

УДК: [316.61+316.62]:159.9.07

© Магдисюк Л.І., 2013 р.

Л.І. Магдисюк
Східноєвропейський національний університет
імені Лесі Українки, м. Луцьк

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО ВИХОДУ НА ПЕНСІЮ

У статті висвітлюються особливості психологічної готовності осіб до виходу на пенсію, що відіграють значну роль у їх подальшій життєдіяльності, фізичному, психічному та соціальному здоров'ї, позитивній соціальній адаптації, з'ясовано передумови й чинники її виникнення. Запропоновано концептуальну модель психологічної готовності осіб до виходу на пенсію, визначено її зміст, функції та засоби. Обґрунтовано компоненти психологічної готовності (когнітивний, емоційно-вольовий, мотиваційний, конативний) до виходу на пенсію, які тісно переплетені між собою і цілісно забезпечують ефективність та результативність безболісного припинення професійної діяльності.

Ключові слова: психологічна готовність, вихід на пенсію, пізня зрілість, вік, особистість, продуктивність, пенсія, пенсіонер, індекс пенсійної зрілості, соціальна активність.

Л.И. Магдисюк

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К ВЫХОДУ НА ПЕНСИЮ

В статье освещаются особенности психологической готовности лиц к выходу на пенсию, играющих значительную роль в их дальнейшей жизнедеятельности, физическом, психическом и социальном здоровье, позитивной социальной адаптации, выяснено предпосылки и факторы ее возникновения. Предложена концептуальная модель психологической готовности лиц к выходу на пенсию, определено ее содержание, функции и средства. Обоснованы компоненты психологической готовности (когнитивный, эмоционально-волевой, мотивационный, конативный) к выходу на пенсию, которые тесно переплетены между собой и целостно обеспечивают эффективность и результативность безболезненного прекращения профессиональной деятельности.

Ключевые слова: психологическая готовность, выход на пенсию, поздняя зрелость, возраст, личность, продуктивность, пенсия, пенсионер, индекс пенсионной зрелости, социальная активность.

L.I. Magdysyuk

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL RESEARCH BASES OF THE PSYCHOLOGICAL READINESS FOR RETIREMENT

The peculiarities of the psychological readiness of a person for retirement which play an important role in their further life activity, physical, mental and social health, positive social adaptation are highlighted in the article. The main preconditions and

factors of its origin are found. The conceptual model of the psychological people readiness to retire is proposed. Its content, functions and means are defined. Psychological of readiness components (cognitive, emotional and volitional, motivational, connotative) for retirement are justified. They are closely linked each other and provide a whole efficiency and effectiveness of the painless professional activity termination.

Key words: psychological readiness retirement (to retire to a pension), late maturity, age personality, efficiency, pension, pensioner, pension maturity index, social activity.

Постановка проблеми. Одним з найбільш змінних моментів особистості на життєвому шляху, що тягне за собою різкі зміни в умовах і способі її життя, є вихід на пенсію. Саме вихід на пенсію можна розглядати як одну завершальну фазу соціального життя людини і початок іншої, яка суттєво відрізняється від попередньої. За своєю значущістю вона може зрівнятися з такими подіями, як вибір професії, укладення шлюбу. Вихід на пенсію не слід розглядати лише, як чітко зафіксовану в часі подію, вона може тривати довго, оскільки перебудова свідомості людини, що знаходиться на передпенсійному етапі життя починається ще задовго до того моменту, коли людина фактично залишає роботу.

Зазвичай, перебудовується поведінка людини, формуються її відносини з оточуючими людьми, переосмислюються цінності, ставлення до дійсності [1]. Людина мириться з роллю пенсіонера, її можливостями та обмеженнями, оцінює ситуацію і на основі цього або приймає, або відкидає нову роль. Припинення професійної діяльності у період пізньої зрілості призводить до того, що людина опиняється на узбіччі суспільного життя. Вона переживає зміни в соціальному статусі, потребу в соціальній адаптації, реінтеграцію в суспільство.

Проблемою українського суспільства є сприйняття пенсіонерів крізь призму стереотипів, які заважають формуванню соціальних установок і дій у активній повсякденній праці й проведенні дозвілля. Здебільшого людей пенсійного віку сприймають, як бідних, немічних, неспроможних повноцінно працювати тощо. Це негативне ставлення і сприйняття проявляється як ейджизм. Актуальність даної проблеми, а саме готовність особистості пізньої зрілості до виходу на пенсію, є важливою і потребує конкретного вивчення. Старіння українського населення (майже третина складається з людей перед пенсійного та пенсійного віку), інтенсивні зміни у стані здоров'я особистості після виходу на пенсію, відсторонення від професійної діяльності, саме ці фактори є предметом масового обговорення, хоча повинні носити державний характер і стати головною умовою благополуччя у старості.

З 1 жовтня 2011 року збільшився пенсійний вік в Україні: жінки – 60 років, чоловіки – 65 років. За статистичними даними перепису населення Волинської області у 2012 р., чисельність наявного населення становить 1038,6 тис. (міське – 539,1 (51,9 %), сільське – 499,5 (48,1 %); з них чоловіки – 487,1 тис., жінки – 548,8 тис.). Чоловіків у міській місцевості проживає 246,0 тис., а жінок – 287,1 тис., у сільській місцевості чоловіків – 241,1 тис., жінок – 261,7 тис.

У Пенсійному фонді у містах і районах Волинської області перебувають на обліку 275529 пенсіонерів, з них за віком – 207350, за вислугу років – 3869. Працюючі пенсіонери в області за останніми даними становлять 30745 особи.

Постановка завдання: здійснити теоретичний аналіз феномену «психологічна готовність» до виходу на пенсію та конструювання концептуальної моделі осіб пізньої зрілості до виходу на пенсію.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Основною думкою психології в дослідженні готовності до виходу на пенсію є врахування індивідуальних відмінностей людини в період пізньої зрілості. Звісно, вивчаються потреби та цінності, установки особистості, її знання, навички і вміння, відношення до оточення, при цьому враховують психологічне здоров'я. З віком відбуваються суттєві функціональні та структурні зміни, що мають індивідуальні відмінності. При цьому одні індивідууми опиняються старше за свій вік, а інші – молодші.

Дослідженнями розвитку особистості у різні вікові періоди займався видатний психолог Е. Еріксон. Він у своїй книзі “Дитинство і суспільство” розділив життя людини на вісім стадій психосоціального розвитку, які регулюються епігенетичним принципом розвитку. Е. Еріксон основною проблемою зрілості вважав вибір між продуктивністю і інертністю, які характеризують прогресивну і регресивну лінії розвитку. Поняття продуктивності включає як творчу, виробничу (професійну) продуктивність, так і виховання і утвердження в житті наступного покоління. Людина турбується не тільки про благополуччя наступного покоління, а також про стан суспільства, в якому буде жити і працювати це майбутнє покоління [9, с.219].

М. Ванг провів ряд емпіричних досліджень, результати яких засвідчують, що після виходу на пенсію життя людини змінюється нерівномірно. Спочатку після виходу на пенсію від одного року до трьох спостерігається спад якості життя, а уже після п'яти років зростання [4, с.288]. Вчений вважає, що такі зміни є ефективним завершенням адаптаційного процесу, який обов'язково відбувається після завершення професійної діяльності.

Є. Авербух вважає, що сам факт виходу на пенсію є для людини психічною травмою. Знижується її соціальна значимість, страждає її престиж, її самооцінка та самоповага. Вона відчуває себе відсталою, тому що нові вимоги найчастіше стають для неї не під силу.

Ю. Губачов відзначає, що передчасний фізичний і духовний спокій – це виснажливе пекло. Через що старість стає ранньою, непотрібною, соціально обтяжливою. Самі ж люди стають не тільки неспокійними, нудними, але й небезпечними як для самих себе, так і для оточуючих.

На думку Н. Паніної, важливим у формуванні психологічної готовності до виходу на пенсію є процес соціальної адаптації, результативність якого залежить від соціальних чинників (стать, професія, вік), особливості повсякденного життя особистості, звички використовувати вільний час протягом життя, фінансової готовності до пенсії та обрання стилю життя в пенсійний період. Вчена вважає, що успішність соціальної адаптації особистості пізньої зрілості залежить від відношення до виходу на пенсію і визначає за такими типами: позитивно-визначений, позитивно-невизначений, нейтрально-визначений, нейтрально-невизначений, негативно-визначений, негативно-невизначений.

Н. Паніна стверджує, що люди у яких переважає один із перших трьох типів – краще адаптуються до виходу на пенсію, ніж ті, у яких провідним є наступні типи. Хоча для більшості людей передпенсійного віку характерна невизначеність відношення до виходу на пенсію, що може призвести до негативних наслідків процесу адаптації [3].

Дослідження пенсійної зрілості у психології представлені у працях вітчизняних вчених. Н. Чепелева вводить поняття індексу пенсійної зрілості, на який впливають такі фактори: матеріальне положення людини (розмір пенсії та інші прибутки), місце проживання, плани щодо виходу на пенсію та можливі цікаві заняття. Чим вищий індекс пенсійної зрілості, тим швидше та краще особистість адаптується до статусу пенсіонера [10].

Дослідження показують залежність пенсійної зрілості особистості від інтерпретації свого життєвого досвіду. Класифікація наративів за Н. Чепелевою, які зіставляються з інтерпретацією життєвого досвіду: амбівалентні, нейтральні, позитивні, негативні.

Досконале вивчення інтерпретації життєвого досвіду особистості в період пізньої зрілості допоможе вивчити її психологічну готовність до пенсії.

Цікаві результати дослідження В. Жанна засвідчують, що фахівець, який достатньо володіє певними вміннями та навичками, відповідає вимогам та нормам професії, обізнаний у крос-культурних відмінностях у сфері діяльності, розуміється в глобальній економіці, доволі комфортно по-

чуває себе після виходу на пенсію. Такий працівник має більше автономії та часу для виконання важливих для нього видів діяльності. Інакше кажучи, пенсія розглядається як важливий етап професійного зростання [4, с. 289].

Дослідження зарубіжних психологів показують, що авторитарні методи управління, централізація влади допомагають особистості швидше прийняти рішення стосовно виходу на пенсію, тоді як корпоративна культура, децентралізація влади сповільнюють прийняття такого рішення. М. Ванг демонструє зміни професійної відповідальності працівника, який психологічно готується до виходу на пенсію. Професійна відповідальність особистості зменшується, але вона ще не демонструє готовності до нового циклу життя [4, с. 288].

Виклад основного матеріалу дослідження. Особистість краще пристосовується до життя пенсіонера, якщо вона підготовлена до виходу на пенсію. Завершення професійного циклу не стане трагічною подією для людини, якщо вона поступово буде себе готувати до виходу на пенсію. Тоді відбувається формування пенсійної зрілості. Пенсійна зрілість – новоутворення психіки людини, що виявляється в позитивному сприйнятті перспективи виходу на пенсію, готовності до завершення професійного циклу.

Зрілість – найбільш тривалий період онтогенезу, який характеризується тенденцією до досягнення найвищого розвитку духовних, інтелектуальних і фізичних здібностей особистості. Зрілість – стан, до якого приходять організм в кінці періоду розвитку. При вивченні готовності до пенсії, в психології часто використовують автобіографічний метод, який дозволяє моделювати життєву історію особистості та визначити пенсію як один із етапів життя [7]. Для визначення віку особистості використовують поняття “хронологічний”, “біологічний вік”, “соціальний вік”, “психологічний вік”. Вік – етап розвитку людини, що характеризується специфічними для нього закономірностями формування організму і особистості [6, с.23]. *Хронологічний вік* визначається за кількістю років з моменту народження людини. *Психологічний вік* пов’язаний з рівнем розвитку особистості і залежить від певних історичних умов, рівня розвитку суспільства, приналежності до соціальної групи, індивідуальних умов розвитку особистості. *Соціальний вік* визначають за ступенем відповідності положення особистості існуючим у конкретному соціумі нормам, соціальної ролі та прав індивіда, його статусу у даний віковий період. *Біологічний вік* вказує на відповідність стану організму та його функціональних систем певному моменту життя особистості.

Можливо виділити декілька факторів, від яких залежить вміння людини приймати нову роль, роль пенсіонера: фізичне здоров’я; економічне

становище (матеріальне становище); пільги; ставлення оточуючих, роль сім'ї (соціальне та сімейне становище); житлові умови; стать; освіта, зміст діяльності; характер спілкування з оточуючими; правильний вибір занять і раціональна їх організація; безплатне користування транспортними засобами.

Психологія використовує широкий арсенал різноманітних методів вивчення психічного та особистісного розвитку індивіда. Дослідники з'ясовують глибинні психологічні закономірності явищ і процесів, які не лежать на поверхні, а виявляються як тенденція, сутність. Ця мета досягається завдяки використанню загальнонаукових методів пізнання психологічної дійсності. Одним із таких методів дослідження у психології є метод моделювання. Моделювання – заміна реального об'єкта вивчення об'єктом-замінником (моделлю), який містить у собі риси, зв'язки, відношення досліджуваного об'єкта [8, с. 63]. Суть цього методу полягає у встановленні схожості явищ (аналогії), адекватності одного об'єкта іншому і у створенні на цій основі простого за структурою і змістом об'єкта, що відображає складнішу модель оригінал. Дослідник має можливість перенести за аналогією дані від моделі до оригіналу.

Модель є допоміжним засобом, який у процесі вивчення дає нову інформацію про об'єкт вивчення. Дослідник аналізує характерні властивості, ознаки існуючого психічного явища і здійснює нове їх компонування, моделює нові їх стани. Модель сприяє виявленню найважливіших зв'язків і відношень в об'єкті, що вивчається, поясненню конкретизації наявних фактів і механізмів, а також відтворює логіку розгортання сутності явища. Створюються моделі у свідомості дослідника, тому їх можна вважати формою мислення, за допомогою якого чуттєво-наочні уявлення логічно об'єднуються в цілісний образ. Створені моделі є дійовим засобом перевірки істинності та повноти теоретичних уявлень у психології.

У наших попередніх дослідження встановлено особливості психологічної готовності до виходу на пенсію та представлені структурні компоненти психологічної готовності осіб до виходу на пенсію: когнітивний, емоційно-вольовий, мотиваційний та конативний. Результати наших досліджень можна представити у вигляді структурно-функціональної концептуальної моделі (рис. 1).

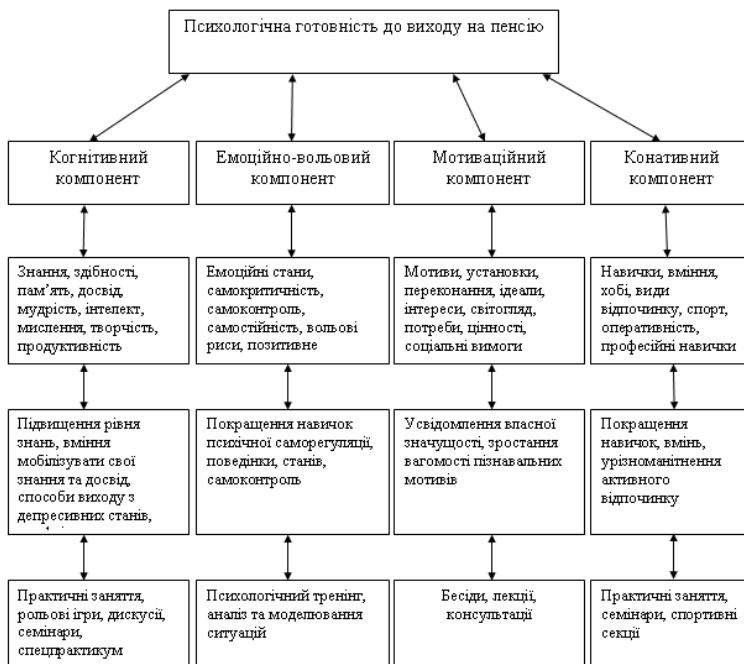


Рис. 1. Концептуальна модель психологічної готовності осіб до виходу на пенсію в період пізньої зрілості.

Проаналізуємо детальніше кожний компонент психологічної готовності.

Когнітивний компонент психологічної готовності особистості пізньої зрілості полягає у необхідності людини отримувати необхідні знання, вміння мобілізувати свої знання та досвід, визначати способи виходу з депресивних станів, конфліктних та кризових ситуацій (рис. 1).

Як видно із рисунка 1, когнітивний компонент містить такі складові:

- 1) підвищення рівня знань, вміння спілкуватися;
- 2) вміння мобілізувати свої знання та досвід;
- 3) визначити способи виходу з депресивних станів, конфліктних та кризових ситуацій та інше.

Серед сукупності знань, якими повинна володіти особистість пізньої зрілості потрібно зазначити: знання законів про пенсійну реформу, знання про фізіологічні та психологічні зміни даного вікового періоду, знання методів та способів формування психологічної готовності до виходу на пенсію та іншу. Накопичений досвід, знання представляють для особисто-

сті пізньої зрілості величезну цінність, але можуть створювати труднощі в сприйнятті нових професійних ідей. Минулий досвід може стати джерелом консерватизму. Сім'я, як соціальний інститут виконує компенсаційну функцію, тобто стає основною сферою міжособистісних контактів та комунікативних зв'язків. Рівень сформованості цих характеристик може визначити, на наш погляд, рівень сформованості когнітивної готовності.

Емоційно-вольовий компонент психологічної готовності виконує функцію покращання навичок психічної саморегуляції, самоконтролю, тобто приводить важливі якості особистості до готовності діяти ефективно у взаємодії з суспільством, оточуючими. Сюди входять емоційні стани та вольові риси особистості пізньої зрілості: емоційна стійкість, самокритичність, самоконтроль, урівноваженість, самостійність, здатність до саморегуляції та самоорганізації (рис. 1).

Велику емоційну насолоду приносить спілкування з онуками. Хоча вони вже остаточно звільнилися від прямих виховних функцій. Часто зрілим людям важче зорієнтуватися в уявленнях дітей та онуків, важче знайти взаєморозуміння, а друзів стає все менше. В період пізньої зрілості люди не часто розходяться, розуміючи, наскільки вони потребують один одного. Самотність – лякаюча перспектива, яку люди вибирають добровільно. Зазвичай вона пов'язана зі смертю близької людини і супроводжується горем, почуттям втрати, а потім довгим періодом адаптації, який може закінчуватись самотнім життям або пошуком нового партнера.

Мотиваційний компонент психологічної готовності осіб пізньої зрілості до виходу на пенсію полягає у спрямованості особистості до позитивного сприйняття навколишнього середовища, свого майбутнього, усвідомлення власної значущості, зростання вагомості пізнавальних мотивів, цінностей, інтересів, вироблення стійких установок (рис. 1). Мотивація сімейних відносин в період пізньої зрілості, включаючи будь-які відносини з родичами, визначається кількома аспектами, серед яких найбільш важливими є подружні відносини, відносини з дітьми та онуками, з братами і сестрами. Прагнення особистості в період пізньої зрілості жити турботами сім'ї призводить до посилення інтересу до життя братів та сестер, налагодженню зв'язків між ними. Відносини, які раніше були не дуже близькими, оновлюються і міцніють. Брати та сестри проявляють інтерес один до одного, прагнуть жити поруч, підтримують один одного у тяжкі хвилини. Вони стають компаньйонами в тому, що стосується спогадів, сприяють досягненню цілісного его.

Когнітивний компонент психологічної готовності спрямовує особистість до певної поведінки. До необхідних психологічних вмінь особистості пізньої зрілості можливо віднести: вміння встановлювати контакти, вміння розуміти поведінку та стан іншої людини, вміння аналізувати вла-

сну поведінку, особистісні якості, вміння прогнозувати та планувати дії, вміння знаходити шляхи вирішення конкретних складних ситуацій. Спорт, хобі та активний відпочинок сприяють психологічній готовності особистості до виходу на пенсію (рис. 1).

Робота забезпечує людини планування усіх своїх повсякденних справ. Саме нею визначаються коло спілкувань, ролі і функції людини. Час закінчення професійної діяльності пов'язано з появою великої кількості вільного часу, який вона вправі може присвячувати своїм захопленням. Людина вперше стикається з ситуацією повної і постійної незайнятості. Оцінюючи наслідки припинення професійної діяльності, особистість узагальнює для себе доступний досвід інших людей, співвідносячи його з власними цінностями, вимогами. Ще болючіше сприймаються різкі зміни, якщо людина немає ніякого хобі, цікавого заняття для дозвілля, крім того дощулює почуття неоптимальності [2].

Вказані вище структурні компоненти психологічної готовності осіб пізньої зрілості до виходу на пенсію тісно переплетені між собою і цілісно забезпечують ефективність та результативність безболісного припинення професійної діяльності.

Задачі розвитку особистості в період пізньої зрілості: виконання соціальних та громадських обов'язків; досконале виконання професійних обов'язків; допомога дітям; прийняття та пристосування до фізіологічних змін; перебудова або реконструкція Я-концепції; розвиток та урізноманітненість видів дозвілля, відпочинку, планування вільного часу; адаптація до старіючих батьків; переживання кризи пізнього зрілого віку (закінчення активної професійної діяльності і вихід на пенсію); досягнення життєвих цілей і постановка нових [6, с. 212].

Висновки і перспективи подальших розвідок. Вивчаючи проблеми психологічної готовності до виходу на пенсію осіб пізньої зрілості ми дійшли наступних висновків: готовність особистості пізньої зрілості до виходу на пенсію слід розглядати як державну соціальну проблему, як головну умову благополучної старості; формувати в суспільстві думку, уявлення про пенсійний вік як про активний етап розвитку особистості; вихід на пенсію має носити очікуваний характер; потрібно надавати можливість та створювати умови особам пізньої зрілості для різнобічних проявів соціальної активності, які є передумовами раціонального способу життя на їх пізньому етапі; завдання особистості в цей період полягає в тому, як раціонально використати вільний час, а також правильно здійснити вибір занять для відпочинку. Цікаво проведено дозвілля позитивно впливає на стан здоров'я людини та приносить позитивні емоції, відчуття задоволеності; найефективнішим методом боротьби зі старінням є трудо-

терапія; важливий внесок у формування психологічної готовності здійснює позитивна і амбівалентна інтерпретація життєвого досвіду.

Література

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. — СПб.: Питер, 2001. — 282 с.
2. Белоусов В. В. Темперамент и деятельность: учеб. пособие / В.В. Белоусов. — Пятигорск, 1990. — 256 с.
3. Засекина Л.В. Відзеркалення професійної ідентичності в автонаративах державних службовців / Л.В. Засекина // Психологічні перспективи. — Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. — Вип. 18. — С. 93-102.
4. Засекина Л.В. Психологічна готовність особистості до пенсії в період пізньої зрілості: психолінгвістичний вимір / Л.В. Засекина // Психологічні перспективи. — Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. нац. у-ту ім. Лесі українки, 2012. — Вип. 20. — С. 286-292.
5. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека / Н.Д. Левитов. — М.: Просвещение, 1964. — 344 с.
6. Самыгин С.И. Возрастная психология для студентов / С.И. Самыгин, Т.Г. Никуленко, С.А. Сущенко. — Ростов н/Д: Феникс. 2010. — 220 с.
7. Смутьсон М.Л. Екзистенційне наповнення наративу старості / М.Л. Смутьсон // Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика / за ред. Н.В. Чепелевої. — К.: Міленіум, 2005. — Т. 2. — Вип. 3. — С. 106-120.
8. Скрипченко О.В. Загальна психологія: Навч. посібник / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднічук. — К.: А.П.Н., 1999. — 463 с.
9. Хьелл Л. Теории личности (Основные положения, исследования и применение) / Л. Хьелл, Д. Зиглер. — СПб.: Питер. 1999. — 608 с.
10. Чепелева Н.В. Проблемы психологической герменевтики / Н.В. Чепелева. — К.: Изд-во нац. пед. ун-та им. Н.П. Драгоманова, 2009. — 382 с.