

11. Chepeleva N. V. Samoproektirovanie lichnosti v diskursivnom prostranstve / N.V. Chepeleva // Chelovek, sub#ekt, lichnost' v sovremennoj psihologii. Materialy mezhdunarodnoj konferencii. posvjashhennoj 80-letiju A.V. Brushlinskogo. Tom 3. / Otv. red. A.L. Zhuravljov, E.A. Sergienko. – M. : Izd-vo «Institut psihologii RAN», 2013. – S. 342–345.

Відомості про автора

Гудінова Ірина Леонідівна, науковий співробітник лабораторії когнітивної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ, Україна

Gudinova, Iryna L., Researcher, lab. of cognitive psychology, G.Kostiuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv

E-mail:gudi_nova@gmail.com

УДК 159.922.6

Зуєва А.О.

СУБ'ЄКТИВНЕ ВІДЧУТТЯ БЛАГОПОЛУЧЧЯ І ПРИЙНЯТТЯ ВІКОВИХ ЗМІН

Зуєва А.О. Суб'єктивне відчуття благополуччя і прийняття вікових змін. У статті представлені результати емпіричного дослідження взаємозв'язку між структурними показниками готовності до вікових змін і суб'єктивним відчуттям благополуччя у віковій групі старше 50 років. Виявлено, що готовність до освоєння вікових змін і сформованість її структури не визначає повністю відчуття психічного благополуччя людей цієї вікової групи, однак підвищує загальну емоційну оцінку власної особистості, що свідчить про величезні компенсаторні можливості людей похилого віку і підтверджує припущення про те, що старіння є процесом індивідуальним і дуже варіативним. Надана перспективність подальшого вивчення детальних аспектів взаємозв'язку психологічної готовності до вікових змін з суб'єктивним відчуттям психологічного благополуччя особистості.

Ключові слова: психологічне благополуччя, похилий вік, готовність до вікових змін.

Зуєва А.О. Субъективные ощущения благополучия и принятия возрастных изменений. В статье представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи между структурными показателями готовности к возрастным изменениям и субъективным ощущением благополучия в возрастной группе старше 50 лет. Выявлено, что готовность к освоению возрастных изменений и сформированность ее структуры не определяет полностью ощущения психического благополучия

людей данной возрастной группы, однако повышает общую эмоциональную оценку собственной личности, что говорит об огромных компенсаторных возможностях людей пожилого возраста и подтверждает предположение о том, что старение является процессом индивидуальным и очень вариативным. Показана перспективность дальнейшего изучения детальных аспектов взаимосвязи психологической готовности к возрастным изменениям с субъективным ощущением психологического благополучия личности.

Ключевые слова: психологическое благополучие, пожилой возраст, готовность к возрастным изменениям.

Постановка проблеми. Психологічне благополуччя є тим психологічним феноменом, який уособлює природне прагнення людини до внутрішньої рівноваги, комфорту, відчуття щастя. Для психологічно благополучної особистості характерна впевненість в собі, в своєму потенціалі і разом з тим, вона проявляє себе як соціально адаптивна людина - змінює власну поведінку в залежності від актуального соціального запиту.

Коли мова йде про людей, періоду пізньої дорослості і похилого (відповідно до вікової періодизації Всесвітньої організації охорони здоров'я) віку, виникає ситуація зміни актуального соціального запиту, що і є маркером соціальної адаптивності особистості в даному віковому періоді і, відповідно, і маркером суб'єктивної оцінки психологічного благополуччя особистості. Який полюс переважає в той чи інший момент - чи буде здійснений, в разі необхідності, вибір в сторону власної позиції або соціальної комфортності - прогнозувати важко. При зовні демонстрованому прийнятті актуальної соціальної дійсності може зберігатися внутрішня установка на зміну ставлення до даної ситуації. Назріла необхідність в дослідженнях, спрямованих на вивчення суб'єктивного відчуття благополуччя людини в контексті прийняття (або неприйняття) нею вікових змін в перехідний період від зрілого до літнього віку.

Аналіз останніх досліджень и публікацій. Аналізуючи підходи до визначення суб'єктивного відчуття благополуччя в зарубіжних (Н. Бредбурн, Е. Деси, А. Маслоу, К. Ріфф, К. Роджерс, Е. Фромм, і ін.) та вітчизняних (Д.О. Леонтьев, Т.Б. Партико, Б.Є. Пахоль, В.А. Розанов, В. Фесенко та ін.) теоріях, а також, зіставляючи розуміння благополуччя в гедоністичному і евдемоністичному підходах, ми припускаємо, що психологічне благополуччя - це соціально-психологічне утворення, яке характеризує позитивне функціонування людини, що виражається в суб'єктивному задоволеності життям, повноті самореалізації, пов'язано з базовими людськими цінностями і потребами. З цієї позиції, благополуччя швидше розуміється не як саме відчуття щастя, а як психологічний ресурс, що дозволяє найбільш повно і конструктивно розкрити і реалізувати особистісний потенціал. Психологічне неблагополуччя є, з одного боку, підсумком

попереднього ходу розвитку, а з іншого - бар'єром при здійсненні особистісних змін і конструктивних особистісних перетворень у теперішньому часі [1, 2, 5, 6,7]. Суб'єктивне благополуччя – не явище віддаленого майбутнього або певного вікового періоду. В тій чи іншій мірі, і в тому чи іншому аспекті, воно може бути представлено на всіх етапах життєвого шляху і пов'язане з будь-якою діяльністю.

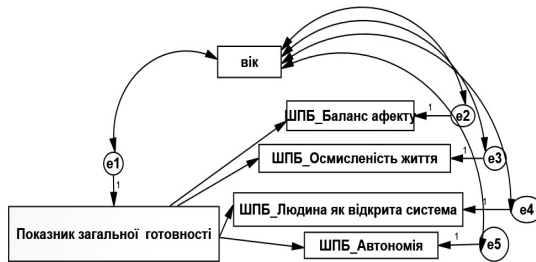
Психологічне благополуччя літніх людей є предметом дослідження багатьох вчених. Більш за все приділяється увага дослідженням онтогенетичних і культурних чинників психологічного благополуччя (Г.Крайг, Я. Стюарт-Гамільтон, К. Ріфф і ін.). Частина дослідників вважає, що компенсаторні можливості в пізньому віці пов'язані зі зміною сприйняття часу і зі зміщенням ресурсів на емоційно значимі соціальні відносини, що, з їхньої точки зору, є адаптивним (Н. С. Глуханюк, Н.М. Амосов, Р.М. Шаміонов,) [3, 4,10].

Незважаючи на неспроможність теорій старіння, які розглядають старість і пов'язані з нею процеси як аномальні, неприйнятні в соціальному житті суспільства, де старість представляється як стан девіантності, основною характерною рисою якого є пасивність і дезадаптивні. Геронтофобні тенденції і ейджизм глибоко вкоренилися в менталітеті багатьох людей, включаючи самих представників дискримінованої вікової категорії. Причому проблема практично не усвідомлюється ні суб'єктами, ні об'єктами дискримінації. Так, наприклад, за статистикою старість виявляється третьою за частотою небезпекою (після депресії і наркотичної залежності), що впливає на розвиток суїцидальної схильності [4, 8].

Н.С. Глуханюк і Т. Б. Гершкович вказують, що «детермінантою» конструктивного і неконструктивного старіння є суто особисте ставлення індивіда до цього процесу, яке складається в тому числі, і на етапах життєвого шляху особистості, що передують старінню. В якості характеристики, що дає можливість відчувати «щасливу старість» вони виділяють готовність до освоєння віково-часових змін, під якою розуміють інтегральну характеристику, що визначає усвідомлення особистістю факту власного старіння, а також толерантного ставлення до нього [3].

Мета статті. В статті надано результати емпіричного дослідження та верифікації припущення про те, що існує взаємозв'язок між компонентами суб'єктивного відчуття благополуччя і рівнями готовності до вікових змін.

Виклад основного матеріалу дослідження. Модель дослідження взаємозв'язку між відчуттям благополуччя і готовністю до вікових змін представлена на рис. 1.



Мал. 1. Модель дослідження готовності до вікових змін

Відповідно до цієї моделі, ми визначили взаємозв'язок між окремими показниками готовності до вікових змін і суб'єктивним відчуттям благополуччя.

Досліджуваний контингент склали жителі м. Одеси різного статусу і професій (всі працюючі). Сукупна вибірка - 88 осіб (пенсійного і допенсійного віку).

Були використані опитувальник «Готовність до вікових змін» (Н.С. Глуханюк, Т.Б. Гершкович) і методика К. Ріффа «Шкала психологічного благополуччя» (в адаптації Т. Шевелькова і В. Фесенко) [9, 11].

Коротко зупинимось на опитувальнику Н.С. Глуханюк, Т.Б. Гершкович «Готовність до вікових змін», який не настільки широко відомий в дослідницькій практиці. Він дозволяє виявити такі структурні елементи готовності до вікових змін як компоненти готовності (фізіологічний, соціальний, особистісно-психологічний і професійний), рівні готовності (когнітивний, афективний і мотиваційний).

Кореляційний аналіз з використанням коефіцієнта кореляції Спірмена дозволив стверджувати, що психологічна готовність респондентів до вікових змін через такі показники як «когнітивний рівень готовності до вікових змін» і «загальний показник готовності до вікових змін» впливають на суб'єктивне відчуття благополуччя, а саме на оцінку себе і власного життя («баланс афекту») ($R = -0,336, p < 0,05$ і $R = -0,304, p < 0,05$ відповідно).

Це означає, що чим більше людина усвідомлює вікові зміни, що відбуваються з ним (або очікуються в майбутньому), тим більш він приймає себе зі своїми недоліками і перевагами. Спостерігається позитивна оцінка всіх сторін власної особистості, особливо здатності набувати і підтримувати контакти з оточуючими; впевненість в собі і власних силах, висока думка про власні можливості, почуття компетентності в управлінні повсякденними справами.

Високий рівень загальної готовності до вікових змін, який є інтегративною характеристикою ставлення людини до тих вікових змін, що відбувається з нею або змін, що очікують його в майбутньому проявляється в чіткому усвідомленні і

розумінні природності, а десь і неминучості фізичних проявів старіння (зміни зовнішності, зниження гостроти зору, слуху, загострення різних захворювань), зміни соціального статусу і ставлення з боку оточуючих, загострення окремих особистісних рис, якісних перетворень у пізнавальній сфері, відходу від професійної діяльності. Така людина готова до спокійного, толерантного сприйняття майбутніх вікових змін - без гострих переживань і негативних емоційних реакцій. У неї «відкритий» активний пошук стратегій адаптації до різноманітних вікових змін сьогодення, планування свого життя в умовах майбутніх трансформацій. Такі люди припускають позитивне ставлення до світу, себе та інших людей, характеризуються самоприйняттям і оптимістичним ставленням до майбутнього.

Межкореляційні зв'язки також виявили, що професійний компонент готовності до вікових змін тісно пов'язаний зі шкалою благополуччя «Людина як відкрита система» ($R = 0,345, p < 0,05$). Так чим вище бали за професійною компонентою готовності, яка забезпечує адаптацію до таких факторів, як конкуренція з боку більш молодих колег і складності в освоєнні нових методів роботи, нової техніки; набуття ролі наставника в професійній діяльності та (або) статусу «колишнього професіонала»; вихід на пенсію, відхід від професійної діяльності, вивільнення часу після виходу на пенсію, тим вище здатність до формування цілісного, реалістичного погляду на життя, відкритості новому досвіду, безпосередності і природності переживань. Що в свою чергу забезпечує зростання відчуття благополуччя в цілому.

Так само було встановлено взаємозв'язок віку і всіх структурних елементів готовності до вікових змін, а також віку і суб'єктивного відчуття благополуччя (в групі були респонденти передпенсійного віку та пенсійного віку).

Згідно результатів респонденти більш старшого віку розуміють зміни, що відбуваються з ними і приймають їх. Їх толерантне ставлення і здатність шукати продуктивні шляхи пристосування до таких проявів старіння, як втрата зовнішньої привабливості і поява зовнішніх ознак віку (зморшки, сивина і т. п.); зниження гостроти зору і слуху; підвищена стомлюваність; зниження статевої активності; порушення функцій серцево-судинної системи, опорно-рухового апарату (фізіологічний компонент) дозволяють їм спокійно ставитися до цього питання.

Показники соціальної компоненти готовності показують, що людині більш старшого віку легше усвідомити, прийняти і знайти способи адаптуватися до проявів старіння в соціальній сфері: це ставлення оточуючих як до літньої, старої людини і зміна характеру спілкування з ними; погіршення матеріального становища і набуття статусу «утриманця»; нові ролі - дід, бабуся.

Особистісно-психологічна компонента готовності проявляється в здатності людини зрозуміти механізми психологічних змін, що відбуваються з нею або прогнозувати їх появу в майбутньому, ставитися до них спокійно як до

нормальних явищ і активно шукати шляхи компенсації та саморегуляції. Цей компонент включає такі зміни, як погіршення пам'яті і уповільнення процесу мислення; поява схильності передавати досвід, повчати, давати поради; загострену емоційну реакцію на ставлення оточуючих, появу почуття «непотрібності», «марності»; «застрягання» на певних думках, справах, переживаннях. Для людей більш молодих цей компонент не впливає на відчуття благополуччя, так як їм важко уявити можливі зміни, які можуть статися з ними в майбутньому. У представників старшого покоління в свою чергу більш виражені відповідальність, самоконтроль, толерантність, особистісна зрілість, загальна особистісна регуляція, орієнтація на моральні норми, бажання створити про себе сприятливе враження. Це говорить, з одного боку, про більш високої соціальну, особистісну та моральну зрілість, з іншого боку, про певну залежність від думки оточуючих, в першу чергу, які є значущими. Для представників старшого покоління дуже важливі відносини з близькими людьми, а також їх здоров'я і благополуччя. Вони цінують те, чого змогли досягти в житті, будь то міцна сім'я або авторитет і повага серед друзів і колег, а може бути, і те, і інше. Тому для них дуже важливо зберегти в цілісності і недоторканності те, що вони мають.

Крім того, у осіб більш пізнього віку може мати місце зниження ролі професійної діяльності в житті, і більш того до її втрати. Також в них включається пошук і реалізація способів самовираження у позапрофесійній сфері.

Аналіз достовірності відмінностей в групах передпенсійного і пенсійного віку дозволяє говорити про існуючі відмінності в соціальному та когнітивному структурних компонентах готовності до вікових змін.

Це пов'язано з тим, що дослідження проводилося з працюючими пенсіонерами, які вже прийняли зміни, що відбулися з ними, але які активно ведуть пошук стратегій адаптації до різноманітних вікових змін сьогодення, планують своє життя в умовах майбутніх трансформацій. Ті респонденти, які не досягли пенсійного віку, частіше не замислюються, і не хочуть приймати вікові зміни. Тому і готовність у них низька.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Припущення про зв'язок готовності до вікових змін і суб'єктивного відчуття благополуччя частково підтвердилося: соціальний компонент, особистісно - психологічний компонент і когнітивний рівень в структурі психологічної готовності до вікових змін пов'язані з суб'єктивним відчуттям благополуччя людини в області прийняття себе.

Компонент загальної готовності до вікових змін в цілому як результат також пов'язаний з суб'єктивним відчуттям благополуччя. А саме реципієнти з високим ступенем готовності мають позитивним ставленням до себе і свого минулого, впевнені і компетентні в управлінні повсякденними справами, незалежні у своїх судженнях, здатні вибудувати близькі, приємні, довірчі відносини з оточуючими, а також здатні регулювати власну поведінку і оцінювати себе, виходячи з власних

стандартів і керуючись своїми принципами.

Готовність до освоєння вікових змін і сформованість її структури не визначає повністю відчуття психічного благополуччя людей періоду пізньої дорослості і похилого віку, однак підвищує загальну емоційну оцінку себе і власної особистості.

З віком рівень психологічного благополуччя знижується, але знижується він не за всіма показниками. Це говорить про величезні компенсаторні можливості людей старшого віку і підтверджує припущення про те, що старіння є процесом індивідуальним і дуже варіативним, а вік не є головним чинником, що визначає, чи буде людина психологічно благополучною.

Для збереження психологічного благополуччя людині необхідне:

1. психічне і фізичне здоров'я на високому рівні;
2. підтримання соціальної значущості, затребуваність;
3. постійна наявність контактів за інтересами, спілкування;
4. помірна трудова діяльність, фізична активність.

При наявності і задоволеності даних потреб відчуття благополуччя особистості сягатиме високого рівня, що буде свідчити про прийняття ним вікових змін в цілому, при якому він зможе відчувати весь власний потенціал і багатство власного внутрішнього душевного стану.

Подальші дослідження даної проблематики доцільне спрямувати на вивчення детальних аспектів взаємозв'язку психологічної готовності до вікових змін з суб'єктивним відчуттям психологічного благополуччя особистості. Зокрема, дослідити гендерні особливості переживання вікових змін.

Zueva, A.O. A subjective feeling of well-being and acceptance of age-related changes. *The article presents the empirical study results about relations between structural indicators of readiness for age-related changes and a subjective feeling of well-being of people older than 50 years. It was revealed that the readiness to accept age-related changes with its formed structure does not completely determine the psychological well-being of this age people, but it raises an overall emotional self-assessment/ This fact shows large compensatory capacities of elderly people and confirms the assumption that aging is an individual and very variable process. The prospect of further study of detailed aspects of relations between readiness for age-related changes and a subjective feeling of psychological well-being is substantiated.*

Keywords: *psychological well-being, elderly age, readiness for age-related changes.*

Список використаних джерел

1. Брэдберн Н. Структура психологического благополучия/Н. Брэдберн. – Ярославль: Инфра. – 2005. – С. 17 – 34.

2. Бринза І. Аналіз зв'язків між показниками життєстійкості особистості та переживанням благополуччя//І. Бринза// Наука і освіта. - 2011. - № 3. - С. 18-20.
3. Глуханюк Н. С. Поздний возраст и стратегии его освоения// Н. С. Глуханюк, Т. Б. Гершкович. – Москва, 2003. – 66 с.
4. Зинина А.А. Готовность к возрастным изменениям как фактор конструирования социальных представлений о психологическом благополучии в старости// А.А. Зинина. - Вестник МГОУ. Серия: Психологические науки. – 2016. - № 1. – 35 - 43.
5. Кременчуцька М. К. Психологічні проблеми людей літнього віку//М. К. Кременчуцька. - Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. - № 2 (23). – 2014. – С. 143 – 148.
6. Партико Т. Б. Вікові зміни психологічного благополуччя у середній та пізній дорослості//Т. Б. Партико. - Психологія та особистість. – 2016. - №2(10). – ч.1. – С. 83 – 96.
7. Пахоль Б. Є. Суб'єктивне та психологічне благополуччя: сучасні і класичні підходи, моделі та чинники / Б. Є. Пахоль // Український психологічний журнал. – 2017. – № 1 (3). – С. 80–104.
8. Розанов В.А. Рост нарушений психического здоровья в мире – психиатрическая эпидемиология современности // Уральский журнал психиатрии, наркологии и психотерапии. – 2015. – Т.3(1). – С. 6-21.
9. Шевеленкова Т.Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования)/Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко // Психологическая диагностика — 2005. — № 3. — С. 95—123.
10. Hernandez C. R., Gonzalez M. Z. Effects of Intergenerational Interaction on Aging // Educational Gerontology. - 2008. - V. 34(4). - P. 292-305.
11. Ryff C.D. Psychological well-being in adult life / C.D. Ryff // Current Direction in Psychological Science. — 1995. — № 4. — P. 99—104.

Spysok vykorystanykh dzherel

1. Brijedbern N. Struktura psihologicheskogo blagopoluchija/N. Brijedbern. – Jaroslavl': Infra. – 2005. – S. 17 – 34.
2. Бринза І. Аналіз зв'язків між показниками життєстійкості особистості та переживанням благополуччя//І. Бринза// Наука і освіта. - 2011. - № 3. - С. 18-20.
3. Gluhanjuk N. S. Pozdnij vozrast i strategii ego osvoenija// N. S. Gluhanjuk T. B. Gershkovich. – Moskva, 2003. – 66 s.
4. Zinina A.A. Gotovnost' k vozrastnym izmenenijam kak faktor konstruirovaniya social'nyh predstavlenij o psihologicheskom blagopoluchii v starosti// A.A. Zinina. - Vestnik MGOU. Serija: Psihologicheskie nauki. – 2016. - № 1. – 35 - 43.
5. Kremenchutska M. K. Psykholohichni problemy liudei litnoho viku//M. K. Kremenchutska. - Aktualni problemy sotsiolohii, psykholohii, pedahohiky. - № 2 (23). –

2014. – С. 143 – 148.

6. Partyko T. B. Vikovi zminy psykhologichnoho blahopoluchchia u serednii ta piznii doroslости//Т. В. Partyko. - Psykhohiia ta osobystist. – 2016. - №2(10). – ch.1. – С. 83 – 96.

7. Pakhol B. Ie. Sub'iektivne ta psykhologichne blahopoluchchia: suchasni i klasychni pidkhody, modeli ta chynnyky / B. Ie. Pakhol // Ukrainskyi psykhologichnyi zhurnal. – 2017. – No 1 (3). – С. 80–104.

8. Rozanov V.A. Rost narushenij psicheskogo zdorov'ja v mire – psihiatricheskaja jepidemiologija sovremennosti // Ural'skij zhurnal psihiatrii, narkologii i psihoterapii. – 2015. – Т.3(1). – С. 6-21.

9. Shevelenkova T.D. Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti (obzor osnovnyh koncepcij i metodika issledovanija)/T.D. Shevelenkova, P.P. Fesenko // Psihologicheskaja diagnostika — 2005. — № 3. — С. 95—123.

10. Hernandez C. R., Gonzalez M. Z. Effects of Intergenerational Interaction on Aging // Educational Gerontology. - 2008. - V. 34(4). - P. 292-305.

11. Ryff C.D. Psychological well-being in adult life / C.D. Ryff // Current Direction in Psychological Science. — 1995. — № 4. — P. 99—104.

Відомості про автора

Зуєва Альона Олександрівна, аспірант кафедри соціальної допомоги та практичної психології Одеського національного університету ім. І. І. Мечникова

Zueva, Aliona O., a post-graduate student, Department of Social Assistance and Practical Psychology, Mechnikov National University in Odessa

E-mail: zueva-alena@mail.ua

УДК 376 - 056. 24: 159. 922. 760

Ілляшенко Т.Д.

Обухівська А.Г.

ПОПЕРЕДЖЕННЯ ТА КОРЕКЦІЯ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ У ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

Ілляшенко Т.Д., Обухівська А.Г. Попередження та корекція девіантної поведінки у дітей з особливими освітніми потребами. У статті розглядається проблема девіантної поведінки у дітей з особливими освітніми потребами. Обговорюється змістове наповнення поняття девіантної поведінки у дітей означеної категорії. Виокремлюються первинні, біологічно зумовлені, і вторинні, що виникають внаслідок неадекватних умов навчання і виховання, фактори відхилення у поведінці цих дітей, особливості їх проявів та шляхи попередження і корекції. Зокрема, пропонується розроблений авторами