

Сергеева Тамара Борисовна

кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры общей и социальной психологии
Уральского федерального университета
им. первого Президента России Б.Н. Ельцина

Глуханюк Наталья Степановна

доктор психологических наук, профессор,
профессор кафедры
управления персоналом и психологии
Уральского федерального университета
им. первого Президента России Б.Н. Ельцина

**ГОТОВНОСТЬ К ОСВОЕНИЮ
ВОЗРАСТНО-ВРЕМЕННЫХ
ИЗМЕНЕНИЙ И БИОГРАФИЧЕСКАЯ
РЕФЛЕКСИЯ В КОНТЕКСТЕ
ПОЗДНЕГО ВОЗРАСТА
И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ЗАНЯТОСТИ***

Аннотация:

Актуальность изучения готовности к освоению возрастно-временных изменений и биографической рефлексии как компонентов личностной мобильности пожилых людей обусловлена недостаточной представленностью теоретических моделей и эмпирических доказательств о соотношении возрастного и профессионального развития в позднем возрасте, а также комплексных детерминант этого процесса. Целью исследования является описание характера взаимосвязи готовности к освоению возраста и биографической рефлексии работающих и неработающих пенсионеров, что позволит дифференцировать возрастной и профессиональный контексты развития. Эмпирическое исследование показало, что работающие пожилые люди более склонны анализировать события своей жизни и модели жизненного пути других людей. При этом готовность к освоению возраста у работающих и неработающих пенсионеров практически не различается. Составляющие готовности (мотивационная и когнитивная) к освоению возрастно-временных изменений имеют разный характер сопряженности с параметрами биографической рефлексии. Результаты показали большую зависимость исследуемых показателей от возрастного контекста, чем от профессиональной занятости.

Ключевые слова:

поздний возраст, биографическая рефлексия, готовность к освоению возрастно-временных изменений, личностная мобильность, профессиональная занятость, работающие пенсионеры, неработающие пенсионеры.

Sergeeva Tamara Borisovna

PhD in Psychology,
Associate Professor,
General and Social Psychology Department,
Ural Federal University

Glukhaniuk Natalia Stepanovna

D.Phil. in Psychology, Professor,
Personnel Management and
Psychology Department,
Ural Federal University

**READINESS TO MASTER
AGE-RELATED CHANGES
AND BIOGRAPHICAL REFLECTION
IN THE CONTEXT OF LATE AGE
AND PROFESSIONAL
EMPLOYMENT****

Summary:

The relevance of studying the readiness to master age-temporal changes and biographical reflection as components of the personal mobility of older people is due to the insufficient representation of theoretical models and empirical evidence on the relationship between age and professional development at a later age, as well as the complex determinants of this process. The aim of the study is to describe the nature of the relationship between the readiness to master the age and the biographical reflection of working and non-working pensioners, what will make it possible to differentiate the age and professional contexts of development. Empirical research has shown that working older people are more likely to analyze their own life events and other people's life patterns. At the same time, the readiness to master the age of working and non-working pensioners practically does not differ. The components of readiness (motivational and cognitive) to master age-temporal changes have a different character of conjugation with the parameters of biographical reflection. The results showed a greater dependence of the studied indicators on the age context than on professional employment.

Keywords:

late age, biographical reflection, readiness to master age-related changes, personal mobility, professional employment, working pensioners, non-working pensioners.

* Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 19-013-00431 «Личностная мобильность как предиктор сохранения профессионального здоровья в пожилом возрасте».

** The Study Was Carried Out with the Financial Support of the Russian Foundation for Basic Research within the Framework of the Research Project No. 19-013-00431 "Personal Mobility as a Means of Predicting and Maintaining Professional Health in Old Age".

Развитие человека в течение всей жизни детерминировано многими факторами, причем на разных возрастных этапах их влияние на субъекта различно. Особый интерес для исследователя представляет поздний возраст, в котором свойственное предшествующим периодам зрелости решение нормативных возрастных задач, связанных с адаптацией к динамично меняющейся социально-профессиональной среде, осложняется еще и новыми приоритетами, характерными для данного периода онтогенеза. Человек вынужден расходовать физические, когнитивные, эмоциональные ресурсы на освоение не всегда положительных и желательных для него возрастных изменений. В позднем возрасте мобильность можно рассматривать не только как важное личностное качество, своего рода акмеологическую инварианту успешного развития, но и как сложный конструкт, ориентированный на решение жизненных задач, а также как стратегию организации жизни в целом.

Психическому возрастному развитию человека свойственна вариативность и отсутствие жесткой предопределенности. И возрастное, и профессиональное становление индивида обусловлены сложным сочетанием условий социальной среды, видами выполняемой деятельности и типом общения, а также логикой внутреннего саморазвития человека и т. д. Исследователи проблемы соотношения возрастного и профессионального развития отмечают, что второе из названных, хотя и ориентируется на нормы, критерии, уровни профессиональной деятельности, реально опосредуется личностными смыслами конкретного человека, определяющими его жизненный и профессиональный путь. Поэтому анализ превалирования возрастных или профессиональных факторов активности человека в его развитии представляет актуальный исследовательский и практический интерес для науки.

Как границы возрастов, так и возникающие в них профессиональные новообразования существенно зависят от личности конкретного человека. Работает, живет, стареет не индивид, а личность, влияющая на все проявления своего возрастного и профессионального развития. Каждому взрослому человеку важно осознавать задачи того возраста, в котором он находится, и задачи профессионального развития предстоящего периода, чтобы быть к ним готовым. Каждому работающему человеку желательно знать о собственных профессиональных и личностных качествах, чтобы управлять своим развитием. Каждому человеку важно осознавать (рефлектировать) свое индивидуальное своеобразие, общую возрастную картину и профессиональное становление [1].

Знание о старении актуально как с теоретической, так и с практической точек зрения вследствие разногласий между научно обоснованными и обыденными (стереотипными) представлениями о пожилых людях. Остается открытым вопрос о способах преодоления методологических трудностей, связанных с изучением развития в пожилом возрасте и эмпирическими возможностями сравнения лиц, находящихся на разных этапах жизненного пути.

В психологии старения можно выделить несколько основных направлений исследования: культурно-генетическое, описательное и экспериментальное. Проблемой систематизации остается неопределенность методологии, связанная с многообразием теоретических концепций. Анализ подходов позволил выделить наиболее, на наш взгляд, перспективное направление хода научной мысли, ориентированное на изучение не только отдельных характеристик личности, подверженных возрастным изменениям, но и комплексных интегральных многокомпонентных конструктов, а также на создание их теоретических моделей.

Подготовка формальной модели психологического явления с целью его экспериментального изучения позволяет представить его компонентную структуру и предположительно определить детерминанты и эффекты его развития. Объектом моделирования в нашем исследовании являлась личностная мобильность как интегративное качество, детерминирующее активность человека в пожилом возрасте и одновременно являющееся резервом развития.

Использование подходов теоретической систематизации и моделирования позволило спроектировать систему (модель) мобильности, создав тем самым возможность ее эмпирической верификации.

В модель личностной мобильности в пожилом возрасте были включены три вектора анализа: мобильность как индивидуальное свойство; готовность к мобильному поведению и мобильность как жизненная стратегия, которая представляет собой сочетание двух предшествующих измерений [2]. Помимо анализа внутренней структуры и содержания феномена, личностная мобильность представлена в модели и с точки зрения ее эффектов. Мобильность как интегративная характеристика поведения, личности и деятельности возрастного индивида рассматривается как предиктор сохранения его профессионального здоровья и удовлетворенности жизнью. Гипотетически готовность к мобильному поведению находится в прямой положительной взаимосвязи как с профессиональным здоровьем, так и с психологическим благополучием человека. Составляющие готовности в пожилом возрасте способствуют преодолению профессиональных деструкций и сложностей в деятельности, связаны с позитивным мировосприятием и удовлетворенностью

жизнью. В свою очередь оптимальный уровень профессионального здоровья стимулирует готовность к саморазвитию, освоению нового, мотивирует на поиск новых путей самореализации [3].

Поиск внутренней детерминации мобильности и ее взаимосвязи с готовностью к мобильному поведению актуален вследствие отсутствия релевантных эмпирических данных, которые позволили бы проектировать адекватные техники сопровождения.

Как было установлено в наших исследованиях, готовность к мобильному поведению включает целеустремленность, самостоятельность; рефлекссию своего и чужого опыта, временную организацию своей жизни; сохранность социальных связей; готовность к освоению возрастнo-временных изменений; активно-положительное отношение к жизни в позднем возрасте [4]. В процессе анализа готовности к мобильному поведению закономерно встает вопрос о выраженности и соотношении показателей данного феномена, таких как готовность к освоению возраста и рефлексия жизненного пути.

Готовность к освоению возраста рассматривается нами как психическое образование, определяющее осознание личностью факта собственного старения, толерантное отношение к нему и проявляющееся в поиске продуктивных стратегий адаптации к данному процессу.

Готовность к освоению возрастнo-временных изменений включает в себя четыре компонента – физиологический, социальный, личностно-психологический, профессиональный, которые реализуются на трех уровнях – когнитивном, аффективном и мотивационном. Компонентный состав изучаемой нами формы готовности отражает основные аспекты старения человека. В работах авторов статьи подробно представлена модель готовности и ее основные показатели [5].

Другой анализируемой нами характеристикой является биографическая рефлексия, которая рассматривается как индикатор готовности к мобильному поведению. Данные о роли рефлексии в пожилом возрасте неоднозначны, а порой и противоречивы. Способность к анализу и структурированию собственного опыта традиционно считается в психологии нормативной задачей и одновременно ресурсом развития. В контексте возраста рефлексия рассматривается как условие благополучного старения, при этом упор в исследованиях делается в основном на ее роль в ситуациях неопределенности, для преодоления которых субъекту необходимо выбрать вектор дальнейшего поведения и развития. Биографическая рефлексия направлена на осмысление индивидуальной жизни субъекта и обнаруживается в механизмах самопознания и саморегуляции. Особо отмечается связь между биографической рефлексией и процессами преодоления жизненных кризисов; в бескризисный период уровень биографической рефлексии снижается [6].

В имеющихся исследованиях рефлексии в пожилом возрасте в целом представлены описание и измерение выраженности феномена (компонентов жизненного пути и рефлексивности) [7], осуществлен поиск взаимосвязи с другими переменными (благополучие, качество жизни, профессиональная деятельность, удовлетворенность, адаптивность, преодоление кризисов и др.) [8]. Значительно реже встречаются работы, отражающие эмпирические результаты изучения взаимосвязи с личностными особенностями и, в частности, с готовностью к изменениям [9].

В исследовании личностной мобильности пожилых людей важное место занимает проблема соотношения различных компонентов психологической готовности к мобильному поведению. Мы остановимся на частных ее вопросах: каков характер взаимосвязи готовности к освоению возрастнo-временных изменений и биографической рефлексии пожилых людей, различается ли их уровень в зависимости от профессиональной занятости, и попытаемся установить на них ответы в ходе проведения эмпирического исследования.

Целью работы является описание характера взаимосвязи готовности к освоению возраста и биографической рефлексии работающих и не работающих пенсионеров, что позволит дифференцировать возрастную и профессиональную контексты развития.

В эмпирическом исследовании на добровольной основе приняли участие 272 жителя г. Екатеринбургa и Свердловской области (Россия) в возрасте от 55 до 80 лет. Выделены две группы респондентов: неработающие пенсионеры (144 человека в возрасте от 55 до 80 лет, средний возраст – 67 лет), работающие пенсионеры (128 человек от 55 до 74 лет, средний возраст – 61 год). Использовались следующие методики: методика оценки уровня развития биографической рефлексии М.В. Клементьевой, опросник «Готовность к освоению возрастнo-временных изменений» Н.С. Глуханюк, Т.Б. Сергеевой. В качестве статистических методов применялись сравнительный анализ по U-критерию Манна – Уитни и корреляционный анализ по критерию r-Спирмена.

Сравнение пожилых людей по критерию профессиональной занятости выявило ряд различий в показателях биографической рефлексии. Так, работающие пенсионеры демонстрировали более высокие показатели рефлексии жизни других людей ($U = 10\ 627$ при $p = 0,047$) и своей жизни ($U = 11\ 428$ при $p = 0,001$), в частности в таких составляющих, как когнитивная ($U = 10\ 982$ при $p = 0,011$) и личностная ($U = 11\ 085,5$ при $p = 0,007$). Они более склонны оценивать события

своей жизни с «внеличностных» позиций, ориентируясь на экзистенциальные критерии, транслируемые социумом и культурой. Работающие пенсионеры чаще анализируют свою жизнь, переосмысливают жизненные задачи, демонстрируют способность к оценке жизненных событий.

При этом готовность к освоению возрастно-временных изменений у работающих и неработающих пенсионеров находится на одном уровне. Различия были выявлены лишь по двум из двадцати показателей готовности – когнитивной составляющей социального компонента ($U = 6\ 010$ при $p = 0,028$) и мотивационной составляющей профессионального компонента ($U = 8\ 207$ при $p = 0,041$). Неработающие пожилые люди лучше осознают возрастные трансформации, связанные с изменением социального статуса в обществе и отношением со стороны окружающих. Продолжение профессиональной деятельности тормозит этот процесс, но в то же время стимулирует поиск стратегий адаптации к изменению характера трудовых действий и смене профессиональных ролей в связи с выходом на пенсию. В целом можно заключить, что в пожилом возрасте профессиональная занятость уже не является фактором, оказывающим решающее воздействие на уровень психологической готовности к освоению возраста. Ее формирование можно рассматривать как нормативную задачу пожилого возраста, в котором возрастно-временные изменения уже стали объективной реальностью, и продолжение или завершение трудовой биографии вносит свой вклад лишь в отдельные, профессионально значимые ее составляющие.

Анализ взаимосвязей между биографической рефлексией и готовностью к возрастным изменениям показал сходную картину в группах работающих и неработающих пенсионеров, поэтому далее анализ результатов производится на общей выборке. Основным итогом исследования можно считать выявление положительной взаимосвязи мотивационного уровня готовности и личностной составляющей биографической рефлексии ($r = 0,176$ при $p = 0,004$). Исходя из трактовки биографической рефлексии М.В. Клементьевой [10], можно предположить, что пожилые люди, способные осознавать смыслы событий жизни, влиять на свой жизненный путь, самостоятельно и ответственно формулировать приоритетные жизненные задачи, более активны в поиске способов совладания с коснувшимися их возрастными изменениями: физиологическими ($r = 0,264$ при $p = 0,000$), социальными ($r = 0,138$ при $p = 0,034$), личностно-психологическими ($r = 0,184$ при $p = 0,004$), профессиональными ($r = 0,267$ при $p = 0,000$).

Следующая общая тенденция – отрицательная взаимосвязь аффективного уровня готовности к возрасту с когнитивной составляющей биографической рефлексии ($r = -0,148$ при $p = 0,016$). Спокойное, толерантное отношение к происходящим или перспективным возрастным изменениям демонстрируют пожилые люди, безоценочно переживающие события своей жизни, не склонные к поискам смысла существования и анализу происходящего вокруг.

Когнитивный уровень готовности, отвечающий за осознание и понимание происходящих возрастно-временных изменений, оказался не связан ни с одним из показателей биографической рефлексии. Возможно, как и в случае с профессиональной занятостью, осознание возраста – нормативная задача для пожилых людей, и она решается вне зависимости от их способности или неспособности анализировать свой и чужой жизненный путь. Также можно предположить нелинейный характер связи готовности и биографической рефлексии, что согласуется с предположением Д.А. Леонтьева о «хорошей» и «дурной» рефлексии [11], согласно которому высокая склонность к самоанализу может препятствовать успешному жизненному функционированию. Это предположение будет проверяться на последующих этапах исследования с привлечением более сложных методов математического анализа.

Другой интересный результат, выявленный на общей выборке пожилых людей, – положительная взаимосвязь профессионального компонента готовности к возрастным изменениям с конфигуративной ($r = 0,135$ при $p = 0,028$) и социально-перцептивной ($r = 0,129$ при $p = 0,035$) составляющими биографической рефлексии жизни других людей. В большей степени готовы осваивать множественные трансформации в сфере трудовой карьеры пожилые люди, ориентированные на анализ не только своей, но и чужой биографии, воспринимающие события своего жизненного пути через призму взаимоотношений с другими людьми. Этот результат подчеркивает значимость успешной ресоциализации и сохранения социальных связей в поздней взрослости для «экологичного» завершения профессиональной деятельности.

Полученные данные позволяют соотносить необходимость формирования компонентов готовности с возможностью предлагаемых техник и методов, поэтому технологии сопровождения включают варьируемый набор инструментов. Поиск методов работы и определение наиболее эффективных из них предполагают этап описания и измерения феноменов для последующего управляемого формирования. Результаты нашего исследования психологических особенностей позднего возраста явились информационной основой для выбора методов формирования готовности к освоению возраста и личностной мобильности в целом [12].

Таким образом, проведенное исследование показало, что работающие пожилые люди более склонны анализировать события своей жизни и модели жизненного пути других людей. При этом психологическая готовность к освоению возрастнo-временных изменений в пожилом возрасте практически не зависит от профессиональной занятости.

Составляющие готовности к освоению возрастнo-временных изменений демонстрируют разный характер сопряженности с параметрами биографической рефлексии. Вне зависимости от профессиональной занятости мотивационная готовность искать и использовать стратегии освоения происходящих с человеком возрастнo-временных изменений положительно взаимосвязана с личностной составляющей биографической рефлексии, проявляющейся в анализе целей и смыслов событий своей жизни. Когнитивная готовность, обеспечивающая осознание и понимание возрастнo-временных изменений, не обусловлена напрямую уровнем биографической рефлексии, а толерантное отношение к разноплановым процессам старения (аффективная готовность) сопряжено с низким уровнем смысложизненного анализа. В целом готовность к изменениям в сфере профессиональной занятости в большей степени связана с ориентацией на модели жизни других людей, чем с анализом собственной биографии.

Результаты исследования демонстрируют большую зависимость анализируемых показателей от возрастного контекста, нежели от профессиональной занятости, а также подтверждают правомерность операционализации готовности к мобильному поведению через показатели готовности к освоению возраста и биографической рефлексии.

Ссылки:

1. Маркова А.К. Психология профессионализма. М., 1996. 308 с. ; Пайдиев К.Е., Кузяшев А.Н. Профессионализм и возраст // *Colloquium Journal*. 2019. № 25-4 (49). С. 65–67 ; Солнцева Н.В. Динамика изменений мотивационной структуры педагога в процессе профессионализации. М., 2012. 144 с.
2. Сергеева Т.Б., Глуханюк Н.С., Борисов Г.И. Личностная мобильность человека в пожилом возрасте // *Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры*. 2019. Т. 25. № 3 (189). С. 193–201.
3. Личностная мобильность как предиктор профессионального здоровья и благополучия в пожилом возрасте / Т.Б. Сергеева [и др.] // *Перспективы науки и образования*. 2019. № 6 (42). С. 397–408.
4. Сергеева Т.Б., Глуханюк Н.С. Индивидуальные свойства как корреляты готовности к мобильному поведению в пожилом возрасте (в контексте профессиональной занятости) // *Мир науки. Педагогика и психология : электронный журнал*. 2019. Т. 7. № 5. С. 1–10.
5. Гершкович Т.Б., Глуханюк Н.С. Готовность к освоению возрастнo-временных изменений в процессе жизненного пути // *Образование и наука. Известия УРО РАО*. 2005. № 5 (35). С. 90–99 ; Глуханюк Н.С., Сергеева Т.Б. Психология позднего возраста: результаты исследований. Екатеринбург, 2007. 126 с.
6. Клементьева М.В. Биографическая рефлексия как ресурс саморазвития взрослых людей // *Культурно-историческая психология*. 2016. № 1. С. 14–23. <https://doi.org/10.17759/chp.2016120102>.
7. Завьялова И.Ю. Актуализация навыков рефлексии в программе психологической поддержки // *Мир науки. Педагогика и психология: электронный журнал* 2016. Т. 4. № 3. С. 1–10 ; Клементьева М.В. Биографический концепт как психологическое средство осмысления жизни // *Культурно-историческая психология*. 2019. Т. 15. № 4. С. 68–78. <https://doi.org/10.17759/chp.2019150407>.
8. Гвоздецкая В.К. Психологические особенности мужчин и женщин в различные периоды возрастнo-временных кризисов // *Sciences of Europe*. 2016. № 9-4 (9). С. 12–24; Карапетян Л.В. Рефлексивные процессы в структуре эмоционально-личностного благополучия // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. 2020. № 1 (179). С. 412–414. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2020.1.p412-415> ; Meier L.L., Cho E., Dumani S. The Effect of Positive Work Reflection during Leisure Time on Affective Wellbeing: Results from Three Diary Studies // *Journal of Organizational Behavior*. 2016. Vol. 37, iss. 2. P. 255–278 <https://doi.org/10.1002/job.2039> ; Seggelen-Damen I., Dam K. Self-reflection as a Mediator between Self-efficacy and Well-being // *Journal of Managerial Psychology*. 2016. Vol. 31, iss. 1. P. 18–33. <https://doi.org/10.1108/jmp-01-2013-0022>.
9. Завьялова И.Ю., Солдатова Е.Л. Структура личностной зрелости пожилых людей, участвующих в программах непрерывного образования // *Science for Education Today*. 2019. Т. 9. № 1. С. 93–108. <https://doi.org/10.15293/2658-6762.1901.06>.
10. Клементьева М.В. Биографическая рефлексия во взрослом возрасте: содержание, функции, генез: дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 2018. 530 с.
11. Леонтьев Д.А., Осин Е.Н. Рефлексия «хорошая» и «дурная»: от объяснительной модели к дифференциальной диагностике // *Психология. Журнал высшей школы экономики*. 2014. Т. 11. № 4. С. 110–135.
12. Глуханюк Н.С., Сергеева Т.Б., Борисов Г.И. Технологии формирования личностной мобильности в пожилом возрасте // *Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры*. 2020. Т. 26. № 3 (199). С. 148–154.

Редактор: Ситникова Ольга Валериевна
Переводчик: Кочетова Дарья Андреевна