

постепенно формируется очень актуальное направление, которое можно обозначить как психологические и психолого-дидактические аспекты экологического образования.

Будем надеяться, что проводимые нами исследования по экологической психологии позволят нам понять не только природу вокруг нас, но и нашу собственную природу Человека как субъекта развития самого себя, своей семьи, этноса, Планеты, Вселенной.

1. 1-я Российская конференция по экологической психологии (Москва, 3-5 декабря 1996). Тезисы. М., 1996.
2. 2-я Российская конференция по экологической психологии (12-14 апреля 2000 г.): Тезисы. М.: Экопсицентр РОСС, 2000.
3. Гибсон Дж. Экологический подход к зрительному восприятию. М.: Прогресс, 1988.
4. Pawlik K., Stapf K. Ökologische Psychologie: Entwicklung, Perspektive und Aufbau eines Forschungsprogramms // Umwelt und Verhalten. Bern / 1992. pp. 9-24
5. Голд Дж. Основы поведенческой географии. М., 1990.
6. Краткий психологический словарь. М., 1998.
7. Турсунгожинова Г.С. Психологические особенности людей, проживающих на территории бывшего Семипалатинского ядерного полигона. Автреф. канд. дисс., Алматы, 2009.
8. Дерябо С.Д., Ясвин В.А. Методологические проблемы становления и развития экологической психологии // Психологический журнал. 1996. Т.17. № 6.
9. Дерябо С.Д., Ясвин В.А. Экологическая педагогика и психология. Р.-н.-Д., 1996.
10. Панов В.И. Введение в экологическую психологию: Учеб. пособие. Часть 1. М.: Изд-во МНЭПУ, 2001. – 144 с.

Экопсихология психология ғылымының саласы ретіндегі қалыптасу және даму проблемасына қатысты түрлі талдау көзқарастары жарияланған. Экопсихология пәнінің әр түрлі ғалымдардың әдіснамалық талдауларының сәйкес еместігі және сол себебке байланысты психологиялық зерттеу салаларының шегарасында пайда болатын қиындықтар көрсетілген.

The analysis of different points of view on the problem of forming and development of ecopsychology as the branch of psychological science is presented. The ambiguousness of the methodological analysis of the subject of ecopsychology by different authors and the arising difficulties during the differentiation of areas of psychological research is clearly shown.

Н.С.Ахтаева

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ

Старение является неизбежной биологической закономерностью, которая проявляется в постепенном инволюционном процессе – угасании познавательных процессов и способностей, вследствие которого снижаются адаптивные возможности личности и организма и приближение вероятности смерти. С наступлением этого возрастного периода пожилой человек невольно задает себе ряд вопросов: «Может ли быть еще полезным членом общества или он становится экономическим и моральным балластом его? Приятный или неприятный возраст жизни – старость?».

Эти вопросы волновали философов, поэтов, естествоиспытателей, социологов, политических деятелей, их суждения по этому поводу самые разнообразные и достаточно противоречивые: от восторгов до презрения, эйджизма как дискриминации по возрасту, означающее «отрицательное или унижающее отношение к человеку из-за его возраста» [1].

Как известно из истории, самым активным защитником старческого возраста был римский политический деятель и философ Марк Тулий Цицерон (106- 43 до.н.э), написавший в 44 г. диалог «Катон старший, или о старости», где Цицерон мастерски защищает и восхваляет пожилой возраст как наиболее ценный для человека и для общества в целом. Он выступает против четырех основных обвинений, выдвигаемых противниками старческого возраста: 1) что старость мешает человеку принимать участие в общественной

жизни; 2) что она несет с собой различные заболевания и физическую немощь; 3) что она лишает человека сексуальных радостей; 4) что она пугает его перспективой близкой смерти.

Согласно Цицерону, для мудрого человека (если, конечно, он им был в средней фазе жизни) старый возраст – самый драгоценный период жизни, так как страсти успокаиваются и более не затуманивают рассудок. Кроме того, старость владеет таким сокровищем, как накопленный опыт. Больших высот можно достигнуть путем размышления благодаря силе характера, здравому смыслу и разносторонним интересам – во всем этом старые люди превосходят молодых.

Тому есть подтверждения из истории жизни великих людей. Ламарк писал «Естественную историю беспозвоночных животных» до смерти, последовавшей на 86-м году жизни, Александр Гумбольдт писал «Космос» с 76 до 89 лет, Гюго создал лучшие произведения на восьмом десятилетии жизни, Гете вторую часть «Фауста» – между 70-80 годами, Верди создал оперу «Отелло» в 73 года, а следующую оперу «Фальстаф» – в 79 лет, Галилей успешно работал до 74 лет, Эйлер – до 72, Лаплас – до 75, Микеланджело – до 79 лет, Кант, Аль-Фараби – до 80 лет, Вольтер – до 84, Б. Шоу – до 94 лет. И.П. Павлов в 73 года написал свой знаменитый «Двадцатилетний опыт», а в 77 лет – «Лекции о работе больших полушарий головного мозга», Л.Н. Толстой в 61 год написал «Крейцерову сонату», в 71 год – «Воскресенье», в 72 года – «Живой труп», в 76 лет – «Хаджи Мурат».

Несмотря на то, что Цицерон писал свой труд так давно, его утверждения в защиту старости, по отношению к пенсионерам или пожилым людям все еще справедливы. Благодаря достижениям современной медицины и психологии пожилые люди имеют все больше возможностей, как физических, так и интеллектуально-эмоциональных. Согласно статистическим исследованиям, проведенным учеными-демографами, пенсионеры становятся самой многочисленной социальной группой в мире. В 2005 году более 1 миллиарда человек перешагнуло 65-летний рубеж, в 2050 году число людей старше 65 лет во многих странах увеличится более чем в два раза, а общая цифра составит два миллиарда. В своей предвыборной компании Президент Республики одной из целей обозначил повышение средней продолжительности жизни гражданина Казахстана до 75 лет, что автоматически увеличит количество пенсионеров в нашей Республике.

Таким образом, по оценкам специалистов, к 2050 году число пожилых людей превысит общую численность молодежи, в ряде развитых и развивающихся стран это произошло уже в 1998 году. Динамика старения населения различается в разных странах в зависимости от экономического и социального развития, от осуществляемой ими внутренней политики. Чем на более высоком уровне социально-культурного, духовного развития находится общество и чем больше старики ощущают собственную значимость в глазах общественности, тем дольше они живут.

Существует тенденция рассматривать старение как нечто, происходящее к концу жизни. Общественность склонна рассматривать старость не как возраст приобретений, а скорее всего как «возраст социальных потерь». Такое утверждение не лишено оснований: старость как фаза жизни характеризуется возрастными изменениями в организме человека, изменениями его функциональных возможностей и, соответственно, потребностей, ролей в семье и обществе, что нередко протекает далеко не безболезненно для самого человека и его ближайшего социального окружения. Приобретая статус пенсионера, человек продолжает искать свое место в социуме. Пытается самоопределиваться в жизни, как это было в юношеском возрасте его жизни. Стремясь подвести итоги пройденного пути, снова и снова пытается выявить новые ступени собственной значимости, принять новые аспекты собственной «Я – концепции». Реконструкция жизненных значений (смыслов) является спецификой самоопределения в этом возрасте. По словам Г.М. Бржюмана, в этом возрасте потери преобладают над приобретениями и те, кто успешно справляется с этими потерями, может придать новое значение своей жизни в изменившихся условиях. Если исходить из того, что сущностью самоопределения является поиск смысла в определенной деятельности (шире – во всей жизнедеятельности), то сразу возникает целый ряд вопросов, связанных с

самоопределением пожилых и старых людей [2]. Перед всеми пожилыми людьми стоит проблема поиска смысла жизни в изменившейся для них ситуации и как такое «психологическое новообразование» связано с особенностями их возраста? Каково вообще «пространство» и граница их самоопределения? Каким образом можно осуществить психологическую поддержку самоопределяющимся пожилым людям?

Часто страдая от невостребованности своего накопившегося опыта, следовательно, - от невостребованности самих себя пожилые люди теряют одно из самых важных чувств в этом возрасте – чувство собственной значимости. Именно в пожилом и, особенно, в старческом возрасте, человеческая значимость самого себя проходит свою главную проверку - ведь в этом возрасте проверяется не просто поведение человека в какой-то конкретной ситуации, а проверяется вся жизнь, насколько она состоялась или не состоялась, насколько она была достойной или недостойной, бессмысленной на взгляд самого человека. И вообще, удалось ли человеку реализовать свой шанс оставить после себя что-то существенное на этой земле. Именно чувство собственной значимости является стержнем личности. Поэтому смысл самоопределения в пожилом и старческом возрасте – это, прежде всего, поиск возможности утвердить себя в качестве ценного для данного общества, а также конкретной социальной группы и семьи. Старик готов многим пожертвовать и многое сделать для того, чтобы его просто уважали, признавали как продуктивную личность.

Здесь возможны следующие принципиальные варианты подтверждения и укрепления собственной значимости: опираться на свои бывшие заслуги (требовать уважения за то, что было раньше); постоянно подтверждать свою полезность обществу или семье конкретными, заслуживающими похвалы делами; просто смириться с существующим положением дел (либо когда старика вообще не уважают, не считают личностью, либо когда его «уважают» за вымышленные заслуги в прошлом и настоящем).

Б. Ливехуд считает, что если человек в течение всего зрелого возраста (в «средней фазе жизни») сумел развить в себе интерес к искусству, науке, природе, или социальной жизни, то в старости (после 65-ти лет) он сможет черпать все больше для жизни из этого источника, а тот, кто пассивно жил своей работой и жизненными обстоятельствами, тот становится к середине своих пятидесятих трагической личностью, испытывающей грусть по старым добрым временам, чувствующей угрозу для себя во всем новом [3]. Личные наблюдения за этой категорией лиц показывают, что после выхода на пенсию они с удовольствием принимаются за реализацию своих годами выношенных планов. Некоторые начинают писать стихи, другие с мольбертом уходят на природу, участвуют в благотворительных делах, (становясь членами различных творческих объединений и товариществ). Но, не имея возможности утвердить себя в глазах родных и общества вышеуказанными способами, пожилые люди искусственно повышают свою значимость, привлекая к себе внимание своих родных и близких, обосновывая заслуженность такого внимания тем, что лучшие годы своей жизни они отдали им, детям. Всё больше другие начинают кружиться вокруг их персоны: врачи, внуки и дети. И такого рода поведение характерно для большинства пожилых людей, что формирует определенные стереотипы о них.

Э.Ф. Зеер связывает переход к пожилым и старческим периодам с угасанием профессионального развития человека и переживанием им следующих кризисов: кризиса утраты профессиональной деятельности (55-60 лет) и кризиса социально-психологической адекватности (65-70 лет) [4]. В.Ф. Моргун и Н.Ю. Ткачева делят весь старческий возраст на следующие периоды: пожилой возраст (55-75 лет), старческий (75-90) и долгожительство (свыше 90 лет) и характеризуют эти периоды в соответствии с принятыми в возрастной психологии критериями: социальной ситуацией развития, ведущей деятельностью и личностными новообразованиями [5].

Известно, что в пожилом возрасте эмоциональная насыщенность жизни снижается, жизненные события теряют прежнюю яркость. Значительные жизненные планы уже реализованы или становятся нереальными, так как наиболее продуктивные периоды жизни остались в прошлом, в плену воспоминаний, его психологическое время «перекачивается» в

прошлое. Все эти теоретические посылы можно подкрепить научными (экспериментальными) результатами.

Очень интересные результаты нами были получены в одной из дипломных работ на тему «Психологические особенности восприятия пожилого человека», защищенной под нашим руководством. В ходе исследования были использованы шесть методик по изучению самооценки как компоненты собственной значимости пенсионеров, находящихся в разных социальных условиях: 1. Методика диагностики самооценки Ч.Д. Спилбергера, Л. Ханина; 2. Опросник Дембо-Рубинштейн; 3. Тест-опросник Куна «Кто Я?»; 4. Методика диагностики самооценки Будасси; 5. Тест-опросник Столина; 6. Тест - опросник смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева. Результаты проведенных методик показали, что у работающих, не работающих и проживающих в доме инвалида уровни самооценки в среднем различаются на 15-20 %. Также у 80% пенсионеров уровень самооценки зависит от занимаемого им в прошлом места работы, достижениями на протяжении всего жизненного пути, внимания, оказанного ему со стороны. Немаловажную роль играют и половые различия, поскольку в данном случае пенсионеры черпают подкрепляющие их самооценку ресурсы из различных источников. В 90% случаев мужчины ориентированы на свои собственные достижения, а женщины в 90 % случаев - на социальные факторы проявления их «Я». Также уровень значимости пенсионера на 20 % зависит от уровня его тревожности, указывая на активное функционирование его в социуме. Особенно это ярко проявляется у работающих пожилых людей, так как их социальная активность намного выше, чем у не работающих и тем более у проживающих в доме инвалида и ветерана пенсионеров. В ходе исследования был выявлен еще один фактор, влияющий на собственную значимость пенсионера – это общение. Чем чаще и теснее общается пенсионер со своими детьми, сверстниками, коллегами-сотрудниками или соседями по подъезду, тем выше его самооценка, тем стабильнее уровень и значимости для них. В этом отношении больше всего страдают люди, проживающие в доме инвалида и ветерана, поскольку круг их общения ограничен лишь медицинским персоналом и небольшим количеством сверстников и единомышленников, находящимися в таком же положении, как и все.

Т.Н. Розова методом «Значимые события» [6] в процессе психологического консультирования получила следующие результаты. Испытываемыми были пациенты, перенесшие инфаркт миокарда или острый принцип стенокардии, находящиеся на подостром этапе заболевания. Было исследовано 18 пациентов в возрасте 60 лет и старше (разброс по возрасту 60-74 года), из них 16 мужчин и 2 женщины. В качестве основного метода психологического обследования пожилых выступила клиническая беседа, которая занимала не менее двух часов. Клиническая беседа проводилась с каждым испытуемым индивидуально. Первоначально метод «Значимые события» рассматривался как дополнительный, однако, как отмечает автор, исследование показало, что он структурирует, направляет беседу, облегчает общение, прежде всего, для испытуемого, ставя его в позицию эксперта по отношению к собственной жизни.

Процедура метода «Значимые события» состояла в следующем: психолог просит пациента представить всю свою жизнь прошлую, настоящую и будущую, всю целиком, а затем пять самых значимых событий для личности. Подчеркивалось, что события могут касаться любых сфер жизни человека и общества, быть как объективными положительными, так и отрицательными. После называния пяти событий испытуемым психолог просил выделить еще пять, затем еще пять событий.

Использование этого метода давало возможность разрядить накопившиеся эмоции, «выговориться» и говорить при этом именно о собственной жизни.

Кроме того, анализируя результаты, полученные с помощью этого метода, исследователь получает бесценную информацию об отношении испытуемого к своей жизни, степени удовлетворенности ею, наличии или отсутствии идей самообвинения или обвинения других в случившихся неудачах, и – шире – о внутреннем мире. При интерпретации результатов выполнения этого задания представляется полезным фиксировать и подвергать

качественному и количественному анализу следующие параметры: общее количество событий, которые человек считает значимыми для себя; локализация событий во временном пространстве (в прошлом, настоящем и будущем; форма упоминания событий (формальное название или развернутый рассказ; характер упоминаемых событий: конкретный акт или процесс, событие-переживание, цель); преобладание отрицательно или положительно субъективно оцененных моментов в жизни; называние личных событий, присущих только собственной судьбе, или стремление ограничиться формальными этапами, характерными для жизни любого человека.

Таким образом, метод «Значимые события» является продуктивным психотерапевтическим средством консультирования пожилых людей, а также инструментом анализа внутреннего мира человека и прогноза путей выхода из жизненного кризиса для личности. Особенно полезным использование процедуры является при консультировании пожилого континента, учитывая «обращенность» этого возраста в прошлое и специфику самого метода, стимулирующего внутреннюю работу личности по осмыслению собственного жизненного пути, заостряющего внимание человека пожилого возраста на реализованных событиях прошлого, усиливающие положительные переживания, тем самым компенсирующие болезненные проявления процесса старения.

Опираясь на имеющиеся исследования в области геронтологии, личный опыт ухаживания и наблюдения за старыми людьми позволяет сказать, что психологи, врачи, а также лица, проживающие с престарелыми людьми в семье должны знать личностные особенности людей позднего возраста. Многие психологи, социальные работники, начиная работу с ними, получают шок от своих клиентов уже в первую неделю работы. Корни этого шока лежат в недостаточном понимании старых людей, недооценке и потребностей, собственной значимости и потенциала. Причина другого стресса, который могут получить специалисты, кроется в недостатке умений и компетентности, необходимых в работе с этой возрастной группой. Можно назвать и иные проблемы – необходимость знания религии, этнических особенностей той культурной группы населения, которую они обслуживают, сексуальность старых людей (до недавнего времени было наложено табу на эту тему), личностные изменения в результате психических заболеваний. Главная опасность для тех, кто работает и живет рядом с пожилыми людьми, – потеря чувствительности к их индивидуальным потребностям, что часто приводит или наводит пожилого человека на суицидальное поведение. Необходимо отметить, что предотвращению самоубийства среди подростков уделяется намного больше внимания, чем среди пожилых людей, хотя есть такая статистика: третья часть из всего числа самоубийств приходится на пожилую возраст.

Проблема стереотипов тесно связана с тем, как в обществе называют пожилых людей, т.е. какими эпитетами их «награждают». В 1993 г. проводилось изучение ощущений пожилых людей в 12 европейских странах. Среди других полученных результатов интересным оказалось то, как они хотели бы называться «старшие граждане». Все термины, которыми их награждают, имеют негативную и негуманную окраску. В определении «старшие граждане» выражен более позитивный взгляд на положение пожилого человека в обществе.

Хотя на Востоке традиционно к пожилым и старым людям относятся с большим уважением, в последние годы общество начинает рассматривать их как тех, кто уже не может продолжать работать и становится «бременем» для семьи и общества (М, Тан, 1998). Следовательно, говоря о пожилых людях, нужно избегать таких терминов, которые умаляют или унижают их достоинство. Поэтому самым подходящим будет выражение, которое используется в США и которое хотели бы слышать в свой адрес люди многих стран мира: «старшие граждане». Этот термин подразумевает, что человек, по мере своего старения воспринимается как аккумулирующий знания, опыт, мудрость и как имеющий широкую социальную сеть личных и профессиональных связей.

Такие исследователи как Л. Брейтспраак, И.В. Зоткин [7] выделяют для специалистов три основные рекомендации для работы с пожилыми людьми:

- не позволять пожилым людям втягиваться в негативный имидж старения, помогать им понять, что источник их проблем лежит в ситуации, но не в них самих;
- требовать от пожилых брать ответственность за свою жизнь там, где это возможно;
- стимулировать деятельность пожилых людей, которая поддерживает ощущение интеграции и целостности жизни.

В целом, работа с пожилыми людьми в психологическом плане заключается в следующем:

- поддержание и повышение социальной активности и самооценки человека, побуждение к расширению социальных контактов;
- создание оптимальных условий для тренировки навыков по самообслуживанию и социальному функционированию с учетом возрастных изменений;
- стимуляция потенциальных психических возможностей и творческих способностей;
- проведение специальных упражнений и обучение навыкам, компенсирующим возрастные изменения.

Старые люди иногда становятся эйджистами по отношению к своей возрастной группе. Поэтому задача тех, кто с ними работает и живет - мягко, гибко, деликатно разрешать их собственное отношение к своему возрасту и к своей возрастной группе.

1. Словарь терминов по социальной геронтологии, 1999. - С. 137.
2. Брюгман. Г.М. Жизненные события и онтогенез эпистемического познания. //Процессы психического развития: в поисках новых подходов. – М., 1995. - С.132-144.
3. Ливехуд Б. Кризисы жизни – шансы жизни. – Калуга: Духовное познание, 1994. – 224 с.
4. Зеер Э.Ф.. Психология профессий. – Екатеринбург: УГППУ, 1997. – 244 с.
5. Моргун В.Ф., Ткачева Н.Ю. Проблема периодизации развития личности в психологии. – М.: МГУ, 1981. – 84 с.
6. Розова Т.Н. «Значимые события» как метод психологического консультирования пожилых людей. //Психология старости и старения, 2003. – С. 384-386.
7. Зоткин И.В. Физиологические изменения, связанные с нормальным старением, и работа с пожилыми людьми. //Психология старости и старения, 2003. - С.378-384.

Бұл мақалада қарт адамдардың қабылдауың психологиялық ерекшеліктерін қарастырылды. Өткізілген әдістемелердің нәтижесінде жұмыс істейтін зейнеткерлердің, үйлерінде балаша ортасында тұрып жатқан зейнеткерлер және қарттар үйінде тұратын зейнеткерлердің өзін-өзі бағалау деңгейінің айырмашылығы 15-20 % жетеді. Сонымен қатар зейнеткерлердің 80 % өзін-өзі бағалау деңгейі бұрынғы қызметіне, өмір жолының жетістіктеріне, лаузымына тәуелді.

Self-esteem of elderly people is considered. Defferencies in self-esteem up to 15-20% among different social groups are revealed. The importance of social support for this group of population is confirmed.

А.Х. Кукубаева

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ЭТНИЧНОСТИ

Феномен этничности на современном этапе развития науки трудно выразить посредством какой-то точной дефиниции. С одной стороны, это представление о наследуемой групповой солидарности, основанное на представлениях об общих происхождении, исторических судьбах, интересах и культуре. С другой стороны, такие представления вырабатываются реально существующими группами людей, народами, занимающими относительно обособленное положение в окружающей социальной среде. В контексте такого подхода этничность можно рассматривать как процесс взаимодействия этнических групп (Широкогоров С.М., Барт Ф., Бромлей Ю.В.). Другими словами, этничность можно определить как групповую идентичность, которая формируется как