

## АНОТАЦІЯ

**Подорожний В.Г. Соціально-психологічні особливості особистісного відчуження людей похилого віку. - Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.**

*Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук (доктора філософії) за спеціальністю 19.00.05 – соціальна психологія, психологія соціальної роботи. – Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2021.*

У дисертації здійснено теоретичне обґрунтування й емпіричне дослідження соціально-психологічних особливостей особистісного відчуження людей похилого віку.

З урахуванням підходів, які існують у психології, на основі аналізу наукової літератури визначено теоретико-методологічні засади дослідження соціально-психологічних особливостей особистісного відчуження людей похилого віку.

Проаналізовано основні підходи до вивчення поняття відчуження: філософський, соціологічний, політичний, теологічний, психологічний та ін. Підкреслено, що дане дослідження базується на психологічному підході, відповідно до якого особистісне відчуження людей похилого віку розуміється як складний процес поступового руйнування (зменшення) соціально-психологічних контактів між особистістю та оточуючим її соціумом, що супроводжується підвищеною тривожністю й переживанням самотності, соціальною дистантністю, низькою самооцінкою й схильністю до самозвинувачення, проблемами в міжособистісному спілкуванні, внутрішньоособистісним конфліктом щодо усвідомлення своєї ізольованості, недовірою, очікуванням негативного ставлення до себе з боку інших людей та потребою в опорі, захисті, соціальній підтримці.

Окреслено соціально-психологічні особливості особистісного відчуження людей похилого віку, які виражаються у його змісті, структурі, умовах розвитку і детермінуються соціальними й психологічними чинниками,

що призводить до втрати суб'єктності. Розкрито роль та значення психологічних якостей особистості людини похилого віку в організації власної життєдіяльності. Відзначено, що на поглиблення особистісного відчуження впливають як соціальні, так і психологічні чинники.

Встановлено, що психологічні чинники особистісного відчуження людей похилого віку обумовлені психологічними передумовами, наявність та міра прояву яких призводить до специфічної позиції індивіда, що визначається його інтрапсихічними особливостями й психоемоційними станами. У свою чергу, соціальні чинники, спричинені ставленням оточення до особистості, визначають зовнішні аспекти прояву особистісного відчуження у людей похилого віку. Доведено, що незалежно від того, якою є природа особистісного відчуження (психологічна чи соціальна), соціум відіграє провідну роль: він або повертає самотню, безсилу особистість до активного життя в суспільстві, або посилює негативний стан особи похилого віку своєю зневагою, байдужістю, жорстокістю.

Створено модель виникнення особистісного відчуження у людей похилого віку, яка включає зміни у соціальному статусі, збільшення кількості незайнятого часу, зменшення або ж руйнування соціальних контактів і зниження рівня соціальної активності. Названі чинники виникнення особистісного відчуження у людей похилого віку підкріплюються фізіологічними особливостями даного періоду й спричинюють переживання невідповідності соціальним нормам та стандартам життя. Сучасні соціальні норми й стандарти здебільшого орієнтовані на людину молодше середнього віку і не враховують можливості людей похилого віку щодо ефективного та повноцінного ведення активної соціальної діяльності, що, власне, призводить до виникнення особистісного відчуження.

Розроблено структурну модель особистісного відчуження людей похилого віку, яка включає: психологічні чинники особистісного відчуження; соціальні чинники особистісного відчуження; втрату суб'єктності; зменшення соціальних контактів.

Визначено, що до психологічних чинників особистісного відчуження належать відособленість, адаптивність, послідовність у досягненні цілей, життєві цілі, інтерес до життя, усвідомлена самотність, емоційний комфорт, негативна оцінка минулого, тривожність. До соціальних чинників особистісного відчуження віднесено відмову від участі в справах соціуму, зниження соціальної відповідальності, соціальну дистантність.

Обґрунтовано, що соціальні й психологічні чинники особистісного відчуження людей похилого віку сприяють поглибленню особистісного відчуження у людей похилого віку, яке характеризується втратою суб'єктності через скорочення соціальних контактів (виключення з груп та зменшення стосунків) і призводить до поглиблення соціальних та психологічних чинників особистісного відчуження.

Встановлено, що для переважної більшості людей похилого віку характерними є низька осмисленість життя, негативне самоствавлення, низький рівень задоволеності життям, небажання змінювати свій стиль життя, високий рівень відчуття самотності та відсутність бажання і можливостей щодо налагодження конструктивної взаємодії з іншими. Діагностовано наявність особистісного відчуження у людей похилого віку, визначено рівень соціальної включеності, якість і різноманітність міжособистісних стосунків у людей похилого віку.

Виділено чинники (суб'єктивне благополуччя, загальний фон настрою), переживання яких на високому та середньому рівнях є прямо протилежним переживанню особистісного відчуження. Ґрунтуючись на результатах дослідження суб'єктивного благополуччя й загального фону настрою, вибірку було поділено на дві експериментальних групи. Представники першої експериментальної групи характеризуються низьким та середньо-низьким рівнями суб'єктивного благополуччя й загального фону настрою. У представників другої експериментальної групи рівень суб'єктивного благополуччя і загального фону настрою високий й середньо-високий, тобто у них наявне особистісне відчуження, проте вони не переживають

негативних психоемоційних станів. У результаті статистичного аналізу було виявлено, що особливої уваги потребує емоційна сфера людей похилого віку, які переживають особистісне відчуження.

Зафіксовано кореляційні зв'язки між виділеними соціальними й психологічними чинниками, які детермінують переживання особистісного відчуження: «суб'єктивне благополуччя – загальний фон настрою»; «суб'єктивне благополуччя – інтерес до життя»; «суб'єктивне благополуччя – емоційний комфорт»; «загальний фон настрою – емоційний комфорт»; «суб'єктивне переживання самотності – відособленість»; «дифузна самотність – суб'єктивне благополуччя»; «дифузна самотність – відособленість»; «дифузна самотність – емоційний комфорт»; «відособленість – тривожність»; «адаптивність – емоційний комфорт».

Виявлено, що особистісне відчуження у людей похилого віку включає емоційний, когнітивний і поведінковий компоненти й проявляється в негативних емоційних переживаннях, думках про недобррозичливе ставлення суспільства до літніх людей, вірі в стереотипи стосовно літніх людей, низькому рівні задоволеності життям та часто критичною оцінкою власного минулого.

З'ясовано, що люди похилого віку, які переживають особистісне відчуження, потребують психологічної допомоги та підтримки. Зважаючи на отримані результати констатувального експерименту, визначено, що особливої уваги потребує емоційний компонент особистісного відчуження. Окреслено, що психологічна допомога і підтримка щодо подолання особистісного відчуження у людей похилого віку мають бути спрямовані на зниження рівня негативних психоемоційних переживань розвиток психологічних якостей, необхідних для подолання особистісного відчуження та підвищення соціальної активності.

Розроблено і апробовано тренінгову програму «Подолання особистісного відчуження у людей похилого віку», яка складається із дев'яти тренінгових занять та спрямована на зниження рівня негативних переживань,

пов'язаних із особистісним відчуженням: тривожності, дезадаптації, низького загального фону настрою. Учасників тренінгової програми було розділено на експериментальну та контрольну групи.

Визначено, що психологічними компонентами подолання особистісного відчуження людей похилого віку є знання про соціальні та психологічні чинники особистісного відчуження, спроможність особистості до здійснення рефлексії власних психологічних якостей, необхідних для попередження виникнення й поглиблення особистісного відчуження, здатність до практичного застосування набутих умінь та навичок, необхідних для подолання особистісного відчуження.

Доведено, що запропонована тренінгова програма є ефективним засобом подолання особистісного відчуження людей похилого віку. На основі статистично значущих показників констатовано, що в учасників тренінгової програми зменшився рівень самотності, знизилася відособленість і тривожність, що сприяло подоланню особистісного відчуження. Відмічено та статистично підтверджено зростання показників: цілі життя, підвищення суб'єктивного благополуччя, зростання індексу життєвого задоволення, підвищення адаптивності й емоційного комфорту. У контрольній групі подібних змін відмічено та статистично підтверджено не було.

**Практичне значення отриманих результатів дослідження** полягає у розробці та впровадженні тренінгової програми «Подолання особистісного відчуження у людей похилого віку». Матеріали дисертації можуть бути використані як психологами, так і соціальними працівниками при роботі з людьми похилого віку, а також при наданні психологічної допомоги у процесі подолання особистісного відчуження. Результати дослідження можуть використовуватися під час удосконалення навчальних програм і посібників із навчальних дисциплін «Соціальна психологія», «Психологічне консультування», «Соціальна опіка і піклування», «Соціальний супровід розвитку громади» та ін., що сприятиме поглибленню знань і уявлень

майбутніх фахівців з соціальної роботи та психологів щодо особливостей соціально-психологічної роботи з людьми похилого віку.

**Ключові слова:** відчуження, особистісне відчуження, люди похилого віку, самотність, соціальна активність, психологічні чинники особистісного відчуження, соціальні чинники особистісного відчуження, особистість, компоненти особистісного відчуження, тренінгова програма «Подолання особистісного відчуження у людей похилого віку», модель виникнення особистісного відчуження, структурна модель особистісного відчуження людей похилого віку.