

Смысложизненные ориентации и удовлетворенность жизнью лиц пожилого и старческого возраста

Н. Г. Ермакова¹, К. Э. Денисова¹, А. А. Виттен¹

¹ Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена
191186, Россия, Санкт-Петербург, наб. р. Мойки, д. 48

Сведения об авторах:

Наталья Георгиевна Ермакова

e-mail: nataliya.ermakova@yandex.ru

SPIN-код РИНЦ: 8037-9078

ResearcherID: AAD -1734-2019

ORCID: 0000-0002-3015-8488

Кристина Эдуардовна Денисова

e-mail: 107772@mail.ru

Анастасия Алексеевна Виттен

e-mail: anastasiavitten@gmail.com

© Авторы (2020).

Опубликовано Российским
государственным педагогическим
университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Исследование посвящено изучению смысловых ориентаций и удовлетворенности жизнью лиц пожилого и старческого возраста, пребывающих в условиях дневного стационара центра комплексного социального обслуживания населения. Наличие смысла жизни в старости позволяет характеризовать данный период как возраст развития и позволяет противостоять угасанию, в связи с чем актуальным является изучение смысловых ориентаций и удовлетворенности жизнью пожилых людей и организации психологической поддержки в их развитие. В исследовании принимали участие 93 человека в возрасте от 60 до 88 лет, из них 82 женщины и 11 мужчин, которые были разделены на 2 группы по возрасту. В первую группу (от 60 до 69 лет) вошли 51 человек, вторую группу старше 70 лет составили 42 человека. Использовались

методы психодиагностики: «Смысловые ориентации» Д. А. Леонтьева, «Индекс жизненной удовлетворенности» Н. В. Паниной. Комплекс реабилитационных мероприятий направлен на повышение социальной адаптации пожилых людей и включал: лечебную физкультуру, освоение скандинавской ходьбы, трудотерапию (выполнение различных поделок), вокалотерапию (караоке), арт-терапию, обучение пользованию компьютером, активные игры в свободное время (конкурсы, викторины), культурно-массовые мероприятия (посещение музеев, лекции, экскурсии), консультацию психолога. Медицинской сестрой отделения проводился контроль артериального давления и беседы о здоровом питании. Значимые различия отмечались по параметру «локус контроля – Я», который выше у представителей первой группы пациентов, что свидетельствует о большем их участии в жизненных ситуациях и принятии решений, по сравнению со второй группой. Представители второй группы больше зависят от родственников, и Я-интересы ушли у них на второй план, что приводит к пассивности. По показателям методики «Индекс жизненной удовлетворенности» значимых различий в обеих группах не выявлено. Полученные данные позволили определить направленность дальнейшей разработки программ психологической поддержки пожилых людей с учетом разных возрастных групп.

Ключевые слова: пожилой возраст, смысловые ориентации, удовлетворенность жизнью.

Meaning-of-life orientations and satisfaction with life in elderly people

N. G. Ermakova¹, Ch. E. Denisova¹, A. A. Witten¹

¹ Herzen State Pedagogical University of Russia
48 Moika River Emb., Saint Petersburg 191186, Russia

Authors:

Natalia G. Ermakova

e-mail: nataliya.ermakova@yandex.ru

SPIN: 8037-9078

ResearcherID: AAD -1734-2019

ORCID: 0000-0002-3015-8488

Christina E. Denisova

e-mail: 107772@mail.ru

Anastasia A. Witten

e-mail: anastasiavitten@gmail.com

Copyright:

© The Authors (2020).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. This study focuses on the meaning-of-life orientations and satisfaction with life of elderly people treated in day-care centres providing comprehensive social services. Maintaining the purpose in life in old age makes it possible to reframe this period as an age of development and to slow down the person's decline. Therefore, it is important to study meaning-of-life orientations and satisfaction with life of elderly people and organisation of psychological support focused on these metrics. Participants of the study comprised 93 people from 60 to 88 years old, including 82 women and 11 men, who were divided into 2 groups according to their age. The first group included 51 people from 60 to 69 years old, while the second group consisted of 42 people over 70 years old. The following methods of psychological assessment were used: "Meaning-of-life orientations" by D. A. Leontiev, "Life satisfaction index" by N. V. Panina. The set of rehabilitation measures aimed at increasing social adaptation of elderly people included:

physical therapy exercises, Nordic walking training, occupational therapy (crafting), vocal therapy (karaoke), art therapy, computer skills training, active games during free time (contests, quizzes), cultural events (museum visits, lectures, sightseeing), consultation sessions with a psychologist. The nurse monitored their blood pressure and gave advice on a healthy diet. Significant differences were observed in the "Locus of control-self" parameter, which was higher in the patients from the first group; this indicates their greater involvement in life situations and decision-making, compared to the second group. Members of the second group are more dependent on relatives and have less individual interests, which leads to a passive outlook. According to the "Life satisfaction index" parameters, no significant differences were found in either of the groups. The obtained data made it possible to determine the direction for further development of psychological support programmes for the elderly of different age groups.

Keywords: old age, meaning-of-life orientations, satisfaction with life.

Введение

С повышением уровня жизни и улучшением оказания медицинской помощи в развитых странах происходит увеличение продолжительности жизни, и увеличивается удельный вес пожилых людей в демографической структуре общества. В пожилом возрасте наблюдается увеличение проблем, связанных со здоровьем,

утрата профессиональных и межличностных связей, происходит изменение социальной роли, изменение целей и смысла жизни (Рубинштейн 2012; Чудновский 2003; Семикин, Малкова 2014).

Увеличение доли пожилых людей в общей численности населения России детерминирует теоретическую и практическую значимость исследований, направленных на повышение социальной адаптации и

продуктивности жизни человека пенсионного возраста (Долгова, Рокицкая 2020; Новикова, Ермакова 2017).

Деятельность и весь потенциал человека в старости может быть направлен как на передачу опыта последующему поколению, так и на завершение тех дел, которые могли быть оставлены когда-то в прошлом. Человек способен развиваться как личность в любом возрасте, заменяя одни ценности жизни на другие (Франкл 1990; Фролькис 1988; Соколова, Берецкая 2012). Аспекты смысловой ориентации пожилых людей и их удовлетворенность жизнью изучены недостаточно.

Наличие смысла жизни в старости позволяет характеризовать данный период как возраст развития и позволяет противостоять угасанию, в связи с чем актуальным является изучение смысловых ориентаций и удовлетворенности жизнью пожилых людей. Цель нашего исследования заключалась в изучении смысловых ориентаций и удовлетворенности жизнью пожилых людей, выявление проблем адаптации и предпосылок направления психологической помощи.

Материалы и методы

Исследование проводилось в отделении дневного пребывания комплексного центра социального обслуживания населения Выборгского района Санкт-Петербурга. Пожилые люди, не утратившие способность к активному передвижению и самообслуживанию, направлялись гериатром или терапевтом районной поликлиники в отделение дневного пребывания для граждан пожилого возраста и инвалидов. Участники исследования посещали отделение дневного пребывания в течение 21 дня. С ними проводился комплекс реабилитационных мероприятий, направленный на повышение социальной адаптации пожилых людей.

В комплексные занятия входили: занятия лечебной физкультурой, освоение скандинавской ходьбы, занятия трудотерапией (выполнение различных поделок), вокалотерапия (караоке), арт-терапия,

обучение пользованием компьютером, активные игры в свободное время (конкурсы, викторины), культурно-массовые мероприятия (посещение музеев, лекции, экскурсии). Медицинской сестрой отделения проводился контроль артериального давления и беседы о здоровом питании. Психологом отделения проводились групповые занятия, направленные на развитие коммуникативных навыков, осознание и коррекцию особенностей межличностных отношений, а также коррекцию высших психических функций.

В исследовании принимали участие люди пожилого и старческого возраста от 60 до 88 лет. Выборку составили 93 человека, из них 82 женщины и 11 мужчин. На этапе анализа данных выборка была разделена на две группы по возрасту. В первую группу (от 60 до 69 лет) вошли 51 человек, из которых 48 женщин и 3 мужчин. Вторая группа включала в себя людей от 70 лет и старше. Во вторую группу вошли 42 человека, среди которых 34 женщины и 8 мужчин. Исследование проводилось с марта по декабрь 2019 года.

Методы исследования

В качестве методов исследования использовалась методика «Смысловые ориентации» Д. А. Леонтьева (2006), которая является адаптированной версией методики «Цель в жизни» Джеймса Крамбо и Леонарда Махолика. Методика «Индекс жизненной удовлетворенности» (ИЖУ) является адаптированной версией «Опросника общего психологического состояния человека» А. О. Neugarten, адаптированного Н. В. Паниной в 1993 году. Статистический анализ проведен с помощью программы анализа статистических данных Statistika 10.

Результаты исследования и их обсуждение

Результаты сравнения показателей методики «Смысловые ориентации» Д. А. Леонтьева для пациентов первой и второй группы представлены в таблице 1.

Таблица 1. Сравнение средних показателей методики (СЖО) Д. А. Леонтьева первой и второй возрастных групп

Показатель	Первая группа (60-69 лет)		Вторая группа (70 лет и старше)		U – Манна- Уитни
	Среднее	Стандартное Отклонение	Среднее	Стандартное отклонение	
Цель в жизни	33,73	6,33	31,80	6,42	-
Процесс жизни	30,2	5,9	28,57	6,96	-
Результативность жизни	27,57	4,92	26,1	5,04	-
Локус контроля –Я	21,08	4,7	19,29	4,71	p<0,05
Локус контроля – жизнь	29,6	6,59	28,21	8,5	-
Осмысленность жизни	104,53	17,41	99,69	19,95	-

Значимые различия отмечаются по параметру локус контроля – Я, который выше у представителей первой (младшей) группы пациентов.

Это свидетельствует о более активном участие пациентов первой группы в жизненных ситуациях, в принятии решений, о высокой значимости и ответственности за свои жизненные цели, реализация которых приносит положительную самооценку и ощущение удовлетворенности жизнью. В то же время представители второй (старшей) группы в принятии решений больше зависят от родственников, что в ряде случаев приводит к пассивности. Важным для них является цель и осмысленность жизни, а Я-интересы ушли на второй план.

Такие показатели как цель жизни, процесс жизни, результативность, локус контроля жизни и осмысленность жизни значимых различий не имеют, что можно рас-

ценить как сходность проблематики пациентов обеих групп. И те, и другие относятся к единой общности «пожилых людей», которых объединяют сходные проблемы (здоровья, завершение трудовой деятельности, сложности отношений в семье).

Результаты сравнения показателей методики «Индекс жизненной удовлетворенности» Н. В. Паниной для первой и второй группы представлены в таблице 2. По этим показателям значимых различий в обеих группах выявлено не было. При этом по таким показателям как «интерес к жизни», «последовательность в достижении целей», «согласованность между поставленными и достигнутыми целями», «положительная оценка себя и собственных поступков», «общий фон настроения», а также по общему показателю методики участники двух групп имеют средние значения.

Таблица 2. Сравнительный анализ показателей методики (ИЖУ) Н. В. Паниной первой и второй возрастных групп

Показатель	Первая группа (60-69 лет)		Вторая группа (70 лет и старше)		U – Манна- Уитни
	Среднее	Стандартное отклонение	Среднее	Стандартное отклонение	
Интерес к жизни	5,65	1,65	5,62	1,71	-
Последовательность целей	4,82	1,64	4,48	2,21	-
Согласованность целей	4,6	1,94	4,0	2,52	-
Положительная самооценка	4,55	1,51	4,1	2,16	-
Общий фон настроения	5,47	1,82	4,9	2,29	-
Индекс жизненной удовлетворенности	24,82	6,25	22,93	8,98	-

Полученные результаты можно расценить как свидетельство относительной комфортности жизненной ситуации пожилых людей, посещающих занятия в дневном стационаре, и полезности для них социально-психологической поддержки. В то же время, это может означать, что целей в жизни у представителей старшей группы стало меньше, и контролировать нечего: быт размерен и один день похож на другой. Уже нет той ответственности за детей и внуков, за работу, как у представителей первой, более молодой группы (60–69 лет), и дела на даче уже уходят на второй план. Основная задача – самообслуживание в домашних делах и заботах.

Внутри позднего возрастного периода жизни выделяются группы людей младшего (от 60 до 75) пожилого и старшего (старше 75) старческого возраста, по классификации ВОЗ. Они имеют физические, соматические, и психологические различия (Седова, Палеев, Старцева 2019). В отделениях дневного пребывания центров социального обслуживания населения пожилые люди (пожилого и старческого возраста) не разделяются по особенностям подхода и психологического воздействия. Настоящая работа является практико-ориентированной и иллюстрирует необходи-

мость проведения сравнительного исследования психологических особенностей разных возрастных групп, а также разработки дифференцированных подходов к психологическому воздействию.

Заключение

Результаты проведенного эмпирического исследования подтвердили выдвинутые нами гипотезы: особенности смысловых ориентаций и удовлетворенности жизнью различаются в разных возрастных группах пожилых людей, что позволило определить направленность дальнейших разработок программ психологической поддержки. Полученные данные свидетельствуют о необходимости осуществлять психологическую поддержку пожилых людей. В то же время при разработке программ важно учитывать различие в смыслах и удовлетворенностью жизнью и эмоционального состояния пожилых людей разных возрастных групп.

Благодарности

Приносим искренние благодарности сотрудникам отделения дневного пребывания комплексного центра социального обслуживания населения Выборгского района Санкт-Петербурга.

Литература

- Долгова, В. И., Рокицкая, Ю. А. (2020) Структура копинг-поведения пожилых людей, обучающихся по геронтообразовательным программам. *Успехи геронтологии*, т. 33, № 1, с. 172–178. DOI: 10.34922/AE.2020.33.1.023
- Леонтьев, Д. А. (2006) *Тест смысловых ориентаций*. М.: Смысл, 18 с.
- Новикова, Ю. Г., Ермакова, Н. Г. (2017) Нейропсихологическая феноменология стратегий компенсации при нарушениях высших психических функций у лиц пожилого возраста с хронической недостаточностью мозгового кровообращения. *Сибирский психологический журнал*, № 63, с. 102–118. DOI:10.17223/17267080/63/8
- Панина, Н. В. (1993) Индекс жизненной удовлетворенности. В кн.: А. А. Кроник (ред.). *Lifeline и другие новые методы психологии жизненного пути*. М.: Прогресс-Культура, с. 107–114.
- Рубинштейн, С. Л. (2012) *Человек и мир*. СПб.: Питер, 224 с.
- Седова, Е. В., Палеев, Ф. Н., Старцева, О. Н. (2019) *Основы гериатрии для врачей первичного звена: учебно-методическое пособие*. М.: ГБУЗ МО МОНКИ им. М. Ф. Владимирского, 52 с.
- Семикин, В. В., Малкова, Е. Е. (2014) *Модель и принципы функционирования системы психологического сопровождения деятельности гериатрической службы*. СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 139 с.

- Соколова, В. Ф., Березкая, Е. А. (2012) *Теория и практика реабилитации граждан пожилого возраста*. М.: ФЛИНТАЖ; МПСИ, 200 р. [Электронный ресурс]. URL: <https://new.znaniium.com/catalog/product/455769> (дата обращения 07.09.2020).
- Франкл, В. (1990) *Человек в поисках смысла*. М.: Прогресс, 366 с.
- Фролькис, В. В. (1988) *Старение и увеличение продолжительности жизни*. Л.: Наука, 239 с.
- Чудновский, В. Э. (2003) Психологические составляющие оптимального смысла жизни. *Вопросы психологии*, № 3, с. 12–16.

References

- Chudnovsky, V. E. (2003) Psikhologicheskie sostavlyayushchie optimal'nogo smysla zhizni [Psychological components of the optimal meaning of life]. *Voprosy psikhologii*, no. 3, pp. 12–16. (In Russian)
- Dolgova, V. I., Rokitskaya, Yu. A. (2020) Struktura koping-povedeniya pozhilykh lyudei, obuchayushchikhsya po gerontoobrazovatel'nym programmam [The structure of coping behavior of older people enrolled in geron education programs]. *Uspekhi gerontologii — Advances in Gerontology*, vol. 33, no. 1, pp. 172–178. DOI: 10.34922/AE.2020.33.1.023 (In Russian)
- Frankl, V. (1990) *Chelovek v poiskakh smysla [Man in search of meaning]*. Moscow: Progress Publ., 366 p. (In Russian)
- Frolkis, V. V. (1988) *Starenie i uvelichenie prodolzhitel'nosti zhizni [Aging and increasing life expectancy]*. Leningrad : Nauka Publ., 239 p. (In Russian)
- Leontiev, D. A. (2006) *Test smyslozhiznennykh orientatsii [Test of life-meaning orientations]*. Moscow: Smysl Publ., 18 p. (In Russian)
- Novikova, Yu. G., Ermakova, N. G. (2017) Neiropsikhologicheskaya fenomenologiya strategii kompensatsii pri narusheniyakh vysshikh psikhicheskikh funktsii u lits pozhilogo vozrasta s khronicheskoi nedostatochnost'yu mozgovogo krovoobrashcheniya [Neuropsychological phenomenology of compensation strategies for disorders of higher mental functions in elderly people with chronic cerebrovascular insufficiency]. *Sibirskii psikhologicheskii zhurnal — Siberian journal of psychology*, no. 63, pp. 102–118. DOI: 10.17223/17267080/63/8 (In Russian)
- Panina, N. V. (1993) Indeks zhiznennoi udovletvoryonnosti [Life satisfaction index]. In: A. A. Kronik (ed.). *Lifeline i drugie novye metody psikhologii zhiznennogo puti [Lifeline and other new methods of life path psychology]*. Moscow: Progress-Kultura Publ., pp.107–114. (In Russian)
- Rubinshtein, S. L. (2012) *Chelovek i mir [Man and the world]*. Saint Petersburg: Piter Publ., 224 p. (In Russian)
- Sedova, E. V., Paleev, F. N., Startseva, O. N. (2019) *Osnovy geriatrii dlya vrachei pervichnogo zvena : uchebno-metodicheskoe posobie [Fundamentals of geriatrics for primary care physicians: a teaching guide]*. Moscow: MONIKI Publ., 52 p. (In Russian)
- Semikin, V. V., Malkova, E. E. (2014) *Model' i printsipy funktsionirovaniya sistemy psikhologicheskogo soprovozhdeniya deyatel'nosti geriatricheskoi sluzhby [Model and principles of functioning of the system of psychological support for the activities of the geriatric service]*. Saint-Petersburg: HSPU Publ., 139 p. (In Russian)
- Sokolova, V. F., Beretskaya, E. A. (2012) *Teoriya i praktika reabilitatsii grazhdan pozhilogo vozrasta [Theory and practice of rehabilitation of elderly citizens]*. Moscow: FLINTAZH Publ.; MPSI Publ., 200 p. [Online]. Available at: <https://new.znaniium.com/catalog/product/455769> (accessed 07.09.20). (In Russian)