**Лунина Е.Б.**

Трансформации смысловой сферы в позднем возрасте

В отечественной психологической науке период старости изучен значительно меньше, чем первая треть жизни человека. Как справедливо отмечает одна из создателей отечественной геронтопсихологии, Л.И. Анцыферова, «психологическая наука начала проявлять растущий интерес к проблеме старения человека и его жизни в пожилом старом возрасте лишь в последней трети XX в.». Каковы тенденции изменения смысла жизни в этот возрастной период? Этот вопрос является актуальным предметом психологического анализа.

Ключевые слова: *жизненный путь личности, смысловая сфера личности, возрастные периоды, трансформации смысловой сферы, смысл жизни, удовлетворенность жизнью.*

Периодизация жизненного пути личности – проблема, которая на протяжении многих десятилетий привлекает специалистов: психологов, социологов, медиков. Основные исследования, конечно же, связаны с периодами становления – детство, отрочество, юность – периодами, когда складываются основные ценностные ориентации, формируется смысловая концепция личности. Однако, не менее очевидно, что дальнейший жизненный путь, дальнейшие жизненные изменения, привносят свою специфику в индивидуальную картину мира, в стратегии взаимодействия с собой и окружающими. Отмечается два рубежа развития зрелой личности: в возрасте 30 ± 2 года в виде переоценки своего жизненного пути, когда человек не только задумывается над правильностью его выбора, но и многое в нем исправляет («кризис средних лет» в возрасте Христа), и предпенсионный кризис в возрасте 55 ± 3 года, когда наступает период планирования своей пенсионной жизни. В зрелом возрасте основной психологической проблемой становится принятие себя (т.е., объективизация личности). Чаще других идентификация зрелого возраста основывается на идентификации в области профессиональной деятельности, достижений и статуса, а трудовая деятельность выступает в качестве условия и формы проявления зрелости.

При переходе к пожилому и преклонному возрасту человек постепенно смиряется с той ролью и положением, которых он достиг в процессе жизни. Он нацеливается на достойное завершение жизни, ориентируется на собственное здоровье и общечеловеческие ценности (например, справедливости). Хотя старение и неизбежный биологический факт, тем не менее, культурная среда, в которой оно происходит, оказывает на него влияние. Имеются данные о том, что, во-первых, старые люди со здоровой психикой активнее участвуют в процессе общения, чем душевнобольные; во-вторых, у пожилых женщин в среднем больше социальных ролей, они имеют больше друзей, чем мужчины, и они чаще жалуются на одиночество и недостаток социальных контактов.

Старинная французская пословица – «Каждый стареет так, как он жил» – намекает лишь одну из тенденций, присущих пожилому и преклонному возрасту. Она не



отражает иных закономерностей этого возрастного периода. В действительности старости присущ свой образ, роднящий даже очень несхожих людей.

Считается, что выход на пенсию является как бы разделяющей чертой между возрастом активных действий, здоровья и бодрости и периодом старости, когда активность сменяется пассивностью, жизнь превращается в борьбу за здоровье, интересы становятся уже, жизнь течет по типу «семейно-бытовых картинок». Принято считать, что старости присущи болезни, так же как молодости – здоровье.

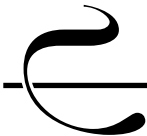
С незапамятных времен старость и болезни ассоциировались с ситуацией жизненного тупика, неминуемого конца пути. В конечном счете, большинство людей считали, что возраст означает неизбежный переход к болезням, бессилию и неподвижности. Марк Твен в свое время писал: «Нет человека, который бы в старости не сказал, что его жизнь не состоялась». Однако, теперь это не так. Сегодняшние престарелые, к примеру, в США, Германии, Великобритании, Японии и иных экономически развитых стран, опровергают эти представления. Ровно половина людей, которым от 75 до 84 лет, не испытывают проблем со здоровьем, которое требовало бы специального лечения или ограничивало их деятельность.

В нашей стране положение людей позднего возраста приобретает особое значение и в связи с продолжающимися не первое десятилетие социально-экономическими преобразованиями, которые неизбежно приводят к нестабильности благополучия пожилого населения России, и, прежде всего, с тем, что людей предпенсионного и постпенсионного возраста, в наибольшей степени нуждающихся в поддержке и защите государства, с каждым годом становится все больше.

В период, когда человек должен начать жить по-новому (если он уходит на пенсию) или хотя бы понять, что его возраст дает ему иной жизненный статус (если достигнув пенсионного возраста, он продолжает работать), безусловно должны происходить изменения в смысловой сфере личности, даже в ее наиболее устойчивых составляющих. Один из таких психологических феноменов – смысл жизни.

Проблема смысла жизни относится к числу междисциплинарных. По определению Д.А. Леонтьева «смысл жизни представляет собой концентрированную описательную характеристику наиболее стержневой и обобщенной динамической смысловой системы, ответственной за общую направленность жизни субъекта как целого» [4, с. 245].

Представление о смысле как о жизненной задаче разработано в теории личности В. Франкла. Стремление к поиску и реализации индивидуального смысла жизни рассматривается им как врожденная мотивационная тенденция, присущая всем людям и являющаяся детерминантой поведения и развития личности. Смысл есть «наиболее человеческий феномен, так как животное никогда не бывает озабочено смыслом своего существования» [6, с. 14]. Отсутствие смысла порождает состояние экзистенциального вакуума, являющегося причиной специфических для современности «ноогенных неврозов». По мнению Франкла, для оптимального существования личности и ее психического здоровья необходим определенный уровень



напряжения между человеком с одной стороны и локализованным во внешнем мире объективным смыслом, который предстоит осуществить, с другой [6].

Смысл должен всегда находиться впереди бытия, и его основная функция «смысл смысла – задавать темп бытию».

Учение В. Франкла демократично в том смысле, что признает возможность обретения смысла человеком независимо от пола, возраста, вероисповедания, интеллекта или социального статуса. В жизни человека смысл выступает как императив, требующий реализации.

В. Франкл выделяет особое измерение в структуре личности, несводимое только к биологическому и психологическому существованию. «Нозетическое измерение», по его мнению, невозможно постичь смысл с посредством психологических методов, так смысл жизни может быть не выразим словесно или вообще не выразим.

Утверждая идею о неповторимости и уникальности смысла, В. Франкл в то же время подчеркивает, что не каждое бытие имеет смысл. Например, гедонистический образ жизни, т.к. наслаждение не может быть смыслом, а является внутренним состоянием субъекта.

В. Франкл выделяет три группы позитивных ценностей: ценности творчества, ценности переживания, и ценности отношения.

Основным путем реализации ценностей творчества является труд. Смысл труда заключается в том, что человек делает сверх служебных обязанностей. В отечественной психологии это положение пересекается с категорией «сверхнормативной активности» В.А. Петровского. Из ценностей переживаний особое место занимает любовь как взаимоотношение на уровне духовного и смыслового измерения, познание другого человека и его глубинной сущности. Несмотря на большой смысловой потенциал этого переживания, отсутствие любви, по мнению В. Франкла, не является препятствием для обретения человеком жизненного смысла.

К ценностям отношений человек прибегает в случае возникновения обстоятельств, которые он не может изменить, но всегда может занять осмысленную позицию по отношению к ним.

В современной психологии выделяют четыре варианта отношений между смыслом жизни и сознанием: неосознанная удовлетворенность, неосознанная неудовлетворенность, осознанная удовлетворенность, осознанная неудовлетворенность.

Отдельно выделяется вытеснение смысла жизни, когда адекватное осознание объективной направленности жизни несет в себе угрозу для самоуважения. С этой типологией перекликается типология Ю.В. Александровой 1997 года, в которой учитываются три варианта соотношения объективного смысла жизни, соответствующего высшей мотивации, и субъективного, принятого самим человеком. В первом варианте они соответствуют друг другу, во втором, объективный смысл вытесняется из сознания, оставляя переживание вакуума, и в третьем он вытесняется из сознания, замещаясь другим – субъективным смыслом, не совпадающим с объективным. В последнем случае мы имеем дело с тем, что В.Э. Чудновский характеризует как смыслы-эразацы, которые создают иллюзию легкого и быстрого



достижения удовлетворенности жизнью, минуя трудности поиска ее подлинного смысла.

Трансформация удовлетворенности жизнью как компонента интегрированного смысла жизни имеет в позднем возрасте следующие тенденции:

Феномен удовлетворенности жизнью в позднем возрасте может рассматриваться как совокупность двух его компонентов: удовлетворенности жизнью в целом и удовлетворенности реализацией смысла жизни. Представленные компоненты тесно взаимосвязаны друг с другом, однако не могут считаться тождественными.

Удовлетворенность жизнью пожилых людей зачастую связана с некоторыми объективными их характеристиками, а так же с их субъективными оценками различных сторон своей жизни. Так, пожилые, удовлетворенные своей жизнью, отличаются более высоким уровнем образования, большая часть из них, в отличие от неудовлетворенных пожилых, по своему желанию включена в трудовую активности не имеют нереализованных желаний относительно своей занятости.

Наличие супружеских отношений также в большей степени характерно для удовлетворенных жизнью пожилых. В то же время с возрастом и полом удовлетворенность жизнью в старости не связана.

Удовлетворенные жизнью пожилые люди в большей степени удовлетворены своим здоровьем, они позитивнее оценивают условия проживания и уровень удовлетворенности большинства своих потребностей, в наибольшей степени это касается потребностей в межличностных отношениях и самореализации.

Количество событий, включаемых пожилым человеком в субъективную картину жизненного пути, имеет связь с его удовлетворенностью жизнью. Чем больше событий включено в картину жизни, тем выше уровень удовлетворенности реализацией смысла жизни.

Литература

1. Адлер А. Смысл жизни // Философские науки. – № 1. – 1998. – С. 15-26.
2. Анцыферова Л.И. Психология старости: особенности развития личности в период поздней зрелости // Психологический журнал. – 2001. – № 3(22). – С. 86-99.
3. Анцыферова Л.И. Развитие личности и проблема геронтопсиходюгии. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. – 415 с.
4. Леонтьев Д.А. Психология смысла. – М.: Изд-во Смысл. – 1999.
5. Лидерс А.Г. Кризис пожилого возраста: гипотеза о его психологическом содержании // Психология зрелости и старения. – 2000. – № 2. – С. 6-11.
6. Фракл В. Человек в поисках смысла. – М.: Изд-во Смысл, 1996.