



УДК 159.923.3/4+159.922.63  
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-12>

## ОСОБЛИВОСТІ ЗАДОВОЛЕНOSTІ ЖИТТЯМ ТА ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ЛЮДЕЙ ПЕНСІЙНОГО ВІКУ

**Даниленко Наталія Володимирівна,**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології

*Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди*

[natalydanilenko@gmail.com](mailto:natalydanilenko@gmail.com)

<http://orcid.org/0000-0003-2361-610X>

**Єльчанінова Тетяна Миколаївна,**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології

*Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди*

[t.m.elchaninova@gmail.com](mailto:t.m.elchaninova@gmail.com)

<http://orcid.org/0000-0002-7403-4700>

У статті досліджуються уявлення про сенс та значення праці для людей пенсійного віку, які залишаються активними на ринку праці, а також тих, хто закінчив свою трудову діяльність. Реалізація людини через працю щільно пов'язана з такими психологічними феноменами, як цілепокладання, сенс життя, прагнення до самореалізації, волевиявлення, бажання бути потрібним, осмислення власного життєвого шляху і можливостей для його проживання. Усе це пов'язано зі сформованим рівнем життєстійкості особистості. Більшість дослідників життєстійкості розуміють її як специфічну особистісну рису, яка забезпечує ефективне подолання життєвого шляху і досягнення людиною хороших життєвих результатів. Проаналізовано значення конструктів життєстійкості та її місце у формуванні задоволеності життям людей пенсійного віку.

**Метою дослідження** було визначення психологічних особливостей працюючих та непрацюючих людей похилого віку. Висунуті гіпотези про те, що життєстійкість працюючих та непрацюючих людей похилого віку відрізняється; люди похилого віку, що продовжують працювати, мають більш високий рівень суб'єктивного контролю та більшою мірою задоволені своїм життям, ніж особи похилого віку, що не працюють.

**Методи.** Теоретико-методологічний аналіз наукових джерел, систематизація та узагальнення психологічних даних за проблемою дослідження, опитувальники (авторський опитувальник, методика життєстійкості С. Мадді, тест «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера, тест «Рівень задоволеності життям»), методи математичної обробки даних.

**Результати.** Досліджувані респонденти були розділені на дві групи відповідно до висунутих гіпотез: працюючі та непрацюючі пенсіонери. Дослідження виявило, що особи, які продовжують працювати, самореалізуються у професії (соціальне спрямування), на відміну від непрацюючих пенсіонерів, які реалізуються через хобі (для себе: спорт, йога, в'язання, кулінарія, іноземні мови тощо). Працюючі пенсіонери більшою мірою задоволені станом власного здоров'я та життєвими досягненнями, проявляють більшу самостійність, володіють більш високим рівнем суб'єктивного контролю та більш високим показником життєстійкості, вони більше покладаються на власні сили.

**Висновки.** Дослідження підтвердило висунуті припущення про те, що працюючі пенсіонери мають вищий рівень задоволення станом свого життя, аніж непрацюючі пенсіонери.

**Ключові слова:** пенсійний вік, працюючі пенсіонери, суб'єктивний контроль, життєстійкість, задоволеність життям, самореалізація, спілкування, включеність, суспільна користь, статус.

## FEATURES OF SATISFACTION WITH LIFE AND SUSTAINABILITY OF PEOPLE OF RETIREMENT AGE

**Danylenko Nataliia Volodymyrivna,**

PhD in Psychology, Associate Professor,  
Associate Professor at the Psychology Department

*H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University*

[natalydanilenko@gmail.com](mailto:natalydanilenko@gmail.com)

<http://orcid.org/0000-0003-2361-610X>

**Yelchaninova Tetiana Mykolaivna,**  
PhD in Psychology, Associate Professor,  
Associate Professor at the Psychology Department  
*H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University*  
t.m.elchaninova@gmail.com  
<http://orcid.org/0000-0002-7403-4700>

The article examines the meaning and significance of work for people of retirement age who remain active in the labor market, as well as those who have completed their employment. The realization of a person through work is closely connected with such psychological phenomena as goal setting, the meaning of life, the desire for self-realization, the expression of will, the desire to be needed, understanding one's own way of life and opportunities for living. All this is related to the current level of vitality of the individual. Most researchers of vitality understand it as a specific personality trait that provides effective overcoming of the way of life and achievement of good life results. The importance of the constructs of vitality and its place in the formation of life satisfaction of people of retirement age are analyzed.

The aim of the study was to determine the psychological characteristics of working and non-working elderly people. The hypotheses are that the viability of working and non-working elderly people are different; elderly people who continue to work have a higher level of subjective control and are more satisfied with their lives than older people who do not work.

**Methods.** Theoretical and methodological analysis of scientific sources, systematization and generalization of psychological data on the research problem; questionnaires (author's questionnaire, S. Maddi's method of viability, J. Rotter's "Level of subjective control" test, "Life satisfaction level" test); methods of mathematical data processing.

**Results.** The surveyed respondents were divided into two groups according to the hypotheses: working and non-working pensioners. The study found that people who continue to work are self-fulfilling in their own profession (social orientation), in contrast to non-working retirees who are realized through hobbies (for themselves: sports, yoga, knitting, cooking, foreign languages, etc.). Working retirees are more satisfied with their own health and life achievements, are more independent, have a higher level of subjective control and a higher rate of vitality, they rely more on their own strength.

**Conclusions.** The study confirmed the assumptions that working retirees have a higher level of satisfaction with their living conditions than non-working retirees.

**Key words:** *retirement age, working pensioners, subjective control, vitality, life satisfaction, self-realization, communication, inclusion, public benefit, status.*

## Вступ

Дослідницький інтерес до психологічних проблем старіння пов'язаний із демографічними змінами в сучасному світі, що виражаються в тенденції до збільшення населення літнього і старечого віку. Основними факторами цього процесу виступають скорочення народжуваності і загальне збільшення тривалості життя (зокрема у високорозвинених країнах). Так, порівняно з кінцем XVIII сторіччя, у XXI столітті смертність серед осіб 50–60 років скоротилася в чотири рази, а смертність серед осіб у віці 70 років зменшилася в два рази (Березіна, 2005).

Станом на 16 жовтня 2019 року в Україні 12 мільйонів українців, які перебувають на пенсійному забезпеченні. З них 2,74 мільйонів продовжують офіційно працювати. Найчастіше люди похилого віку розглядають продовження кар'єри як вимушений крок через необхідність матеріального забезпечення себе. Так, на жаль, в Україні громадяни навіть із великим стажем роботи отримують дуже низькі пенсії. Для прикладу, вчитель у США, який досяг так званої вислуги років, кожен рік отри-

мує соціальну матеріальну допомогу, що дорівнює його заробітній платі за останній рік, тобто такий вчитель фактично продовжує отримувати свою заробітну плату після виходу на пенсію, що дає йому змогу гідно жити, подорожувати та займатися хобі. Натомість в Україні кожного року вік виходу на пенсію збільшують, а самого пенсійного забезпечення не завжди вистачає для гідного життя. У 2019 році громадянин України може вийти на пенсію у 60 років за умови наявності достатнього страхового стажу. Тому актуальним є питання зайнятості літніх людей та їх ставлення до продовження трудової діяльності після досягнення пенсійного віку.

Отже, метою дослідження було визначення психологічних особливостей працюючих та непрацюючих людей похилого віку.

## 1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Проблема осмислення старіючою людиною власного існування актуальна в різних галузях наукового дослідження. Проте емпіричних фактів, що підтверджують і конкретизують психологічні характеристики осіб цієї вікової категорії,



явно замало, тому є актуальна потреба в їх дослідженні.

П. Ласлет у віковій періодизації життя етап із настання пенсійного віку і до втрати дієздатності називає третім віком, кульмінацією або навіть розквітом людського життя. Третій вік характеризується як епоха особистісного самоздійснення, свободи від обов'язку утримувати сім'ю і заробляти на життя (Борисов, 2016). В. Кузьмич зазначає: «Вихід на пенсію, що означає втрату колишнього статусу та зниження активної діяльності, може призвести до порушення сформованого динамічного стереотипу особистості» (Кузьмич, 2016: 101), що відчувається як стрес, криза. Відповідно, людині треба провести реструктуризацію різних сфер власного життя, але в цьому віці всі психічні процеси проходять значно повільніше, що утруднює адаптацію. Чимало людей продовжує працювати на тому самому підприємстві, дехто змінює місце роботи, дехто виходить на пенсію. Припинення трудової діяльності зумовлює підвищення тривожності, погіршення самопочуття і певне падіння соціального статусу.

Люди, які вважають, що їх друзі й члени родини підтримують їх у важкі часи, мають більш сильне почуття смислу у власному житті, тобто вони живуть своїм життям із більш широкою метою, дотримуючись системи цінностей, яка вписується в ширший соціальний світ (Charles & Carstensen, 2010; Krause, 2007). Якщо літня людина, вийшовши на пенсію, не налагодить нових напрямів для застосування своїх сил, то відбувається поступове звуження кола інтересів, зосередження на своєму внутрішньому світі, зниження здатності до спілкування. Все це призводить до емоційної кризи. Люди похилого віку, що виходять на пенсію, акцентують на проблемі зі здоров'ям, у них частіше виникають психосоматичні захворювання. Серед літніх людей зростає попит на медичну допомогу, особливо медикаментозну. Наслідком органічних захворювань стають помилкові установки, незадоволені амбіції, емоційні стреси. Однак характер багатьох захворювань має психологічний відтінок. Деякі люди похилого віку симулюють симптоми захворювань, щоб привернути увагу близьких, бажаючи бути в центрі уваги. Можливо, тому С. А. Михальська в дослідженні психологічних особливостей людей пенсійного віку, які відвідували територіальний центр соціального обслуговування, визначила, що для більшості з них характерні високий рівень тривожності та середні показники невро-

тичної депресії, фрустрації, астенії, істеричного типу реагування та вегетативних порушень (Михальська, 2014).

Також є думка, що пенсіонери, які продовжують працювати, мають більш високі показники життєстійкості та задоволеності життям. Н. В. Халіна отримала результати, які свідчать, що задоволеність життям загалом тісно взаємопов'язана з такими її складниками, як умови життя, вітальні потреби, здоров'я. Чим кращим є самопочуття літньої людини, чим вищим є рівень задоволення матеріальних, побутових, житлових умов життя, чим тепліші стосунки в сім'ї, з дітьми, чим ширші можливості проведення дозвілля, присвячення себе улюбленому заняттю, тим вище відчуття благополучного плину життя в похилому віці (Халіна, 2012; Hennekam, 2006; The Oxford handbook, 2012).

Задоволеність життям впливає на настрої, самопочуття, активність особистості. Д. Г. Єрохіна та Л. М. Карашук виявили позитивну кореляцію між відчуттям економічного благополуччя рівнем задоволеності життям у людей похилого віку (Єрохіна, Карашук, 2015). Одна з важливих якостей особистості, що впливає на задоволеність життям і є надбанням особистісного зростання, зрілості, – мудрість. Вона не тільки допомагає долати життєві негаразди, з якими стикається чимало людей, а в похилому віці їх нерідко буває навіть більше, а й надає змоги усвідомлено та спокійно приймати кінцівку життя. При цьому в таких людей чимале коло інтересів, вони знаходять сенс життя в соціальній активності, засобах підтримки здоров'я, творчому самовираженні, сімейному спілкуванні та посильній побутовій діяльності. Мудрість є толерантною, приймає інших в їх різноманітності, знання та досвід зрілих особистостей стають у нагоді молодшим поколінням (Суслова, Жучкова, 2014; Ушакова, 2014).

Звичайно, літні люди чекають пенсійного віку, щоб мати змогу відпочити та приділити час собі та своїй сім'ї. Але є й позитивні сторони для працюючих пенсіонерів. Насамперед, реалізована потреба в праці задовольняє потребу в приналежності людини до спільноти, що позитивно сприймається свідомістю, і, відповідно, кращому самопочуттю. Працююча людина продовжує щоденно вирішувати нові задачі, дізнаватися нове та постійно вчитися, іноді їй необхідно пересилувати себе, розвивати силу волі. До того ж працюючі пенсіонери слідкують за своїм зовнішнім виглядом, вони почуваються більш корисними та значущими (Глэддинг, 2002). Усе це потребує

певного сформованого рівня життестійкості пенсіонера.

Першою характеристикою життестійкості, згідно С. Мадді, є «включеність» – важливий атиюд щодо себе і навколишнього світу і характеру взаємодії між ними, яка дає сили і мотивує людину до реалізації, лідерства, здорового способу життя, думок і поведінки. Він дає змогу почуватися значущим і досить цінним, щоб повністю включатися у вирішення життєвих завдань, незважаючи на наявність стресогенних факторів і змін. Другий, умовно названий «контролем», мотивує до пошуку шляхів впливу на результати стресогенних змін, на противагу впадання в стан безпорадності і пасивності. Це поняття істотно схоже з поняттям «локус контролю» Роттера. На противагу почуттю переляку від цих змін, третій, позначений як «виклик», допомагає людині залишатися відкритою навколишньому середовищу і суспільству. Він визначається у сприйнятті особистістю події життя як виклику та випробування особисто для себе.

Підсумовуючи, можна сказати, що життестійкість – це особливий патерн установок і навичок, що дають змогу перетворити зміни на можливості. Крім цих рис, життестійкість включає в себе такі базові цінності, як кооперація, довіра і креативність (Мадди, 2005).

Також дослідження дають змогу визначити конкретну роль кожного з конструктивних життестійкості. Так, включеність підвищує рівень розумового здоров'я, зменшує оцінку загрози і використання сфокусованих на емоціях копінг-стратегій, збільшуючи роль вторинної переоцінки подій. Своєю чергою показник вираженості контролю також позитивно впливає на розумове здоров'я, викликає зниження оцінки загрози події, сприяє переоцінці події і стимулює до використання копінг-стратегій, орієнтованих на рішення проблем і пошук підтримки.

Отже, як підсумок: 1) життестійкість як можливість індивіда пристосуватися до недавно випробуваних різних стресів або тих, що постійно впливають на нього; 2) життестійкість визначається як здатність людини «взяти верх» над проблемою, незважаючи на несприятливі обставини, а також продовжити свій розвиток на вищому рівні, ніж це очікувалося; 3) життестійкість як специфічна особистісна риса, що означає ефективне подолання і досягнення людиною хороших життєвих результатів. Тобто це здатність людини не тільки протистояти ситуаціям, що травмують, а й обертати їх на особистісне зростання

(Закерничная, 2016). Також фахівці зазначають, що на життестійкість впливають генетичні задатки, стан імунної системи та реакції нервової, ендокринної і серцево-судинної систем організму. Життестійкість невід'ємна від тілесних відчуттів, тому люди, в яких ця властивість сягає високого рівня, спрямовують вольові зусилля на підтримку та зміцнення фізичного здоров'я. Такі індивіди дотримуються здорового способу життя в усіх його складниках (Решетник, 2018; Титаренко, Ларіна, 2009; Hennekam, 2006).

Таким чином, люди третього віку, в яких високий рівень життестійкості, можуть відчувати себе більш задоволеними життям. Серед пенсіонерів, що продовжують працювати, таких індивідів більше. Це припущення нами було досліджено на двох групах респондентів: одна група – ті, що «вийшли на пенсію», а друга – пенсіонери, що продовжують працювати.

## 2. Методологія та методи

Вибираючи дослідницький інструментарій для розв'язання поставлених задач дослідження, ми спиралась на принципи індивідуального підходу і врахування вікових особливостей респондентів.

У дослідженні використовувались такі методики: авторський опитувальник, методика життестійкості С. Мадді, тест «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера, тест «Рівень задоволеності життям».

Авторський опитувальник є анонімним та включає в себе відкриті питання, які можуть допомогти провести не тільки кількісний аналіз результатів, але й якісний. Наприклад, ми пропонуємо респондентам назвати причини, через які вони продовжують працювати, назвати останні значні для себе досягнення, сфери життя, які вважають нереалізованими, та оцінити рівень свого здоров'я за десятибальною шкалою.

Методика життестійкості С. Мадді дає змогу вивчити систему переконань учасників дослідження щодо себе, світу і відносин зі світом. Тест включає три компоненти: залученість, контроль і прийняття ризиків, які проаналізовані незалежно один від одного і всі разом за фактором життєвих сил.

За допомогою методики «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера можна оцінити ступень контролю досліджуваного над різноманітними ситуаціями у своєму житті. Люди розрізняються за тим, як вони пояснюють причини значущих для себе подій і де локалізують контроль над ними. Можливі два полярні типи такої локалізації: екстернальний (зовнішній локус) та інтернальний (внутрішній локус). Дж. Роттер

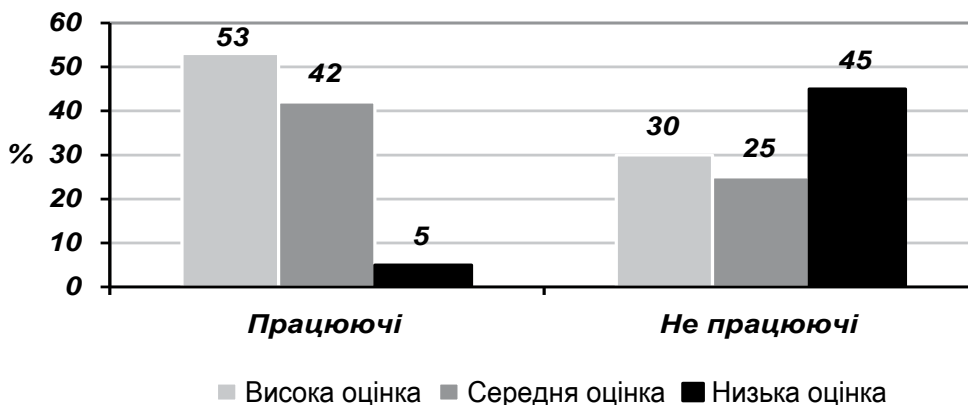


Рис. 1. Оцінка респондентами стану власного здоров'я (%)

вважав, що люди з інтернальним локусом контролю здобувають більших результатів у своїй діяльності, бо об'єктивно оцінюють себе та свої зусилля, власні позитивні і негативні якості, наявність або відсутність необхідних знань, умінь і навичок (Глэддинг, 2002). Люди екстернального типу свої здобутки та невдачі пов'язують із везінням або збігом обставин. Ми вважаємо, що люди інтернального типу почуватимуться більш щасливими і реалізованими.

Тест «Індекс задоволеності життям» використано для визначення рівня інтересу досліджуваних до життя, рішучості та послідовності в досягненні цілей, а також рівноваги між запланованими та досягнутими цілями та загального фону настрою. Завдяки цій методиці можна визначити сфери життя, які задовольняють і не задовольняють респондентів визначених досліджуваних груп.

У зборі емпіричного матеріалу брала участь магістр психології М. О. Цеменко.

### 3. Результати та дискусії

У дослідженні взяла участь 100 респондентів віком від 58 до 88 років, серед яких 64 жінки та 36 чоловіків. Респонденти були поділені на дві групи по 50 осіб у кожній:

група 1 – люди похилого віку, які отримують пенсію та працюють;

група 2 – люди похилого віку, які отримують пенсію та не працюють.

На першому етапі дослідження визначалось ставлення респондентів до власного здоров'я (див. рис. 1).

Працюючі пенсіонери оцінюють стан власного здоров'я вище, ніж непрацюючі. Серед пенсіонерів, що працюють, оцінюють стан здоров'я добре 53%, задовільно – 42%, погано – 5%. При цьому серед непрацюючих 30% вважають, що їхнє здоров'я на високому рівні, 25% – на задовільному, 45% – на низькому рівні.

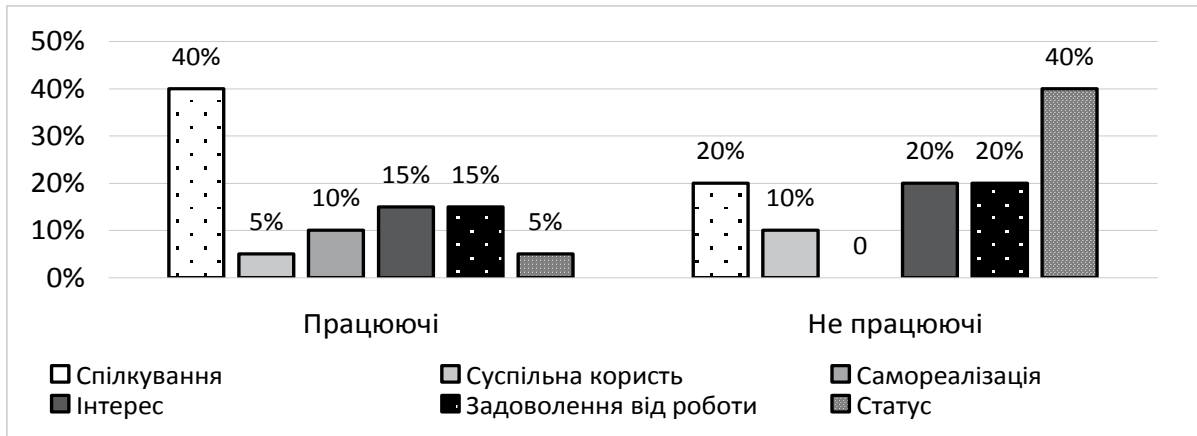
перешкоди заважають Вам це зробити?». Відповідаючи на перше питання, працюючі пенсіонери дають такі відповіді, як «зміна клімату і місця проживання» та «покращення матеріального стану», а відповідно, перешкодою називали свій вік. 4% опитуваних цієї вибірки не мали відповіді на ці питання, а 30% не бажають нічого змінювати. Непрацюючі пенсіонери дають такі варіанти відповідей, як «підвищення пенсії» та «покращення рівня життя», 35% не бажають нічого змінювати і 40% – залишили це питання без відповіді.

Усі три показники за методикою Мадді є вирішальними для характеру реакції на стресогенні обставини. Виражена життєстійкість сприяє полегшенню внутрішньої напруги завдяки контролю над емоціями та вироблених копінг-стратегій.

Професійна діяльність, незалежно від сфери роботи, породжує необхідність взаємодіяти з іншими людьми (див. рис. 2). Для осіб досліджуваного нами віку особливе значення мають соціальні контакти. Але спілкування для них – досить суперечливе питання, адже нові соціальні контакти не завжди є успішними, а звичне коло близьких людей через різні життєві обставини звужується. Наше дослідження виявило, що для 40% пенсіонерів, що працюють, спілкування в робочому колективі є сильною мотивацією для продовження кар'єри, і 20% непрацюючих погоджуються, що спілкування є позитивною частиною роботи.

Серед причин продовження професійної діяльності після досягнення пенсійного віку 5% працюючих респондентів вказують бажання почуватися корисним, тоді як 10% непрацюючих цінують роботу за змогу приносити користь людям (див. рис. 2).

40% непрацюючих пенсіонерів додатковим мотиваційним фактором професійної діяльності назвали високий статус людини



**Рис. 2. Показники вираженості складників додаткової мотивації до праці в пенсіонерів (%)**

у суспільстві та як наслідок повагу до неї (див. рис. 2). Такий високий відсоток однакових відповідей підтверджує той факт, що в непрацюючих пенсіонерів знижується соціальний статус, вони сильніше відчують свою неміч, піддаються соціальній депривації, яка характеризується пониженою в індивіда спроможністю спілкуватися з іншими людьми і органічно взаємодіяти з навколишнім соціумом.

Лише для 10% працюючих робота є засобом реалізації (див. рис. 2). По 15% респондентів обрали як додаткову мотивацію до роботи інтерес та задоволення, що, на нашу думку, є різними поняттями. Інтерес – це жага до відкриття нового, а задоволення можна отримувати і від рутинних дій. Цікаво те, що непрацюючі респонденти частіше називали ці поняття як можливий додатковий мотиватор – по 20% відповідей відповідно.

За результатами методики «Тест задоволеності життям», працюючі пенсіонери володіють середнім індексом життєвої задоволеності, що характеризується низькою емоційною стабільністю, середнім рівнем задоволеності ситуацією і своєю роллю в ній.

Непрацюючі пенсіонери натомість володіють низьким рівнем життєвої задоволеності, що характеризується високим рівнем емоційної напруги, незадоволеністю обставинами та детальним аналізом невдач. Як додаткове підтвердження цієї

Значення інтернальності щодо здоров'я та хвороби за результатами тесту «Рівень суб'єктивного контролю» у працюючих та непрацюючих пенсіонерів знаходяться на середньому рівні, але, з огляду на невеликі відмінності, непрацюючі пенсіонери більш схильні думати, що лікування хвороби залежить від дій інших людей.

Обидві категорії досліджуваних пенсіонерів бажають покращення рівня здоров'я. Але на прохання вказати своє хобі «спорт» називають частіше непрацюючі пенсіонери, що пов'язано з наявністю вільного часу, якого у працюючих пенсіонерів, на їхню думку, бракує.

За рівнем включеності за результатами тесту С. Мадді (див. табл. 1), можна стверджувати, що працюючі пенсіонери переконані, що активне включення в навколишні події дає максимальну вірогідність знайти щось нове в навколишньому світі. І, навпаки, пенсіонери, що не працюють, мають відчуття спустошеності. Тому людям похилого віку, що не працюють і чие життя обмежене рутинними подіями, на запитання про хобі та останні досягнення в житті було складно відповісти. Майже 73% опитаних непрацюючих пенсіонерів останнім значним для себе досягненням у житті вважають своїх дітей та онуків, що характеризує їх як людей екстернального локусу контролю, 8% респондентів цієї вибірки не змогли відповісти на це питання. Але 19%

Таблиця 1

**Показники життєстійкості досліджуваних**

	Життєстійкість	Включеність	Контроль	Прийняття ризику
Працюючі	73,12	34,12	24	15
Непрацюючі	65,68	31,92	20,36	13,4
Норма	80,72±18,53	37,64±8,08	29,17±8,43	13,91±4,39



Таблиця 2

## Показники рівня задоволеності життям

	Задоволеність життям	Інтерес до життя	Послідовність у досягненні цілей	Узгодженість поставлених та досягнутих цілей	Позитивна оцінка себе і власних вчинків	Загальний фон настрою
Працюючі	25,84	6,16	5,2	5,6	5,8	5,8
Непрацюючі	21,2	4,68	4,64	3,68	4,2	4
Норма	25–30	6–8	6–8	6–8	6–8	6–8

Таблиця 3

## Показники складників рівня суб'єктивного контролю досліджуваних

	Інтернальність						
	здоров'я	міжособистісних стосунків	невдач	сімейних відносин	виробничих відносин	досягнень	загальна
Працюючі	5,2	6,56	4,64	3,6	4,84	5,48	17,47
Непрацюючі	5,44	5,84	3,32	2,68	3,76	3,4	12,64
Норма	4,9±1,7	9,1±3,0	4,8±1,9	4,5±1,7	9,6±3,1	5,1±1,9	24,3±6,7

непрацюючих літніх людей продовжують досягати своїх цілей. Своїми досягненнями вони називають вивчення іноземної мови, в'язання та вишивання, одужання від хвороби. Цікаво, що 60% працюючих пенсіонерів пов'язують свої досягнення з роботою. Насамперед це стосується респондентів, чия робота пов'язана із соціальними функціями, наприклад вихователі та медичні працівники. Представники цієї вибірки, які свої досягнення пов'язують із хобі, становлять 20%, 18% – своїми досягненнями вважають виховання своїх нащадків, а 2% не змогли назвати свої досягнення.

Взагалі бездіяльність і пасивність, яку часто відчують люди похилого віку, призводять до пригніченості та нудьги. У такому стані підкреслюються негативні риси характеру – консерватизм, переоцінка минулого, прагнення повчати, буркотливість, егоцентризм, недовірливість (Ермолаєва, 2002). Для деяких людей така поведінка є захисною оболонкою і спробою повернути до себе увагу.

Рівень контролю також різниться в працюючих і непрацюючих пенсіонерів. Люди похилого віку, що продовжують професійну діяльність, відчують, що події навколо насамперед залежать від них самих. На відміну від такої точки зору, пенсіонери, що не працюють, відповідальність за невдачі частіше покладають на життєві обставини, старість, незадовільний рівень здоров'я, недосконале законодавство та інше, що відповідає характеристикам екстернального локусу контролю.

Для додаткової оцінки інтернального-екстернального локусу контролю до авторського опитувальника ввійшли питання «Що б ви бажали змінити в своєму житті?» та «Які

методики, 40% опитаних непрацюючих пенсіонерів вважають, що їх життя могло скластися інакше і почуваються нереалізованими в різних сферах свого життя: сімейній, професійній, у сфері здоров'я та особистісної самореалізації.

У процесі вивчення рівня задоволеності життям (див. табл. 2) можна зробити висновок, що як і за кожним окремим фактором, так й за їх сукупністю показники задоволеності життям вищі у працюючих пенсіонерів, ніж у непрацюючих. Але варто зазначити, що за факторами «Позитивна оцінка себе і власних вчинків» та «Загальний фон настрою» результати обох груп досліджених знаходяться нижче норми, що можна пояснити загальновіковими тенденціями переосмислення, переоцінки власного життя, досягнень, зниженням загального рівня і розмаїття прагнень тощо.

У процесі дослідження суб'єктивного контролю працюючих і непрацюючих пенсіонерів (див. табл. 3) було встановлено, що показники «Інтернальність здоров'я», «Інтернальність невдач», «Інтернальність досягнень» у порівнюваних вибірках знаходяться в межах норми. Показники «Інтернальність міжособистісних стосунків», «Інтернальність сімейних стосунків», «Загальна інтернальність» у групі працюючих пенсіонерів знаходяться в межах норми, а у непрацюючих – нижче норми. Показники за шкалами «Інтернальність виробничих стосунків» знаходяться нижче норми в обох групах, що вказує на знецінення респондентами досліджуваних груп свого впливу (або можливого впливу) на робочі процеси.

## Висновки

Аналіз результатів вивчення психологічних характеристик працюючих та непрацюючих пенсіонерів показав, що ці соціальні

групи мають стійкі психологічні відмінності в ставленні до себе, різних сфер свого життя та взагалі до процесу старіння. Припинення професійної діяльності та зміна соціального статусу сприяють розвиненню кризи осмислення сенсу життя. Літні люди, які мають достатній рівень контролю процесів свого життя та конкретні плани щодо використання вільного часу, легше переживають кризові моменти, більш емоційно стабільні, стали у своїх поставлених та досягнутих цілях, ніж особи, які таких

планів ще не мають. Працюючі пенсіонери володіють вищими рівнями цих психологічних характеристик, вони керують своїм життям, ведуть активний спосіб життя, продовжують навчатися та розвивати соціальні навички в спілкуванні. Нові досягнення підвищують їх впевненість у власних силах, що дає змогу почуватися щасливими.

Таким чином, визначено, що належність до праці є позитивним явищем, яке допомагає людині похилого віку подолати кризу виходу на пенсію.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Борисов Г.И. Психологические характеристики пожилых людей третьего возраста. *Педагогическое образование в России*. 2016. № 5. С. 171–175.
2. Глэддинг С. Психологическое консультирование [4-е изд.]. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 736 с.
3. Дідора М. Особливості ціннісних орієнтацій у людей похилого віку. *Психологія і суспільство*. 2011. № 1. С. 104–113.
4. Ерохина Д.Г., Карашук Л.Н. Исследование удовлетворенности жизнью в пожилом возрасте и молодости. *Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие*. Спецвыпуск, 2015. С. 117–119.
5. Ермолаева М. Практическая психология старости. Москва : ЭКСМО пресс, 2002. 320 с.
6. Закерничная Н.В. Теоретическое осмысление понятия жизнестойкости в отечественных и зарубежных исследованиях. *Учёные записки ЗабГУ*. 2016. Т. 11. № 5. С. 62–65.
7. Кузьмич В. Вікові особливості людей похилого віку. *Збірник наукових праць національної академії державної прикордонної служби України. Серія: Педагогічні науки*. 2016. № 3(5). С. 93–106.
8. Мадди С. Смыслообразование в процессе принятия решений. *Психологический журнал*. 2005. Т. 26. № 6. С. 87–99.
9. Михальська С.А. Психологічні особливості людей похилого віку. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 23. С. 425–433.
10. Неженцева В.О. До проблеми саморегуляції емоційних станів у літньому віці. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди «Психологія»*. 2017. Вип. 56. С. 167–178.
11. Решетник О.А. Анализ показателей життестойкости личности. *Сучасні тенденції розвитку науки : матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції*. Херсон : Видавництво «Молодий вчений», 2018. Ч. 2. С. 47–50.
12. Суслова Т.Ф., Жучкова М.В. Исследование удовлетворенности жизнью и смысло-жизненных ориентаций в пожилом и старческом возрасте. *Сибирский психологический журнал. Психологические науки*. 2014. Вип. 53. С. 21–30.
13. Титаренко Т.М., Ларіна Т.О. Життестійкість особистості: соціальна необхідність та безпека : навч. посібник. Київ : Марич, 2009. 76 с.
14. Ушакова І.М. Геронтопсихологія : підручник. Харків : НУЦЗУ, 2014. 236 с.
15. Халина Н.В. Сходство образа Я и образа значимого другого как фактор, влияющий на удовлетворенность жизнью в пожилом возрасте. *Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал)*. 2012. № 10 (18).
16. Charles S.T., Carstensen L.L. (2010). Social and Emotional Aging. *Annual Review of Psychology*. Vol. 61: 383–409. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100448> (дата звернення: 03.06.2020).
17. Hennekam S. (2006) Vitality of older workers and its relationship with performance, career satisfaction and career success. *Revue Management & avenir*. 2016/1 (N 83), p. 15–32. URL: <https://www.cairn.info/revue-management-et-avenir-2016-1-page-15.htm> (дата звернення: 03.06.2020).
18. Krause N. (2007). Longitudinal study of social support and meaning in life. *Psychol. Aging*. 22(3): 456–469.
19. The Oxford handbook of work and aging (2012) / edited by Jerry W. Hedge, Walter C. Borman. (Oxford library of psychology). URL: <https://books.google.com.ua/books?id=WHdYIE76xu4C&printsec=frontcover&hl=uk#v=onepage&q&f=false> (дата звернення: 03.06.2020).

#### REFERENCES:

1. Borisov G.I. (2016). Psihologicheskie karakteristiki pozhihlyh lyudej tretogo vozrasta [Psychological characteristics of older people of the third age]. *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii – Teacher Education in Russia*, 5, 171–175 [in Russian].
2. Gledding S. (2002). Psihologicheskoe konsultirovanie [Psychological counseling] [chetvertoe izdanie]. St. Petersburg: Piter, 1–736 [in Russian].
3. Didora M. (2011). Osoblyvosti tsinnisnykh oriientatsii u liudei pokhyloho viku [Features of value orientations in the elderly]. *Psikhoholiiia i suspilstvo – Psychology and society*, 1, 104–113 [in Ukrainian].
4. Erohina D.G., Karashuk L.N. (2015). Issledovanie udovletvorennosti zhiznyu v pozhilom vozraste i molodosti [Survey of life satisfaction in old age and youth]. *Lichnost v menyayushemysya mire: zdorove, adaptaciya, razvitie – Personality in a changing world: health, adaptation, development*. Specvypusk, 117–119 [in Russian].





5. Ermolaeva M. (2002). *Prakticheskaya psihologiya starosti* [The practical psychology of old age]. Moscow: EKSMO press, 1–320 [in Russian].
6. Zakernichnaya N.V. (2016). Teoreticheskoe osmyslenie ponyatiya zhiznestojkosti v otechestvennyh i zarubezhnyh issledovaniyah [Theoretical understanding of the concept of resilience in domestic and foreign studies]. *Uchyonye zapiski Zabajkalskogo gosudarstvennoy universiteta – Scientific notes of the Transbaikalian State University*, V. 11, 5, 62–65 [in Russian].
7. Kuzmych V. (2016). Vikovi osoblyvosti liudei pokhyloho viku [Age features of elderly people]. *Zbirnyk naukovykh prats natsionalnoy akademii derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy. Seriya: Pedagogichni nauky – Collection of scientific works of the National Academy of the State Border Guard Service of Ukraine. Series: Pedagogical sciences*, 3 (5), 93–106 [in Ukrainian].
8. Maddi S. (2005). Smysloobrazovanie v processe prinyatiya reshenij [Meaning in decision making]. *Psihologicheskij zhurnal – Psychological Journal*, V. 26, 6, 87–99 [in Russian].
9. Mykhalska S.A. (2014). Psykholohichni osoblyvosti liudei pokhyloho viku [Psychological features of the elderly]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of modern psychology*, 23, 425–433 [in Ukrainian].
10. Nezhentseva V.O. (2017). Do problemy samorehuljatsii emotsiinykh staniv u litnomu vitsi [To the problem of self-regulation of emotional states in old age]. *Visnyk KhNPU imeni H.S.Skovorody. Seriya: psykholohiia – H.S. Skovoroda KhNPU Bulletin. Psychology*, 56, 167–178 [in Ukrainian].
11. Reshetnyk O.A. (2018). Analiz pokaznykiv zhyttiistykosti osobystosti [Analysis of indicators of vitality of the individual]. *Suchasni tendentsii rozvytku nauky – Modern trends in science*. Kherson: Molodyi vchenyi, 2, 47–50 [in Ukrainian].
12. Suslova T.F., Zhuchkova M.V. (2014). Issledovanie udovletvorennosti zhiznyu i smyslozhiznennyh orientacij v pozhilom i starcheskom vozraste [The study of life satisfaction and life orientation in the elderly and senile]. *Sibirskij psihologicheskij zhurnal. Psihologicheskie nauki – Siberian Psychological Journal. Psychological sciences*, 53, 21–30 [in Russian].
13. Tytarenko T.M., Larina T.O. (2009). Zhyttiistykist osobystosti: sotsialna neobkhdnist ta bezpeka [Vitality of the individual: social necessity and security]: navchalnyi posibnyk. Kiev: Marych, 1–76 [in Ukrainian].
14. Ushakova I.M. (2014). Herontopsykholohiia [Gerontopsychology]: pidruchnyk. Kharkiv: NUTsZU, 1–236 [in Ukrainian].
15. Halina N.V. (2012). Shodstvo obraza Ya i obraza znachimogo drugogo kak faktor, vliyahushij na udovletvorennost zhiznyu v pozhilom vozraste [The similarity of the image of I and the image of a significant other as a factor affecting life satisfaction in old age]. *Sovremennye issledovaniya socialnykh problem (elektronnyj nauchnyj zhurnal) – Modern studies of social problems*, 10 (18) [in Russian].
16. Charles S.T., Carstensen L.L. (2010). Social and Emotional Aging. *Annual Review of Psychology*. Vol. 61: 383–409. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100448>
17. Hennekam S. (2006) Vitality of older workers and its relationship with performance, career satisfaction and career success. *Revue Management & avenir*. 2016/1 (N 83), p. 15–32. URL: <https://www.cairn.info/revue-management-et-avenir-2016-1-page-15.htm>
18. Krause N. (2007). Longitudinal study of social support and meaning in life. *Psychol. Aging*, 22(3): 456–469.
19. The Oxford handbook of work and aging (2012) / edited by Jerry W. Hedge, Walter C. Borman. (Oxford library of psychology). URL: <https://books.google.com.ua/books?id=WHdYIE76xu4C&printsec=frontcover&hl=uk#v=onepage&q&f=false>

Стаття надійшла до редакції 17.06.2020.  
The article was received 17 June 2020.

УДК 159.9.072+159.922.73

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-13>

## **АДАПТАЦІЯ УКРАЇНОМОВНОЇ ВЕРСІЇ ДЮССЕЛЬДОРФСЬКОГО ОПИТУВАЛЬНИКА СХЕМ ДЛЯ ДІТЕЙ**

**Литвиненко Олена Олександрівна,**  
кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри практичної психології  
*Київський університет імені Бориса Грінченка*

o.lytvynenko@kubg.edu.ua  
<https://orcid.org/0000-0003-2152-7285>

**Мета.** У статті представлено результати адаптації українськомовної версії Дюссельдорфського опитувальника схем для дітей, розробленого у 2018 році К. Лузом, Ф. Мейером та Р. Петровськи і призначеного для діагностики дисфункційних глибинних переконань в осіб дитячого та підліткового віку. Загальна мета дослідження полягала в перекладі, адаптації і стандартизації цього психодіагностичного інструменту.

**Результати.** У процесі теоретичного аналізу було систематизовано підходи до розуміння типових когніцій взагалі, дисфункційних когнітивних схем зокрема, а також специфіки їх формування і прояву в дітей та підлітків. Крім того, було проаналізовано теоретичні засади розробки базової англійськомовної