РАЗДЕЛ X. ПСИХОЛОГИЯ

Лакеева О.С.

Особенности жизни людей пожилого возраста

*Самарский филиал Московского городского педагогического университета
(Россия, Самара)*

doi: 10.18411/sr-10-02-2018-31

idsp: 000001:sr-10-02-2018-31

Аннотация

Данная статья адресована проблеме высвобождения сотрудников пенсионного возраста из организации. Процесс психологического сопровождения при высвобождении данной категории сотрудников в отечественных организациях не всегда осуществляется в должной мере. В данной статье процесс высвобождения сотрудников пенсионного возраста рассматривается в контексте психологических особенностей жизни людей пенсионного возраста.

Ключевые слова: пенсия, пенсионеры, геронтология, старость, старение, депрессия, ипохондрия, эгоистическая стагнация.

По мере взросления человек в процессе своего становления, как личности, ведет целесообразную, сознательную деятельность, направленную на удовлетворение своих потребностей и потребностей общества в целом. По мере взросления, данная деятельность переходит в профессиональную и сопровождает человека всю жизнь. В науке данный процесс называют труд. При особых обстоятельствах - таких, как увольнение или высвобождение, когда человек прекращает свою трудовую деятельность, из его жизни выпадают важнейшие составляющие, которые являются функциями труда, а именно:

- труд выполняет функцию материального обеспечения жизни;
- труд в большинстве случаев идентифицируется с потенциалом того или иного сотрудника;
- с трудовой деятельностью связана возможность развития и самореализации сотрудника;
- труд имеет социальное измерение. В процессе трудовой деятельности устанавливаются социальные связи, формируется социальный статус человека. [4]

Более остро проблему труда в экономических условиях современной России ощущают на себе специалисты, которые выходят на пенсию – пенсионеры. В настоящий момент пенсионеры являются максимально незащищенной группой. Исходя из пенсионных реформ 2016-2017 годов, большинство из них испытывают на себе финансовые трудности и нестабильность. Вместе с тем пенсионер проживает еще один важный этап своей жизни: приближение к группе «пожилые», что означает изменение социального статуса, изменение возможностей, физиологические перемены и, конечно же, стресс от максимальной неизвестности, неопределенности и отсутствия уверенности в завтрашнем дне.

Пожилые люди являются отдельной демографической, социальной, медико-биологической группой, требующей отдельного и комплексного подхода к решению возникающих проблем, в том числе проблеме высвобождения из профессиональной деятельности. Прогрессирующее старение населения ставит перед обществом задачу обеспечить достойную жизнь людям преклонного возраста. Пожилые люди имеют право

на обеспечение своих потребностей в долговременном уходе и лечении, а также в удовлетворении своих социальных и духовных потребностей

В современной научной практике принято называть всех людей, достигших пенсионного возраста, пожилыми или старыми людьми, людьми позднего возраста, дополняя особенности описанием специфики той группы людей, о которой идет речь. [6] В процессе старения наблюдаются психические и психологические изменения, которые связаны с процессами инволюции в центральной нервной системе. Среди общих признаков старения наиболее общим свойством является «замедление», охватывающее как большинство сенсорных функций – зрение, слух, вкус, осязание – так и более сложных – психомоторики, восприятия нового, запоминания, всего поведения человека, включая способность к адаптации в меняющихся условиях. [5]

По мнению М.М. Бахтина, старость является одним из самых парадоксальных и противоречивых периодов жизни. Данный процесс связан с тем, что «последние вопросы бытия» встают перед человеком во весь рост, требуя разрешения неразрешимого. Пожилему необходимо совместить свои возможности в понимании мира, жизненный опыт с физической немощью и невозможностью активно воплотить в жизнь все понимаемое. [9]

Говоря об особенностях эмоциональной сферы в старости пожилого человека, необходимо отметить, что она зависит от успешности прохождения возрастного кризиса, степени решенности возрастных задач, бессознательно принимаемой стратегии старения. Согласно М. В. Ермолаевой существуют две основные стратегии эмоционального старения. Первая стратегия основывается на возможности дальнейшего личностного роста, вторая направлена непосредственно на биологическое выживание. Так как физиологические возможности и потребности медленно угасают, вторая стратегия не обеспечивает удовлетворенности жизнью и позитивного эмоционального фона. При осуществлении первой стратегии человек сохраняет возможность социального развития, а также самосовершенствования в идеальном, интеллектуальном и личностно-психологическом плане. Предполагается, что в этом случае у него сохраняется структура смыслов жизни, повышается степень субъективной удовлетворенности жизнью вне зависимости от объективных условий таких как здоровья, семейных обстоятельств. [3]

Ученые отмечают, что в старости преобладает отрицательный фон настроения. Из-за снижения силы и подвижности нервных процессов понижается интенсивность эмоций, наблюдается зависимость эмоционального состояния от типа соматического заболевания. Ученые выяснили, что типичным явлением для пожилых людей является депрессия. В большинстве случаев выделяют возрастно-ситуационную депрессию, которая характеризуется расстройством настроения без наличия нервно-психического заболевания, равномерное и стойкое, сильное понижение настроения, впервые возникшее в старости. Возрастно-ситуационная депрессия субъективно переживается как чувство пустоты, ненужности, неинтересности всего происходящего и негативности будущего, имеет место негативное восприятие молодости. [3]

Для пожилого человека данное состояние является обычным. В такой период отвергается помощь. Разные причины могут привести человека к переживанию состояния депрессии. В позднем возрасте данное состояние может спровоцировать ухудшение физического самочувствия, нарушения слуха, зрения, ослабление познавательной активности, возможные конфликтные ситуации в семье, утрату прежних позиций в обществе, смерть близких людей. По мнению психиатров и медицинских психологов, человек в период старения чаще всего реагирует на ситуационные стрессовые воздействия депрессией.

Психогенная депрессия чаще всего развивается на фоне заболеваний, свойственных людям пожилого и старческого возраста. Ей сопутствуют гипертонические кризы, обмороки, головокружения, приступы стенокардии, но эти соматические нарушения в основном носят преходящий характер. Чем старше человек, тем в большей степени становятся элементарными и однообразными проявления психогенной депрессии, приобретающие сходство с различными состояниями, обусловленными сосудистой патологией. Переживания, связанные с потерей родных и близких, протекают менее остро и более инертно. Так же депрессивному состоянию могут сопутствовать недоверчивость, ворчливость, скепсис, оппозиционное отношение к окружающей действительности.

Так же выделяют ипохондрические проявления у людей пожилого и старческого возраста. Данные состояния чаще всего проявляются в устойчивой фиксации на своем соматическом состоянии. [3] На эмоциональное состояние пожилого человека во многом влияет наличие психосоматических проблем. Большинство таких обусловлены переживаниями в течение жизни, некоторые появляются уже в пожилом возрасте, которому свойственно наличие большого количества стрессогенных ситуаций и событий. Часто в психосоматических заболеваниях проявляется неудовлетворенность человека прожитой жизнью.

По мнению Г.С. Абрамовой, эгоистическая стагнация в пожилом возрасте поражает мужчин и женщин, которые давно уже живут вне концепции жизни. Такие люди отказались от собственной экзистенции, от собственных проявлений духа. Они замкнулись на плоскости прошлого.

Эгоистическая стагнация является прерванной связью с настоящим временем, это отождествление собственных фантомов с любыми возможными проявлениями жизни. В таком случае, главным проявлением жизни становится собственная физическая боль. Эгоистическая стагнация обостряет в человеке его личностные качества. В такой период выявляются личностные качества- его любви к людям и жизни или отсутствия таковой [1]

Так же необходимо рассмотреть феномен скуки. Раскрывая феномен скуки, Тардье говорит о разнообразии содержания и форм его проявления. Причины, которые приводят к переживанию этого чувства он обозначил следующие: недостаток в разнообразии жизни; ограниченные способности; умственное и физическое истощение как следствие прожитых лет; сомнение в полезности своего дела; утрату смысла жизни; проблемы со здоровьем. [2]

Но в противовес пессимизму обыденных представлений о старости психологи выделяют следующие новообразования старческого возраста: чувство принадлежности к группе или группам; личностный комфорт во взаимодействии с людьми; чувство общности с другими людьми; вера в других, вера в хорошее ;мужество быть несовершенным; ощущение себя частью человечества.

Содержание самосознания пожилого человека также претерпевает изменения. К изменениям в соответствии со структурой самосознания относят следующее:

- существенно уменьшается число факторов, за счет которых можно было получать признание.
- включение самоощущение старости. Признание себя старым – сильнейший психологический фактор старения.;[7]
- происходит окончательное отторжение от своего имени, уменьшается количество ровесников, в основном у пожилого человека остается только семейно-ролевое имя «бабушка» или «дедушка»;
- пожилой человек делает акцент на правах в ущерб осознанию своих обязанностей, что Это приводит к перекладыванию ответственности на

других и принятию неконструктивной позиции, которая мешает мобилизовать свой организм и психику для дальнейшей успешной адаптации;

- в осознании временной перспективы происходит сильный сдвиг:

удлиняется прошлое и сокращается настоящее. Будущее воспринимается кратко или совсем отсутствует. Чем дальше располагается событие во временной перспективе, тем ярче оно окрашено эмоционально. Прошлое как бы присутствует в настоящем. [5]

Возвращаясь к процессу высвобождения сотрудников пенсионного возраста из организации на начальном этапе, отечественные ученые В. В. Болтенко и В. Д. Шапиро отмечают сохранение ценностных ориентиров и мотивации, которые присутствуют у более молодых людей. В. Д. Шапиро выделил следующие ценностные ориентации у пожилых людей: работа на производстве; полезность людям, обществу; общественная работа; сознание выполняемого долга; общение с людьми; семья, дети; внуки; уважение, авторитет, забота окружающих; материальное обеспечение; хорошее здоровье; активность, интересный досуг; покой, отдых; независимость от окружающих.

Людей, мужчин и женщин, пожилого возраста Г.С. Абрамова делит на следующие группы:

Группа «Очень хотят выйти на пенсию», чтобы заняться другим делом. Представители данной группы активно готовятся к этому, получают дополнительную специальность или просто осваивают новую, необходимую информацию. Пенсия воспринимается как начало новой жизни, когда можно заняться заветным делом.

Группа «Очень боятся выхода на пенсию». Представители данной группы всевозможными способами пытаются продлить время работы, чувствуют себя никому не нужными, если не могут заработать достаточное, с их точки зрения, количество денег.

Группа «равнодушных» не работает с полной отдачей. Выход на пенсию не приносит им существенных переживаний, связанных с необходимостью перераспределять жизненную энергию. Они продолжают свое существование, давно и привычно окрашенное всеми оттенками нелюбви к жизни.[1]

Ганс Селье, анализируя проблему труда и пенсии, заключает: «Многим старым людям, даже открыто объявляющих себя эгоистами, после выхода на пенсию неведомо чувство собственной ненужности. Работа нужна человеку для нормальной жизнедеятельности, как нужны воздух, пища, сон, общение»[2].

Опираясь на концепцию Харрисона, высвобождающийся сотрудник пребывает изначально в состоянии шока, после чего, мириться с данным состоянием, и пытается свыкнуться с новой социальной ролью пенсионера (безработного). Соответственно, необходимо отметить, что при процессе высвобождения из организации сотрудников пенсионного возраста, сами сотрудники сталкиваются с рядом важных и серьезных изменений в образе жизни, качестве жизни, физиологические изменения и вопросы ценностно-смысловых ориентиров выходят на главный план. Возникает состояние тревожности, нарушения сна, депрессивные проявления.

Исходя из вышесказанного, необходимо отметить, что стрессогенный фактор, такой как высвобождение персонала и его влияние на личность пенсионного возраста становится шире и глубже, так как при рассмотрении требует учитывать возрастные особенности сотрудника.

Значительные перемены в образе жизни человека весьма наглядны для его окружения. В ожидании предстоящего ухода на пенсию человеку свойственна некоторая раздвоенность, определенный разлад с самим собой. [4]

Поэтому процесс выхода на пенсию, а также нахождение человека в новой социальной роли являются в цивилизованных странах объектом достаточно пристального

внимания. Это внимание исходит как от государства, так и от организации, где человек трудился и вносил свой вклад в общее дело.

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учеб. пособие для студ. вузов. — 4-е изд., стереотип. — М.: Издательский центр «Академия», 1999. — 672 с.
2. Альперович, В. Д. Социальная геронтология / В. Д. Альперович. — Р-н/Д:Феникс, 1997. — 557 с
3. Ермолаева М.В. Методы психотерапии депрессии у пожилых людей. // Психология зрелости и старения. - М., 2002, № 2 (18), лето. - С.117-129
4. Кибанова А.Я., Управление персоналом организации. 4-е изд., доп. и перераб. - М.: 2010. — 695 с.
5. Краснова О. В., А. Г. Психология старости и старения: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений/ Сост. Лидере. -- М.: Издательский центр "Академия", 2003- 416 с.
6. Краснова О.В., Галасюк И.Н., Шинина Т.В. Психология личности пожилых людей и лиц с ограничениями здоровья: Учебное пособие для слушателей профессиональной переподготовки по специальности «Психологическая работа в учреждениях социальной сферы» / Под ред. О.В. Красновой. — М.: ДСЗН, 2010- 320 с.
7. Миннигалеева, Г. А. Социально-педагогическая работа с пожилыми людьми / Г. А. Миннигалеева: дисс.... канд. пед. наук. — М., 2004. — 310 с
8. Селье Г. Стресс без дистресса. -Пер. с англ. - М.: Прогресс, 1982. - 128 с.
9. Филатова С.А. Ф 51 Геронтология:учебник/ Филатова С.А., Без денежная Л.П., Андреева Л. С. —Изд.5 е, дополн. И пере раб. —Ростов н/Д:Феникс,2009. — 510 с.

Мирзоян Л.А., Прохорова Т.Н.

Адаптация выпускника юридического вуза к профессиональной деятельности как фактор его конкурентоспособности

*Астраханский государственный университет
(Россия, Астрахань)*

doi: 10.18411/sr-10-02-2018-32

idsp: 000001:sr-10-02-2018-32

Аннотация

В статье рассматривается проблема адаптации будущих юристов в связи с их конкурентоспособностью. При этом профессиональная адаптация понимается как приспособление, привыкание человека к требованиям профессии, принятие им производственно-технических и социальных норм поведения, важных для выполнения трудовых функций и к новым для него условиям труда. Выявляется механизм формирования конкурентоспособности и роли в нем процессов адаптации, как с точки зрения системы профессионального образования, так и работодателей.

Ключевые слова: профессиональная адаптация, конкурентоспособность, высшее образование, овладение специальностью, профессионализация, профессиональная деятельность.

Abstract

The article considers the problem of adaptation of future lawyers in connection with their competitiveness. Professional adaptation is understood as a device, the addictive person to the requirements of the profession, the adoption of technological and social norms of behavior that are important for the execution of labor duties to the new working conditions. Revealed the mechanism of formation of competitiveness and the role of the processes of adaptation, both from the point of view of the vocational education system and employers.

Key words: professional adaptation, competitiveness, higher education, mastery of the profession, professionalization, professional activity.