

ZAMONAVIY PSIXOLOGIYADA QARILIK MUAMMOSI

Annotatsiya. Mazkur maqolada qarilik davrining talqini, uning psixologik xususiyatlari va inson shaxsiyatining mazkur bosqichida kechadigan o'zgarishlari yoritilgan. Zamonaviy psixologik yondashuvlar asosida qarilikning turli jihatlari va gerontopsixologiyaga oid dolzarb masalalar ko'rib chiqilgan.

Kalit so'zlar: keksalik, demografik o'zgarishlar, o'rtacha umr ko'rish va hayot sifati, mustaqillikni qo'llab-quvvatlash, avlodlararo munosabatlar, professional ta'lim.

ПРОБЛЕМА СТАРЕНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

Аннотация. В данной статье рассматривается интерпретация старости, ее психологические особенности и изменения, происходящие на данном этапе человеческой личности. На основе современных психологических подходов были рассмотрены различные аспекты старения и актуальные вопросы геронтопсихологии.

Ключевые слова: старость, демографические изменения, средняя продолжительность и качество жизни, поддержка независимости, отношения между поколениями, профессиональное образование.

THE PROBLEM OF AGING IN MODERN PSYCHOLOGY

Annotation. This article covers the interpretation of the old age, its psychological characteristics and changes that occur at this stage of the human personality. On the basis of modern psychological approaches, various aspects of old age and topical issues related to gerontopsychology are considered.

Keywords: old age, demographic changes, average life expectancy and quality of life, support for independence, intergenerational relations, professional education.

Hozirgi kunda keksalar soni yoshlarga nisbatan ortib borayotganligi sababli bu davrda tabiiyki shunga yarasha muammolar ham ko'payishiga sababchi bo'lyapti. Shu jumladan, bu psixologik muammolardan: keksalarda ta'sirchanlik, o'zlarini foydasiz his qilishi, boshqalarga qaramlik muammosi, o'lim qo'rquvi, jamiyatdagi moslashishdagi qiyinchiliklar, izolyatsiya va boshqalarni aytishimiz mumkin.

Keksalik qo'rquvi asosan zamonaviy jamiyat, ommaviy axborot vositalari tomonidan odamlarga singdirilgan va kundalik noto'g'ri tushunchalar va yoshga oid stereotiplar bilan izohlanadi. Masalan, keksa odamlar ko'pincha foydasiz, intellektual jihatdan past baholanuvchi, endi to'laqonli hayot kechira olmaydigan, hayotini qolgan qismini faqat kasalliklar bilan o'tkazadigan odamlar deb hisoblanadi [1]. Garchi bu qarashlar ko'p marta inkor etilgan bo'lsa-da, ular keksa odamlarning o'zini o'zi qadrlashi va xatti-harakatlariga ta'sir qilishda davom etmoqda. Zamonaviy madaniyat keksalikda o'ziga xos ma'noni tan olmaydi – keksalik davri bu yosh davrining uzluksiz takrorlanishi, -hisoblanadi. Qarishning zamonaviy falsafiy-psixologik tahlilida keksalik "tugallangan shaxs" maqomi ekanligi, masalan, u hayotning asosiy bosqichlarini bosib o'tganligi haqidagi fikrga asoslanadi [3].

Agar ilgari qarilik tajriba, donolik, aql-zakovat, kuch va bilim bilan bog'liq bo'lib, uning ijtimoiy hurmati bilan birga kelgan bo'lsa, bugungi kunda qarishning ma'nolari va ramziy qadriyatlarini inkor etish tendentsiyasi kuchaymoqda, "qarilik" dan qochishning bir turiga inversiya (yillarning hayotiy tajribasini inkor etish) tendentsiyasi kuzatilmoqda. Hozirgi kunda keng tarqalgan "gerontofobiya" keksa odamlarni oxirigacha "yoshlarga ergashish"ga, o'z

odatlarini qabul qilishga va hech bo'lmaganda tashqi ko'rinishda yosh ko'rinishni saqlashga majbur qiladi. Keksalarning o'zidan boshqa hech kim, kundalik nutq mavzusi sifatida yoki tabiiy yosh bosqichi sifatida yoki insonning ichki hayotining o'ziga xos usuli sifatida keksalikka alohida qiziqish bildirmaydi[5]. Keksalik hayot yo'lining ajralmas makonini kundalik aks ettirishdan fobik tarzda ajralib chiqadi, "yo'qoladi", hayot hodisasi sifatida e'tiborga olinmaydi va keksalar nafaqat yoshlar oldida, balki o'z tenggilar oldida ham o'z yoshidan xijolat bo'lishga majbur bo'ladilar. Keksalikning ko'pgina psixologik xususiyatlari (konservatizm, ehtiyotkorlik, muvozanatli qarorlar, tinchlik va tartibni saqlashga intilish, bag'rikenglik, kechirimlilik va oqlanishga moyillik va boshqalar) jamiyatning yosh qatlami tomonidan rivojlanishga to'sqinlik qiladigan, taraqqiyotga to'sqinlik qiladigan, shaxsiy yangilanish yo'lidagi harakatni sekinlashtiruvchi sifatida qabul qilinadi. "Qarimaslik"ga zamonaviy e'tibor hayotning barcha sohalariga singib ketgan, shuning uchun tibbiy va ijtimoiy gerontologiyada keksalikni qanday faol qilish, qanday qilib mehnat qobiliyatini, jonli idrok etish, fikrlashning o'tkirligini, ijtimoiy moslashuv darajasini oshirish va boshqalar masalalari ko'rib chiqiladi [2].

Keksalik psixologiyasini o'rganish bir qator sabablarga ko'ra alohida ahamiyatga ega:

Demografik o'zgarishlar. Ko'pgina mamlakatlarda sog'liqni saqlash, turmush darajasining yaxshilanishi va tug'ilishning kamayishi tufayli keksa aholi soni sezilarli darajada oshib bormoqda. Aholining qarishi jiddiy ijtimoiy va iqtisodiy oqibatlariga olib kelishi mumkin, masalan, nafaqa, sog'liqni saqlash va ijtimoiy ta'minot uchun xarajatlarning oshishi. Keksalik psixologiyasini o'rganish ushbu qiyinchiliklarga qarshi kurashish strategiyalarini ishlab chiqishga yordam beradi.

O'rtacha umr ko'rish va hayot sifati. O'rtacha umr ko'rish davomiyligi oshgani sayin, keksa odamlarning nafaqat jismoniy salomatligiga g'amxo'rlik qilish, balki ularning psixologik farovonligini ham ta'minlash muhimdir. Keksalik psixologiyasi keksalik davrida hayot sifatini oshirishga yordam beradigan omillarni aniqlashga va psixologik salomatlikni yaxshilashga samarali yondashuvlarni ishlab chiqishga yordam beradi.

Mustaqillikni qo'llab-quvvatlash. Keksalik psixologiyasini o'rganish keksa yoshdagi odamlarning kognitiv funktsiyalari va ijtimoiy faolligini saqlash usullarini aniqlashga yordam beradi, bu ularning jamiyatdagi mustaqilligi va faolligini saqlashga yordam beradi.

Avlodlararo munosabatlar. Keksalik psixologiyasining xususiyatlarini tushunish avlodlar o'rtasidagi muloqot va o'zaro tushunishni yaxshilashga yordam beradi, oila va jamiyatda uyg'un munosabatlarni rag'batlantiradi.

Professional ta'lim. Keksalik psixologiyasi, gerontologiya, ijtimoiy ish va tibbiyot [sohalarida mutaxassislar](#) tayyorlash uchun muhim yo'nalish hisoblanadi. Ushbu sohadagi bilimlar mutaxassislarga keksa odamlar va ularning oilalariga sifatli yordam ko'rsatishga yordam beradi [4].

Umuman olganda, keksalik psixologiyasini o'rganish hozirgi kunda muhim rol o'ynaydi. Chunki u qarish jarayoni va unga moslashish haqidagi tushunchani kengaytirishga yordam beradi. Shuningdek, keksa odamlarning psixologik farovonligi va hayot sifatini qo'llab-quvvatlash strategiyasini ishlab chiqishga, bu bilimlar ham insonparvar, adolatli va inklyuziv jamiyatni yaratishga yordam beradi. Bunda keksalarning jamiyat hayotida to'liq ishtirok etishlari, o'z faolligi, mustaqilligi va qadr-qimmatini saqlab qolishga imkoniyat yaratiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Antsyferova L.I. Inson hayotining kech davri: qarish turlari va shaxsning progressiv rivojlanish imkoniyatlari // Qarilik psixologiyasi bo'yicha darslik / Ed. D.Ya. Raigorodskiy. Samara, 2004 yil.
2. Karsaevskaya T.V. Keks aodam. L., 1989 yil
3. Pogrebnyak A.A. Qarilik manba sifatida // Keksalik falsafasi: gerontosofiya. Shanba. konferentsiya materiallari. "Simpozium" seriyasi. 24-son. Sankt-Peterburg, 2002 yil.
4. Qarilik va qarilik psixologiyasi / Comp. O.V. Krasnova, A.G. Rahbarlar. M., 2003 yil.
5. Suxobskaya G.S., Bojko N.M. Zamonaviy dunyoda keksa odam. Sankt-Peterburg, 1999 yil.