

УДК 19.00.13

И.В. Ковалевич

СТАРСТЬ КАК ОДИН ИЗ ЭТАПОВ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

В статье И.В. Ковалевич «Старость как один из этапов развития личности» рассматриваются наиболее актуальные вопросы геронтологической проблематики. Показаны различия между понятиями онтогенез и этагенез, старость и старение, биологический и психологический витаукт. Вводится термин «психологическая эвтаназия». Высказывается предположение о наличии процессов антистарения на биологическом и на психологическом уровне. Анализируются качественные и количественные характеристики человеческого возраста. Формулируется тезис о комплексном влиянии биологических, социально-педагогических и психологических факторов на процессы, происходящие с человеком в ходе старения. Приводятся наиболее известные типологии старости и старения. Представлены точки зрения, характеризующие крайние позиции в восприятии старости и процессов старения. основополагающими в исследовании являются психолого-педагогические принципы индивидуализации, достоинства, реализации внутреннего потенциала, ухода, участия и независимости.

Введение

Процесс демографического старения приобрел сейчас беспрецедентные масштабы, которые не имеют аналогов за всю историю человечества. Пожилой человек стал крупной фигурой в общественной структуре (1/6–1/8 всей популяции). Демографическое старение представляет собой широко распространенное явление, так как оно происходит практически во всех странах мира. Это глубинный процесс, который сильно сказывается на всех сторонах жизни людей. В экономической сфере старение населения отражается на экономическом росте, накоплениях, инвестициях, потреблении, занятости, пенсионном обеспечении, налоговой политике и передаче накопленных знаний и опыта из поколения в поколение. В социальной сфере старение населения сказывается на составе семьи и условиях жизни, потребностях в жилье, миграционных тенденциях, эпидемиологической обстановке и потребностях в медицинской помощи. В политической сфере старение населения может влиять на результаты выборов и систему политического представительства [1]. Исследования возрастнопсихологических возможностей человека в старости являются не только актуальными для науки, но и жизненно значимыми.

Разработкой геронтологической проблематики занимались и занимаются специалисты различных дисциплин отдельно друг от друга (в биологии и медицине: Л.А. Гаврилов, И.В. Давыдовский, Ю.К. Дупленко, В.В. Фролькис, Л.Н. Hayflick, D.S. Woodruff-Pak, D.J. Selko, J.F. Corso; в психологии: Б.Г. Ананьев, Г.С. Абрамова, Л.И. Анцыферова, О.В. Краснова, А.Г. Лидерс, О.Н. Молчанова, М.В. Ермолаева, Т.Д. Марцинковская, Н.С. Пряжников, К. Рошак, Н.Ф. Шахматов, P.V. Baltes, J.E. Birren, I. Stuart-Hamilton, K.W. Schaie; в социологии: М.Д. Александрова, В.Д. Альперович, И.Г. Беленькая, P.C. Яценко, Е.И. Холостова, А.А. Козлов, Г.П. Медведева; в демографии и статистике Б.Д. Бреев, Т.А. Демченко, И.Б. Орлова, Б.С. Хореев, R.H. Binstok, L.K. George, M. Jeffreys, P. Johnson, J. Falkingham; в философии: Т.В. Карсаевская, А.Т. Шаталов и др.). Информация о возрастнопсихологических характеристиках старости наименее структурирована. Молодая наука геронтология – это комплексная дисциплина, объединяющая несколько направлений, среди которых биология старения, социальная геронтология, геронтопсихология.

Научный руководитель – Л.А. Пергаменщик, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры психологии Белорусского государственного педагогического университета имени М. Танка

Биология старения выясняет первичные механизмы старения организма и факторы, определяющие продолжительность жизни. *Социальная геронтология* (герогигиена) изучает влияние условий жизни и окружающей среды на старение и продолжительность жизни человека. *Геронтопсихология* исследует особенности психики и поведения людей пожилого возраста [2, с. 5–6].

Развитие в старческом возрасте

Если изучать человека во всех проявлениях (соматическом, психофизиологическом, личностном, социальном, культурно-историческом, уникально-индивидуальном и др.), то становится понятным, что именно в периоде старения общая картина развития личности приобретает более четкие границы. Существующее понятие «онтогенез» в его классическом понимании (период становления структур и функций организма в индивидуальном развитии) описывает изменения, происходящие в период созревания организма, и не соответствует идее о том, что развитие продолжается всю жизнь. Другое понятие, «этагенез» (от лат. «aetas» – возраст, «genesis» – формирование, развитие), обозначающее все возрастное развитие, включающее все возрастные периоды [3, с. 9], введенное в обиход в биологии, на наш взгляд, применимо и для других дисциплин: возрастной психологии, социальной геронтологии и геронтопсихологии и т. д. Нам представляется возможным условно разделить всю человеческую жизнь на три основных эпохи: *детство, зрелость и старость*. В рамках каждой эпохи выделены характеристики, дающие полное представление об особенностях развития личности на данном этапе.

В самом периоде старости выделяют различные этапы. Наиболее часто применяемой возрастной периодизацией, является классификация Европейского регионально-го бюро Всемирной организации здравоохранения, в соответствии с которой *пожилой возраст* у женщин укладывается в промежуток с 55 до 74 лет, у мужчин – с 61 до 74 лет, а с 75-го года жизни начинается *старость*. Людей, перешагнувших 90 летний рубеж, относят к *долгожителям*. Понятия «старый», «престарелый», «пожилой человек» употребляются в данной работе в качестве синонимов.

Большинство ученых (В.В. Фролькис, Г.С. Абрамова, М.В. Ермолаева, I. Stuart-Hamilton и др.) сходятся во мнении, что границы между зрелостью и старостью размыты, трудноразличимы и индивидуальны для каждого человека. Хронологический возраст – довольно неточный критерий. Разделение в соответствии с метрическим свойством времени говорит только о количестве прожитых лет.

Интерес для специалистов разных наук, занимающихся геронтологической проблематикой, представляет и качественная характеристика времени. Возраст (объективная, исторически изменчивая, хронологически и символически фиксированная стадия развития индивида в онтогенезе [4, с. 66]) соединяет два этих свойства: «длительность существования и определенность фазы становления – периода развития индивида». Возраст – это «взаимопроникновение природы и истории, биологического и социального», а те изменения, которые происходят с человеком в течение его жизни, «являются одновременно онтогенетическими и биографическими» [5, с. 102]. Причем не правильно воспринимать изменения, происходящие с человеком уже после периода созревания, как угасание функций организма на всех уровнях организации.

Заключительный период жизни человека традиционно воспринимают как период потерь, печали, страданий от болезней и беспомощности. В то же время геронтопсихология рассматривает старость как один из этапов развития личности (Д.И. Фельдштейн, М.В. Ермолаева, О.В. Краснова, Н.С. Пряжников). Негативные характеристики описывают лишь один из возможных вариантов развития человека, а регресс – не единственный путь для изменений. Принцип «индивидуального развития в течение всей

жизни» стал одним из основных концептуальных аспектов Международного года пожилых людей (1999 г.).

Идее развития соответствует адаптационно-регуляторная теория выдающегося физиолога и геронтолога, академика НАН и АМН Украины, профессора В.В. Фролькиса, построенная на доказательстве существования механизма компенсации. Согласно этой теории, наряду с разрушительным процессом старения развертывается процесс антистарения, или витаукт (от лат. «вита» – жизнь, «ауктум» – увеличивать), «стабилизирующий жизнедеятельность организма, повышающий его адаптационные возможности» [3, с. 28].

Существование механизмов антистарения не исключается и на психическом уровне. Речь идет о «процессах, стабилизирующих деятельность субъекта, компенсирующих нарастание негативных характеристик, уберегающих систему «Я» от разрушения» [6]. Такой механизм назван психологическим витауктом (наличие факторов стабилизации и компенсации Я-концепции).

Если же человек выбирает путь отказа от общественных функций и ролей, оказываясь в социальной изоляции, если «умирание» начинается раньше, чем физическая старость, если стремление жить превращается в желание доживать, проявляется парадокс завершения человеческой жизни раньше предполагаемого срока [5, с. 14]. Другими словами, такой выбор человека можно назвать «психологической эвтаназией».

Таким образом, основной характеристикой процесса старения является его уникальный индивидуальный характер, который зависит от множества факторов, выяснить которые – наша задача. И биология, и социология, и психология старости оперирует рядом характеристик, делающим процесс старения уникальным для каждой отдельной личности. «У каждого из нас процесс старения начинается с различной стартовой линии» [7, с. 27], каждый человек имеет свой «почерк старения», определяющий темп развития в старости и некоторые особенности ее течения [3, с. 43].

Старость и старение

Очевидно, чтобы понять сущность процессов, происходящих в ходе старения, необходимо опираться на достижения различных наук. Тезис о комплексном влиянии биологических, социальных и психологических факторов на процессы, происходящие с человеком в ходе старения, неоспорим.

Schroots и Birren, рассматривая старение как процесс, состоящий из трех компонентов, предлагают даже собственные названия для процессов, происходящих на различных уровнях:

Senescing (от англ. «senescence» – старение) – биологическое старение, которое ведет к возрастанию уязвимости организма и увеличению вероятности смерти.

Eldering (от англ. «elder» – старые люди, старшие) – изменение социальных ролей, паттернов поведения, социального статуса.

Geronting (от англ. «gerontology» – учение о старости, геронтология) – психологическое старение, выбор адаптации к процессам старения, стратегий борьбы с трудностями [8].

Проанализировав различные подходы к восприятию старости как взаимодействию нескольких одновременно протекающих процессов, О.В. Краснова выделяет общие вопросы, актуальные для изучения в русле геронтологической проблематики, которые можно отнести к социально-психологическим: процесс старения личности как члена группы и переживание старости в непосредственном социальном окружении; место пожилой личности в обществе; отношение индивида к своему процессу старения; социальная адаптация к процессу старения; изменение социального статуса и социальных ролей; позиция общества по отношению к стареющим и старым людям; фактиче-

ское место стариков среди других возрастных групп, их функции в обществе [9]. Естественно, что названные факторы указывают на уникальность старения, неравномерность его протекания как для отдельно взятой личности, так и при сравнении различных людей между собой.

Неравномерность прохождения отдельных процессов старения на биологическом уровне описывается следующими характеристиками:

1) *гетерохронностью* – различие во времени наступления старения отдельных тканей, органов, систем;

2) *гетеротопностью* – неодинаковая выраженность процесса старения в различных органах и структурах одного и того же органа;

3) *гетерокинетичностью* – развитие возрастных изменений с различной скоростью в различных тканях;

4) *гетерокатефтенностью* – разнонаправленность возрастных изменений, связанная, например, с подавлением одних и активизацией других жизненных процессов в стареющем организме [3, с. 41–42].

В силу влияния на процесс старения огромного количества переменных, до сих пор не выработана единая концептуальная основа исследования процессов старения. Старость называют «самым парадоксальным и противоречивым человеческим возрастом» [10, с. 191]. Различные точки зрения на старость представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Крайние точки в восприятии старости

Индикаторы процесса старения		Негативные характеристики	Позитивные характеристики
Биологические (естественный износ организма)	Соматическое здоровье	Старость – время болезней, беспомощности и физической зависимости	Болезнь и старость – не синонимы. Часто пожилые люди «конвенционально» признают себя больными из-за распространенных негативных общественных стереотипов [11]
	Общее физиологическое состояние	Старость – период угасания физиологических функций, итогом которого является немощность	Даже в старости организм компенсирует неблагоприятные изменения, происходящие на всех уровнях организации
Социальные (статус, занятость, доступ к различным ресурсам и т. п.)	Время наступления старости	Старость наступает в 50-60 лет (время выхода на пенсию)	Время выхода на пенсию значительно опережает наступление старости (70–80 лет)
	Общественное положение	Люди, вступающие в старость, автоматически превращаются в вымирающий слой	Пожилые люди выполняют важную функцию в обществе, передавая свой опыт
	Положение в семье	Усиливается отчужденность, между членами семьи разных поколений	Осуществляют преемственность поколений
	Реализация свободного времени	Выход на пенсию. Невозможность приложить где-то свои силы и знания	Масса свободного времени, которое можно использовать для реализации давно зародившихся планов

Продолжение таблицы 1

Психологические (к какой возрастной группе человек себя относит)	Изменения, происходящие с личностью	С личностью происходят необратимые закономерные изменения – инволюция	Личность достигает вершины в познании мира, себя, других людей – развитие
	Наличие возрастных новообразований	Появляются новые личностные образования в основном негативного характера	Ничего нового не образуется. Более четкие очертания обретают сформированные в течение предыдущей жизни свойства
	Самоощущение, эмоциональный фон	Тоска по былому, ощущение прожитости жизни, ожидание смерти, существование в унылой реальности, отсутствие надежд	Преобладают спокойствие, умиротворенность, удовлетворение прожитой жизнью
	Целостное восприятие старости	Старость – финал жизни	Старость – новая стадия в развитии человека

Из-за наличия таких противоречивых позиций трудно дать определения терминам, характеризующим рассматриваемый возрастной период. Следует четко разграничивать понятия «старение» и «старость»: «процесс и возрастной период, причину и следствие» [3, с. 35]. Существуют различные определения данных терминов, большинство из которых основаны на биологических характеристиках процесса.

Старение рассматривается как: угасание нормальных функций организма, наступающее после сексуальной зрелости (такое угасание функций продолжается до времени максимальной продолжительности жизни для членов данного вида [7, с. 29]); разрушительный процесс, который развивается из-за нарастающего с возрастом повреждения организма внешними и внутренними факторами [3, с. 35]; закономерный процесс возрастных изменений организма, снижающий его адаптационные возможности и приводящий к старости [12, с. 1279].

Старость характеризуется как: возрастной период жизни организма, наступающий за зрелостью (сопровождается характерными изменениями в органах и системах, ведущими к ограничению приспособительных возможностей организма [12, с. 1280]); неизбежно наступающий заключительный период индивидуального развития [3, с. 35]; заключительный период человеческой жизни, условное начало которого связано с отходом человека от непосредственного участия в производительной жизни общества [4, с. 747].

Из приведенных примеров следует, что в качестве зависимой переменной часто используется показатель протяженности жизни, что не всегда применимо к психологии, так как психологи «чаще интересуются аспектами поведения только некоторых компонентов, которые могут быть отнесены к протяженности жизни» [13, с. 68].

Исходя из задач нашего исследования, в качестве рабочих предлагаем следующие определения понятий:

Старение – закономерный процесс возрастного развития человека, не имеющий четких хронологических границ, характеризующийся уникальностью протекания и наличием потенциала для самосовершенствования.

Старость – период этагенеза человека, этап жизненного пути личности, во время которого происходит окончательная аккумуляция и переосмысление жизненного опыта и определение своего отношения к миру и к себе.

Типология старости

Несмотря на признание старости явлением уникальным, существует много попыток создания типологии старости и старения. В их основу положены различные характеристики личности и отношения к старению. Причем важно не только осознание своего возраста в период, когда тебя уже называют стариком, но и то представление о старении, которое формируется в более ранние годы. Так, в основу своей типологии D.V. Bromley ставит приспособления личности к старости, выделяя пять типов: конструктивный, зависимый, оборонительный, враждебный к окружающим и враждебный к самому себе [14].

И. Кон выделяет шесть типов в зависимости от сферы приложения сил:

- 1) участвуют в общественной жизни, активно настроены;
- 2) энергия направляется на свое самообразование, отдых, развлечения;
- 3) сфера приложения сил – семья;
- 4) забота о собственном здоровье;
- 5) критикуют все вокруг – «агрессивные старые ворчуны»;
- 6) «одинокое грустные неудачники» – обвиняют себя за упущенные возможности [15].

К. Рощак выделил следующие типы старения: конструктивный, защитный, агрессивно-активный, пассивный [16].

Еще один взгляд на типологию старости предоставила М.В. Ермолаева. По итогам собственных исследований и по результатам анализа работ Г.С. Абрамовой, Р.М. Грановской, Н.Ф. Шахматова, Э. Эриксона ею были выделены два типа в зависимости от направленности ведущей деятельности на сохранение себя как индивида или как личности [17].

З.М. Саралиева и С.С. Балабанов в результате эмпирического исследования, охватывающего все существенные стороны жизни пожилого человека (самообслуживание человека, положение пожилого человека в семье, образование, интерес к жизни, социальный статус, радости жизни, интегрированность в социум), выделили 5 групп пенсионеров, сходных по многим признакам:

- 1) умиротворенные верующие;
- 2) обеспокоенная интеллигенция;
- 3) депривированные и больные;
- 4) благополучные пожилые люди;
- 5) одинокие [18].

Принимая во внимание уникальность жизненного пути каждого человека, а следовательно, и процесса старения, мы полагаем, что в основу разделения старых людей на различные типы должен быть положен способ адаптации к себе и своему возрасту, вариант принятия себя в новом качестве, путь самоопределения в новых жизненных условиях. В другом случае, если для создания типологии выделять большее количество различных переменных, существует вероятность упустить все разнообразие связей, существующее между ними. В соответствии с предложенными нами признаками наиболее успешной является классификация Л.И. Анциферовой. Она содержит всего два типа: конструктивный и неконструктивный, живописно обозначенные как «теплая осень» и «суровая зима». В основе выделения таких типов – уровень активности, способы совладания с трудностями, отношение к миру и к себе, удовлетворенность жизнью [19].

Таким образом, геронтопсихологические исследования должны подчиняться принципу индивидуализации. Каждого пожилого человека нужно оценивать и описывать отдельно. Вызываемые старостью психологические изменения весьма многообразны. Необходимо признавать огромные различия в положении пожилых людей не

только между странами, но также в рамках отдельных стран и между отдельными лицами.

Резолюция 46/91 «Сделать полнокровную жизнь лиц преклонного возраста», принятая Генеральной Ассамблеей ООН 16 декабря 1991 года, определила 18 основных принципов, касающихся положения пожилых людей. Они разделены на пять групп: достоинство; реализация внутреннего потенциала; уход; участие; независимость [20]. Эти принципы носят рекомендательный характер, но четкость формулировок и широта охвата практических задач указывает на то, что предложенные рекомендации должны быть приняты в качестве руководства при решении актуальных теоретических и практических вопросов.

Заключение

Таким образом, этагенез человека складывается из трех условно выделенных периодов: детства, зрелости и старости. Собственно старость разделяется на пожилой (от 55–60 до 74 лет), старческий (75–90 лет) возраст и возраст долгожительства (после 90 лет). Необходимо помнить, что такие рамки задаются произвольно, исходя из хронологических характеристик времени, и не означают факта прихода старости в каждом конкретном случае. В любом возрасте существует потенциал для развития человеческой личности. Период старости не является исключением.

Изменения, происходящие в процессе старения, затрагивают все уровни функционирования индивида и происходят в двух направлениях – разрушение и поддержание жизни. На психическом уровне также могут происходить как деструктивные – «психологическая эвтаназия» (умирание раньше физического одряхления), так и компенсаторные механизмы – психологический витаукт (стабилизация Я-концепции, основанная на фиксации позитивных черт своего характера). Успешная адаптация к своему возрасту (преобладание процессов витаукта) способствует психологическому благополучию личности.

Исследования в области геронтопсихологии имеют объективно-научное значение, которое состоит в установлении взаимосвязи между психологическими, биологическими, социальными и педагогическими факторами старения. Наше исследование ориентировано на преодоление стереотипных представлений о старости как о возрасте немощи и беспольности, на увеличение потенциала развития в старости, его возможных форм и вариантов. Принцип индивидуализации является основополагающим при решении поставленной задачи геронтологической проблематики.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Старение населения мира 1950–2050 годы. Резюме // Организация Объединенных Наций [Электронный ресурс]. – 2000. – Режим доступа : <http://www.un.org/russian/events/olderpersons/ageing07.html>. – Дата доступа : 14.03.2008.
2. Анисимов, В. Н. Молекулярные и физиологические механизмы старения / В. Н. Анисимов. – СПб. : Наука, 2003. – 468 с.
3. Фролькис, В. В. Старение и увеличение продолжительности жизни / В. В. Фролькис. – Ленинград : Наука, 1988. – 239 с.
4. Психолого-педагогический словарь / сост. Е. С. Рапацевич. – Минск : «Соврем. слово», 2006. – 928 с.
5. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2001. – 288 с.

6. Молчанова, О. Н. Специфика Я-концепции в позднем возрасте и проблема психологического витоакта / О. Н. Молчанова // Мир психологии. – 1999. – № 2. – С. 133–141.
7. Хейфлик, Л. Как и почему мы стареем? / Л. Хейфлик. – М. : Вече, 1999. – 432 с.
8. Schroots, J. F. «The nature of time: implications for research on aging» *Compr. Gerontol* / J. F. Schroots, J. E. Birren. –1988. – С. 21–29.
9. Краснова, О. В. Социальная психология старения как основная составляющая социальной геронтологии / О. В. Краснова // Мир психологии. – 1999. – № 2. – С. 96–106.
10. Толстых, А. В. Возрасты жизни / А. В. Толстых. – М. : Мол. гвардия, 1988. – 223 с.
11. Краснова, О. В. Социальное познание и проблемное поведение в позднем возрасте / О. В. Краснова // Психология зрелости и старения. – 2006. – № 3 (35). – С. 47–66.
12. Советский энциклопедический словарь / гл. ред. А. М. Прохоров. – 4-е изд. – М. : Сов. Энциклопедия, 1989. – 1632 с.
13. Ермолаева, М. В. Практическая психология старости / М. В. Ермолаева. – М. : Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 320 с.
14. Bromley, D. V. (1988) *Human Ageing. An Introduction to Gerontology*. 3rd edition. Bungan: Penguin.
15. Кон, И. С. В поисках себя. Личность и ее самосознание / И. С. Кон. – М. : «Политиздат», 1984. – 336 с.
16. Рощак, К. Психологические особенности личности в пожилом возрасте : автореф. дис. ... канд. психол. наук / К. Рощак. – М., 1990.
17. Ермолаева, М. В. Структура эмоциональных переживаний в старости / М. В. Ермолаева // Мир психологии. – 1999. – № 2. – С. 123–133.
18. Саралиева, З. М. Пожилой человек в Центральной России / З. М. Саралиева, С. С. Балабанов // Психология старости и старения: Хрестоматия : учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений / сост. О. В. Краснова, А. Г. Лидерс. – М. : Издательский центр «Академия», 2003. – С. 91–101.
19. Анцыферова, Л. И. Новые стадии поздней жизни: время теплой осени или суровой зимы / Л. И. Анцыферова // Психология старости : учеб. пособие / ред.-сост. Д. Я. Райгородский. – Самара : Издательский Дом БАХРАХ-М, 2004. – С. 564–575.
20. Принципы ООН в отношении пожилых людей. Сделать полнокровной жизнь лиц преклонного возраста // Организация Объединенных Наций [Электронный ресурс]. – 2000. – Режим доступа : <http://www.un.org/russian/topics/socdev/elderly/oldprinc.htm>. – Дата доступа : 14.03.2008.

Kovalevich I.V. The Old Age As One Of The Stages Of Personal Development

In this article the most important questions of gerontological problematics are viewed. Differences between concepts ontogenesis and aetagenesis, age and ageing, biological and psychological vitaukt are shown. The new term of psychological death injection is entered. There exist the processes of anti-ageing on biological as well as psychological levels. Qualitative and quantitative descriptions of human age are analyzed. The thesis is formulated of complex influence of biological, social and psychological factors to processes of human ageing. The most popular typologies of age and aging are given. Viewpoints describing extreme positions in perception of age and processes of human aging are presented. The basic principles researches would be personalization, dignity, self-potential realization, concern, sympathy and self-sufficiency.