КОММЕНТАРИЙ К СТАТЬЕ Р. ШЕЙДТА "ЭКОЛОГИЯ СТАРЕНИЯ..."

Столь известный для всех феномен старения все еще остается загадочным и неисследованным. Проблема влияния окружающей среды на жизнь человека в старости – вообще нова для отечественной психологии. Интерес к статье проф. Р. Шейдта определен и тем, что у стареющих людей в США и России есть сходные трудности – прекращение трудовой деятельности, одиночество, ухудшение здоровья, близость смерти и т.д., а также похожие черты пожилых, проживающих в сельских районах: меньшая образованность, большая бедность, более низкое качество жизни и др., обуславливающие, по-видимому, общие характеристики заключительного этапа жизни.

В исследовании Р. Шейдта выявлено, что наилучшими предикторами психического здоровья являются уровень активности и удовлетворенность характеристиками жилища. Если обобщить существующие работы отечественных геронтопсихологов (Болтенко, 1980; Сачук, Панина, Москалец, 1981; Москалец, 1982; Сачук, 1985 и др.), то можно видеть, что хорошее самочувствие человека позднего возраста, удовлетворенность положением пенсионера и своей жизнью, определяются двумя факторами: общением с окружающими (участие в жизни общества, воспитание внуков, благоприятная семейная обстановка, постоянные дружеские контакты) и индивидуальной активностью (досуговые занятия, общественная деятельность). Таким образом, несмотря на все различия в социальном, культурном, экономическом положении престарелых в США и России, а также на индивидуальную вариативность процессов старения, психологическое благополучие пожилых людей обусловлено широтой и качеством контактов и уровнем активности.

Интересно отметить, что в данном американском исследовании мужчины больше ориентированы на характеристику жилища, а женщины – на взаимоотношения с окружающими. Автор объясняет выявленный факт тем, что большинство участников эксперимента – мужчин, в отличие от женщин состояли в браке. Однако, возможно, вскрытый феномен отражает и более общие закономерности. В исследовании Паниной и Сачук (1985 г.) установлен сходный факт: женщины склонны в старости к активному расширению межличностных контактов, общение же мужчин смещается из области общественных отношений в сферу семьи.

Вместе с тем не все так однозначно в определении причин, влияющих на психологическое благополучие пожилых людей; выделение четырех групп по трем факторам (психическое и физическое здоровье, широта контактов, уровень активности) показывает что человек может чувствовать себя достаточно счастливым и здоровым, даже если у него невелика активность и включение в социальные связи. Особое внимание Р. Шейдт уделяет группе пожилых, которые ощущали себя более несчастными, менее здоровыми, наиболее изолированными; они также переживали большую степень неудовлетворенности характеристиками своего жилья и города. Думается, Р. Шейдт совершенно верно проявляет осторожность в установлении причинно-следственных отношений между проблемами, связанными с окружающей средой и субъективными переживаниями этой группы лиц. Есть люди, отличающиеся свойством быть постоянно счастливыми, несмотря на происходящие события, одновременно есть и такие, кто в сходных условиях находится в депрессивном состоянии (Аргайл, 1990). По мнению ряда зарубежных исследователей, те, кто в молодости имел высокую степень удовлетворенности жизнью, характеризовался эмоциональной стабильностью, высоким самоуважением, считал себя счастливым, будет оставаться таким же и в поздние годы жизни (Munnichs и др., 1985). Кроме того, известны и другие факторы, коррелирующие с субъективным благополучием пожилых людей; наиболее значимыми среди них называют физическое здоровье (Larson, 1978; Thomae, 1981), самоуважение (Campbell, 1981), отношение к собственному старению (Шахматов, 1996) и др. Однако, привлекая внимание к проблеме влияния окружающей среды на жизнь человека в старости, Р. Шейдт заставляет задуматься о том, что конкретная ситуация, в которой оказывается пожилой человек, составляя его

"жизненное пространство" (К. Левин), может лежать в основе индивидуальных особенностей поведения и переживания.

Для многих читателей, по-видимому, будет неожиданностью узнать, что в США существуют экономически неблагоприятные, "умирающие" города. Сразу же возникает аналогия с нашими "неперспективными" деревнями. Весьма существенно, что Р. Шейдт обращается к анализу психологического благополучия пожилых людей, проживающих в этих населенных пунктах, так как именно данная категория лиц оказывается в более драматической ситуации.

Особый интерес вызывает поднимаемая в статье проблема значимости места проживания, анализ которой актуален для нашей страны, поскольку в последнее десятилетие происходят резкие перемены в привычной окружающей среде, прежде всего, городской: уничтожение ряда памятников, старых построек, появление новых объектов вместо ранее существовавших, возврат к прежним названиям улиц и городов и т.д. Более того, уже нет той страны, общественно-политического строя, экономического уклада, при которых большинство населения страны прожило значительную часть своей жизни, изменились также ценности, нормы и идеалы. Естественно, пожилые люди более уязвимы к потере составляющих окружающей среды, и не только в силу меньшей гибкости, большей консервативности, но и потому, что для них определенные места, сооружения, названия и прочее несут смысловую нагрузку. Речь здесь идет о личностном смысле и личной истории. Причина значимости определенных мест для человека позднего возраста кроется, возможно, в ассоциации с ними другой психологической реальности – реальности прошлого, где, как помнят пожилые, они были уважаемыми, полезными обществу, социально значимыми людьми.

Но в то же время не надо излишне драматизировать ситуацию. Вспомним, например, исследования Н. Томасе, констатирующие, что пожилые люди обладают значительным потенциалом адаптации и могут справляться со сложными жизненными обстоятельствами. Да и Р. Шейдт выделяет не только негативные, но и позитивные последствия отрицательных событий, происходящих в окружающей среде. Задача психологов – оказание помощи стареющим людям в адаптации к наступающим переменам, в том числе, во внешних условиях жизни. Несмотря на активное внимание отечественных геронтологов к проблеме адаптации, к исследованию действия в старости защитных, резервных механизмов (адаптивно-регуляторная теория И.И. Фролькиса, продуктивные идеи Н.Ф. Шахматова), научная психология делает только первые шаги в их изучении, в разработке психотерапевтических методов, создании центров по оказанию реальной помощи пожилым людям. И здесь, безусловно, важным и интересным представляется выдвигаемая Р. Шейдтом идея использования "терапии местом" для лиц пожилого возраста.

Специально хотелось бы отметить метод исследовательской работы, применяемый автором статьи: решающее значение имеет то, что список параметров окружающей среды, с которыми сталкивается человек позднего возраста, а также вероятные последствия взаимодействия "пожилых – среда" на задаются субъекту заранее, не навязываются ему, а вычлняются из глубинного интервью, неформальной беседы, включенного наблюдения, специальных автомобильных поездок и проч. Отечественным геронтопсихологам стоит не только позавидовать технологии проведения исследований, предлагаемой Р. Шейдтом, но и, возможно, что-то взять на вооружение, естественно, помня, что прогресс в решении методических проблем всегда связан с продвижением в понимании психологической сути самого изучаемого процесса, в данном случае, взаимодействия стареющих людей с окружающей средой, процесса адаптации и его результатов – психологического благополучия.

О.Н. Молчанова,
канд. психол. наук,
доцент МПГУ