

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

PSYCHOLOGICAL STUDIES

DOI: 10.12731/2218-7405-2018-8-6-22

УДК 316.6

ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СЕБЕ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ С РАЗНЫМИ ТИПАМИ СТАРЕНИЯ

Гудзовская А.А.

Тема исследования. Представления о себе пожилых людей с разными типами старения.

Предмет исследования: структура категорий представлений о себе, отраженных в Я-концепции пожилых людей.

Цель. Мы ставили целью определить направления психологической поддержки пожилых людей, для чего изучить представления пожилых людей о себе и своей жизни, соотнести представления с типом старения. Эта цель вызвана тем обстоятельством, что в психологической литературе недостаточно опубликованных исследований, позволяющих построить эффективную психологическую помощь пожилым людям, учитывающую особенности именно этого возрастного периода жизни.

Методы. Полуструктурированное интервью для определения типа старения (по А. Качкину). Контент-анализ эссе «Я человек» для выявления представлений о себе.

Результаты. Экспериментальная работа позволила выявить долю людей пожилого возраста, которые нуждаются в психологической поддержке – это почти половина всех стариков. Жизнь этих людей не освещена надеждой, каким-либо интересами, их тип

старения – угасающий, то есть психологически они ждут конца своей жизни. Другая половина пожилых людей является примером того, что, несмотря на часто не легкие материальные условия, разочарования, отсутствие социального статуса, жизнь в позднем возрасте может оставаться деятельной, творческой, насыщенной, осмысленной.

Выводы. *Найденные взаимосвязи между типами старения и субъективно-психологическими характеристиками пожилых людей, позволяют перейти к этапу построения специализированной психологической помощи в позднем возрасте, основанной на развитии представлений о себе и собственной жизни.*

Область применения результатов. *Результаты проведенного исследования позволили разработать программу по психологии для образовательного проекта «Университет пожилых 2.0» Ассоциации выпускников СамГУ, (Проект 17-2-005755 фонда Президентских грантов).*

Ключевые слова: *пожилые; возраст; тип старения; представления о себе; психологическая поддержка пожилых.*

SELF-REPRESENTATIONS OF OLDERLY PEOPLE WITH DIFFERENT AGING TYPES

Gudzovskaya A.A.

Theme of the study. *Self-representations of the elderly with different types of aging.*

Subject of the study: *the categorical structure of self-representations reflected in the I-concept of the elderly.*

Purpose. *The scientific goal of this study is to investigate the types of psychological support for elderly people, thus, their self-representations have been studied and related to a type of aging. This goal has been evoked by the fact that nowadays there is a lack of published studies on psychological support for elderly people that cover features of that period of aging.*

Methods. *Semi-structured interview has been chosen to determine the type of aging (method of A. Kachkin). Content analysis of the essay “I am a person” has provided elderly’s representations of themselves.*

Results. *The empirical study has shown the number of elderly people that require psychological support – almost 50%. Those people live their lives without any hope or interests; they have the psychological type of aging that is called “fading away”, during which elderly people are basically waiting to die. The other 50% have demonstrated a more positive example of an active, creative and thoughtful way of life that an elderly person can have in spite of difficult living conditions, frustration and low of social status.*

Conclusions. *The results have revealed the correlation between the types of aging and subjective psychological characteristics of elderly people, which allows to proceed to the next phase of the study – construction of the specialized help for the elderly, based on their self-representations.*

Practical implications. *The results of the study have become the foundation of a psychology program for the educational project “University of elderly people 2.0” organized by Association of Samara State University Alumni. This article is funded by the Presidential Grants Fund (project 17-2-005755).*

Keywords: *elderly people; age; type of aging; self-representation; psychological support of the elderly.*

Каждый возрастной этап жизни человека сопровождается изменениями в самоотношении, самосознании. Теоретическим конструктом в психологии, отражающим эмоционально-когнитивное отношение человека к себе является Я-концепция. Я-концепция начинает формироваться в детские годы и является достаточно устойчивой структурой самосознания. Вместе с тем жизненный опыт, течение времени и жизненные обстоятельства оказывают влияние на ее содержание.

Среди геронтологических исследований Я-концепции в российской психологии широко известно эмпирическое исследование О.В. Красновой, посвященное анализу соотношению социальной и

личностной идентичности [5]. В зарубежных исследованиях старение позиционируется как период обновления Я-концепции, период поиска новой самоидентификации (П.Б. Бэлтс, Д.Б. Бромли, Д. Фрайд, Р.И. Миллсэп, Дж.Р. Хэвигхёрст, Д.Х. Кослер, С.Д. Рифф [18]).

Рассматривая психологические особенности людей позднего возраста, исследователи обращают внимание на то, что старение происходит по-разному у разных людей (М.Э. Елютина, М.В. Ермолаева, Л.В. Прохорова, Н.Г. Ковалева, И.Г. Калашников, Л.А. Мулюкина, И.В. Ольховская, В.Д. Шапино и др.).

В этом ключе разработана теория возрастной периодизации Э. Эриксона, согласно которому, поздний период жизни, как и остальные этапы жизни, может проходить успешно, или не успешно [8]. На положительном полюсе прохождения периода старения – результат выполнения человеком главной задачи возраста – интеграция событий предыдущей жизни, формирование целостности Я. На противоположном полюсе отчаяние, которое охватывает человека, если задача не решена. Отчаяние связано с неудовлетворительной оценкой прожитой жизни, которая воспринимается цепью упущенных возможностей, ощущением недостатка времени что-то исправить, чувством безнадежности и страхом смерти.

Фактором, способствующим сохранению умственных и эмоциональных качеств, развитых человеком в процессе жизни, В. Франкл считает плодотворную насыщенную жизнь [10]. Л.И. Анцыферова говорит о том, что люди по-разному могут воспринимать свой возраст, и могут относиться к нему как к освобождению от социальных ограничений, предписаний и стереотипов рабочего периода. Такое отношение положительно сказывается на оценочном компоненте Я-концепции [1]. Одна из самых влиятельных концепций благополучного старения принадлежит С.Д. Ryff, который на эмпирическом материале показывает, что самопринятие, цель в жизни, автономия, позитивные отношения с другими, понимание своего потенциала саморазвития, способность управлять сложной средой в соответствии с собственными потребностями, обеспечивают позитивное функционирование [18].

В социологическом эмпирическом исследовании ведущих интересов и отношений пожилых людей А. Качкин выявил семь типов старения: семейный, творческий, политический, религиозный, одинокий, угасающий, больной [4]. Три из выявленных семи типов могут свидетельствовать о преобладании отчаяния над интеграцией и целостностью. Отчаяние, по Э. Эриксону, связано с неудовлетворительной оценкой прожитой жизни, которая воспринимается цепью упущенных возможностей [8]. Такой человек осознает, что времени что-то исправить остается мало, он испытывает безнадежность, страх смерти.

Исследователи, в частности S. MacLeod, S. Musich, K. Hawkins, K. Alsgaard, отмечая существование двух групп старения – устойчивых и уязвимых, говорят о необходимости исследования личностных черт и самооотношений устойчивых пожилых людей, особенно тех, кто старше 100 лет, для того, чтобы можно было строить обоснованные направления социальной поддержки и помощи для уязвимой в психологическом плане группы стариков [16].

В данной работе мы ставили своей целью выявление возрастных изменений Я-концепции в пожилом возрасте, для определения направления психологической поддержки пожилых людей, улучшающие их психологическое благополучие. В России и за рубежом есть государственные и волонтерские службы, ориентированные на содействие психологическому благополучию пожилых (L.A. Weiss, G.J. Westerhof и E.T. Bohlmeijer [19], М.В. Ермолаева [2], Л.В. Прохорова [7], С.Л.М. Keyes, D. Shmotkin и С.Д. Ryff [15]). Социальная и психологическая помощь пожилым людям строится зачастую как поддержка физического здоровья, без учета их представлений о себе, особенностей Я-концепции. Вместе с тем практические исследования российских и зарубежных ученых показывают, что на психологическом благополучии пожилых сказываются: возможности самореализации [13], активного осмысленного образа жизни [12], удовлетворения аффилиативных потребностей [3], [7].

Гипотеза исследования. Конструктивный тип старения с позитивным функционированием отмечается у тех пожилых, в Я-концепции которых представлена множественная социальная идентичность

(много социальных идентификационных общностей), в представлениях о себе фигурируют цели и смысл жизни.

В экспериментальном исследовании приняли участие 40 мужчин и женщин в возрасте от 57 до 80 лет. Среди обследованных 23 женщины и 17 мужчин. Образование обследованных: неполное среднее – 22 человека, среднее, среднее специальное, незаконченное и законченное высшее – 18 человек. Почти половина (19 человек) в выборке – вдовы, 17 – человек живут с супругом/супругой, 4 – разведены. Все участники – неработающие пенсионеры.

Методы диагностики

В качестве основного метода исследования использованы полуструктурированное интервью и метод контент-анализа эссе на тему «Я человек».

Полуструктурированное интервью по определению типа старения основано на выявлении интересов в соответствии с классификацией А. Качкина [4]. Интервью включило в себя вопросы об основных занятиях пожилых людей, о тех видах деятельности и времяпрепровождения, которые приносят удовольствие. Отдельная часть вопросов посвящена состоянию здоровья пожилого человека, его отношению к своему физическому состоянию, к болезням, к возрастным изменениям.

Контент-анализ эссе «Я человек». Содержательно-количественный анализ позволил определить 27 категорий, среди которых: тело, внешность, действия, занятия, интересы, качества личности, характеристики, умения и возможности, семья, друзья, люди, животные, вещи, идеи, смысл, обязанности, понятия, отличие, идентичность, оценка, мнения, чувства, стихия, права, знания, обращения. Для характеристики группы брались среднее количество слов той или иной категории и количество человек (в %), использовавших слова той или иной категории.

Связь демографических факторов и типов старения. Среди опрошенных пожилых людей 40% относятся к семейному типу, ориентированному на благополучие своей семьи. Они интересуются

делами детей, внуков, участвуют в ведении хозяйства и в заботе о воспитании внуков. Около трети пожилых (32,5%) отнесены к угасающему типу. Эти люди говорили об отсутствии интереса или невозможности заниматься тем, чем хотелось бы, об усталости от жизни. Среди них больше половины вдовых. Остальные типы старения в выборке встречаются реже или в сочетании с двумя перечисленными, например, угасающий – больной, семейный – социальный, семейный – угасающий, творческий – религиозный и др. Творческий тип старения наблюдается в основном у семейных людей, религиозный – среди вдовых, причем только у женщин.

Возраст опрошенных не сказывается на типе старения. Прослеживается связь типа старения и образования. Образование выше среднего, среднее специальное и высшее открывает перед человеком дополнительные сферы жизни – социальную, то есть заботу об общественном благе, творческую, что отражается в соответствующем типе старения. Пожилые люди, имеющие образование 3–5 классов, чаще всего (71,4%) имеют угасающий тип старения, в основном чувствуют свою жизнь прошедшей зря, отмечают в жизни только печальные и трудные стороны. Людям, имеющим невысокий уровень образования, с одной стороны, больше всего нужна психологическая помощь и социальная забота, с другой, – они менее всего склонны за такой помощью обращаться, давно потеряли надежду на то, что можно жить лучше.

Семейный, творческий, религиозный, социальный типы старения и их сочетания являются конструктивными, с положительным (удовлетворительным) отношением к жизни. Хорошее самочувствие в пожилом возрасте связано с уверенностью в себе пожилых людей, с возможностью сохранения посильного труда и общения с внешним миром. А. Gaggioli, L. Morganti, S. Bonfiglio на основании эмпирических исследований отмечают, что контакт между пожилыми родителями и их детьми способствует психосоциальному благополучию как пожилых людей, так и их взрослых детей [11].

Угасающий, одинокий, больной типы старения отражают преимущественно негативное отношение к жизни. Неудовлетворенность

жизнью пожилые объясняют влиянием семейных конфликтов, материальных трудностей и плохого здоровья. Также плохой настрой к жизни у стариков связан с тем, что их не почитают дети и внуки, в их советах никто не нуждается, они переживают утрату смысла и целей жизни. Лонгитюдное исследование пожилых людей, проведенное S.E. Jackson, R.J. Beeken и J. Wardle в Англии, показало, что именно дискриминационное отношение к старикам, затрудненные условия самореализации, являются факторами, приводящими к депрессиям, отклонениям в здоровье, ожирению, а не наоборот, как обычно принято считать [14].

Таким образом, снижение психологического благополучия пожилых людей связано не с возрастом, не с состоянием здоровья, а с сужением круга интересов, возможностью устанавливать и вступать в контакты, стремление к самореализации (C.D. Ryff [18]).

Результаты эмпирического исследования

Количественный анализ эссе «Я человек» показал, что объем текстов имеет большой разброс – от 20 до 210 слов ($\bar{X}=65,1\pm 20$). В каждом тексте использовано в среднем 9,7 выделенных нами категорий. Пожилые люди, получившие среднее или выше образование использовали в среднем 73,3 слова, тогда как люди, имеющие неполное среднее образование, употребляли при самоописании 57,4 слова.

Наиболее многочисленными категориями по количеству отнесенных к ним слов являются категории *семья* ($\bar{X} = 3,35$), *внешние факторы* ($\bar{X} = 2,71$), *социальная идентификация* ($\bar{X} = 2,43$) (см. таблицу 2). Категория *семья* объединяет все упоминания о родственниках, супругах, детях, внуках. К категории *внешние факторы* отнесены отсылки к внешнему влиянию на судьбу автора текста, экстернальный локус контроля, стихийно складывающиеся обстоятельства (например, «*Обстоятельства заставили уйти с работы*», «*Жизнь сложилась удачно*» и пр.). Категория *внешние факторы* является характерной только для возрастной группы пожилых людей. Люди других возрастов, размышляя над темой «Я человек» практически никогда не используют грамматические конструкции такого рода.

Категория *социальная идентификация* включает в себя паспортные данные, место жительства, пол, принадлежность к социальной группе пенсионеров, к своему поколению.

Таблица 2.

Частота популярных категорий в тексте эссе (ср. значения)

	Семья	Внешн. факторы	Идент.	Занятия	Люди	Вещи	Интересы
Все	3,35	2,71	2,43	2,18	2,13	2,13	1,18
Мужчины	4,3	3,0	2,4	1,9	2,7	3,4	4,6
Женщины	3,2	2,7	2,4	2,2	2,0	1,8	0,5

Одинаково часто в текстах встречаются слова категорий – «люди» и «вещи» ($\bar{X}=2,13$). В категорию *люди* отнесены упоминания незнакомых людей, людей вообще (например, «Я, как и другие люди»), людей, объединенных по какому-либо признаку («Мы, с одноклассниками...»), «Я похож на своих сверстников...»), а также высказывания автора об отношении к людям («Мне нравится современная молодежь»), указание на отношение других людей к автору («Начальство на работе меня уважало»).

В категории *вещи* испытуемые упоминают о вещах и предметах их окружающих. Например, не просто «читаю», а «читаю книги», «выращиваю на огороде огурцы, помидоры...»), «у меня уютный дом». При интерпретации проективных текстов, рисунков, акцент на вещах обычно расценивается как наличия чувства одиночества у автора.

Дальнейший анализ проведем, сравнивая частоту использования категорий в текстах пожилых людей с положительными и отрицательными типами старения. Большинство категорий имеет одинаковую актуальность или ее отсутствие. Например, типичная для разных возрастных групп категория *друзья* не нашла своего отражения ни в одном эссе участников данного исследования.

Вместе с тем есть существенные различия в частоте обращения к таким категориям как *социальная идентификация* (отнесение себя к разным социальным группам), *люди*, *интересы*, *смысл*.

На рисунке 1 представлено количество человек использовавших слова категорий *люди* и *идентичность* в своих эссе.

В содержании сознания лиц пожилого возраста с негативным типом старения *другие люди* представлены реже в сравнении с положительными типами старения (71,4% и 94,8% соответственно). Примерная пятая часть (21,1%) сочинений пожилых людей с положительным отношением к жизни содержит 5–7 обращений к этой категории, что говорит о разнообразных контактах авторов строк с социумом, представленности социального мира в их сознании, широких социальных интересах.

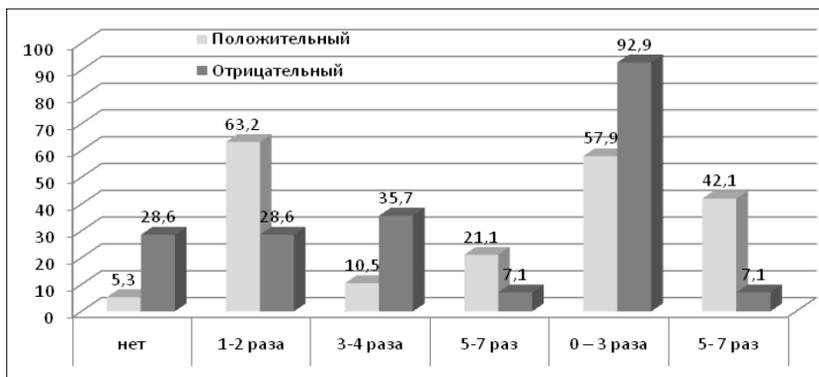


Рис. 1. Частота использования слов категорий *люди* и *идентичность* в сочинениях пожилых людей с разными типами старения

Слова категории *социальная идентичность* используются в двух группах пожилых людей с разной интенсивностью. В группе с негативными типами старения пожилые люди указывают в основном 1–3 идентификационные общности, чаще всего «Я пенсионер», «Я больной человек». Данные говорят о том, что множественность идентификационных общностей (5–7 разных) связана с положительным типом старения и отношением к жизни. Возможно, что включенность человека в разные группы, ощущение себя не одиноким и брошенным, а принадлежащим к какой-то общности позволяет человеку с оптимизмом смотреть на собственную жизнь.

В исследовании самооценки качества жизни пожилых людей, проведенное Л.В. Прохоровой, сделаны выводы, согласующиеся с полученными закономерностями [7]. Ею обнаружена положительная связь уровня социального интеллекта и уровня субъективного

благополучия. Отношения с людьми обеспечивают такой аспект благополучного старения как социальное благополучие. G.J. Westerhof, C.L.M. Keyes, L.A. Weiss, E.T. Bohlmeijer отмечают, что если для пожилого человека характерны заинтересованность и позитивное отношение к другим людям и обществу, если он осознает что его вклад ценится обществом, ощущает свою принадлежность к общественным группам, видит потенциал их развития, то старение такого человека происходит на качественно другом уровне [19], [20].

На рисунке 2 представлено соотношение доли человек, использующих разное количество слов, относящихся к категориям *интересы* и *смысл*.

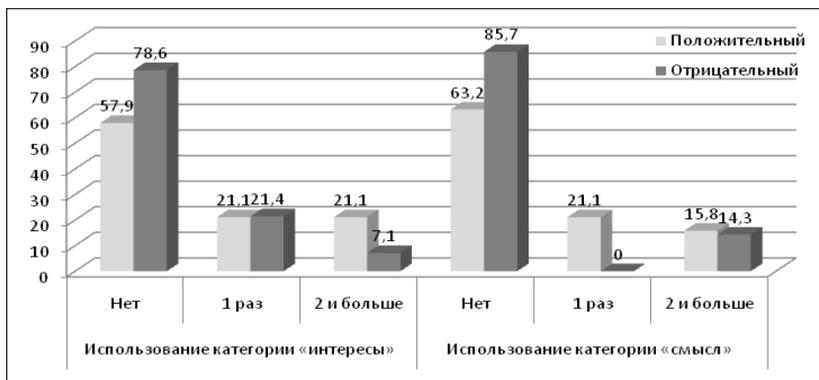


Рис. 2. Частота использования слов категорий *интересы* и *смысл* в сочинениях пожилых людей с разными типами старения

Из рисунка 2 видно, что при положительном отношении к жизни авторы текстов спонтанно обращаются к категории *смысл*, размышляют о смысле жизни, называют его (36,8% всех представителей этого типа). При отрицательном отношении к жизни таких авторов всего 14,3%, то есть у 85,7% людей отсутствуют упоминания о каком-либо смысле происходящего или своей жизни. Данные согласуются с опубликованными F. Nyqvist результатами исследований взаимосвязи умственного и психологического благополучия (чувство счастья) с наличием актуальных целей и стремлением к самореализации [17]. В. Франкл всю терапевтическую практику строит на помощи клиентам в обрете-

тении смыслов жизни. Говорит о том, что ясный, осознанный смысл помогает переносить лишения, стрессы, жизненные трудности [10].

Этот факт позволяет предположить, что неумение определять смысл жизни и отдельных поступков, или потеря этого смысла в более ранних возрастных этапах приводит в последствии к угасающему типу старения.

Пожилые люди редко обращаются к категории «*интересы*», где они выражают положительное эмоциональное отношение к тем или иным сферам жизни, называют свои желания, мечты. В большей степени обращение в текстах «Я человек» к категории «*интересы*» свойственно пожилым с положительными типами старения (40,2% человек в группе). Среди людей пожилого возраста с негативными типами старения 78,6% человек не говорят в эссе о собственных интересах и пристрастиях, о том, что им нравится или не нравится (см. рис. 2). Стремление к самореализации в разных жизненных сферах, то есть заинтересованность разными аспектами жизни видится разным психологам как фактор нейтрализации негативных последствий физического увядания человека (C.D. Ryff, D. Shmotkin, G.J. Westerhof, L.A. Weiss, E.T. Bohlmeijer, C.L.M. Keyes и др.)

В целом, можно сказать, что сочинения пожилых людей и, соответственно, их представления о себе имеют возрастную специфику. С возрастом интересы, друзья, желания меньше занимают места в сознании пожилых людей. Круг интересов сводится, в основном к семье и заботе о них.

Собранный эмпирический материал не позволяет говорить о причинно-следственных связях между представлениями о себе и типом старения. Вместе с тем выявленные связи и тенденции в соотношении типов старения и субъективно-психологических характеристик Я-концепции пожилого человека позволяет обоснованно намечать пути психологической и социальной помощи пожилым людям.

Заключение

Проведенное эмпирическое исследование позволило выявить, что среди пожилых людей выделяются люди с разными типами старения, в которых отражается положительное или негативное отношение их к собственной жизни. Около половины всех опрошенных

лиц в позднем возрасте испытывает эмоциональную неудовлетворенность собственной жизнью и фактически нуждается в психологической и социальной поддержке.

Анализ представлений пожилых людей о себе и своей жизни позволяет выводы о взаимосвязи типа старения человека и его демографических и субъективно-личностных характеристик. На тип старения влияет семейное положение человека – вдовы люди независимо от срока вдовства тяжелее переживают собственную старость, чем семейные и одинокие.

Образование, которое было получено 50–60 лет назад также оказывает влияние на отношение к жизни. Люди с низким уровнем образования (начальное, неполное среднее) чаще, чем более образованные сверстники негативно относятся к собственной жизни, чаще занимают позицию «доживания».

Представлениям о себе пожилых людей с негативным типом старения свойственен узкий круг социальных ролей, идентификационных общностей, они практически не обращают своего внимания на окружающих их людей, что отражается в отсутствии в их рассказах упоминаний о своих друзьях, сверстниках, людях другого возраста, своих соседях и пр.

При достаточно большом числе групп (5–7), к которым человек чувствует себя принадлежащим, его отношение к жизни остается положительным, тип старения является творческим, социальным, религиозным или семейным.

В представлениях пожилых людей с негативным отношением к собственной жизни отмечается отсутствие или меньшая представленность таких категорий, как *интересы*, *смысл жизни*, более актуальны в их представлениях о себе упоминания предметного мира, чем чувственного.

Выявленные особенности представлений пожилых людей о себе, позволяют учитывать их при организации и оказании психологической и социальной помощи этой категории населения. Направления организованной социальной помощи пожилым должны включать в себя: создание ситуаций повышения значимости прожитых лет, прошлых социальных связей и событий; создание среды для возникновения новых социальных связей со сверстниками, освоения новых социальных ролей и идентификационных общностей; осознании

смыслов и расширение круга интересов; актуализация субъектной активности, в том числе в постановке краткосрочных и долгосрочных целей; содействие интеграции личного жизненного опыта.

Список литературы

1. Анцыферова Л.И. Развитие личности и проблемы геронтологии. М.: Изд-во РАН, 2006. 512 с.
2. Ермолаева М.В. Психолого-педагогическое сопровождение пожилого человека: субъектный подход: диссертация ... доктора психологических наук. Москва, 2010. 507 с.
3. Зарецкая В.А. Потребность в любви в пожилом возрасте // Известия Самарского научного центра РАН. 2010. №3–1. С. 109–115.
4. Качкин А.В. Особенности стиля жизни пожилого человека // Пожилой человек. Ульяновск, 1995.
5. Краснова О.В. Исследование идентификации пожилых людей с помощью методики М.Куна «Кто Я?» // Психология зрелости и старения. 1997. № 1. С. 64–84.
6. Краснова О.В., Галасюк И.Н., Шинина Т.В. Психология личности пожилых людей и лиц с ограничениями здоровья. М.: ДСЗН, 2010.
7. Прохорова Л. В. Групповая психокоррекционная работа с пожилыми людьми на народном факультете НГТУ // Проблемы современного педагогического образования. 2017. №. 56–1. С. 361–367.
8. Эриксон Э. Детство и общество. СПб., 1996.
9. Conci M., Pianesi F., Zancanaro M. Useful, social and enjoyable: Mobile phone adoption by older people // IFIP Conference on Human-Computer Interaction. Springer, Berlin, Heidelberg, 2009. С. 63–76.
10. Frankl. V. Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München, Zürich, Piper, 1979.
11. Gaggioli A. et al. Intergenerational group reminiscence: A potentially effective intervention to enhance elderly psychosocial wellbeing and to improve children's perception of aging // Educational Gerontology. 2014. V. 40. №. 7, pp. 486–498.
12. Gudzovskaya A., Pesina E. Image of the future of elderly people as a factor of the their life quality // Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a

- Romvniei Mental health : actual views in psychology, medicine and anthropology / coord.: Cristian Vasile. București : Editura Universitară, I. Vasile, Cristian (coord.) 2016. S. 42-46/ DOI: 10.5682/9786062805135.
13. Hyde M. et al. A measure of quality of life in early old age: the theory, development and properties of a needs satisfaction model (CASP-19) // *Aging & mental health*. 2003. V. 7. №. 3, pp. 186–194.
 14. Jackson S.E., Beeken R.J., Wardle J. Obesity, perceived weight discrimination, and psychological well-being in older adults in England // *Obesity*. 2015. V. 23. №. 5, pp. 1105–1111.
 15. Keyes C.L.M., Shmotkin D., Ryff C.D. Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions // *Journal of personality and social psychology*. 2002. V. 82. №. 6. P. 1007.
 16. MacLeod S. et al. The impact of resilience among older adults // *Geriatric Nursing*. 2016. V. 37. №. 4. P. 266-272.
 17. Nyqvist F. et al. Social capital as a resource for mental well-being in older people: A systematic review // *Aging & Mental Health*. 2013. V. 17. №. 4, pp. 394–410.
 18. Ryff C.D. Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia // *Psychotherapy and psychosomatics*. 2014. V. 83. №. 1, pp. 10–28.
 19. Weiss L.A., Westerhof G.J., Bohlmeijer E.T. Can we increase psychological well-being? The effects of interventions on psychological well-being: a meta-analysis of randomized controlled trials // *PloS one*. 2016. V. 11. №. 6. P. e0158092.
 20. Westerhof G.J., Keyes C.L.M. Mental illness and mental health: The two continua model across the lifespan // *Journal of adult development*. 2010. V. 17. №. 2, pp. 110–119.

References

1. Ancyferova L.I. *Razvitie lichnosti i problemy gerontologii* [Development of the personality and problems of gerontology]. M.: Izd-vo RAN, 2006. 512 p.
2. Ermolaeva M.V. *Psihologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie pozhilogo cheloveka: sub"ektnyj podhod* [Psychological and pedagogical support of an elderly person: a subject approach]. Moscow, 2010. 507 p.

3. Zaretskaya V.A. *Izvestia of Samara Scientific Center of the Russian Academy of Sciences* ("Izvestia RAS SamSC"), vol. 12, no. 3–1, 2010, pp. 109–115.
4. Kachkin A.V. Osobennosti stilya zhizni pozhilogo cheloveka [Features of the lifestyle of an elderly person]. *Pozhiloy chelovek* [Elderly person]. Ul'yanovsk, 1995.
5. Krasnova O.V. Issledovanie identifikatsii pozhilyh lyudej s pomoshch'yu metodiki M.Kuna «Kto YA?» [Study of the identification of elderly people with the help of the methodology of M. Kun "Who am I?"]. *Psihologiya zrelosti i stareniya* [Psychology of maturity and aging]. 1997. № 1, pp. 64–84.
6. Krasnova O.V., Galasyuk I.N., SHinina T.V. *Psihologiya lichnosti pozhilyh lyudej i lic s ogranicheniyami zdorov'ya* [Psychology of the personality of elderly people and people with disabilities]. M.: DSZN, 2010.
7. Prokhorova L.V. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya*. 2017. № 56–1, pp. 361–367 (in Russian).
8. Erikson E. *Childhood and Society*, 2nd ed., 1963.
9. Conci M., Pianesi F., Zancanaro M. Useful, social and enjoyable: Mobile phone adoption by older people. *IFIP Conference on Human-Computer Interaction*. Springer, Berlin, Heidelberg, 2009, pp. 63–76.
10. Frankl. V. *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn*. München, Zürich, Piper, 1979.
11. Gaggioli A. et al. Intergenerational group reminiscence: A potentially effective intervention to enhance elderly psychosocial wellbeing and to improve children's perception of aging. *Educational Gerontology*. 2014. V. 40. № 7, pp. 486–498.
12. Gudzovskaya A., Pesina E. Image of the future of elderly people as a factor of the their life quality. *Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României Mental health: actual views in psychology, medicine and anthropology / coord.: Cristian Vasile*. București : Editura Universitară, I. Vasile, Cristian (coord.) 2016. S. 42–46/ DOI: 10.5682/9786062805135.
13. Hyde M. et al. A measure of quality of life in early old age: the theory, development and properties of a needs satisfaction model (CASP-19). *Aging & mental health*. 2003. V. 7. №. 3, pp. 186–194.
14. Jackson S.E., Beeken R.J., Wardle J. Obesity, perceived weight discrimination, and psychological well-being in older adults in England. *Obesity*. 2015. V. 23. №. 5, pp. 1105–1111.

15. Keyes C.L.M., Shmotkin D., Ryff C.D. Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of personality and social psychology*. 2002. V. 82. №. 6. P. 1007.
16. MacLeod S. et al. The impact of resilience among older adults. *Geriatric Nursing*. 2016. V. 37. №. 4, pp. 266–272.
17. Nyqvist F. et al. Social capital as a resource for mental well-being in older people: A systematic review. *Aging & Mental Health*. 2013. V. 17. №. 4, pp. 394–410.
18. Ryff C.D. Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*. 2014. V. 83. № 1, pp. 10–28.
19. Weiss L.A., Westerhof G.J., Bohlmeijer E.T. Can we increase psychological well-being? The effects of interventions on psychological well-being: a meta-analysis of randomized controlled trials. *PloS one*. 2016. V. 11. №. 6. P. e0158092.
20. Westerhof G.J., Keyes C.L.M. Mental illness and mental health: The two continua model across the lifespan. *Journal of adult development*. 2010. V. 17. №. 2, pp. 110–119.

ДАнные ОБ АВТОРЕ

Гудзовская Алла Анатольевна, старший научный сотрудник, кандидат психологических наук, доцент
Самарская государственная областная академия Наяновой ул. Молодогвардейская, 196, Самара, Самарская область, 443001, Российская Федерация
aag_1@rambler.ru

DATA ABOUT THE AUTHOR

Gudzovskaya Alla Anatolievna, Senior Researcher, Cand. of Psychol. Sci., Ass. Prof.
Nayanova University
196, Molodogvardeiskaya Str., Samara 443081, Russian Federation
aag_1@rambler.ru
SPIN-code: 9668-5930
ORCID: 0000-0002-3590-8786