

## ПСИХОЛОГІЯ МІЖОСОБИСТІСНОГО СПІЛКУВАННЯ ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ

*Коваленко Олена Григорівна, доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка*

**Ключові слова:** особистість похилого віку, спілкування, міжособистісне спілкування, закономірності міжособистісного спілкування, смисл життя, емоційні стани особистості, емпатійність, атрактивність, комунікативна рефлексія, взаєморозуміння, співробітництво.

### РЕФЕРАТ

У наукових працях претендента здійснене теоретично-концептуальне обґрунтування й емпіричне вивчення структури, механізмів, чинників, функцій, закономірностей та шляхів розвитку міжособистісного спілкування осіб похилого віку. Запропоновано авторський особистісно-комунікативний підхід до вивчення проблеми міжособистісного спілкування осіб похилого віку та з'ясовано його принципи. Розкрито психологічний зміст міжособистісного спілкування осіб похилого віку. Визначено структуру цього спілкування (емоційну, пізнавальну й поведінкову її складові), його функції (інформаційно-комунікативна, регуляційно-комунікативна, афективно-комунікативна), механізми (емпатія, симпатія, рефлексія, взаєморозуміння, децентрація, ідентифікація, конструктивність взаємодії), чинники (зовнішні і внутрішні) та розроблено модель такого спілкування. Обґрунтовано критерії, визначено рівні (високий, вищий від середнього, нижчий від середнього, низький), показники міжособистісного спілкування у пізньому віці.

Доведено взаємозв'язок між підсистемами психіки особистості похилого віку із структурними складовими її міжособистісного спілкування. Виявлено динаміку міжособистісного спілкування осіб похилого віку залежно від їхньої здатності коригувати смисл життя та регулювати власні емоційні стани та переживання. Емпірично встановлено специфіку впливу соціально-психологічних чинників на конструктивність міжособистісного спілкування у літньому віці. Визначено закономірності міжособистісного спілкування осіб похилого віку.

Розроблено, апробовано та доведено ефективність психологічної програми оптимізації міжособистісного спілкування осіб похилого віку.

Запропоновано психологічні рекомендації фахівцям, особам похилого віку та їхнім родинам з удосконалення ефективності міжособистісного спілкування літніх людей.

Результати науково-дослідної роботи з даної проблеми опубліковані автором у 61 науковій праці, у тому числі 1 монографії, 1 навчальному посібнику (у співавторстві), 59 статтях (з них 24 статті – у центральних та фахових наукових виданнях України, 6 – у закордонних фахових виданнях, 14 – в інших виданнях, 5 – у матеріалах закордонних наукових конференцій, 10 – у матеріалах наукових конференцій, опублікованих в Україні; 9 статей із 59 – у виданнях, що індексуються в науково-метричних базах даних Google Scholar, Copernicus, SJIF Scientific Journal, Ulrichs Web Global Serials Directory та ін.) та 2 навчальних програмах. Крім вищезгаданих, автор має 35 наукових публікацій з інших проблем. Згідно бази даних Google Scholar загальна кількість посилань – складає 50, h-індекс – 5. Автор має 1 свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір (монографію), в якому відображено результати науково-дослідної роботи з даної проблеми.

Результати науково-дослідної роботи з даної теми впроваджено в організацію процесу обслуговування відвідувачів різних територіальних центрів соціального обслуговування (надання соціальних послуг), зокрема Полтавського, Ленінського, Хорольського районів Полтавської області, Голосіївського району міста Києва, а також в освітній процес вищих навчальних закладів, зокрема, Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка, Херсонського державного університету, Мукачівського державного університету, Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка, Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка, Житомирського державного університету імені Івана Франка.

### **АКТУАЛЬНІСТЬ**

Динамічні перетворення сучасного суспільства визначають якість життя громадян держави. Найбільше вони відображаються на окремих соціальних спільнотах, на людях, які мають особливі потреби, зокрема на людях похилого, літнього віку. Цей вік – третя, заключна епоха життя, котра неоднозначно оцінюється науковцями і суспільством. Епоха втрат, проблем, хвороб, але це й

епоха цілісного функціонування особистості, адже з'являються нові функції, механізми, можливості, які забезпечують пристосування людини до нової ситуації. У нашій державі люди похилого віку, чиє дитинство припало на відновлення країни після Другої світової війни, молодість – на час застою, зрілість – на розпад СРСР і економічне зубожіння, пізня зрілість – на час неоголошеної війни із сусідньою державою нині потребують особливої уваги. Їм довелося відчувати вплив кризових явищ у суспільстві, зміни в найближчому соціальному оточенні, у професійному статусі та збільшення кількості захворювань і всіляких негараздів. Постає необхідність покращення їхньої життєдіяльності, особливо у зв'язку із загостренням демографічної ситуації в країні – відбувається різке зростання відсотка літніх людей у суспільстві, вони утворюють досить велику спільноту, а тому зазначена проблема набуває не лише соціального, а й державного значення.

Тривалий час у вітчизняних наукових роботах, що присвячені вивченню старості, увага акцентувалася на біологічних і соціальних аспектах. Психологічні особливості осіб похилого віку досліджувалися мало. Поза увагою дослідників залишалися актуальні аспекти спілкування літніх осіб, особливо міжособистісного. Досить гостро в цьому віці постають такі проблеми, як: самотність через смерть чоловіка (дружини), близьких друзів або через зменшення кількості контактів з дітьми та онуками; виникнення бар'єрів у стосунках із представниками молодших поколінь; гіперспілкування в умовах будинку-інтернату; необхідність пристосування до чоловіка або дружини у випадку укладення нового шлюбу; нерезультативність наставницької діяльності (адже молодше покоління не завжди прислухається до старшого); наявність перешкод у налагодженні взаємодії у спільнотах для представників похилого віку (через недостатню поширеність таких спільнот у нашому суспільстві); оптимізація міжособистісного спілкування осіб похилого віку.

Отже, проблематика міжособистісного спілкування в похилому віці недостатньо розроблялася в контексті психології.

## **ОСНОВНІ РЕЗУЛЬТАТИ**

**Мета наукової роботи** полягала в розробленні й упровадженні соціально-психологічних засобів оптимізації міжособистісного спілкування

осіб похилого віку на теоретично-концептуального обґрунтування та емпіричного вивчення його структури, механізмів і закономірностей.

**Наукова новизна одержаних результатів.** У науковій роботі обґрунтована та комплексно вирішена актуальна науково-прикладна проблема особливостей (закономірностей, структури, функцій, психологічних механізмів, чинників) міжособистісного спілкування осіб похилого віку та психологічних засобів його оптимізації.

При цьому отримано такі нові наукові результати:

1. Уперше узагальнено і систематизовано наукові положення вітчизняних і зарубіжних учених щодо розвитку міжособистісного спілкування осіб похилого віку. Підтверджено, що воно є значущою детермінантою повноцінного життя в цьому віці; по-різному впливає на темпи старіння людини, стан здоров'я, якість життя й пошук його смислу, визначає її емоційні стани; від нього залежить результативність діяльності, морально-духовне зростання. На динаміку міжособистісного спілкування літньої людини суттєво впливають взаємини в родині, переїзд до будинків-інтернатів і перебування в них, наявність певних потреб, здібностей, особливостей, зокрема, потреби у спілкуванні, комунікативних і організаторських здібностей тощо. У похилому віці актуалізуються проблеми самотності.

2. Уперше обґрунтовано концептуальну парадигму та особистісно-комунікативний підхід до міжособистісного спілкування людей цього віку, відповідно до якого особистість є суб'єктом міжособистісного спілкування та свідомої діяльності, котрий становить систему різних взаємопов'язаних психічних процесів і властивостей. Така система є динамічною і водночас стійкою, що дозволяє їй саморегулюватися й самовдосконалюватися. Складовими психіки особистості в похилому віці є взаємозв'язок трьох її основних підсистем – когнітивної, регулятивної й комунікативної. У першій підсистемі в цьому віці значення набуває коригування смислу життя, у другій – регулювання емоційних станів й переживань, у третій – міжособистісне спілкування. Останнє є визначальним у розвитку окремих психічних процесів і властивостей особистості в похилому віці: адже саме таке спілкування дозволяє літнім особам коригувати смисл життя та регулювати власні емоційні стани й переживання.

3. Уперше визначено сутність поняття «міжособистісне спілкування осіб похилого віку» як процесу формування емоційних взаємин особистості похилого віку з окремими суб'єктами, котрі її оточують, що передбачає емоційне ставлення один до одного, взаємне соціальне пізнання, певний спосіб поведінки один з одним. Обґрунтовано принципи розуміння такого спілкування (урахування варіативності, забезпечення свободи волевиявлення особистості у процесі дослідження міжособистісного спілкування), його структуру (емоційна, пізнавальна і поведінкова складові), функції (інформаційно-комунікативна, регуляційно-комунікативна, афективно-комунікативна), механізми (емпатія, симпатія, рефлексія, взаєморозуміння, децентрація, ідентифікація, конструктивність взаємодії), чинники (зовнішні і внутрішні).

4. Уперше розроблено модель міжособистісного спілкування осіб похилого віку, основу якої складають три підсистеми психіки особистості похилого віку. Складовими моделі також є структура, механізми, чинники, функції міжособистісного спілкування осіб похилого віку.

5. Уперше обґрунтовано критерії (емпатійність у процесі спілкування, атрактивність у міжособистісних контактах, комунікативна рефлексія, взаєморозуміння в контактах, співробітництво в міжособистісних взаємодіях), визначено рівні (високий, вищий від середнього, нижчий від середнього, низький), показники міжособистісного спілкування у пізньому віці.

6. Уперше виявлено, що в осіб похилого віку переважають низький і нижчий від середнього рівні розвитку емоційного (відповідно, 31,71% і 52,68%), пізнавального (відповідно, 29,81% і 32,21%) і поведінкового (відповідно, 8,65% і 55,77%) компонентів міжособистісного спілкування; найнижчі показники стосуються провідного, емоційного компоненту. Вони відображають виникнення труднощів в адекватному сприйнятті інших людей, ригідність у перебігу позитивних емоцій; проблеми в оцінюванні й аналізі комунікативної ситуації й особистісних якостей; схильність до непродуктивного, напруженого спілкування, відчуження від оточення. Значно менше в похилому віці осіб, котрі мають позитивні показники ставлення до інших, у кого наявне вміння націлювати себе на контакти з ними; розвинута здатність адекватно оцінювати комунікативну ситуацію та особистісні якості; хто виявляє прагнення співпрацювати, ураховувати інтереси один одного.

Переважання нижчих рівнів розвитку міжособистісного спілкування літніх людей пов'язане з деформацією їхньої здатності виявляти позитивні емоції (що зумовлене зосередженням на власній особі, послабленням процесів вольової сфери), зі зниженням критичності мислення, з неприйняттям себе як повноцінного суб'єкта життєдіяльності, із зацикленістю на негативних проявах власної особистості, із послабленням внутрішнього локусу контролю.

7. Уперше отримані системні дані про недостатню здатність літніх осіб до коригування смислу життя, виникнення в них труднощів у регулюванні емоційних станів і переживань. Це може бути пов'язано з їхньою надмірною зосередженістю лише на вузькому соціальному просторі, з відсутністю прагнення змінити своє життя, з негативним ставленням до різноманітних змін, що супроводжують похилий вік.

8. Уперше доведено, що особливості міжособистісного спілкування людини похилого віку взаємозалежні з її здатністю коригувати смисл життя і регулювати емоційні стани. Підтверджено вплив соціально-психологічних чинників (віку, статі, задоволеності здоров'ям, умов та місця проживання тощо) на конструктивність міжособистісного спілкування у літньому віці. На основі узагальнення емпіричних даних встановлено закономірності міжособистісного спілкування осіб похилого віку: існує зв'язок між здатністю до узгодженого міжособистісного спілкування осіб похилого віку та їхньою здатністю до коригування смислу життя і регулювання власних емоційних станів; нормативна здатність осіб похилого віку до такого спілкування розвивається у взаємозв'язку з позитивним самостваленням, з готовністю людини змінювати себе і своє життя, з осмисленістю життя та задоволеністю ним; чим більш адаптивні й адекватні соціальні та психофізіологічні особливості життєдіяльності людей похилого віку, тим більше вони впливають на розвиток їх нормативної здатності до міжособистісного спілкування; прояви вікових та статевих властивостей літньої людини актуалізують відповідно самотності, емпатійність, атрактивність та схильність до різних стилів спілкування.

9. Уперше обгрунтовано, апробовано та доведено ефективність психологічної програми оптимізації і розвитку міжособистісного спілкування літніх людей.

Автором також поглиблено та уточнено поняття міжособистісного спілкування у похилому віці, його значення в розвитку особистості цього віку; змістову наповненість складових міжособистісного спілкування літніх людей; положення вікової психології щодо розвитку особистості в похилому віці; уявлення про систему психіки особистості в цьому віці. У роботах автора подальшого розвитку набули: погляди щодо методології дослідження особливостей міжособистісного спілкування осіб похилого віку та психологічні знання про загальні його закономірності; методи психодіагностики особливостей розвитку міжособистісного спілкування осіб похилого віку; знання про шляхи його вдосконалення в цьому віці.

**Практична значущість отриманих результатів** полягає в тому, що автором підібраний, стандартизований та апробований комплекс психодіагностичних методик для дослідження психологічних особливостей осіб похилого віку. Визначено статистичні норми для похилого віку за методикою особистісного диференціалу (за В. Б. Шапарь), тестом смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. О. Леонтьєва, методикою вияву комунікативних і організаторських схильностей В. В. Синявського і Б. О. Федоришина, методикою визначення потреби у спілкуванні (Ю. М. Орлов, В. І. Шкуркін, Л. П. Орлова), методикою вияву суб'єктивного відчуття самотності Д. Рассела, М. Фергюсона, методикою діагностики рівня емпатійних здібностей В. В. Бойка, методикою суб'єктивної оцінки міжособистісних стосунків (СОМО) С. В. Духновського. Значення цього підкріплюється тим, що в сучасній вітчизняній психології бракує методик для діагностики осіб віку пізньої дорослості.

Автором розроблено розвивально-корекційну програму, що може бути використана в системі роботи з літніми людьми. Так, створено програму соціально-психологічного тренінгу для ознайомлення осіб похилого віку з особливостями міжособистісного спілкування, його чинниками, засобами, компонентами і розвитку в них умінь і навичок застосування отриманих знань у процесі міжособистісного спілкування. Це сприяє розвитку здатності до адекватного і повного розуміння себе та інших осіб, корекції і розвитку системи взаємин особистості. Після здійсненого контрольного діагностичного дослідження підтверджена ефективність розробленої програми.

Автором розроблено програму курсу лекцій «Психологія пізньої дорослості» для ознайомлення соціальних робітників і інших осіб, чия професійна діяльність пов'язана із наданням різноманітних послуг людям віку пізньої дорослості з психологічними особливостями осіб цього віку. Ця програма особливо є необхідною урахувавши те, що такі робітники не мають необхідної психологічної підготовки і помічаючи у процесі діяльності різні особливості осіб похилого віку, не завжди можуть їх зрозуміти.

Автором за результатами дослідження укладено програми навчальних дисциплін «Геронтопсихологія» і «Соціальна психологія старості» для студентів психологічних спеціальностей.

За результатами впровадженої програми оптимізації міжособистісного спілкування осіб похилого віку розроблено методичні рекомендації психологам та тим, хто професійно взаємодіє з особами похилого віку (соціальним робітникам, медичним працівникам, реабілітологам), психологічні рекомендації окремо особам похилого віку, а також членам їхніх родин. У рекомендаціях психологам наголошується на тих методичних аспектах проведення тренінгових занять з літніми особами, котрі необхідно враховувати в подальшому, а також на методичних засобах і прийомах ознайомлення соціальних робітників із психологією пізньої дорослості. Укладені методичні рекомендації для соціальних і медичних працівників, реабілітологів, а також психологічні рекомендації для членів родини літніх людей мають на меті полегшення процесу їх спілкування з підопічними та рідними. Психологічні рекомендації для осіб похилого віку спрямовані на підтримання їхнього позитивного емоційного стану, акцентування їхньої уваги на активній життєдіяльності та взаємодії з оточенням.

## **ВИСНОВКИ**

1. Узагальнено і систематизовано наукові положення вітчизняних і зарубіжних учених щодо розвитку міжособистісного спілкування осіб похилого віку. Доведено, що воно є провідною діяльністю особистості похилого віку, впливає на стан здоров'я, якість життя людини; визначається соціальною ситуацією життя людини, її потребами, особливостями особистості.



2. Обґрунтовано концептуальну парадигму та особистісно-комунікативний підхід до міжособистісного спілкування людей похилого віку. Складовими психіки особистості в цьому віці є взаємозв'язок трьох її основних підсистем – когнітивної, регулятивної й комунікативної. У першій в похилому віці значення набуває коригування смислу життя, у другій – регулювання емоційних станів й переживань, у третій – міжособистісне спілкування. Саме таке спілкування дозволяє літнім особам коригувати смисл життя та регулювати власні емоційні стани й переживання, тому воно є визначальним у розвитку особистості цього віку.

3. Обґрунтовано сутність поняття «міжособистісне спілкування осіб похилого віку» та принципи розуміння такого спілкування, його структуру (емоційна, пізнавальна і поведінкова складові), функції (інформаційно-комунікативна, регуляційно-комунікативна, афективно-комунікативна), механізми (емпатія, симпатія, рефлексія, взаєморозуміння, децентрація, ідентифікація, конструктивність взаємодії), чинники (зовнішні і внутрішні).

4. Розроблено модель міжособистісного спілкування осіб похилого віку.

5. Обґрунтовано критерії, визначено рівні, показники міжособистісного спілкування у похилому віці.

6. Здійснено модифікацію та стандартизацію (визначено статистичні норми) семи методик для дослідження психологічних особливостей осіб похилого віку, що дозволило збагатити арсенал психодіагностичних засобів для цього вікового етапу.

7. Охарактеризовано рівні міжособистісного спілкування осіб похилого віку на основі отриманих результатів емпіричного дослідження і з урахуванням критеріїв та показників такого спілкування. Виявлено, що в осіб похилого віку переважають низький і нижчий від середнього рівні розвитку емоційного, пізнавального і поведінкового компонентів міжособистісного спілкування; найнижчі показники стосуються провідного, емоційного компоненту.

8. Встановлено, що в літніх людей недостатня здатність до коригування смислу життя, у них виникають труднощі в регулюванні емоційних станів і переживань.

9. Доведено взаємозв'язок між окремими ознаками міжособистісного спілкування осіб похилого віку (емпатійністю, почуттям самотності,

атрактивністю, схильністю до різних стилів спілкування, частотою спілкування та задоволеністю ним) з одного боку і проявами когнітивної й регулятивної підсистем психіки, умовами середовища та рисами літніх людей як індивідів і членів соціуму – з іншого. Визначено закономірності міжособистісного спілкування осіб похилого віку.

10. Створено й упроваджено програму соціально-психологічного тренінгу для ознайомлення осіб похилого віку з особливостями міжособистісного спілкування, формування в них уміння регулювати емоційні стани і переживання, коригувати смисл свого життя. Це дозволило розвинути здатність літніх людей до адекватного і повного розуміння себе та інших, корекції і вдосконалити систему взаємин особистості.

11. Розроблено програму курсу лекцій «Психологія пізньої дорослості» для ознайомлення осіб, чия професійна діяльність пов'язана із наданням різноманітних послуг людям віку пізньої дорослості з психологічними особливостями осіб цього віку. Це забезпечило краще розуміння першими поведінки, думок, емоцій своїх літніх підопічних, спокійніше ставлення до них.

12. Укладено програми навчальних дисциплін «Геронтопсихологія» і «Соціальна психологія старості» для студентів психологічних спеціальностей.

13. Створено психологічні рекомендації фахівцям, родинам літніх людей та їм самим, спрямовані на оптимізацію міжособистісного спілкування останніх і на підвищення якості їхнього життя.

Загалом значення роботи полягає в удосконаленні життєдіяльності літніх людей через гармонізацію, оптимізацію їхнього міжособистісного спілкування, що було здійснено на основі теоретично-концептуального обґрунтування та емпіричного вивчення особливостей такого спілкування.

Доктор психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології ПНПУ  
імені В. Г. Короленка

Коваленко О. Г.