

УДК 159:922.63

Засекіна Л. В.

ТЕМПОРАЛЬНИЙ ПІДХІД ДО ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕНСІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ ОСОБИСТОСТІ У ПЕРІОД ГЕРОНТОГЕНЕЗИ

Темпоральний підхід до дослідження пенсійної зрілості особистості у період геронтогенези. У статті представлено результати дослідження пенсійної зрілості з позиції темпорального підходу. Запропоновано три стадії становлення пенсійної зрілості, кожна з яких супроводжується діагностичним і психокорекційним інструментарієм.

Ключові слова: темпоральний підхід, пенсійна зрілість, похилий вік, особистість, геронтогенеза.

Темпоральный подход к исследованию пенсионной зрелости личности в период геронтогенеза. В статье представлены результаты исследования пенсионной зрелости с позиции темпорального подхода. Предложено три стадии формирования пенсионной зрелости, каждая из которых сопровождается диагностическим и психокоррекционным инструментарием.

Ключевые слова: темпоральный подход, пенсионная зрелость, пожилой возраст, личность, геронтогенез.

Temporal approach to retirement maturity of the elderly. The results of retirement maturity from temporal approach are highlighted in the article. Three stages of retirement maturity are distinguished. Each of them is characterized by diagnostic and correctional instruments.

Key words: Temporal approach, retirement maturity, the elderly, personality, gerontogenesis.

Постановка проблеми. Проблеми пенсійної реформи, які час від часу постають у різних країнах світу, та зумовлені різними демографічними, економічними, соціальними тенденціями, на задній план відсувають психологічну природу пенсії, адаптованість та готовність особистості у період пізньої зрілості до заслуженого відпочинку, специфіку психічних станів і властивостей у перший період перебування на пенсії. Відносна новизна проблеми пенсії

у вимірі психології пояснюється тим, що власне поняття пенсії як один із проявів державної політики з’явилося у 1889. Саме у цей період канцлер Отто ван Бісмерк робить Німеччину першою країною із потужним соціальним захистом. Початковий пенсійний вік відповідав 70 рокам людини, а з 1916 року він зменшується до 65.

В Україні проблеми пенсійної реформи широко обговорювалися в політичних, економічних, соціальних колах. Водночас чітка позиція вчених, зокрема у галузі психології особистості, вікової та соціальної психології, як результат комплексних досліджень у царині геронтогенези, не знайшла відображення у науковій літературі. Таким чином, актуальність запропонованого дослідження визначається необхідністю визначення природи пенсії як життєвого періоду особистості, що може бути досягнуто шляхом психологічної концептуалізації поняття.

Аналіз останніх досліджень з проблеми. У вітчизняній психології проблема пенсійного віку та методологія його дослідження не є достатньо розробленою. Водночас дотичними до цієї проблеми є праці з результатами вивчення геронтогенези, специфіки старіння особистості, що знайшло відображення у працях Т.М. Титаренко, М.Л. Смультсон, Н.В. Чепелевої [3; 4; 5].

Серед радянських вчених найґрунтовніше дослідження життєвого циклу людини у розрізі онтогенетичної еволюції представлене у працях Б.Г. Ананьєва [1]. Особливу увагу вчений приділяє старості як одній з найбільших соціально-психологічних проблем, пов’язаної із “загальним” старінням населення. Слід зазначити, що початок ХХІ століття дедалі більше характеризується старінням населення, яке до середини ХХІ століття має досягти свого піку. Досвід стажування у лабораторії “Мозок, мовлення, мова” у Кембриджському університеті свідчить про те, що 70% досліджень присвячені психофізіологічним, нейропсихологічним і когнітивним проблемам старіння [2]. Адже однією із цілей зарубіжних геронтопсихологів є підвищення якості життя особистості в період старості.

Аналізуючи періодизацію Д.Б. Бромлея, Б.Г. Ананьєв описує цикл старіння: відсторонення від справ (65-70 років), власне старість (70 років і більше), хвороблива старість (близько 100 років) [1]. Н.В. Чепелева, услід за Е.Еріксоном, пропонує період старіння називати пізньою дорослістю, а також вводить поняття індексу пенсійної зрілості [5]. Індекс пенсійної зрілості враховує такі фак-

тори, як матеріальне становище людини (розмір пенсії, інші прибутки), місце проживання, плани щодо виходу на пенсію та можливих занять. Чим більший індекс пенсійної зрілості, тим краща адаптованість особистості до статусу пенсіонера.

М.Л. Смульсон встановлює екзистенційне наповнення наративів старості з двох основних позицій, по-перше, як автонаративи людей похилого віку, їхні оповіді про себе. а по-друге, як наративи про старість осіб різних вікових періодів [3]. Порівнюючи наративи цих видів, можна встановити відмінності у сприйнятті часу, у розумінні минулого, а також плануванні безпосереднього і віддаленого майбутнього.

Розгортання життєвого циклу особистості та здатність керувати часом свого життя є основою особистісної зрілості (за Т.М. Титаренко). При цьому необхідним є цілісний підхід до вивчення особистості, адже тільки у цьому випадку можна говорити про її “фіксований дебют і нефіксований фінал” людини [4].

Ґрунтовні дослідження пенсії як психологічного конструкту представлені у працях зарубіжних вчених: К. Шульца, М. Ванга, Г. Адамса, Б. Рау та ін. [6; 7; 8; 9] У дослідженнях зарубіжних вчених проблема пенсії розглядається як життєвий період особистості, як процес адаптації до нового способу життя, а також як процес прийняття рішення. На думку К. Шульца та М. Ванга [8], пенсія у психологічному вимірі повинна стати предметом досліджень психології праці. З цієї позиції пенсія – це остання стадія кар’єрного зростання, що повинна враховувати зміни у професійному житті, сімейні відносини, організаційну культуру й ідентичність, політичну ситуацію, а також професійні здібності фахівця, який знаходиться у передпенсійному віці.

Важливим у пенсії, за Г. Адамсом і Б. Рау, є планування цього періоду ще будучи на етапі активного професійного життя [6]. Вчені пропонують психологічні програми, спрямовані на розширення знань стосовно пенсії як державної політики і соціального захисту, а також формування вмінь підтримувати високу якість життя протягом пенсійного віку.

Д. Федмен і Т. Беєр пропонують дослідження пенсії крізь призму трифазової моделі прийняття рішень [7]. До основних фаз, представлених у моделі, належать передбачення майбутнього без професійної діяльності, рішення залишити поточну роботу задля пенсії, і реалізація цього рішення на практиці. Вчені також наво-

дять ситуації, коли прийняте рішення не здійснюється і особистість погоджується на тимчасову роботу, а також ситуації амбівалентності з виявом мотивації уникнення невдачі в реалізації рішення повного виходу на пенсію.

Цікавим є підхід до вивчення пенсії як процесу адаптації, що залежить від підтримки соціального оточення, зокрема сім'ї, а також фізичного і психічного здоров'я і матеріального забезпечення [8].

Незважаючи на зростання наукового інтересу до проблеми пенсії як психологічного конструкту, свідченням якого стала конференція з проблем психології пенсії, проведена у м. Вашингтоні (США) у серпні 2011 року, пенсія як життєвий етап особистості протягом геронтогенези, що залучає усі когнітивні, емоційні, мотиваційні ресурси людини, не отримала комплексного висвітлення у літературі. **Метою нашого дослідження** є психологічна концептуалізація поняття пенсійної зрілості, а також встановлення можливостей діагностичної і психокорекційної операціоналізації цього поняття на емпіричному рівні.

Виклад основного матеріалу дослідження. Продовжуючи думку Т.М. Титаренко стосовно особистісної зрілості людини, трактуємо пенсійну зрілість як рівень адекватного усвідомлення і реалізації власного потенціалу, що є достатнім для особистісного зростання людини протягом пенсійного періоду при відповідності внутрішніх індивідуальних можливостей зовнішнім запитам суспільства. Дотримуючись основної лінії досліджень періоду пізньої зрілості, яка полягає у специфіці сприйняття і керування життєвим часом, пропонуємо темпоральний підхід до вивчення пенсійної зрілості. Сутність цього підходу полягає у тому, що пенсія як психологічний конструкт розглядається як важливий життєвий період, який пов'язаний із конкретним пенсійним віком особистості відповідно до законодавчої норми. У більшості розвинених країн пенсійний вік збільшено до з 65 до 67 років, хоча середній вік виходу на пенсії так і залишається на рівні 60-65 років.

Таким чином, пенсійна зрілість як рівень використання власного потенціалу при завершенні професійної діяльності збігається з періодом пізньої зрілості особистості. Відтак до уваги не беруться ті професії, екстремальні умови яких значно скорочують вік виходу на пенсію, оскільки це стосується інших вікових періодів людини і завершується, як правило, повторним, працевлаштуванням. Пенсійна зрілість у нашому дослідженні є важливою характерис-

тикою геронтогенези людини. Перефразовуючи відомий вислів про те, що формат старості людина повинна заповнити довшою зрілістю, вважаємо необхідним заповнення цього формату пенсійною зрілістю зокрема.

Темпоральний підхід до дослідження пенсійної зрілості дає змогу розглянути останню як процес, що охоплює такі основні стадії: підготовчо-пенсійну (передпенсійну), власне пенсійну, адаптаційно-пенсійну. На передпенсійній стадії особистість усвідомлює наближення пенсійного періоду, вдається до обговорення цього життєвого відрізка з родиною, колегами, друзями. Протягом пенсійної стадії особистість переживає і проживає завершення професійної діяльності, приймає рішення щодо готовності до нового періоду життя. На пенсійній адаптаційній стадії відбувається прийняття пенсійного періоду, яке потребує конструювання нових форм діяльності і спілкування. Слід зазначити, що остання стадія часто супроводжується негативними емоційними станами: депресією, тривогою, страхом, соціальною фрустрованістю, самотністю і т.ін.

Використання темпорального підходу до вивчення пенсійної зрілості дає змогу, з одного боку, виявити особливості перебігу кожної стадії, а з іншого, зробити це індивідуально і диференційовано відповідно до особливостей кожного досліджуваного. Ґрунтовне дослідження кожної із запропонованої стадії уможливило виокремлення їхнього змістового наповнення (див. рис.1).

Як видно з рисунку, важливого значення набуває планування пенсійного періоду вже на підготовчій стадії. Саме підготовча стадія здійснює подальший успішний/неуспішний запуск наступних стадій. У зарубіжних дослідженнях вивчення готовності особистості до пенсії розпочинається у період 7-5 років до досягнення пенсійного віку [9]. Для визначення ступеня ефективності передпенсійної стадії ми використовуємо авторську анкету для діагностики когнітивної, емоційної і мотиваційної готовності особистості до пенсії. Анкета використовується у дослідженні осіб, яким залишилося 2 і менше років до досягнення пенсійного віку. Сумарний показник результатів анкетування свідчить про пенсійну зрілість особистості на підготовчій стадії. Когнітивний блок анкети представлений такими запитаннями: Чи знаєте Ви чим займаються люди пенсійного віку в інших країнах? Чи знаєте Ви законодавчу базу про пенсійну реформу України? Чи знаєте Ви необхідний перелік документів для призначення пенсії? Чи знаєте Ви, яким

чином нараховується сума для виплати пенсії? Чи знаєте ви про пільги, які надаються пенсіонерам?



Рис.1. Темпоральний підхід до вивчення пенсійної зрілості особистості

Для діагностики емоційного блоку пенсійної зрілості пропонуються такі запитання: Чи відчуваєте Ви підтримку з боку навколишніх у тяжких життєвих ситуаціях? Чи викликають у Вас позитивні емоції думки, пов'язані з виходом на пенсію? Чи відчуваєте задоволення від того, що після виходу на пенсію Ви зможете більше часу проводити з сім'єю та в колі близьких друзів? Чи приємна Вам думка про те, що після виходу на пенсію всі ваші домашні справи та плани будуть реалізовані? Чи відчуваєте радість від того, що після виходу на пенсію Ви зможете більше часу приділяти собі та покращенню вашого здоров'я?

Мотиваційний блок представлений такими запитаннями: Чи хочете Ви займатись улюбленими справами, хобі після виходу на

пенсію? Як Ви вважаєте, чи потрібний певний режим дня для людини, яка перебуває на пенсії? Чи бажаєте Ви, вийшовши на пенсію, більше подорожувати, проводити час в активному відпочинку? Чи хотіли б Ви, після виходу на пенсію, приділяти більше часу читанню релігійної літератури, відвідуванню храму? Чи хотіли б Ви переїмати обов'язки дітей, щоб звільнити їх від деяких навантажень?

Власне пенсійна стадія залежить від добровільності чи примусовості виходу на пенсію, відповідно до намірів особистості будувати новий період свого життя. Для діагностики пенсійної зрілості на цій стадії ми пропонуємо напівструктуровані інтерв'ю, які охоплюють такі основні пункти: Представлення себе (Хто Ви? Як себе почуваете?); сімейна історія (Опишіть, будь ласка, Вашу сім'ю, з ким Ви спілкуєтесь найбільше? Хто має найбільший вплив на Вас і на кого впливаєте Ви); автобіографія (Які найважливіші періоди у Вашому житті?); життєві кризи (Чи були у Вашому житті кризи, які значною мірою змінили Вас, Ваше оточення?); смисл життя (як смисл Вашого життя пов'язаний із Вашою щоденною активністю?). Аналіз результатів анкетування дає змогу визначити ступінь важкості прийняття рішення стосовно пенсійного періоду, готовність особистості почати новий життєвий цикл.

Для успішної реалізації останньої – адаптаційної стадії часто використовуються психокорекційні програми, спрямовані на розвиток адаптаційних механізмів до пенсійного періоду. Одним з ефективних засобів роботи з людьми похилого віку, які застосовуються у дослідженні Стасюк Т.М. під нашим керівництвом, є психолінгвістичні вправи “Завершіть речення”. Різновид цих вправ використовується у груповій роботі відповідно до актуального контексту і завдань групової сесії. Наприклад, самовідкриття “Важливою моєю особистісною рисою, яка Вас дуже здивує, є...”; усамітнення “Найважчою ситуацією відторгнення у моєму житті було...”; злість “Мене дуже дратує і злить, коли...”; емпатія “Мене дуже зворушує, коли хтось...”, спілкування “Людина, яка мені найбільше подобається у цій кімнаті...”.

Таким чином, результати теоретичного й емпіричного вивчення пенсійної зрілості особистості дають змогу дійти **висновків** про те, що проблема пенсії потребує ґрунтовної психологічної концептуалізації. Вивчення пенсії як психологічного конструкту дасть змогу зрозуміти сутність психологічної готовності до пенсії, а також забезпечити психологічний супровід для її формування.

Література:

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев – СПб. : Питер, 2001. – 282 с.
2. Засекіна Л. В., Засекін С. В. Психолінгвістична діагностика: Навчальний посібник / Л. В. Засекіна, С. В. Засекін. – Луцьк: РВВ “Вежа” Волинського національного університету імені Лесі Українки, 2008. – 188 с.
3. Смутьсон М. Л. Екзистенційне наповнення наративу старості // Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика / За ред. Н. В. Чепелевою. – К. : Міленіум, 2005. – Т. 2. – Вип. 3. – С. 106 -120.
4. Титаренко Т. М. Технології формування життєвих домагань як способу керівництва часом життя / Т. М. Титаренко // Життєві домагання особистості. – К. : Педагогічна думка, 2007. – С. 304-329.
5. Чепелева Н.В. Проблемы психологической герменевтики. – К.: Изд-во Нац. пед. ун-та им. Н.П. Драгоманова, 2009. – 382 с.
6. Adams, G., Rau, B.L. Putting off Tomorrow To Do What You Want Today: Planning for Retirement // American Psychologist: Journal of American psychological Association. – Vol. 66. – № 3. – 2011. – P. 180-192.
7. Feldman, D.C., BeeHr, T.A. A Tree-Phase Model of Retirement Decision Making // American Psychologist: Journal of American psychological Association. – Vol. 66. – № 3. – 2011. – P. 193-204.
8. Shultz, K., Wang, M. Psychological perspectives on the changing nature of retirement // American Psychologist: Journal of American psychological Association. – Vol. 66. – № 3. – 2011. – P. 170-179.
9. Wang, M., Henkens K., Solinge H. van Retirement Adjustment: A Review of Theoretical and Empirical Advancement // American Psychologist: Journal of American psychological Association. – Vol. 66. – № 3. – 2011. – P. 204-214.