

И.А. БАСОВ

Психологическое сопровождение людей в позднем возрасте

**на примере программы психологического сопровождения
проживания престарелых и инвалидов в доме-интернате
на основе экзистенциального подхода**

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ



2-е издание, переработанное и дополненное

16+

Илья Басов

**Психологическое сопровождение
людей в позднем возрасте
(на примере программы
психологического сопровождения
проживания престарелых
и инвалидов в доме-
интернате на основе
экзистенциального подхода)**

«ЛитРес: Самиздат»

2019

Басов И. А.

Психологическое сопровождение людей в позднем возрасте (на примере программы психологического сопровождения проживания престарелых и инвалидов в доме-интернате на основе экзистенциального подхода) / И. А. Басов — «ЛитРес: Самиздат», 2019

ISBN 978-5-532-08861-0

В сборнике рассматривается актуальность экзистенциального подхода в психологическом сопровождении людей позднего возраста; раскрывается экзистенциально-психологическое содержание и экзистенциальные задачи данного возрастного этапа, «кризиса старения»; результаты исследования взаимосвязи смысла жизни и счастья; представлена программа психологического сопровождения проживания престарелых и инвалидов в доме-интернате на основе экзистенциального подхода и программа коррекционно-развивающих занятий «Новые горизонты старости».

ISBN 978-5-532-08861-0

© Басов И. А., 2019
© ЛитРес: Самиздат, 2019

Содержание

Предисловие ко второму изданию	5
Актуальность экзистенциального подхода в психологическом сопровождении людей в позднем возрасте	6
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Предисловие ко второму изданию

Многообразие линий развития, широкая вариативность самоосуществления человека в позднем возрасте требует особого инструментария и методологической основы, которой может служить экзистенциальная психология. В пожилом возрасте и старости человек с необходимостью обращается внутрь себя, осмысляя в целостности пройденный путь, открывая новые горизонты и те смыслы, что постигаются не столько ментально, сколько сердцем, душой. В сборнике рассматривается актуальность экзистенциального подхода в психологическом сопровождении людей позднего возраста; раскрывается экзистенциально-психологическое содержание и экзистенциальные задачи данного возрастного этапа, «кризиса старения», а также взаимосвязь смысла жизни и субъективного благополучия; представлена программа психологического сопровождения проживания престарелых и инвалидов в доме-интернате на основе экзистенциального подхода и программа коррекционно-развивающих занятий «Новые горизонты старости».

В данном издании к содержанию добавлены результаты завершеного исследования взаимосвязи смысла жизни и субъективного благополучия в период поздней взрослости; представлена методологическая конкретика психологического сопровождения людей позднего возраста с опорой на позиции экзистенциальной психологии. Так же расширено содержание программы коррекционно-развивающих занятий «Новые горизонты старости», представлены несколько вариантов встреч-дискуссий по темам тренинга.

Учебно-методическое пособие адресовано студентам, изучающим психологию, преподавателям, исследователям, психологам-практикам работающим с пожилыми и старыми людьми, а также широкому кругу читателей интересующимися вопросами экзистенциальной психологии.

Актуальность экзистенциального подхода в психологическом сопровождении людей в позднем возрасте

В современном обществе доминирует установка на «нестарение», которая захватывает практически все сферы жизни человека, в том числе медицинскую и социальную геронтологии (см. по: Бацман Р., 2003; Карсаевская Т.В. 1989; Курцмен Дж., Гордон Ф., 1987; Тарнавский Ю. Б., 1988; Хрисанфова Е. Н., 1999; Шахматов Н. Ф., 1996). Вместе с тем, в период старости перед человеком стоит более серьёзная задача, нежели сохранение активности.

Старость, равно как и любой другой период жизни, можно рассматривать с разных ракурсов (биологического, социального, медицинского и т.д.), однако данная многомерность не должна уводить от фундаментального, сущностного в человеке (см., например: Басов И.А., 2016), эти аспекты личности в пожилом возрасте выступают очень значимыми.

В 1928 года Н.А. Рыбниковым была впервые поставлена задача непосредственного изучения «развития зрелых людей» (он предложил обозначить данный раздел возрастной психологии «возрастной психологией зрелости» – акмеологией (от греческого акме – вершина, высшая точка). В настоящее время термин «акмеология» объединяет различные направления исследования зрелых людей в их социальной, профессиональной, морально-нравственной активности, поиске своего предназначения в жизни и т.п. (Б.Г. Ананьев, А.А. Бодалев, Ю.А. Гагин, А.А. Деркач, Э.Ф. Зеер и Э.Э. Сыманюк, В.В. Ильин, Е.А. Климов, Н.В. Кузьмина, А.И. Лященко, А.А. Реан, И.Н. Семенов, Е.А. Степанова, В.Н. Тарасова, Г.П. Филиппова, Г.И. Хозяинов и другие).

Переживание личностью случаев свершений, поражений, достижений, душевных утрат и обретений, её ошибок и пр. образуют жизненный и экзистенциальный опыт, в котором рождаются личностные новообразования.

Анализ целостного контекста жизненного пути человека (Ш. Бюлер, Э. Эриксон, Р. Пек, Р. Кеган, С.Л. Рубинштейн, Н.А. Логинова, К.А. Абульханова-Славская и др.) выделяет изучение специфики зрелости в самостоятельное направление.

Вслед за Е.Е. Сапоговой (2013), мы придерживаемся основательно аргументированного ею тезиса, что именно «экзистенциальная психология с полным правом может претендовать на то, чтобы стать методологической основой психологии зрелости» (там же, с. 16). Экзистенциальная психология – психология самодетерминирующей, самоорганизующейся личности (Д.А. Леонтьев), а её предмет – жизнь человека как целостный феномен (смысл этой жизни, условия его обретения, изменения и утраты).

Отметим ряд факторов (обстоятельств), которые «делают» экзистенциальную психологию «хорошей объяснительной базой для возрастной психологии зрелости» (там же, с. 25).

Непосредственно сами обстоятельства, которые способствовали становлению и распространению экзистенциальной психологии (глубочайшая философско-психологическая рефлексия потребовавшаяся человечеству вследствие трагических обстоятельств первой и второй мировых войн и выход к новому мировосприятию и образу человека, чья природа связывается с категориями свободы и ответственности; дуализм последствий развития индустриального и постиндустриального общества: рост возможностей и освобождение времени с одной стороны, и феномен деиндивидуализации, отчуждения, нооогенных неврозов, восприятия себя как «товара»; стремительные перемены в мире, приведшие к отказу и пересмотру вековых традиций, установленных ценностей, ориентиров и смыслов).

Факторы определяющие предметный строй экзистенциальной психологии (признание отсутствия предзаданности развития человеческой природы, её афиксированность – человек

может воплощать свою сущность во множестве форм; переход в центр внимания науки самодетерминированных процессов, в то время как раньше наука описывала фиксированные, стабильные процессы, стадии жизни человека; переход к субъективным, внутренним критериям ценностей, смыслов, истинности, созданным самой личностью, в т.ч. без объективных внешних оснований, её ориентация на них, выстраивание поведения и ответственность без внешнего принуждения).

Уникальная комбинация взаимосвязанных признаков (устойчивых принципов) определяющих сегодня сущность экзистенциального подхода:

–Феноменологическая установка – человек открыт миру, а не воспринимает его сквозь призму (завесу) априорных категорий;

–Неповторимый опыт бытия в мире, в котором есть всё: смысл, основания жизни, действия, бытия в жизни (быть-и-я), а не в среде или ситуации;

–Человек и жизнь – это глагол, а не существительное – способность бытия и человека быть принципиально непредсказуемыми, меняющимися, не равными себе в прошлом;

–Возможность обладания рефлексивным сознанием, благодаря которому человек самодистанцируется (разотождествляется) с эмоциями, потребностями, выборами, т.о. выходит из механичности поведения;

–Синтез существования общих законов жизни и вечных вопросов с неповторимостью конкретной ситуации;

–Реальность и значимость для осуществления жизни человека как событий, произошедших фактически, так и воображаемого, возможного;

–Построение человеческого в себе самом (самосозидание), «мужество быть» (П. Типлих), «усилие жить» (Э. Мунье) не детерминированно извне, а совершается и мотивируется самим человеком.

Психологическое содержание наполнения реалии взрослости (зрелости) всё еще находится в процессе становления. Очевидно, что для определения половой зрелости можно использовать биологические критерии, а возраст человека измеряется количеством прожитых лет, но для установления психологического статуса зрелости требуется иной инструментарий.

Сегодня концепт взрослости в содержательном наполнении во многом обязан философскому анализу ряда феноменов: «массовый человек» (Х. Ортега-и-Гассет), «личностный выбор» (С. Кьеркегор), «бегство от свободы», «плодотворная и не плодотворные ориентации» (Э. Фромм), «экзистенция» (Ж.-П. Сартр, К. Ясперс), «самоактуализация» (А. Маслоу), «самость» (К.-Г. Юнг), «социальный интерес» (А. Адлер), «жизненный смысл» (В. Франкл), «эго-интеграция» (Э. Эрикссон), «жизнестойкость» (С. Мадди), «необходимость себя» (М.К. Мамардашвили), «жизнетворчество» (Д.А. Леонтьев), «подлинность», «аутентичность», «личностный потенциал» и многое др.

Таким образом, современное понятие взрослости (включая в себя пожилой возраст и старость) соотносится с экзистенциальным отношением человека к собственной жизни, т.е. не только и не столько к себе самому, к своему Я, сколько к «более широкому контексту своего осуществления жизни, возможности повлиять на мир и изменить его, вписывая себя в многомерный социокультурный опыт, в универсум, в космос» (Сапогова Е.Е., 2013, с. 29).

Одна из многих проблем современной психологии – трудность и даже невозможность применения привычных научных парадигм и терминов к описанию и анализу факторов развития взрослого человека (там же, с. 275). Они, термины и парадигмы, хорошо применимы к ситуации развития, новообразованиям, линиям развития ребенка и подростка, однако в многообразии линий развития взрослого, пожилого, старого человека, опирающегося на самоорганизацию, самостоятельные выборы, индивидуальную ответственность, самобытный жизненный опыт предстает в такой разнообразии, таким разветвленным, что требует новых идей и подходов. Ш. Бюлер – одна из первых, кто предложил общую схему, описывающую факторы

развития человека во взрослых возрастах. Ею были обозначены три аспекта для понимания «взросления взрослого»:

- Биолого-биографический – анализ объективных событий жизни.
- Анализ внутреннего мира, переживаний, ценностей, смыслов и т.д.
- Анализ творчества, продуктов деятельности человека.

Экзистенциальным контекстом жизненного пути человека (состоящим из вышеперечисленных аспектов) Ш. Бюлер обозначила предназначение человека – смысл его бытия, реализуемого самореализацией в сферах профессии, семьи, социальных практиках. В самоосуществлении человек характеризуется (по Бюлер) четырьмя базовыми тенденциями, которые сменяют друг друга в ведущих позициях в течение жизни: удовлетворение потребностей, адаптивное самоограничение, творческая экспансия и установление внутренней гармонии.

Концепт нормативности (решение заранее известных нормативных социальных задач, постепенное движение от освоения одной такой группы задач к другой) подходит для понимания детских и юношеских ступеней развития, но трудно применим во взрослости, поскольку всё больше задач носят индивидуальный характер, и они примешиваются к освоению нормативных групп социальных задач. К пожилому же и старческому возрастам данный концепт применить практически невозможно, поскольку сама ситуация, когда активность и психические возможности человека перестают пользоваться спросом, а социальное окружение больше не претендует на роль «проводника», не расставляет четких указателей развития, подталкивает человека искать ресурсы для осуществления длящейся жизни в самом себе, а не в нормативных требованиях и запросах социума.

Для человека в этом возрасте, во многих аспектах состоявшейся личности, дальнейший путь представлен в поиске экзистенциального и символического содержания бытия, своего существования, поиске ответов на «большие вопросы».

Е.Е. Сапогова, говоря о экзистенциально-психологическом анализе старости, подчёркивает следующее: «Если физиологическое старение еще, видимо, можно как-то отсрочить или вытеснить из сознания, от реалий старения психологического уйти невозможно, поскольку речь идет о естественной смене поколений (уходе одних и появлении других) и неминуемом позиционировании себя на шкале «жизнь-смерть», о реалиях собственного превращения в «субъекта небытия», о вопросах своего умирания»; и далее «фактически речь идет о том, чтобы от эмпирического осмысления старости перейти к пониманию экзистенциальному» (Сапогова Е.Е., 2013, с.720).

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.