УДК 159.922.6

К.О. Островська, Л.І. Дідковська

ВПЛИВ НАВЧАННЯ ЛІТНІХ ЛЮДЕЙ В УНІВЕРСИТЕТІ ТРЕТЬОГО ВІКУ НА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЇХ АДАПТИВНОСТІ

Емпірично узагальнено особливості соціально-психологічної адаптативності осіб літнього віку, що навчаються, та осіб літнього віку, які не є слухачами Львівського університету третього віку. Представлено особливості соціально-психологічної адаптативності як чинника формування високої активності у соціальному середовищі в період пізньої дорослості. З'ясовано особливості взаємозв'язку між соціально-психологічними адаптивними можливостями осіб літнього віку та їх статусом студента.

Ключові слова: *соціально-психологічна адаптивність, університет третього віку.*

Постановка проблеми. Дані демографічного прогнозу свідчать про постійне зростання кількості осіб літнього віку в загальній структурі населення України. Нині кожний п'ятий житель України досяг 60-річного віку. Гостро постає питання дослідження не лише медичних, соціальних (Р. Бацман [1], І.Н. Веселкова, Е.В.Землянова [2]), але і психологічних аспектів проблем літнього віку (О.В. Краснова [3], К. Мустакас [4], С.Г. Максимова [5], Т.Д. Марцинковська [6], С. Міллера [7]). Власне вихід на пенсію, втрата близьких і друзів, хвороби, звуження кола спілкування і сфер діяльності – це призводить до збіднiння життя, зменшення кількості позитивних вражень та емоцій, почуття самотності і непотрібності. Крім цього, люди похилого віку важко переживають вікові та фізіологічні зміни, що відбуваються у їхньому організмі. Ці зміни часто супроводжуються різноманітними захворюваннями, які поруч із соціально-психологічними труднощами створюють надмірні переживання негативного спектру у вигляді напруги, тривоги, розпачу та ін. (Л.Ф. Обухова [8], Ж.В. Пузанова [9], А.І. Тащева [10]). Необхідність знайти адекватну сферу застосування активності літніх людей пов'язана і з тим, що пік соціальної активності осіб літнього віку збігається з передпенсійним періодом (у чоловіків у віці 60–62 років, у жінок від 55 до 60 років). Це посилює напруження, яке виникає у зв'язку з неминучим зменшенням рівня активності та зайнятості. Спільна діяльність, що має суспільну значущість, відновлює автономію і незалежність особи літнього віку, компенсує зменшення особистісного соціального потенціалу, тому в періоди, що передують старості, люди тяжіють до активного соціального життя (О. Кобилярик [11]).

Віднедавна для осіб у період пізньої дорослості є можливість навчатися у Львівському університеті Третього віку, що дає їм змогу відчути себе у ролі студентів. Власне відмінності в адаптативності людей літнього віку, які навчаються і не проходять відповідне навчання, є основою цієї роботи.

Мета наукової розвідки – узагальнення особливостей соціально-психологічної адаптативності осіб літнього віку, що навчаються, та осіб літнього віку, які не є слухачами Львівського університету третього віку.

Для дослідження використано такі методики: методика для визначення типу поведінкової активності Л.І. Вассермана та Н.В. Гуменюка (ТПА), методика діагностики рівня суб'єктивного стану самотності Д. Рассела і М. Фергюсона, методика на визначення стресостійкості і соціальної адаптації Холмса і Раге і методика діагностики соціально-психологічної адаптативності К. Роджерса і Р. Даймонда (СПА). Для статистичного опрацювання отриманих результатів використано пакет STATISTICA 8.036.

Група досліджуваних охоплює 44 особи віком 60–80 років з Львівського університету третього віку (ЛУТВ) та 46 осіб літнього віку з Пенсійного фонду України Галицького районного відділення м. Львова, які не навчаються в ЛУТВ.

Виклад основних положень. За опрацювання результатів група слухачів ЛУТВ розглядається як «група 1», а група осіб літнього віку, що не навчається, – «група 2».

Під час обробки результатів, одержаних у процесі емпіричного дослідження за методикою СПА К. Роджерса і Р. Даймонда, виявлено відмінності середніх значень показників адаптативності у групі слухачів ЛУТВ (група 1) та групі осіб літнього віку, які не навчаються (група 2) (рис. 1).

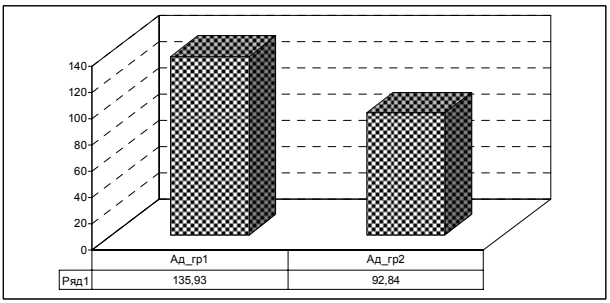

Рис. 1. Середні показники «адаптивності» у групі слухачів ЛУТВ (Ад_гр1) та групі осіб літнього віку, які не навчаються (Ад_гр2)

У групі 1 середні показники адаптивності (135,9) значно вищі, ніж у групі 2 (92,8). Це свідчить про те, що особи літнього віку, що навчаються в ЛУТВ, мають вищу здатність пристосовуватися до мінливих умов, змін зовнішнього середовища, аніж група осіб літнього віку, які не навчаються.

Ці ж висновки можна зробити на основі порівняння у досліджуваних групах літніх осіб інтегральних показників окремих шкал методики САП К. Роджерса і Р. Даймонда: «самоприйняття», «прийняття інших», «емоційна комфортність», «інтернальність», «прагнення до домінування» (Рис. 2.).

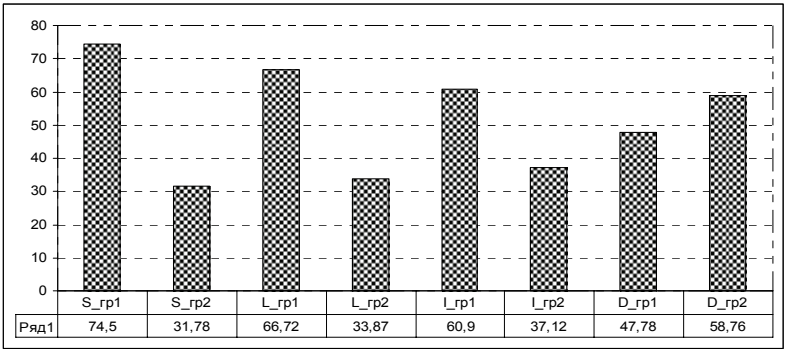

Рис. 2. Середні показники шкал «самоприйняття» (S), «прийняття інших» (L), «емоційна комфортність» (E), «інтернальність» (I), «прагнення до домінування» (D) у групі слухачів ЛУТВ (гр1) та групі осіб літнього віку, що не навчаються (гр2)

Як видно з Рис. 2, показники за шкалою «самоприйняття» у групі 1 вищі, ніж у групі 2. Група слухачів ЛУТВ має вищі показники самоприйняття через визнання себе і своєї індивідуальності, ставленням до себе як до особистості, гідної поваги, здатної до самостійного вибору, віру в себе і свої можливості. Нижчі показники по шкалі «самоприйняття» у групі осіб літнього віку, що не навчаються в ЛУТВ, зумовлені усвідомленням свої залежності від інших людей, боязню їхнього осуду. Такі особи замикаються в собі, бояться вийти «назовні», встановлювати тісні міжособистісні контакти.

Виявлено, що показники за шкалою «прийняття інших» удвічі вищі у групі 1 (66,72), ніж у групі 2 (33,87). Група слухачів ЛУТВ характеризується вмінням любити і приймати людей такими, якими вони є. Вони не намагайтеся контролювати інших людей, поважають їх сво-

боду. Натомість, неприйняття інших людей властиве групі осіб літнього віку, які не навчаються (група 2), – осуджують, критикують і прагнуть контролювати поведінку інших.

У групі слухачів ЛУТВ рівень емоційного комфорту вищий, ніж у групі осіб, які не навчаються. Особи літнього віку, які навчаються, мають високий ступінь психоемоційного комфорту, який характеризується емоційною лабільністю, стабільністю, позитивним емоційним фоном і настроєм.

У групі слухачів ЛУТВ показники шкали «інтернальності» вищі (60,9), ніж у групі осіб літнього віку, що не навчаються (37,12). Представники групи 1 схильні приписувати відповідальність за події життя і результати діяльності собі, а не зовнішнім факторам, на відміну від групи 2, які звикли плисти за течією і у всіх життєвих негараздах звинувачувати всіх довкола, тільки не себе.

Як видно з рис. 2, досліджувані групи 2 більш схильні до домінування, до прагнення встановлювати контроль над іншими, тоді як представники групи 1 схильні до компромісу та альтруїзму.

Результати проведеного кореляційного аналізу підтверджують вище сформульовані закономірності.

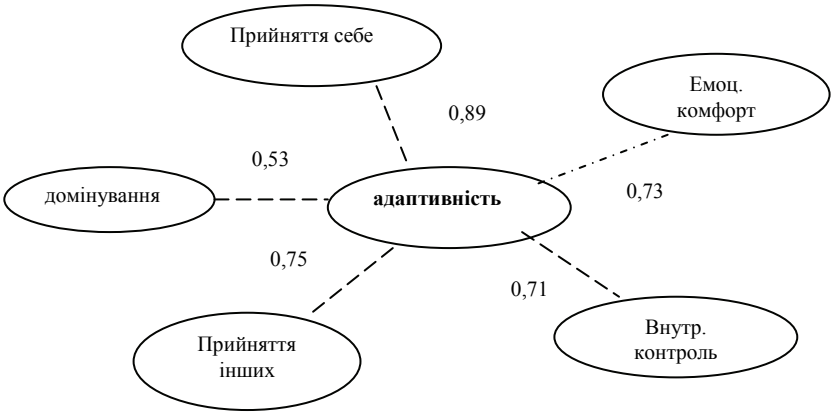

Рис. 3. Кореляційні зв'язки між шкалою адаптивності та шкалами методики діагностики соціально-психологічної адаптативності Роджерса і Даймонда у групі слухачів ЛУТВ

У групі слухачів ЛУТВ виявлено статистично значущі прямі кореляційні зв'язки шкали «адаптивності» зі шкалами «прийняття себе»

(r = 0,89), «прийняття інших» (r = 0,75), «емоційний комфорт» (r = 0,73), «внутрішній контроль» (r = 0,71) та «домінування» (r = 0,53) при рівні значущості p < 0,01 (рис. 3). У групі 2 (рис. 4) виявлено статистично значущі прямі кореляційні зв'язки при рівні значущості p < 0,01 шкали «адаптативність» з шкалами «емоційний дискомфорт» (r = 0,55) і «підпорядкування» (r = 0,47).

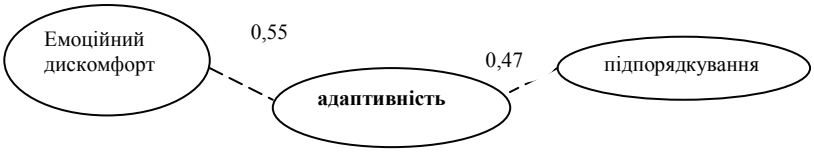

Рис. 4. Кореляційні зв'язки між шкалою адаптивності та шкалами методики діагностики соціально-психологічної адаптативності Роджерса і Даймонда у групі осіб літнього віку, які не навчаються

Рівень адаптивності у представників групи 2 є низьким тому, що вони схильні за своєю природою до домінантної позиції. Пристосування до соціуму змушує їх підпорядковуватися, що суперечить їхній внутрішній поставі і викликає значний емоційний дискомфорт (рис. 4). Натомість, порівняно нижчий рівень домінантності у слухачів ЛУТВ дозволяє їм пристосуватися до життєвих обставин, зберігаючи свою домінантну позицію та почуваючись цілком комфортно (рис. 3).

На основі проведеного аналізу можна зробити декілька практичних висновків:

1) ЛУТВ є засобом підвищення рівня соціально-психологічної адаптивності літніх людей;

2) вагомою перешкодою до вступу в ЛУТВ для літніх людей є високий рівень їх домінантності і низький рівень прийняття інших.

Аналіз результатів дослідження за методикою діагностики рівня суб'єктивного стану самотності Д. Рассела і М. Фергюсона та методикою на визначення стресостійкості і соціальної адаптації Холмса і Раге дозволяє встановити ще низку переваг участі в ЛУТВ для літніх людей.

Так, середнє значення змінної «рівень самотності» у групі 1 дорівнює 17,24, а у групі 2 – 39,86, де значення t-критерію рівне -7,31 при рівні значущості t-критерію p = 0. Для групи осіб літнього віку, які не навчаються, суб'єктивний стан самотності виникає вдвічі частіше, аніж у групі слухачів ЛУТВ. Особи літнього віку, які не навчаються, частіше переживають суб'єктивний психічний стан самотності, який тісно взаємопов'язаний з монотонним спілкуванням з близькими людьми, ніж

слухачі ЛУТВ, які активно взаємодіють з соціальним середовищем у межах ЛУТВ, родиною, здатні конструктивно організувати вільний час (спілкування з родиною і друзями, час на хобі та навчання і т.д.).

Крім того, у групи слухачів ЛУТВ удвічі вищий рівень опірності стресу, ніж у групі осіб літнього віку, які не навчаються. Це тісно пов'язано з певним типом поведінкової активності, визначеним за методикою Л.І. Вассермана та Н.В. Гуменюка.

Середнє значення «тип поведінкової активності» у групі 1 дорівнює 432,13, а у групі 2 – 318,32, де значення t-критерію рівне 3,12 при рівні значущості t-критерію p = 0. У двох групах виявлені відмінні типи поведінкової активності. Для групи слухачів ЛУТВ характерні такі типи поведінкової активності, як тип АБ («збалансована» особистість) та тип Б1 (раціональна, обережна, неквапливa особистість, з помірною активністю). Натомість, для групи осіб літнього віку, які не навчаються, характерні такі типи поведінкової активності – тип А1 (енергійна особистість, яка прагне до конкурентних взаємовідносин), тип А (гіперактивна, дуже енергійна, нетерпляча, імпульсивна особистість); тип Б (невпевнена в собі особистість) та тип Б1.

Поведінкова активність типу А, що властива групі осіб літнього віку, які не навчаються, характеризується перебільшеною потребою в діяльності. У таких людей висока мотивація досягнення, завзятість, гостре відчуття нестачі часу, нетерплячість. Їх мова енергійна, емоційно виразна, яка підкріплюється жестами та мімікою. Такі особи схильні до змагань, суперництва і визнання. В умовах недостатньої інформації, у випадку необхідності прийняття швидкого рішення, зростає реактивна тривожність, можлива втрата контролю над ситуацією, що може призвести до емоційної нестабільності, зниження стійкості до стресу і поведінкового контролю загалом.

Виражений поведінковий тип Б групи осіб, що не навчаються, характеризується виразною неквапливістю, зваженістю і раціональністю у роботі й інших сферах життєдіяльності, відданістю обраній справі, прагненням до зміни роботи. Наявна скупість у рухах і виявах емоційних реакцій і почуттів. Такі особи літнього віку надмірно обдумують плани діяльності, що поєднуються з вельми неквапливим і надзвичайно ретельним виконанням навіть незначних фрагментів, що часто дратує інших. Саме невміння чи небажання швидко змінювати стереотипи діяльності викликають труднощі і в пристосуванні до ситуацій, що вимагають швидкого прийняття відповідального рішення або зміни роботи, порівняна стійкість до фруструючих і стресогенних ситуацій та обставин, проте унаслідок тривалої дії цих чинників виявляється схильність до депресивних реакцій, втратою інтересу до роботи і спілкування.

Тенденція до поведінкової активності типу Б1, характерна для груп 1 і 2. У цьому випадку для осіб літнього віку характерні: раціональність і неквапливість у справах і спілкуванні, поєднання інтенсивної роботи з відпочинком, розслабленням. Наявна зовнішня стриманість у рухах і мові поєднується з витримкою і незворушністю у разі невдач, спілкування з неприємним або незручним співрозмовником; стійкість до дії фруструючих ситуацій і обставин, внутрішня емоційна стабільність і стриманість у вияві афектів і почуттів до інших.

Для групи осіб літнього віку, що не навчаються, тенденція до поведінкової активності типу А1 характеризується підвищеною діловою активністю, наполегливістю, захопленням роботою, цілеспрямованістю. Їм властива енергійна, виразна мова і міміка. У них емоційно насичене життя, честолюбство, прагнення до успіху і лідерства, незадоволення досягнутим, постійне бажання поліпшити результати виконаної роботи; чутливість до похвали та критики; нестійкість настрою і поведінки в стресових ситуаціях. Прагнення до змагальності, проте без амбітності й агресивності; за обставин, що перешкоджають виконанню планів, легко виникає тривога, знижується рівень контролю особистості, але долається вольовим зусиллям.

У групі слухачів ЛУТВ промовисто виражений тип поведінкової активності АБ. Для осіб, у яких діагностується проміжний (перехідний) тип поведінкової активності – АБ характерна активна і цілеспрямована діловитість, різнотонність інтересів, уміння збалансувати ділову активність, напружену роботу зі зміною занять і вміло організованим відпочинком; моторика і мовна експресія помірно виражені. Особи типу АБ не виявляють явної схильності до домінування, але за певних ситуацій і обставин упевнено беруть на себе роль лідера; для них характерна емоційна стабільність і передбачуваність у поведінці, порівняна стійкість до дії стресогенних факторів, хороша пристосованість до різних видів діяльності.

Отже, слухачі ЛУТВ характеризуються високим рівнем адаптивності до різних видів діяльності. Це енергійні особистості, які прагнуть до конкурентних взаємовідносин, без амбітності й агресивності, з підвищеною діловою активністю. Натомість, особам літнього віку, які не навчаються, важко пристосовуватися до змін соціального середовища. Це гіперактивні, дуже енергійні, нетерплячі, імпульсивні особистості у діях і вчинках.

Висновки. На основі проведеного емпіричного дослідження встановлені особливості соціально-психологічної адаптивності осіб літнього віку, які навчаються у Львівському університеті третього віку, і які не є слухачами університету.

Для групи слухачів ЛУТВ притаманний високий рівень адаптивності, прийняття інших людей, емоційного комфорту, приписування

відповідальності за результати діяльності власним здібностям і зусиллям (внутрішній контроль), позиція домінування і лідерської поведінки та вміння вирішувати проблеми у повсякденному житті через активну взаємодію та співробітництво з іншими особами. Натомість, особам літнього віку, які не навчаються, властивий низький рівень прийняття себе, прийняття інших людей, приписування відповідальності за результати діяльності власним здібностям та зусиллям (внутрішній контроль), низький рівень опірності стресу як показника зниження психологічно-адаптивних можливостей особистості з вагомим унеском деструктивної поведінкової активності у вигляді гіперактивної, дуже енергійної, нетерплячої, імпульсивної поведінки чи поведінки, яка демонструє невпевненість особистості в власних силах, з постійними сумнівами під час прийняття рішень, з уникненням відповідальності, пасивна реакція на соціальні стимули середовища.

В обох групах досліджуваних спільним є те, що адаптивність обумовлена вмінням приймати інших людей такими, якими вони є, та приписуванням відповідальності за результати діяльності власним здібностям і зусиллям. Відмінним є те, що у групі слухачів ЛУТВ соціально-психологічна адаптативність зумовлена високим показниками пристосованості до мінливих умов соціального середовища, вмінням вирішувати повсякденні проблеми та долати життєві труднощі у процесі взаємодії з суспільством. Натомість, у групі осіб літнього віку, які не навчаються, їхня дезадаптивність виражена через низький рівень стресостійкості, що в майбутньому може бути передумовою важкого психосоматичного захворювання та деструктивної поведінкової активності, яка, або є надмірно гіперактивною, або ж надмірно пасивною у взаємодії з соціальним середовищем.

На основі проведеного аналізу можна зробити декілька практичних висновків:

– ЛУТВ є засобом підвищення рівня соціально-психологічної адаптивності літніх людей;

– ЛУТВ є засобом зниження відчуття самотності та підвищення рівня опірності до стресів у літніх людей;

– навчання в ЛУТВ сприяє виробленню адекватнимх поведінкових реакцій на мінливі життєві обставини, які загалом підвищують рівень самосприйняття, почуття емоційного комфорту у літніх людей;

– вагомою перешкодою до вступу в ЛУТВ для літніх людей є високий рівень їх домінантності і, відповідно, низький рівень прийняття інших.

---

1. Бацман Р. Духовные проблемы пожилых людей / Р. Бацман // Проблемы старости: духовные, медицинские и социальные аспекты / под ред. А.В. Флинта. – М.: Свято-Дмитриевское училище сестер милосердия, 2003. – С. 53–92.

2. Веселкова И.Н. Проблемы здоровья и медико-социального обслуживания пожилых людей / И.Н. Веселкова, Е.В. Землянова // Психология старости и старения: хрестоматия; сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. – М.: Академия, 2003. – С. 289–294.

3. Краснова О.В. Пожилые люди, умирание и механизмы переноса: реферативный обзор / О.В. Краснова // Психология старости и старения: Хрестоматия; сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. – М.: Академия, 2003. – С. 339–343.

4. Мустакас К. Большие проблемы маленьких детей / К. Мустакас; пер. с англ. Г. Пимочкиной. – М.: Ексмо, 2003. – 384 с.

5. Максимова С.Г. Социально-психологическая адаптация: особенности формирования и развития у лиц пожилого и старческого возраста / С.Г. Максимова. – Барнаул: Изд-во Алт. ун-та, 1999. – 145 с.

6. Марцинковская Т.Д. Особенности психического развития в позднем возрасте / Т.Д. Марцинковская // Психология старости и старения: хрестоматия; сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. – М.: Академия, 2003. – С. 127–130.

7. Миллер С. Психология развития. Методы исследования / С. Миллер. – СПб.: ПИТЕР, 2002. – 464 с.

8. Обухова Л.Ф. Проблема старения с биологической и психологической точек зрения / Л.Ф. Обухова, О.Б. Обухова, И.В. Шаповаленко // Психологическая наука и образование. – 2003. – № 3. – С. 6–13.

9. Пузанова Ж.В. Проблема одиночества (социологический аспект) / Ж.В. Пузанова. – М.: Изд-во РУДН, 1998. –158 с.

10. Тащева А.И. Проблема старости: социокультурный феномен / А.И. Тащева // Психология старости и старения: хрестоматия; сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. – М.: Академия, 2003. – С. 43–45.

11. Kobylarek A. Doświadczanie Uniwersytetu Trzeciego Wieku / Aleksander Kobylarek // Kurier UTW [Uniwersytetu Trzeciego Wieku]. – 2010. – Nr 19. – S. 10–12.

Островская Е.А., Дидковская Л.И. Влияние обучения людей пожилого возраста в университете третьего века на социально-психологические особенности их адаптивности

Эмпирически обобщены особенности социально-психологической адаптивности людей пожилого возраста, которые обучаются, и тех, которые не являются слушателями Львовского университета третьего века. Представлены особенности социально-психологической адаптивности как фактора формирования высокой активности в социальной среде в пожилом возрасте. Определены особенности взаимосвязи между социально-психологическими адаптивными возможностями людей пожилого возраста и их статусом студента.

Ключевые слова: *социально-психологическая адаптивность, университет третьего века.*

Ostrovs'ka K.O., Didkovs'ka L.I. The influence of elderly studing in the third age university on social-psychological features of their adaptiveness

The peculiarities of social-psychological adaptiveness of seniors, who are studying and who aren't studying in Lviv University of Third Age are empirically generalized. The peculiariteis of social-psychological adaptiveness as a factor of seniors high activity formation in social sphere are presented. The peculiariteis of interconnection between social-psychological adaptive possibilities of seniors and their studet status are determined.

Key words: *social-psychological adaptiveness, University of Third Age.*

УДК 159.9

Г.В. Рудь

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ НА ПРОЦЕС ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ ЮНАЦТВА В ПЕРІОД ТРАНСФОРМАЦІЇ СУСПІЛЬСТВА

Представлено й обґрунтовано результати дослідження впливу гендерних відмінностей на процес формування життєвої перспективи у віці ранньої юності.

Ключові слова: *життєва перспектива, життєві прогнози, гендерні відмінності, спосіб самовизначення.*

Постановка проблеми. Характерною ознакою сучасного українського суспільства є загальне підвищення темпів життя, швидкоплинність процесів зовнішнього і внутрішнього оновлення. За умов трансформації суспільства значно зростають вимоги до особистості, яка, щоб не залишитись на узбіччі і повністю реалізувати власні можливості й потенціали, повинна активно залучатися до безперервного пошуку можливостей професійного й особистісного удосконалення.

Однією з важливих закономірностей й розвитку особистості є трансформування ціннісних орієнтацій під впливом соціально-економічних умов життя. Аналіз цих процесів належить до стратегічних напрямів психологічної науки. Особливою гостротою така проблема характеризується в умовах кризового суспільства, яке має високий психотравмуючий ефект, систему факторів, що зумовлюють радикальний перегляд людиною життєвих цінностей. Відмінність, самобутність, неповторність індивідуальної сфери життєвих прогнозів й очікувань зумовило припущення про наявність статевих диференціацій під час її формування [1; 2; 4; 5; 6; 8; 10; 11].