

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ М.П.ДРАГОМАНОВА

НОВІКОВА ЖАННА МИХАЙЛІВНА

УДК: 159. 94 – 053. 9

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ РЕГУЛЯЦІЇ
ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня

кандидата психологічних наук

Київ – 2020

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано на кафедрі психології Луганського національного університету імені Тараса Шевченка.

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор
ЧЕРНОБРОВКІН Володимир Миколайович,
Національний університет «Києво-Могилянська академія»,
завідувач кафедри психології та педагогіки.

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
КОВАЛЕНКО Олена Григорівна,
Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих
імені Івана Зязюна НАПН України,
головний науковий співробітник відділу андрагогіки;

кандидат психологічних наук, доцент
СЕРГЄЄВА Інесса Вікторівна,
ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»,
доцент кафедри психології

Захист відбудеться “23” грудня 2020 р. о 11 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.10 у Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова за адресою: вул. Пирогова, 9, м. Київ, 016001.

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова за адресою: вул. Пирогова, 9, м. Київ, 016001.

Автореферат розісланий “20” листопада 2020 р.

Вчений секретар

спеціалізованої вченої ради

Долинська Л. В.

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність дослідження. Сучасне життя з його швидким темпом, непередбачуваними змінами, постійними стресами, потоком різноманітної інформації вимагає від людини будь-якого віку готовності переглядати принципи організації власної поведінки та спроможності долати негативні зовнішні та внутрішні впливи, що передбачає залучення процесів регуляції, як однієї з провідних функцій психіки. До групи ризику належать люди похилого віку, у яких спостерігається зниження здатності до контролю та регуляції, які відбуваються на психічному та фізичному рівні. Неприятливими є також зовнішні, соціальні фактори (соціальні зміни, вихід на пенсію, зміна соціального статусу, смерть одного з подружжя, друзів тощо), які потребують від людей похилого віку знаходити ресурси для подолання життєвих негараздів, готовності до несподіваних змін, контролю, регулювання своєї поведінки, проявів негативних емоцій, свого внутрішнього стану.

Відповідно, важливим завданням для науковців є визначення таких форм цілеспрямованої активності, які допоможуть людині похилого віку, використовуючи потенціал їх емоційно-вольової сфери, справлятися зі стресовими ситуаціями, хворобами, адаптуватися до змін, керувати власною поведінкою та діяльністю, навчитися жити повним життям, не зважаючи на старіння.

У вітчизняній та зарубіжній психології всебічно розглядаються різні аспекти феномену емоційно-вольової регуляції. У межах теорії свідомої саморегуляції О. Конопкіна вводиться таке поняття як «загальна спроможність до саморегуляції». Досліджуючи регуляторну функцію психіки у виховному процесі, І. Бех вказує на зв'язок емоцій та смисло-ціннісної сфери особистості, на єдність волі та переживань, вводячи таке поняття як «емоційно-особистісне Я». М. Сандомирський акцентує увагу на зв'язку емоційно-вольової регуляції з внутрішніми психофізіологічними ресурсами особистості. Залежність емоційно-вольової регуляції від особливостей зовнішнього впливу на людину досліджував Ф. Березін. Підходи до волі як самоуправління поведінкою за допомогою когнітивних структур (наратив, концепції, знання, інші когнітивні схеми) висвітлює Н. Чепелева. Поняття регуляторного досвіду, як важливої складової суб'єктного досвіду особистості, виділяє О. Осницький. С. Максименко розглядає розвиток саморегуляції на різних етапах онтогенезу, виділяючи базальну емоційну регуляцію, вольову саморегуляцію, смислову, ціннісну саморегуляцію. В. Моросанова наголошує, що емоційно-вольова регуляція є особливим компонентом у структурі саморегуляції. Є. Романова та Л. Гребенщikov вказують на те, що родовою категорією психічної регуляції є механізми психологічного захисту. Механізми подолання, як одну з форм саморегуляції та самоуправління, досліджують Ф. Бассін, Ф. Березіна, Т. Крюкова, Д. Леонт'єв, В. Моросанова. Емоційно-вольову регуляцію, як складову більш інтегральних характеристик особистості, а саме: «особистісний адаптаційний потенціал», «особистісний потенціал», «життєстійкість», – вивчали Д. Леонт'єв, С. Мадді, А. Маклаков. М. Чумаков визначає емоційно-вольову регуляцію як синтетичний процес, який

забезпечує регуляцію діяльності у складних та напружених умовах, як скоординовану взаємодію емоційних та вольових процесів у ситуації труднощів та перепон.

Проблема розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку є недостатньо вирішеною та дедалі більш актуальною. Деякі аспекти емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку розглядалися у площині наукових праць, що спрямовані на: дослідження індивідуально-психологічних властивостей особистості людей похилого віку (В. Альперович, А. Бодалев, А. Болтова, Л. Бороздіна, О. Молчанова, М. Смульсон, І. Шаповаленко); аналіз відмінностей у проходженні кризи у період пізньої дорослості (Г. Вайзер, Б. Ліверхуд, І. Малкіна-Пих, О. Хухлаєва,); дослідження специфіки сімейних відносин людей похилого віку (Т. Андреева, Р. Дюваль, Р. Калинина, С. Ковалев, О. Лідерс, А. Реан, Л. Сохань, Г. Навайтис, Е. Ейдемїллер); визначення ставлення до людей похилого віку з боку суспільства (С. Бродская, О. Сахно, Н. Смелз, Є. Холостова); виокремлення ціннісних орієнтацій осіб похилого віку (Х. Порсева); встановлення гендерних відмінностей у когнітивних структурах, афективній та мотиваційній сфері людей похилого віку (О. Солдатова, А. Реан); визначення особливостей міжособистісного спілкування осіб похилого віку (О. Коваленко); дослідження типологічних класифікацій людей похилого віку (Б. Бромлей, У. Генрі, Ф. Гізе, І. Кон); аналіз умов проживання у будинках-інтернатах та їх вплив на психічний стан осіб похилого віку (В. Болтенко, Я. Врублевський). Вікові особливості осіб похилого віку, вплив емоцій на психічні стани розглянуті у психоаналітичних теоріях (А. Адлер, О. Лідерс, З. Пекк, З. Фрейд), у теорії життєвого циклу Е. Еріксона; у екзистенціальному підході В. Слободчікова та Г. Цукерман.

Водночас, цілісного аналізу психологічних особливостей емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку не проводилось, тоді як їх вивчення дозволяє визначити шляхи, форми та засоби оптимізації якості життя цієї вікової категорії людей.

Отже, теоретична та практична значущість означеної проблеми, її недостатня розробленість у психологічній науці зумовили вибір теми дисертаційного дослідження «Психологічні особливості емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами

Дисертація виконувалась відповідно до тематичного плану науково-дослідницької роботи кафедри психології Луганського національного університету імені Тараса Шевченка, як складова теми «Становлення суб'єкта життєвого шляху в сучасному соціально-психологічному просторі» (державний реєстраційний номер 0110U000388 від 16 лютого 2010 р.). Тема дисертації затверджена Вченою радою Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (протокол №5, від 26.12.2008 р.) і узгоджена у раді координації наукових досліджень у галузі педагогіки та психології в Україні (протокол №1 від 24.02.2009 р.).

Мета дослідження полягає у теоретико-методологічному обґрунтуванні та емпіричному вивченні психологічних особливостей емоційно-вольової регуляції

осіб похилого віку; розробці та впровадженні психологічного супроводу осіб похилого віку, спрямованого на оптимізацію конструктивних форм емоційно-вольової регуляції.

Відповідно до мети дослідження визначені такі **завдання**:

1. Визначити теоретичні підходи до вивчення проблеми психологічних особливостей емоційно-вольової регуляції людини.
2. Теоретично дослідити специфіку розвитку осіб похилого віку.
3. Емпірично встановити особливості сформованості компонентів емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.
4. Обґрунтувати, розробити та апробувати психологічний супровід щодо оптимізації розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.

В основу дослідження покладено **припущення** про те, що специфіка емоційно-вольової регуляції залежить від індивідуально-психологічних рис особистості осіб похилого віку; на особливості функціонування емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку впливають вік та місце проживання (вдома, будинок-інтернат); емоційний компонент відіграє провідну роль у функціонуванні емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку; емоційно-вольова регуляція осіб похилого віку характеризується переважаанням негативних емоцій; підвищення рівня емоційно-вольової регуляції можливе за умов здійснення психологічного супроводу, спрямованого на зниження емоційної напруженості, послаблення механізмів психологічного захисту, актуалізації конструктивних копінг-стратегій та розвитку життєстійкості.

Об'єкт дослідження – емоційно-вольова регуляція осіб похилого віку.

Предмет дослідження – психологічні особливості емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.

Для розв'язання поставлених завдань був застосований комплекс **методів дослідження**, які включають теоретичний аналіз літератури з досліджуваної тематики, побудований на принципах логічної організації, формалізації та врівноваження наукового змісту (за допомогою таких логічних операцій як аналіз, синтез, узагальнення, конкретизація, систематизація, класифікація), порівняльний метод, емпіричні методи (метод бесіди, спостереження, тестування, констатувальний і формувальний експеримент), методи активного впливу на особистість (психологічне консультування, психологічна корекція, психологічний тренінг).

Для статистичної обробки даних використовувались методи математичної статистики (описова статистика, кореляційний аналіз), застосовувалися комп'ютерні статистичні програми «Excel» і «Statistica 6.0».

До методичного комплексу ввійшли: 16-Факторний особистісний опитувальник (16 PF) Кеттела; тест Спілбергера – Ханіна (шкала особистісної тривожності); методика самооцінки психічних станів (за Г. Айзенком); методика діагностики типології психологічного захисту, автор Р. Плутчик в адаптації Л. Вассермана, О. Єришева, Е. Клубової; копінг тест Лазаруса, автори Р. Лазарус та Р. Фолкман, в адаптації Т.Л. Крюкової, О.В. Куфтяк, М.С. Замишляєвої; «Тест життєстійкості» С. Мадді (в адаптації Д. Леонтьєва та О. Рассказової).

Експериментальна база дослідження: дослідження здійснювалось у впродовж 2010-2011 років на базі Луганського геріатричного пансіонату для ветеранів війни та праці, Луганського обласного геріатричного будинку-інтернату №1, на базі «Територіального центру соціального обслуговування пенсіонерів і самотніх непрацездатних громадян» м. Луганська, Великокомістівського геріатричного пансіонату Львівської обл. Сокальського району. З метою порівняння та перевірки результатів даних отриманих у 2010-2011 рр., у 2018 році у м. Львів було проведено додаткове дослідження особливостей емоційної та вольової сфери осіб похилого віку.

Загальну вибірку в процесі дослідження склали 242 особи похилого віку.

Наукова новизна та теоретична значущість одержаних результатів:

уперше: проведено системне теоретико-експериментальне дослідження психологічних особливостей емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку; визначено сутність поняття «емоційно-вольова регуляція осіб похилого віку» як особистісно-суб'єктний регуляційний потенціал, який інтегрує емоційні й вольові процеси та являє собою цілісну достатньо стабільну, відкриту систему індивіда, яка на різних рівнях психічної активності, регулює (визначає, посилює, спрямовує, обмежує) реалізацію внутрішніх можливостей, сформований досвід активності особистості соціально прийнятними способами; встановлено особливості емоційної сфери осіб похилого віку як інтегративної складової емоційно-вольової регуляції; виявлено, що переважаання негативних емоцій виступає диспозиційною основою специфіки емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку; визначені *компоненти емоційно-вольової регуляції*: емоції, вольова регуляція, досвід емоційно-вольової регуляції; обґрунтовані *критерії* емоційно-вольової регуляції (стійкість емоційної сфери, високий рівень розвиненості вольової регуляції, сформованість позитивного досвіду емоційно-вольової регуляції); *виокремлено рівні та показники розвитку емоційно-вольової регуляції* осіб похилого віку (високий, середній, низький); визначено форми емоційно-вольової регуляції: *механізми психологічного захисту, копінг-стратегії та життєстійкість*; встановлені *фактори* (стан фізичного та психічного здоров'я, рівень соціальної активності, особливості сприйняття світу, специфіка життєстійких установок, індивідуально-психологічні риси), які впливають на специфіку проявів емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку; виокремлено рівні сформованості особистісних рис осіб похилого віку (*високий рівень* – емоційно-вольова стійкість; *середній рівень* – а) емоційна стійкість, б) вольова стійкість; *низький рівень* – емоційно-вольова нестійкість); встановлено особливості емоційно-вольової регуляції в залежності від місця проживання (вдома, будинок-інтернат); з'ясовано вікову динаміку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку; створено типологію осіб похилого віку за способами використання механізмів емоційно-вольової регуляції (*активно-регулюючий, адаптивно-регулюючий, пасивно-регулюючий, деструктивно-регулюючий*); розроблено модель оптимізації розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку; обґрунтовано, апробовано та доведено результативність психологічного

супроводу підвищення ефективності емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.

поглиблено та уточнено: дуальну природу емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку: особистісно-орієнтовану (залежність від індивідуально-психологічних рис особистості), соціально-орієнтовану (залежність від соціального середовища, соціальної підтримки).

– *набули подальшого розвитку:* ідеї багаторівневості та багатосистемності регуляторних систем; наукові уявлення про особливості механізмів психологічного захисту, копінг-стратегій та рівень життєстійкості осіб похилого віку.

Практичне значення одержаних результатів. Сформован пакет діагностичних методик, а також розроблена та апробована корекційно-розвивальна програма розвитку емоційно-вольової регуляції може бути застосована у роботі практичних психологів, соціальних працівників у геріатричних пансіонатах, соціальних центрах допомоги особам похилого віку.

Отримані дані можуть використовуватися в курсі лекційних, практичних та семінарських занять «Вікова психологія», «Геронтопсихологія», «Акмеологія» при підготовці психологів та для слухачів Університету третього віку.

Апробація та впровадження результатів дисертації. Основні положення та результати дослідження обговорювались та отримали схвалення на Міжнародних конференціях (Херсон, 2010; Сімферополь, 2012; Луганськ, 2014; Київ, 2016), Всеукраїнських науково-практичних конференціях (Горлівка, 2010; Луганськ, 2011; Луганськ, 2012; Львів, 2015), на Першому Всеукраїнському конгресі із соціальної психології (Київ, 2010), на Другій Національній конференції з когнітивно-поведінкової терапії (м. Львів, 2014), на засіданнях кафедри психології Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (2010, 2011, 2012 рр.).

Результати впроваджено у Луганському геріатричному пансіонаті для ветеранів війни та праці (довідка за №623 від 23.06.2011р.), у Луганському обласному геріатричному будинку-інтернаті №1 (довідка №25 від 19.05.2011р.), у Великомоствіському геріатричному пансіонаті Львівської обл. Сокальського району (довідка №297 від 16.08.2011р.).

Публікації. Основні результати та теоретичні положення висвітлено у 17 публікаціях, серед яких 6 статей у вітчизняних наукових фахових виданнях, 5 статей у вітчизняних фахових наукометричних виданнях і зарубіжних фахових періодичних виданнях, 6 – матеріали наукових та науково-практичних конференцій.

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, 16 додатків на 57 сторінках та списку використаних джерел (362 найменування, з них 15 іншомовних). Основний зміст роботи викладено на 176 сторінках. Роботу проілюстровано 14 таблицями та 9 рисунками загальним обсягом 13 сторінок. Повний обсяг роботи складає 269 сторінки.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У вступі обґрунтовано актуальність теми дослідження, висвітлено його мету, завдання, об'єкт, предмет, припущення, методи, наукову новизну і практичне значення одержаних результатів; надано інформацію про впровадження та апробацію результатів дослідження, публікації, структуру й обсяг дисертації.

У першому розділі «**Теоретико-методологічні засади дослідження особливостей емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку**» розглянуто індивідуально-психологічні властивості осіб похилого віку, загальні особливості емоційно-вольової регуляції людини, специфіку емоційної та вольової сфери осіб похилого віку, визначено теоретичні підходи до вивчення проблеми емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.

У дисертаційному дослідженні ми спирались на положення психологічної концепції розвитку людини у період пізньої зрілості (М. Александрова, В. Альперович, Л. Анциферова, О. Краснова, О. Лідерс, Н. Шахматова), теорію життєвого циклу Е. Еріксона, екзистенціальний підхід В. Слободчікова та Г. Цукерман.

В межах глибинної психології (З. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер, Е. Еріксон) визначаються такі особливості осіб похилого віку, як почуття неповноцінності, що пов'язано зі зміною соціального статусу, з хворобами та зовнішньою непривабливістю, відчуженість, страх втратити свою незалежність та стати неповноцінною людиною. Проблеми впливу біологічного старіння організму на психологічні особливості осіб похилого віку досліджували Б. Ананьєв, В. Козлов, О. Косякова, О. Краснова, В. Фролькіс, С. Пако, К. Ховланд, які зазначали, що ослаблення гомеостатичних процесів викликає появу механізмів пристосування до нових умов життя. Дослідниками підкреслюється, що розвиток людини триває впродовж всього життєвого шляху і залежить від злагодженої взаємодії внутрішнього та зовнішнього середовища (Л. Анциферова, С. Бродська, А. Болотова І. Кон, Г. Крайг, І. Шаповаленко, Дж. Тернер, Д. Хелмс).

Загальною характеристикою емоційних проявів людей похилого віку, як зазначають О. Горбатков, Є. Ільїн, Н. Научик, є те, що тривалість емоційних реакцій з віком значно збільшується та переходить в довготривалі стани. Є. Головаха, К. Ізард, Т. Немчиним, Н. Паніна, Б. Пухальська, К. Рошак, Н. Шахматов вказують на те, що емоційні стани людей похилого віку стають менш динамічними, переважають більш негативні емоції, зменшується контроль за проявами емоцій (сміх, радість, печаль), спостерігається емоційна черствість, відсутність співчуття, емоційна нестійкість, тривожність, хронічна заклопотанність та стурбованість, фрустрація. На підставі аналізу наукових праць Г. Вайзер, Б. Ліверхуд, І. Малкіної-Пих, О. Хухлаєвої визначено, що період осіб похилого віку є кризовим віковим періодом.

Особливості проживання у будинках-інтернатах досліджували В. Болтенко, Я. Врублевський, Т. Крюкова. Вченими було встановлено, що в осіб похилого віку, які мешкають в будинках-інтернатах, переважає емоція образи (на близьких людей, на обслуговуючий персонал), їх думки більш спрямовані в минуле.

Розглядаючи підходи до емоційно-вольової регуляції, визначено, що у психологічній науці найбільш повно досліджено поняття «регуляція поведінки», як основна функція психіки, яка спрямовує та обмежує активність людини (А. Петровський); «емоційна регуляція», яка пов'язана з задоволенням актуальних потреб особистості (Є. Ільїн, Л. Назарець, І. Сергєєва); «вольова регуляція» – в основі якої лежать вольові процеси та спрямованість особистості на досягнення мети при наявності перешкод (В. Іванніков, В. Калін, Б. Карвасарський, О. Леонтєв, Б. Теплов, О. Прохоров, С. Рубінштейн); поняття «саморегуляція» як свідоме, вольове управління внутрішніми процесами своєї психіки та організму в цілому (О. Конопкін, В. Моросанова); та «емоційно-вольова регуляція як синтетичний процес, який забезпечує регуляцію діяльності у складних та напружених умовах (М. Чумаков).

Емоційно-вольова регуляція як специфічний вид активності має відмінні форми прояву на різних рівнях психіки. На неусвідомленому рівні формою емоційно-вольової регуляції стають механізми психологічного захисту, які спрямовані на захист «Я» особистості та мають тісні функціональні зв'язки з емоціями (І. Бех, Л. Гребенщikov, Є. Романова, Р. Плутчик). На усвідомленому рівні однією з форм емоційно-вольової регуляції є стратегії подолання (копінг-стратегії), до критеріїв яких відноситься усвідомленість, цілеспрямованість, контрольованість, адекватність, соціально-психологічна обумовленість (Р. Багоці, Ф. Бассін, Ф. Березін, І. Березовська, Т. Крюкова, Р. Лазурис, Д. Леонтєва, О. Лібін, О. Маклаков, А. Маслоу, В. Моросанова). На особистісному рівні формою емоційно-вольової регуляції визначено поняття «життєстійкість», основу якого складає сформований досвід особистості (Д. Леонтєв, С. Мадді).

На основі теоретичного аналізу щодо проблеми регуляторної активності людини визначені компоненти емоційно-вольової регуляції, а саме: емоції, вольова регуляція, досвід емоційно-вольової регуляції. Виділення компонентів емоційно-вольової регуляції дозволило визначити критерії емоційно-вольової регуляції – стійкість емоційної сфери, високий рівень розвиненості вольової регуляції, сформованість позитивного досвіду емоційно-вольової регуляції.

Окреслені теоретичні положення стали основою емпіричного вивчення психологічних особливостей емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.

У другому розділі «**Емпіричне дослідження емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку**» визначено методичні підходи та проведено емпіричне дослідження особливостей емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.

Завдання констатувального експерименту: 1) виявити особливості індивідуально-психологічних рис осіб похилого віку та визначити рівні їх сформованості; 2) емпірично дослідити емоційну складову емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку; 3) виявити специфіку використання механізмів психологічного захисту, копінг-стратегій та визначити рівень сформованості

життєстійкості осіб похилого віку; 4) встановити вікову динаміку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку; 5) порівняти прояви емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку, в залежності від місця їх проживання (вдома, будинок-інтернат); 6) встановити якісні, кількісні показники та рівні емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.

1) Визначення індивідуально-психологічних рис особистості осіб похилого віку відбувалось за допомогою методики «16-Факторний особистісний опитувальник (16 PF) Кеттела». Результати діагностики рис особистості виявили, що показники за фактором С (Сила «Я» «+» / Слабкість «Я») знаходяться на низькому рівні (67%), що вказує на нестійкість у емоційній сфері, лише 37% досліджуваних мають високі показники; за фактором G (Сила Над-Я «+» / Слабкість Над-Я «-») у 66% респондентів діагностовано високі показники, що вказує на сформованість таких рис, як відповідальність, стійкість моральних принципів; за фактором O (Схильність до почуття провини «+»/ Самовпевненість «-») особи похилого віку схильні до почуття провини (61%); за фактором H (Сміливість «+» / Боязкість «-») низькі бали отримало 61% респондентів, що свідчить про наявність відчуття неповноцінності, нерішучості; отримані показники за фактором Q3 (Контроль бажань «+» / Імпульсивність «-») свідчать, що 52% респондентів мають тенденцію до високого самоконтролю, цілеспрямованості, наполегливості у досягненні мети, вміння планувати свій час і порядок дій; 55% досліджуваних отримали високі показники за фактором Q4 (Фрустрованість «+» / Нефрустрованість «-»), що свідчить про переважання таких рис, як збудженість, внутрішня напруженість, підвищена активність, роздратованість; за фактором E (Домінантність «+» / Конформність «-») діагностовано високі бали у 52 % респондентів, високі бали вказують на наявність таких рис, як наполегливість, схильність до авторитарної поведінки, незалежність, самовпевненість, іноді конфліктність; за фактором L (Підозрілість «+» / Довірливість «-») високі показники (63% респондентів) демонструють наявність в людей похилого віку таких особистісних рис, як недовірливість, підозрілість, сумнівність.

На основі порівняльного аналізу ступеню прояву емоційно-вольових рис осіб похилого віку виділено наступні рівні сформованості емоційно-вольових рис осіб похилого віку: **високий рівень** – емоційно-вольова стійкість: емоційно-стабільні, упевнені, з низьким рівнем тривожності, з високим рівнем самоконтролю – відповідальні, старанні, цілеспрямовані; **середній рівень** – а) емоційна стійкість: емоційно-стабільні, упевнені, з низьким рівнем тривожності – недисципліновані, егоїстичні, недобросовісні, невідповідальні; б) вольова стійкість: депресивно-тривожні, емоційно-нестабільні – відповідальні, старанні, цілеспрямовані; **низький рівень** – емоційно-вольова нестійкість: депресивно-тривожні, емоційно-нестабільні – недисципліновані, конфліктні, егоїстичні, недобросовісні.

2) Наступним кроком було вивчення особливостей емоційних проявів осіб похилого віку шляхом використання тесту Спілбергера – Ханіна (шкала особистісної тривожності) та методики самооцінки психічних станів (за

Г. Айзенком). Виявлено, що у 65% осіб похилого віку особистісна тривожність (стабільна властивість особистості) знаходиться на високому рівні, тоді як низький рівень мають лише 32,5%. Високий рівень особистісної тривожності вказує на те, що люди похилого віку схильні до постійних тривожних переживань, незрозумілі ситуації визначаються як загрозливі, призводячи до емоційного дискомфорту, відчуття постійної небезпеки.

Високий рівень фрустрації виявлено у 57% досліджуваних, низькі – 39%, що вказує на те, що людині похилого віку важко долати реальні або уявні труднощі, що зумовлює використання неконструктивних форм поведінки, стримує подальший розвиток та призводить до глибокого переживання безперспективності й безпорадності. 70% людей похилого віку мають високий рівень ригідності, низькі – 17,50%, що характеризується наявністю консервативних поглядів, неготовність до змін у поведінці відповідно до нових соціальних умов.

Таким чином, показниками емоційної складової досліджуваного феномену було визначено тривожність, фрустрованість та ригідність осіб похилого віку.

3) Емпіричне дослідження теоретично виявлених нами форм емоційно-вольової регуляції (механізми психологічного захисту, копінг-стратегії, життестійкість) здійснювалось за допомогою наступних методик: методика діагностики типології психологічного захисту, автор Р. Плутчик в адаптації Л. Вассермана, О. Єришева, Е. Клубової; копінг тест Лазаруса, автори Р. Лазарус та Р. Фолкман, в адаптації Т.Л. Крюкової, О.В. Куфтяк, М.С. Замишляєвої; «Тест життестійкості» С. Мадді (в адаптації Д. Леонтьєва та О. Рассказової). Отримані результати діагностики типології психологічного захисту у людей похилого віку демонструють, що показники профілів «Его-захисту» мають широку варіативність від мінімальних до максимальних значень. Механізм «заперечення» має високий рівень прояву у 76,6% досліджуваних. У досліджуваній групі 81% респондентів отримали високий прояв механізму психологічного захисту «компенсація». Найбільша кількість (93%) осіб похилого віку використовує механізм психологічного захисту «реактивне утворення», що пов'язано з емоцією радості та задоволення при реалізації сексуальної поведінки та зумовлює внутрішній конфлікт між природнім проявом сексуальних, тілесних потягів та внутрішніми та соціальними заборонами.

За результатами дослідження копінг-стратегій встановлено, що люди похилого віку часто звертаються до таких копінг-стратегій, як позитивна переоцінка (55,80%), планування вирішення проблем (54%), прийняття відповідальності (60%), які відносяться до проблемно-орієнтованого стилю, що включає раціональний аналіз проблеми, звернення за допомогою, пошук додаткової інформації. Активність людей похилого віку орієнтована на оцінку та репрезентацію, тобто на бажання розібратися у ситуації, на переоцінку, переосмислення подій. Активно діяти, впливати безпосередньо на ситуацію або проблему заважають пасивні форми поведінки – дистанціювання (73%) та уникання (59%). Дуже важливим для людей похилого віку є соціальна підтримка (63 %).

Подальше завдання – дослідження рівня життєстійкості, як форми емоційно-вольової регуляції. Встановлено високі показники за установкою «контроль» отримало 56,67% та низькі показники за установкою «прийняття ризику (виклику)» – 61,66%. Зазначимо, що більшість людей похилого віку спроможні контролювати своє життя, але при цьому низькі бали за установкою «прийняття ризику (виклику)» характеризують людей похилого віку як таких, які не завжди можуть реально, адекватно оцінювати, аналізувати зовнішні загрози, що заважає їм активно діяти у незвичайних ситуаціях, впливати на результати несподіваних, стресових ситуацій.

4) Дослідження емоційно-вольової регуляції показало, що найвищий рівень особистісної тривожності у осіб похилого віку спостерігається у віці від 60 до 69 років (55-59 – 46 балів, 60-69 – 47,7 балів, 70-74 – 42 бали). Виділені наступні закономірності прояву механізмів психологічного захисту: у віці від 60 до 69 років спостерігається посилення використання «заперечення» (55 – 59 років – $\mu = 67,8$; 60 – 69 років – $\mu = 75$), «регресія» (55 – 59 років – $\mu = 46,46$; 60 – 69 років – $\mu = 56,96$), «компенсація» (55 – 59 років – $\mu = 53$; 60 – 69 років – $\mu = 72$), «інтелектуалізація» (55 – 59 років – $\mu = 50$; 60 – 69 років – $\mu = 62$), «реактивне утворення» (55 – 59 років – $\mu = 83$; 60 – 69 років – $\mu = 91$). У наступний віковий період від 70 до 74 роки показники залишаються на підвищеному рівні, але простежується відносна стабільність у використанні: регресія – $\mu = 54,49$; компенсації – $\mu = 71$; інтелектуалізації – $\mu = 65,68$; реактивне утворення – $\mu = 92,74$. Рівень використання механізму психологічного захисту «заперечення» стає вище у порівнянні з минулими роками (70 – 74 роки – $\mu = 81,52$). Рівень застосування таких механізмів психологічного захисту, як «витіснення» (55 – 59 років – $\mu = 73$; 60 – 69 років – $\mu = 64,69$; 70 – 74 роки – $\mu = 63,69$), «заміщення» (55 – 59 років – $\mu = 60,69$; 60 – 69 років – $\mu = 51$; 70 – 74 роки – $\mu = 48$) з віком знижується.

Досліджено, що найнижчі середні показники установки життєстійкості ($\mu = 65$) у осіб похилого віку 60 – 69 річного віку, найбільш високі ($\mu = 94,38$) у 55-59 річних, нормативне середнє значення отримано ($\mu = 84,23$) у 70 – 79 річних людей похилого віку. Використовуючи непараметричний U - критерій Манна – Уїтні встановлено статистично значущі значення відмінностей у прояві показників «життєстійкості» між респондентами 55-59 років та 60 - 69 років – U-емп. = 79 ($p \leq 0,01$); між респондентами 70 – 79 років та 60 – 69 років – U-емп. = 60,7 ($p \leq 0,01$).

5) У процесі дослідження нами встановлені відмінності сформованості особистісних рис у людей похилого віку, які проживають вдома, та, які мешкають в будинках-інтернатах. У людей похилого віку, які проживають вдома, найбільш проявляються такі риси, як відповідальність, стійкість моральних принципів, совісність, старанність, упевненість у своїх силах. Люди похилого віку, які проживають у будинках-інтернатах, демонструють пасивну поведінку, уникають вирішення проблемних ситуацій, перекладають відповідальність на інших людей (медичний та обслуговуючий персонал), а також мають більш високий рівень тривожності та фрустрації, ніж у особи, які мешкають вдома.

Порівняльний аналіз середньо арифметичних значень показників копінг-стратегій осіб похилого віку, які мешкають вдома, та, які мешкають у будинках-інтернатах довів, що респондент які мешкають у будинках-інтернатах частіше ($\mu = 66,84$) вдаються до копінг-стратегії «уникання», ніж респонденти, які мешкають вдома ($\mu = 43$). Копінг «дистанціювання» більше застосовують респонденти, які мешкають вдома ($\mu = 64,54$), ніж респонденти, які мешкають у будинках-інтернатах ($\mu = 55,37$).

б) Спираючись на аналіз теоретичного матеріалу та урахуваючи результати констатувального дослідження, було визначено рівні та кількісні показники розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку (високий, середній, низький) (Табл 1).

Таблиця 1

Рівні та показники розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку

<i>Рівні</i>	<i>Кількість респондентів (%)</i>	<i>Показники рівнів розвитку емоційно-вольової регуляції</i>
Високий	24	Високий рівень сформованості таких рис особистості, як самовпевненість, сила Я, контроль бажань, наполегливість, сміливість, самодостатність. Низький рівень особистісної тривожності, тривожності, фрустрації, агресії та ригідності. Низька інтенсивність використання механізмів психологічного захисту (заперечення, конфронтація, дистанціювання). Представленість високого рівня таких копінг-стратегій, як прийняття відповідальності, планування вирішення питань, позитивна самооцінка. Високий рівень розвиненості життєстійкості та її компонентів: контроль, прийняття відповідальності, залученість.
Середній	27	Відносна стійкість емоційної сфери, позитивне емоційне сприйняття дійсності, реалістичне ставлення до себе і своїх можливостей, раціональне мислення, вміння долати перешкоди, помірний рівень контролю та самоконтролю, наполегливості та рішучості.
Низький	49	Високий рівень сформованості таких рис особистості, як відчуття провини, слабкість Я, фрустрованість, конформність, бездіяльність, безвідповідальність, підозрілість, потреба у підтримці, уникання труднощів. Високий рівень особистісної тривожності, тривожності, агресії, ригідності. Активне використання механізмів психологічного захисту (заперечення, конфронтація, дистанціювання). Низький рівень розвиненості таких копінг-стратегій, як прийняття відповідальності, планування вирішення питань, позитивна самооцінка. Низький рівень прояву життєстійкості та її компонентів: контроль, прийняття відповідальності, залученість.

З метою порівняння та перевірки результатів даних отриманих у 2011 році, у 2018 році було проведено у нових соціальних умовах додаткове дослідження особливостей емоційної та вольової сфери осіб похилого віку, які мешкають дома.

У дослідженні приймало участь 58 осіб похилого віку (36 жінок та 22 чоловіка). Використовувались дві методики: «Самооцінка психічних станів» (за Г. Айзенком), «Копінг-тест Лазаруса» (авт. Р. Лазарус та Р. Фолкман адапт. Т. Л. Крюкової, О. В. Куфтяк, М. С. Замишляєвої).

За результатами кореляційного аналізу та на основі методів математичної статистики встановлено, що отримані показники у 2011 та 2018 роках не мають суттєвих відмінностей.

Підводячи підсумки емпіричного дослідження, нами створена типологія людей похилого віку за способами використання тих чи інших механізмів емоційно-вольового регулювання, яка включає 4 типи: *активно-регулюючий* – соціальна наполегливість, відкритість досвіду, позитивна соціальна активність; *адаптивно-регулюючий* – пристосувальна поведінка, пошук соціальної підтримки; *пасивно-регулюючий* – консерватизм, ригідність, уникання проблем, переважає мотивація на невдачу; *деструктивно-регулюючий* – депресивні стани настрою, відчуття тривоги, замкненість, соціальна дезадаптація, деструктивна, руйнівна поведінка. Дана типізація підкреслює, що особи похилого віку мають різний рівень життєвої активності, від психологічно-сприятливих активних форм до негативно-деструктивних, специфіка активності в цьому віці має індивідуальні відмінності.

На основі теоретичного аналізу та емпіричного дослідження визначено поняття: **«емоційно-вольова регуляція осіб похилого віку»** як *суб'єктно-особистісний регуляційний потенціал, який інтегрує емоційні та вольові процеси та являє собою цілісну, достатньо стабільну, відкриту систему особистості, яка на різних рівнях психічної активності, регулює (визначає, посилює, спрямовує, обмежує) реалізацію внутрішніх можливостей, сформований досвід активності особистості соціально прийнятними способами.*

Результати констатувального експерименту, щодо недостатнього рівня розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку, зумовили необхідність розробки психологічного супроводу, спрямованого на оптимізацію розвитку даного феномену.

У третьому розділі дисертації **«Шляхи розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку»** обґрунтовано та презентовано модель і програму оптимізації розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку; проаналізовано результати апробації корекційно-розвивальної програми; розроблено психологічні рекомендації психологам, медичному персоналу, соціальним працівниками, обслуговуючому персоналу, адміністрації геріатричних пансіонатів та будинків престарілих щодо оптимізації емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.

1) Теоретичним підґрунтям розробки психологічного супроводу розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку було стали положення інтегрального підходу про взаємопроникнення та об'єднання елементів різних технік та методик. У корекційно-розвивальній програмі використовувались елементи тілесно-орієнтованої терапії, символдрами, методу бібліотерапії.

2) Сформована модель оптимізації розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку, яка полягає у здійсненні цілеспрямованого психолого-педагогічного впливу на розвиток емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку, виділені основні засоби підвищення ефективності розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку, з урахуванням основних критеріїв розвиненості емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.

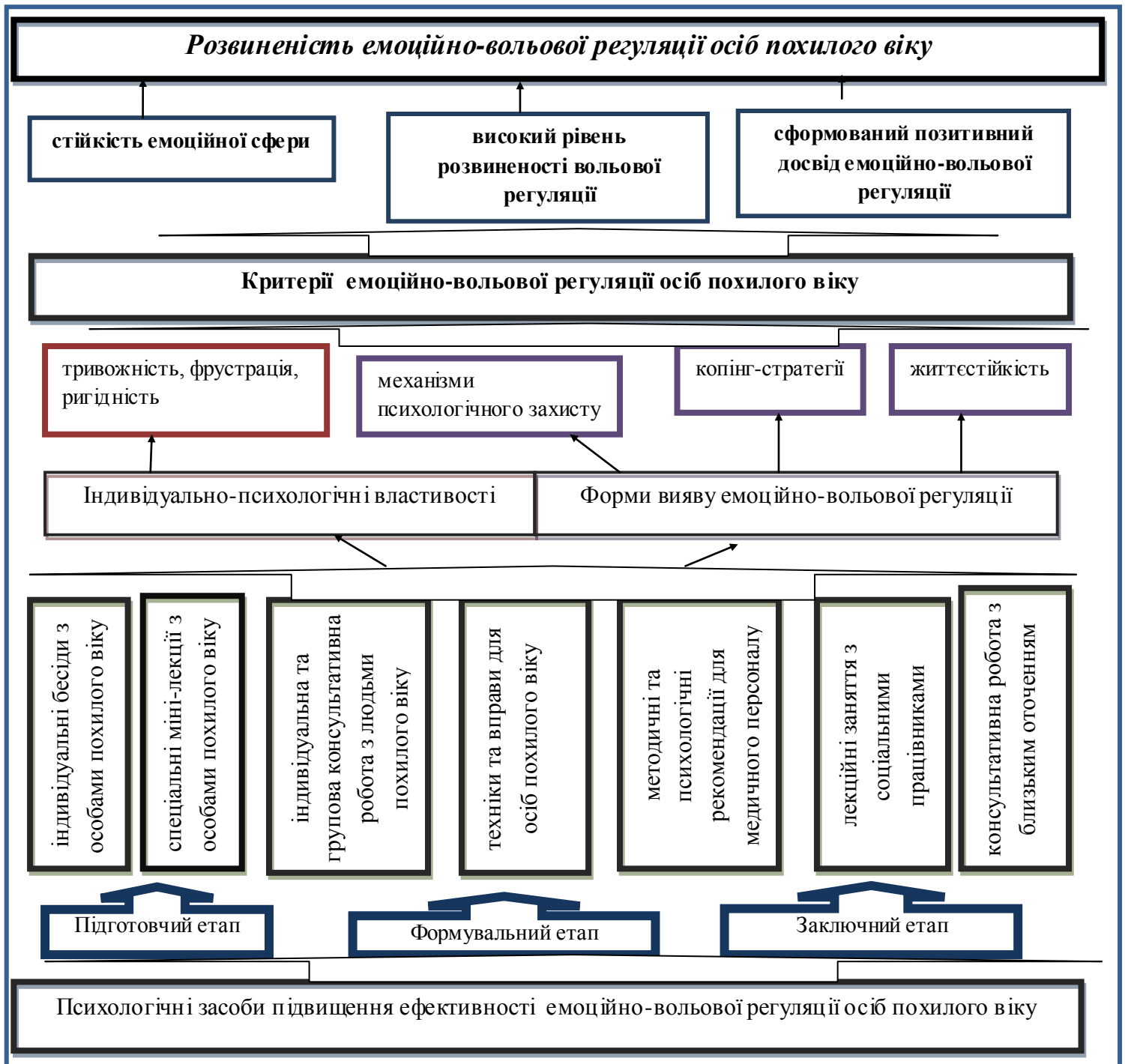


Рис 1. Модель оптимізації розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку

У відповідності до моделі розроблено комплексну корекційно-розвивальну програму розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку. При розробці

корекційно-розвивальної програми враховувався вік досліджуваних, їх психофізіологічні особливості, властивості особистості, аспекти когнітивної, емоційної, мотиваційної сфери та поведінки.

Основні цілі корекційно-розвивальної програми та засоби їх досягнення: 1) поліпшення психологічного самопочуття, формування внутрішньо-групової згуртованості, звільнення від відчуття тривоги, зняття м'язової напруги; 2) формування позитивного образу майбутнього, уміння насолоджуватися позитивними емоціями, підвищення впевненості у собі; 3) уміння переживати складні почуття, які супроводжують втрату, здобути вміння жити в сьогоденні; 4) розвиток позитивного налаштування на майбутнє, визначення перспективних життєвих цілей, розвиток навичок саморефлексії; 5) робота з переживаннями минулого; 6) розуміння своєї поведінки, мотивації, формування адекватної самооцінки, вміння вільно обговорювати свої проблеми, самостійно справлятися із хворобами; 7) формування позитивного погляду на виникнення проблеми, знаходження ресурсів для вирішення проблем.

3) На етапі формувального експерименту було сформовано дві групи: контрольна та експериментальна – загальна кількість 64 особи, кожна група включає 32 особи. Експериментальна група складається з п'яти підгруп, дві з них сформовані на базі геріатричного пансіонату для ветеранів війни та праці; наступні дві – на базі геріатричного Будинку-інтернати №1 м. Луганська, за чисельним складом – 6 осіб у кожній групі (невелика група); одна група, яка сформована на базі Великомоствівського геріатричного пансіонату, включає 8 осіб. Корекційно-розвивальна програма складалась з 8 занять по 1,5 години. Заняття проводилися двічі на тиждень протягом лютого – серпня 2011 року.

Психологічний супровід включає наступні психолого-педагогічні засоби: індивідуальні бесіди; спеціально розроблені лекційні заняття, які передбачають бесіди, обмін думками, міркування; індивідуальна консультативна робота з людьми похилого віку; консультативна робота з близьким оточенням (відвідувачами (родичі, друзі, знайомі), обслуговуючий персонал); корекційно-розвивальна програма.

Проведений формувальний експеримент позитивно вплинув на емоційну сферу осіб похилого віку, сприяв зниженню використання механізмів психологічного захисту, підвищенню активності застосування копінг-стратегій та активізації життєстійкості. Психологічний супровід сприяв розвитку рис особистості осіб похилого віку, які необхідні для адаптації до вікових змін, активного життя та встановлення позитивних комунікативних зв'язків. Встановлено статистично значущі зміни у експериментальній групі та відсутність змін у контрольній групі за показниками: фактор С (Сила «Я» «+» / Слабкість «Я» «-») ($t=2,3$ при $p<0,05$); фактор L (Підозрілість «+» / Довірливість «-») ($t=2,3$; при $p\leq 0,05$), фактор Q2 (Самодостатність «+» / Соціабельність «-») ($t=2,4$; при $p\leq 0,05$) (Рис. 2).

Позитивні зміни у вказаних показниках сприяли у цілому розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.

На основі методів математичної статистики встановлено достовірний характер змін у контрольній та експериментальній групах за показниками: особистісна тривожність ($t=2,3$; $p<0,05$), реактивне утворення ($t=2,4$; $p\leq 0,05$), заперечення ($t=2,4$; $p\leq 0,05$); у експериментальній групі після тренінгу – особистісна тривожність ($t=2$; $p<0,05$), реактивне утворення ($t=2,5$; $p\leq 0,05$), заперечення ($t=2$; $p\leq 0,05$). Статистично значущі зміни за показниками копінг-стратегій: у контрольній та експериментальній групах після психологічного супроводу за шкалою дистанціювання ($t=9,3$; $p\leq 0,01$), самоконтроль ($t=7,4$; $p<0,01$), прийняття відповідальності ($t=5,9$; $p\leq 0,01$), уникнення ($t=9,7$; $p\leq 0,01$); у експериментальній групі до та після психологічного супроводу за шкалою дистанціювання ($t=7,7$; $p\leq 0,01$), самоконтроль ($t=6,5$; $p<0,01$), прийняття відповідальності ($t=5,8$; $p\leq 0,01$), уникнення ($t=8,6$; $p\leq 0,01$).

Таблиця 2

Динаміка показників форм емоційно-вольової регуляції

Показники	КГ до	КГ після	ЕГ до	ЕГ після
<i>Механізми псих. захисту</i>				
- реактивне утворення	90	91	90,5	81
- заперечення	78	77,4	78	70,28
- витіснення	65,65	64,6	67,5	63
- компенсація	68,6	71	69,7	70
- інтелектуалізація	62,38	63,38	63,24	72,06
<i>Копінг-стратегії</i>				
- дистанціювання	60,86	61,53	60,55	36,14
- конфронтація	41,98	42,59	40,96	33,84
- самоконтроль	40,66	39,8	41,58	59,77
- соціальна підтримка	66,25	66,06	65,13	61,20
- прийняття відповідальності	51,48	52,18	53,98	72,05
- уникання	59,95	60,47	59,65	38,01
- планування вирішення проблем	68,97	61,11	67,88	69,06
- позитивна переоцінка	59,21	59,5	59,3	57,69
<i>Життєстійкість</i>				
- залученість	24,40	24,40	23,75	32,19
- прийняття ризику	7	7,10	6,75	8,25
- контроль	40,57	40,50	40,35	41,43

Статистичний аналіз показників життєстійкості: у контрольній та експериментальній групах ($t=4,3$; $p\leq 0,01$), прийняття ризику ($t=2,3$; $p\leq 0,01$), життєстійкість ($t=4,8$; $p\leq 0,01$); у експериментальній групі до та після тренінгу – залученість ($t=5$; $p\leq 0,01$), прийняття ризику ($t=2,9$; $p\leq 0,01$), життєстійкість ($t=4,3$; $p\leq 0,01$).

У цілому проведене дослідження підтвердило гіпотезу та дозволило зробити загальні висновки.

ВИСНОВКИ

У дисертації узагальнено теоретичні, емпіричні та прикладні результати вивчення наукової проблеми емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку та представлено її нове вирішення, яке виявилось у визначенні

психологічних особливостей та створенні моделі й програми розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.

1. Теоретичний аналіз досліджень з проблеми емоційно-вольової регуляції особистості дозволив встановити багаторівневу та багатокомпонентну природу емоційно-вольової регуляції. Багаторівневість визначається єдністю усвідомлених та неусвідомлених процесів. Встановлено, що емоційно-вольова регуляція на різних рівнях психічної активності має особливості прояву та різну детермінацію. Свідомий рівень активності характеризується раціональністю, високим рівнем самосвідомості та саморегуляцією. Активний стиль реагування, який має соціальну детермінацію, представлений у формі копінг-стратегії. На неусвідомленому рівні емоційно-вольова регуляція спрямована на регуляцію внутрішнього балансу, на захист свого «Я» від негативного впливу, проявляється у формі механізмів психологічного захисту.

Емоційно-вольова регуляція осіб похилого віку визначається нами як особистісно-суб'єктний регуляційний потенціал, який інтегрує емоційні й вольові процеси та являє собою цілісну достатньо стабільну, відкриту систему індивіда, яка на різних рівнях психічної активності, регулює (визначає, посилює, спрямовує, обмежує) реалізацію внутрішніх можливостей, сформований досвід активності особистості соціально прийнятними способами.

Виділено компоненти емоційно-вольової регуляції (емоції, вольова регуляція, досвід емоційно-вольової регуляції) та визначено критерії емоційно-вольової регуляції – стійкість емоційної сфери, високий рівень розвиненості вольової регуляції, сформованість позитивного досвіду емоційно-вольової регуляції. Встановлено форми емоційно-вольової регуляції: механізми психологічного захисту, копінг-стратегії, життестійкість.

2. Емпірично досліджено наступні особливості емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку: високий рівень емоційної нестійкості, тривожності, фрустрації, ригідності, невпевненості у собі, відчуття неповноцінності, роздратованість, збудженості, сумнівності, заклопотаності. Головним елементом у структурі емоційно-вольової регуляції, що визначає загальний стиль функціонування, є емоції, а тому специфіка емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку відрізняється підвищеним рівнем готовності до тривожності, низьким рівнем емоційної стійкості та переважанням афектів, що знижує ефективність функціонування емоційно-вольової регуляції та регуляторний потенціал особистості людей похилого віку.

Сформованість емоційно-вольової регуляції характеризується рівнями розвитку індивідуально-психологічних рис (емоційно-вольовий блок) – високий рівень (емоційно-вольова стійкість); середній рівень (емоційна стійкість, вольова стійкість); низький (емоційно-вольова нестійкість).

Вольова сфера характеризується високим рівнем відповідальності, стійкістю моральних принципів, самоконтролем, усвідомленням та виконанням соціальних вимог.

Особи похилого віку найбільш використовують такі механізми психологічного захисту, як реактивне утворення, витіснення, компенсація,

заперечення. Механізм психологічного захисту «компенсація» та «реактивне утворення» використовуються особами похилого віку при наявності комплексу неповноцінності, насамперед фізичного, а також при відчутті психологічного та соціального безсилля. Неспроможність подолати важку стресову ситуацію спонукає людей похилого віку використовувати механізм психологічного захисту «заперечення», що призводить до викривлення сприйняття дійсності. Вікові відмінності використання механізмів психологічного захисту: 60-69 років – заперечення, регресія, компенсація; 70-74 роки – регресія, компенсація, реактивне утворення.

Доведено, що найчастіше люди похилого віку використовують такі адаптивні копінг-стратегії, як планування, позитивна переоцінка, пошук позитивної підтримки, самоконтроль; серед неадаптивних копінг-стратегій переважають дистанціювання та уникання.

Дослідження життєстійких установок визначило високий рівень сформованості установки «контроль» та низький рівень установки «прийняття ризику». Емпірично досліджено, що найнижчі середні показники установки «життєстійкість» – у осіб похилого віку 60 – 69 річного віку, найбільш високі – у 55-59 річних, нормативне середнє значення отримано у 70 – 79 річних людей похилого віку.

Встановлено дуальну природу емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку: особистісно-орієнтовану (залежність від індивідуально-психологічних рис особистості), соціально-орієнтовану (залежність від соціального середовища, соціальної підтримки та соціального захисту).

Визначено *рівні та показники* розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку (високий, середній, низький). Високий рівень характеризується емоційною стійкістю, високим рівнем сформованості вольових компонентів, емоційно-вольова регуляція обумовлена високими моральними цінностями особистості. Особливості розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку на цьому рівні залежать від рівня розвитку цілісної особистості. Середній рівень проявляється відносною емоційною стійкістю, достатньо високим рівнем розвитку вольової сфери. Специфіка емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку залежить як від внутрішніх, так і зовнішніх факторів. Низький рівень характеризується нестійкістю емоційно сфери, не сформованістю вольових компонентів емоційно-вольової регуляції, залежить від зовнішніх факторів.

3. Досліджено, що особи похилого віку, які мешкають вдома, є більш відповідальними, старанними, упевненими у своїх силах, мають високий рівень моральних принципів, ніж особи, які мешкають у будинках-інтернатах. Встановлено розбіжності в емоційній сфері в залежності від місця проживання (вдома, будинок-інтернат). Рівень тривожності та фрустрації у респондентів, які мешкають вдома нижче, ніж у респондентів, які мешкають у будинках-інтернатах. Доведено, що особи похилого віку, які мешкають вдома та у будинку-інтернаті, однаково активно використовують копінг «дистанціювання» та «соціальну підтримку». Разом з тим, особи похилого віку, які мешкають вдома, більш

використовують копінг «планування вирішення проблем», а мешканці будинку-інтернату – «уникання».

4. Створена типологія людей похилого віку за способами використання тих чи інших механізмів емоційно-вольового регулювання, яка включає 4 типи: *активно-регулюючий* – соціальна наполегливість, відкритість досвіду, позитивна соціальна активність; *адаптивно-регулюючий* – пристосувальна поведінка, пошук соціальної підтримки; *пасивно-регулюючий* – консерватизм, ригідність, уникання проблем, переважає мотивація на невдачу; *деструктивно-регулюючий* – депресивні стани настрою, відчуття тривоги, замкненість, соціальна дезадаптація, деструктивна, руйнівна поведінка.

5. Теоретичним підґрунтям психологічного супроводу та корекційно-розвивальної програми цілеспрямованого розвитку емоційно-вольової регуляції людей похилого віку стали положення інтегрального підходу про взаємопроникнення та об'єднання елементів різних технік та методик. Враховані основні принципи клієнт-центрованої терапії, підходи та особливості психотерапевтичної взаємодії з людьми похилого віку (актуальність, безпечність, екологічність, перспективність, поетапність, системність, комплексність, психоетичність).

На основі встановлених критеріїв, теоретично обґрунтовано модель оптимізації розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку, визначено психологічні засоби підвищення ефективності розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку, а саме: індивідуальні бесіди з особами похилого віку; міні-лекції з особами похилого віку; індивідуальна та групова консультативна робота з людьми похилого віку; техніки та вправи для осіб похилого віку; методичні та психологічні рекомендації для медичного персоналу; лекційні заняття з соціальними працівниками; консультативна робота з близьким оточенням.

Аналіз результатів апробованої програми психологічного супроводу встановив наявність позитивних змін емоційних та вольових якостей; знизився рівень тривожності, ригідності, фрустрації; відбувся розвиток таких вольових якостей, як саморегуляція, сміливість, наполегливість, самоконтроль та комунікативний самоконтроль, спрямованість на вирішення проблем, знизився рівень прояву показників уникання, конфронтація, дистанціювання, реактивне утворення, заперечення, відбулось зміцнення життєстійких установок, вироблення конструктивних копінг-стратегій.

За результатами формувального експерименту розроблені психологічні рекомендації для психологів, обслуговуючого та медичного персоналу, рідних та близьких щодо розвитку емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів означеної проблеми. Потребують подальшого дослідження особливостей впливу когнітивної та мотиваційної сфери на емоційно-вольову регуляцію осіб похилого віку.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Статті у вітчизняних наукових фахових виданнях:

1. Новікова Ж. М. Особливості соціального становища людей похилого віку: теоретичне дослідження / Ж. М. Новікова // Наукові студії із соціальної та політичної психології. – 2011. – Вип. 26 (29). – С. 65 – 75.
2. Новікова Ж. М. Дослідження механізмів психологічного захисту в людей літнього віку / Ж. М. Новікова // Психологічні перспективи. Спеціальний випуск. Становлення особистості як суб'єкта життєвого шляху. – 2011. – Т.2. – С. 60 – 69.
3. Новікова Ж. М. Психологічні аспекти спілкування людей похилого віку у соціальних мережах / Ж. М. Новікова // Психологічні перспективи. Спеціальний випуск «Проблеми кіберагресії». – 2012. – Т.1. – С. 40– 50.
4. Новікова Ж. М. Особливості вікової періодизації та класифікації осіб похилого віку / Ж. М. Новікова // Журнал «Практична психологія та соціальна робота» – 2009. – №6. – С.77 – 78.
5. Новікова Ж. М. Порівняльний аналіз позитивних та негативних емоцій людей літнього віку / Ж. М. Новікова // Журнал «Соціальна психологія» – 2010. – №4 (42). – С. 148 – 157.
6. Новікова Ж. М. Дослідження особливостей особистості людей похилого віку / Ж. М. Новікова // Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди, психологія – Харків: ХНПУ. – 2010. – Вип.134. – С. 147 – 161.
Статті у вітчизняних фахових наукометричних виданнях і зарубіжних фахових періодичних виданнях
7. Новікова Ж.М. Психологічні особливості задоволеності життям та життєстійких установок осіб похилого віку / Ж. М. Новікова // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». Випуск 2. – 2019. – С. 78 – 83.
8. Новікова Ж.М. Психологічні особливості емоційної сфери та копінг-стратегій осіб похилого віку / Ж.М. Новікова // «Психологічний часопис». Збірник наукових праць. Випуск 5. – №8 (28). – 2019. – С. 161 – 173.
9. Новікова Ж. М. Особенности психологического сопровождения людей пожилого возраста / Ж. М. Новікова // Международный научно-практический журнал «Психиатрия, психотерапия и клиническая психология» – 2014. – №3(17). – С. 128-137.
10. Новікова Ж. М. Модель емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку / Ж. М. Новікова // Науковий журнал «Молодий вчений» – 2017. – №6 (46) . – С. 331-335.
11. Новікова Ж. М. Теоретичні аспекти психологічного супроводження функціонування особистості / Ж. М. Новікова // Науковий журнал «Молодий вчений» – 2018. – 5 (57). – С. 459 - 463.

Новікова Ж. М. Психологічні особливості емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку. Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2020.

У дисертації визначено теоретичні підходи до вивчення проблеми, визначено сутність поняття «емоційно-вольова регуляція осіб похилого віку», компоненти емоційно-вольової регуляції (емоції, вольова регуляція, досвід емоційно-вольової регуляції), критерії (стійкість емоційної сфери, високий рівень розвиненості вольової регуляції, сформованість позитивного досвіду емоційно-вольової регуляції) та форми (механізми психологічного захисту, копінг-стратегії, життєстійкість) емоційно-вольової регуляції осіб похилого віку.

Емпірично виявлено особливості індивідуально-психологічних рис осіб похилого віку, прояви емоційної складової, форми, рівні сформованості та відмінності залежно від місці проживання (вдома, будинок-інтернат) осіб похилого віку. Доведено переважання низького та середнього рівнів розвитку емоційно-вольової регуляції у осіб похилого віку.

Створена типологія людей похилого віку за способами використання механізмів емоційно-вольового регулювання (активно-регулюючий, адаптивно-регулюючий, пасивно-регулюючий, деструктивно-регулюючий типи).

Створено модель, обґрунтовано, розроблено та апробовано розроблену автором програму розвитку емоційно-вольової регуляції, доведено її ефективність та доцільність впровадження в роботу психологів будинків-інтернатів для осіб похилого віку, соціальних працівників.

Ключові слова: особи похилого віку, старість, старіння, емоції, вольова сфера, емоційно-вольова регуляція, суб'єкт, суб'єктність, механізми психологічного захисту, копінг-стратегії, життєстійкість, регуляційний потенціал.

Новикова Ж. М. Психологические особенности эмоционально-волевой регуляции людей пожилого возраста. Рукопись.

Диссертация на соискание научной степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология. – Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова, Киев, 2020.

В диссертации определены теоретические подходы к изучению проблемы, определены сущность понятия «эмоционально-волевая регуляция пожилых людей», компоненты эмоционально-волевой регуляции (эмоции, волевая регуляция, опыт эмоционально-волевой регуляции), критерии (устойчивость эмоциональной сферы, высокий уровень развитости волевой регуляции, развитость положительного опыта эмоционально-волевой регуляции) и формы (механизмы психологической защиты, копинг-стратегии, жизнестойкость) эмоционально-волевой регуляции пожилых людей.

Эмпирически выявлены особенности индивидуально-психологических черт пожилых людей, проявления эмоциональной составляющей, формы, уровни развития и различия в зависимости от места проживания (дома, дом-интернат) лиц пожилого возраста. Доказано преобладание низкого и среднего уровней развития эмоционально-волевой регуляции у лиц пожилого возраста.

Создана типология пожилых людей по способам использования механизмов эмоционально-волевого регулирования (активно-регулирующий, адаптивно-регулирующий, пассивно-регулирующий, деструктивно-регулирующий типа).

Создана модель, обоснованно, разработана и апробирована разработанную автором программу развития эмоционально-волевой регуляции, доказана ее эффективность и целесообразность внедрения в работу психологов домов-интернатов для престарелых людей, социальных работников.

Ключевые слова: люди пожилого возраста, старость, старение, эмоции, волевая сфера, эмоционально-волевая регуляция, субъект, субъектность, механизмы психологической защиты, копинг-стратегии, жизнестойкость, регуляционный потенциал.

Novikova J. M. Psychological peculiarities of emotional-volitional regulation of the older people. – Manuscript.

The dissertation on competition of a scientific degree of the candidate of psychological sciences on a speciality 19.00.07 – pedagogical and age psychology. – National Pedagogical Dragomanov University, Kyiv, 2020.

There defined theoretical approaches to the study of the problem, the essence of the concept of "emotional-volitional regulation of the elderly", components of emotional-volitional regulation (emotions, volitional regulation, the experience of emotional volitional regulation), criteria (stability of the emotional sphere, a high level of volitional regulation development, development of the positive experience of emotional-volitional regulation) and forms (mechanisms of psychological defense, coping strategies, resilience) of emotional-volitional regulation of the elderly the dissertation.

There empirically revealed the features of individual psychological traits of the elderly, manifestations of the emotional component, forms, levels of development, and differences depending on the place of residence (at home, boarding school) of elderly people. There proved predominance of low and medium levels of development of emotional-volitional regulation in the elderly.

There created the typology of elderly people according to the ways of using the mechanisms of emotional-volitional regulation (active-regulatory, adaptive-regulatory, passive-regulatory, destructive-regulatory type).

A model has been created, reasonably, developed, and tested by the author's program for the development of emotional-volitional regulation, proved its effectiveness, and the feasibility of its implementation in the work of psychologists of boarding schools for the elderly.