

## Социально-психологический профиль пожилого человека

Рабочей группой проекта «Субъективное благополучие пожилого человека: услышать, понять, помочь» (руководитель Долгополова О.А., научные консультанты Корсакова Н.К., Шамионов Р.М.), реализуемого Волгоградским региональным отделением Всероссийской общественной организации ветеранов (пенсионеров) войны, труда, Вооруженных Сил и правоохранительных органов, на основании собственных научных исследований и проработанной научной литературы был составлен социально-психологический профиль пожилого человека, в котором отражены основные характеристики и особенности пожилого человека (черты личности и особенности познавательных процессов).

Социально-психологический профиль пожилого человека определяется тем, о каком старении идет речь - благополучном или неблагополучном. Безусловно, существует целый ряд общих характеристик, свойственных представителям обеих групп. Например, и для тех, и для других можно назвать единые основные стрессоры, негативно влияющие на человека пожилого возраста. Среди них:

- уход от активной трудовой деятельности;
- синдром «опустошения гнезда»;
- сужение сферы общения, одиночество;
- отсутствие четкого жизненного ритма;
- уход человека в себя;
- ощущение дискомфорта от замкнутого пространства.

Однако, наиболее существенными в старости оказываются психологические аспекты - не просто одиночество, а осознание одиночества как непонимания и безразличия со стороны окружающих.

В старости наблюдается несоответствие человека своим новым возможностям/невозможностям (чаще всего из-за недооценки потребностей своего организма, небрежного отношения к нему), невозможность одновременно параллельно выполнять несколько действий, все действия должны быть выполнены последовательно.

В этом возрастном периоде возникает противоречие между возрастающей конфликтностью в общении пожилых людей друг с другом, с одной стороны, и усиление чувства привязанности как результат влияния страха одиночества - с другой.

Почти 50% людей пожилого возраста способны помогать другим и в этом видят смысл своего существования. «Жизнь для других, во имя близких, ради детей и внуков» - этим они заполняют свой экзистенциальный вакуум.

Н.К.Корсакова выделяет варианты нормального старения, соответственно, для этих вариантов будут свойственны различные нарушения. Эта типология основана на выявлении наиболее слабого и сензитивного к нагрузке в клинико-психологическом эксперименте нейропсихологического фактора, связанного с функциями первого, второго или третьего функциональных блоков мозга:

✓ в основе первого (наиболее часто встречающегося) варианта старения лежит снижение уровня энергетического обеспечения активности. Характерным является достаточно длительная латентность при включении в деятельность, относительно короткий период ее эффективного выполнения, за которым следует истощаемость и, как следствие, незавершенность действий. Кроме того, имеют место повышенная тормозимость следов памяти, сужение объема психической деятельности (одноканальность переработки информации). Декомпенсация может наступить вследствие длительного дистресса, чрезмерных физических и эмоциональных нагрузок, невозможности регламентировать активность. При этом сохранность критичности, регулирующей роли речи, наличие стратегий, обеспечивающих распределенность активности во времени и внутреннем пространстве, является хорошей предпосылкой для

сохранного психического функционирования даже при очевидном снижении энергетического ресурса;

✓ второй вариант старения связан с дефицитом симультанности в переработке информации, что в первую очередь проявляется в зрительно-пространственной сфере. Этот вариант старения может рассматриваться как наиболее благополучный, особенно при целенаправленном использовании стратегии «дробления» процедур решения разных задач, перевода действий на уровень развернутого, поэтапного, контролируемого, последовательного выполнения. Декомпенсация при этом варианте старения может наступить при резком и значительном изменении пространства и «квазипространства» жизни, например, при смене места жительства и среды обитания, лингвистической среды;

✓ третий вариант старения характеризуется снижением произвольной регуляции деятельности в таких ее звеньях, как прогнозирование результата, построение программ, адекватных задаче и своим возможностям. Могут наблюдаться импульсивное принятие решений, несоразмерность планов и неадекватная оценка доступности их реализации по отношению к собственным возможностям, в том числе и по времени достижения целей. Это при сохранности когнитивной критичности может приводить к переживанию неуспеха и к декомпенсации;

✓ неблагоприятен в плане прогноза декомпенсации четвертый (сочетанный) вариант старения, где наиболее уязвимыми являются два фактора: энергетического обеспечения активности и ее произвольной регуляции. Модус функционирования таких людей отличается недостаточной спонтанностью, сужением сферы интересов, эмоциональной монотонностью в сочетании с повышенной забывчивостью. Декомпенсация может наступить при любых изменениях среды, исключающих использование сложившихся, ранее привычных форм активности. Этот вариант старения усугубляется и трансформируется в деменцию в условиях соматического заболевания и депривации общения.

Социально-психологический профиль пожилого человека в зависимости от типа старения может быть благополучным и неблагополучным. Сравнение этих профилей представлено в таблице 1.

Таблица 1

Сравнение благополучного и неблагополучного социально-психологических профилей пожилого человека

Параметр	Благополучный тип старения	Неблагополучный тип старения
Когнитивные ограничения	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ снижение уровня энергетического обеспечения психической деятельности, преобладание тормозных процессов;</li> <li>✓ ограничения в переработке пространственных характеристик информации;</li> <li>✓ проблемы с параллельной многоканальной переработкой информации;</li> <li>✓ длительная латентность при включении в деятельность;</li> <li>✓ короткий период ее эффективного выполнения, за которым следует истощаемость и, как следствие, незавершенность действий;</li> <li>✓ повышенная тормозимость следов памяти, сужение объема психической деятельности</li> </ul>	
Преодоление кризиса позднего возраста	успешное прохождение кризиса и как результат - способность к полноценной жизни	невозможность преодолеть кризис и как результат - дезадаптация
Освоение новой социальной роли	переосмысление ценностей и прежних привязанностей, расширение ролевого веера,	фиксация на прежней роли (до выхода на пенсию), стремление всячески сохранить прежний круг

	принятие новой роли	общения
Активность	активность, активный поиск новых видов деятельности, новых контактов, новых способов решения своих проблем	бездействие, апатия, невозможность занять себя какой-либо деятельностью, отсутствие интереса к тому, чтобы решать свои проблемы
Экстра/интровертированность	экстравертированный тип, признание наступления старости	интровертированный тип, уход в свой внутренний мир
Эмоциональная сфера	позитивная установка на будущее, нет эмоциональных нарушений, связанных с уходом на пенсию. Высокая контактность, способность контролировать свое окружение, удовлетворенность жизнью, увеличение ее продолжительности. Ищет положительные стороны жизни. Эмоционально независим от других людей	пассивная жизненная позиция, негативная установка на будущее, чувство отчуждения, сужение круга интересов, снижение интеллектуальных показателей. Потеря уважения к себе, чувство ненужности. Негативное отношение к своему позднему возрасту, установка на прошлое и, независимо от физического здоровья, - старческая дряхлость. Сосредоточен на негативных сторонах жизни. Эмоционально зависим от других людей. Придирчив, капризен. Высокий уровень раздражительности, чувство собственной ненужности. Тревога, страх, мысли о смерти
Своеобразное ощущение времени, отношения с временем	ориентация на настоящее, присутствие настоящего в жизни	ориентация на прошлое, присутствие прошлого в жизни, стремление остановить время, уход в воспоминания
Адаптированность	высокий уровень адаптации	низкий уровень адаптации
Самооценка	адекватная	неадекватная
Самопринятие	принимает себя и свой возраст; удовлетворён взаимодействием со своими детьми и внуками; круг его интересов не сузился, продолжает трудиться в любом качестве	не принимает свой возраст и себя в нем; неудовлетворен количеством и качеством коммуникаций
Используемые копинг-стратегии	адаптивные копинг-стратегии	неадаптивные копинг-стратегии
Черты личности	толерантность (терпимость)	нетерпимость, назойливость, обидчивость, эмоциональная и функциональная зависимость от других людей
Уровень	относительно высокий	низкий

психологическог о/субъективного благополучия		
--	--	--