

Б48

3429p

Національний педагогічний університет  
імені М.П. Драгоманова

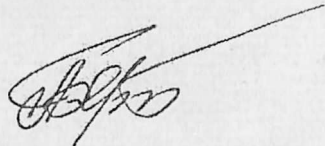
Березіна Олена Олександрівна

УДК 159.922.63

**ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ  
ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ В ПЕРІОД ГЕРОНТОГЕНЕЗУ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

Автореферат  
дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата психологічних наук



Київ – 2012

8417

НБ НПУ ім. М.П. Драгоманова

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано на кафедрі психології Інституту філософської освіти і науки Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України

**Науковий керівник:** доктор психологічних наук, професор,  
член-кореспондент НАПН України  
**СМУЛЬСОН Марина Лазарівна**,  
Інститут психології імені Г.С. Коспока НАПН України,  
завідувачка лабораторії нових  
інформаційних технологій навчання

**Офіційні опоненти:** доктор психологічних наук, професор,  
дійсний член НАПН України  
**ЧЕПЕЛЄВА Наталія Василівна**,  
Інститут психології імені Г.С. Коспока НАПН України,  
заступник директора з науково-дослідної роботи

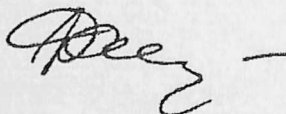
кандидат психологічних наук, доцент  
**ЩОТКА Оксана Петрівна**  
Ніжинський державний університет  
імені Миколи Гоголя,  
завідувачка кафедри психології

Захист відбудеться "19" червня 2012 року о 12 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.10 у Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова, 01601, Київ-30, вул. Пирогова, 9.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, 01601, Київ-30, вул. Пирогова, 9.

Автореферат розіслано 18 травня 2012 року

Вчений секретар  
спеціалізованої вченої ради



Л.В. Долинська

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність теми.** Демографічні зміни у сучасному світі проявляються в тенденції до збільшення населення літнього і похилого віку. Основними чинниками даного процесу виступають скорочення народжуваності і загальне збільшення тривалості життя. Так, у порівнянні з кінцем XVIII ст., у XXI ст. смертність серед осіб 50-60 років скоротилась в чотири рази, а смертність серед осіб у віці 70 років зменшилась в два рази. Завдяки сучасним розробкам у медицині і загальному підвищенню життєвого рівня населення, після виходу на пенсію людина цілком реально може прожити, у середньому, ще 15-25 років.

Визначення хронологічної вікової межі між зрілістю й старістю ускладнюється через значні індивідуальні розбіжності у проявах інволюційних ознак. У період геронтогенезу посилюється чинність закону гетерохронії, що виражається в тривалому збереженні і, часом, поліпшенні роботи одних систем організму з рівнобжним наростанням інволюційних процесів в інших системах. Даний феномен пояснюється значущістю цих систем у життєво важливих процесах організму. Кожна людина має резерв розвитку впродовж всього життя, який необхідно використовувати, щоб встигнути реалізувати свій потенціал і не залишати справи не закінченими. Б.Г. Ананьєв підкреслював, що в старості, поряд з інволюційними процесами, існують чинники, які протистоять старінню. Проблему вікової кризи та адаптації осіб похилого віку до періоду геронтогенезу вивчали такі вчені, як О.О. Богомолец, Дж. Біррен, Д.Б. Бромлей, М.В. Гамезо, Е. Еріксон, О.О. Козлов, І.С. Коц, Д. Левінсон, І.І. Мечніков, М. Перлмутер, В.В. Фролькіс, О.В. Хухлалева, В.Е. Чудновський.

Інтерес сучасних дослідників (Л.І. Анциферова, Н.С. Глуханюк, О.В. Краснова, О.Г. Лідерс, І.Г. Малкіна-Пих, Г.Г. Мільне, Р. Пек, М.Л. Смульсон, Ян Стюарт-Гамільтон, М.В. Єрмолаєва, Є.Ф. Рибалко, Є.І. Холостова, Дж. Л. Хорн, М.Ф. Шахматов) до вивчення періоду геронтогенезу зумовлений рядом причин, серед яких найбільш важливі: відкриття геронтологією фактів опору організму тотальній інволюції в період геронтогенезу, що обумовили погляд на старість як на вік розвитку, та наявність соціально-економічних чинників подовження життя. У багатьох наукових працях показана важливість страху смерті в геронтогенезі. Проблемам, пов'язаним зі страхом смерті, присвячені роботи Ф. Ар'єса, І.О. Вагіна, І.Вачкова, С. Грофа, О.Я. Гуревича, П.П.Каліновського, А.А. Налчаджяна, Є.І.Рогова, В. Ромека, К. Фопеля, Дж. Хеліфакса, Н.Ю. Хрящової. Аналіз зазначених досліджень засвідчив, що люди, які наближаються до заключної фази вітального циклу, у своїй більшості не готові до прийняття власної смерті, і цей період перетворюється для них на низку жахів та страждань перед невідомою безоднею. Однак проблема правильного вибору стратегії адаптації до періоду геронтогенезу, подолання танатофобічних переживань та особистісного розвитку осіб похилого та старечого віку після виходу на пенсію не були предметом спеціального дослідження у вітчизняній психології.

Таким чином, актуальність та недостатня розробленість психологічних проблем, пов'язаних із особистісним розвитком та адаптацією в період геронтогенезу і зумовили вибір теми дослідження «Індивідуально-психологічні чинники особистісного розвитку в період геронтогенезу».

**Зв'язок роботи із науковими програмами, планами, темами.** Тема дисертаційного дослідження входить до плану наукових робіт кафедри психології інституту філософської освіти і науки Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова і затверджена Вченою радою НПУ імені М.П. Драгоманова

(протокол № 7 від 29 січня 2004 року) та рішенням бюро міжвідомчої ради з координації наукових досліджень у галузі педагогіки і психології НАПН України (протокол № 8 від 31 жовтня 2006 року).

**Об'єкт дослідження** – особистісний розвиток в період геронтогенезу.

**Предмет дослідження** – індивідуально-психологічні чинники розвитку особистості в період геронтогенезу.

**Мета дослідження:** Визначення індивідуально-психологічних чинників, обґрунтування, створення й апробація програми особистісного розвитку в період геронтогенезу.

**Гіпотеза дослідження:** В основу дослідження було покладено припущення про те, що особистісний розвиток в період геронтогенезу зумовлюється наступними індивідуально-психологічними чинниками: ступенем особистісної цілісності та інтелектуальної збереженості, рівнем соціальної, фізичної, інтелектуальної та творчої активності, відсутністю танатофобічних переживань та ступенем психологічної адаптованості до старості. Важливим чинником, що чинить вплив на особистісний розвиток осіб пізнього віку є відсутність страху смерті та психологічна готовність до завершення життя в період геронтогенезу, як результат повноцінної адаптації особистості до заключної фази вітального циклу. Подолання танатофобічних переживань, створення позитивних вітальних налаштувань та активізація творчих здібностей в осіб у період геронтогенезу засобами психологічного тренінгу здатні знизити вплив негативних чинників старіння, підвищити адаптаційні механізми особистості та відкрити перед літньою людиною нові можливості самовдосконалення та особистісного розвитку.

**Завдання дослідження:**

1. Визначити теоретичні підходи до вивчення проблеми особистісного розвитку в період геронтогенезу.
2. Виявити індивідуально-психологічні чинники впливу на особистісний розвиток осіб у період геронтогенезу.
3. Експериментально дослідити психологічну готовність осіб пізнього віку до життєдіяльності на заключному етапі вітального циклу; з'ясувати вплив адаптації осіб пізнього віку до старості; визначити вплив творчої активності на особистісний розвиток осіб періоду геронтогенезу.
4. Обґрунтувати, розробити та апробувати тренінгові програми з подолання танатофобічних переживань у період пізньої дорослості й активізації творчого розвитку.

**Теоретико-методологічна основа дослідження:** психологічні концепції розвитку особистості протягом усього життя (Л.І. Анциферова, П.Б. Балтес, Г.С. Костюк, С.Д. Максименко, Н.В. Чепелєва); наукові підходи до проблеми старості і старіння (М.В. Гамезо, Ф. Гізе, Д. Даннефер, І.І. Мечніков, М. Перлмутер, С.Ф. Рибалко); дослідження проблем кризи у період геронтогенезу (Г.С. Абрамова, М.В. Сєрмолаєва, О.В. Краснова, А. Крузе, О.Г. Лідерс, І.Г. Малкіна-Пих, Г. Хойфг, О.П. Шотка) та адаптаційних механізмів у осіб похилого віку (Д.Б. Бромлей, Е. Еріксон, І.С. Кон, К. Рошак, Ян Стюарт-Гамільтон, В.В. Фролькіс); концепції збереженості інтелекту в пізній дорослості (Дж.К. Племонс, Р. Сассер-Кoen, М.Л. Смульсон, Ч. Спірман, К.У. Шаї, М.Ф. Шахматов.); психологічні дослідження проблеми смерті (Ф. Ар'єс, І.О. Вагін, С. Гроф, А.Я. Гуревич, П.П. Калиновський, А.А. Налчаджян, Л.З. Трегубов, І. Ялом); тренінгові технології творчого розвитку особистості та подолання страху смерті (І.В. Вачков, К. Рудестам, К. Фопель, С.І. Холостова).

**Методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань застосований ряд загальнонаукових теоретичних (теоретичний аналіз, узагальнення та систематизація



психологічного дослідження) та емпіричних методів – бесіда, інтерв'ю, авторські анкети («Соціально-побутові проблеми та інтереси осіб похилого та старечого віку», «Танатофобічні переживання та специфіка ставлення до старості осіб періоду пізньої дорослості», «Вплив технічного прогресу та інформаційних технологій на життя сучасних осіб похилого та старечого віку», «Ставлення осіб похилого та старечого віку до питань буття й смерті»), а також методики, спрямовані на вивчення індивідуально-психологічних чинників геронтогенезу («Шкала оцінки рівня реактивної й особистісної тривожності» (Ч.Д. Спілбергер-Ю.Л. Ханін), «Шкала оцінки потреби в досягненні» (Ю.М. Орлов), «Рівень суб'єктивного контролю (РСК)» (Дж. Ротгер), «Характерологічні акцентуації особистості й нервово-психологічна нестійкість» (Д.І. Шпаченко), «Ціннісні орієнтації» (М. Рокіч). Методики, що застосовувались у формувальному експерименті дозволили виявити та проконтролювати стан інтелектуально-мнестичної складової особистості: «Оперативна пам'ять», «Пам'ять на образи», «Пам'ять на числа», «Розміщення чисел», «Вибірковість уваги» (Х. Мюнстбергер), «Метод виключення», «Кола» (Е. Вартег), «Розповідь за картинкою». Використовувались також методи, що спрямовані на визначення індивідуально-психологічних особливостей особистості: «Оцінка рівня товариськості» (В.Ф. Ряховський), «Самооцінка особистості» (С. Будассі), «Впевненість у собі» (Е. Райдас), «Шкала депресії» (BDI) (А. Бек), «Стресостійкість та соціальна адаптація» (Д. Холмс і Р. Прає). Були застосовані методи кількісного аналізу отриманих даних та якісної інтерпретації результатів дослідження, компаративний метод, методи математичної статистики (t-критерій Стьюдента, та рангова кореляція Спірмена), комп'ютерна обробка експериментальних даних (програма Excel, SPSS 11.0).

**Експериментальна база дослідження:** мешканці похилого та старечого віку м. Києва, Київської області та Криму. Загальна кількість досліджуваних – 244 людини у віці від 55 до 92 років. Серед них 133 жінки та 111 чоловіків. Загальне число учасників тренінгових груп склало 184 особи (114 жінок та 70 чоловіків). До контрольної групи увійшло 65 чоловік (42 жінки та 23 чоловіка).

**Наукова новизна і теоретичне значення дослідження** визначається тим, що:

- *вперше* визначені індивідуально-психологічні чинники особистісного розвитку у період геронтогенезу в тому числі вплив інволюційних процесів; одержані емпіричні дані про особливості формування психологічної готовності до заключної фази вітального циклу в осіб похилого та старечого віку та визначено ступінь цієї готовності; показані особливості прояву психологічної готовності до життєдіяльності в осіб пізнього віку на заключному етапі вітального циклу; описані типи стратегій адаптації в осіб літнього та старечого віку до періоду геронтогенезу; вивчено роль творчості як чинника розвитку особистості в період геронтогенезу; обґрунтовано, розроблено та апробовано тренінгові програми з подолання страху смерті та творчого розвитку в період геронтогенезу.

- *поглиблено і уточнено* поняття кризового періоду в осіб похилого віку, який впливає на розвиток та адаптацію до періоду пізньої дорослості;

- *набуто подальшого розвитку знання* про адаптаційні механізми в осіб похилого віку в період геронтогенезу, їх індивідуально-психологічні особливості та про танатофобію у період геронтогенезу.

**Практичне значення одержаних результатів.** Розроблені моделі адаптації осіб пізнього віку до періоду геронтогенезу дозволяють визначити стратегію адаптації з урахуванням індивідуально-психологічних чинників особистості і можуть бути використані в психологічній та психотерапевтичній практиці для психокорекції з метою актуалізації особистісного розвитку в період пізньої дорослості.

Авторські анкети, присвячені вивченню соціально-побутових потреб та інтересів людей похилого віку, дослідженню танатофобічних переживань і специфіки ставлення до старості, визначенню впливу технічного прогресу й інформаційних технологій на життя сучасних людей літнього віку та визначенню їх ставлення до буття і смерті. тренінг особистісного розвитку у період пізньої дорослості і тренінг з подолання страху смерті можуть бути використані практичними психологами, геронтопсихологами, геронтологами, психотерапевтами, працівниками соціальних служб та медичних закладів. Результати та висновки дослідження можуть доповнити зміст навчальних курсів «Вікова психологія» (теми «Психологія старості», «Геронтопсихологія»).

Результати дисертаційного дослідження **впроваджено** у групах, сформованих з людей похилого та старечого віку на базі Республіканської науково-медичної бібліотеки м. Сімферополя (довідка про впровадження №73 від 03 08.2006 р.), на базі бібліотек ЦБС для дорослих м. Сімферополя (довідка про впровадження №155 від 18.07.2006 р.) та у центрі Кримського Республіканського об'єднання інвалідів Союзу організацій інвалідів України м. Сімферополя (довідка про впровадження №9-11 від 09.09.2006 р.), а також серед мешканців Києва у Територіальному центрі соціального обслуговування №2 Шевченківського району, м. Києва (довідка про впровадження № 042-22/103 від 12.03.2012 р.). На матеріалах дисертаційного дослідження був розроблений лекційний курс, який викладається в Університеті третього віку Територіального ЦСО №2 Шевченківського району м. Києва.

**Надійність та вірогідність отриманих даних забезпечується:** аналізом літературних джерел, що містять теоретичні та емпіричні дані з проблеми дослідження; розробкою методологічного апарату та стратегії дослідження, яке забезпечене використанням комплексного методичного інструментарію, адекватного меті та завданням дослідження; необхідним обсягом вибірки; сучасними методами математичного та статистичного опрацювання даних; адекватним співвідношенням якісного та кількісного аналізу.

**Апробація результатів дисертації.** Основні теоретичні положення і результати дослідження доповідались та отримали схвалення на науково-практичних конференціях “Нові інформаційні технології навчання: психологічні проблеми” (Київ, 2005, 2007), Міжнародній науково-практичній конференції “Генеza буття особистості”, присвяченій ювілею наукової та педагогічної діяльності академіка С.Д. Максименка., (Київ, 2006), Всеукраїнській науково-практичній конференції “Тенденції розвитку психології в Україні: історія та сучасність” (Київ, 2006), Міждисциплінарній науково-практичній конференції “Технології інтелектуальної діяльності” (Київ, 2009), Міжнародній науково-практичній конференції “Успішність особистості: потенціал та обмеження”, II Всеукраїнському психологічному конгресі, присвяченому 110 річниці від дня народження Г.С. Костюка (Київ, 2010), щорічних науково-практичних конференціях та засіданнях кафедри психології Інституту філософської освіти і науки Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова.

**Публікації.** Основні результати дослідження викладено в 14 одноосібних публікаціях з яких 10 у фахових виданнях, та 4 – у матеріалах науково-практичних конференцій.

**Структура і обсяг дисертації.** Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, списку використаних джерел (237 найменувань, із них 36 іноземними мовами) та додатків на 33 сторінках (31 таблиця та 25 рисунків). Основний зміст дисертації викладено на 215 сторінках і містить 12 таблиць, 15 рисунків на 23 сторінках. Загальний обсяг дисертації – 276 сторінок.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У вступі обґрунтовано актуальність проблеми; визначено об'єкт, предмет, мету та завдання дисертаційного дослідження; сформульовано гіпотезу; розкрито теоретико-методологічні основи дослідження; викладено наукову новизну, теоретичне та практичне значення роботи, а також представлені дані щодо апробації, впровадження отриманих результатів дослідження, публікацій та структури роботи.

У першому розділі – “Теоретичний аналіз проблеми особистісного розвитку в період геронтогенезу” – розглянуто психологічні проблеми старіння та розвитку особистості в період геронтогенезу, відображені в науковій літературі, проаналізовано підходи різних фахівців стосовно ставлення особистості до смерті як психологічної проблеми.

За даними Організації Об'єднаних Націй старіння населення землі характеризується скороченням частки населення працездатного віку від 15 до 59 років та збільшенням процентної долі літніх людей при зменшенні долі дітей. Очікується, що у 2047 році кількість осіб літнього віку в світі перевищить число дітей.

У 1967 році Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВОЗ) на міжнародному симпозіумі у Ленінграді було ухвалено класифікацію старості (період геронтогенезу), згідно якої похилий вік для чоловіків становить від 60 до 74 років, для жінок від 55 до 74 років; старечий вік для чоловіків і жінок від 75 до 90 років; довгожителі вважаються представники обох статей від 90 років і більше. По Г.Крайгу пізня дорослість починається після 60 років.

Проблему старіння та розвитку особистості в період пізньої дорослості вивчали психологи Дж. Біррен, М.В. Гамезо, Ф. Гізе, Д. Даннефер, Е. Еріксон, О.О. Козлов, М. Перлмутер, С.Ф. Рибалко, та ін. З точки зору соціології та медицини проблему старіння та смерті розглядали (О.О. Богомолец, І.І. Мечніков, С. Гроф, В.В. Фролькіс), антропології (Л.В. Тома), теософії (св. Ігнатій Богоносець, св. Іустин філософ, християнський письменник-апологет Татіан), філософії (Ф. Ар'се, А.Я. Гуревич, А.А. Налчаджян, Луцій Сенека, З. Фрейд).

При розкритті поняття віку в осіб похилого й старечого віку О.В. Краснова, О.Г. Лідерс розрізняють такі типи, як біологічний (функціональний) вік, який відображає ступінь біологічних та функціональних порушень в організмі людини; психологічний вік, що представляє ступінь онтогенетичного розвитку індивіда та співвідношення його суб'єктивного уявлення про себе у діапазоні свого життя. Психічний вік характеризує ступінь відповідності інтелектуального рівня індивіда віковим нормам; соціальний вік відображає співвідношення між громадським статусом та рівнем досягнень однієї людини та більшості осіб того ж віку; пенсійний (паспортний) вік свідчить про досягнення людиною календарного віку. Такі розмежування є умовними, тому що часто відмічаються часові незбіжності вікових типів.

На розвиток особистості у період геронтогенезу суттєвий вплив чинять індивідуально-психологічні особливості. У працях Е. Еріксона, В.В. Болтенко показані характерні особливості самооцінки осіб періоду пізньої дорослості з урахуванням ретроспективи в самоаналізі, а Л.В. Бороздіна, І.О. Молчанова відзначають включення минулого у процес самосприйняття. Рівень самооцінки осіб пенсійного віку залежить від ступеню залученості індивіда до соціуму, його затребуваності, рівня зайнятості, стану фізичного та психічного здоров'я, емоційної стабільності, можливості самовираження, задоволеності життям й загального вітального налаштування особистості. На зниження самооцінки впливають: погіршення стану психічного та фізичного здоров'я,

зниження інтелектуально-мнестичних функцій, втрата близьких людей, втрата контролю над ситуацією, відсутність вільного вибору, безпорадність, залежність від інших, неможливість задоволення потреб, негативне вітальне налаштування.

Мотиваційно-потребова сфера осіб похилого та старечого віку з часом зазнає змін внаслідок зміни ієрархії потреб, а не через зміну їх вмісту. Внаслідок інволюційних процесів відбувається згортання потреб: у самоактуалізації, в самоствердженні та високій самооцінці, у любові та визнанні, безпеці та самозбереженні (В.В. Болтенко).

Регрес когнітивної та інтелектуальної функції особистості не є обов'язковою складовою процесу геронтогенезу й залежить від індивідуальних особливостей особистості (П.С. Фрай). Здатність до засвоєння нової інформації в період пізньої дорослості зберігається або діють компенсаторні механізми. Порушення сили й жвавості психічних властивостей є причиною зниження якості та об'єму уваги (Х. Хофман, К. Шаї, Д. Бромлей), що проявляється у послабленні контролю за звичними механічними діями, підсвідомого контролю за послідовністю подразників і концентрації уваги, здатності контролю оточення при управлінні власними діями (Е.Д. Сміт). На розлад сприйняття впливають: сенсорна, рухова, емоційна, інтелектуальна депривація, соціальна ізоляція. У похилому віці успішність та якість виконання завдань залежить не від швидкості, а від використання досвіду, накопиченого протягом життя.

У розділі розглянуто типології старіння, що ґрунтуються на різних засадах: на соціальній ситуації розвитку, а також на провідній діяльності та особистісних новоутвореннях (М.С. Пряжніков); ставленні до виходу на пенсію (Г. Абрамова); розподілі соціально-психологічних типів старості на благополучні та неблагополучні (І.С. Кон); розподілі по типах прийняття власного старіння (Ф. Гізе); п'ять типів пристосування особистості до старості (Д.Б. Бромлей). У розділі доведено, що проаналізовані типології не відображають всієї різноманітності проявів поведінки та індивідуальності осіб похилого й старечого віку, але можуть служити орієнтиром у наукових дослідженнях й практичній роботі з особами пенсійного віку. Відсутність готовності до старіння негативно впливає на адаптаційні механізми особистості, сприяючи виникненню криз пізнього віку.

Дослідники (М.В. Гамезо, В.С. Герасімова, Г.Г. Горелова) визначають психологічні чинники, які сприяють активному довіліттю. Такими чинниками є: соціально активний розвиток, фізична активність, інтелектуальна діяльність. У літніх людей поряд з інволюційними процесами розвиваються й новоутворення прогресивного характеру, які дозволяють долати деструктивні явища, що характерні для періоду геронтогенезу.

Узагальнення наукових доробок з означених проблем засвідчило майже повну відсутність досліджень щодо розробки проблеми розвитку особистості в період геронтогенезу та чинників, які впливають на цей процес. Водночас, аналіз означених попередніх досліджень дозволив нам теоретично виокремити провідні індивідуально-психологічні чинники розвитку особистості в період геронтогенезу, експериментальні дослідження яких і подано у другому розділі дисертації.

**У другому розділі – «Експериментальне дослідження індивідуально-психологічних чинників особистісного розвитку періоду геронтогенезу»** обґрунтовані методичні підходи до дослідження індивідуально-психологічних чинників особистісного розвитку в період геронтогенезу, досліджено готовність особистості до заключного етапу вітального циклу як чинник особистісного розвитку, визначені чинники адаптації особистості до старіння, досліджено творчість як чинник розвитку особистості в геронтогенезі.

На першому етапі експериментального дослідження ми виявляли чинники впливу на особистісний розвиток осіб у період геронтогенезу.

На підставі проведеного анкетування одержані дані про соціально-психологічні особливості життя та інтересів людей пенсійного віку, їх ставлення до смерті. Респонденти були поділені на три групи у відповідності до вектору інтересів: «творчої» та «нетворчої» спрямованості. Група «А» –особистості з творчою спрямованістю (41,0% від загального числа осіб), і група «В» –особистості з нетворчою спрямованістю (59,0% від загального числа осіб). Група «А» представлена двома підгрупами: «А1» (особистості з творчою спрямованістю, що не бояться смерті, складають 43,0% від загального числа осіб групи «А») та підгрупа «А2» (особистості з творчою спрямованістю, що бояться смерті, складають 57,0%). У групі «В» виділились три підгрупи: «В1» (особистості з нетворчою спрямованістю, що не бояться смерті, склали 45,8% від загального числа групи «В»), «В2» (особистості з нетворчою спрямованістю, що бояться смерті—41,7%). Осіб, які ставляться до смерті з байдужістю (12,5% від загального числа осіб з нетворчою спрямованістю) ми віднесли до окремої групи «С».

Таким чином, на першому етапі виділились групи відповідно до творчої спрямованості респондентів, їх ставлення до смерті та адаптованості до старіння. Саме інтелектуальна та творча активність, відсутність танатофобічних переживань та психологічна адаптованість до старості, за нашою гіпотезою, є провідними чинниками особистісного розвитку в період геронтогенезу. Тому наступним етапом дослідження стало поглиблене вивчення індивідуально-психологічних чинників особистісного розвитку в старості.

Виявлено, що неможливість займатись творчістю в осіб похилого та старечого віку безпосередньо пов'язана із погіршенням стану здоров'я. Результати нашого дослідження показали, що особи похилого й, особливо, старечого віку, намагаються підтримувати прийнятний для себе ступінь життєвої активності, однак люди, які не бояться смерті, ведуть більш активне життя, що свідчить про їх кращу фізичну й психологічну збереженість і адаптованість до періоду геронтогенезу.

Вивчення індивідуально-психологічних чинників розвитку особистості людей похилого та старечого віку показало, що особи, які належать до різних груп адаптації до періоду геронтогенезу, мають певні психологічні розбіжності. Більш адаптованими до періоду пізньої дорослості виявились представники підгрупи «А1» та «В1», тобто ті особи, які не відчувають страху смерті. Відмічаються значні співпадіння даних у підгрупі «В2» та групі «С», що свідчить про їх близькість. Подальші дослідження дозволили виявити, що позиціонування байдужого ставлення до смерті в осіб групи «С» є прихованим страхом смерті. Слід підкреслити, що представники всіх груп, які бояться смерті, сприймають старість як час страждань, самотності, хвороб та незатребуваності, на відміну від респондентів, які не бояться смерті і вважають, що старість – це вільний час, який можна використати за бажанням. Отже дослідження танатофобічних переживань і ставлення до старості осіб у період геронтогенезу показали, що проблеми особистісного розвитку в період пізньої дорослості багато в чому пов'язані зі ставленням осіб похилого й старечого віку до старості та смерті.

У розділі показано, що за шкалою оцінки рівня реактивної та особистісної тривожності (Ч.Д. Спілберг, Ю.Л. Ханін) серед представників третього віку, які представляють групи адаптації до періоду геронтогенезу, переважає низький і помірний рівні реактивної тривожності. З іншого боку, найбільш високий рівень особистісної тривожності відмічається у підгрупі «В2» (53,3%) та групі «С» (55,6%), що знов зближує дані групи та свідчить про те, що байдуже ставлення до смерті маскує

танатофобічні переживання. В осіб у віці 66-75 років, також досить часто відзначається високий рівень особистісної тривожності в період геронтогенезу. Розрахунок рангової кореляції Спірмена для  $N = 244$  показав, що  $r_s = 0.263$  статистично значуща на високому рівні достовірності ( $P \leq 0,01$ ). Це свідчить про тісний взаємозв'язок рівня особистісної тривожності та страху смерті в період геронтогенезу.

Інволюційні зміни впливають на інтелектуальну діяльність осіб у період пізньої дорослості, однак не тільки деструктивно, але й іноді виступають у ролі своєрідного каталізатора, що сприяє активізації їх інтелектуальної й творчої діяльності. На особистісний розвиток та стан творчих здібностей осіб пізнього віку впливають: спосіб життя, специфіка професії, індивідуальні особливості особистості, а не старіння як таке. Інтелектуальний розвиток, і, особливо, заняття творчістю відіграють значну роль при формуванні рівня самооцінки людей похилого віку і є важливими показниками їх особистісного розвитку та психологічного довголіття. Переключення активності на пізнавальну та творчу діяльність сприяє підвищенню психологічної й соціальної адаптації, встановленню нових комунікативних зв'язків. Творче самовираження сприяє духовному омолодженню і продовженню активного довголіття.

На підставі виявлених чинників (див. таблицю 1), які перешкоджають, чи, навпаки, сприяють особистісному розвитку в період геронтогенезу, нами були виділені конструктивні й деструктивні стратегії адаптації та на цьому ґрунті розроблені моделі адаптації осіб третього віку до геронтогенезу. Моделі адаптації відбивають індивідуально-психологічні особливості особистості літніх людей, особистісний розвиток та творчу самореалізацію, фізичну активність, соціальну активність, уявлення літньої людини про старість і ставлення до смерті. Рівень суб'єктивного контролю відіграє важливу роль в адаптації осіб пізнього віку до періоду геронтогенезу. При дослідженні мінливості й стабільності локусу контролю, який є важливим в адаптації до старості були виявлені позитивні зв'язки та залежності зворотного характеру, які є значущими. Так, у період пізньої дорослості серед осіб 55-92 років були зафіксовані певні психологічні зміни у віковому проміжку 66-75 років у осіб обох статей. До того ж у жінок відмічалось збільшення рівня інтернальності, а у чоловіків – екстернальності. Після 76 років йде зрушення інтернальності у бік зниження показників у жінок і збільшення екстернальності у чоловіків за шкалами здоров'я, невдач, сімейних стосунків. Даний факт доводить, що суттєві зміни, які відбуваються в осіб 66-75 років у всіх сферах життєдіяльності, можуть свідчити про наявність періоду вікової кризи, що істотно впливає на якість адаптаційних процесів у пізньому віці, які відіграють важливу роль у розвитку особистості та її пристосуванні до періоду пізньої дорослості. Показано, що найбільший рівень інтернальності відмічається у творчих осіб, не схильних до танатофобічних переживань.

Отже, високий рівень екстернальності у групах 65-75 років та 76 років та старше, більшою мірою є притаманним чоловікам, а інтернальності – жінкам. Екстернальність чинить негативний вплив на проходження адаптації, а інтернальність, навпаки, сприяє адаптаційному процесу. Успішне проходження кризового періоду пізньої дорослості (66-75 років) свідчить про адаптацію осіб похилого віку до нових ролей у соціумі та прийняття ними свого нового статусу. Дані рівня суб'єктивного контролю з урахуванням багатомірного профілю особистості у залежності від вікових груп свідчать про зростання екстернальності з віком.

В акцентуованих особистостях незалежно від спрямованості акцентуації виявлено високий процент тих, у кого є серйозні зміни стану здоров'я. Після проходження кризового періоду 65-75 років акцентуації особистості стають менш вираженими.

Виявлена залежність нервово-психологічної нестійкості від віку: в період 66-75 вона підвищується (+ 16,0%), потім знижується (-7,3%). В осіб, що не бояться смерті, вона суттєво нижча. Байдуже ставлення до смерті в осіб похилого віку є наслідком прихованого страху смерті. Результат кореляційного аналізу Спірмена показав високий ступінь зв'язку між нервово-психологічною нестійкістю осіб пізнього віку та страхом смерті, який вони відчувають, оскільки  $r_s = 0,243$ , що статистично достовірно з імовірністю похибки  $p = 0,001$ .

Дослідження показало, що на адаптацію до періоду геронтогенезу істотний вплив чинить ставлення до осіб пізнього віку у соціумі. Серйозної проблеми набуває ейджизм. 98,4% опитаних відзначили, що у різній мірі відчувають негативне ставлення до себе через свій вік. Отже, якість соціально-психологічної адаптації осіб періоду пізньої дорослості залежить від таких важливих чинників, як: психофізичне збереження, життя активність, взаємостосунки з навколишнім світом і з собою, індивідуально-психологічні особливості особистості, самореалізація та особистісний розвиток, баланс яких і обумовлює вибір та спрямованість стратегії старіння.

Важливим чинником особистісного розвитку у період геронтогенезу є творчий розвиток, значний вплив на який чинять потреба у досягненні та мотивація діяльності.

За шкалою оцінки потреби в досягненні, у віковому періоді 66-75 років спостерігається зниження рівня мотивації, що пояснюється хронологічним збігом криз соціальної, психологічної й соматичної складових сфер особистості, які перешкоджають процесу розвитку особистості та адаптації до періоду пізньої дорослості. Найбільше число осіб з низьким мотиваційним рівнем відмічається у респондентів в групі "С" та підгрупі "В2". Помірний рівень мотивації у досягненні відмічається у респондентів групи "А". Рангова кореляція Спірмена для  $N = 244$  дозволила розрахувати коефіцієнт кореляційного зв'язку між мотивацією в досягненні й творчою діяльністю, який склав  $r_s = 0,304$  та показав високий рівень статистичної значущості ( $P \leq 0,001$ ).

У віці 65-75 років визначається новий ступінь переосмислення життя, коли людина серйозно усвідомлює наближення моменту закінчення власного існування. В осіб літнього віку відзначається втрата інтересів, збільшення рівня захворюваності та смертності. Внаслідок психологічної нерозв'язаності проблеми власної старості, настановлення індивіда зміщуються з позитивних на негативні, змушуючи його займати або позицію «пасивного виживання», або аутодеструктивну позицію (так звані «настановлення на смерть»). Нерідко причиною втрати інтересів осіб похилого віку стають хвороби, що знижують якість життя й перешкоджають збереженню інтересів (послаблення або втрата слуху, зору, зменшення рухливості). Рангова кореляція Спірмена при  $N = 144$  показала, що при критичних значеннях  $r = 0,14$   $P \leq 0,05$  та  $r = 0,18$   $P \leq 0,01$ ,  $r_s = 0,15$  статистично значима, що свідчить про взаємозв'язок, який існує між вітальними налаштуваннями та змінами здоров'я в осіб періоду геронтогенезу.

Отже, інтелектуальна та творча діяльність, відсутність танатофобічних переживань та психологічна адаптованість до періоду геронтогенезу є важливими чинниками, які протистоять інволюції людини в цілому. Активність у літньому й похилому віці, реалізація планів життєвого смислу, позитивні вітальні налаштування є необхідними умовами психічного здоров'я й збереження особистості у пізньому віці. Аналіз отриманих нами даних виявив недостатність актуалізації особистісного розвитку в період геронтогенезу серед осіб пізнього віку, що і зумовило необхідність розробки та проведення формульованого психологічного експерименту з подолання страху смерті та особистісного розвитку осіб у період пізньої дорослості.



Таблиця 1

## Чинники, що впливають на особистісний розвиток у період геронтогенезу

Адаптація до періоду геронтогенезу	
Вплив на розвиток особистості	
Позитивний	Негативний
Модель старіння – <i>конструктивна</i>	Модель старіння – <i>деструктивна</i>
Соціальна <i>активність</i>	Соціальна <i>пасивність</i>
Трудова діяльність після досягнення пенсійного віку – <i>продовжена</i>	Трудова діяльність після досягнення пенсійного віку – <i>припинена</i>
Спосіб життя – <i>активний та середньо-активний</i>	Спосіб життя – <i>пасивний</i>
Новий соціальний статус – <i>приймається</i>	Новий соціальний статус – <i>не приймається</i>
Нові соціальні ролі – <i>бажання змінюватись та випробувати їх</i>	Нові соціальні ролі – <i>небажання змінюватись та випробувати їх</i>
Комунікабельність, дружні стосунки – <i>присутні</i>	Комунікабельність, дружні стосунки – <i>відсутні</i>
Відповідальність за власне життя – <i>особиста</i>	Відповідальність за власне життя – <i>перекладання на інших</i>
Фізична <i>активність</i> – <i>середня чи висока</i>	Фізична <i>активність</i> – <i>низька</i>
Нові технології – <i>користуються</i>	Нові технології – <i>уникають користуватись, бояться</i>
Самооцінка – <i>адекватна</i>	Самооцінка – <i>неадекватна</i>
Суб'єктивний контроль – <i>скоріше внутрішній</i>	Суб'єктивний контроль – <i>скоріше зовнішній</i>
Акцентуації характеру – <i>слабо виражені</i>	Акцентуації характеру – <i>сильно виражені</i>
Матеріальне забезпечення – <i>задовільне</i>	Матеріальне забезпечення – <i>незадовільне</i>
Власне майбутнє – <i>проектування та планування</i>	Власне майбутнє – <i>відсутність планів</i>
Готовність особистості до життєдіяльності на заключній фазі вітального циклу	
Вплив на розвиток особистості	
Позитивний	Негативний
Страх смерті, танатофобічні переживання – <i>відсутні</i>	Страх смерті, танатофобічні переживання – <i>наявні чи приховані (байдужість)</i>
Страх старіння – <i>відсутній</i>	Страх старіння – <i>присутній</i>
Відчуття власної старості – <i>відсутнє</i>	Відчуття власної старості – <i>присутнє</i>
Сприйняття старості – <i>позитивне, конструктивне</i>	Сприйняття старості – <i>негативне, деструктивне</i>

прийняття прожитого власного життя

Его-ідентичність – усвідомлюється

Здатність примирення з неминучим закінченням власного життя

Стан умиротворіння

Віра у себе – присутня

Вітальне налаштування – позитивне

Фізично та психічно – збережені

Відчуття самотності – відсутнє

Тривожність – низький чи помірний рівень

Депресивні стани – відсутні

Нервово-психологічна нестійкість (НПН) – низький чи середній рівень

Безпорадність, страх залежності від інших – відсутні

Втрата близької людини – ні

Задовольняти потреби – мають можливість

Відчуття баремності прожитого власного життя

Его-ідентичність – не усвідомлюється

Нездатність примирення з неминучим закінченням власного життя

Стан розпачу

Віра у себе – відсутня

Вітальне налаштування – негативне

Фізично та психічно – не збережені

Відчуття самотності – присутнє

Тривожність – високий рівень

Депресивні стани – присутні

Нервово-психологічна нестійкість (НПН) – високий рівень

Безпорадність, страх залежності від інших – присутні

Втрата близької людини – так

Задовольняти потреби – не мають можливості

### Інтелектуальний розвиток та творча діяльність

#### Вплив на розвиток особистості

Позитивний	Негативний
Творча та пізнавальна активність – висока	Творча та пізнавальна активність – низька
Спосіб життя – носить змістовний та творчий характер	Спосіб життя – носить беззмістовний характер
Потреба у досягненні – високий чи помірний рівень	Потреба у досягненні – низький рівень
Мотивація діяльності – висока	Мотивації діяльності – низька
Інтелектуально-мнестичні функції – в основному збережені	Інтелектуально-мнестичні функції – порушені
Регрес когнітивної функції – відсутній	Регрес когнітивної функції – присутній
Наявність однодумців та можливостей для самовираження і особистісного розвитку	Відсутність однодумців та можливостей для самовираження і особистісного розвитку
Порушення соматичного характеру, які заважають особистісному розвитку (вади зору, слуху та ін.) – практично відсутні	Порушення соматичного характеру, які заважають особистісному розвитку (вади зору, слуху та ін.) – наявні
Можливість корегування порушених функцій організму (протезування зору, слуху) – присутня	Можливість корегування порушених функцій організму (протезування зору, слуху) – відсутня

У третьому розділі – «Актуалізація особистісного розвитку в період геронтогенезу» викладено теоретичне обґрунтування формувального експерименту з особистісного розвитку в період геронтогенезу; представлені змістові та процесуальні аспекти побудови формувального експерименту з особистісного розвитку в період геронтогенезу; викладені результати формувального експерименту з особистісного розвитку в період геронтогенезу. У напрямку психологічної роботи з особами пізнього віку працювали М.В. Ермолаєва, А. Крузе, І.Г. Малкіна-Пих, Г. Хойфт. Психологічною роботою зі страхом смерті займалися І.О. Вагін, А.В. Гнєздилов, С. Гроф, Дж. Хеліфакс, О.П. Щотка.

Метою формувального експерименту є активізація особистісного розвитку осіб у період геронтогенезу шляхом впливу на індивідуально-психологічні чинники цього процесу. Для цього нами були розроблені два тренінги «Тренінг особистісного розвитку в період геронтогенезу» та «Тренінг з подолання страху смерті». Критеріями особистісного розвитку в період геронтогенезу є підвищення самооцінки, творчої активності, адаптації до періоду пізньої дорослості й подолання танатофобічних переживань.

Формувальний експеримент проводився у 21 експериментальній групі, які були сформовані на базі бібліотек Центральної бібліотечної системи для дорослих і центрі Кримського Республіканського об'єднання інвалідів Спільки організацій інвалідів України м. Сімферополя. Три групи були сформовані на базі Територіального центру №2 Шевченківського району м. Києва. Загальне число учасників тренінгів склало 184 чоловіка (114 жінок й 70 чоловіків віком від 60 до 75 років). Заняття проводились через день по 1 годині (загальний обсяг 210 годин). Також було створено контрольну групу, до якої увійшли 65 людей (23 чоловіка та 42 жінки).

У розділі показано, що психокорекційна робота з людьми пізнього віку потребує адаптації застосованих у тренінгу методів і прийомів до вікового чинника. У пізній дорослості проявляється регрес незатребуваних функцій, що свідчить про необхідність зваженого підходу в підборі психокорекційних методик з урахуванням всіх складових психологічних і фізіологічних характеристик. Необхідно дотримувати баланс активації й реактивації психологічних функцій осіб похилого й старечого віку, тому що їх недостатня або надмірна напруга може призвести до негативного результату. Психологічне обстеження осіб похилого і старечого віку дозволяє визначити й реалізувати найбільш оптимальну для людини модель старіння з урахуванням її фізичних, психологічних, соціальних та економічних можливостей. Психологічна допомога спрямована на наступні аспекти: психологічну і соціальну реабілітацію; корекцію самосприйняття й самооцінки; конструктивну перебудову ціннісної ієрархії; корекцію потреб; корекцію рівня домагань; вироблення впевненості у собі; вироблення комунікативних навичок з урахуванням власних психофізичних можливостей; зниження рівня тривожності; подолання фобій, пов'язаних зі страхом самотності, безпорадності, залежності від інших, а також страхом смерті.

«Тренінг з подолання страху смерті» спрямований на подолання танатофобічних переживань і формування позитивних вітальних налаштувань у період пізньої дорослості, усвідомлення сенсу власного існування й існування світу в цілому, досягнення екзистенційної рівноваги та, як наслідок, знаходження спокою й умиротворіння.

Вправи, запропоновані в тренінгах, націлені на надання допомоги особам похилого й старечого віку в аналізі стосунків з найближчим оточенням; на перегляд негативних подій, що відбувались в минулому, та дезактуалізацію їх у свідомості учасників групи; на усунення деструктивного впливу негативних емоцій, що закріпились внаслідок психотравмуючих ситуацій, на вицлювання й осмислення найбільш важливих, цінних досягнень у житті літніх людей у період геронтогенезу, що сприяє розвитку

соціальної толерантності їй дозволяє подолати страх смерті. Процес психологічних змін простежувався й коректувався протягом усього тренінгового курсу. Критеріями ефективності тренінгу з подолання страху смерті були позитивні зрушення у депресивній складовій, рівні впевненості та підвищені самооцінки. Для перевірки гіпотези про наявність або відсутність впливу тренінгових курсів нами використовувався t-критеріальний аналіз Стьюдента та рангова кореляція Спірмена. Динаміка особистісного розвитку, яка відбиває порівняльний аналіз експериментальної та контрольної груп, показана на рисунку 1.

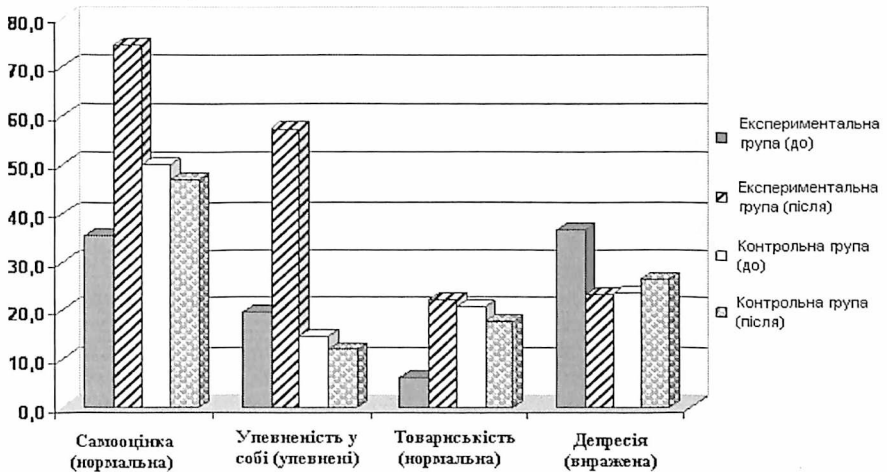


Рис. 1. Динаміка особистісного розвитку у експериментальній та контрольній групах до та після формувального впливу

Проходження тренінгу з подолання страху смерті, спрямованого на подолання фобій, характерних для осіб похилого й старечого віку, аналіз і переосмислення власного життя, усвідомлення його цінності та неповторності і, як логічне продовження, прийняття неминучості настання заключної фази вітального циклу, підвищує якість життя в старості, вивільнюючи енергію, яка йшла раніше на боротьбу з танатофобією, спрямовуючи її на особистісний розвиток, активізацію й розширення адаптаційних ресурсів осіб пізнього віку.

Метою курсу «Тренінг особистісного розвитку в період геронтогенезу» є комплексний вплив на психічну діяльність осіб похилого й старечого віку, спрямований на активізацію творчого потенціалу особистості і психологічну адаптацію до періоду геронтогенезу.

Основними завданнями тренінгу особистісного розвитку в період геронтогенезу були:

- активізація творчого потенціалу особистості з метою відновлення функцій пам'яті, збільшення обсягу уваги й розвитку креативного мислення;
- навчання людей похилого віку необхідних комунікативних навичок і розвиток соціальної толерантності з метою підвищення рівня соціальної адаптації;
- навчання навичкам самоконтролю та інтроспективного самоаналізу з метою особистісного розвитку, відновлення особистісної ідентичності, формування адекватної самооцінки і рівня домагань, зниження рівня особистісної тривожності і формування позитивних вітальних налаштувань;

- формування навичок запобігання і конструктивного вирішення конфліктних ситуацій;
- формування мотиву діяльності та розвиток потреби в розумових і фізичних тренуваннях з метою активізації внутрішніх резервів організму й збільшення психологічної і фізичної резистентності.

Дослідження показало, що методики тренінгу виявились адекватними поставленим завданням. У ході занять була досягнута позитивна динаміка в учасників тренінгів з розвитку творчого потенціалу. Процес психологічних змін простежувався і коректувався протягом усього тренінгового курсу та підтвердженний t-критеріальним аналізом Стюдента. Динаміка ефективності тренінгових занять з розвитку інтелектуально-мнестичних функцій, яка відбиває порівняльний аналіз експериментальної та контрольної груп, показана на рис. 2.

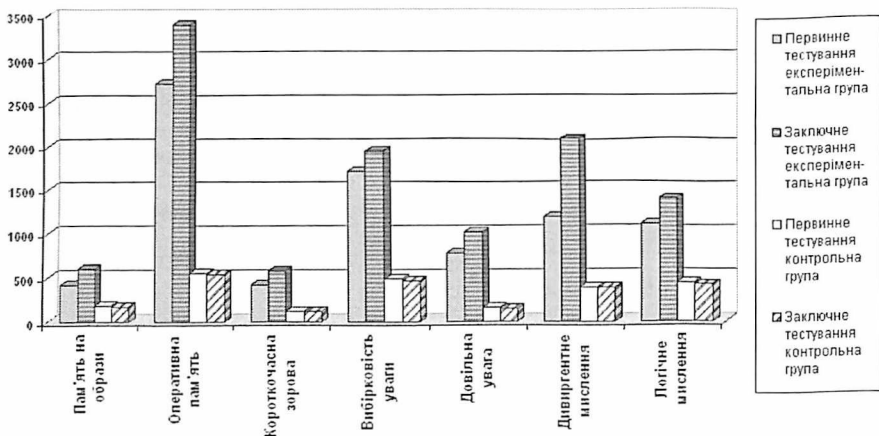


Рис. 2. Порівняльний аналіз розвитку інтелектуально-мнестичних функцій в експериментальній та контрольній групах до та після формувального впливу

Тренінг особистісного розвитку в період геронтогенезу дозволяє особам, що вступили в період пізнього віку, перебороти відчуття вікової ізоляції та соціального відчуження. Визначення конструктивних життєвих цілей, вірний вибір виду діяльності і адекватний розподіл фізичних та психологічних ресурсів сприяють активізації інтелектуальних й творчих резервів осіб похилого і старечого віку та формують у них позитивні вітальні налаштування.

У ході занять була досягнута позитивна динаміка особистісного розвитку в учасників тренінгів: активізація інтелектуального і творчого потенціалу особистості, зниження рівня особистісної тривожності, подолання танатофобічних переживань, та встановлення над ними емоційного і волевого контролю. Це дало можливість не тільки підвищити якість життя осіб пізнього віку, але й конструктивно розширити межі їх психологічної адаптації до періоду пізньої дорослості.

Формування нових життєвих цілей і позитивних вітальних налаштувань дозволяє легше й ефективніше пройти кризу пізнього віку і, суттєво зменшивши у людини страх смерті, переспрямувати її сили, що йшли раніше на боротьбу з фобією, на особистісний розвиток та реалізацію власного творчого потенціалу у період геронтогенезу.

## ВИСНОВКИ

У дисертації наведене теоретичне узагальнення та експериментальне дослідження проблеми впливу індивідуально-психологічних чинників розвитку особистості у період геронтогенезу, що полягало у дослідженні психологічної готовності осіб пізнього віку до життєдіяльності на заключному етапі вітального циклу, впливу адаптації осіб пізнього віку до старості, а також творчої активності, на особистісний розвиток осіб у період геронтогенезу; обґрунтуванні, розробці та апробації тренінгової програми з подолання танатофобічних переживань у період пізньої дорослості й активізації творчого розвитку.

1. У результаті проведеного теоретичного аналізу науково-психологічних концепцій проблеми геронтогенезу визначено теоретичні підходи до особистісного розвитку в цей віковий період. Виявлено, що у науковій літературі існують різні поняття віку. Стосовно осіб періоду пізньої дорослості можна виділити наступні типи: біологічний (функціональний) вік, психологічний вік, психічний вік, соціальний вік, пенсійний (паспортний) вік. Розмежування віку виходу на пенсію є умовними, тому що часто відзначається часова розбіжність вікових типів. Визначення хронологічної вікової межі між зрілістю й старістю неможливе через значні індивідуальні розбіжності в появі інволюційних ознак. Негативне сприйняття людиною старості сприяє виникненню страху смерті й утруднює адаптаційні процеси. Відсутність готовності до старіння негативно впливає на адаптаційні механізми особистості, сприяючи виникненню криз пізнього віку. Існує ряд психологічних чинників, що сприяють активному довголіттю. Такими чинниками є: соціально активний розвиток, фізична активність, інтелектуальна діяльність. У людей літнього віку поряд з інволюційними процесами організму розвиваються новоутворення прогресивного характеру, які дозволяють переборювати деструктивні явища, характерні для періоду геронтогенезу.

2. Визначено, що на особистісний розвиток у період геронтогенезу впливають психологічні, соматичні, соціальні, духовні чинники, сприйняття старості, творчість та самореалізація, а також наявність чи відсутність страху смерті. Байдуже ставлення до смерті по суті є прихованим страхом кінцевості власного існування. Якість соціально-психологічної адаптації осіб періоду пізньої дорослості залежить від таких важливих чинників як: психофізичне збереження, життєва активність, взаємостосунки з навколишнім світом і з собою, індивідуально-психологічні особливості особистості, самореалізація та особистісний розвиток, баланс яких і обумовлює вибір та спрямованість стратегій старіння. На підставі виявлених психологічних чинників, які перешкоджають, чи, навпаки, сприяють адаптації особистості до періоду пізньої дорослості, та особистісному розвитку в цей період, виділені конструктивні й деструктивні стратегії адаптації та на цьому ґрунті розроблені адаптивні та дезадаптивні моделі адаптації осіб третього віку до періоду геронтогенезу.

3. Експериментально досліджено психологічну готовність осіб пізнього віку до життєдіяльності на заключному етапі вітального циклу, з'ясовано вплив адаптації осіб пізнього віку до старості, визначено вплив творчої активності на особистісний розвиток в період геронтогенезу. Встановлено, що неможливість особистісного розвитку та занять творчістю прямо пов'язана з погіршенням стану здоров'я. Виникненню страху смерті сприяють негативні зміни здоров'я і зниження інтелектуально-мнестичних функцій. В осіб у віці 66-75 років відзначається високий рівень особистісної

тривожності, простежується кореляція рівня тривожності зі страхом смерті. Найбільший рівень тривожності відзначається у реципієнтів, для яких характерні танатофобічні переживання, та у тих, що позиціонують себе байдужими до смерті. У віковий період 66-75 років спостерігається зниження рівня мотивації, що пояснюється хронологічним збігом криз соціальної, психологічної й соматичної складових сфер особистості, які утруднюють процес адаптації до періоду пізньої дорослості. Рівень мотивації в досягненні у жінок всіх вікових категорій нижче, ніж у чоловіків. Із збільшенням віку рівень мотивації в досягненні у жінок знижується. Найбільше число осіб груп адаптації до періоду геронтогенезу із низьким мотиваційним рівнем відзначається в групі осіб, що позиціонують себе байдужими до смерті, та підгрупі нетворчих осіб, які бояться смерті.

Виявлено, що у віці 66-75 років спостерігається посилення акцентуацій, що свідчить про кризовий період. Після проходження кризового періоду 66-75 років акцентуації особистості стають менш вираженими. Виявлено залежність нервово психологічної нестійкості від віку: у період 66-75 років вона підвищується, а потім знижується. Прослідковується зв'язок нервово-психологічної нестійкості зі страхом смерті. В осіб, що не бояться смерті, він істотно нижче. Байдуже ставлення до смерті в осіб літнього віку є наслідком прихованого страху смерті. У підгрупах, що не відчувають танатофобічних переживань, переважає шизоїдна форма акцентуації. На посилення акцентуації особистості впливають соматичні захворювання. На посилення акцентуації особистості в старості суттєво впливають соматичні захворювання різного генезу.

Показано, що в системі цінностей осіб похилого та старечого віку виділяються здоров'я й матеріально забезпечене життя, тобто ті життєво важливі сфери, в яких дана категорія людей зіштовхується з найбільшими проблемами і втратами. Для людей літнього віку характерні наступні риси: розважливність, обережність, значна увага до фізичного стану, сповільнення життєвого ритму, звуження кола спілкування, втрата соціальної повноти життя, прагнення до уникнення від нової інформації, складність у формуванні нової життєвої позиції, відсутність бажання змін способу власного життя.

4. Результати проведених досліджень та формувального експерименту підтвердили гіпотезу, згідно з якою у старості виникають позитивні новоутворення, які дозволяють особам похилого та старечого віку адаптуватись до вікових змін. При цьому ставлення до старості та смерті обумовлене індивідуальними розбіжностями у ієрархії вітальних цінностей, ступенем особистісної цілісності, рівнем психологічної адаптованості до старості та наявністю проблем соматичного характеру. Психологічна готовність до завершення життя в осіб пізнього віку є результатом повноцінної адаптації особистості до заключної фази вітального циклу.

5. Розроблені і апробовані у формувальному експерименті програми актуалізації розвитку особистості в період геронтогенезу «Тренінг особистісного розвитку в період геронтогенезу» і «Тренінг з подолання страху смерті в період пізньої дорослості», виявились адекватними поставленим завданням. Порівняльний аналіз результатів тестування показав наявність позитивної динаміки у всіх учасників тренінгових груп: покращення образної, короткочасної та оперативної пам'яті, довірливої уваги, дивергентного і логічного мислення, нормалізації рівня самооцінки, комунікативності та упевненості в собі, зниження депресивних проявів і танатофобічних переживань.

Результати наших досліджень свідчать про необхідність проведення психологічної роботи з особами періоду пізньої дорослості, які мають низький рівень адаптації до



періоду геронтогенезу при індивідуальній та груповій психокорекційній роботі з особами похилого та старечого віку дозволить задіяти якнайбільше складових посилення адаптаційних функцій особистості з метою актуалізації особистісного розвитку, підвищення якості життя літніх людей та їх творчої реалізації у період геронтогенезу. Одержання сучасних наукових даних про геронтогенез свідчить про необхідність розробки спеціальних програм, націлених на підготовку людей до старіння, які необхідно впроваджувати, починаючи зі шкільного віку, що дозволить надати необхідні знання про період пізньої дорослості та допоможе усунути негативне ставлення в соціумі до старих людей.

Подальшими перспективами дослідження є: застосування знань про особистісний та інтелектуальний розвиток для психологічної підготовки людей похилого і старечого віку до періоду пізньої дорослості, а також розробка спеціальних тренінгових програм творчої активізації в період геронтогенезу.

### **Основний зміст дисертації відображено у таких публікаціях автора:**

#### *У фахових виданнях*

1. Березина Е. А. Психологические особенности одиночества лиц позднего возраста / Е.А. Березина ; Научно-медицинское общество геронтологов и гериатров // Проблемы старения и долголетия. – К. – 2004. – Т. 13, № 3. – С. 344–351.
2. Березина О.О. Сучасні психологічні проблеми старіння / О.О. Березина // Науковий часопис національного педагогічного університету ім. Н. П. Драгоманова. Серія 12: Психологія. – К., 2005. – Вип. 4 (28). – С. 7–11.
3. Березина О.О. Самотність як психологічний чинник геронтогенезу / О.О. Березина // Науковий часопис національного педагогічного університету ім. Н. П. Драгоманова. Серія 12: Психологія. – К., 2005. – Вип. 3 (27). – С. 40–47.
4. Березина О.О. Інформаційні технології в житті сучасної літньої людини / О.О. Березина ; Інститут психології ім. Г.С.Костюка АПН України // Актуальні проблеми психології. Психологічна теорія і технологія навчання. – К. : Міленіум, 2005. – Т. III, вип. I. – С. 68–77.
5. Березина О.О. Творчий розвиток у період пізньої дорослості / О. О. Березина // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка. – К., 2006. – Т. VIII, ч. 8. – С. 21–26.
6. Березина О.О. Готовність особистості в період геронтогенезу до заключного етапу вітального циклу / О.О. Березина // Актуальні проблеми психології. Том V: Психофізіологія. Медична психологія. Генетична психологія / за ред. С. Д. Максименка. – К. : ІВЦ Держкомстату України, 2006. – Вип. 5. – С. 24–31.
7. Березина О.О. Проблема личностной адаптации в позднем возрасте / О.О. Березина // Психологічна теорія і технологія навчання // Наук. зап. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України; / за ред. С. Д. Максименка. – К., 2007. – Вип. 32. – С. 60–67.
8. Березина О.О. Тренінг личностного роста в период поздней зрелости / О.О. Березина // Актуальні проблеми психології. Том VIII: Психологічна теорія і технологія навчання. Випуск 4/ За ред. С. Д. Максименка, М. Л. Смільсон. – К.: Міленіум, – 2007. – С. 5–12.
9. Березина О.О. Ейджизм у суспільстві: проблеми пізнього віку / О.О. Березина // Актуальні проблеми психології. Том VIII: Психологічна теорія і технологія навчання / за ред. С. Д. Максименка, М. Л. Смільсон. – К. : Міленіум, 2008. – Вип. 5. – С. 3–10.

10. Березіна О.О. Дослідження психологічних особливостей осіб літнього й похилого віку / О.О. Березіна // Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка. Т.ХІІІ, част. 1. – К., 2011. – С. 49-58.

*У матеріалах конференцій*

11. Березіна О.О. Тренінг личностного роста в старости / О.О. Березіна // Нови технології навчання : психологічні проблеми : тези доп. наук.-практ. конф., 15-16 травня 2007.– К., 2007. – С. 79-81.

12. Березіна О.О. Дискримінація за віковою ознакою: ейджизм у пізньому віці [Електронний ресурс] / О.О. Березіна // Технології інтелектуальної діяльності : тези доп. Міждисциплінарної наук.-практ. конф. (Київ, лютий 2009 р.). – К., 2009. – Режим доступу : <http://www.psy-science.com.ua/department/texty/konf0902/berezina.doc>

13. Березіна О.О. Творчий розвиток у старості як фактор збереження життєдіяльності особистості / О.О. Березіна // Успішність особистості : потенціал та обмеження: тези доповідей Міжнар. наук.-практич. конференції (К., 18 березня 2010р.) / Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України, Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова; ред.: М.Л. Смульсон, Л.М. Зінченко.– К. : Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2010. – 268 с., С. 38-40.

14. Березіна О.О. Творчий розвиток у старості як адаптаційний механізм збереження життєдіяльності / О.О. Березіна // Матеріали ІІ всеукраїнського психологічного конгресу, присвяченого 110 річниці з дня народження Г.С. Костюка (19-20 квітня 2010 р.) – Т.1 – К.: ДП "Інформаційно-аналітичне агентство", 2010. – С.34-35.

## АНОТАЦІЇ

**Березіна О.О. Індивідуально-психологічні чинники особистісного розвитку в період геронтогенезу.**– Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук зі спеціальності 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2011.

Дисертаційне дослідження присвячене вивченню індивідуально-психологічних чинників особистісного розвитку в період геронтогенезу. У роботі представлені узагальнені результати наукової літератури теоретичного аналізу з проблеми старіння та розвитку особистості в період геронтогенезу, ставлення особистості до смерті як психологічної проблеми.

Виявлені чинники, що впливають на розвиток особистості у пізньому віці (адаптація до періоду геронтогенезу, готовність особистості до заключної фази вітального циклу, творча активність). Описані типи стратегій адаптації в осіб похилого та старечого віку в період геронтогенезу. Встановлено, що неможливість занять творчістю прямо пов'язана з погіршенням стану здоров'я. Виникненню страху смерті сприяють негативні зміни здоров'я та наявність інтелектуально-мнестичних порушень. Виявлено, що у віці 66-75 років спостерігається посилення характерологічних особливостей, що свідчить про кризовий період.

У формувальному експерименті доведено можливість розвитку особистості у пізньому віці. Обґрунтовано, розроблено та апробовано програми «Тренінг особистісного розвитку в період геронтогенезу» і «Тренінг з подолання страху смерті в період пізньої дорослості», які спрямовані на актуалізацію особистісного розвитку в період пізньої дорослості.

**Ключові слова:** геронтогенез, період пізньої дорослості, адаптація до періоду геронтогенезу, творчий розвиток, криза, інволюція, заключний етап вітального циклу.

**Березина Е.А. Индивидуально-психологическое развитие личности в период геронтогенеза.-** Рукопись.

Диссертация на получение научной степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология.– Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова, Киев, 2011.

Диссертационное исследование посвящено изучению индивидуально-психологических факторов личностного развития в период геронтогенеза. В работе представлены обобщенные результаты научной литературы теоретического анализа по проблеме старения и развития личности в период геронтогенеза, отношение личности к смерти как психологической проблеме.

Выявлены факторы, которые влияют на развитие личности в позднем возрасте (адаптация к периоду геронтогенеза, готовность личности к заключительной фазе витального цикла, творческая активность). Описаны типы стратегий адаптации у лиц преклонного и старческого возраста в период геронтогенеза.

Эмпирически установлено, что невозможность интеллектуального развития и творческой самореализации связана с ухудшением состояния здоровья. Негативные изменения здоровья и интеллектуально-мнестические нарушения способствуют возникновению страха смерти. Выявлено, что в возрасте 66-75 лет наблюдается усиление характерологических особенностей, что свидетельствует о кризисном периоде. После прохождения кризисного периода 66-75 лет акцентуации личности становятся менее выраженными. Выяснено, что для лиц пожилого и преклонного возраста характерны определенные защитные механизмы.

При личностном развитии и адаптации организма к новым условиям, наряду с инволюционными процессами развиваются приспособительные функции и происходит их активизация, что позволяет сохранять жизнедеятельность организма, способствуя преодолению деструктивных сил старения. Результаты проведенных исследований и формирующего эксперимента подтвердили гипотезу, согласно которой в старости возникают позитивные новообразования, позволяющие лицам пожилого и преклонного возраста адаптироваться к возрастным изменениям. При этом отношения к старости и смерти обусловлены индивидуальными расхождениями в иерархии витальных ценностей, степенью личностной целостности, уровнем психологической адаптированности к старости и наличием проблем соматического характера. Психологическая готовность к завершению жизни у лиц позднего возраста является результатом полноценной адаптации личности к заключительной фазе витального цикла. Созданы модели адаптации к пенсионному периоду. Определено, что на стратегию адаптации к периоду геронтогенеза влияют психологические; соматические, социальные, духовные факторы, восприятие старости, а также творчество и самореализация. Наиболее существенное влияние на развитие личности и адаптацию к пенсионному периоду оказывает наличие или отсутствие страха смерти. Безразличное отношение к смерти, по существу, является скрытым страхом конечности своего существования.

В формирующем эксперименте доказана возможность развития личности в позднем возрасте. Обоснованы, разработаны и апробированы программы «Тренинг личностного развития в период геронтогенеза» и «Тренинг по преодолению страха

смерти в период поздней взрослости», направленные на актуализацию личностного развития в период геронтогенеза.

**Ключевые слова:** геронтогенез, период поздней взрослости, адаптация к пенсионному периоду, творческое развитие, кризис, инволюция, заключительный этап витального цикла.

**Berezina O.O. Individually-psychological factors of personality's development during the period of gerontological genesis.**— Manuscript.

Dissertation for the Candidate degree in psychology, speciality 19.00.07 – pedagogical and aged psychology. – The National pedagogical M.P. Dragomanov university, Kyiv, 2011.

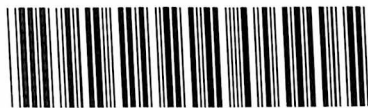
The subject of dissertation is research of the individually-psychological factors of personality's development during the period of gerontological genesis. The generalized results of scientific literature of theoretical analysis are in-process presented on issue of aging and development of personality in the period of gerontological genesis, attitude of personality toward death as psychological problem.

Factors that influence on development of personality in late age (adaptation to the period of gerontological genesis, readiness of personality to the final phase of intravital cycle, creative activity) are studied. The types of strategies of adaptation are described at the persons of age in the period of gerontological genesis. There were developed the models of aged people's adaptation to the gerontogeneth period. It was established empirically the relation of creative activities inability and health deterioration. The health negative changes and intellectual-mental disorders contribute to the fear of death appearance. It was revealed that the personality traits which shows the crisis period has been increasing of age 66 to 75.

The psychological correction programs and the psychotherapeutic programs for retirement age persons "The personal development training during late adulthood" and "The death fear overcoming training" that were developed and tested in the forming experiment are proved to be adequate to the task. The test results comparative analysis showed that all participants of training groups have positive dynamics.

**Key words:** adaptation to the gerontogeneth period, creative development, crisis, final stage of the vital cycle, involution, gerontological genesis, period of late adulthood.

**НБ НПУ**



\*100153246\*



Підписано до друку 16.05.2012 р. Формат 60x84/16.

Папір офсетний. Гарнітура Таймс.

Наклад 100 прим. Зам. № 323

Віддруковано з оригіналів

---

Видавництво Національного педагогічного університету  
імені М.П. Драгоманова. 01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9

Свідоцтво про реєстрацію № 1101 від 29.10.2002.

(044) 239-30-26