Дубовик Ю.Б. Исследование психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте

-

English version: Dubovik Yu.B. Study of psychological well-being in elderly people (in groups aged 55–75 and 75–90)

Российский государственный гуманитарный университет, Москва, Россия

Сведения об авторе
Литература
Ссылка для цитирования

В исследовании ставится проблема психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте. Анализируются изменения в уровне психологического благополучия по мере старения. Выборка: испытуемые в возрасте от 55 до 90 лет (87 человек). Установлено, что психологическое благополучие связано как с особенностями ценностной сферы, так и со свойствами темперамента. Выявлены факторы, способствующие высокому уровню психологического благополучия. Показано, что с возрастом структура психологического благополучия мужчин и женщин становится более единообразной; количество значимых связей показателей психологического благополучия и свойств темперамента увеличивается.

Ключевые слова: старость, пожилой возраст, старческий возраст, психологическое благополучие, свойства темперамента, ценности

Психологическое благополучие пожилых людей широко исследуется в зарубежной психологии. Зарубежные авторы обращают внимание на онтогенетические и культурные факторы психологического благополучия. Рассматриваются изменения, характерные для уровня психологического благополучия в связи с социальными условиями, урбанизацией, религиозностью и многими другими факторами [Крайг, 2000; Стюарт-Гамильтон, 2002; Ryff, Keyes, 1995; Ryff, 1996; Ryff, Singer, 2000; Ryff et al., 2004; Frazier, Mintz, Mobley, 2005; Miquelon, Vallerand, 2008; Hermalin, 2010]; выделяются траектории развития, которые ведут к повышению или понижению эмоционального благополучия по мере старения [Charles, 2010]. По мнению L.L.Carstensen и соавторов, старость характеризуется существенным улучшением в регуляции эмоций, увеличением удовлетворенности межличностными отношениями и сохранением психологического благополучия [Carstensen, Charles, 1998; Carstensen et al., 2003]. Эти исследователи полагают, что компенсаторные возможности в позднем возрасте связаны с изменением восприятия времени и со смещением ресурсов на эмоционально значимые социальные отношения, что, с их точки зрения, является адаптивным.

В доступных русскоязычных источниках проблема психологического благополучия людей позднего возраста не ставилась, также не рассматривался вопрос о влиянии индивидных различий (в пределах условной нормы здоровья) на психологическое благополучие.

В данной работе представлены результаты исследования психологического благополучия в позднем возрасте. Изучались возрастные и гендерные особенности переживания психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте, наличие и характер связей между компонентами психологического благополучия, свойствами темперамента и ценностными установками в позднем возрасте. В исследовании проверялось несколько предположений.

- В позднем возрасте по мере старения уровень психологического благополучия снижается.
- Взаимосвязи между уровнем психологического благополучия и свойствами темперамента по мере старения приобретают более выраженный характер. Наличие такой закономерности предполагалось вероятным, поскольку по мере старения, которое чаще всего сопряжено с утратой социально-значимых ролей, функций и возможностей, удельный вес этих составляющих

в общей структуре личности должен снижаться и «освобождать» пространство и сферу влияния тем индивидуальным особенностям, которые меньше зависят от влияния социокультурного контекста, – то есть свойствам темперамента.
- Существуют факторы, способствующие сохранению психологического благополучия.
- В позднем возрасте уменьшаются гендерные различия в структуре психологического благополучия, которая становится более сходной у мужчин и женщин.

Выборка и методы исследования

В исследовании принимали участие 87 человек – мужчины и женщины в возрасте от 55 до 90 лет. Данный возрастной период соответствует принятой Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) периодизации: 55(60)–75 – пожилой возраст, 75–90 – старческий возраст, более 90 лет – долгожители. Группу 1 составили 35 испытуемых старческого возраста, группу 2 – 52 испытуемых пожилого возраста.

Для исследования особенностей темперамента людей пожилого возраста использовался опросник Я.Стреляу [Стреляу, 2005]. Методика измеряет 6 характеристик темперамента: динамичность, настойчивость, сенсорная чувствительность, выносливость, эмоциональная реактивность и активность. Степень выраженности этих черт у конкретного человека характеризует особенности его темперамента.

Для оценки психологического благополучия людей позднего возраста был использован опросник американской исследовательницы К.Рифф (C.Ryff), адаптированный на русскоязычной выборке П.П.Фесенко [Фесенко, 2005a, 2005b]. К.Рифф включает в структуру психологического благополучия 6 компонентов: самопринятие, автономию, управление средой, личностный рост, позитивные отношения с окружающими, цели в жизни. Индекс общего психологического благополучия вычисляется путем суммирования баллов, полученных по всем шести шкалам опросника.

Ценности людей пожилого и старческого возраста мы исследовали с помощью методики Е.Б.Фанталовой [Фанталова, 2001, 2010]. Основные показатели этой методики – выраженность «конфликтов» и «вакуумов» в ценностной сфере.

Кроме того, для целей исследования была разработана анкета, позволяющая получить информацию о социально-демографических и социально-психологических особенностях испытуемых, таких как образование, тип проживания (вместе с детьми или отдельно), наличие детей, интересы, мотивация обучения.

В связи со спецификой выборки методики предъявлялись либо индивидуально, либо в небольших группах (не более трех человек). Некоторые испытуемые заполняли бланки самостоятельно, большинству вопросы методик зачитывались вслух.

При анализе данных проверка статистических гипотез осуществлялась с помощью критерия U-Манна–Уитни и коэффициентов корреляции r-Спирмена. Использовался пакет статистических программ SPSS 1.6.

Результаты и их обсуждение

Анализ межгрупповых различий

Уровень психологического благополучия людей разного возраста

Полученные в исследовании результаты свидетельствуют о том, что на протяжении позднего возраста человек обладает достаточно стабильным психологическим благополучием.

Единственная шкала методики «Шкала психологического благополучия» К.Рифф, по которой были

обнаружены статистически значимые различия между двумя исследованными возрастными группами, это шкала личностного роста (см. табл. 1). Это говорит о том, что люди старше 75 лет теряют ощущение прогресса, стремление развиваться, переживают скуку, стагнацию, отсутствие веры в свои способности, у них уменьшается интерес к жизни. При этом снижения по остальным четырем шкалам психологического благополучия не происходит: показатели «Цели в жизни», «Управление средой», «Самопринятие» и «Автономия» у людей этих двух возрастных групп не различаются.

Таблица 1

Возрастные различия в уровне психологического благополучия (по данным методики К.Рифф; сравнение по критерию U-Манна–Уитни)

Показатели психологического благополучия	Возраст испытуемых	
	Старческий	Пожилой
Позитивные отношения	56,0	58,6
Автономия	56,5	56,7
Управление средой	55,9	54,7
Личностный рост	49,5*	55,1*
Цели в жизни	54,6	56,7
Самопринятие	52,1	50,2
Благополучие	332,3	332,3

* U = 284,5, p = 0,007.

Таким образом, люди старческого возраста в равной степени с пожилыми способны быть независимыми, добиваться желаемого, преодолевать трудности на пути реализации собственных целей, осознавать и принимать не только свои положительные, но и отрицательные стороны, а также переживать осмысленность своего существования, ощущать ценность того, что было в прошлом, происходит в настоящем и будет происходить в будущем.

К сожалению, тестовых норм по шкалам психологического благополучия для пожилого и старческого возраста не существует, однако в работе П.П.Фесенко [Фесенко, 2005a, 2005b] приводятся нормы для возрастной группы от 35 до 55 лет. Результаты пожилой и старческой групп по методике «Шкала психологического благополучия» сравнивались с тестовыми нормами, представленными в табл. 2.

Таблица 2

Тестовые нормы методики «Шкала психологического благополучия» для испытуемых в возрасте 35–55 лет (средние и стандартные отклонения) [Фесенко, 2005a]

Показатели психологического благополучия	Группы	
	Муж.	Жен.
Позитивные отношения	54±6,52	58±7,59
Автономия	57±7,73	57±5,61
Управление средой	56±8,27	59±8,32
Личностный рост	58±7,80	63±7,90
Цели в жизни	58±8,51	59±6,99
Самопринятие	52±5,31	57±6,14
Благополучие	336±33,94	351±23,93

Большинство показателей психологического благополучия у людей и пожилого, и старческого возраста находится в пределах приведенной нормы. Средние показатели по шкалам «Позитивные отношения с окружающими», «Автономия», «Управление средой» совпадают со средними показателями в возрастной группе с 35 до 55 лет. Показатели по шкалам «Цели в жизни» и «Самопринятие» приближаются к нижней границе нормы.

Существенно выделяется лишь показатель по шкале «Личностный рост». В группе людей старческого возраста он значительно ниже приведенной нормы (см. табл. 1–2) и ниже, чем, в группе пожилых людей. Этот показатель имеет общую тенденцию к снижению на протяжении жизни, однако, видимо, именно на границе пожилого и старческого возраста этот спад является максимальным.

Свойства темперамента в пожилом и старческом возрасте

Группы людей в пожилом и старческом возрасте сравнивались по показателям свойств темперамента (опросник Я.Стреляу). Было установлено, что у испытуемых 75–90 лет сенсорная чувствительность значимо ниже, чем у более молодой возрастной группы (критерий Манна–Уитни $U = 294{,}0$, $p < 0{,}01$). Вероятно, это связано с изменениями в работе сенсорных систем, характерными для этого возраста. Других значимых различий между двумя возрастными группами в показателях темперамента не обнаружено. Исходя из полученных данных, можно говорить о том, что темперамент в позднем возрасте в минимальной степени подвержен изменениям.

Гендерные особенности структуры психологического благополучия

Для того чтобы определить гендерную специфику структуры психологического благополучия, мы сравнили его показатели у мужчин и женщин пожилого и старческого возраста. Было установлено, что значимые различия в зависимости от фактора половой принадлежности отсутствуют по всем компонентам психологического благополучия. Отметим, что по данным К.Рифф гендерная специфика психологического благополучия существует: так, для женщин характерны более высокие показатели позитивных отношений с окружающими и более низкие показатели по шкале «Автономия». Вероятно, отсутствие гендерных различий в пожилом и старческом возрасте связано с тем, что по мере старения исчезают многие биологические и социальные предпосылки гендерных различий.

Факторы, способствующие высокому уровню психологического благополучия

Для определения факторов, способствующих высокому уровню психологического благополучия, сравнивались две крайние группы, контрастные по показателями психологического благополучия. Это позволило выявить следующие закономерности: в группе людей старческого и пожилого возраста, обладающих высоким уровнем психологического благополучия по сравнению с людьми с низкими показателями психологического благополучия, статистически достоверно выше средние значения показателей динамичности (критерий Манна–Уитни $U = 118{,}5$, $p = 0{,}010$), эмоциональной реактивности ($U = 113{,}5$, $p = 0{,}007$), выносливости ($U = 116$, $p = 0{,}009$), активности ($U = 105{,}5$, $p = 0{,}004$) и конфликтности в ценностной сфере ($U = 85$, $p = 0{,}001$).

Корреляционный анализ

Психологическое благополучие и свойства темперамента

С помощью корреляционного анализа были исследованы взаимосвязи между компонентами психологического благополучия и свойствами темперамента в двух возрастных группах. Результаты корреляционного анализа представлены в таблицах 3 и 4.

Таблица 3
Взаимосвязи показателей психологического благополучия и свойств темперамента в группе испытуемых старческого возраста (коэффициенты корреляции r-Спирмена; по данным опросника Я.Стреляу и опросника К.Рифф)

Свойства темперамента	Позитивные отношения	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели в жизни	Самопринятие	Благополучие
Динамичность	,387**	,281	,275	,361*	,090	,121	,343*
Настойчивость	,060	–,303*	,168	–,145	,211	–,003	–,027
Сенсорная	,183	,060	,289	,266	,292*	,158	,284

чувствительность							
Эмоциональная реактивность	–,208	–,337*	–,291*	–,464**	–,060	–,299*	–,376*
Выносливость	,201	,143	,301*	,184	,023	,169	,223
Активность	,436**	,144	,178	,186	,171	-,028	,238

Уровни значимости: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$.

Таблица 4

Взаимосвязи показателей психологического благополучия и свойств темперамента в группе испытуемых пожилого возраста (коэффициенты корреляции r-Спирмена; по данным опросника Я.Стреляу и опросника К.Рифф)

Свойства темперамента	Позитивные отношения	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели в жизни	Самопринятие	Благополучие
Динамичность	,185	,311	,341	,364	,306	,343	,357
Настойчивость	–,117	–,309	–,362	–,017	–,154	–,393	–,377
Сенсорная чувствительность	–,035	–,203	–,061	–,003	–,182	–,201	–,227
Эмоциональная реактивность	–,293	–,238	–,187	–,087	–,158	–,379	–,368
Выносливость	,206	,247	,339	,139	,555**	,495*	,391
Активность	,151	,306	,241	,361	,358	,475*	,453*

Уровни значимости: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$.

Максимальное количество взаимосвязей (12) между показателями психологического благополучия и свойств темперамента было обнаружено в старшей возрастной группе, куда входили испытуемые в возрасте от 75 до 90 лет. Вероятно, это обусловлено снижением роли социально обусловленных факторов в структуре личности.

Была выявлена взаимосвязь показателей психологического благополучия с уровнем образования испытуемых и наличием детей. Показатель психологического благополучия «Управление средой» значимо ниже у людей с высшим образованием в более пожилой возрастной группе (от 65 до 90 лет) лет; значимо выше у тех, кто имеет детей (по данным всей выборки).
Эти различия не зависят от того, проживает пожилой человек вместе с детьми или отдельно.

Когда анализируются средние значения по группам, кажется, что возрастные различия в уровне психологического благополучия в двух группах минимальны, однако при анализе корреляционных связей проявляются серьезные изменения в функционировании личности: в старческом возрасте выявляются взаимосвязи психологического благополучия с эмоциональной реактивностью и динамичностью, а в пожилом – с активностью и выносливостью.

Психологическое благополучие и особенности ценностной сферы

Ценности людей пожилого и старческого возраста мы исследовали с помощью методики Е.Б.Фанталовой, получив оценки выраженности «конфликтов» и «вакуумов». Конфликтом в ценностной сфере в данном случае называется разрыв между потребностью в достижении внутренне значимых ценностных объектов и возможностью такого достижения в реальности, а вакуумом – такое состояние, при котором ценность оказывается доступной, но нежелательной. Глубина внутреннего конфликта и возникающая при этом психологическая неудовлетворенность оцениваются в качественных и количественных показателях [Фанталова, 2010].

Применительно к конкретной жизненной сфере двумерная характеристика расхождения ценности и доступности определяется тем, какой параметр выше, ценность или доступность. Максимальное расхождение между ценностью и доступностью в случае, когда ценность выше доступности, будет означать стойкий, глубокий внутренний конфликт. Обратное соотношение, когда доступность больше

ценности, будет, напротив, означать, состояние «внутреннего вакуума», внутренней опустошенности, снижения побуждений.

Конфликт в ценностной сфере, как видно из таблицы 5, связан обратной зависимостью с показателями «Позитивные отношения с окружающими», «Управление средой», «Личностный рост», «Самопринятие», а также с общим показателем психологического благополучия. Исходя из полученных результатов, мы можем сделать вывод, что в старческом возрасте психологическое благополучие связано как со свойствами темперамента, так и с особенностями ценностной сферы.

Таблица 5
Взаимосвязи показателей психологического благополучия и ценностей у людей старческого возраста

Показатели психологического благополучия	Показатели методики Е.Б.Фанталовой	
	Конфликт	Вакуум
Позитивные отношения	–,314*	–,154
Автономия	–,137	,081
Управление средой	–,323*	,106
Личностный рост	–,422**	–,146
Цели в жизни	–,287	–,005
Самопринятие	–,384**	,118
Благополучие	–,456**	,023

Уровни значимости: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$.

Во второй возрастной группе – пожилых людей – также присутствуют значимые связи психологичекого благополучия с особенностями ценностной сферы: увеличение уровня вакуума в ценностной сфере коррелирует с уменьшением показателей автономии, управления средой, личностного роста, самопринятия и общего показателя психологического благополучия.

Выводы и заключение

Анализ результатов исследования позволяет сделать следующие выводы.

- С возрастом происходит снижение уровня психологического благополучия по шкале «Личностный рост». Испытуемые в возрасте 75–90 лет в большей степени переживают ощущение личностной стагнации, скуки и незаинтересованности жизнью. При этом по общему показателю психологического благополучия статистически значимого снижения не наблюдается, что говорит о высоких компенсаторных возможностях в этом возрасте, связанных с другими компонентами психологического благополучия.

- С возрастом увеличивается количество значимых корреляционных связей показателей психологического благополучия и свойств темперамента, что подтверждает предположение о нарастании связей между компонентами психологического благополучия и индивидными характеристиками в позднем возрасте. Чем старше человек становится, тем в меньшей степени его психологическое благополучие подвержено влиянию социокультурных факторов.

- С возрастом структура психологического благополучия мужчин и женщин становится более единообразной. Статистически значимых различий в структуре психологического благополучия мужчин и женщин пожилого и старческого возраста не выявлено. Очевидно, для лиц позднего возраста характеристики гендера со временем теряют свою значимость и перестают влиять на особенности переживания психологического благополучия.

- 4. Взаимосвязь показателей психологического благополучия и ценностной сферы также имеет место, однако носит менее однозначный характер. Испытуемые пожилого и старческого возраста, обладающие высоким психологическим благополучием, различаются по характеристикам

ценностной сферы и темперамента. К этим характеристикам относятся динамичность, выносливость, активность и эмоциональная реактивность. Вклад эмоциональной реактивности и динамичности характерен для структуры психологического благополучия людей старческого возраста, а активности и выносливости – людей пожилого возраста. Такие свойства темперамента, как сенсорная чувствительность и настойчивость не оказывают влияния на уровень психологического благополучия. Эти факты свидетельствуют об избирательном вкладе физиологически обусловленных различий в детерминацию психологического благополучия в позднем возрасте.

В позднем возрасте уровень психологического благополучия снижается, но снижается он не по всем показателям. На прежнем уровне остаются показатели автономии, управления средой, самопринятия, целей в жизни. Группы, контрастные по показателям психологического благополучия, не различаются по среднему возрасту испытуемых. Это говорит об огромных компенсаторных возможностях людей пожилого возраста и подтверждает предположение о том, что старение является процессом глубоко индивидуальным и очень вариативным, а возраст не является главным фактором, определяющим, будет ли человек психологически благополучным.

Литература

Крайг Г. [Craig G.] Психология развития. СПб.: Питер, 2000.

Стреляу Я. [Strelau J.] Методика диагностики темперамента (формально-динамических характеристик поведения). М.: Смысл, 2005.

Стюарт-Гамильтон Я. [Stuart-Hamilton I.] Психология старения. СПб.: Питер, 2002.

Фанталова Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта. Самара: Бахрах, 2001.

Фанталова Е.Б. Психометрическое исследование показателей методики «Уровень соотношения "ценности" и "доступности"» // Журнал практикующего психолога. 2010. Вып. 17. С. 175–201.

*Фесенко П.П.*Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: дис. ... канд. психол. наук. Москва, 2005a.

Фесенко П.П. Что такое психологическое благополучие? Краткий обзор основных концепций // Научные труды аспирантов и докторантов. М.: Изд-во Моск. гуманитар. ун-та, 2005b. Вып. 46. С. 35–48.

Carstensen L.L. Charles S.T. Emotion in second half of life // Current Directions in Psychological Science. 1998. Vol. 7, No. 5. P. 144–149.

Carstensen L.L., Fung H., Charles S.T. Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life // Motivation and Emotion. 2003. N 27, P. 103–123.

Charles C.T. Strength and vulnerability integration: a model of emotional well-being across adulthood // Psychological Bulletin. 2010. Vol. 136, N 6. P. 1068–1091.

Frazier C., Mintz L., Mobley M. A Multidimensional look at religious involvement and psychological well-being among urban elderly African Americans // Journal of Counseling Psychology. 2005. Vol 52 (4). P. 583–590.

Miquelon P., Vallerand R.J. Goal motives, well-being, and physical health: an integrative model // Canadian psychology. 2008. Vol. 49, N 3. P. 241–249.

Ryff C.D. Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited // Journal of Personality and Social Psychology.1995. Vol. 69. P. 719–727.

Ryff C.D. Psychological Well-Being // Encyclopedia of Gerontology. 1996. Vol. 2. P. 365–369.

Ryff C.D., Singer B. Interpersonal flourishing: a positive health agenda for the new millennium // Journal of Personality and Social Psychology. 2000. Vol. 4. P. 12–27.

Ryff C.D., Singer B.H., Love G.D. Positive health: Connecting well-being with biology // Philosophical Transactions of the Royal Society of London – B. 2004. Vol. 359. P. 1383–1394. doi:10.1098/rstb.2004.1521

Поступила в редакцию 8 декабря 2010 г. Дата публикации: 20 февраля 2011 г.

Сведения об авторе

Дубовик Юлия Борисовна. Аспирант (2011), кафедра дифференциальной психологии и психофизиологии, Российский государственный гуманитарный университет, Миусская площадь, д. 6, 125993 Москва, Россия.
E-mail: Jullialiaa@yandex.ru

Ссылка для цитирования

Дубовик Ю.Б. Исследование психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2011. N 1(15). URL: http://psystudy.ru (дата обращения: чч.мм.гггг). 0421100116/0005.

[Последние цифры – номер госрегистрации статьи в Реестре электронных научных изданий ФГУП НТЦ "Информрегистр".
Элементы библиографического описания соответствуют ГОСТ Р 7.0.5-2008. Дата обращения в формате "число-месяц-год = чч.мм.гггг" – дата, когда читатель обращался к документу и он был доступен.]

К началу страницы >>