

Рустамова Манзура Нематжановна

Преподаватель кафедры «Физического воспитания и гуманитарных наук»  
Наманганский текстильный промышленный институт,  
г. Наманган, Узбекистан

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ.

**Аннотация:** В данной статье освещаются особенности стратегий поведения пожилых людей, важность роли помощника для того, чтобы им легче выйти из этого процесса, когда они сталкиваются с трудностями, связанными с психологическими особенностями в социальной жизни.

**Ключевые слова:** интервью, респондент, тактильные тесты, кинестические действия, анкета, опросник, память, внимание. психотерапевт, диагностический тест, интеллектуальный.

В последние годы не только в нашей стране, но и во всем мире увеличивается число пожилых людей. Социализация человека в любом обществе происходит в условиях, характеризующихся наличием многих рисков, негативно влияющих на развитие личности. Поэтому объективно часть населения может оказаться жертвой неблагоприятных условий социализации. В старости формируются психологические особенности человека, в этом возрасте формируется строгий внутренний порядок структуры личности, люди по-разному реагируют на свои внутренние трудности. Некоторые пожилые люди отрицают существование проблем, отказываются от своих неудобных желаний и считают их нереальными и невозможными. Адаптация к данной ситуации достигается за счет положения уровня притязаний. Пожилой человек может постепенно привыкнуть к этому направлению, отказаться от того, что действительно нужно, и вести себя так, как будто в этом нет необходимости. С позиций гуманистической психологии самосознание (в любом возрасте) должно быть важнейшим условием личностного роста и психического здоровья. Представляется, что самовосприятие у пожилых людей связано с безусловным позитивным принятием своего жизненного пути (семьи, профессии, отдыха, жизненных ценностей и т.п.). Для большинства пожилых людей возможности серьезных изменений в жизни практически исчерпаны. Но пожилой человек может идеально постоянно работать над собой. Именно в этом ему нужна психологическая помощь, его ведущей деятельностью является внутренняя сила принять путь жизни. Не зря развитые культуры поддерживают и уважают пожилых людей. Проводятся различные исследования, чтобы определить, есть ли необходимость в психологической поддержке у пожилых людей. Практическая психодиагностика – очень сложная и ответственная область профессиональной деятельности психологов. Оно требует соответствующего образования, профессиональных навыков и может влиять на судьбы людей. Изучение механизмов психической жизни пожилых людей показывает, что оно помогает не только лучше понять причины отклонений, но и корректировать их, ускорять адаптацию и оптимизировать. Переход пожилых людей в новый возраст также заключается в хотя бы частичном преодолении негативных факторов, связанных с негативной оценкой жизненного пути.

Известно, что многие люди сохраняют свою индивидуальность и творческие способности до старости. Исчезает все мелкое, незначительное, появляется некое «просветление души», они становятся мудрыми. Личность человека меняется с возрастом, но старение протекает по-разному в зависимости от ряда факторов, как биологических (конституциональный тип личности, темперамент, физическое здоровье), так и социально-психологических (образ жизни, семейное положение, наличие духовных интересов). При



изучении влияния процесса старения на психические процессы памяти отводится важное место. Ослабление основных функций памяти происходит неравномерно. Часто страдает память о недавних событиях. Память о прошлом уменьшается только в старости. Для изучения уровня адаптации в старости можно использовать метод диагностики социально-психологической адаптации, разработанный Роджерсом и Р. Даймондом. В мировой психологии существует несколько основных направлений изучения взрослых и пожилых людей. Основное направление связано с развитием экспериментальных исследований, цель которых понять, как и что развивается в психике человека в поздний период его жизни.

Таким образом, принципы диагностики не меняются в зависимости от возраста пожилого человека. Например, выбор стиля речи, удобного для эксперта и пожилого человека, позволяющего четко и понятно обмениваться информацией; использование открытых вопросов для определения области обсуждения и закрытых вопросов для выяснения деталей; изучение картинки в динамике и т.д. Важно учитывать конфиденциальность и целостность данных, формируемых по запросу (какие записи ведутся, кто их хранит, кто имеет право их видеть и т. д.). В некоторых случаях между специалистом и пожилым человеком может быть заключена форма договора. Например, в договоре может быть предусмотрено, что любая часть материала может быть использована только с согласия другой стороны. Также показано, как можно использовать результаты: публикации, исследовательская работа, образовательные цели (например, в школе или университете), средства массовой информации и т. д. В данной статье анализируется литература по проблеме психодиагностики пожилых людей и делается попытка изучить личностные особенности пожилых людей. В ходе исследования цель была достигнута, поставленные задачи решены, и гипотеза подтверждена.

*Список литературы:*

1. Александрова М.Д. Краеведение социальных аспектов старения // Старение и психология старения: Читатель / Сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидеры. – М.: Академия, 2007. – 416 с.
2. Бодалев А.А., Столин В.В., Аванесов В.С. Общая психодиагностика. – СПб.: Речь, 2006. – 440 с.
3. Галаганов В.П. Организация работы органов социального обеспечения. – М.: Академия, 2005. – 140 с.
4. Глуханюк Н.С., Гершкович Т.Б. Механизмы формирования толерантности к старению в условиях современной России. Екатеринбург: УрГУ, 2002. – 164 с.
5. Козлов А.А. Теории и традиции западной социальной геронтологии // Психология старения и старения: Читатель/Сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидеры. – М.: Академия, 2007. – 416 с.
6. Краснова О.В. Воспоминания пожилых людей: повествование, биография и терапия пересмотром жизни // Психология подросткового возраста и старения. 2002. № 1. – С. 5-9.
7. Krasnova O.V. Keksalik bilan ishlash bo'yicha seminar: Rossiya va Buyuk Britaniya tajribasi. – Obninsk: Printer, 2010. – 231 p.
8. Krasnova O.V., Rahbarlar A.G. Keksalikning ijtimoiy psixologiyasi: Proc. nafaqa. – M.: Akademiya, 2008. – 288 b.
9. Liberman Ya.L., Liberman M.Ya. Kechki balog'at yoshidagi hayotiy faoliyatni rag'batlantirishning progressiv usullari. – Ekaterinburg: Bank kulti. ma'lumot., 2006. – 102 b.
10. Maksimova S.G. Ijtimoiy-psixologik moslashuv: keksa va keksa odamlarda shakllanish va rivojlanish xususiyatlari. – Barnaul: Alt. un-ta, 2009. – 145 b.
11. Maksimova S.G. Kech yoshdagi shaxsning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. – Barnaul: Alt. un-ta, 2008. – 99 b.
12. Malkina-Pykh I.G. Keksalik inqirozlari. – M.: Eksmo, 2005. – 368 b.



13. Mardaxayev L.V. Ijtimoiy pedagogika: darslik. – M.: Gardariki, 2006. – 269. 14. Nikishina V.B., Vasilenko T.D. Ijtimoiy ish tizimida psixodiagnostika: Universitetlar uchun darslik. – M.: Vlados, 2004. – 208 p.
15. Pisarev A.V. Zamonaviy Rossiyaning ijtimoiy tuzilishidagi keksa odamlar. – M.: TsSP, 2007. 246 b.
16. Rivojlanish psixologiyasi bo'yicha seminar / Ed. L.A. Golovey, E.F. Rybalko. – M.: Nutq, 2008. – 704 b.

