

УДК 159.9

**Представления о совести как психологический ресурс в период поздней  
взрослости\***

© 2019 Мустафина Лилия Шаукатовна\*,

\*кандидат психологических наук, старший научный сотрудник Федерального государственного бюджетного учреждения науки «Институт психологии Российской Академии наук» (Москва, Россия), [leila.mus@gmail.com](mailto:leila.mus@gmail.com)

**Аннотация:** Рассматривается взаимосвязь стратегий совладания со стрессом, удовлетворенность социальной поддержкой с представлениями пожилых людей о совести. Результаты выявили, что высокие показатели проблемно-ориентированного копинга у пожилых людей увеличивают частоту согласия с утверждениями, характеризующими независимость совести от внешних оценок. Выявилась значимая взаимосвязь между цинично-прагматичным отношением к совести у пожилых и их высокими показателями субъективной удовлетворенности социальной поддержкой.

**Ключевые слова:** совесть; психологический ресурс; нравственные убеждения; социальные представления; пожилые люди.

**Perceptions of Conscience as a Psychological Resource in Late Adulthood\***

© 2019 Mustafina Lilia Shaukatovna\*

\*Candidate of Psychological Sciences, Researcher of the Personality Psychology Laboratory of the Federal State Budgetary Institute of Science of the Institute of

---

\* Государственное задание № 0159-2019-0003

**Annotation:** The relationship of coping strategies with stress, satisfaction with social support and older people's ideas about conscience are examined. The results revealed that high rates of problem-oriented coping in older people increase the frequency of agreement with statements characterizing the independence of conscience from external evaluations. A significant relationship was revealed between the cynical-pragmatic attitude to conscience among the elderly and their high rates of subjective satisfaction with social support.

**Key words:** conscience; psychological resource; moral beliefs; social representations; aged people.

Период поздней взрослости (или период старения), по мнению большинства исследователей, начинается с 60 лет. Люди, достигшие данного возраста, подразделяются на три подгруппы: люди пожилого возраста, старческого возраста и долгожители [Психология..., 2007, с. 214]. Пожилой возраст несет с собой серьезные изменения в жизни человека. Меняется общественное и материальное положение пожилого человека, сужается круг общения, часто изменения касаются состояния здоровья и психологического состояния личности. Для многих людей выход на пенсию и прекращение трудовой деятельности являются серьезной психологической проблемой. В этот период человеку необходимы дополнительные жизненные силы, чтобы адаптироваться к новым условиям своей жизни и компенсировать закономерное истощение своих физических, физиологических и социальных ресурсов. Особое значение в период поздней взрослости приобретают семейные отношения, которые дают человеку ощущение защищенности, стабильности и позволяют почувствовать себя более устойчиво [Психология..., 2007, с.292].

Адаптацию к условиям жизнедеятельности можно рассматривать как актуализацию внутренних ресурсов личности во взаимодействии с окружающим миром и самим собой. Исследователи сходятся на том, что успешная адаптация приводит к психологическому благополучию личности, а дезадаптация влечет за собой различные нарушения (соматические, психологические, психические, социальные) [Гриценко, 2002; Моросанова, 2015 и др.]. Особый интерес, на наш взгляд, вызывает концепция позитивной адаптации, где трудная жизненная ситуация рассматривается в качестве трамплина, который позволяет человеку продвинуться на более высокий уровень своего функционирования и результатом которого является его посттравматический личностный рост [Моросанова, 2015]. Ю.В. Быховец, рассматривая феномен посттравматического роста, отмечает, что жизненные кризисы нарушают систему фундаментальных представлений личности и из-за этого обстоятельства после травмы наблюдаются одновременно и дистресс и личностный рост [Быховец, 2016, с. 218]. Считается, что базисные убеждения - это устойчивые представления о мире и себе, обеспечивающие стабильность картины мира, при этом травматическая ситуация может резко изменить базисные убеждения человека. По мнению некоторых авторов, со временем происходит процесс совладания с травмой и восстановление базисных убеждений и, более того, некоторые убеждения при успешном совладании с травмой становятся более позитивными, по сравнению с дотравматическими [Падун и др., 2012]. Р.М. Шамионов, исследуя вопросы адаптационной готовности личности, подчеркивает, что стабильность базисных императивов, отстаивание своих ценностно-смысловых ориентаций и нравственных убеждений играет важную роль в сохранении субъективного благополучия в ситуациях неопределенности и в значительной степени повышает адаптационный потенциал личности [Шамионов, 2011, с. 31].

По мнению Л.И. Анцыферовой, ведущими факторами, определяющими поступательное развитие личности в поздние годы жизни, выступают

творческое отношение к жизни, инициативность, развитие интуиции, утверждение нравственных ценностей в повседневной жизни. Причинами неадаптивного процесса старения называются отстраненность от мира, отсутствие заботы о молодом поколении, неразвитые качества автономии и ответственности [Анцыферова, 2006], негибкие копинг-стратегии [Cheng et al., 2014]. Особенности пожилого и старческого возраста таковы, что ослабление стратегий совладания может привести к посттравматическому стрессу, вызванному давней (может быть и детской) травмой [Харламенкова и др., 2015]. Значительная роль в совладании со стрессом отводится социальной поддержке, в том числе, таким ее видам как эмоциональная и инструментальная, которые зависят от качества отношений и от уровня стресса [Birditt et al., 2012].

В исследованиях, проведенных с 1978 года по 2013 год по проблеме связи копинга и адаптации, важной характеристикой выступает именно гибкость копинга. Гибкость копинга рассматривается как широта репертуара стратегий, как хорошо сбалансированный профиль копингов, как межситуативная изменчивость стратегий, как соответствие копинга ситуации, или как воспринимаемая способность справиться со средовыми изменениями [Cheng et al., 2014]. Оказалось, что наибольший вклад в связь копинга и адаптации вносят такие факторы как воспринимаемая способность справиться со средовыми изменениями и соответствие копинга ситуации, тогда как вклад остальных – широты репертуара стратегий, хорошо сбалансированного профиля копингов, межситуативной изменчивости стратегий – минимален [Мустафина и др., 2014].

Результаты нашего ранее проведенного эмпирического исследования показывают, что эмоционально-ориентированный копинг в пожилом возрасте связан с высоким уровнем посттравматического стресса и психопатологической симптоматикой, т.е. в пожилом возрасте эмоционально-ориентированный копинг перестает выполнять функцию разрядки напряжения, и может

восприниматься как незрелая стратегия поведения. Наличие обратной связи проблемно-ориентированного копинга с уровнем травматизации и отсутствие связи этой стратегии с психопатологической симптоматикой указывают на то, что проблемно-ориентированный копинг позволяет совладать с травмами и сохранять человеку психическое здоровье, но при условии наличия у него дополнительных жизненных ресурсов [Мустафина и др., 2014].

Предположительно, одним из таких ресурсов можно считать нравственную сферу личности, и совесть – в частности. Для совести характерны выделенные С.А. Хазовой основные признаки ментального ресурса: для ресурса степень выраженности не имеет принципиального значения, важнее его наличие/отсутствие и возможность мобилизации; фактором активации ресурса является готовность к использованию ресурса и предыдущий опыт использования (этим объясняются индивидуальные различия, связанные с «дефицитом применения» конкретного ресурса); осознанность ментального ресурса не оказывает влияния на его «действенность»; ментальные ресурсы всегда имеют отнесенность к культурным традициям и содержанию культуры и др. [Хазова, 2014].

Косвенным доказательством значимости нравственных убеждений в адаптации личности является эмпирическое исследование, где выявлена взаимосвязь показателей психологического здоровья респондентов и их представлений о совести, а именно: чем сильнее выражена психопатологическая симптоматика у респондентов, тем сильнее проявляется негативная установка в отношении к феномену совести. Результаты этого исследования позволяют подтвердить предположение, что психологическое здоровье взаимосвязано с нравственными установками личности и, вероятнее всего, является необходимым условием нравственности человека, как и наоборот, нравственные ориентиры помогают человеку сохранить психическое и психологическое здоровье в сложных жизненных ситуациях [Мустафина, 2019].

В текущем исследовании рассматривается взаимосвязь стратегий совладания со стрессом, удовлетворенность социальной поддержкой с представлениями пожилых людей о совести, выступающими как отражение утверждения нравственных ценностей в повседневной жизни респондента.

В исследовании применяется авторская анкета, состоящая из 39 суждений о совести [Воловикова и др., 2017]. Утверждения анкеты разделены на 2 группы по валентности: позитивные суждения и негативные (отрицающие наличие или значение совести). Позитивные суждения о совести также условно разделяются на утверждения о природе совести, о ее влиянии на жизнедеятельность человека и общества, на суждения, отождествляющие понятия «совесть» и «стыд», суждения о независимости совести от внешних оценок и суждения, наиболее полно и глубоко отражающие содержание феномена совести.

Используется методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» в адаптации Т.Л. Крюковой [Крюкова, 2010]. Данный опросник состоит из 48 пунктов, которые группируются в три основных шкалы, предназначенные для измерения трех видов совладающего поведения у взрослых, а именно: проблемно ориентированного копинга (ПОК); эмоционально ориентированного копинга (ЭОК); копинга, ориентированного на избегание (КОИ). Последний состоит из двух субшкал социального отвлечения (СО) и отвлечения (О).

Также в исследовании применяется методика воспринимаемой социальной поддержки Г. Зоммера и Т. Фюдрика, которая позволяет изучить уровень социальной поддержки в межличностных отношениях. Опросник включает следующие шкалы: эмоциональной поддержки (тестирует наличие эмоционально значимых, поддерживающих отношений); инструментальной поддержки (тестирует возможности получения важной, полезной информации, получения помощи в решении проблем, в домашних делах, оказание материальной помощи); удовлетворенности социальной поддержкой (тестирует степень удовлетворенности опрашиваемого человека вниманием и пониманием других людей, его оценку этих отношений, как безопасных, доверительных);

социальной интеграции (тестирует наличие круга значимых людей и людей с общими интересами, а также степень включенности опрашиваемого человека в этот круг, ощущение человеком собственной значимости для данной группы лиц).

В исследовании приняли участие 55 пожилых людей, средний возраст которых составил 62,4 года (от 52 до 80 лет), 40 женщин и 15 мужчин.

Мы предположили, что пожилые люди с высокими показателями проблемно-ориентированного копинга чаще соглашаются с утверждением, что совесть не зависит от внешних оценок, а также с утверждениями, которые наиболее полно отражают содержание феномена совести. И что пожилые люди с высокими показателями удовлетворенности социальной поддержкой чаще согласны с позитивными утверждениями о совести.

Корреляционный анализ Спирмена показал, что чем выше показатель проблемно-ориентированного копинга, тем чаще респонденты считают, что «Человек с совестью - сильный и внутренне свободный» ( $r = 0,283$ ;  $p = 0,036$ ), соглашаются с утверждениями, отражающими положительное влияние совести на жизнь человека и общества («Совесть позволяет людям доверять друг другу» ( $r = 0,275$ ;  $p = 0,042$ ), «Совесть помогает уважать других и самого себя» ( $r = 0,304$ ;  $p = 0,024$ )) и реже соглашаются с утверждением, отражающим зависимость совести от внешних оценок («Совесть тесно связана со страхом последующего наказания» ( $r = - 0,389$ ;  $p = 0,003$ )). Результаты показывают, что респонденты, которые в стрессовых ситуациях акцентируют свои усилия на решении возникающих проблем, обладают более полными и позитивными представлениями о совести, чем респонденты с низкими показателями проблемно-ориентированного копинга.

Выявились значимые взаимосвязи между показателем эмоционально-ориентированного копинга и утверждением, что «Совесть – это внутренний голос человека, который подсказывает, как правильно поступать» ( $r = 0,312$ ;  $p =$

0,021), а с другой стороны с утверждением, что «Сейчас ни у кого совести нет» ( $r = 0,279$ ;  $p = 0,039$ ).

Показатель копинг-стратегии избегания (в частности, социальное отвлечение) положительно коррелирует с утверждением, что «Совесть независима от мнения окружающих» ( $r = 0,269$ ;  $p = 0,047$ ) и что «Совесть – это внутренний голос человека, который подсказывает, как правильно поступать» ( $r = 0,297$ ;  $p = 0,028$ ).

Второе наше предположение о том, что пожилые люди с высокими показателями удовлетворенности социальной поддержкой чаще соглашались с утверждениями о положительном влиянии совести на жизнедеятельность человека не получило эмпирического подтверждения. Результаты выявили противоположную взаимосвязь: чем выше показатель удовлетворенности социальной поддержкой у пожилых, тем чаще они соглашались с утверждением, что «Совесть не нужна» ( $r = 0,330$ ;  $p = 0,014$ ), «Совесть – это бред, от которого нужно отвыкать» ( $r = 0,302$ ;  $p = 0,025$ ) и редко согласны, что «Совесть – это внутренний голос, который подсказывает как правильно поступать» ( $r = - 0,331$ ;  $p = 0,013$ ), «Совесть предполагает ограничение собственных потребностей, своего эгоизма» ( $r = - 0,313$ ;  $p = 0,020$ ), «Совесть помогает все делать лучше» ( $r = - 0,279$ ;  $p = 0,027$ ). Эти результаты можно объяснить тем, что пожилые респонденты, которые обеспечены всем необходимым для хорошего самочувствия (эмоциональной и инструментальной поддержкой родственников или друзей) и субъективно удовлетворены ею, не нуждаются в таком «дополнительном» психологическом ресурсе как совесть и недооценивают роль совести в своей жизни. В то же время, высокие показатели по шкалам инструментальной и эмоциональной поддержки и социальной интеграции значимо взаимосвязаны с согласием с утверждениями, отражающими положительное влияние совести на жизнедеятельность человека и общества («Совесть позволяет людям доверять друг другу» ( $r = 0,312$ ;  $p = 0,020$ ), «Совесть помогает уважать других и самого себя» ( $r = 0,291$ ;  $p = 0,031$ ))



и с несогласием с утверждением, что «От совести многие люди хотят избавиться, это чувство мешает» ( $r = -0,304$ ;  $p = 0,024$ ). Получается, что факт оказания инструментальной и/или эмоциональной поддержки пожилому не влияет на изменение его позитивных социальных представлений о совести, влияние оказывает субъективная удовлетворенность социальной поддержкой, которая по результатам исследования взаимосвязана с цинично-прагматичным отношением к совести.

Таким образом, первое предположение, что высокие показатели проблемно-ориентированного копинга у пожилых людей увеличивают частоту согласия с утверждениями, характеризующими независимость совести от внешних оценок подтвердилось. Также выявилась взаимосвязь копинга избегания с положительным отношением к совести, а эмоционально-ориентированного копинга – как с положительными утверждениями, так и с утверждением об отсутствии совести у современников. Второе предположение не подтвердилось, при этом выявилась значимая взаимосвязь между цинично-прагматичным отношением к совести у пожилых респондентов и их высокими показателями субъективной удовлетворенности социальной поддержкой. Этот результат можно объяснить тем, что пожилые люди, обеспеченные всем необходимым для хорошего самочувствия и субъективно удовлетворенные такой социальной поддержкой, не нуждаются в «дополнительном» психологическом ресурсе – совести, и недооценивают роль совести в своей жизни. Это обстоятельство может косвенно подтверждать, что совесть и нравственные убеждения личности как отражение отношения к совести являются психологическим ресурсом в совладании с трудными жизненными ситуациями в пожилом возрасте.

#### **Литература:**

1. Анцыферова Л. И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. Москва: ИП РАН, 2006.

2. Быховец Ю.В. Феномен посттравматического роста // Психологические исследования личности: история, современное состояние, перспективы. Москва: «Институт психологии РАН», 2016. С.214 – 226.
3. Воловикова М.И. Исследование социальных представлений о совести учащейся молодежи / Воловикова М.И., Мустафина Л.Ш. Мир образования – образование в мире. 2017. №1 (65). С. 141 – 149.
4. Гриценко В.В. Социально-психологическая адаптация переселенцев в России. Москва: «Институт психологии РАН», 2002.
5. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010.
6. Моросанова В.И. Факторы позитивной адаптации мигрантов: анализ теоретических подходов / Моросанова В.И., Нестерова А.А., Суслова Т.Ф.// Психологический журнал. 2015. Т. 36. № 5. С. 104 – 116.
7. Мустафина Л.Ш. Представления о совести и выраженность психопатологической симптоматики у студентов // Методология, теория, история психологии личности / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Никитина, Н. Е. Харламенкова. – Москва: «Институт психологии РАН», 2019. С. 535 – 542.
8. Мустафина Л.Ш. Уровень травматизации и эмоционально-ориентированный копинг в пожилом возрасте / Мустафина Л.Ш., Харламенкова Н.Е. // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2014. Т. 20. № 4. С. 87-90.
9. Падун М.А., Котельникова А.В. Психическая травма и картина мира: Теория, эмпирия, практика / Падун М.А., Котельникова А.В. Москва: «Институт психологии РАН», 2012. 206 с.
10. Психология развития личности. Средний возраст, старение, смерть / Под ред. А.А. Реана. Москва: АСТ; Санкт-Петербург: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2007. 384 с.
11. Хазова С.А. Ментальные ресурсы субъекта: природа, функции, динамика // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова.

Серия Гуманитарные науки: Педагогика. Психология. Социальная работа. Акмеология. Ювенология. Социокинетика. 2014. Т. 20, № 4.

12. Харламенкова Н.Е. Особенности избегания как стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями в пожилом возрасте / Н.Е. Харламенкова, Л.Ш. Мустафина, С.А. Воронцов, А.А. Обухов // Вопросы психологии. 2015. № 5. С.78 - 88.

13. Шамионов Р.М. К вопросу об адаптационной готовности личности // Адаптация личности в современном мире: Межвуз. сб. науч. тр. Саратов: ИЦ «Наука», 2011. Вып. 3. С. 29 – 35.

14. Birditt K.S. Enacted support during stressful life events in middle and older adulthood: An examination of the interpersonal context / K.S. Birditt, T.C. Antonucci, L. Tighe. Psychology and Aging. Vol 27(3). Sep 2012. P. 728–741.

15. Cheng Cecilia. Coping flexibility and psychological adjustment to stressful life changes: A meta-analytic review / Cheng Cecilia, Lau Hi-Po Bobo., Chan Man-Pui Sally. Psychological Bulletin. Vol. 140(6). Nov 2014. P. 1582–1607.

#### **References:**

1. Ancyferova L. I. Razvitie lichnosti i problemy gerontopsihologii. Moskva: IP RAN, 2006.

2. Byhovec YU.V. Fenomen posttravmaticheskogo rosta // Psihologicheskie issledovaniya lichnosti: istoriya, sovremennoe sostoyanie, perspektivy. Moskva: «Institut psihologii RAN», 2016. S.214 – 226.

3. Volovikova M.I. Issledovanie social'nyh predstavlenij o sovesti uchashchejsya molodezhi / Volovikova M.I., Mustafina L.SH. Mir obrazovaniya – obrazovanie v mire. 2017. №1 (65). S. 141 – 149.

4. Gricenko V.V. Social'no-psihologicheskaya adaptaciya pereselencev v Rossii. Moskva: «Institut psihologii RAN», 2002.

5. Kryukova T.L. Psihologiya sovladayushchego povedeniya v raznye periody zhizni. Kostroma: KGU im. N.A. Nekrasova, 2010.

6. Morosanova V.I. Faktory pozitivnoj adaptacii migrantov: analiz teoreticheskikh podhodov / Morosanova V.I., Nesterova A.A., Suslova T.F. // Psihologicheskij zhurnal. 2015. T. 36. № 5. S. 104 – 116.
7. Mustafina L.SH. Predstavleniya o sovesti i vyrazhennost' psihopatologicheskoy simptomatiki u studentov // Metodologiya, teoriya, istoriya psikhologii lichnosti / Otv. red. A. L. ZHuravlev, E. A. Nikitina, N. E. Harlamenkova. – Moskva: «Institut psikhologii RAN», 2019. S. 535 – 542.
8. Mustafina L.SH. Uroven' travmatizacii i emocional'no-orientirovannyj koping v pozhilom vozraste / Mustafina L.SH., Harlamenkova N.E. // Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sociokinetika. 2014. T. 20. № 4. S. 87-90.
9. Padun M.A., Kotel'nikova A.V. Psihicheskaya travma i kartina mira: Teoriya, empiriya, praktika / Padun M.A., Kotel'nikova A.V. Moskva: «Institut psikhologii RAN», 2012. 206 s.
10. Psikhologiya razvitiya lichnosti. Srednij vozrast, starenie, smert' / Pod red. A.A. Reana. Moskva: AST; Sankt-Peterburg: PRAJM-EVROZNAK, 2007. 384 s.
11. Hazova S.A. Mental'nye resursy sub"ekta: priroda, funkcii, dinamika // Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N.A. Nekrasova. Seriya Gumanitarnye nauki: Pedagogika. Psikhologiya. Social'naya rabota. Akmeologiya. YUvenologiya. Sociokinetika. 2014. T. 20, № 4.
12. Harlamenkova N.E. Osobennosti izbeganiya kak strategii sovladaniya s trudnymi zhiznennymi situacijami v pozhilom vozraste / N.E. Harlamenkova, L.SH. Mustafina, S.A. Voroncov, A.A. Obuhov // Voprosy psikhologii. 2015. № 5. S.78 - 88.
13. SHamionov R.M. K voprosu ob adaptacionnoj gotovnosti lichnosti // Adaptaciya lichnosti v sovremennom mire: Mezhvuz. sb. nauch. tr. Saratov: IC «Nauka», 2011. Vyp. 3. S. 29 – 35.

14. Birditt K.S. Enacted support during stressful life events in middle and older adulthood: An examination of the interpersonal context / K.S. Birditt, T.C. Antonucci, L. Tighe. *Psychology and Aging*. Vol 27(3). Sep 2012. R. 728–741.
15. Cheng Cecilia. Coping flexibility and psychological adjustment to stressful life changes: A meta-analytic review / Cheng Cecilia, Lau Hi-Po Bobo., Chan Man-Pui Sally. *Psychological Bulletin*. Vol. 140(6). Nov 2014. P. 1582–1607.