

КОНСТРУКТИВНА ПОВЕДІНКА ЛІТНІХ ЛЮДЕЙ У НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ

Анотація. За результатами авторського пілотного дослідження актуалізується соціальна проблематика конструктивної поведінки літніх людей (набутої форми індивідуального психологічного захисту у надзвичайних ситуаціях). Емпірично виокремлено її первинну (емоційна регуляція) та вторинну умови (вольова регуляція). Розроблено проект особистісної типології емоційної саморегуляції літніх людей.

Ключові слова: вольова саморегуляція, емоційна саморегуляція, конструктивна поведінка, літній вік, надзвичайна ситуація, психологічний захист.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Означена проблематика з 1990-тих рр. привертає дослідницьку увагу Н. Довгань, В. Духневича, В. Поліщука, В. Рибалки, Т. Титаренко, Б. Цуканова та інших українських вчених. Використовуючи їхні наукові здобутки, наша пошукова діяльність (пілотне дослідження) була спрямована на з'ясування змісту конструктивної поведінки літніх людей як основної набутої форми їхнього психологічного захисту перед різноплановими соціальними викликами, зокрема надзвичайними ситуаціями.

Виклад основного матеріалу. Психологічна допомога людям, які перебувають у критичних та надзвичайних ситуаціях, засвідчує функціональну значущість емоційної регуляції та саморегуляції для формування у них конструктивної поведінки - якраз тієї форми соціальної активності, яка усвідомлюється і позначається причинно-наслідковими зв'язками з бажаною метою, забезпечуючи задоволення «вихідних» потреб і створюючи необхідні передумови адаптації до нових умов життєдіяльності.

Лише усвідомлений зв'язок поведінки з внутрішніми мотивами, які виникають знову-таки через увиразнення потреб, сприяє оптимальній (конструктивній) структурованій самоорганізації людини у надзвичайній ситуації.

Конструктивна поведінка у надзвичайних ситуаціях має бути 1) «мотиводоцільною» та 2) «організованою метою».

Чим більше потреб людини зазнають негативних зрушень, тим ймовірніша полімотивованість поведінки. Водночас, чим нижчі показники емоційної напруги, тим вища операціональна напруга, а, значить, більша ймовірність конструктивного відбору ключових мотивів. Оскільки емоційна саморегуляція знижує емоційну напругу у ситуаціях загрози для життя та здоров'я людини, то вона у надзвичайних ситуаціях постає об'єктивною передумовою конструктивної поведінки як єдиного енергозберігаючого і перетворювального механізму побудови «задач розвитку» та життєвих надбань.

Система емоційної регуляції контролює енергетичний баланс організму. Взаємодія з навколишнім світом, управління потребами людини можуть відбуватися на різних рівнях активності та глибини емоційного контакту з середовищем: 1) рівень польової реактивності; 2) рівень стереотипів; 3) рівень експансії; 4) рівень емоційного контролю.

У кожному випадку посилені базальні рівні впливають на емоційну адаптацію, а, значить, емоційну саморегуляцію. Як наслідок, ми попередньо виокремлюємо чотири тематичні поведінкові типи людей літнього віку:

1. «Чутливий» (розвинена здатність до самостережень, «заглибленість» у внутрішні переживання, розуміння власних потреб, усвідомлене прагнення до гармонії).

2. «Консервативний» (виразна чутливість до зовнішнього світу, розвинена афективна пам'ять; стійкі повсякденні звички, порушення яких викликає стійкий дискомфорт, причини якого не завжди усвідомлюються).

3. «Сміливий» (готовність до необхідних життєвих змін, виходу із зони комфорту, розкутість, схильність до будь-якого ризику).

4. «Контактний» (виразна зосередженість на стосунках з соціальним оточенням, цільова спрямованість на дотримання діючих правил спільноти).

Висновки. 1. Визначено теоретико-практичні напрямки розроблення валідного діагностичного інструментарію для дослідження рівня сформованості емоційної саморегуляції літніх людей у надзвичайних ситуаціях.

2. Встановлено структурно-функціональні особливості конструктивної поведінки людей літнього віку у надзвичайних ситуаціях як єдиної «мотиводоцільної» та «організованої», спрямованої на збереження і зміцнення їхнього фізичного та психічного здоров'я.

Бібліографічний список

1. Довгань Н.О. Психологія соціокультурної взаємодії поколінь: Монографія. К.: Талком, 2020.

2. Долинська Л.В., Співак Л.М. Геронтопсихологія: Практикум. Хрестоматія: навчальний посібник. К.: Каравела, 2012.

3. Поліщук С.А. Методичний довідник з психодіагностики: навчально-методичний посібник. Суми: Університетська книга, 2009.

4. Штука А.Т. Психологические особенности формирования произвольности действий у младших школьников (Дис...к. психол. наук: 19.00.07). К., 1987.