

УДК 159.9.07

СТРАХИ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ ГОРОДА И СЕЛА

© Л.С. Акопян

Поволжская государственная социально-гуманитарная академия
(Россия, Самара)

THE ELDERLY'S FEARS IN THE URBAN AND RURAL COMMUNITIES

© L.S. Akopyan

Samara State Academy of Social Sciences and Humanities
(Russia, Samara)

В статье рассматривается переживание эмоций, в частности, страхов, людей пожилого возраста в зависимости от территориальной специфики и соответствующего образа жизни, а также типичные стратегии саморегуляции эмоциональных состояний людей пожилого возраста.

The paper deals with experience of emotions, particularly with fears of the elderly based on the territorial specificities and corresponding lifestyle, as well as typical strategies of emotional state self-regulation.

Ключевые слова: пенсионный возраст; пожилые люди; качество жизни; эмоциональное состояние; страхи; территориальная специфика.

Keywords: retirement age; the elderly; quality of life; emotional state; fears; territorial specificity.

Развитие современной психологии вызвало к жизни, в частности, понимание недостаточности одномерных и даже системных описаний сложных объектов. Эмоциональная сфера, несомненно, относится к сложным, весьма динамичным объектам, поэтому для исследования необходимо конструирование соответствующих измерений, включающих такие параметры, как качество (модальность) эмоций и их многообразие (количество), интенсивность и частота проявлений, «локализация» в физическом, социальном и духовном (ценностно-нравственном) «пространствах», используемые копинг-технологии (регуляционные возможности) и др. Данный подход к анализу эмоциональных состояний означает признание того, что:

- различные ситуации проявления эмоциональных состояний обуславливают специфику качественной и количественной, частотной и интенсивностной определенности психического объекта;

- ситуации проявления эмоциональных состояний (территориальные, социальные, культурные, профессиональные и т.д.) множественны;

- каждая отдельная характеристика эмоционального состояния имеет собственную образную и знаковую репрезентацию

и подчиняется принципу субъективной непротиворечивости.

Исторически первая модель эмоциональной многомерности связана с размерностным подходом, который предполагает построение эмоционального пространства определенной размерности, выстраиваемое из одного, двух, трех и более измерений, основанных на качественно однородных, биологически ассоциированных характеристиках (атрибутах) эмоций. По мнению В. Вундта, многообразие эмоций образуется тремя двухполюсными характеристиками: удовольствие – неудовольствие, возбуждение – успокоение, напряжение – разрешение; у Р.С. Вудвортса и Г.С. Шлосберга – двумя двухполюсными характеристиками: удовольствие – неудовольствие и отталкивание (пренебрежение) – притяжение (внимание). Указанный вид многомерности не получил в психологии эмоций дальнейшего развития и широкого распространения, что, по-видимому, связано с неразработанностью соответствующего математического аппарата, исключая современные психосемантические методы [8]. Другим недостатком размерностного подхода является оценка эмоций в узком качественном спектре, так как все многообразие эмоциональных состояний определяется количествен-

ными соотношениями небольшого числа фиксированных измерений (удовольствие – неудовольствие), что не позволяет представить картину эмоциональных состояний во всей их полноте.

Следующая, условно названная нами *модально-базисной*, многомерность основывается на стремлении исследователей выделить «первичные», базовые эмоции, от которых образуются дальнейшие сочетания и разновидности эмоций. Б. Спиноза выделял три первичные эмоции: радость, печаль и желание, считая, что остальные аффекты берут свое начало от этих трех [9]; Р. Декарт отмечал шесть основных страстей: удивление, любовь, ненависть, желание, радость и печаль, рассматривая их как важнейшую составную часть человеческого опыта. П. Экман, основываясь на изучении лицевой экспрессии, выделяет шесть базовых эмоций: гнев, страх, отвращение, удивление, печаль и радость; в работах А.Т. Злобина рассматриваются три пары базовых эмоций, состоящих из бимодальных характеристик: радость – грусть, страх – бесстрашие, гнев – стыд, на основе которых конструируются тридцать шесть сочетаний других эмоций. Р. Плутчик выделяет восемь таких эмоций, деля их на четыре пары. У К. Изарда находим десять эмоций, названных фундаментальными. Данный подход легко операционализируется; различные варианты шкал дифференциальных (фундаментальных) эмоций получили широкое практическое применение. Однако количество и состав базисных эмоций могут изменяться в зависимости от исторического, биографического (возраст) времени и иных факторов.

Комплексная многомерность обнаруживается нами в работах С. Томкинса и К. Изарда, определяющих эмоцию как сложный процесс, объединяющий разнокачественные составляющие: нейрофизиологические, экспрессивные, то есть внешне выраженные эмоциональные состояния, а также субъективные переживания.

Разработанный нами многомерный комплекс включает следующие измерения: качество (модальность) эмоции; частота переживания эмоции; интенсивность эмоции; пространство (место) возникновения и протекания эмоции; время (прошлое, настоящее, будущее); проекция

эмоции на микро- и макросоциальное окружение; ценностная и нравственная установка в субъективной оценке переживаемого эмоционального состояния, саморегуляционные возможности в социально приемлемом оформлении негативных и позитивных эмоциональных состояний.

В сегодняшней России происходят значительные изменения, затрагивающие экономическую, социальную, общественно-политическую, культурно-правовую сферы. Это находит отражение в качестве жизни и психологическом благополучии пожилого человека. Сложность, насыщенность и динамичность современной жизни сказываются на пожилom человеке в многообразных эмоциональных проявлениях, которые нередко приводят к ухудшению общения не только с незнакомыми, но и с близкими людьми. В этом возрасте происходят также существенные изменения в трудовой деятельности и физическом здоровье. В России пенсионный возраст наступает для женщин в 55 лет, для мужчин – в 60 лет.

Все это ставит пожилых людей перед довольно сложной задачей: как выжить в новых условиях, реализоваться, найти свое место в изменяющемся обществе. Многие из них начинают испытывать страх ненужности, заброшенности после выхода на пенсию. Наше исследование выявило, что еще за несколько лет до предполагаемой пенсии у потенциальных пенсионеров повышается тревожность, связанная с тем, что пенсионное пособие в России не обеспечивает основных жизненных потребностей. Неумение найти себя в посттрудовом жизненном пространстве, неспособность перестроить свое поведение и адаптироваться к изменившимся условиям жизни приводят пожилых людей к сильнейшему стрессу, высокому уровню тревожности, большому количеству страхов, что значительно ухудшает качество жизни. Геронтологи обращают серьезное внимание на страхи людей при переходе на пенсию. Даже для тех, кто уходит на пенсию с желанием, внезапное изменение образа жизни все же может привести к негативным последствиям, если пенсионер не сумеет «вписаться» в новую для него реальность, найти свою нишу в новых социальных

условиях, которые существенно различаются в городе и в селе.

Недостаточная разработанность проблемы страха и тревожности пожилых людей, проживающих в городе и селе, обусловила направленность нашей работы. Исследование проводилось в г. Самаре и сельских районах Самарской области. Возраст респондентов от 60 до 70 лет, их количество – 130 человек.

В качестве измерительного инструментария использовалась анкета по выявлению страхов у людей пожилого возраста (модификация структурного опросника Л.С. Акопян [1], адаптированная для людей пожилого возраста). Анкета состоит из открытых и закрытых вопросов, которые позволяют получить информацию не только количественного, но и качественного характера. Обработка полученных данных показала следующие результаты.

Люди пожилого возраста города и села имеют практически одинаковые показатели в обозначении переживаемого ими страха смерти (5%); страха заболеть (36%). Вместе с тем имеются некоторые различия в переживании страха смерти близких, а также страха причинения ущерба вследствие войн, природных катаклизмов, воровства, обмана. Особо можно выделить страхи стать ненужным, стать обузой, страх позора. В сравнительном плане пенсионеры села отмечают страх смерти близких им людей значительно реже городских пенсионеров (12% и 36% соответственно), страх причинения ущерба (15% и 43% соответственно).

По частоте переживаемых страхов пенсионеры села указывают страх смерти (12%), медицинские страхи: «заболеть, болезнь детей и т.д.» (26%). Пенсионеры города отмечают страх причинения ущерба («нападение», «обворуют», «аварии и попасть под машину» – 25%) и страх смерти близких людей (28%).

Во временном измерении (прошлое, настоящее, будущее) люди пожилого возраста города и села в равном соотношении указывают на страх причинения физического ущерба, но имеются различия в атрибуции страхов прошлой жизни: («не успеть что-то сделать», «одиночества»): у пенсионеров села – 20%, у пенсионеров города этот страх выражен сильнее – 66%.

В настоящем времени у лиц пожилого возраста по всей выборке выявлены следующие страхи: страх смерти – 14%; «одиночества» – 28%; страх причинения физического ущерба: «воровства, жульничества, грабежа», «хулиганства», «нападения» и т.д. – 8%; медицинские страхи: пенсионеры села – 20%, пенсионеры города отмечают данный страх значительно чаще – 46%.

Люди пожилого возраста, проживающие в городе и селе с равной частотой называют самым безопасным для себя местом дом («дома, когда семья вся в сборе»; «дома, когда не включаю телевизора, не читаю СМИ») и церковь («схожу в церковь, поставлю свечку и так спокойно»; «услышу колокола в церкви, и страхи исчезают»). Самым опасным местом для пожилых людей города и села является улица («страшно мне на улице в темное время суток», «на улице люди стали безразличны к человеку», «ведь что случится, никто не подойдет»).

В обозначении способов преодоления страхов, используемых людьми пожилого возраста города и села, можно отметить общее: молитва: «помолюсь вечером, и хорошо на душе», «молитва – это самое лучшее спасение от страхов» и т.д. (25%); поездка на дачу: «на даче хорошо, спокойно», «покопаю на даче и не замечаю, как день прошел» и т.д. (6%), некоторые пенсионеры отмечают занятия спортом: «каждое утро делаю зарядку»; «пробегу пару кружков и в теле хорошо, и в душе» и т.д. (5%). Выявлены различия у людей пожилого возраста города и села в использовании таких способов преодоления страха, как общение («посидим со старушками, посплетничаем, новости друг другу расскажем» и т.д.) и самоуспокаивание («отгоняю мысли плохие от себя», «стараюсь не думать о плохом» и т.д.): пенсионеры города чаще используют общение – 62% и самоуспокаивание – 34%, пенсионеры села значительно реже прибегают к таким способам преодоления страха: общение – 18%, самоуспокаивание – 15%.

Таким образом, можно заключить, что переживаемые лицами пожилого возраста (60–70 лет) страхи имеют определенную специфику, связанную с местом постоянного проживания (город или село).

Различия обусловлены, очевидно, условиями и образом жизни, определяющими большую физическую активность, разнообразие внешних (природных) объектов, коммуникативную мотивацию и эмоциональность жителей села в сравнении с жителями города. В самооценке количества и частоты переживаемых страхов пожилые горожане превосходят сельских. В пространственном отношении (территория, место) наиболее благоприятными и для горожан, и для сельчан являются домашние условия. Из прошлой жизни тех и других память сохраняет главным образом страхи молодости; в будущем городские и сельские жители прогнозируют страхи быть больными, ненужными, а также стать обузой для своих детей, и в этом случае страх смерти уступает место этим страхам.

Вопрос о том, какой будет для того или иного человека приближающаяся старость, зависит от активной или пассивной жизненной позиции пожилого человека. Известный российский психолог Б.Г. Ананьев считает, что во многих случаях те или другие формы человеческого существования прекращаются еще при жизни человека как индивида. Другими словами, их «умирание» наступает раньше, чем физическое одряхление от старости. Такое состояние имеет место тогда, когда человек сам развивается в направлении растущей социальной изоляции, постепенно отказываясь от многих функций и ролей в обществе, используя свое право на социальное обеспечение [2].

Литература

1. *Акопян Л.С.* Эмоциональные состояния, их регуляция и саморегуляция у детей. Самара : ПГСГА, 2011.
2. *Ананьев Б.Г.* Человек как предмет познания. СПб. : Питер, 2001.
3. *Вундт В.* Психология душевных волнений // Психология эмоций : тексты / под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М. : Московский ун-т, 1984. С. 47–63.
4. *Декарт Р.* Страсти души // Избранные произведения. М. : Политиздат, 1950. С. 593–700.
5. *Злобин А.Т.* К классификации эмоций // Вопросы психологии. 1991. № 4. С. 96–99.
6. *Изард К.* Психология эмоций. СПб. : Питер, 1999.
7. *Петренко В.Ф.* Основы психосемантики. СПб. : Питер, 2005.
8. *Рейковский Я.* Экспериментальная психология эмоций. М. : Прогресс, 1979. С. 136–137.
9. *Спиноза Б.* О происхождении и природе аффектов // Психология эмоций : тексты / под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М. : Московский ун-т, 1984. С. 29–48.
10. *Экман П.* Психология лжи. СПб. : Питер, 1999.
11. *Plutchik R.* Emotion. New York : Harper and Row, 1980.

Сведения об авторе

Любовь Суреновна Акопян, доктор психологических наук, профессор кафедры возрастной и педагогической психологии Поволжской государственной социально-гуманитарной академии.

E-mail: akolubov@mail.ru.

Почтовый адрес: 443099, Самара, ул. М. Горького, 61/63.

Телефон: (846) 333-27-27.