

# ОСОБЛИВОСТІ СМИСЛОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ

*Г. Б. Сердюкова*

студентка другого курсу магістерського рівня вищої освіти Херсонського  
державного університету

*Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент В. Ф. Казібекова*

Важливим у системі дослідження життєвих перспектив осіб похилого віку є вивчення їх смисложиттєвих орієнтацій. Адже смисл життя, як зазначає В. Панок, це: «кардинальна світоглядна проблема людського існування, в якій з'ясовується сутність людини, її місце у світі, професійне призначення» [4, с. 159]. Усвідомлення власного життя свідчить про свідомий вибір власного життєвого шляху, усвідомлення власних життєвих перспектив.

Є. Головаха та І. Ральникова у своїх наукових доробках роблять наголос на важливості вивчення життєвих перспектив особистості саме у єдності аспектів самоорганізації часу життя і діяльності людини та ціннісно-сміслового [1; 5].

І. Гуляс зазначає, що основу життєвої перспективи складають життєві плани, цілі, програми, а також ціннісні орієнтації особистості. Науковець також звертає увагу на важливості для особистості вміти не тільки усвідомлювати, але й повноцінно вибудовувати структурні компоненти життєвої перспективи. Тому формування системи ціннісних орієнтацій, постановка адекватних життєвих цілей особистістю та шляхів їх досягнення, складання планів, програм на майбутнє виступає надійним підґрунтям для реалізації спланованого [2, с. 321].

У зв'язку з цим, вивчаючи феномен життєвої перспективи у осіб похилого віку, ми вважаємо за необхідне дослідити особливості смисложиттєвих орієнтацій цієї категорії населення, оскільки ціннісно-смісловий компонент є особливим у структурі життєвої перспективи

особистості та важливими для створення людиною образу власного майбутнього.

Вибірку дослідження склали особи похилого віку, що проживають у сім'ях у м. Херсоні та області. Загальна кількість досліджуваних складає 45 осіб, віком від 55 до 72 років. З метою виявлення особливостей смисложиттєвих орієнтацій у зазначеної категорії населення ми застосовували методикою «Смисложиттєві орієнтації» (СЖО) Д. Леонтєва [3].

Аналізуючи отримані результати за методикою, нами було встановлено, що за шкалою «Цілі в житті» більшість досліджуваних осіб похилого віку мають середній рівень (73 % досліджуваних). Тобто, для більшості літніх людей властиво ситуаційний прояв відсутності чи наявності в їхньому житті цілей майбутнього. 11 % досліджуваних осіб похилого віку мають високі показники, що свідчить про те, що лише незначна частина досліджуваних мають високу цілеспрямованість, мають цілі на майбутнє, що надають їхньому життю усвідомленості, часової перспективи та спрямованості. У 16 % досліджуваних осіб взагалі відсутні цілі на власне майбутнє.

За шкалою «Процес життя» виявлено, що лише 9 % досліджуваних осіб похилого віку мають високий рівень. Тобто, лише незначна частина літніх людей сприймають власне життя як емоційно насичене, сповнене інтересу, наповнене сенсом. Більшість досліджуваних (60%) мають середній рівень за цією шкалою. Тобто, більшість осіб похилого віку схильні до ситуаційного сприйняття власного життя, як цікавого процесу, емоційно насиченого, а коли, навпаки, схильні переживати незадоволеність власним життям. 31 % досліджуваних незадоволені життям в сьогоденні, схильні надавати повноцінний сенс спогадам про минуле.

Кількісний аналіз результатів дослідження за шкалою «Результативність життя» виявив, що більшість досліджуваних осіб похилого віку (69%) мають ситуаційний прояв задоволеності власної самореалізації та оцінюють власну продуктивність на достатньому рівні. Лише 13 % досліджуваних осіб задоволені своєю самореалізацією, на високому рівні оцінюють пройдений

відрізок життєвого шляху, відчують продуктивність та осмислення прожитої частини життя. 18 % досліджуваних осіб незадоволені прожитою частиною свого життєвого шляху. Слід зазначити, що за певних умов низькі досягнення можуть стати рушійною силою подальшого розвитку та зростання. Для цього важливо лише усвідомити причину недостатньої самореалізації та обрати дієві життєві настанови.

Аналіз результатів за шкалою «Локус контролю – Я» свідчить, що лише 7 % досліджуваних осіб літнього віку мають уявлення про себе як про сильну особистість, що може будувати власне життя відповідно до своїх цілей, завдань, уявлень про його сенс. 71 % досліджуваних осіб схильні ситуаційно сприймати себе як сильну особистість, яка може ставити цілі та планувати власне життя, а коли, навпаки, переживають недовіру до власних сил. 22 % досліджуваних осіб похилого віку вважають, що вони не здатні контролювати події власного життя, недооцінюють власні сили.

За шкалою «Локус контролю – Життя» встановлено, що лише 5 % досліджуваних осіб похилого віку впевнені, що людині під силу контролювати власне життя, приймати рішення та втілювати їх. Однак 60 % досліджуваних осіб виявили вагання щодо цього переконання. Їх ситуаційно осягають думки, що вони не можуть самостійно контролювати своє життя, і що від них ніщо не залежить. Також слід зазначити, що більш ніж третина досліджуваних осіб похилого віку (36%) проявляють упевненість в тому, що життя не підвладне свідомому контролю, а свобода вибору є лише ілюзією, тому безглуздо будь-що загадувати на майбутнє.

Що стосується дослідження загального показника усвідомленості життя у осіб похилого віку, встановлено, що лише 7 % досліджуваних осіб розуміють сенс власного життя, усвідомлюють його особливості, власні цілі, мету та є задоволені процесом протікання свого життєвого шляху та вважають власне життя насиченим і цікавим. Більшість осіб похилого віку (58% досліджуваних) мають сенс життя, усвідомлюють його специфіку, проте джерело власного сенсу періодично змінюють. Більше ніж третина досліджуваних (35%) не

розуміють сенсу власного життя, переживають розчарування та не бачать надії на майбутнє.

Отже, отримані результати свідчать про те, що особам похилого віку характерна недостатня визначеність цілей, схильні не надавати життю осмисленості та спрямованості. Задоволеність прожитим життям, упевненість у його ефективності та результативності притаманна лише незначній частині (відповідно 9% та 13% досліджуваних) осіб похилого віку. А віра у власне майбутнє, цілеспрямованість властива лише 11 % досліджуваних осіб. Для 36 % досліджуваних осіб літнього віку характерно переконаність, що події свідомо контролювати не можливо, вважають, що їх життя прожите, тому планувати власне майбутнє не має смислу. Ще 22 % досліджуваних осіб можна охарактеризувати як слабких, невпевнених у собі, зневірених людей, які не приймають, ігнорують будь-яку можливість контролю власного життя. Лише 7 % досліджуваних осіб вважають, що можуть керувати власним життєвим шляхом, долати перешкоди та свідомо приймати рішення. Також слід зазначити, що лише 7% досліджуваних осіб похилого віку знаходять сенс власного життя, упевнені у своїй силі, готові долати перешкоди та прагнуть до активності. Однак досить значна частина досліджуваних (35%) не вірять у можливі позитивні зміни у власному житті, є зневіреними в собі, зорієнтовані переважно на минуле.

#### Література:

1. Головаха Е. И. Жизненные перспективы и ценностные ориентации личности. *Психология личности в трудах отечественных психологов* / сост. и общ. ред. Л. В. Куликова. СПб. : Питер, 2001. С. 256-269.
2. Гуляс І. А. Життєва перспектива особистості як предмет теоретико-методологічного аналізу. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. праць К-ПНУ ім. І. Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. 2011. Вип. 12. С. 315-324.
3. Леонтьев Д. А. Тест смысло-жизненных ориентации (СЖО). 2-е изд. М. : Смысл, 2000. 18 с.
4. Панок В. Г., Рудь Г. В. Психологія життєвого шляху особистості : монографія. К. : Ніка-Центр, 2006. 280 с.
5. Ральникова И. А. Жизненные перспективы личности : психологический контекст : монография. Барнаул : Изд-во Алт. ун-та, 2002. 152 с.