

О. В. КРАСНОВА, А. Г. ЛИДЕРС

# СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ СТАРЕНИЯ

*Рекомендовано*

*Советом Учебно-методического объединения университетов РФ  
по психологии в качестве учебного пособия для студентов высших  
учебных заведений, обучающихся по специальности «Психология»*

ББК 83.37я73  
УДК 301.151(075.8)  
К 782

Рецензенты:

доктор психологических наук *Т. Г. Стефаненко*;  
доктор психологических наук, заведующий кафедрой возрастной психологии  
факультета психологии МГУ им. М. В. Ломоносова *А. И. Подольский*

**Краснова О.В., Лидерс А.Г.**

К 782 Социальная психология старения: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 288 с.

ISBN 5-7695-0831-0

В пособии рассматриваются вопросы старения и старости, которые долго оставались за пределами психологической науки. Описываются социально-психологические изменения, связанные с нормальным старением. Особое внимание уделяется психологическим и социальным проблемам пожилых людей, их семейному окружению, методам психологической помощи.

Может быть полезно практическим работникам сферы социальной защиты.

ББК 83.37я73  
УДК 301.151(075.8)

ISBN 5-7695-0831-0

© Краснова О.В., Лидерс А.Г., 2002  
© Издательский центр «Академия», 2002

# ОГЛАВЛЕНИЕ

От авторов .....	3
Вступление .....	5
<b>Глава 1. Социальная психология старения как междисциплинарная область знаний</b>	
<b>1.1. Проблемы психологической теории старения</b> .....	8
1.1.1. Место социальной психологии старения в системе научного знания .....	8
1.1.2. Проблемы теории старения .....	13
1.1.3. Категории, объект и предмет социальной психологии старения .....	19
1.1.4. Виды исследований и методы социальной психологии старения .....	22
<b>Глава 2. Пожилой человек как субъект возрастных изменений</b>	
<b>2.1. Возрастные границы и периодизация позднего возраста в контексте социальной психологии</b> .....	31
2.1.1. Подходы к выделению жизненных стадий .....	31
2.1.2. Специфика периодизации позднего возраста .....	35
<b>2.2. Возрастные изменения в пожилом возрасте</b> .....	37
2.2.1. Изменение высших психических функций при старении .....	37
2.2.2. Нарушения памяти у пожилых .....	40
2.2.3. Когнитивные процессы. Изучение интеллектуального функционирования в позднем периоде жизни .....	43
2.2.4. Интеллект в пожилом возрасте .....	44
2.2.5. Изучение информационных процессов при старении в рамках когнитивной психологии .....	49
2.2.6. Характер в позднем возрасте .....	51
2.2.7. Старение эмоциональной сферы .....	53
2.2.8. Самооценка пожилых и старых людей .....	55
2.2.9. Мотивационно-потребностная сфера в позднем возрасте .....	58
2.2.10. Творческая продуктивность в позднем возрасте .....	60
<b>Глава 3. Пожилой человек в обществе, семье и культуре</b>	
<b>3.1. История старости как история формирования стереотипов и установок к пожилым в обществе</b> .....	64
3.1.1. Введение в проблему: определение старости .....	64
3.1.2. Геронтофилия и геронтофобия .....	66

3.1.3. Образ старости в христианской культуре .....	69
3.1.4. Теории социальных изменений в пожилом возрасте .....	71
3.1.5. Социальные факторы, определяющие статус пожилых людей в обществе .....	75
3.1.6. Появление социальных стереотипов и аттитюдов к старению и старости .....	80
3.1.7. Стереотипизация пожилых: функции стереотипов пожилых .....	83
3.1.8. Старение женщин и присущие им стереотипы .....	89
3.1.9. Старение и этническая группа .....	96
3.1.10. Конфликт поколений — мнимый или реальный? .....	100
3.1.11. Увеличение численности пожилого населения: хорошо это или плохо? .....	103
<b>3.2. Семья в поздней жизни и пожилой человек в семье .....</b>	<b>108</b>
3.2.1. Взаимная зависимость .....	108
3.2.2. Демографические и социологические изменения семьи .....	110
3.2.3. Этапы развития семьи и индивидуально-возрастные этапы жизни .....	113
3.2.4. Потеря семейных ролей .....	129
3.2.5. Обмен семейной поддержкой .....	132
3.2.6. Пожилые и качество брака .....	133
3.2.7. Пожилые женщины в роли бабушек .....	135
<b>3.3. Выход на пенсию как социально-психологическая проблема .....</b>	<b>146</b>
3.3.1. Выход на пенсию как «маркерное» событие в жизни человека .....	146
3.3.2. Аттитюды к выходу на пенсию .....	151
3.3.3. Вопросы подготовки к выходу на пенсию .....	157
<b>3.4. Проблема социализации и социально-психологической адаптации пожилых людей .....</b>	<b>159</b>
3.4.1. Определение социализации и факторы социальной адаптации личности в позднем возрасте .....	159
3.4.2. Кризис позднего возраста .....	165
3.4.3. Особенности психического развития в позднем возрасте .....	167
3.4.4. Общение пожилых людей как сфера социализации .....	170
3.4.5. Повышение уровня социально-психологической адаптации пожилых людей .....	172
<b>3.5. Тяжелые потери и горе в старости .....</b>	<b>176</b>
3.5.1. Переживание тяжелой утраты .....	176
3.5.2. Тяжелые утраты в позднем возрасте .....	180
3.5.3. Работа по преодолению горя .....	183
<b>3.6. Социально-психологические проблемы «группы пожилых» ....</b>	<b>188</b>
3.6.1. Противопоставление «нас» — молодых и «их» — пожилых и старых .....	188
3.6.2. Участие пожилых людей в жизни общества: движение волонтеров, политическое участие .....	191

3.6.3. Групповая солидарность пожилых людей .....	196
<b>3.7. Условия и качество жизни в позднем возрасте .....</b>	<b>199</b>
3.7.1. Возрастной подход к качеству жизни .....	199
3.7.2. Измерение качества жизни .....	203
<b>Глава 4. Социально-психологическая помощь</b>	
<b>пожилому человеку</b>	
<b>4.1. Социально-психологические феномены: эйджизм,</b>	
<b>компетентность и жестокость в работе и в семье</b>	
<b>с пожилыми людьми .....</b>	<b>207</b>
4.1.1. Определение эйджизма .....	207
4.1.2. Эйджизм в социальной и психологической работе	
с пожилыми людьми .....	210
4.1.3. Социально-психологическая компетентность в работе	
с пожилыми людьми .....	214
4.1.4. Исследования жестокого отношения к пожилым .....	219
<b>4.2. Система социально-психологической помощи</b>	
<b>пожилым людям .....</b>	<b>231</b>
4.2.1. Стратегии поведения пожилых людей и проблемы	
их социальной и психологической поддержки .....	231
4.2.2. Теоретические вопросы психологической работы	
с пожилыми людьми .....	235
4.2.3. Практические вопросы психологической помощи .....	240
<b>4.3. Институциональный уход за пожилыми людьми .....</b>	<b>241</b>
4.3.1. Социально-психологические аспекты дряхлости.	
Физическая и психическая дряхлость .....	241
4.3.2. Психологические проблемы в институциональном	
уходе .....	249
4.3.3. От институциональности к уходу на дому .....	255
<b>4.4. Семейная помощь и уход за пожилыми людьми .....</b>	<b>257</b>
4.4.1. Определения семейного помощника и семейной	
помощи .....	257
4.4.2. Исследования процессов семейной помощи .....	263
4.4.3. Социальная поддержка помощников и стратегии	
совладания .....	266
4.4.4. Виды работы с семейными помощниками .....	269
<b>Заключение .....</b>	<b>279</b>
<b>Литература .....</b>	<b>281</b>

## ОТ АВТОРОВ

Приступая к созданию комплекта учебных пособий по социальной психологии старости, — а он состоит из учебного пособия «Социальная психология старения», который перед вами, уважаемый читатель, и хрестоматии по социальной психологии старения и старости, которая выходит вслед ему в том же издательстве, — авторы исходили из следующих обстоятельств.

Большинство отечественных учебников по возрастной психологии или по психологии развития просто игнорируют период старения и старости; в них отсутствуют соответствующие главы. Но возрастная психология — один из базовых учебных предметов как для психологов, так и для педагогов (и некоторых других специальностей), и студенты должны иметь интересный современный материал по психологии старения и старости.

Каждый человеческий возраст образует некоторую общность, социальную группу. Анализ социально-психологических особенностей жизнедеятельности этой группы есть задача социальной психологии. Появились достойные внимания работы по социальной психологии детства, социальной психологии юности. Постепенно назрела необходимость в учебном пособии по социальной психологии старости.

Удачно сочетая в себе возрастную и социальную психологию, (один из авторов данной книги — Ольга Краснова — социальный психолог по образованию, второй — Александр Лидерс — возрастной психолог), сотрудничая в течение многих лет в образовательной, научной и практической сферах, имея опыт редакционно-издательской деятельности (Ольга Краснова является главным редактором журнала «Психология зрелости и старения», а Александр Лидерс — «Журнала практического психолога»), авторы решили в настоящем пособии сосредоточиться на вопросах теории и истории социальной психологии старости и проблемах практической социальной и психологической помощи людям этого возраста. Мы сознательно отказались в пособии от подробного ознакомления читателя с медицинскими проблемами старения и старости.

В качестве своего потенциального читателя авторы видели не только будущих возрастных и социальных психологов, но и социальных работников и социальных педагогов, которые не меньше психологов работают в различных учреждениях с людьми пожилого и старческого возраста, и даже социологов и социальных политиков,

которые также найдут в этом издании, мы надеемся, важное и интересное для себя.

От некоторых запланированных или даже уже написанных разделов данного учебного пособия пришлось по разным причинам отказаться. Например, был написан любопытный, с нашей точки зрения, раздел «Старость в освещении средствами массовой информации». Мы надеемся опубликовать его отдельно, а в дальнейшем доказать право этого и других изъятых разделов (например, раздела о качестве жизни стариков и др.) на место в пособии.

Данная книга удачно дополняется подготовленной нами же хрестоматией «Психология старости и старения».

Возможно, авторы решатся написать и третью часть учебного комплекта по психологии старения и старости — практикум по методам психологического обследования и социально-психологической помощи старикам. Для такого практикума уже есть необходимый материал.

Авторы внимательно отнесутся к замечаниям и критике со стороны читателей; все замечания следует отправлять для авторов на адрес издательства.

## ВСТУПЛЕНИЕ

Совсем недавно демографическое старение рассматривалось как незначительная проблема, относящаяся только к компетенции демографов. Но сейчас проявился и полностью осознан быстрый прогресс этого явления; нет никаких сомнений в его распространении по всему миру, и его следствия действуют во всех секторах социальной активности. Всплеск интереса научной общественности к многочисленным и разнообразным проблемам позднего периода жизни человека очевиден. Международное сообщество заметило проблему старения населения и провозгласило необходимость создать «общество для всех возрастов».

Прежде чем ответить на все вопросы, связанные со старением, необходимо решить много проблем и преодолеть значительные трудности. К ним относятся: нивелирование семейных ценностей, а также таких понятий, как солидарность, нерешительность государств, которые угрожают выживанию системе социального обеспечения. Все это ведет к увеличению маргинализации и исключению пожилых людей из общественной жизни, обострению социального неравенства среди возрастных групп и внутри них и к окончательной интенсификации межпоколенных конфликтов. Поэтому знание характеристик, способов жизнедеятельности пожилых людей в общественных процессах вместе со всеми статистическими данными по демографическим изменениям и структуре населения являются необходимыми предпосылками для выполнения согласованной всесторонней политики в отношении к старому возрасту и специально по различным возрастным группам. Значительный прогресс в преодолении смерти в XX в. по сравнению с XIX в. может обернуться сокрушительным массовым разгромом, тяжелым поражением.

О том, что во всем мире наблюдаются определенные изменения, связанные с старением населения, говорится во многих работах и книгах, посвященных проблемам старости. Приводятся впечатляющие цифры, подкрепленные таблицами и мнениями авторитетных людей, объясняются причины, вызвавшие небывалый, беспрецедентный рост количества стареющего населения во многих странах мира. При этом проблема старости рассматривается почти везде только в трех аспектах. Первый посвящен демографическим и экономическим исследованиям, второй связан с медицинскими особенностями старости, в основном гериатрическими исследованиями и в частности с изучением долгожительства. И, наконец, третий,



более широко известный, связан с социальной защитой пожилых и старых людей, которая охватывает широкий спектр вопросов — от социального обеспечения до трудотерапии. Немногочисленные отечественные исследования философских, социологических и психологических аспектов старости появляются время от времени в печати и не имеют системного и тем более методологического характера. Тем не менее во многих вузах читается курс психогеронтологии, или возрастной психологии, который и составляется лекторами из доступной им литературы. Можно ли вывести психологическую составляющую из имеющегося освещения старости? Для этого нужно обратиться не просто к социальной геронтологии, но к методологическим принципам такого рассмотрения.

В современной науке социально-психологические вопросы пожилого возраста представляют собой одну из сторон изучения разных личностных изменений у пожилых людей, которые могут приводить к разной степени нарушения их взаимодействия с социальной средой. Социальная геронтология изучает старение как процесс в его биологическом и психологическом измерениях; рассматривает институциональный подход, акцентирующий внимание на проблемах социоэкономического статуса и социальных ролей престарелых, и историко-культурологический подход, позволяющий сопоставить различные представления о старости и социальных аттитюдах.

В рамках этих направлений создаются различные модели социо- и психогеронтологического знания, предмет которых составляют, во-первых, процесс старения и его социоисторическая динамика, во-вторых, социальное положение и психологический опыт пожилых как специфической социовозрастной группы. Кроме того, очевидно, что предмет и задачи социальной психологии и социальной геронтологии частично совпадают, т.е. являются общими. Психология старения становится частью широкого научного достижения геронтологии. Центральное место в социальной психологии старения занимает проблема личности старого человека. Ливехуд — известный голландский психотерапевт и атропософ, автор книги «Кризисы жизни — шансы жизни. Развитие человека между детством и старостью» — писал, что понимание проблем старости, таких глубоких, болезненных и деликатных, возможно в полной мере лишь на основе собственного опыта проживания данного периода, и потому он решился на эту книгу, только когда ему исполнилось 70 лет. Однако, как указывают многие авторы, задачу профессиональной подготовки большого числа специалистов для работы с пожилыми людьми необходимо решать уже сегодня. Знания о характеристиках, закономерностях, движущих силах, механизмах, индивидуальных особенностях психического развития и психического старения пожилых людей необходимы для создания оптимальных условий жизни людям разных возрастов, для оказания им социально-психологической помощи.

Обращение к проблемам старения, создание внутренней готовности к достраиванию собственной судьбы на поздних этапах жизни важно для каждого человека. Перспективы развития в старости связываются с успешностью преодоления кризиса зрелого возраста, осознанностью выбора, активностью жизненной позиции и имеет решающее значение для удовлетворенности жизнью, для адекватного восприятия собственной старости. Такая личностная работа должна начинаться заранее, и данное пособие может рассматриваться в качестве предварительной подготовки.

## ГЛАВА 1

# СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ СТАРЕНИЯ КАК МЕЖДИСЦИПЛИНАРНАЯ ОБЛАСТЬ ЗНАНИЙ

### 1.1. Проблемы психологической теории старения

#### 1.1.1. Место социальной психологии старения в системе научного знания

Развиваясь в качестве самостоятельной науки, социальная психология старения в нашей стране имеет весьма короткую историю. Более длительную историю она имеет за рубежом. Поэтому трудно найти «готовые» формы знания, если в настоящее время мы наблюдаем процесс формирования совершенно новых принципов и подходов, их воплощения в практике социально-психологических и возрастно-психологических исследований. При этом ни одна из истин здесь не безусловна. Более того, возникает вопрос о праве существования социальной психологии старения в качестве самостоятельной научной дисциплины, тем более что методология, методы исследования и даже терминология находятся в состоянии уточнения и согласования. Многие вопросы относятся к области социальной геронтологии, социальной психологии, теории социальной работы или другим дисциплинам.

Само сочетание слов «социальная психология старения» указывает на специфическое место, которое занимает эта дисциплина в системе научного знания. Возникнув на стыке наук — психологии, социологии и геронтологии, — психология старения сохраняет за собой особый статус, т. е. каждая из этих дисциплин включает ее в себя в качестве составной части. Более того, проблемами старости занимаются не только психологи, социологи и медики, но и экономисты, демографы, политологи, педагоги, социальные работники и пр. При этом ядром современных исследований процессов старения часто называют именно социальную геронтологию, а не геронтопсихологию, потому что, во-первых, она связана с комплексом социальных наук — социальной психологией и социологией, экономикой, демографией, политологией, этикой и пр.; во-вторых, изучение социального аспекта старения невозможно без предварительного ответа на вопрос, что же именно стареет, т. е. без медико-био-

логического осмысления инволюционных процессов в ходе онтогенеза. Но именно проникновение социальных, а затем и социально-психологических исследований в геронтологию позволило ей выйти за рамки медико-биологических проблем.

Как указывает Г. М. Андреева, любое общественное явление (в нашем случае — повсеместное и неизбежное старение населения) имеет свой «психологический» аспект, поскольку общественные закономерности проявляются через деятельность людей, а люди действуют, будучи наделенными сознанием и волей. Анализ связей общества, взаимодействия и деятельности невозможен вне системы психологического знания. Уникальность феномена старения заключается в том, что оно касается не только населения, в целом больших групп людей, но каждого конкретного человека, который имеет свой неповторимый опыт переживания старения и старости.

Другой причиной двойственного положения социальной психологии старения является сама история становления этой дисциплины, которая возникла на перекрестке двух основных наук — психологии и геронтологии. Выполненные в этой области исследования отличаются большим разнообразием исходных позиций и методологических подходов. Однако работы всех направлений обличают противоречивый характер процесса старения.

Стаж совместной работы психологии и геронтологии сравнительно невелик. На западе он начинается с опубликования в 1922 г. монографии «Старение» американского психолога Дж. Холла, который является одним из первых исследователей социально-психологических аспектов старости и основоположником нового междисциплинарного комплекса знаний — социальной геронтологии.

Термин «социальная геронтология» введен в научный обиход в начале 50-х годов XX в. Р. Хэвигхэрстом и Р. Альбрехтом. Сегодня этот термин общепринят, однако вопрос о том, что же именно он обозначает, долгое время оставался дискуссионным, и сейчас продолжают обсуждаться вопросы о методологии и методах исследования данного предмета.

В отечественной науке термин «социальная геронтология» появился значительно позднее, чем началась разработка социальных аспектов старения. Уже в работах И. И. Мечникова и А. А. Богомольца в связи с проблемой продления жизни человека ставились не только биологические и медицинские, но и социальные вопросы. Однако только в конце 40-х годов XX в. социальные проблемы старения стали рассматриваться отечественными учеными как самостоятельные. Инициатива выделения из области геронтологии социального аспекта принадлежит в нашей стране не социологам, как за рубежом, а гериатрам и гигиенистам. Работа З. Г. Френкеля «Удлинение жизни и деятельная старость» была одной из первых в этом направлении.

Зарубежные социальные исследователи, изучающие феномен старости, единодушны в том, что геронтологический анализ должен охватывать биологические, психологические и социальные аспекты старения, т.е. закономерности инволюции живых организмов, включая человека, особенности внутриличностного переживания опыта старости, специфику положения престарелых в различных социальных группах и системах.

Для нас исходным является вопрос о статусе социально-психологических геронтологических исследований. Следует ли считать социальную психологию старения целостным междисциплинарным комплексом знаний либо мультидисциплинарной совокупностью данных, накопленных прочими психологическими и социальными науками, которые так или иначе обращаются к процессу старения. Безусловно, социальная психология старения должна быть научной дисциплиной в полном смысле этого слова, т.е. дисциплиной, располагающей собственным категориальным аппаратом, принципами сбора и анализа данных, методами их обобщения и интерпретации. Вместе с тем социально-психологические геронтологические исследования — это подвижный, нефиксированный набор сведений и данных, почерпнутых из традиционных социальных, психологических и других дисциплин. Фундаментальные исследования, относящиеся к интересам геронтологии, не имеют четко очерченных границ. Мультидисциплинарный подход предполагает, что проблемами старости занимаются ученые из разных областей знания. Каждая из этих наук уже имеет свой категориальный аппарат. В то же время развитие социальной психологии старения и старости за последние несколько десятилетий дает основание утверждать, что эта дисциплина все более приобретает характер самостоятельной науки, которая имеет собственные концептуальные и методологические принципы.

Одно из первых упоминаний в нашей стране о социальной психологии старения относится к 1974 г., когда вышла книга М. Д. Александровой «Социальная и психологическая геронтология», где подчеркивается, что центральное место в этой науке занимает проблема личности старого человека.

Возрастные изменения, старение человека — это реальный, чрезвычайно сложный процесс, ставящий перед обществом, человеком, наукой большой комплекс важных проблем. Это проблемы личности, нравственности, динамики профессионализма и преемственности поколений, проблемы индивида и общества. И неслучайно взросление человека, старение и старость стали предметом изучения многих научных дисциплин. Вместе с тем следует отметить, что каждая из них занимается лишь одним из аспектов проблемы старости и старения в контексте собственного объекта и предмета, сами эти исследования рассматривая как одно из возможных направлений.

Психологии в этом плане отводится особое место — *она изучает самого человека во всей сложности его взаимоотношений в обществе: изменение его состояния, взглядов, факторов, влияющих на старение и на отношение общества к этому явлению, — общества, которое становится «миром старых людей»*. Знание обществом специфики протекания процесса старения, способов продолжения профессиональной деятельности, степени и характера включенности пожилых людей в общественные отношения, уровня их адаптации к своему изменяющемуся состоянию, положению и месту в обществе — все это чрезвычайно важно для обеспечения более легкого приспособления людей позднего возраста к своим возрастным изменениям, к возрасту «социальных потерь», поиску новых возможностей.

Психология пожилого возраста в целом разработана недостаточно (в психологии развития 90% исследователей занимаются психологией детей). Практически ни в одном стандартном учебнике по возрастной психологии и психологии развития нет раздела, посвященного психологии старения и старости; соответствующие разделы отсутствуют и в хрестоматиях по возрастной психологии.

Между тем этот период — значимый этап онтогенеза человека, и без его обстоятельного исследования невозможно построение целостной концепции психического развития и, соответственно, формирование образа «позитивного старения». Важность изучения социальной психологии старения очевидна. Но перед наукой здесь возникает много еще нерешенных проблем, в том числе в сфере теоретических объяснений, методологических подходов. Нарботанные в этом плане за рубежом научные данные, схемы, концепции, безусловно, представляют большой интерес, но автоматическое перенесение их на отечественную почву не дает полноценных результатов в связи с особенностями социальной ситуации в России.

В то же время особое внимание сегодня к возрастной психологии старения и социальной психологии старения связано не только с дифференциацией и развитием собственно научных знаний, но и с расширением и усложнением социальных практик — помощи, консультирования, сопровождения, психотерапии, социальной защиты и т. п. — по отношению к людям пожилого возраста и по отношению к тем, кто связан с ними в семье и в работе. Все это привело к созданию новой комплексной практико-ориентированной науки. Некоторые авторы считают, что это должна быть *социальная геронтология*, но мы бы предложили назвать ее *социальной психологией старения*.

В связи с этим необходимо определить задачи, которые могут быть решены средствами этой области знания. Мы исходим из того, что несмотря на пограничный характер, социальная психология старения представляет собой часть психологии: общей, возрастной,

клинической и социальной, психологии труда и пр. Следовательно, определение круга ее проблем будет означать выделение **психологической** проблематики тех вопросов, которые относятся именно к социальной психологии старения. Можно условно обозначить задачи социальной психологии старения как **изучение закономерностей личностных изменений, поведения и деятельности людей, обусловленных, во-первых, их включенностью в социальные группы, во-вторых, происходящими с ними изменениями, связанными со старением как их самих, так и других людей, членов этих групп, в-третьих, психологическими характеристиками самих этих групп.**

К вопросу о **самостоятельности «группы пожилых»**. Группа пожилых людей как самостоятельная большая социальная группа выделяется по критерию позднего возраста, исходя из общих принципов понимания группы. Для этой группы характерны некоторые общие признаки, значимые с точки зрения социального-психологического анализа. Почти все исследователи выделяют в содержании группы две составные части: *психический склад* (социальный характер, нравы, обычаи, традиции, вкусы и т. п.) и *эмоциональная сфера* (потребности, интересы, настроения). Эти понятия и необходимо использовать для характеристики психологических особенностей группы пожилых людей.

Выявление общего, типичного для «группы пожилых» невозможно путем изучения лишь индивидуальных сознаний членов группы прежде всего потому, что не все черты, присущие психологии «группы пожилых», присущи каждому отдельному члену группы, каждому пожилому человеку. В отдельных случаях какой-либо конкретный представитель может вообще в минимальной степени обладать этими общими характеристиками. Это объясняется не только тем, что члены группы различаются между собой по своим индивидуальным психологическим характеристикам, по степени вовлеченности в наиболее существенные для группы сферы ее жизнедеятельности и т. д. В равной степени такое несовпадение объясняется и тем, что общественная психология испытывает на себе большое влияние идеологии, а мера усвоения этой последней каждой отдельной личностью также весьма различна. Таким образом, «психический склад» группы и «психический склад» личностей, в нее входящих, не совпадают полностью. В формировании психологии группы доминирующую роль играет коллективный опыт, зафиксированный в знаковых системах, и этот опыт не усваивается в полной и одинаковой мере каждой личностью. Процесс старения в каждом человеке протекает индивидуально, и один и тот же критерий не обязательно должен применяться ко всем пожилым людям. Таким образом, пожилые люди — не однородная группа, а скорее набор подгрупп, каждая из которых имеет свои особенности. Часто подгруппы делятся по степени выраженности возрастных трудностей, на-

пример, связанных с падением доходов, ухудшением здоровья и потерей близких.

Несмотря на то что в последние годы научный, исследовательский интерес к этим проблемам усилился, существуют большие проблемы в изучении старости и старения, в частности в выделении *предмета изучения*.

С одной стороны, имеются концептуальные представления о старости как важном этапе жизненного пути личности, характеризующемся особыми противоречиями и нормативными задачами. Возрастной период старения и старости осмысливается как особый этап жизни человека, имеющий собственный смысл, задачи и ценность. С другой стороны, существует значительное число работ, в которых старость рассматривается преимущественно как период спада, потеря, регресса. Причины и механизмы психологических особенностей пожилых и старых людей сводятся к биологическим и/или социальным изменениям. Таким образом, налицо значительный разрыв, который существует между указанными направлениями и пониманием старости как особого периода жизни человека. Но это и свидетельство острого дефицита исследований, в которых устанавливались бы закономерности, изучались качественные особенности «позитивной старости» людей.

### **1.1.2. Проблемы теории старения**

Обычно период старения рассматривается как один из этапов жизненного пути личности, который характеризуется богатством накопленного в прошлом опыта и имеет ряд новых свойств и признаков, не встречающихся на ранних периодах развития. Вместе с тем пока еще мало известно о психологических механизмах старения и способах нейтрализации отрицательных проявлений этого процесса. Пожилой возраст, как и всякий другой, имеет свои положительные и отрицательные стороны, связан с потерями, но имеет и преимущества, предоставляя человеку возможность прожить этот период своей жизни активнее, реализуя интересы, склонности в тех границах, которые оптимальны с точки зрения возможностей и потребностей пожилого человека.

Исследование процесса старения, ставшее предметом изучения различных медико-биологических, психологических и социологических школ, показывает, что в течение жизни наступает определенный момент, в котором процесс развития, т.е. обогащения и усложнения функционирования внутренних органов, а также его соответствующего обеспечения, замедляется, а впоследствии переходит в стадию регресса, или инволюции, что получило название «старение».

Понятия о сущности, причинах и механизмах старения со временем менялись. Это связывалось не только с развитием научных



знаний, но и с изменением особенностей старения в обществе. Росла прежде всего средняя продолжительность жизни как результат изменения условий жизни и социального строя, успехов медицины и других преимуществ прогресса и цивилизации.

Современные представления о старении базируются на следующих положениях:

старение и старость являются закономерным процессом возрастных изменений, происходящих в ходе онтогенетического развития на всех уровнях жизнедеятельности;

старение клеток, органов, функциональных систем и психических процессов происходит неравномерно. Закон гетерохронности развития и инволюции универсален и действует как на межличностном, так и на внутриличностном уровне. «Межличностная гетерохронность выражается в том, что индивиды созревают и развиваются неравномерно, а разные аспекты и критерии зрелости имеют для них неодинаковое значение. Внутриличностная гетерохронность выражается в несогласованности сроков биологического, социального и психического развития» [Кон, 1988. — С. 71];

процесс старения сопровождается ослаблением гомеостатических процессов и одновременно приспособлением всех систем организма к новому уровню жизнедеятельности.

Сам по себе процесс старения, очевидно, начинается с момента начала становления и развития человека. Процесс старения заложен в генетическую программу и обуславливается использованием и истощением как энергетических, так и психологических ресурсов человека. В самом общем виде ***под старением понимают динамические явления, связанные с преобладанием темпов деструктивных процессов над реконструктивными, а под старостью — достижение некоторого предела этих изменений.***

В психологической литературе, так же как в философской, геронтологической, отсутствует четкое определение того, кого можно отнести к понятиям «пожилой» и «старый человек». Большой отрезок поздней жизни, который может длиться 20 лет и более, плохо дифференцирован и расплывчат, во многом непознан. Его можно условно разделить на пожилой возраст, старость и долгожительство. В соответствии с классификацией Европейского регионального бюро ВОЗ пожилой возраст длится у мужчин с 61 до 74 лет, у женщин — с 55 до 74 лет, с 75 лет наступает старость. Люди старше 90 лет считаются долгожителями. 65-летний рубеж нередко выделяется особо, так как во многих странах это возраст выхода на пенсию.

Многие исследователи указывают на то, что приведенная градация относится исключительно к биологическому возрасту. Поэтому большинство из них приходят к выводу, что сущность возраста не сводится лишь к длительности существования, измеряемой количеством прожитых лет. Количественные показатели возраста очень приблизительно фиксируют физиологическое и социальное

«качество» человека и его самочувствие. Календарный возраст служит основанием для запрещения или разрешения различных социальных ролей или поведения в соответствующем возрасте. Выполнение этих ролей в соответствии с определенными общественными нормами и предписаниями определяет социальный возраст человека, часто не совпадающий с календарным.

Биологический возраст не может рассматриваться как некая внешняя социальному, но не сопряженная с ним, параллель. Поэтому психологический аспект старения часто рассматривают применительно к сенсорно-перцептивной и интеллектуальной сферам, к характеристикам личности, динамике творческой продуктивности. Кроме того, при определении пожилого возраста в качестве наиболее существенного признака служит социально-экономический «порог» — уход на пенсию, изменение источника дохода, социального статуса, сужение круга социальных ролей.

Отсутствие четкой характеристики определения пожилого человека связано скорее всего с тем, что процесс старения в каждом человеке протекает индивидуально. Многие авторы предлагают при дифференциации возрастных категорий указывать «молодую старость» (*young old age*) — приблизительно 65–75 лет и «старую старость» (*old old age*) — 75 лет и старше. Однако к концу XX в. в развитых странах наметилась тенденция увеличения средней продолжительности жизни, т. е. «молодая старость» может длиться и до 80 лет. Основной критерий — определенные специальные характеристики, которые значительно различаются у этих возрастных групп. Например, с годами происходит динамика взглядов стареющего человека на ту роль, которую он играет в окружающей жизни. Ограничение с возрастом физических возможностей, чувство постоянного недомогания находят соответственно отражение в психической сфере пожилого человека, определяя его точку зрения на свое место в обществе: происходит отказ от социальной активности, активной жизненной позиции. Многие исследователи оспаривают фактически любой из предлагаемых в литературе рубежей старости, так как за последние несколько десятилетий понятие пожилого возраста претерпело существенный сдвиг: во многих странах заметно улучшилось состояние здоровья населения, увеличилась продолжительность жизни. Поэтому в работах ряда исследователей к «старикам» все чаще относят людей в возрасте 75–80 лет и даже старше.

Многие авторы считают возможным разграничить такие понятия, как «старик» и «пожилой человек»: старик — это человек, с возрастом невосстановимо утративший свои физические и душевные силы. Даже при крайнем истощении физических сил и необратимых поражениях жизненно важных органов пожилого человека к старикам отнести еще нельзя.

Наиболее распространенное мнение среди авторов заключается в том, что единого критерия старости не существует. Группа людей

в возрасте 60–75 лет, для которой характерны большая или меньшая утрата возможностей материального обеспечения и почти полное сохранение способности самообслуживания, определяется как группа пожилых людей. Вторая группа — это люди в возрасте 75–80 лет и старше с полной потерей трудоспособности, частично или полностью утратившие способность к самообслуживанию. Эту группу относят к старикам.

Рамки пожилого возраста в любом случае всегда будут условными, ибо психологическая, биологическая или социальная границы всегда останутся индивидуальными. Более того, по мере старения дифференциация и индивидуальная организация каждого человека усиливаются. Даже внутри одной и той же общественной группы обнаруживаются большие функциональные и другие различия.

До сих пор, как указывают многие авторы, государственные статистические органы стран Запада, трудовое и гражданское законодательство, социальные службы и пр. в своей деятельности придерживаются определения рубежа в 65 лет как отделяющего средний возраст от пожилого. В России весьма распространены термины «пожилые люди», «лица старше трудоспособного возраста», к которым относят женщин 55 лет и старше и мужчин 60 лет и старше, т. е. достигших возраста выхода на пенсию.

В словаре С. И. Ожегова дается следующее толкование понятий: «пожилой» — «начинающий стареть», «старость» — «период жизни после зрелости, в который происходит ослабление организма» и, наконец, «старый» — «достигший старости». Такие определения наводят на мысль, что где-то в нашем подсознании четко зафиксирована норма, и мы примерно знаем, как должен выглядеть человек в пожилом или старом возрасте.

Итак, к настоящему времени в науке не сформировано общепринятого определения пожилого возраста. В результате частая взаимозаменяемость терминов «престарелые», «пожилые люди», «люди преклонного возраста», «третий возраст» и пр. не способствует адекватной обработке и использованию получаемых исследователями данных. Следует заметить, что понятие «третьего возраста» появилось в 60-х годах XX в. вместо понятия «старший возраст», когда возникла обеспокоенность социальными последствиями старения населения в западноевропейских странах. Этим термином подчеркивалась возможность продолжения активности в обществе и сохранение независимости пожилых. Некоторыми авторами введен термин «четвертый возраст»: к этой категории они относят людей старше 80–85 лет. Некоторые исследователи считают более удобным использование термина «стареющие люди», указывающего на постепенность и непрерывность процесса, а не на определенную и всегда произвольно устанавливаемую возрастную границу, за которой начинается старость. Поэтому мы, во избежание разногласий, предлагаем придерживаться общепринятой точки зрения, а именно

не отделять «пожилых» от «старых» и в дальнейшем вести речь о группе пожилых людей в общем, подразумевая, что пожилого возраста каждый индивид достигает в 60 лет.

Иногда считают, что старость, в первую очередь, — это биологический феномен, который сопровождается серьезными психологическими изменениями. Многие исследователи рассматривают ее как совокупность потерь или утрат — экономических, социальных, индивидуальных, которые могут означать потерю автономии в этот период жизни. В то же время отмечается, что это своего рода кульминационный момент аккумуляции опыта и знаний, интеллекта и личностного потенциала пожилых людей, позволяющего им приспособиться к возрастным изменениям.

Изменения при старении происходят на биологическом уровне, когда организм становится более уязвимым, возрастает вероятность смерти; на социальном уровне — человек выходит на пенсию, меняется его социальный статус, социальные роли, паттерны поведения; наконец, на психологическом, когда человек осознает происходящие изменения и приспосабливается к ним. Это дает нам основание определить ***старение как результат ограничения возможностей механизмов саморегуляции, проявляющихся в снижении возможностей компенсации первичных изменений в регулировании генетических процессов.*** Таким образом, проблема старения — это проблема гармоничного функционирования биологической системы — системы, которая невозможна без соответствующего психологического отслеживания и соответствующей адаптации человека в окружающем его социальном пространстве.

В обыденном сознании и системе ценностей западного человека биологическая интерпретация проблемы старения оказывается единственной или по крайней мере доминирующей. С биологической точки зрения индивид рассматривается главным образом как субъект репродукции: реализовав эту функцию, он становится обременительным для своего биологического вида. Такой подход практически не оставляет места, во-первых, моральным аспектам проблемы старости. Существующие попытки общества облегчить пожилым заключительный этап их жизни слишком рациональны и формальны и исчерпываются такими мерами, как пенсионное законодательство, медицинские услуги, социальное обслуживание и т. п. Во-вторых, особенность человека как биологического вида состоит в том, что помимо передачи определенных репрезентативных свойств человек (*homo sapiens*) передает не просто биологическую информацию для выживания данного вида — человечества, но и информацию, связанную с культурно-социальными свойствами существования данного вида. Это предопределяет особую специфику процесса старения человека, где параллельно с исчерпанием деятельности определенных биологически необходимых для существования факторов концентрируется и манифестируется набор

социокультурных свойств, которые компенсируют, а подчас и определяют само существование биологического организма.

До сих пор нет общей теории старения, которая была бы приемлема для психологов. Все теории по существу являются не более чем «микротеориями», объясняющими не процесс старения в целом, а только какие-либо его аспекты и уровни. Современная психология старения выглядит лишь коллекцией теорий и концепций.

В нашей стране проблема старения интересовала не только психологов и медиков, но и философов, например, феномен смерти, способы продления жизни в русле теории русского космизма. Социально-экономические аспекты проблемы (привлечение трудоспособных пенсионеров к производственной деятельности), так же как медико-гигиенические и медико-социальные, разрабатывались до недавнего времени в основном киевским Институтом геронтологии. Там же поднимался вопрос об адаптации пожилых людей к пенсионному периоду жизни. Проблемы социально-психологической адаптации лиц старших возрастов в домах-интернатах изучались в рамках программ исследований Научно-исследовательским институтом экспертизы трудоспособности и организации труда инвалидов (г. Москва).

В настоящее время над проблемами старения работают в Центре психического здоровья РАН, НИИ «Международный центр по проблемам пожилых» г. Самары; функционирует Геронтологическое общество РАН, работающее в Москве, Санкт-Петербурге, Новосибирске и других городах. В 1997 г. создан НИИ геронтологии Минздрава России. При этом основные направления научных исследований сосредоточены преимущественно в медико-биологической и гериатрической областях.

В современной отечественной психологии только школа Б. Г. Ананьева рассматривает старение и старость с точки зрения возрастной психологии и акмеологии; проблема старения исследуется в рамках клинической психологии и практически не изучалась отечественной социальной психологией.

За рубежом существует несколько психологических теорий старения. Одна из них — бихевиористско-когнитивная теория старения [Shwartz, 1984].

Вот несколько вопросов, которые рассматривает зарубежная (бихевиористско-когнитивная) психология старения:

Как возможно идентифицировать «непрерывность» и «прерывность» деятельности и поведения в среднем возрасте и пожилом (старом) возрасте?

Каким образом пожилой и старый возраст «привязан» к раннему жизненному опыту?

Меняются ли когнитивные процессы (восприятие, научение, память и т. д.) с возрастом? Если да, то какова природа таких изме-

нений и как это влияет на функциональную компетентность у пожилых?

Какие факторы более важны в старении — когнитивные, социальные или личностные?

Какие изменения и на каком уровне функциональной компетентности приводят к слабоумию, «сенильности»?

Как определяется «психическое здоровье» для пожилого населения?

Существуют ли базовые критерии для вмешательства в пожилой и старый возраст?

### 1.1.3. Категории, объект и предмет социальной психологии старения

Рассматривая категориальный аппарат социальной психологии старения, можно выделить категории общие, используемые в большинстве научных дисциплин (развитие, адаптация); особенные, присущие в основном психологическим и социальным наукам, в том числе и социальной психологии (личность, индивид, социальная группа, возрастная группа, жизнедеятельность); специфические, используемые главным образом в социальной психологии старения, многие из которых появились в зарубежных исследованиях. Например, термин «вмешательство» (как правило, в кризисную ситуацию) вошел в употребление в 1970-е годы (от английского *intervention*), заменив термин «лечение». Основными категориями, конечно, следует признать такие как «старость», «старение», «возраст» и др. Стоит подробнее остановиться на одной из них — «старение».

Ученые, изучающие проблемы старения, отмечают сложность самого психологического состояния — позднего возраста. Исключительно биологическое или исключительно социальное определение старения — это узкий подход к самому процессу старения. Часто и психологи, и биологи используют показатель протяженности жизни как независимую переменную. Однако первые значительно реже используют ее, чем вторые. По этой причине определения старения, которые предлагаются биологами, имеют ограничения для исследований в психологии.

Зарубежные авторы рассматривают старение как процесс, состоящий из трех компонентов. Процесс *биологического старения*, который ведет к возрастанию уязвимости организма и высокой вероятности смерти, они определили как *senescing* (от *senescence* — старение).

Нравне с ним происходят *изменения в социальных ролях*, что влечет за собой изменение паттернов поведения и изменение социального статуса. Этот вид старения определен как *eldering* (от *elder* — старые люди, старшие).

К этим двум процессам можно добавить *психологическое старение*, называемое *geronting* (от *gerontology* — учение о старости, геронтология). Этот процесс соответствует выбору способов адаптации к процессам старения, принятию решений и стратегий совладания с трудностями [Birren, 1985].

Однако еще раньше к такому же выводу пришел Б. Г. Ананьев [1968]: необходимо более многосторонне изучать комплексные критерии возрастной периодизации, вычленять в них *биологические, психологические и социальные* составляющие и устанавливать их взаимосвязи. По ходу исследования проблем психического старения отчетливо отмечаются проступающие связи последнего с социальными изменениями, сопутствующими этому возрастному периоду. Биосоциальная сущность человека дает основание рассматривать личностно-психологические изменения позднего возраста как совокупность взаимовлияния биологического и социального в их генезисе. Таким образом, старение включает в себя взаимное влияние и взаимную обусловленность биологических, психологических и социальных факторов, связанных с индивидуальным существованием личности и ее возрастной изменчивостью, с возрастанием индивидуальных различий, происходящих с годами, с возрастным спадом и одновременно с обогащением психических возможностей, с уровнем социальной активности, влияющих на процесс старения, и т. д.

Итак, старение можно разделить на три взаимосвязанных и взаимоперекрывающихся процесса:

*психологическое старение* — как сам индивид представляет себе процесс своего старения (например, молодые люди могут чувствовать себя психологически более старыми); специфическое ощущение психологической старости, которое обладает как объективными признаками (снижение интеллектуальных способностей, сужение эмоциональной сферы), так и субъективными проявлениями. Ощущение старости реализуется в специфике отношения индивида к процессу своего старения при сравнении с процессом старения других людей. Здесь можно говорить о психологической асимметрии своей и «чужой» старости, когда индивиду представляется, что он стареет не так, как все остальные (например, быстрее или медленнее);

*биологическое старение* — биологические изменения организма с возрастом (инволюция);

*социальное старение* — как индивид связывает старение с обществом; поведение и выполнение социальных ролей пожилыми.

Эти уровни, или пласты, содержания старения не игнорируются и другими подходами. Например, *социальный*, или *социально-психологический*, подход изучает старость в социальном контексте по трем направлениям:

индивидуальные переживания пожилого человека;

место пожилого человека в обществе;  
проблемы старости и их разрешение на уровне социальной политики.

Во всех вышеперечисленных подходах можно вычленить общие представления о вопросах, которые являются социально-психологическими:

процесс старения личности как члена группы и переживание старости в непосредственном социальном окружении;

место пожилой и стареющей личности в группе и обществе;

отношение индивида к процессу своего старения;

социальная адаптация к процессу старения и социализация в позднем возрасте;

изменение социального статуса и социальных ролей;

позиция общества к стареющим и старым людям;

фактическое место стариков среди других возрастных групп, их функции в обществе и т. д.

Пожилые люди как большая группа общества имеют свою специфику и оказывают прямо или опосредованно существенное влияние на жизнь социума. Поэтому их выделяют в научных целях в особую социальную группу для организации всестороннего комплексного исследования их проблем и наиболее эффективных решений в этой области. В связи с этим **объектом** исследования социальной психологии старения является *пожилой человек* как представитель социальной *группы пожилых людей* в структуре общества и системе общественных отношений (как мы условились, под пожилым человеком в нашей работе понимается индивид, достигший 60 лет).

Сегодня многие ученые и практики сталкиваются с проблемой недостаточности знаний в области поведения пожилых людей и с необходимостью изучения их социальных установок и переживаний, отношения к ним в обществе со стороны разных социальных групп, исследования ролевых аспектов пожилых и старых людей, контактов и активности, установок и функций старших в семье, роли профессиональной и общественной деятельности в жизни пожилых, т. е. с теми вопросами, которые представляют собой **предмет** изучения социальной психологии старения, а именно адаптация и социализация пожилого человека в социуме.

В зависимости от конкретных целей научного исследования социальной психологии старения могут быть определены следующие важнейшие взаимосвязанные *направления*:

место и роль старения и старости в жизнедеятельности личности;

социальное самочувствие пожилого человека, его возможности и их реализация и использование в интересах самого пожилого человека, его семьи и общества;

проблема взаимоотношений и взаимодействия, солидарности поколений;

семейный статус пожилого человека.



Указанные направления социально-психологических исследований (не все возможные направления исследований здесь приведены) показывают, что социальная психология старения занимает место на стыке различных гуманитарных, естественных и социальных наук — философских, медицинских, исторических и др. Психология старения опирается на психолого-ориентированные концепции старения, изучает влияние психических процессов и состояний на старение и протекание старости, особенности психологического статуса пожилых людей, специфику воздействия на него и способы его оптимизации.

Главной задачей социальной психологии старения является осмысление старости как периода, не исключающего позитивного, поступательного развития личности, и выявление социальных условий, способствующих этому.

Реализация этих задач поможет достичь следующих целей: повышение социального статуса пожилых людей, содействие самоактуализации пожилых, реализация их творческого потенциала. На основе знаний социальной психологии старения вырабатываются практические рекомендации для оптимизации состояния и тенденций развития индивида и социума.

#### **1.1.4. Виды исследований и методы социальной психологии старения**

Разработка конкретных методов социальной психологии старения базируется в первую очередь на теоретических положениях и методологических принципах собственно социальной психологии. Обычно выделяют три уровня методологического анализа: *общая методология*, рассматриваемая как общий принцип познания, как философский подход к анализу явлений действительности; *частная методология*, обеспечивающая конкретную реализацию общепсихологических принципов применительно к объектам социально-психологического исследования; *совокупность конкретных методов, методик и процедур* в социально-психологических исследованиях. Именно последний уровень непосредственно связан с практикой исследований.

Методы социальной психологии классифицируют по различным основаниям. В социальной психологии пока еще нет их единой общепринятой классификации, хотя часто выделяют два общих больших блока: *методы сбора информации* (наблюдение, изучение документов, опрос, эксперимент, тестирование) и *методы ее обработки* (приемы теоретической и логической обработки данных, использование методов математической статистики). Методы обработки информации к собственно социально-психологическим приемам не относятся — это большая группа общенаучных приемов, подготавливающих первичную информацию к содержа-

тельному анализу. Если говорить об общем пути, который выбирает исследователь для получения фактов, то в социальной психологии (как и в большинстве других наук, общей психологии и др.) выделяют две большие группы методов — наблюдение и эксперимент.

Социальная психология старения пользуется этими методами, однако существует особая специфика в связи с особенностями объекта исследования — пожилой человек в социальной группе пожилых людей.

В психологии авторы выделяют несколько основных направлений исследования взрослых и пожилых людей. Первое направление связано с разработками экспериментальных исследований, которые ставят целью понять, *как и что* развивается, или *инволюционируется* в психике человека в позднем периоде его жизни. Усилия исследователей при этом направлены на измерение социального интеллекта и мудрости людей этого возрастного этапа. Этот подход является психометрическим, осуществляется с помощью батареи (комплекса) стандартизированных тестов; процедура проводится под строгим контролем и направлена на выявление индивидуальных различий, уровней обработки когнитивного стимульного материала. По своей сути эти исследования имеют значение для получения знания о степени интеллекта пожилых людей, о роли социальных знаний и умений, а также об их связи с реальной жизнью. В контексте этой психометрической традиции преобладающее число исследователей направляют свои усилия на то, чтобы определить и измерить у пожилых людей их моральные нормы, удовлетворенность жизнью и психобиологическое благополучие или самооценку здоровья.

Второе направление относится к информационно-процессуальной перспективе в психологии. Теоретическую основу этого направления составляет положение о том, что человеческое мышление представляет собой фундаментальную параллель в отношении процесса информации. Этот подход, по мнению исследователей, направлен на раскрытие специфических компонентов человеческого мышления, его актуального проявления в поведении и его нейромеханизмов.

Третье направление в исследовании психологии пожилых занимает социально-психологический подход. Авторы этого подхода обнаруживают тенденцию на объединение социальных репрезентаций с социальным опытом и взаимодействиями пожилых людей, а также их включенностью в более широкие социальные системы. Они подчеркивают, что возраст сам по себе — это не объяснение психического изменения, поэтому необходимо акцентировать наблюдения и исследования личности всех возрастов и учитывать влияние всех факторов ее изменения: психических процессов, интересов, умений и т. д.

При выявлении возрастных изменений и возрастных различий следует выделять два методических подхода к исследованию развития, одним из которых выступает **метод поперечных срезов** (т. е. изучение различных возрастных групп в один и тот же момент времени). Достоинством этого подхода является возможность за короткий промежуток времени охватить большие возрастные периоды. Однако делать однозначные выводы о детерминации полученных возрастных различий из подобных исследований не представляется возможным, так как сравниваемые возрастные группы состоят не только из представителей различных возрастов, но и различных когорт, имеющих различный *жизненный опыт, жизненные ценности и разную историю развития (эффект когорты)*. Например, если не знать, на что были способны, скажем, 60-летние, когда они были в возрасте 40 или 20 лет, то невозможно сделать однозначный вывод о том, снижается или нет с возрастом их интеллект. Основные недостатки метода срезов заключаются в том, что он не отражает изменения в разных возрастных группах, и обнаруженные различия могут быть отнесены к различиям когорт в аттитюдах.

Альтернативной методологией исследований может выступать **лонгитюдное исследование** (одни и те же группы испытуемых несколько раз тестируются в различные периоды их жизни). Так, некоторые исследования дали результаты, опровергающие или уточняющие данные, полученные методом срезов, которые показали, что многие люди сохраняют высокий интеллект и в среднем возрасте, и в пожилом.

Однако лонгитюдное исследование трудоемко и длительно и часто может вести к тому, что выборка в ходе исследования будет меняться и в конце концов превратится в нерепрезентативную, например в результате отсева или высокой смертности людей позднего возраста. Кроме того, в такого вида исследованиях трудно отслеживать когортные различия между группами. Поэтому рекомендуется применять комбинацию из этих двух видов.

В области психологии старения можно выделить **четыре вида исследований**.

**1.** Различные определения предмета изучения — самого старения — большей частью основаны на описательном или феноменологическом уровне знания, что позволяет строить различные классификации и схемы или развивать модели стратегий поведения пожилых людей.

Поэтому первый вид исследований условно можно назвать **описательным**. Как правило, описательные исследования позволяют выдвигать, а не проверять гипотезы. При этом часто используют методы наблюдения и контент-анализа документов. Пример описательных исследований — работы Д. Р. Макадамса (*McAdams*), получавшего информацию из рассказов испытуемых, в которых очевидны не только факты, например, их жизни, но и их собственная ин-

терпретация событий, их отношение к этим событиям. На основе этого Макадамс создал теорию идентичности и схему продуктивности человека.

2. Следующие виды исследований в зарубежной психологии старения называют *экспериментальной манипуляцией* (например, изучение времени реакции в нескольких возрастных группах). В отечественной психологии такие эксперименты чаще известны под названием *контролирующие*, они обязательно должны быть концептуализированы. Эти исследования направлены на изучение феномена, или явления, характерного для позднего возраста, и выполняются на уровне качественной теории с применением математического аппарата для анализа и объяснения количественных закономерностей.

Можно выделить несколько моментов, на которые необходимо обращать внимание при проведении контролирующих экспериментов в области психологии старения.

Во-первых, предметом исследования могут выступать различные феномены и категории: особенности психической деятельности пожилых; критерии социальной адаптации пожилых; самооценка и эмоциональные состояния в позднем возрасте; удовлетворенность жизнью и пр. При этом достаточно редко в исследованиях авторы определяют изучаемый предмет с учетом специфики объекта исследования, а именно — пожилых людей.

Во-вторых, пожилые и старые люди как объект исследования могут создавать *проблемы с точки зрения этики*. Например, существуют ограничения в исследовании процессов принятия решений в важных обстоятельствах жизни: выбор жизни или смерти; социально-стрессовые ситуации, многочисленные в позднем возрасте, — потеря близких, переживания, связанные с выходом на пенсию; семейные конфликты, перемена жизненного уклада; отсутствие деятельности, повышающей социальную самооценку старого человека.

В-третьих, возникают *трудности, связанные с особенностями стратегий поведения пожилых в эксперименте*. Например, возможны сдержанность и скрытность пожилых людей. Иногда пожилые люди предпочитают просто не давать те ответы, в которых они не уверены, т.е. действуют по принципу: «лучше не отвечать совсем, чем делать ошибки». С одной стороны, нежелание отвечать и степень осторожности, проявляемые пожилыми людьми, являются фактом полезной и адаптивной стратегии самозащиты. Часто пожилые люди нерешительны в том, насколько они квалифицированы, чтобы оценивать или комментировать предлагаемые вопросы анкеты, например, адекватность или качество услуг в доме-интернате или социальном центре. С другой стороны, зависимость от обслуживающего персонала или членов семьи вызывает боязнь «возмездия» на их возможные выражения недовольства, жалобы, отражаемые в ответах. Многие авторы отмечают опасливость по-

жилых сказать что-то лишнее, несмотря на гарантию анонимности их ответов. Поэтому существует тенденция пожилых людей давать высокий уровень удовлетворенности буквально всем во время опросов. В некоторых случаях при ответах на вопросы, затрагивающие эмоциональную сторону жизни пожилых людей, возможны аффективные, неконтролируемые реакции с их стороны.

Другой причиной сдержанности или скрытности является уровень трудности теста или анкеты. Поэтому нужно начинать с более легких заданий или вопросов и только затем усложнять их. Если пожилой человек потерпит неудачу и не справится с заданиями, ему будет трудно закончить всю работу. Неудача в начале может явиться стрессовым фактором для пожилого человека и сотрудничество с психологом может быть нарушено. Поэтому считается, что тест или анкета должны отображать реальную ситуацию жизни пожилого человека, хотя некоторые исследователи располагают данными, что тесты или задания, связанные с реальной жизнью пожилого человека, увеличивают его стрессовое состояние. Есть мнение, что наиболее приемлемыми формами являются тестирование или опрос, проходящий в игровой форме.

В-четвертых, весьма сложной задачей представляется диагностика пожилых, когда возрастные изменения состояния здоровья и психики приближаются к патологическим. Пожилому и старческому возрасту присущи *хронические заболевания* (иногда их насчитывается до восьми-десяти у одного человека), что снижает общую психическую активность и негативно сказывается на интеллектуально-мнестических функциях. При этом большинство исследователей отбирают своих испытуемых по статусу здоровья (сообщают, что их объекты исследования «здоровы»). Поэтому для того чтобы понять, адекватны ли методы эксперимента задачам исследования и можно ли сравнивать между собой полученные данные, необходимо рассмотреть следующие вопросы:

какая группа пожилых людей представляет выборку и соответствует ли она целям исследования;

была ли выборка сделана согласно плану исследования или использовались статистические методы;

принимали какие-либо медикаменты пожилые, участвующие в эксперименте, и, если так, как это повлияло на результаты;

были ли учтены любые потери пожилых (в том числе смертность) в выборке.

И последнее, это ситуация тестирования или опроса. Часто эта ситуация воспринимается пожилыми людьми как формальный экзамен или как визит к врачу. Для молодых людей, у которых есть недавний опыт учебы в школе или институте, ситуация опроса или тестирования не вызывает внутреннего напряжения. И, наоборот, она очень напрягает пожилых людей. Поэтому важно создать ситуацию, приближенную к их реальной жизни. Необходимо, чтобы

внешние раздражители, такие как шум, помехи любого рода и пр., не отвлекали их внимание.

Нужно также помнить, что у пожилых людей часто имеется сенсорный дефицит. Ситуация же тестирования требует хорошей способности видеть и слышать. Поэтому нужно способствовать пожилым в том, чтобы они не стеснялись пользоваться очками и слуховыми аппаратами, если они им необходимы. Иногда следует в анкетах и тестах, предназначенных для пожилых людей, применять более крупный шрифт, чем обычно.

Пожилым людям требуется больше времени для адаптации к ситуации опроса или тестирования. Такая адаптация необходима для того, чтобы опрашиваемый человек почувствовал себя спокойным и непринужденным. Ситуация опроса требует атмосферы взаимного доверия и сотрудничества, поэтому пожилым нужно помогать, одобряя и подбадривая их во время тестирования. Иногда полезно объяснять, что каждый человек может справиться с некоторыми заданиями, потому что «так задуман тест».

Перед началом любой работы с пожилыми людьми нужно объяснить цели тестирования или опроса и почему нужно откровенно отвечать на вопросы, чтобы получить достоверные данные.

Важно учитывать время тестирования или опроса. Многие исследователи считают, что для пожилых людей лучше несколько коротких опросов, чем одно длительное тестирование. Если по какой-либо причине опрос или тестирование были слишком короткими, необходимо в заключении или выводах упомянуть об этом. Заканчивать любую встречу с пожилым человеком нужно на благоприятной для него ноте, с пожеланиями ему успеха и будущего сотрудничества.

**3. Проблемы исследований в области социальной психологии** связаны не только с психическими особенностями пожилых людей. Основное положение в них занимают вопросы, связанные с отношением к пожилым и старым людям со стороны общества в целом и различных его групп, а также родственников; реакция пожилых людей по поводу выхода на пенсию и др. Их изучение представляет собой следующий вид исследований, который условно можно назвать **культурно-генетическим**.

При изучении отношений к пожилым применяются многие методы: различные опросники, метод незаконченных предложений, семантический дифференциал и различные проективные и непрямые техники. Однако нужно ставить вопрос о том, *правомерно ли различными инструментами измерять одно и то же*, а именно, отношение к старшим, так как измеряемые аттитюды в действительности представляют собой знания, убеждения, мнения, предпочтения. Оценочное отношение выражает положительную или отрицательную диспозицию к предмету отношения, в то время как убеждения или мнения просто неявно представляют степень точности

информации об объекте, независимо от ценностной ориентации. Гетерогенность методов приводит к тому, что трудно оценить, чем обусловлен тот или иной результат исследования.

Многое зависит от *инструкции*, которая может создавать условия усиления или ослабления стереотипизации. Например, в тех случаях, когда предлагается оценить отношение к старшим по сравнению с отношением к молодым, получаются более негативные ответы. Если же инструкция содержит изолированное суждение (без намек на сравнение), то возрастные стереотипы проявляются в меньшей степени, т. е. сравнительное суждение дает больший эффект стереотипизации, чем изолированное суждение. Например, негативное стереотипизирование возникает в том случае, когда респондентам ставится требование описать типичного старого человека и типичного молодого человека. Во-первых, при обозначении возраста в инструкции происходит усиление или усугубление некоторых характеристик объекта. Во-вторых, респонденты вынуждены соотносить ответ с терминами культурных стереотипов и отвечать в соответствии со своими знаниями. Таким образом, на результаты исследований отношений к пожилым оказывают большое влияние не только формы и содержание методик, но и разница в процедуре и технике ее применения.

Еще одна причина существования трудностей в сравнении исследований заключается в том, что *социально-психологическое явление стереотипизации* (как универсальная характеристика процесса восприятия) протекает *на межличностном и на межгрупповом уровнях*. Межгрупповые социально-перцептивные процессы отличаются от межличностных большей устойчивостью, консервативностью, ригидностью. На ранних стадиях восприятия и познания другого человека «работают» наиболее грубые «механизмы» стереотипизации: использование готовых ярлыков, эталонов, мерок. С выходом взаимодействия и общения за рамки ролевого, с нарастанием его личностной окрашенности, степени глубины и интимности стереотипизирование уменьшается по всем структурным характеристикам.

Надо отметить, что одни исследователи обращаются к *обобщенному* образу пожилых, другие же в качестве *ключевого стимула* используют более *персоналифицированного* старого человека. Это методологическое различие еще больше осложняет интерпретацию и обобщение полученных данных. Когда ключевым стимулом является близкий человек, с которым испытуемый или респондент имел длительный контакт, например бабушка или дедушка, важными могут стать специфические черты этого пожилого, что может повлиять на суждение опрашиваемого. Фактически персонализация формирует иной контекст, где пробуждаются индивидуальный опыт и индивидуальные чувства, которые становятся доминирующими детерминантами отношения к пожилому.

К сожалению, не создана еще последовательная система дифференциации стереотипов по половому признаку респондента, хотя это, несомненно, важная проблема. Неясно также, оказывают ли влияние на стереотипы и восприятие старости социально-экономический статус и наличие в семье пожилого человека. Это задача будущих исследований.

4. Еще один вид исследований в психологии старения — **формирующий эксперимент**, получивший название на Западе **стратегия вмешательства**. Этот общий термин, наиболее широко известный в социальной работе, обозначает планируемое действие, предпринимаемое или предлагаемое психологом, социальным работником, консультантом вместе с клиентом либо от его имени. Вмешательство направлено на отдельного человека, супругов, семью или более широкую группу людей.

Термин «вмешательство» до сих пор используется, хотя наметилась тенденция к его замене более специфическими терминами, связанными с конкретными взаимодействиями в практике социально-психологической работы, такими как, например, «план индивидуального обслуживания»<sup>1</sup>.

В психологии вмешательством может быть, например, тренинг, который улучшает интеллектуальные способности в результате практики, или помощь пожилым, испытывающим депрессию, в формировании более позитивного взгляда на жизнь. Его цель — улучшение жизни пожилых или изменение их поведения в желательном направлении.

Чтобы вмешательство было успешным, необходимо проводить предварительную параметрическую оценку тех показателей, которые будут отображать результаты воздействия. Для этого важно знать различия между биологическими изменениями организма, в том числе его центральной нервной системы (ЦНС), и их отображением в психике человека, между социальными изменениями личности и их субъективным отображением.

При этом надо учитывать, что возможны негативные последствия «вмешательства». Например, широко распространенный на Западе метод «Ориентация в реальности» (ОР), используемый для улучшения поведения пожилых людей с различными формами деменции и дезориентированности, требует осторожности в применении, так как обстоятельные доказательства его эффективности отсутствуют. В одних случаях пациенты находят занятия «скучными» и «бесполезными». В других экспериментальная группа (та, которая обучалась по программе ОР) давала гораздо лучшие, чем контрольная группа, ответы по тестам информированности, ориентации, памяти и учения. Некоторые исследования показывают, что поведение па-

---

<sup>1</sup> С другой стороны, психологически более точными могут быть такие понятия, как «влияние», «личностное влияние» и т. д. (Р. Чалдини, Е. Сидоренко).



циентов дома после интервенции улучшается, тогда как у тех, кто находился длительное время в больнице, такого улучшения не наблюдается. Учитывая различия в оценках результатов применения ОР, можно сделать вывод, что они сравнимы между собой лишь косвенно, так как в одних случаях измеряют, например, познавательные процессы у пожилых, а в других — поведение. Возможно также, что исследуются различные виды ОР (двадцатичетырехчасовой или в группе). Поэтому эти программы, как и некоторые другие, рекомендуемые для работы с пожилыми людьми, требуют дополнительных исследований по изучению их эффективности.

Описанные выше виды исследований в социальной психологии старения не исчерпывают всего их многообразия. Условность названий предполагает раскрывающую их содержание дефиницию. Главной проблемой остается неопределенность методологии исследований, связанная с отсутствием единой научной теории старения.

### **Вопросы и задания**

1. Какое место занимает социальная психология старения в системе научного знания?
2. Чем вызвано возникновение самостоятельной научной дисциплины — социальной психологии старения?
3. В чем отличие социальной психологии старения от социальной геронтологии? Что у них общего?
4. Расскажите об истории возникновения социальной психологии старения как самостоятельной науки.
5. Каковы современные представления о старении?
6. В чем сложность психологического процесса старения?
7. Каковы особенности определения пожилых людей как социальной группы?
8. Каковы объект, предмет и цели социальной психологии старения?
9. В чем специфика экспериментальной и исследовательской работы в социальной психологии старения?
10. С какими трудностями может столкнуться исследователь, изучая группу пожилых?
11. Какие виды и типы исследований проводятся в социальной психологии старения?

## ГЛАВА 2

# ПОЖИЛОЙ ЧЕЛОВЕК КАК СУБЪЕКТ ВОЗРАСТНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ

### 2.1. Возрастные границы и периодизация позднего возраста в контексте социальной психологии

#### 2.1.1. Подходы к выделению жизненных стадий

Знакомясь с периодизацией индивидуального развития взрослого человека, следует учитывать некоторые специфические проблемы. Не существует жестких временных границ начала и завершения каждой стадии жизни. Они зависят от закономерностей созревания организма и начала инволюционных процессов в нем. Как было указано выше, для процессов созревания и инволюции характерны неравномерность и гетерохронность. Неравномерность процессов и гетерохронность смены состояний индивида как отражение внутренних противоречий развития предопределяют различные возможности жизни — от преждевременного старения в одних случаях до долголетия в других.

Имеется много различных периодизаций человеческих возрастов, разработанных специалистами из разных областей человеческого знания (и, следовательно, по разным критериям). Для более полного и глубокого понимания существа проблем периодизации развития взрослого человека познакомимся с некоторыми из них. Учитывая специфику нашего объекта исследования, мы не будем уделять внимания ранним периодам: младенчеству, детству и юности, а начнем с взрослого возраста.

Первоначально весь жизненный цикл делился на три эпохи: детство, взрослость и старый возраст. Эпохи делятся на возрасты. В отечественной психологии к эпохе детства традиционно относят младенческий, ранний, дошкольный, младший школьный и подростковый возрасты. К эпохе взрослости относят юношеский возраст, первый зрелый возраст (до середины кризиса жизни) и второй зрелый возраст. К эпохе старости относят пожилой возраст, старость и долгожительство.

На одном из концептуальных уровней рассмотрения проблемы жизненный цикл может быть представлен серией стадий развития.

В этом случае старый возраст является последней стадией. Социологи, возрастные и социальные психологи предпочитают стадийный подход к жизненному циклу как более удобную и благоприятную парадигму.

Стадии обычно описываются в терминах возрастено-специфических периодов жизни, характерных для особых моральных, социальных и психологических задач или дилемм, которые должны быть доведены до конца или разрешиться накануне перехода на следующую стадию. Таким образом, неизменные стадии жизни и соответствующие им задачи развития связаны с обычными периодами хронологического возраста.

Один из примеров «стадиальности» — работа Шарлотты Бюлер (*Buhler*), которая со своими студентами на протяжении 1930-х годов развивала схему жизненных стадий, используя биографический и автобиографический материалы. Всего они проанализировали 400 жизненных историй. Основным интересом Ш. Бюлер заключался в изучении отношения стадий жизни к биологическому развитию. Вот ее схема:

Стадии жизни	Задачи развития
0 – 15 лет	Развитие ребенка, предшествующее самоопределению
15 – 25 лет	Раскрытие сексуальных возможностей, определение жизненных целей
25 – 45 лет	Стабильный рост, кристаллизация жизненных целей
45 – 65 лет	Фаза репродукции, самооценивание жизненных целей
65 лет и старше	Биологический упадок, продолжение деятельности или возвращение к удовлетворению потребностей детства

Ш. Бюлер в своей периодизации стадий жизни делала акцент на индивидуальный процесс постановки цели жизни. Но ей не удалось выразительно описать полный человеческий потенциал в поздний период жизни. Неясным остался вопрос о расширении умений, навыков и психологическом росте личности в поздней жизни. Бюлеровский взгляд на периодизацию жизни ограничен созреванием, ростом и развитием в среднем возрасте, а последняя стадия характеризуется сужением возможностей и ухудшением психических функций и условий жизни. Тем самым Ш. Бюлер породила общепринятую (в настоящее время) точку зрения на последнюю стадию жизни как на неизбежный, бесповоротный и универсальный период упадка сил, которую подхватили представители и других наук.

Например, английский демограф Д. Б. Бромлей выделяет пять циклов развития человека, каждый из которых делится на стадии. Из них:

Четвертый цикл — **взрослость: 21–65 лет**

первая стадия — ранняя взрослость 21–25 лет;

вторая стадия — средняя взрослость 25–40 лет;

третья стадия — поздняя взрослость 40–55 лет;

четвертая стадия — предпенсионный возраст 55–65 лет.

Пятый цикл — **старение: от 65–70 лет**

первая стадия — «удаление от дел», «отставка» 65–70 лет;

третья стадия — старость 70 лет и более;

третья стадия — дряхлость, болезненная старость и смерть.

Как видно, модель «последней стадии жизни как периода ухудшения» стала доминирующим взглядом на старый возраст не только среди обычных людей, но и среди специалистов. Все без колебаний допускают, что ухудшение, потери и упадок сил — неизбежное сопровождение преклонного возраста, последнего периода жизни. Кроме того, многие, довольствуясь принципом: «исключение подтверждает правило» (по отношению к сохранившим физическую форму интеллектуальным пожилым людям), доказывают, что старение и ухудшение — необратимые процессы. Действительно, вряд ли стоит оспаривать ухудшения и потери в старом возрасте, особенно с точки зрения физиологии.

Другой ученый, психолог и психоаналитик Эрик Эриксон (*Erikson*), предложил свой подход: стадии жизни есть прохождение серии критических точек от рождения до смерти. Каждая стадия представляет собой индивидуальный «кризис», или задачу развития (критическую точку), которая должна быть преодолена индивидом перед тем, как перейти на следующую жизненную стадию. Успех или полнота выполнения задачи зависит от того, как были усвоены и преодолены предыдущие стадии. Наиболее валидным и полезным способом решения вопроса о том, что в целом происходит с пожилыми людьми, может быть изучение значимости пожилого возраста как стадии развития, хотя и последней (именно в этом и состоит ее значимость). Это модель развития личности, которая отмечает привлекательные и позитивные аспекты старения.

Мы не будем рассматривать все восемь стадий Эриксона, а ограничимся теми, которые представляют для нас интерес.

Стадии жизни	Задачи развития
Ранняя взрослость	<b>Близость против изоляции:</b> расцвет детородности, интимность, взаимность с другими.
Взрослый возраст	<b>Генеративность против стагнации:</b> заинтересованность в устройстве жизни, в наставлении молодого поколения.
Зрелость/старость	<b>Целостность против отчаяния:</b> эмоциональная интеграция, осмысление своей жизни.

В пожилом возрасте существует конфликт между *целостностью*, т. е. *эго-интеграцией* (позитивная сила), и *отчаянием* (негативная сила). Задача — пройти этот этап и закончить жизнь с преобладанием эго-интеграции, чувства цельности. Достижение этого — залог благополучной старости. Тем не менее, как и на предыдущих этапах, человек не застрахован от кризиса, который является результатом неизбежных биологических, психологических и социальных воздействий.

### **Характеристики эго-интеграции:**

жизнь имеет цель и дает чувства;

то, что происходило, было неизбежным, и могло произойти только тогда и там, когда и где это произошло;

убеждение, что весь жизненный опыт имеет ценность. Опыт приобретает с каждым произошедшим событием. Оглядываясь назад, человек видит, как он вырос психологически, преодолевая все взлеты и падения, удачи и неуспех, благополучные и кризисные периоды;

оценка человеком своих родителей в новом свете и получение возможности лучше понять их, так как он прошел через свою собственную зрелость, вырастил своих собственных детей.

Эриксон вводит для описания задач зрелого возраста (взрослого) понятие *продуктивность (генеративность)*, когда человек может, хочет и способен передать свой опыт последующим поколениям, а для описания зрелого возраста (старости) — *интегрированность (целостность)*, когда человек способен переоценить и принять свой опыт. Кризис последней, восьмой, стадии знаменует собой завершение предшествующего жизненного пути, а разрешение его зависит от того, как этот путь был пройден с точки зрения человека, переживающего кризис. По Эриксону, наиболее важным является то, как данный кризис будет преодолен. Таким образом, задача поздней зрелости — оценка прожитой жизни, переосмысление ее, принятие ее такой, какая она есть, достижение чувства полноты и полезности прожитого. По мнению Эриксона, основная задача развития на этой стадии — достижение целостности, осознание и принятие прожитой жизни и людей, с которыми она проходила, как внутренне необходимой и единственной возможности. Цельность основывается на понимании того, что жизнь состоялась и в ней уже ничего нельзя изменить. Мудрость состоит в принятии собственной жизни целиком, со всеми ее взлетами и падениями. В противном случае неизбежно отчаяние, горечь по поводу неправильно прожитой жизни, невозможности начать все сначала. Поэтому основная проблема пожилого возраста — это понимание и принятие пожилым и старым человеком своего «Я» во всех его проявлениях. Они осуществляются благодаря решению задач развития, которые относятся к социальным взаимодействиям. Это принятие Э. Эриксона называет *генеративностью*. Когда предыдущие задачи разви-

тия решены, пожилые люди способны продвигаться к следующей задаче, каковой для пожилого возраста является развитие эго-интеграции, которая включает в себя рефлексии и самопроявление. Если результаты этого процесса позитивны, то все «Я»-компоненты могут быть приняты как интегрированные, т. е. эго-интеграция завершилась. А если они негативны, то в результате наступает депрессия, отчаяние.

Неудачная эго-интеграция выражается в страхе смерти, который является наиболее ярким симптомом отчаяния, когда человек чувствует, что уже слишком поздно что-то изменить в прошлом и пытаться повернуть время вспять, чтобы исправить ошибки или сделать то, что не сделано. Жизнь — не репетиция, каждому предоставляется лишь один шанс. В отношении приспособления к старению Эриксон считал, что человек должен пересмотреть свое прошлое, все вспомнить и научиться с ним жить, поддерживать контакты с обществом и признать конечность жизни.

Важно, что главные расчленения рассмотренной схемы сделаны на детских стадиях жизни (которые мы не приводим); относительно малое внимание уделено не только зрелости, но и старости. Такое скудное внимание к поздним годам жизни в подходе Э. Эриксона означает, что старый возраст не имел достаточно фактов для полноценного изучения и оставался лишь своеобразным «ярлыком» для старых людей. В этом смысле Э. Эриксону не удалось серьезно расширить периодизацию психосексуального развития человека по З. Фрейду, который также довел ее лишь до стадии зрелой сексуальности и также основное внимание уделял именно детским возрастам и стадиям детской сексуальности.

Описанные подходы имеют слабые места. Во-первых, процесс роста — не единый процесс для всех, его невозможно унифицировать, хотя, как мы видим, с помощью теоретических схем предпринимаются попытки упорядочения жизненных стадий. Во-вторых, в рассмотренных подходах исследования жизненных стадий имеет место чрезмерный акцент на интернальных психологических и когнитивных событиях, привязанных к биологическому созреванию и изменению, недаром концепция Эриксона называется концепцией эпигенетического развития человека. В то же время игнорируется влияние на поведение человека экстернальных факторов, окружающей ситуации, включая социальные, физические и другие компоненты этой ситуации. Особенно этот недостаток заметен при рассмотрении роста и развития человека в поздние годы.

### **2.1.2. Специфика периодизации позднего возраста**

В период между двумя мировыми войнами демографы относили любого индивида в возрасте 50 лет и старше к «старым людям». В последующие годы возрастными критериями, определяющими старость,

изменились — 60 и 65 лет. В настоящее время предложено фиксировать «старый возраст» 70 или 75 годами. Соответственно, численность старых людей кажется постоянно меняющейся с начала века, тогда как анализ структуры среднего возраста населения ясно показывает его увеличение. Если проанализировать среднюю продолжительность жизни в период с 1930 г. до 2000 г., станет очевидно, что к среднему жизненному циклу добавилось приблизительно 15 лет. Это точно соответствует различиям между предположительными началами старого возраста (50 лет в 1930 г. и 65 лет в 2000 г.). Возникает вопрос, остановится ли это движение и не должны ли мы в дальнейшем ожидать действительного исчезновения самого понятия — старый возраст.

Взаимовлияние человека и социального окружения переходит в «события» человеческой жизни. Каждое событие необходимо рассматривать при оценивании поведения и деятельности пожилого человека (более подробно о «событиях» см. главу 3.3). Можно использовать «событийность» человеческой жизни для периодизации жизненного пути личности, в частности в поздних возрастах. Необходимо различать индивидуально-личностные события и возрастно-нормативные. К первым относят: серьезные болезни, травмы, разочарования в человеке, разводы, «захваченность» техногенными или социальными катастрофами, религиозные потрясения и др. Все эти события лично значимы и важны, но не привязаны жестко к определенному возрасту и не являются обязательными для каждого человека.

К возрастно-нормативным событиям поздних возрастов, т. е. обязательным и более или менее возрастно-специфическим, можно отнести следующие:

- люди перестают работать — уходят на пенсию;
- они перестают быть начальниками;
- они перестают быть детьми — хоронят своих родителей;
- они перестают быть родителями — их дети встают на ноги и заводят собственные семьи;
- они теряют свои физические кондиции — это тоже трудно принять в себе;
- они меняют свою сексуальную жизнь;
- они перестают путешествовать — нет сил и желания;
- они смиряются с неизбежностью и близостью смерти.

По-видимому, именно возрастно-нормативные события поздней жизни задают критерии для ее периодизации. Однако построение целостной и общепризнанной периодизации поздних возрастов человеческой жизни — дело будущего.

Жизнь — это не только стадия, в которой развиваются человеческое поведение и деятельность. Экстернальная окружающая обстановка не просто «задний план» или «декорация», которая может быть изменена путем вмешательства и которая обладает влиянием на ста-

реющего человека. Различные социальные группы, социум, окружение могут глубоко влиять на поведение стареющего человека, так же как и сам человек оказывает влияние на них. Именно поэтому нельзя рассматривать личность пожилого человека, его деятельность и поведение независимо от окружающего социального контекста.

Перед психогеронтологами стоит значительная задача — организовать и интегрировать имеющиеся знания и информацию о постоянстве и изменении жизненного цикла и его отдельных стадий. Детализированные исследования пожилых и старых людей в возрасте 70, 80, 90 лет и старше подтверждают, что в то время как существуют общие паттерны адаптации к задачам и требованиям поздней жизни, в когнитивных стилях и стратегиях, реакциях на мотивационные переменные и личностные структуры, которые появляются в контексте в различных социальных ситуациях, всегда существуют индивидуальные различия. Вот почему требуется не одна теория, чтобы описать и определить деятельность и поведение пожилых в таком разнообразии подходов.

Теории детского поведения объясняют развитие когнитивных процессов и интеллекта, взаимодействия и мотивационных структур, личности и социального поведения. Они сфокусированы на специфических поведенческих сферах. Некоторые психогеронтологи пытались применять теории детства и подросткового возраста (например, психоаналитическая теория, теория Пиаже) к пониманию человеческой жизни вообще, включая взрослость и поздний период жизни. Однако возрастно-специфическая теория зрелых и поздних возрастов еще не создана.

Теории психологического функционирования в поздней жизни могут быть объединены в общую структуру. Однако они должны быть способны согласовывать как количественные, так и качественные изменения психики пожилого человека, в том числе его деятельность и поведение. Эти изменения проявляются в социальном, культурном и прочем окружении. Решение дилеммы «природа — воспитание», которая охватывает изучение психологических процессов любого возраста, требует определенного подхода — «личность в социальном окружении, группе», так как деятельность и поведение любого индивида в любой момент жизни не могут не зависеть от социального окружения.

## **2.2. Возрастные изменения в пожилом возрасте**

### **2.2.1. Изменение высших психических функций при старении**

Психические изменения, наблюдающиеся в процессе старения, связаны с процессами инволюции в центральной нервной системе (ЦНС). Традиционно эта проблематика закреплена за общей пси-



хологией, хотя некоторые вопросы изучает клиническая и возрастная психология. На психические изменения в позднем возрасте существенное влияние оказывает вся биологическая и психосоциальная история предшествующих периодов жизни, приобретенные личностные качества, психические и социальные характеристики, составляющие жизненный опыт данного человека. К сожалению, эта проблематика не нашла особой разработки в аспектах социальной психологии, как и в психологии развития. Поэтому, рассматривая все проблемы старения, необходимо объединить различные уровни описания возрастных изменений, которые начинаются с изменения высших психических функций.

Среди общих признаков старения наиболее общим свойством является «замедление», охватывающее как большинство сенсорных функций — зрение, слух, вкус, осязание, так и более сложных — психомоторики, восприятия нового, запоминания, всего поведения человека, включая способность к адаптации в меняющихся условиях. Как отмечают многие авторы, психическое старение (в случаях отсутствия патологии) не несет с собой каких-либо качественных изменений социально значимых характеристик. Однако общие проявления старения в любой из функционирующих систем организма сказываются в виде возрастного снижения силы и подвижности основных процессов жизнедеятельности. Внешние проявления неуклонности возрастных изменений у человека особенно демонстративны на примере двигательной активности в старости. Однако замедление происходит на всех уровнях функциональных систем [Шахматов, 1996].

Разные теории пытаются со своих методологических позиций рассмотреть причины и основания такого замедления и ухудшения. Так, например, психогеронтологи, принадлежащие к школе когнитивизма и бихевиоризма, предложили **каскадную модель старения**, которая основана на различии первичного и вторичного старения. Биологи называют их внешними и внутренними аспектами старения.

Первичное старение (внешнее) — это нормальный процесс, неотягощенный хроническими болезнями. Вторичное (внутреннее) связано с патологическим ухудшением здоровья и включает разнообразные хронические болезни, влияющие на функционирование мозга (сердечно-сосудистые заболевания, рак и т. п.). На оба эти процесса оказывают влияние различные аспекты стиля жизни: место жительства, стрессы, морально-этические принципы, социоэкономический статус и многие другие.

Заключительное (терминальное) ухудшение характеризуют возможные изменения, которые могут происходить перед смертью. Причем эти изменения другой природы, чем изменения, относящиеся к первичному и вторичному старению; они характеризуются «когнитивным засыпанием». Сам период терминального старения

(приближающаяся смерть) может длиться от нескольких месяцев до нескольких лет.

С помощью каскадной модели старения делаются попытки объяснить некоторые аспекты интеллектуального функционирования в процессе старения:

терминальное старение ..... вербальные понятия  
вторичное старение ..... рассуждения  
первичное старение ..... скорость перцепции

Гипотетически каузальный паттерн модели следующий: первичное старение оказывает влияние на скорость перцепции (скорость, с которой информация обрабатывается в ЦНС, скорость решения перцептивных задач), вторичное старение — и на рассуждения (индукция, решение абстрактных задач, формальные операции: выводы, заключения, предположения) и на скорость перцепции. И, наконец, в терминальном периоде происходят нарушения на других уровнях интеллектуального функционирования: на уровне понятий (затруднения в нахождении информации и в овладении повседневными знаниями: уменьшаются словарный запас, понятливость, объем информации), рассуждений, включая скорость перцепции.

Необходимо подчеркнуть, что это теоретическая модель бихевиористско-когнитивного подхода к анализу старения. Отечественные ученые также отмечают снижение психического тонуса, силы и подвижности, что составляет основную возрастную характеристику психического реагирования в старости. Так, Н. Ф. Шахматов считает, что тенденция к ослаблению, замедлению скорости психических реакций в большей или меньшей степени присуща всем формам психического старения. А. У. Тибилова (1991) указывает, что темп психической активности с возрастом снижается, причем в старении ЦНС имеют значение не столько возрастные изменения, сколько центральные механизмы анализа и синтеза информации.

Проводимые исследования показывают следующие среднестатистические значения показателей когнитивных функций в различных возрастных группах. Наибольшие значения объема, скорости переработки информации и объема оперативной памяти наблюдаются в возрастной группе 40–49 лет. Достоверно низкие абсолютные значения показателей когнитивных функций выявлены в возрастной группе 50–59 лет и старше. В возрастной группе 70–79 лет объем переработанной информации в 2 раза ниже, а в возрастной группе 80–85 лет в 2,5 раза ниже, чем в возрастной группе 40–49 лет. Скорость переработки информации в возрастной группе 80–85 лет в 1,3 раза ниже по сравнению с возрастной группой 40–49 лет. Объем оперативной памяти в возрастной группе 80–85 лет в 1,2 раза ниже, чем в возрастной группе 40–49 лет. В то же время авторы отмечают, что показатели объема, скорости переработки ин-

формации и объема оперативной памяти в возрастных группах 50–59 и 60–69 лет хотя и ниже значений в группе 40–49 лет, однако выше, чем в возрастной группе 70–79 лет [Коробейников, 2001].

Изменение силы и подвижности психических процессов в старости сугубо индивидуальны. Кроме того, следует подчеркнуть *гетерохронность* старения отдельных психических функций, в том числе познавательных способностей, и индивидуальные различия у разных людей. Последние зависят в большой степени от врожденных психических особенностей индивида, включая приобретенные знания, социальные роли, интеллектуальную деятельность, ее тренированность и т. д. В старости нормы половозрастного ослабления психических функций отсутствуют. Поэтому можно говорить лишь о вероятности, риске выявления такого снижения и возрастных изменений основных психических функций, которые находят отражение в объективных показателях силы и подвижности интеллектуально-мнестических функций (памяти, внимания, мышления). Лучшим примером сложностей, которые возникают при использовании подобных критериев для оценки уровня психического старения, могут служить показатели изменения функций памяти у пожилых.

### **2.2.2. Нарушения памяти у пожилых**

Представление о нарушениях памяти как основном собственно-возрастном симптоме психического старения имеет широкое распространение. В первую очередь потому, что расстройства памяти являются первым симптомом возрастных органических психозов позднего возраста. Серьезные недостатки памяти — один из признаков деменции, наиболее распространенной формой которой является синдром (или болезнь) Альцгеймера. Однако мнестические расстройства выявляются и в картине благоприятного психического старения, когда на протяжении всего периода старения без изменений сохраняются все личностные и социальные характеристики человека.

Снижение функции памяти, ассоциируемое со старением как одним из ее частых признаков, наблюдается не у всех старых людей: часто исследователи не выявляют у практически здоровых лиц пожилого и старого возраста заметного снижения памяти. Более того, свыше 90 % людей в возрасте 65 лет и старше показывают лишь незначительные ухудшения. Современные исследования свидетельствуют о несоответствии между субъективными жалобами престарелых на нарушения памяти и реальной способностью к запоминанию. Память, как и интеллектуально-логическая деятельность в целом, является сложной психической функцией, зависящей и от влияния других психических свойств (таких как настроение, психическая активность, установка), социальных факторов, а также от

состояния физического здоровья. Выраженная тревога отрицательно сказывается на таких параметрах, как «логическая память», «психический контроль». Обнаружено, что негативные культурные установки на поздний возраст становятся актуальной причиной ухудшения памяти в старости.

Исследователи отмечают неравномерность снижения различных функций памяти с возрастом. В частности, оперативная память ухудшается быстрее по сравнению с кратковременной и объемом непосредственной памяти. Ослабление запоминания не является лишь «негативным» симптомом, оно имеет приспособительный характер, приводит к преобладанию запоминания только логического и систематизированного материала. Факт относительной сохранности логико-смысловой памяти поддерживается многими исследователями.

Экспериментальные исследования памяти позволяют сделать следующие выводы:

при определенных условиях ухудшение памяти частично обратимо у людей в возрасте до 80 лет;

кратковременная память страдает в той же мере, что и долговременная;

процесс старения памяти носит прерывистый характер с двумя периодами спада: 1) 60 – 70 лет и 2) после 80 лет. 70 – 80 лет – период относительной стабильности.

Симптомы возрастного нарушения функции памяти отражают общие процессы старения в высшей нервной деятельности, основные закономерности этого процесса. Признается факт, что по мере старения увеличивается вероятность появления такого рода нарушений памяти. Исследования показали, что в тестах на повторение представители более старших возрастных групп менее продуктивны, чем представители более молодых групп. В тестах на узнавание различия между более молодыми и более пожилыми людьми менее заметны и часто вообще пропадают.

Проблема нарушений памяти тесно связана с проблемой особого отношения к прошлому или роли воспоминаний в жизни пожилого человека. Эта проблема широко обсуждается в литературе, большей частью имеющей отношение к психическим нарушениям в позднем возрасте. Особое отношение к прошлому составляет значительную часть психической жизни старого человека. Отношение к прошлому составляет основу субъективных переживаний за счет того, что в этом возрасте настоящее и будущее менее конструктивны, чем прошлые годы.

Существует феномен особой, эмоционально окрашенной обращенности пожилых людей к прошлому. В одном случае это произвольно возникающие в сознании пожилого человека воспоминания конкретного прошлого события, которое не имеет для него особого значения. В период, когда это событие происходило, оно не при-

влекало внимания и само по себе не носило исключительного характера. Тем не менее, возникая в памяти как бы помимо воли, это воспоминание не оставляет человека безразличным. В других случаях речь идет о положительно окрашенных воспоминаниях прошлого, к которым старый человек с удовольствием возвращается вновь и вновь.

Таким образом, одни авторы считают, что актуализация прошлого опыта, «уход в прошлое» занимают отчетливое место в старческой психике как при благоприятных формах старения, так и при собственно-возрастных психических расстройствах позднего возраста. Кроме того, функцией воспоминаний считается сохранение самооценки в условиях уменьшения физических и интеллектуальных способностей, сохранение целостности личности, создание идеализированной версии событий, которая оправдывала бы жизнь. Однако, по мнению других, исследования не подтверждают адаптивной функции воспоминаний. В одном исследовании, проводившемся в течение пятнадцати лет, выделены четыре группы пожилых людей с разной эмоциональной реакцией на воспоминания. Первая группа получала удовольствие от воспоминаний. У второй группы воспоминания были навязчивы, увеличивали тревогу и депрессию, были связаны с чувством вины и сожаления. Третья группа вообще не имела воспоминаний. Четвертая группа в процессе воспоминаний испытывала ностальгию и депрессию из-за контраста прошлого и настоящего. У здоровых пожилых имеется негативное соотношение между объемом воспоминаний и склонностью к депрессии. У пожилых с деменцией уровень воспоминаний низок, но повышается при успешной терапии, которая улучшает поведенческие и когнитивные функции, если ей предшествуют занятия по ориентации в реальности (ОР). Причем работа над воспоминаниями улучшает и обогащает отношения этих пожилых и обслуживающего персонала.

Повреждение кортикальных нейронов лишь минимально проявляется с возрастом у большинства людей, и даже в самом позднем возрасте такие нейроны остаются способными к реагированию, улучшая продуктивность интеллектуально-мнестической деятельности путем формирования дополнительных функциональных связей с другими нейронами. Уменьшение силы и объема психических процессов, снижение их подвижности отражают общую линию инволюции, являясь универсальным механизмом старения, которым обуславливается и характер интеллектуальной активности. Время возникновения и темп развития этих изменений, их тяжесть определяют ту конкретную почву, на которой формируется новый психосоциальный статус пожилого человека. В основе индивидуального характера изменений психической деятельности в старости лежит гетерохронность в нарушениях памяти, интеллекта, творческих возможностей. Жизненный опыт, индивидуальные качества, уровень одаренности, присущие конкретному человеку, формируют

собственные механизмы компенсации и адаптации к этим возрастным изменениям, определяя уровень интеллектуальной активности.

### 2.2.3. Когнитивные процессы. Изучение интеллектуального функционирования в позднем периоде жизни

Когнитивные процессы в научной литературе понимаются как психические процессы, посредством которых индивиды косвенным или прямым образом познают себя и свое окружение. Предполагается, что эти процессы действуют на когнитивных «структурах» (организационная иерархия, схемы, стратегии или структуры), которые организуют, категоризируют и дают значение объектам и событиям, а те, в свою очередь, анализируются и синтезируются в индивидуальном когнитивном пространстве индивида.

Обычно психологов и геронтопсихологов интересует степень изменения когнитивных процессов и структур в зависимости от смены периодов жизни индивида, чтобы ответить на вопрос: что это — функции *жизненного опыта* или *созревания (развития)*?

Развитие когнитивных процессов и интеллекта в детстве и раннем подростковом возрасте изучалось Ж. Пиаже и его коллегами в течение 50-летнего периода исследований, которые продолжают даже сегодня. Одним из результатов этих исследований о природе интеллекта и его онтогенеза у детей явилась теория стадий когнитивного развития. Согласно этой теории, интеллектуальный рост происходит в форме качественных скачков. Для его осуществления необходимо активное участие ребенка или подростка в ассимилировании и аккомодации новой информации в когнитивных структурах или схемах.

Согласно Пиаже, существуют четыре периода когнитивного развития. Последний период развития, стадия *формальных операций*, может длиться всю взрослую жизнь без последующих качественных изменений. Когнитивные процессы и структуры, которые опосредуют поведение индивида в средние и поздние годы жизни, будут мало отличаться от тех способов, которые были характерны для него в подростковом и раннем взрослом возрасте. Рейджел (*Riegel*) к этой схеме добавил дополнительную стадию развития — стадию *диалектических операций*, объясняющую интеллект взрослого, который живет в ситуации разнообразия, неопределенности повседневной жизни.

Согласно Л. Вьеф (*Vief*), интеллект взрослых индивидов не функционирует только на одной стадии. Его характеризует *мультиуровневая операционализация*. Наивысший уровень компетентности будет достигнут только при оптимальных обстоятельствах. В этом случае задача, стоящая перед взрослым индивидом, заставляет его использовать все свои знания для разрешения конкретной жизненной ситуации.

Шайе (*Shaie*) описал различия в когнитивном развитии моделей взрослого возраста, того самого, который Пиаже свел к единственной стадии. Исходная стадия *приобретения* (в процессе детского и подросткового развития), в которой когнитивные умения и навыки усвоены для дальнейшего использования в более поздние периоды жизни, преобразуется в стадию *достижения*. Таким образом, вторая стадия достижения соответствует ранней взрослости и характеризуется восприимчивостью к когнитивным навыкам и их применением в конкретной практической ситуации. Средний возраст проходит две аналогичных стадии, первая из которых заключается в интеграции умений справляться со сложными проблемами и задачами социальной среды (стадия *ответственности*); во второй, более специализированной (стадия *исполнительности*), используются специфические стратегии, умения и навыки в решении комплекса проблем среднего возраста. На заключительной стадии (стадия *реинтеграции*) приобретенные ранее информация, опыт, стратегии решения проблем реорганизуются на основе личностно ориентированных характеристик и признаков. Этот процесс реорганизации, который отражает уникальное влияние личности на окружение и, наоборот, влияние окружения на личность, включает идиосинкратическую (уникальную характеристику личности) схему, которая содействует росту индивидуальных различий в позднем возрасте. Хотя эта схема требует дальнейшей разработки, проверки и апробации, она предоставляет модель или подход для изучения развития личности позднего возраста в окружающей среде. Этот подход используется многими когнитивными психогеронтологами [A. Shwartz, 1984] при изучении старения и старости.

Из геронтологической литературы известно, что с возрастом снижается эффективность когнитивных функций, прежде всего восприятия и памяти. Однако ухудшение когнитивных функций, в частности памяти, может быть связано с рядом психопатологий, не имеющих возрастной зависимости. В свою очередь, возрастное ухудшение когнитивных функций приводит к изменению не только количественных, но и качественных сторон психического состояния человека. Авторы указывают, что отражением «нормального старения» являются: ухудшение памяти, замедление процессов восприятия и затруднение «полета мысли» (абстрактно-логического мышления).

## 2.2.4. Интеллект в пожилом возрасте

А. Шварц, цитируя Боринга (*Boring*), приводит следующее определение интеллекта: «Интеллект — это то, что измеряют тесты интеллекта». Что есть интеллект и какие виды тестов более подходят для измерения интеллекта? Остается ли интеллект стабильным на протяжении жизни или изменяется с возрастом? Какие методики,

техники и исследовательские методы удовлетворяют требованиям развития в поздней жизни? Несогласованность ответов многих авторов на эти вопросы сопровождается изучением интеллектуального функционирования в старости.

Актуальность исследований интеллекта в пожилом возрасте обусловлена, в первую очередь, тем обстоятельством, что именно интеллектуальная активность выступает в качестве одного из условий, тормозящих темп нарастания возрастных изменений психики на поздних этапах онтогенеза. Хотя до недавнего времени считалось, что интеллектуальные возможности достигают пика своего развития в конце второго — начале третьего десятилетия жизни, некоторое время держатся на этом уровне, а затем начинают снижаться в среднем возрасте, и еще быстрее — в пожилом.

Этому мнению способствовала сама история становления экспериментальной психологии, изучавшей интеллект. Первым значительным вкладом в изучение проблем психологического старения явилась работа сэра Фрэнсиса Галтона (1822–1911), троюродного брата Чарльза Дарвина. Галтона интересовали вопросы интеллектуальной деятельности человека и ее трансформация в пожилом возрасте. Его исследования показали, что интеллект ухудшается с возрастом. На основании этого (в совокупности с теорией Дарвина) появилась мысль о том, что в самой старости нет смысла, старый человек — «отброс естественного отбора».

Другой причиной явилось исследование психологов, которое имело большую социальную значимость. Во время Второй мировой войны в США с помощью тестов интеллекта (IQ) была протестирована большая группа молодых призывников, которых направляли на фронт. При этом применялась та же методика, которая использовалась при тестировании подобных групп солдат во времена Первой мировой войны. Результаты исследований зафиксировали значительный рост интеллектуальных способностей американских военнослужащих. Был сделан вывод о том, что эти изменения вызваны трансформациями в области просвещения, образования и социального благосостояния.

Доказательства, на основе которых было сделано это заключение, базировались на исследованиях, использовавших метод срезов. Делать однозначные выводы из подобных исследований не представляется возможным, так как сравниваемые возрастные группы являются представителями различных слоев населения, имеющих различный *жизненный опыт (эффект когорты)*. Как уже отмечалось выше, если не знать, на что были способны, скажем, 60-летние, когда они были в возрасте 40 или 20 лет, то невозможно сделать однозначного вывода о том, снижается или нет с возрастом их интеллект.

Лонгитюдные исследования дали результаты, опровергающие данные, полученные методом срезов. Они показали, что многие



люди сохраняют высокий интеллект и в среднем, и в пожилом возрасте. Тем не менее следует признать, что имеются некоторые изменения в отдельных составляющих интеллектуальной деятельности.

Другой причиной распространенного среди психологов мнения о том, что интеллект с возрастом ухудшается, явилась недооценка зависимости психологических характеристик людей от социальных факторов, не были исследованы в полной мере психологические различия, связанные с возрастными особенностями взрослых людей, особенно пожилых. Таким образом, снижение некоторых психологических функций у пожилых объяснялось в основном процессами биологической деградации. Это постепенно привело к тому, что в психологии стало формироваться представление о психологическом старении как о процессе психологической деградации.

Подходы к анализу особенностей познавательной сферы людей позднего периода жизни различны, т.е. существуют разные точки зрения на устойчивость и изменчивость интеллекта в процессе жизни. Одни психологи доказывают, что нет возрастных различий в интеллектуальной компетентности, лишь пониженная мотивация препятствует нормальному проявлению интеллекта у старых людей. Другие, ссылаясь на данные проведения интеллектуальных тестов, доказывают, что в постпенсионном возрасте интеллект снижается. Обычно считается, что у многих людей в поздней старости возникают существенные дефекты в интеллектуальной сфере, особенно в области памяти. Но активно преобразующее отношение к себе индивида помогает ему частично компенсировать снижающиеся интеллектуальные возможности.

Как правило, при исследовании интеллекта используются тестовые психодиагностические методики; среди них наиболее известной и широко применяемой является шкала Векслера для измерения интеллекта (WAIS), которая в нашей стране была адаптирована в психоневрологическом институте им. В. М. Бехтерева (Санкт-Петербург). Методика Векслера, созданная на основе требований традиционного психометрического подхода, связана с понятием интеллекта как некоторого достигнутого уровня психического развития субъекта, проявляющегося в степени усвоенности определенных функций (оперативной памяти, способности к категориальному обобщению, пространственным преобразованиям и т.д.). В конечном счете данная методика оказывается ориентированной на выявление уровневых характеристик интеллекта за счет фиксации показателей успешности (результативности) выполнения конкретных тестовых заданий.

Исследование Л. Н. Борисовой [1990], которое было направлено на изучение влияния образования на динамику и внутренние механизмы интеллектуального развития взрослых при использовании методики Векслера, показали, что в умственной деятельности взрос-

лых людей в возрасте 18–50 лет не наблюдается стабилизации в развитии вербального и невербального интеллекта, а происходят непрерывные изменения. На всем протяжении рассматриваемого периода выделяется четкая периодизация, характеризующая циклы нарастания интеллекта, моменты спада и нового подъема. Кроме того, анализ экспериментальных данных свидетельствует о неоднородности развития вербального и невербального интеллекта. Уровень развития вербального интеллекта для каждого года жизни выше, чем невербального, т. е. развитие интеллекта взрослого человека происходит за счет преимущественного развития вербально-логических структур, с помощью языка и символов.

Диагностическая ценность итоговых уровневых оценок индивидуального интеллекта и анализ лишь уровневых характеристик интеллектуальной деятельности, на что изначально направлены психометрические тесты интеллекта, в частности тест Векслера, явно недостаточны для диагностики своеобразия интеллектуальной активности человека [Маньковский, Холодная, 1990]. Например, недостаточно корректным является разделение набора тестовых заданий на «вербальные» и «невербальные» по таким формальным критериям, как характер стимульного материала (вербально-знаковый либо предметно-практический) и тип ответов (в виде словесного отчета или практических манипулятивных действий). Соответственно, термины «вербальный» и «невербальный» интеллект оказываются весьма условными в силу психологической неоднородности презентующих их познавательных функций.

Это привело исследователей к необходимости поиска новых методических процедур, позволяющих более глубоко и полно описать специфику интеллектуальной деятельности. Особый интерес в этом плане представляют исследования когнитивных стилей — индивидуальных различий в познавательных процессах, характеризующих типичные для конкретной личности способы переработки информации в условиях построения образа действительности. Изучение когнитивных стилей в пожилом возрасте, по мнению ряда авторов, позволит получить существенные дополнительные сведения о динамике интеллектуального развития на последних этапах онтогенеза.

Полученные данные подтвердили факт гетерохронности интеллектуального развития в онтогенезе. С одной стороны, существует органическое единство инволюционных (регрессивных) и эволюционных (прогрессивных) изменений в характере интеллектуальной активности в процессе старения, с другой стороны, формируются мощные компенсаторные механизмы, обеспечивающие такую перестройку интеллекта, которая в состоянии обеспечивать необходимые приспособительные эффекты. Например, интеллектуальная сохранность на поздних этапах онтогенеза обеспечивается главным образом за счет работы механизмов понятийного мышления,

которые компенсируют снижение эффективности работы механизмов, обеспечивающих пространственные преобразования и оперативные формы переработки информации.

Кроме того, своеобразие интеллектуальной деятельности в пожилом возрасте обусловлено не только изменением качественного состава интеллекта (избирательным снижением или повышением определенных проявлений интеллектуальной активности), но и изменением особенностей его структурной организации (нарастанием дезинтегрированности отдельных познавательных функций).

На поздних этапах онтогенеза остаются без каких-либо существенных изменений те вербальные познавательные функции, которые связаны с запасом знаний, способностью к категориальному обобщению и пониманию значений слов. Более того, старшие возрастные группы значимо превосходят, например, группу студентов по субтесту теста Векслера «Понятливость», что, по-видимому, обусловлено влиянием накопленного социального опыта (сформированность оценок происходящего, реалистичность суждений и т. п.). В другом исследовании возрастных изменений интеллекта были продемонстрированы преимущества пожилых людей в области опыта и словарного запаса, однако им требовалось больше времени при тестировании.

Уровень вербальных познавательных функций, требующих в качестве своего когнитивного обеспечения развитую оперативную память и способность к концентрации внимания, с возрастом явно снижается. Успешность выполнения невербальных заданий также обнаруживает отчетливое постепенное снижение по мере приближения к пожилому возрасту, а по фактору «вербальное понимание» различия между возрастными группами практически отсутствуют, что подтверждают данные рассмотренного выше исследования Л. Н. Борисовой.

Итак, можно говорить о неоднородности изменений познавательной психической деятельности в различных возрастных группах, что, по-видимому, является результатом сложной перестройки мозговой организации, характеризующейся, в первую очередь, сдвигами во всех звеньях саморегуляции. При этом возрастные изменения предполагают формирование приспособительных механизмов, обеспечивающих возможность функционирования познавательного отражения на новых уровнях его организации. Важно «разглядеть» разницу между возрастными изменениями и возрастными различиями в старости.

Является ли интеллект стабильным на протяжении жизни или изменяется с возрастом? Этот вопрос также рассматривается в рамках когнитивной психологии старения. Он тесно связан с другим: какие методики отбора субъектов исследований и какие исследовательские методы лучше подходят для изучения развития в позднем возрасте?

Таким образом, с развитием когнитивной психологии стали развиваться исследования умственных функций пожилых людей, что упрочило связь теоретической и практической психологии.

### **2.2.5. Изучение информационных процессов при старении в рамках когнитивной психологии**

Понимание социальных навыков и умений пожилых людей невозможно без учета данных о специфике сенсорных и когнитивных процессов старения, позволяющих различать необратимые неврологические и психические расстройства и функциональные изменения, потенциально восстанавливаемые в процессе тренировки. При анализе познавательных способностей следует учитывать, что их нарушение затрудняет поддержание компетентности и человеческих контактов в социальных структурах, предназначенных для людей с нормальными способностями. Пока современная наука не знает, как природа и качество социальных взаимодействий пожилого человека отражаются на повседневном функциональном уровне его познавательных способностей.

К информационно-когнитивным процессам относятся следующие:

внимание;

ощущение и восприятие;

мышление (образное, гипотетико-дедуктивное, абстрактное);

использование языка (чтение, письмо, лингвистическое творчество, устная речь);

обучение и научение (на основе механического запоминания, пространственное обучение, когнитивное обучение, вербальное обучение);

память (кодирование, раскодирование, хранение, припоминание, узнавание, забывание).

Исследование когнитивных процессов и структур развилось как результат роста недовольства бихевиористскими традициями в психологии, которые доминировали в исследованиях первой половины XX в. Многие психологи поддерживали бихевиористскую механистическую парадигму, однако сегодня когнитивная психология стала функционально-автономной областью исследований.

Один из вопросов, который решает когнитивная психология старения, — исследование принятия решений в рамках когнитивной психологии, т.е. изучение тех способов, с помощью которых люди разных возрастов реагируют на различные ситуации, связанные с очевидной потребностью. Например, обнаружено, что чем больше стареющий человек способен к когнитивным перестройкам, тем в большей степени ощущает осмысленность своей жизни, большую удовлетворенность ею, чувствует себя в большей степени ответственным за свои поступки и решения, имеет цели в настоящем и будущем [Ranst, Macroen, 1991].

Когнитивная психология старения изучает личную, персональную, сторону старения. В ней формулируется, как пожилой человек внутренне переживает и истолковывает внешнюю данность (например, снижение телесной или духовной способности к достижениям). При этом главную роль играют три важные области переживаний, а именно: столкновение с личностным фактором (пристрастность или беспристрастность), с социальным фактором (включение или членение, интеграция или изоляция) и с пониманием конечности собственного бытия.

В рамках когнитивной психологии Болтс (*Baltes*) постулирует положения психологической концепции возраста:

процессы взросления и старения индивидуальны; различается нормальное, оптимальное и патологическое старение;

любой возраст располагает неисчерпаемыми потенциальными возможностями, однако в старости неизбежно возрастное снижение когнитивных возможностей;

существуют обусловленные возрастом компенсаторные механизмы развития и функционирования интеллекта.

Зарубежные авторы [*Fry, 1992*], проанализировав когнитивные и интеллектуальные факторы, влияющие на обучаемость пожилых, обнаружили, что интеллектуальная и когнитивная деградация не является неизбежностью старения. Одни представители позднего возраста сохраняют способность к освоению новой информации, тогда как другие успешно используют компенсаторные средства.

Исследования отечественных авторов показали, что при старении (нормальном и патологическом) существенным образом изменяются как нейродинамические параметры активности мозга, так и режим работы ЦНС, что часто выражается в ограничении внешнего и внутреннего перцептивного пространства отдельных или параллельно осуществляемых когнитивных процессов и обозначается как «сужение психической деятельности» [*Корсакова, Балашова, 1995*]. Осознание и переживание неэффективности своей деятельности вызывает у пожилых людей форму активности, которая направлена на преодоление дефекта и которую можно рассматривать как изменение и развитие способа саморегуляции. По мнению авторов, совершенно очевидно, что в позднем периоде жизни имеет место внутреннее переустройство психических функций, обусловленное как изменениями в состоянии ЦНС, так и психосоциальными факторами. Это внутреннее переустройство требует изменения и способов опосредствования. Мобилизация саморегуляции имеет адекватный адаптивный смысл, хотя иногда в своих проявлениях может приобретать гиперкомпенсаторный характер. Приведенные авторами данные показывают, что в возрасте инволюции опосредование остается значимым способом регуляции активности в когнитивной сфере. Опосредующая деятельность на данном этапе жизни направляется на преодоление когнитивного дефицита и выстраи-