

– 336 с.

4. Колпакова М. Корни тревоги, М. Колпакова // Московский психотер. журнал. – 2003. – № 3. – С. 74-85.

5. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. Учеб. для студ. Вузов / В. С. Мухина. – М.: Академия, 2002. – 456 с.

6. Никитина А. В. Проблемы в общении тревожных подростков // Психология XXI века: Тезисы международной межвузовской научно-практической студенческой конференции. – СПб, 2000. – 177 с.

7. Практикум по психологии состояний: Учебное пособие / Под ред. проф. О. А. Прохорова. – СПб : Речь, 2004. – С. 121-122.

Кременчуцкая М. К.

Кандидат психол. наук, доцент кафедры социальной помощи и практической психологии

ПРОБЛЕМА ПОТРЕБНОСТЕЙ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ

По рекомендациям Всемирной организации здравоохранения возраст 45–59 лет расценивается как средний, 60–74 года как пожилой, 75–89 лет как старческий и лица старше 90 лет считаются долгожителями.

Реальность сегодняшнего дня – высокая численность пожилых людей в составе населения – означает усиление их роли в процессах жизнедеятельности общества. Происходит решительный отход от мнения о пожилых людях как бремени для общества, дальнейший прогресс

которого возможен в контексте общества для людей всех возрастов.

Положение пожилого человека в обществе в основном определяется качеством жизни и его жизненной удовлетворённостью.

Анализ научного материала (М. Аргайл, В. Франкл, Г. М. Головина, И. А. Джидарьян, Т. Н. Савченко и др.) позволяет рассматривать понятия «качество жизни» и «жизненная удовлетворённость» в неразрывном единстве. Понятие удовлетворённости жизнью стало основным критерием для создания американским геронтологом Р. Дж. Хэвайюрсом теории успешного (благополучного) старения как умения пользоваться «поздней свободой». Под «удовлетворенностью жизнью» Р. Дж. Хэвайюрс понимает состояние полной гармонии между внутренним и внешним миром пожилого человека, когда совпадают желаемые и достигнутые цели, когда присутствует чувство значимости, мужество, радость жизни, критический взгляд на самого себя, свое физическое и психическое состояние, социальную ситуацию, а также полный «оптимистический настрой».

Качество жизни и жизненная удовлетворённость пожилых людей изучаются преимущественно через потребности людей старшего возраста – удовлетворённость жизнью напрямую зависит от того, насколько человек может реализовать свои потребности. Чем выше уровень удовлетворённости объективными и субъективными сторонами жизни, тем выше качество жизни человека.

Потребности можно разделить на две взаимосвязанные составляющие: объективную – материальную и субъективную – духовную [2, 3].

В структуру материальных потребностей пожилых людей включены три основных блока: физиологические

потребности, потребности в комфортной физической среде, материально-социальные потребности.

К физиологическим потребностям относятся потребности в дыхании, питании, физической активности, здоровье. Физиологическая старость не осложнена каким-либо патологическим процессом, это старость практически здоровых пожилых и старых людей. К факторам, ускоряющим старение, относятся курение, злоупотребление алкоголем, употребление наркотиков. Рано стареют лица, страдающие ожирением, эндокринными расстройствами, имеющие некоторые другие заболевания, сопровождающиеся расстройствами кровообращения, дыхания, хронической интоксикацией организма.

Комфортная физическая среда существования человека складывается из удовлетворения жилищно-бытовых и экологических потребностей. Эти потребности можно рассматривать как с объективной, так и с субъективной степени удовлетворённости. С объективной точки зрения экологические потребности призваны обеспечивать комфортное существования человека как биологического индивида, а с субъективной – как человека культуры – доставлять эстетическое удовлетворение от восприятия красоты окружающей природной среды.

К материально-социальному блоку потребностей человека можно отнести потребность в труде, которая у пожилого человека может быть трансформирована в познавательную потребность. Непрерывное образование на протяжении всей жизни позволяет человеку «третьего возраста» приобрести новые знания, которые открывают возможности, как для личностной самореализации, так и для дополнительного заработка.

В структуре духовных потребностей можно выделить два блока: межличностная коммуникация и самоактуализация.

Суть первого блока в идентификационной причастности к какой-либо социальной группе (например, группе обучаемых пожилых людей), в общении, в дружбе, в любви (в том числе, любви к себе). Отношение человека к самому себе напрямую влияет на качество жизни, поскольку оно либо способствует, либо препятствует реализации потребности в межличностной коммуникации.

Достигнуть самоактуализации пожилой человек может через удовлетворение духовных потребностей в самореализации, творчестве, развитии, познании и образовании. Приобретая новые знания и достигая результатов в процессе обучения, получая личное и общественное признание, человек реализует потребность в уважении. Уважение и любовь к себе служат движущим мотивом к самосовершенствованию человека, что выводит его на более высокий уровень духовных потребностей в самоактуализации.

На основании характера деятельности, которой заполнена старость, и жизненной удовлетворённости пожилых людей И. С. Кон предлагает классификацию социально-психологических типов старости [1]:

1. активная, творческая старость, когда человек выходит на заслуженный отдых и, расставшись с профессиональным трудом, продолжает участвовать в общественной жизни, воспитании молодежи и т. д.;

2. старость с хорошей социальной и психологической приспособленностью, когда энергия стареющего человека направлена на устройство собственной жизни – материальное благополучие, отдых, развлечения и самообразование – на все то, на что раньше не доставало времени;

3. «женский» тип старения – в этом случае приложение сил старика находится в семье: в домашней работе, семейных хлопотах, воспитании внуков, в даче; поскольку домашняя работа неисчерпаема, таким старикам некогда хандрить или скучать, но удовлетворенность жизнью у них обычно ниже, чем у двух предыдущих групп;

4. старость в заботе о здоровье («мужской» тип старения) – в этом случае моральное удовлетворение и заполнение жизни дает забота о здоровье, стимулирующая различные типы активности; но в этом случае человек может придавать излишнее значение своим реальным и мнимым недомоганиям и болезням и его сознание отличается повышенной тревожностью.

Эти 4 типа И. С. Кон считает психологически благополучными, но есть и отрицательные типы развития в старости. Например, к таковым могут быть отнесены старые ворчуны, недовольные состоянием окружающего мира, критикующие всех, кроме самих себя, всех поучающие и терроризирующие окружающих бесконечными претензиями. Другой вариант негативного проявления старости – разочарованные в себе и собственной жизни одинокие и грустные неудачники. Они винят себя за свои действительные и мнимые упущенные возможности, не способны прогнать прочь мрачные воспоминания о жизненных ошибках, что делает их глубоко несчастными.

Субъективная составляющая качества жизни пожилого человека (внутреннее самочувствие субъекта) и уровень удовлетворенности его материальных и духовных потребностей являются одними из факторов выбора стратегии старения в пожилом возрасте: либо способствующей сохранению чувства собственного достоинства и продолжению личностного развития либо

направленной на сохранение себя как биологического индивида, ведущей к «угасанию» социальной и духовной составляющей субъекта.

Литература:

1. Альперович В. Д. Геронтология. Старость. Социокультурный портрет./ Альперович В. Д. – М. . 1998. – 423 с.

2. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу – Санкт-Петербург, 2001. – 478 с.

3. Социально-педагогические предпосылки развития [геронтообразования](#) / [Н. А. Ермак](#) // Педагогика. — 2011. — № 9. — С. 34-41.

Псядло Э. М.

Доктор биол. наук, профессор, заведующий кафедрой социальной помощи и практической психологии ИИПО, ОНУ имени И. И. Мечникова

РОЛЬ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ ЭКСПЕРТИЗЫ В ОЦЕНКЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРИГОДНОСТИ РАБОТНИКОВ ИНЖЕНЕРНЫХ СЛУЖБ

«Человеческий фактор» становится одним из важнейших условий практически во всех отраслях современного народного хозяйства, от которого зависит эффективность и надежность любого производства, особенно связанного с потенциально опасной техникой, технологиями и условиями труда. В свое время основоположник кибернетики Норберт Винер о проблеме рационального взаимодействия человека и машины писал: «... одна из великих проблем, с которой мы неизбежно