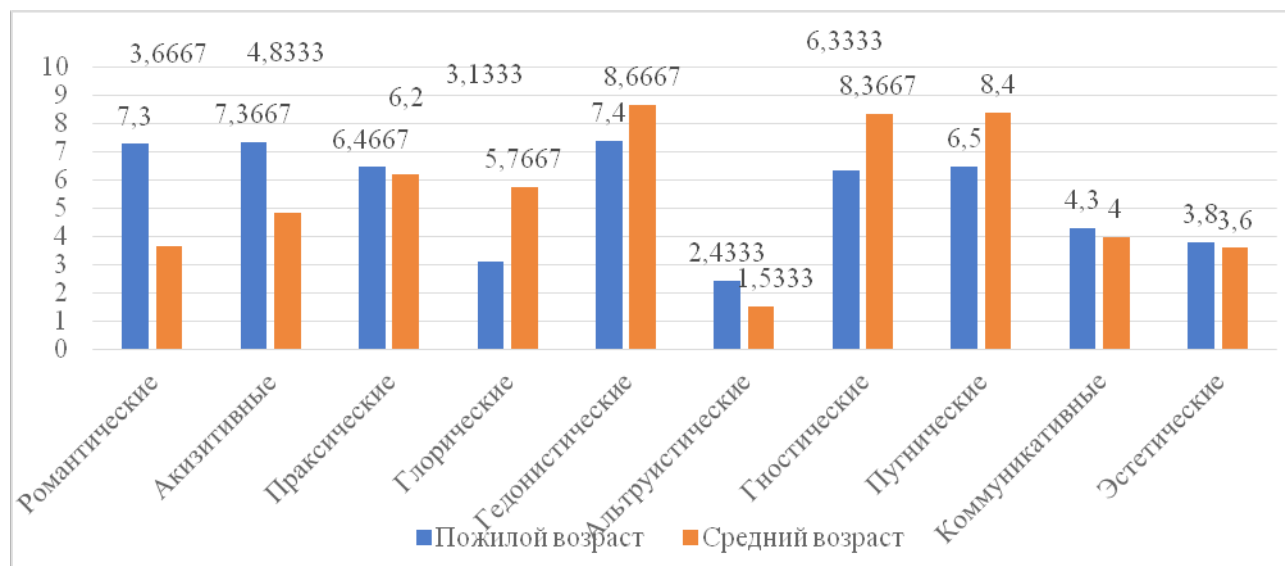


Рис. 1 Результаты ценностных эмоций у лиц пожилого и среднезрелого возраста

Исследование выявило, что в целом на этапе зрелости люди все больше начинают испытывать потребность в телесном и душевном комфорте, определяемые автором как гедонистические переживания. Ценится состояние покоя, благополучия, свободы от обязанностей, хорошего физического самочувствия. Утрачивают значимость альтруистические и коммуникативные переживания. Желание общаться, делиться мыслями, переживаниями, стремление к эмоциональной близости, потребность в содействии, помощи другим людям в меньшей степени значимы для обследованных нами испытуемых среднего и старшего возраста. Возможно, эти особенности связаны с распространением в современном обществе социальных стереотипов индивидуализма и прагматизма как социально оправданных

моделей поведения и характеристик успешности. Однако, в аспектах психологического здоровья и трансцендентальной сущности человека согласно теории социального психоанализа Э. Фромма, эти явления потенциально опасны для личности, т. к. носят разрушительный характер, приводят к нарушениям психологического здоровья, отчуждению человека от самого себя и социальной изоляции [11].

Далее для нас представляло интерес проследить динамику изменений ценностных переживаний с возрастом и выявить их специфику у пожилых людей. В связи с этим мы выполнили корреляционный анализ полученных результатов в двух обследуемых выборках с применением t-критерия Стьюдента. Результаты приведены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа показателей ценностных эмоций у лиц пожилого и среднезрелого возраста

Ценностные эмоции	Результаты людей пожилого возраста		Результаты людей среднего возраста		t- критерий Стьюдента	Уровень значимости
	Сред.	Станд.откл.	Сред.	Станд. откл.		
Романтические	7,3	1,91	3,6667	2,37	6,535	0
Акзигитивные	7,367	2,65	4,8333	2,23	4,011	0
Праксические	6,467	2,13	6,2	2,22	0,475	0,637
Глорические	3,133	1,46	5,7667	1,65	-6,545	0
Гедонистические	7,4	2,34	8,6667	1,67	-2,412	0,019
Альтруистические	2,433	2,46	1,5333	0,82	1,902	0,062
Гностические	6,333	2,64	8,3667	1,59	-3,612	0,001
Пугнические	6,5	2,33	8,4	1,38	-3,843	0
Коммуникативные	4,3	2,52	4	1,68	0,542	0,59
Эстетические	3,8	1,97	3,6	1,43	0,45	0,655

При сравнении групп испытуемых пожилого и среднезрелого возраста выявлены статистически значимые различия в предпочтении эмоций на уровне значимости $p \leq 0,05$. Было установлено, что с наступлением пожилого возраста значительно увеличивается потребность в романтических и акизитивных эмоциях. Ценность романтических эмоций у пожилых людей выражается в склонности идеализировать действительность, в проявлениях созерцательности и мечтательности. С возрастом также возрастает стремление к накоплению вещей, материальных ценностей, выходящее за пределы практической нужды, и возбуждающее у пожилых людей акизитивные эмоции.

У пожилых людей значительно уменьшается потребность в глорических, гностических, пугнических эмоциях. Снижается потребность в переживании славы, восхищения со стороны окружающих, утрачивается склонность к самоутверждению. Выявлено также, что у пожилых испытуемых снижено чувство нового, слабо

выражена потребность в неизвестной информации, ослабевают желание решать проблемные ситуации, актуализирующие гностические эмоции. Ситуации риска, борьбы, конкуренции, возбуждающие пугнические эмоции, для пожилых испытуемых также крайне нежелательны.

Ценностные для личности переживания взаимосвязаны с иерархической организацией черт характера, мировосприятием [4]. В связи с этим следующим этапом нашего исследования было изучение эмоциональных отношений у пожилых людей, понимаемых как осознаваемые и неосознаваемые установки в общении и поведении [12]. Анализу подвергались базовые системы отношений испытуемых: отношение к себе, своему прошлому, будущему, страхам и опасениям, своим возможностям, семье, друзьям, вышестоящим лицам, коллегам по работе.

Результаты показателей эмоциональных отношений у пожилых людей и лиц среднезрелого возраста приводятся на рис.2.

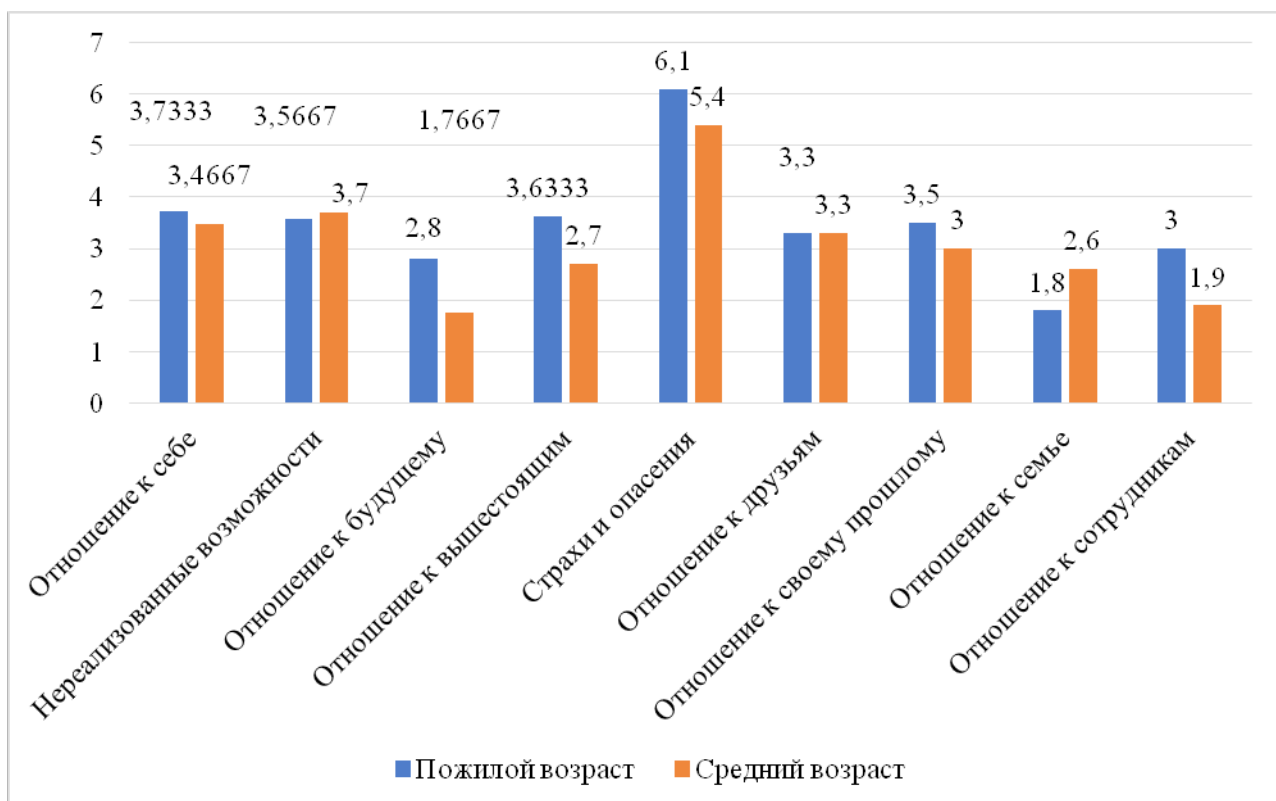


Рис. 2 Результаты средних значений показателей эмоциональных отношений у лиц пожилого и среднезрелого возраста (n=60)

Мы анализировали качество ответов испытуемых в соответствии с интенсивностью эмоциональной напряженности, беспокойства, тревоги от 0 (отсутствие напряженности) до 2 баллов (высокая напряженность, негативное отношение). Так как каждая система эмоциональных отношений включала 4 вопроса, то

0-максимально положительное отношение, 4-нейтральное, 8 – максимально негативное отношение.

При системном анализе эмоциональных отношений к разным сторонам жизни в каждой возрастной группе выявлено, что у пожилых людей наиболее позитивное отно-

шение к семье (средний балл – 1,8) в сравнении с другими системами отношений. Наиболее негативным травмирующим является отношение к своим страхам и опасениям (средний балл – 6,1). Лица среднего возраста наиболее позитивно относятся к своему будущему (средний балл – 1,7) и при этом

полное неприятие в себе страхов и опасений (средний балл – 5,4).

Для проверки значимости выявленных различий в разновозрастных группах был проведен корреляционный анализ. Результаты корреляционного анализа показателей приводятся в таблице 2.

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа показателей эмоциональных отношений у лиц пожилого и среднезрелого возраста

Система отношений	Результаты людей пожилого возраста		Результаты людей среднего возраста		t- критерий Стьюдента	Уровень значимости
	Сред.	Станд. откл.	Сред.	Станд. откл.		
К себе	3,7333	2,04995	3,4667	2,11291	0,496	0,622
К прошлому	3,5	2,88576	3	1,76166	0,810	0,421
К будущему	2,8	1,47157	1,7667	1,27802	2,904	0,005
К нереализованным возможностям	3,5667	1,47819	3,7	1,66402	-0,328	0,744
К страхам и опасениям	6,1	2,15519	5,4	2,14315	1,261	0,212
К семье	1,8	1,62735	2,6	2,19089	-1,606	0,114
К друзьям	3,3	1,82228	3,3	1,70496	0	1
К вышестоящим лицам	3,6333	1,47352	2,7	1,36836	2,542	0,14
К сотрудникам	3	1,81944	1,9	1,39827	2,626	0,011
Эстетические	3,8	1,97	3,6	1,43	0,45	0,655

Статистически достоверными на уровне значимости $p \leq 0,05$ являются различия в следующих показателях эмоциональных отношений. Пожилые люди по сравнению с лицами среднезрелого возраста переживают более интенсивные отрицательные эмоции в двух сферах отношений: своего будущего и взаимодействия с коллегами. Приведем примеры ответов испытуемых. Например, мужчина (68 лет) так выражает отношение к своему будущему: «Будущее кажется мне туманным»; «Наступит тот день, когда меня не станет». Испытуемая женщина (67 лет): «Будущее кажется мне безрадостным, если останусь одна»; «Наступит тот день, когда я стану совсем старой» и т.п. Отношение к коллегам и работе выражается испытуемыми следующим образом. Мужчина (65 лет): «Люди, с которыми я работаю, иногда раздражают»; «Если кто-нибудь работает под моим руководством, я непредсказуем». Женщина (70 лет): «Если кто-нибудь работает под моим руководством, я очень устаю от ответственности»; «Люди, с которыми я работаю... сейчас ни с кем не приходится работать».

В сравнении с предыдущими ответами приведем примеры высказываний испытуемых среднезрелого возраста. Например, испытуе-

мый мужчина (34 года) выражает отношение к своему будущему: «Будущее кажется мне интересным»; «Наступит тот день, когда я осуществлю свою мечту». Испытуемая женщина (30 лет): «Будущее кажется мне счастливым»; «Наступит тот день, когда я добьюсь поставленной цели». Выражение отношения к коллегам и работе у мужчины (35 лет): «Если кто-нибудь работает под моим руководством, я рассчитываю на него»; «Люди, с которыми я работаю, меня устраивают». Женщина (32 года): «Если кто-нибудь работает под моим руководством, им комфортно»; «Люди, с которыми я работаю, интересные и талантливые».

В ответах пожилых испытуемых проявляются эмоции тревоги, беспокойства, раздражения, печали, пессимизма, которые являются выражением их оценки действительности как неспособной удовлетворять объективные нужды, и по поводу которой возникают страдания. Отличительной особенностью эмоциональных отношений среднезрелых испытуемых является их более позитивный характер, который свидетельствует о более частом переживании наслаждения в жизни.

Неудовлетворенная потребность в положительном эмоциональном насыщении в реаль-

ной жизни может приводить к выработыванию у пожилых людей приспособительных механизмов в виде склонности к переживанию романтических, гедонистических и акизитивных эмоций. Они идеализируют действительность, склонны к созерцательности и мечтательности. Приобретение, накопление вещей, материальных ценностей возбуждает у пожилых людей акизитивные эмоции, также приносящие им удовольствие.

Таким образом, по результатам нашего исследования можно сделать следующие выводы.

1. У пожилых людей по сравнению с лицами среднезрелого возраста значимо уменьшается потребность в глорических, гностических, пугнических эмоциях и увеличивается потребность в насыщении романтическими и акизитивными эмоциями.

2. Изучение системы эмоциональных отношений пожилых людей выявило благополучную область (позитивное отношение к семье)

и зону неблагополучия (отношения к страхам и опасениям). У пожилых людей по сравнению с лицами среднего возраста более интенсивно проявляется негативное отношение к разным сторонам жизни, особенно к своему будущему и опыту общения с коллегами.

3. Выявленная романтическая, гедонистическая и акизитивная эмоциональная направленность у пожилых людей может выступать своеобразным приспособительным механизмом достижения положительного эмоционального насыщения в ответ на объективные трудности и негативные оценки действительности как неспособной удовлетворять их объективные нужды.

4. Результаты нашего исследования могут быть использованы при дальнейшей разработке программы психологической работы с пожилыми людьми с целью коррекции эмоциональных процессов, улучшения эмоционального самочувствия и, как следствие, повышения качества жизни

ЛИТЕРАТУРА

1. Ананьев Б. Г. К проблеме возраста в современной психологии / Психология старости и старения: Хрестоматия / Сост. О. В. Краснова, А. Г. Лидерс. М.: Академия, 2003.
2. Анцыферова, Л. И. Развитие личности и проблемы геронтологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», издание 2-е, испр. и доп., 2006.
3. Головей, Л.А. Позитивное функционирование личности в пожилом возрасте: комплексный подход / Л. А. Головей, О. Ю. Стрижицкая, А. В. Криулина // Психологические исследования. 2014. Т. 7. № 36.
4. Додонов Б.И. Эмоция как ценность. М.: Политиздат, 1978. 271 с.
5. Дружинин В. Н. Варианты жизни: очерки экзистенциальной психологии. М.: ПЕР СЭ; СПб.: ИМАТОН, 2000.
6. Кулагина И. Ю. Возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. М.: Академический Проект, 2013.
7. Психология старости. Хрестоматия / Под ред. Д. Я. Райгородского. Самара: БАХРАХ-М, 2004.
8. Психология старости и старения: Хрестоматия для студентов психологических факультетов высших учебных заведений / Сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. М.: АCADEMA, 2003.
9. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. М.: Прогресс, 1979. 392 с.
10. Рубинштейн С.Л. Эмоции // Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2009. С.551-586.
11. Фромм Э. Бегство от свободы. 2-е изд. М.: Прогресс-Универс, 1995. 253 с.
12. Шабанова Т.Л., Тарабакина Л.В. Исследование эмоциональной зрелости у студентов педагогического вуза // Вестник Мининского университета. 2018. Том 6. № 1. URL: <http://dx.doi.org/10.26795/2307-1281-2018-6-1-13>

REFERENCES

1. Ananiev B.G. On the age problem in modern psychology / Psychology of old age and aging: Reader / Comp. O.V. Krasnova, A.G. Lidere. Moscow, Academy Publ., 2003. (in Russian)
2. Antsyferova LI Development of the personality and the problems of gerontology. Moscow: Izdatelstvo "Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences", second edition, revised. and additional., 2006. (in Russian)
3. Golovei L.A. Positive functioning of the personality in the elderly: an integrated approach / LA Golovei, O. Yu. Strizhitskaya, A.V. Kriulina. *Psychological research*. 2014. Vol. 7. No. 36. (in Russian)
4. Dodonov B.I. Emotion as a value. Moscow, Politizdat Publ., 1978. 271 p. (in Russian)
5. Druzhinin VN. Variants of life: essays of existential psychology. Moscow, Saint-Petersburg, IMATON Publ., 2000. (in Russian)
6. Kulagina I.Yu. Age Psychology. Full life cycle of human development: Textbook for students of higher educational institutions / I. Yu. Kulagina, V. N. Kolyutsky. Moscow, Academic Project Publ., 2013. (in Russian)
7. Psychology of old age. Reader / Ed. D. Ya. Raygorodsky. Samara, BAKHRAH-M Publ., 2004. (in Russian)
8. Psychology of old age and aging: Anthology for students of psychological faculties of higher educational institutions / Comp. O.V. Krasnova, A.G. Leaders. Moscow, ACADEMA Publ., 2003. (in Russian)
9. Reikovskiy Ya. Experimental psychology of emotions. Moscow: Progress, 1979. 392 p. (in Russian)
10. Rubinshtein S.L. Emotions / Fundamentals of General Psychology. Saint-Petersburg, Peter Publ., 2009. pp.551-586. (in Russian)
11. Fromm E. Flight from freedom. 2nd ed. Moscow, Progress-Universus Publ., 1995. 253 p. (in Russian)
12. Shabanova T.L., Tarabakina L.V. Investigation of emotional maturity in students of a pedagogical university. *Bulletin of Minin University*. 2018. Vol. 6. No. 1. URL: <http://dx.doi.org/10.26795/2307-1281-2018-6-1-13> (in Russian)

Информация об авторе



Шабанова Татьяна Леонидовна

Кандидат психологических наук, доцент
доцент кафедры практической психологии
Нижегородский государственный педагогический
университет имени К. Минина (Мининский университет)
E-mail: shabanovatl@yandex.ru

Information about the authors

Shabanova Tatyana Leonidovna

(Russia, Nizhny Novgorod)
PhD in Psychological Sciences, Associate Professor
Associate Professor of the Department
of Practical Psychology
Kozma Minin Nizhny Novgorod State Pedagogical
University (Minin University)
E-mail: habanovatl@yandex.ru