

УДК 159.922.6-053.85/.88:17.023.34

ПАРТИКО Тетяна Борисівна

*кандидат психологічних наук, доцент, професор кафедри психології
Львівського національного університету імені Івана Франка*

ВІКОВІ ЗМІНИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У СЕРЕДНІЙ ТА ПІЗНІЙ ДОРΟΣЛОСТІ

Проаналізовано вікові зміни психологічного благополуччя у 50–79-річному віці. Виявлено, що для другої половини середньої дорослості характерна «дисоційована» структура психологічного благополуччя, яка упродовж пізньої дорослості набуває все більшої цілісності, досягаючи піку інтеграції у 66–69 років. Така структура підтримується вираженою спрямованістю особи на мотив спілкування і регулюється самовпевненістю й самоповагою людини за умов відсутності внутрішніх конфліктів і самозвинувачень. Надано рекомендації щодо психологічного супроводу позитивного функціонування жінок та чоловіків.

Ключові слова: психологічне благополуччя, самоставлення, мотиваційний профіль особистості, середня та пізня дорослість.

Постановка проблеми. Психологічне благополуччя є базовим переживанням, яке визначає якість життя людини. Воно має суб'єктивний характер і виражається в усвідомленні людиною цінності свого існування. У період дорослішання психологічне благополуччя фокусується на майбутньому, в середній дорослості – на теперішньому, в пізній – на інтеграції ретроспективних, актуальних і перспективних переживань людини. Стратегія адаптивного старіння значною мірою визначатиметься цим фундаментальним станом душевного комфорту.

У зв'язку зі зростанням середньої тривалості життя людини протягом останніх десятиліть (в Україні станом на 2015 рік вона складала 75,5 років для жінок і 65,2 років для чоловіків) наріла необхідність з'ясувати особливості вікових змін психологічного благополуччя у період переходу людини від зрілого до похилого віку.

Проблема даного дослідження актуальна також із теоретичної точки зору. По-перше, перелік детермінант психологічного благополуччя літніх людей у мінливих соціально-політичних умовах постійно змінюється; по-друге, у цьому віці імовірна нормативна вікова криза (за даними Б. Лівехуд і Д. Бромлей у 55–65 років криза зрілого віку, О. Краснової і Т. Марцинковської – у 60–65 років криза

пізньої дорослості), яка може суттєво відкоригувати позитивне функціонування особи, вплинувши на її психологічне благополуччя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасна психологія має значний доробок у сфері досліджень психологічного благополуччя та близьких до нього феноменів (А. Маслоу, К. Роджерс, Н. Бредберн, К. Ріфф, Е. Дінер, Р. Райан, Е. Дісі, П. Фесенко, Т. Шевеленкова та інші). Систематичне вивчення цієї проблеми було започатковано Н. Бредберном у 60-х роках минулого століття у контексті задоволеності життям та суб'єктивного переживання щастя. Вчений розглядав психологічне благополуччя як баланс двох різновидів афекту: позитивного та негативного. Високий рівень благополуччя виникає у випадку домінування позитивного афекту над негативним, у протилежному випадку людина відчуває себе нещасною й незадоволеною життям, тобто має низький рівень психологічного благополуччя [1].

Ми спиралась на теорію евдемоністичного напрямку К. Ріфф [11], яка базується на уявленнях про позитивне функціонування особистості як основного аспекту психологічного благополуччя. Авторка узагальнила та виділила шість основних компонентів психологічного благополуччя: позитивні стосунки з оточуючими, автономію, управління навколишнім середовищем, особистісне зростання, життєві цілі і самоприйняття.

Як прояв душевного комфорту людини, який виявляється у злагодженості психічних процесів і функцій, переживанні цілісності та внутрішньої рівноваги, психологічне благополуччя розглядає Л. Куліков. Важливу роль у збереженні цього стану має адекватне самоставлення і позитивна самомотивація [3; 4].

П. Фесенко [5; 6] і Т. Шевеленкова [8] розуміють психологічне благополуччя як цілісне переживання, яке виражається у суб'єктивному відчутті щастя, задоволеності собою і власним життям, яке пов'язане з базовими людськими цінностями і потребами. Воно безпосередньо залежить від системи внутрішніх оцінок людини й відображає актуальні (актуальне психологічне благополуччя) та потенційні (ідеальне психологічне благополуччя) аспекти життя. Така внутрішня оцінка має соціально-культурну специфіку і, як припускають автори, формується в процесі засвоєння людиною соціально-культурних норм та ідеалів людини.

Близькими за змістом є поняття особистісного та суб'єктивного благополуччя. У своїй теорії самодетермінації Р. Райан і Е. Дісі [9] припустили, що особистісне благополуччя пов'язане із базовими психологічними потребами: потребою в автономії, компетентності та зв'язках з іншими. В основі автономії як сприйняття конгруентності своєї поведінки внутрішнім цінностям і бажанням лежить підтримка та

відсутність контролю з боку інших людей. Потреба в компетентності – це схильність до опанування своїм оточенням і до ефективної діяльності в ньому; вона підтримується таким середовищем, яке висуває перед людиною завдання оптимального рівня складності і дає їй позитивний зворотний зв'язок.

Одним з перших суб'єктивне благополуччя описав Е. Дінер. На думку автора, воно складається з трьох основних компонентів: задоволення, приємних і неприємних емоцій. Йдеться про когнітивну (інтелектуальна оцінка задоволеності різними сферами свого життя) та емоційну (наявність поганого чи доброго настрою) сторони самоприйняття, які в кінцевому результаті є індикаторами щастя. Е. Дінер вважає, що більшість людей оцінюють те, що з ними трапляється, в термінах «добре-погано», і така інтелектуальна оцінка базується на емоціях відповідної валентності [10]. Зміст цих складових уточнив і розширив Р. Шамяонов, включивши до цього переліку матеріальний достаток, особистісне, соціальне і професійне самовизначення і зростання, особистісне благополуччя, фізичне та психологічне здоров'я [7].

В останні роки з'являються психологічні дослідження, спрямовані на вивчення соціально-психологічних детермінант задоволеності життям у пізній дорослості, а також психологічного супроводу, який забезпечує конструктивне старіння. На відмінність соціально-психологічної структури задоволеності життям у чоловіків та жінок літнього віку вказує І. Горбаль. Незважаючи на існуючі стереотипи щодо помітного зниження психологічного благополуччя у пізній дорослості, авторка виявила його середній рівень [2].

Метою нашого дослідження є з'ясувати, які зміни зазнає психологічне благополуччя людини у середній-пізній дорослості у зв'язку зі змінами її самоставлення і мотиваційного профілю особистості. *Завданнями* дослідження є визначити: 1) в якому віці психологічне благополуччя стає найбільш цілісним та інтегрованим утворенням особистості; 2) які зміни зазнає мотиваційний профіль особистості у зв'язку зі структурними змінами психологічного благополуччя; 3) у чому має полягати психологічний супровід позитивного функціонування жінок і чоловіків з точки зору зміни їхнього самоставлення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Структура психологічного благополуччя людини визначалась за шкалою психологічного благополуччя К. Ріфф (в адаптації Т. Шевелькової, Т. Фесенко). Психологічними корелятами благополуччя були визначені модальності самоставлення людини, які вимірювала методика самоставлення В.В. Століна і С.Р. Пантілеєва, та показники мотиваційного профілю особистості В.Е. Мільмана.

У дослідженні взяли участь 229 осіб віком від 50 до 79 років. Вони були поділені на чотири вікові групи: 50–59 років (31 особа, середній вік 55,5 років), 60–65 років (83 особи, середній вік 62,2 роки), 66–69 років (50 осіб, середній вік 67,7 років) і 70–79 років (65 осіб, середній вік 73,8 років). Кількість жінок та чоловіків у кожній віковій групі була приблизно однакова.

На основі факторного аналізу встановлені вікові особливості психологічного благополуччя у структурі самоставлення та мотиваційного профілю особистості. Для кожної вікової групи побудована 6-факторна модель, яка пояснює від 71,45% до 75,41% від загальної дисперсії даних. У віковій групі **50–59 років** до першого фактору увійшли загальний показник психологічного благополуччя (0,814) і такі його компоненти, як цілі життя (0,845), особистісне зростання (0,752), самоприйняття (0,699). Цей фактор включив також дві модальності самоставлення: самовпевненість (0,693) і самоцінність (0,531). Позитивне ставлення до інших (0,685) у четвертому факторі об'єдналось з дзеркальним Я (0,835), самоповагою (0,727) і скритністю (0,588); автономія (0,613) і управління оточенням (0,586) у п'ятому факторі – із самоприниженням (-0,929), самозвинуваченням (-0,844), внутрішнім конфліктом (-0,794). Отож, психологічне благополуччя у 50–59-річному віці зазнає «дисоціації». Головний вектор благополуччя пов'язаний з позитивним переживанням сенсу свого життя, його чіткої спрямованості, неперервним розвитком, самореалізацією, позитивним самоставленням. Це підкріплюється уявленням про себе як про самостійну, енергійну та надійну людину, яка здатна себе цінувати.

Другий вектор благополуччя відображає позитивні взаємини з іншими: людина має довірливі стосунки з оточуючими, є емпатійною. Це підсилюється вираженою самоповагою, уявленням про те, що її особа викликає інтерес та зацікавлення й більше притаманна тим людям, які не схильні розкривати перед іншими свій внутрішній світ. Третій вектор об'єднав прагнення до самостійності й незалежності, компетенції в управлінні оточенням, ефективному використанні можливостей для досягнення своїх цілей, проте за умов відсутності негативного самоставлення, зокрема самоприниження, самозвинувачення та внутрішнього конфлікту.

Виявлені статеві відмінності взаємозв'язку між психологічним благополуччям та окремими модальностями самоставлення. Для жінок зростання усіх складових психологічного благополуччя пов'язане, насамперед, зі зменшенням внутрішніх конфліктів, сумнівів та почуття

провини (r в межах від $-0,614$ до $-0,779$), і переважно, за винятком особистісного зростання, – зі зменшенням самоприниження (r в межах від $-0,546$ до $-0,853$). Ті жінки, які менше звинувачують себе у невдачах та недоліках, будуть позитивніше взаємодіяти з оточенням ($r=-0,792$), краще контролювати свою діяльність ($r=-0,654$), відчуватимуть сенс і спрямованість життя ($r=-0,536$), адекватніше сприйматимуть себе ($r=-0,547$). Психологічне благополуччя чоловіків, натомість, більшою мірою регулюється аутосимпатією і самовпевненістю. Більшого благополуччя, за винятком взаємин з іншими і автономії, переживатимуть ті, хто більше симпатизуватимуть собі (r в межах від $0,558$ до $0,706$). Самовпевнені чоловіки цього віку краще контролюватимуть ситуацію ($r=0,633$) і є успішніші у цілепокладанні ($r=0,719$).

Уявлення жінок 50–59 років про те, що вони здатні керувати своїм життям, їхня зацікавленість у власному Я і любов до себе не мають вирішального значення у регуляції їхнього психологічного благополуччя; для чоловіків це має значення, насамперед, для позитивного самоставлення як складової благополуччя ($r=0,851$; $r=0,700$). Переживання чоловіками цього віку внутрішніх конфліктів, згоди чи незгоди із собою, закритість чи відкритість, ті чи інші рефлексії стосовно стосунків з іншими навряд чи позначатимуться на їхньому психологічному благополуччі. Для жінок це може стати вагомим регулятором автономії (при зростанні самоприйняття автономія може знизитись: $r=-0,538$), позитивного ставлення до інших і управління оточенням (при позитивній соціальній рефлексії покращуються взаємини з іншими: $r=0,672$ і здатність управляти оточенням: $r=0,531$), сенсу життя (більша скритність сприяє тому, що жінка бачить цей сенс: $r=0,534$).

Зазначені вище вікові особливості психологічного благополуччя осіб 50–59-річного віку розгортаються на фоні слабо диференційованого мотиваційного профілю особистості з незначною тенденцією до зниження мотивації загальної активності (рис. 1). У жінок зменшення цієї активності може знизити прагнення розвиватися і сприймати нове ($r=0,566$); у чоловіків подібних зв'язків не виявлено.

У період **60–65 років**, який відносять до кризи пізньої дорослості, спостерігається об'єднання «дисоційованих» складових психологічного благополуччя (крім автономії) в єдиний перший фактор, який включає загальний показник психологічного благополуччя ($0,937$), позитивне ставлення до інших ($0,869$), цілі

життя (0,837), управління оточенням (0,819), особистісне зростання (0,799) і самоприйняття (0,697), а також такі модальності самоставлення, як самоповага (0,565), самоуправління (0,548) та самовпевненість (0,512).

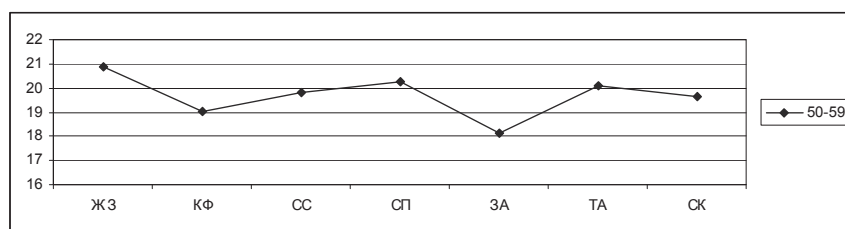


Рис. 1. Мотиваційний профіль особистості осіб 50–59-річного віку (ЖЗ – життєзабезпечення, КФ – комфорт, СС – соціальний статус, СП – спілкування, ЗА – загальна активність, ТА – творча активність, СК – суспільна корисність)

Достатньо висока думка про себе, схвалення власної активності, усвідомлення своєї самості – все це у даному віці допомагає спрямувати людину на позитивне функціонування. Як в жінок, так і чоловіків першочергово позитивну роль у підтриманні благополуччя має самоповага. Значну роль відіграє також здатність до самоуправління – думка про себе як енергійну та надійну людину, що впевнена у своїх діях і має інтернальний локус контролю. Зазначимо, що такий зв'язок не стосується переживання автономії літніми чоловіками. Загальний показник психологічного благополуччя та окремі його компоненти (крім переживання чоловіками своєї автономії) тісно пов'язані також зі самовпевненістю людини.

Жінки 60–65 років є більш скритними, ніж чоловіки ($t=-3,332$ при $p=0,001$); більш скритні жінки у всіх аспектах відчують себе психологічно благополучнішими. Якщо ж чоловіки цього віку виявляють скритність, в них особливо вираженою стає особиста автономія ($r=0,362$), особистісне зростання ($r=0,362$) і самоприйняття ($r=0,351$). Переживання високої цінності своєї особи жінками сприяє підвищенню усіх складових психологічного благополуччя, крім позитивних стосунків з іншими, в чоловіків – крім особистої автономії. На самостійність прийнятих рішень, які стосуються тих чи інших сторін життя, практично не впливають соціальні рефлексії жінок і чоловіків цього віку. Якщо у чоловіків аутосимпатія стимулює всі аспекти психологічного благополуччя, крім тих цілей, які вони ставлять собі у житті, то у жінок аутосимпатія практично не впливає на позитивні взаємини з іншими, самостійність та особистісне

зростання. Жінки, які на початку пізньої дорослості не мають загостреного внутрішнього конфлікту, краще контролюють свою діяльність ($r=-0,371$), а чоловіки краще приймають рішення і планують своє життя ($r=-0,474$), мають чіткіше окреслені життєві цілі ($r=-0,377$) (таблиця 1).

Таблиця 1
Взаємозв'язки між загальним показником психологічного благополуччя та самоставленням осіб 60–65-річного віку

Модальності самоставлення	Жінки (N=43)	Чоловіки (N=40)
Скритність	0,531*	0,406*
Самовпевненість	0,569*	0,553*
Самоуправління	0,467*	0,649*
Дзеркальне Я	0,434*	0,491*
Самоцінність	0,498*	0,539*
Самоприйняття	0,216	0,188
Самоприв'язаність	0,262	0,178
Внутрішній конфлікт	-0,319*	-0,487*
Самозвинувачення	-0,163	-0,559*
Самоповага	0,645*	0,710*
Аутосимпатія	0,465*	0,434*
Самоприниження	-0,255	-0,580*

Примітка: * $p < 0,05$

Важливим стимулятором психологічного благополуччя чоловіків є відсутність самозвинувачень та самоприниження, які пов'язані з усіма компонентами їхнього психологічного благополуччя. У жінок це стосується лише переживання себе як самостійної і незалежної особи ($r=-0,305$; $r=-0,313$) і позитивнішого ставлення до себе ($r=-0,339$; $r=-0,392$). Ролі самоприв'язаності, яка свідчить про ригідність/гнучкість Я-концепції, та самоприйняття у переживанні психологічного благополуччя жінками та чоловіками у період імовірної кризи середини життя виявити не вдалось (табл. 1).

У 60–65 років мотиваційний профіль особистості змінюється. Виразним стає мотив спілкування (рис. 2). Психологічне благополуччя жінок визначається задоволенням мотиву спілкування ($r=0,372$), творчої ($r=0,458$) та суспільно корисної активності ($r=0,380$); чоловіків

– задоволенням соціальним статусом ($r=0,362$) і суспільно корисною активністю ($r=0,489$).

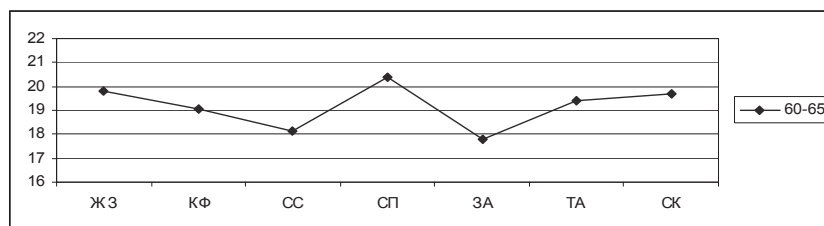


Рис. 2. Мотиваційний профіль особистості осіб 60–65-річного віку (ЖЗ – життєзабезпечення, КФ – комфорт, СС – соціальний статус, СП – спілкування, ЗА – загальна активність, ТА – творча активність, СК – суспільна корисність)

У період **66–69 років** виявлена цілісна та єдина структура психологічного благополуччя. У першому факторі інтегрувались усі складові психологічного благополуччя з високими факторними навантаженнями (від 0,589 до 0,881) та такі модальності самоствалення: самоприниження (-0,841), внутрішній конфлікт (-0,782), самозвинувачення (-0,743), дзеркальне Я (0,699), самоповага (0,596) та самовпевненість (0,592). Вище психологічне благополуччя у всіх його проявах відчуватимуть ті особи, які поважають себе і є впевнені у своїх силах, вважають, що так само про них думають інші люди, і які не схильні до самозвинувачень, самоприниження і внутрішньої дисгармонії.

Взаємозв'язки між загальним показником психологічного благополуччя та самостваленням для осіб цього віку відображені у табл. 2. Головним регулятором психологічного благополуччя жінок та чоловіків стає їхня впевненість у своїх силах і можливостях. Винятком є особиста автономія чоловіків, яка виявилась не пов'язаною зі самовпевненістю. Значну роль відіграє відсутність внутрішнього конфлікту, крім взаємовпливу на позитивні взаємини з іншими (в чоловіків). Вище психологічне благополуччя (це не стосується особистого зростання) переживатимуть ті жінки, які поважають себе як особистість і, відповідно, не схильні до самоприниження. У чоловіків також за таких умов зростатиме психологічне благополуччя, проте їхньої особистої автономії це не стосуватиметься. Зазначимо, що негативне самоствалення, зокрема самоприниження та самозвинувачення, у чоловіків цього віку більш виражене, ніж в жінок ($t=2,239$ при $p=0,029$; $t=2,738$ при $p=0,008$).

Таблиця 2

Взаємозв'язки між загальним показником психологічного благополуччя та самоставленням осіб 66–69 років

Модальності самоставлення	Жінки (N=23)	Чоловіки (N=27)
Скритність	0,232	-0,029
Самовпевненість	0,806*	0,558*
Самоуправління	0,379	0,298
Дзеркальне Я	0,724*	0,549*
Самоцінність	0,666*	0,532*
Самоприйняття	0,634*	-0,042
Самоприв'язаність	0,126	0,217
Внутрішній конфлікт	-0,733*	-0,510*
Самозвинувачення	-0,459*	-0,598*
Самоповага	0,713*	0,529*
Аутосимпатія	0,618*	0,366
Самоприниження	-0,692*	-0,603*

Примітка: * $p < 0,05$

Те, наскільки благополучно почуватиме себе людина у 66–69 років, пов'язано з тим, наскільки вона високо цінує себе і відповідно очікує такого ж ставлення з боку сторонніх людей. Однак, це не впливатиме на прагнення до особистісного зростання у жінок і самостійність та незалежність у чоловіків. Благополуччю жінок, за винятком позитивних стосунків з іншими і прагнення до саморозвитку, сприяє також безумовне прийняття себе такими, якими вони є, і аутосимпатія. Для чоловіків ці модальності самоставлення не мають вагомого значення для загального благополуччя, однак ті чоловіки, які більше себе люблять, більше задоволені своїм особистісним зростанням ($r=0,441$) і вважають, що минуле і теперішнє життя має сенс ($r=0,469$).

Відсутність самозвинувачень, насамперед, впливає на позитивне психологічне благополуччя чоловіків, крім позитивних стосунків з іншими. У жінок, навпаки, зменшення самозвинувачень визначатиме, у першу чергу, позитивні стосунки з ближніми як важливу складову їхнього благополуччя ($r=-0,414$). Більше чи менше бажання розкрити свій внутрішній світ, здатність чи нездатність активно керувати своїми намірами і діями, які у 60–65 років відігравали помітну роль для збереження психологічного благополуччя людини, у наступні п'ять років перестають виконувати цю функцію. Так само ригідність чи

гнучкість уявлень людини про себе навряд чи суттєво змінить її психологічне благополуччя. Зазначимо, що інтернальний локус контролю у 66–69 років краще збережений в чоловіків, ніж жінок ($t=2,687$ при $p=0,009$).

Подібно до попереднього вікового періоду (60–65 років) наступні п'ять років відзначаються виразним спрямуванням мотиваційного профілю людини на спілкування (рис. 3). Психологічне благополуччя жінок визначатиме мотивація комунікативної активності ($r=0,607$), збереження соціального статусу ($r=0,600$), загальної ($r=0,531$), творчої ($r=0,575$) і суспільно корисної активності ($r=0,532$). Переживання чоловіками автономії як важливої складової психологічного благополуччя залежатиме від задоволення ними мотиву соціального статусу ($r=0,433$), загальної активності ($r=0,453$) і суспільно корисної активності ($r=0,643$).

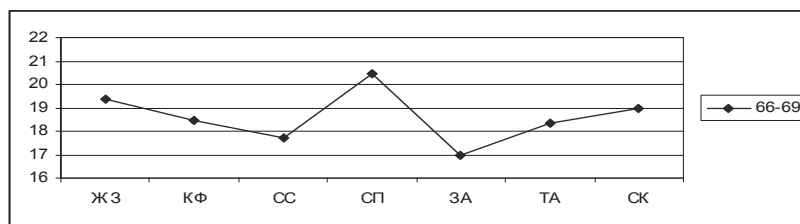


Рис. 3. Мотиваційний профіль особистості осіб 66–69-річного віку (ЖЗ – життєзабезпечення, КФ – комфорт, СС – соціальний статус, СП – спілкування, ЗА – загальна активність, ТА – творча активність, СК – суспільна корисність)

Проаналізуємо, які зміни психологічного благополуччя відбуваються у наступному десятилітті (**70–79 років**). Факторний аналіз вказує на втрату ролі автономії у загальній структурі психологічного благополуччя людини. До першого фактору увійшли усі складові благополуччя з високими факторними навантаженнями (від 0,676 до 0,921), крім показника, який свідчить про здатність до самостійного планування життя і втілення цих планів у реальність. Так само, як і у попередні періоди життя, благополуччя вище в самовпевнених осіб (0,537). Особливо яскраво це спостерігається у жінок: усі складові благополуччя корелюють з тим, наскільки вони високої думки про себе (r в межах від 0,369 до 0,635). Самовпевненість чоловіків у цьому віці не впливатиме на їхню думку про себе як самостійну і незалежну людину, однак зберігається зв'язок з загальним показником психологічного благополуччя (табл. 3).

Таблиця 3

Взаємозв'язки між загальним показником психологічного благополуччя та самоставленням осіб 70–79 років

Модальності самоставлення	Жінки (N=35)	Чоловіки (N=30)
Скритність	0,186	0,540*
Самовпевненість	0,635*	0,649*
Самоуправління	0,487*	0,586*
Дзеркальне Я	0,378*	0,295
Самоцінність	0,399*	0,259
Самоприйняття	0,207	0,051
Самоприв'язаність	0,270	-0,099
Внутрішній конфлікт	-0,587*	-0,211
Самозвинувачення	-0,590*	-0,011
Самоповага	0,541*	0,693*
Аутосимпатія	0,374*	0,118
Самоприниження	-0,638*	-0,094

Примітка: * $p < 0,05$

Незважаючи на те, що основні складові благополуччя статистично достовірно пов'язані зі здатністю жінок і чоловіків до самоуправління і самоповаги, їхньої схильності до автономії це не стосується. Стосовно інших модальностей самоставлення виявлені міжстатеві відмінності. Для жінок значно більшу роль у переживанні благополуччя мають самоцінність, аутосимпатія, позитивні соціальні рефлексії (дзеркальне Я), відсутність внутрішніх конфліктів, самозвинувачень і самоприниження. У чоловіків зниження внутрішньої конфліктності може позитивно вплинути на їхню автономію ($r = -0,432$), а позитивні соціальні очікування щодо оточуючих, навпаки, має зворотній вплив на автономію ($r = -0,365$). Проте загального росту психологічного благополуччя це не визначає. Закритість свого внутрішнього світу, небажання (або нездатність) презентувати себе оточуючим сприяє загальному благополуччю чоловіків, крім таких аспектів, як особиста автономія, особистісне зростання і самоприйняття; у жінок таких зв'язків не виявлено. Самоприв'язаність, подібно до попередніх вікових періодів, не відіграє суттєвої ролі у переживанні психологічного благополуччя ні жінок, ні чоловіків (табл. 3).

Зазначені вище зміни психологічного благополуччя осіб 70–79-річного віку відбуваються на фоні недиференційованого мотиваційного профілю особистості (рис. 4).

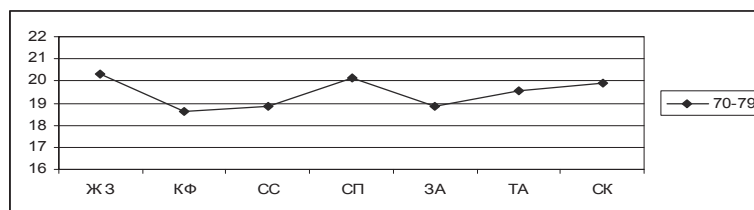


Рис. 4. Мотиваційний профіль особистості осіб 70–79-річного віку (ЖЗ – життєзабезпечення, КФ – комфорт, СС – соціальний статус, СП – спілкування, ЗА – загальна активність, ТА – творча активність, СК – суспільна корисність)

Зв'язків між психологічним благополуччям жінок і складовими мотиваційного профілю особистості не виявлено. Загальне психологічне благополуччя чоловіків, особливо позитивна самооцінка і наявність життєвих цілей, зростає в тих, які мотивовані займатись суспільно корисною активністю ($r=0,373$; $r=0,409$; $r=0,406$) і зберегти свій соціальний статус ($r=0,365$; $r=0,398$; $r=0,434$). Конформність, яка є одним з індикаторів зниження особистої автономії, може спонукатись мотивами особистого комфорту ($r=-0,375$), активної комунікативної взаємодії ($r=-0,407$), зростанням мотивів загальної ($r=-0,491$), творчої ($r=-0,594$) і суспільно корисної активності ($r=-0,593$).

Висновки та перспективи подальших розвідок. У середній та пізній дорослості відбуваються вікові зміни структури психологічного благополуччя. «Дисоційована» структура, яка характерна для другої половини середньої дорослості (50–59 років), упродовж пізньої дорослості набуває все більшої цілісності, досягаючи піку інтеграції у 66–69 років. Така структура підтримується вираженою спрямованістю особи на мотив спілкування і регулюється самовпевненістю і самоповагою людини при умові відсутності внутрішніх конфліктів і самозвинувачень. Для жінок актуальніше мати позитивне самоставлення, для чоловіків – не мати негативного.

У «допіковому» періоді (50–59 років) переживання психологічного благополуччя розгортається на фоні слабо вираженої тенденції до зниження мотиву загальної активності; у «післяпіковому» періоді (70–79 років) мотиваційний профіль особистості стає мало диференційованим. В обох випадках зростає роль самовпевненості людини, проте втрачається позиція внутрішньої незалежності і автономії.

З огляду на вищесказане робимо висновок про те, що 66–69 років є найбільш сприятливим періодом пізньої дорослості з точки зору цілісності психологічного благополуччя людини.

Психологічний супровід позитивного функціонування жінок полягає у корекції негативного самоствавлення (50–59 років), захисті внутрішнього світу від надмірних зовнішніх втручань (60–65 років), стимуляції позитивного самоствавлення (66–69 років), поєднанні стимуляції позитивного і корекції негативного самоствавлення (70–79 років). Стратегія роботи з чоловіками інша: підтримання позитивного самоствавлення (50–59 років), корекція негативного самоствавлення (60–69 років), захист внутрішнього світу від зовнішніх втручань (70–79 років).

Подальші дослідження даної проблематики доцільно спрямувати на виявлення детальнішої структури психологічного благополуччя окремо для жінок та чоловіків, особливо у контексті механізмів психічного захисту особистості.

Список використаних джерел

1. Брэдберн Н. Структура психологического благополучия / Н. Брэдберн. – Ярославль : Инфра, 2005. – С. 17–34.
2. Горбаль І. Психологічні аспекти задоволеності життям як когнітивного аспекту суб'єктивного благополуччя у літніх чоловіків та жінок / І. С. Горбаль // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія "Психологічні науки". – Вип. 1. – Том 1. – Херсон, 2014. – С. 154–159.
3. Куликов Л. В. Субъективное благополучие личности / Л. В. Куликов // Ананьевские чтения. – СПб., 2007. – С.162–164.
4. Куликов Л. В. Факторы психологического благополучия личности / Л. В. Куликов, М. С. Дмитриева, М. Ю. Долина, О. В. Иванов, М. А. Розанова, Т. Г. Тимошенко // Теоретические и прикладные вопросы психологии : Матер. Юбилейной конф. «Ананьевские чтения – 97». – Вип. 3. – Ч. 1. – СПб., 2007. – С. 342–350.
5. Фесенко П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности : дис. канд. психол. наук / П. П. Фесенко. – М., 2005. – С.65–89.
6. Фесенко П. П. Что такое психологическое благополучие? Краткий обзор основных концепций / П. П. Фесенко // Научные труды аспирантов и докторантов. – М. : Изд-во Моск. гуманитар. ун-та, 2005. – Вип. 46. – С. 35–48.
7. Шамионов Р. М. Психология субъективного благополучия : (к разработке интегративной концепции) / Р. М. Шамионов // Мир психологии. – 2007. – № 2. – С.143–148.
8. Шевеленкова Т. Д. Психологическое благополучие личности : обзор основных концепций и методик исследования / Т. Д. Шевеленкова // Психологическая диагностика. – 2005. – № 3. – С. 95–129.
9. Deci E. L., Ryan R. M. Self-determination theory: a macrotheory of human motivation, development, and health / E. L. Deci, R. M. Ryan // Canadian Psychology. – 2008. – № 49(3). – P. 105–117.

10. Diner E. Subjective well-being : Three decades of progress / E. Diner // Psychological Bulletin. – 1999. – P. 276–301.

11. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited / C. D. Ryff, C. L. M. Keyes // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – Vol. 69. – P. 719–727.

Т.Б. Партыко

ВОЗРАСТНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В СРЕДНЕЙ У ПОЗДНЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

Проанализированы возрастные изменения психологического благополучия в 50–79-летнем возрасте. Установлено, что для второй половины средней взрослости характерна "диссоциированная" структура психологического благополучия, которая на протяжении поздней взрослости приобретает все большую целостность, достигая пика интеграции в 66–69 лет. Такая структура поддерживается выраженной направленностью личности на мотив общения и регулируется самоуверенностью и самоуважением человека при условии отсутствия внутренних конфликтов и самообвинений. Поданы рекомендации относительно психологического сопровождения позитивного функционирования женщин и мужчин этого возраста.

Ключевые слова: психологическое благополучие, самоотношение, мотивационный профиль личности, средняя и поздняя взрослость.

T. Partyko

AGE-RELATED CHANGES OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN MIDDLE AND LATE ADULTHOOD

The article analyzes age-related changes of psychological well-being of an individual in middle and late adulthood. It is revealed that "dissociated" structure of psychological well-being that is characteristic of the second half of the middle adulthood (ages 50 to 59) is getting more integrate during late adulthood, reaching integration peak at the age of 66–69 years. Such structure is supported by expressed orientation of an individual to the communication motive and is regulated by self-confidence and self-respect of a person under conditions of absence of inner conflicts and self-accusations. For women it is more important to have a positive self-attitude, while for men – not to have negative one. During "pre-peak" period (ages 50 to 59) experience of psychological well-being rolls out at the background of the weakly expressed tendency to decrease the motive of general activity; in "post-peak" period (ages 70 to 79) motivational profile of a personality becomes little differentiated. In both cases individual's self-confidence is growing, however, the position of inner independence and autonomy is lost. The conclusion is made that the age of 66–69 years is the most favorable period of late adulthood from the viewpoint of integrity of psychological well-being of a person. Psychological accompaniment of positive functioning of women lies in the correction of negative self-attitude (ages 50 to 59), protection of inner world from excessive external interference (ages 60 to 65), stimulation of positive self-attitude (ages 66 to 69), combination of positive self-attitude stimulation and negative self-attitude correction (ages 70 to 79). There is a different strategy of working with men: support of positive self-attitude (ages 50 to 59), negative self-attitude correction (ages 60 to 69), protection of inner world from external interference (ages 70 to 79).

Key words: psychological well-being, self-attitude, motivational profile of a personality, middle and late adulthood.

Надійшла до редакції 15.05.2016 р.