**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Сибирский государственный индустриальный университет»**

**НАУКА И МОЛОДЕЖЬ:
ПРОБЛЕМЫ, ПОИСКИ, РЕШЕНИЯ**

ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ

ВЫПУСК 26

*Труды Всероссийской научной конференции
студентов, аспирантов и молодых ученых
17 – 18 мая 2022 г.*

ЧАСТЬ III

Под общей редакцией профессора С.В. Коновалова

**Новокузнецк
2022**

ББК 74.48.278
Н 340

Редакционная коллегия:

д-р техн. наук, профессор С.В. Коновалов,
д-р пед. наук, профессор И.В. Шимлина,
канд. социол. наук, доцент С.Г. Терскова,
канд. пед. наук, доцент В.С. Умнов,
д-р культурологии, профессор Ю.С. Серенков,
д-р пед. наук, профессор Е.Г. Оршанская,
канд. пед. наук, доцент О.Г. Матехина,
канд. филол. наук, доцент М.А. Рябцева,
д-р культурологии, доцент Л.А. Тресвятский

Н 340

Наука и молодежь: проблемы, поиски, решения: труды Всероссийской научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых, 17–18 мая 2022 г. Выпуск 26. Часть III. Гуманитарные науки / Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Сибирский государственный индустриальный университет ; под общ. ред. С.В. Коновалова – Новокузнецк; Издательский центр СибГИУ, 2022. – 410 с. : ил.

ISSN 2500-3364

Представлены труды Всероссийской научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых по результатам научно-исследовательских работ. Третья часть сборника посвящена актуальным вопросам иностранного языка, образования, культуры, социально-гуманитарных дисциплин, спорта, здоровья.

Материалы сборника представляют интерес для научных и научно-технических работников, преподавателей, аспирантов и студентов вузов.

ISSN 2500-3364

© Сибирский государственный
индустриальный университет, 2022

(22). – с. 34-36.

3. Ястребов В.С., Михайлова Н.М., Сейку Ю.В. Старость и психическое здоровье [Текст] / В.С. Ястребов. – Москва : РБОО Центр социально-психологической и информационной поддержки «Семья и психическое здоровье», 2008. – 39 с. Режим доступа: URL: file:///C:/Users/79133/Downloads/starost.pdf, свободный (дата обращения: 29.10.2021).

4. Regnum [Электронный ресурс] / Информационный ресурс. – Режим доступа: URL: <https://regnum.ru/news/society/2552471.html>, свободный (дата обращения: 29.10.2021).

5. Популярная энциклопедия пожилого человека / Администрация Самар. обл. и др.; Под ред. Г. П. Котельникова, О. Г. Яковлева. - Самара : Парус, 1997. - 479 с. – Режим доступа: URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001786187>, свободный (дата обращения: 29.10.2021).

6. Пьянкова Л.А., Каташева И.В. Особенности переживания одиночества в пожилом возрасте // Журнал «Science Time»: материалы Международных научно-практических конференций Общества Науки и Творчества за март 2016 года. – Казань, 2016. – С. 406-411.

УДК 159.9

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К СТАРЕНИЮ

Перепёлкина А.С.

Научный руководитель: канд. пед. наук, доцент Пьянкова Л.А.

*Сибирский государственный индустриальный университет,
г. Новокузнецк e-mail: alya.p713@mail.ru*

Старение человека – это неизбежный процесс, острота которого обоснована желанием человека встретить его активным. В данной статье рассмотрен психологический феномен старения человека. Отмечены позитивные и негативные процессы протекания старости. Выделены психологические подходы к старению разных авторов, занимающихся изучением данной темы.

Ключевые слова: старение, старость, геронтопсихология, психология, психологический подход, психологическое старение.

Прежде всего, для углубленного изучения психологических подходов к старению, необходимо определить основные понятия, которые найдут свое отражение в данной работе. Для начала, выявим центральные термины «старение», «старость», «геронтопсихология».

Старение – закономерный биологический процесс, характеризующийся постепенностью, одновременностью и неуклонным прогрессирующим течением, ведущий к понижению адаптационных возможностей, жизнеспособности индивида и в конечном итоге определяющий продолжительность жизни.

Старость – это закономерно наступающий заключительный период возрастного развития организма человека. Старость является результатом нарастающей функциональной недостаточности организма вследствие внутренних и внешних воздействий, которым человек подвергался в процессе своего развития и последующей жизни

Геронтопсихология (греч. geron (gerontos) – старец, старик) – раздел возрастной психологии, изучающий особенности психических процессов и поведения, а также динамику личностных изменений у лиц пожилого и старческого возраста [1].

Существуют определенные подходы к изучению процесса старения, среди которых можно выделить: биологические подходы, социологические подходы, психологические подходы. В данной работе будет акцентироваться внимание именно на изучение процесса старения в его психологическом аспекте.

Старость приближается к человеку двумя путями: через снижение физической активности организма, изменения его метаболизма и через психическое ослабление интересов. Психическое и физическое старение человека тесно взаимосвязаны между собой. Состояние психики человека может способствовать ускорению или замедлению темпов старения [2, С.55].

Процесс физического старения человека отражается на внутреннем и внешнем изменении организма. У человека появляются морщины, седые волосы, пожилой человек становится забывчивым, часто утомляется, у него понижается интеллектуальный и физический уровень развития. Вследствие чего человек претерпевает не только изменения на уровне тела и общего состояния организма, но и его мировоззренческие основания, отношение к обществу людей. Претерпевает изменения и отношение общества к старцу.

Стареющий индивид пытается определить свое отношение к этим изменениям и выработать тактику своего поведения. Человек может не признать себя стареющим и вследствие этого жалеть себя; быть уверенным, что жизнь заканчивается и больше не имеет ни малейшего смысла; акцентировать повышенное внимание на собственном самочувствии и безнадежности; отдаляться от близких, чтобы не быть, как ему кажется, обузой для них.

В пожилом возрасте также отмечается установка враждебности, характеризующаяся недовольством окружающими, обществом в целом, негативным восприятием любых социокультурных изменений. Такие люди агрессивны, мнительны, вспыльчивы и имеют обыкновение предъявлять массу претензий к своему окружению – близким, друзьям, социальным институтам, обществу в целом. Они не могут смириться с неизбежными возрастными издержками, завидуют молодым и боятся смерти. Их не устраивает буквально все – медицинское обслуживание, выплата пенсий, бытовые условия [3, С.174].

В ряде случаев пожилой может признать себя стареющим и понять, что те изменения, которые происходят - это свидетельство недоступности определенных сфер, однако профессиональная самореализация остается все

еще возможной. В данном случае индивид не будет чувствовать угнетенность и бессмысленность жизни. Человек сможет найти в себе силы двигаться дальше, у него появится возможность овладеть каким-нибудь хобби и просто спокойно жить без чувства тоски и уныния по прошлому [1].

Ощущение индивидом собственной старости, реакция на свой новый социальный статус, адаптация к нему определяется как психологическое старение.

Психологическое старение – субъективное представление индивидом процесса своего старения. Каждый принимает и ощущает старость по-разному и в разном возрасте. Человек может быть очень молод снаружи, однако внешний вид бывает обманчив, так как внутри индивид может ощущать невероятную тоску, чувство неполноценности, отчаяния. У таких людей нет достаточного количества жизненных сил. Причин такого явления может быть очень много, центральная же в молодом возрасте – столкновение человека с различными негативными факторами среды: разрыв отношений с близким человеком; постоянные неврозы; затяжная депрессия или депрессия на хроническом уровне; истощающее чувство тревоги; бессмысленность жизни. В данном случае человек не подпитывается энергией для поддержания благополучной жизни, поэтому его психический уровень в организме истощается и приходит в негодность.

С психологическим старением необходимо бороться как можно раньше, иначе это может привести к плачевным последствиям, если человек так и не смог ее принять.

Психологические подходы к старению

Пожилой возраст анализируется в различных направлениях психологии. *Экспериментальная психология* положила начало современному научному психологическому знанию. Во второй половине XIX века она родилась как лабораторная наука, занимающаяся в основном проблемами функционирования человеческого интеллекта, умственного развития.

В психологии постепенно начинает формироваться представление о психологическом старении как о процессе психологической деградации, то есть в период роста организма происходит бурный процесс интеллектуальной деятельности и успехов, сопровождаемый затем периодом относительной стабильности, вслед за которым наступает длительный период снижения интеллекта. Психологическое старение равняется психологической деградации [4, С.8].

Экзистенциализм признает, что старость – это благоприятный период жизни, целью которого является достижение мудрости. Старость избавляет человека от различных социальных зависимостей: индивид перестает исполнять множество обязанностей, связанных с трудовой деятельностью и воспитанием детей. В итоге он обретает большую свободу, чем в период взрослости, а это означает, что человек становится на путь саморазвития, познания себя.

Психология развития. Традиционно англо-американская школа психо-

логии исследовала психическую деятельность человека как в пожилом, так и в детском возрасте, сравнивая их с неким стандартом развития психики. Например, ранний возраст человека рассматривался как период, не достигший идеального состояния, а пожилой – как проявление девиантности.

Французский философ и просветитель Ж.Ж. Руссо предлагал оценивать психическое развитие человека в зависимости от особенностей его возраста, выдвигая различные критерии этих оценок. Он считал, что ребенка нельзя считать неразвитым взрослым, а необходимо подойти к оценке его интеллекта, полагаясь на особые, свойственные этому возрасту показатели, а пожилого человека – возвращающегося в детство, без оценки накопленного им жизненного опыта. Поэтому психологическое развитие человека зависит от особенностей его возраста [4, С.9-10].

В психоанализе Э. Эриксон (1902 – 1994) рассматривал старость как завершающую фазу жизни человека. Задача человека пожилого возраста состоит в том, чтобы достичь целостности развития своего «Я», уверенности в смысле своей жизни. Смысл данного периода он видел в подведении итогов жизни и принятии ее результатов, удовлетворенности ими, что соответствует позитивному пути прохождения данной стадии. Отрицательные личностные проявления (ипохондрия, агрессия, старческое слабоумие и т. д.) являются симптомами прохождения периода старости по негативному пути, а не нормативными возрастными особенностями [4, С. 13]. Старость каждого – это неповторимое индивидуальное явление. Знаменита его идея о целостности жизненного пути человека. Чтобы понять пожилого человека, необходимо увидеть его в контексте всей его прожитой жизни [5].

В идеях А. Адлера (1870 – 1937) старость можно рассматривать как борьбу с чувством неполноценности, обусловленным различными изменениями в силу возраста. А. Адлер считал также, что иногда проявляемая замкнутость пожилого человека, уход «в себя» может объясняться боязнью потерять независимость и стать реально неполноценным. Он предлагает снимать чувство неполноценности и сопутствующие неврозы, помогая индивиду найти смысл жизни в оказании помощи другим людям, добиться такого состояния, когда ощущение принадлежности к социальной общности не покидало бы старого человека.

К.Г. Юнг (1875 – 1961) считал старость временем, благополучным для саморазвития, самопознания и самореализации личности. В этом возрасте человек способен принять свое истинное «я», что способствует достижению внутренней гармонии. В молодости человек занят построением социальных связей, однако жить в старости по законам молодости неконструктивно. Вторая половина жизни – это возможность встать на новый уровень развития. Стремление активно включиться в общественную жизнь, несмотря на возраст и состояние здоровья, является примером такой неправильной установки. К.Г. Юнг анализирует «бунт против старения». Эта позиция проявляется в стремлении скрыть внешние признаки старения, сохранить трудовые

обязанности и особенности проведения досуга. Однако переоценка собственных возможностей может привести пожилого человека к ухудшению здоровья и депрессии. Страх собственного старения К.Г. Юнг связывает с тем, что многое для пожилого человека остается нереализованным. Немало тех, кто придерживается мнения о том, что начинать новую жизнь уже поздно. Напротив, пожилой человек должен больше времени уделять собственному внутреннему миру, постижению собственной самости [4, С.11-12].

Таким образом, каждый подход характеризует старость как психологический феномен. Можно сказать, что многие авторы приходят к выводу о благоприятном воздействии старости на человека, так как в это время индивид отстраняется от общественных рамок, например, от профессиональной деятельности, у него появляется много свободного времени на самопознание, саморазвитие. В данный период человек может заниматься именно тем делом, о котором мечтал еще на стадии юности или взрослости. Это прекрасное время для новых открытий и начинаний.

В заключении можно прийти к общему выводу. Старость приближается к человеку двухполюсна: физический связан с изменением функционирования организма в сторону замедления, снижения активности, психический же отражает реконструкцию личности. Психическое и физическое старение человека тесно взаимосвязаны между собой. Состояние психики человека может способствовать ускорению или замедлению темпов старения.

Психологическое старение – то, как сам индивид представляет себе процесс своего старения. Ощущение старости реализуется в специфике отношения индивида к процессу своего старения при сравнении с процессом старения других людей. Психологическое старение – вещь субъективная. Каждый принимает и ощущает старость по-разному и в разном возрасте.

Выделяют несколько психологических подходов к процессу старения человеческого организма. Психологические подходы опирались на идеи Э. Эриксона, А. Адлера, К. Юнга и многих других научных деятелей. Для Э. Эриксона психологический подход к старению выражался в подведении итогов жизни и принятии ее результатов, удовлетворенности ими, что соответствует позитивному пути прохождения данной стадии. В терминах А. Адлера старость можно рассматривать как борьбу с чувством неполноценности, обусловленным физиологическими изменениями, сменой социального статуса и другими особенностями пожилого возраста. К.Г. Юнг анализирует «бунт против старения», отчаянные попытки пожилого человека сохранить статус молодого.

Библиографический список

1. Пьянкова Л.А. Социальная геронтология: конспект лекций / Л. А. Пьянкова. С.51.
2. Садыкова Н.Т. Старость как новая ступень человечества /Н. Т. Садыкова / Вестник Шадринского государственного педагогического универ-

ситета. 2017. №2 (34). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/starost-kak-novaya-stupen-chelovechestva> (дата обращения: 30.10.2021).

3. Раимова, А. Б. Старость и научно-технический прогресс / А. Б. Раимова // Известия ВУЗов (Кыргызстан). – 2012. – № 1. – С. 174-175.

4. Краснова О.В. Психология старости и старения. Хрестоматия: пособие для студентов психологических факультетов / А. Г. Лидерс, О.В. Краснова / Изд-во: ИЦ "Академия", 2003. – С. 416.

5. Дорогина О. И. Геронтопсихология: учеб. пособие / О. И. Дорогина, Ю. В. Лебедева, Л. В. Токарская, Е. В. Хлыстова; под общ. ред. Ю. В. Лебедевой; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Уральский федеральный университет. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2020. – С. 131.

УДК 314.02

МАКСИМАЛЬНАЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

Юшманова П.А.

Научный руководитель: канд. пед. наук, доцент Пьянкова Л.А.

*Сибирский государственный индустриальный университет,
г. Новокузнецк e-mail: polinok2001@gmail.com*

В статье анализируется такой показатель, как максимальная продолжительность жизни человека. Рассматриваются различные факторы, которые влияют на продолжительность жизни человека, а также указаны некоторые «рекордсмены» по продолжительности жизни.

Ключевые слова: продолжительность жизни человека; генетические факторы, биологические факторы, социальные условия.

Жизнь – это череда вех, которые сменяют одна другую. Рождение, детство, юность, молодость, зрелость и, наконец, старость. В древние времена, как и в современных реалиях люди большое внимание уделяют проблеме старения. Время и возраст у человека текут быстро. Индивид не может изменить свой биологический возраст, приостановить или замедлить его, но он может его преодолеть.

Среди актуальных вопросов наших современников – продолжительность жизни населения. Существуют попытки геронтологов предложить геронтопротекторы, другие способы продления активности и долголетия. Человек существует на планете, чтобы приносить благо, развивать жизнь, охранять и заботиться о природе. Чтобы все успеть и прожить долгую жизнь, не всегда только лекарства, хирургические или химические вмешательства – главные аргументы в борьбе со старением. В ряду факторов долголетия здоровый образ жизни отстаивает свое право на существование, как и осталь-

СТРУКТУРНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ИСТОРИИ <i>Соколов В.О.</i>	154
ИСТОРИКО-ПОЛИТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ КВИР-КОММУНИСТИЧЕСКОЙ ИДЕИ <i>Соколов В.О.</i>	157
МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ИСТОРИИ В XIX ВЕКЕ <i>Андреева Е.Е., Нуянзина А.В.</i>	161
IV СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ	165
СТАРЕНИЕ И СТАРОСТЬ КАК СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА ОБЩЕСТВА <i>Кобелева Е.В.</i>	165
ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ <i>Маева Л.В.</i>	169
СТАРОСТЬ КАК ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА <i>Третьякова Е.С.</i>	174
ПОДДЕРЖКА ПОТЕНЦИАЛА ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ КАК СОЦИАЛЬНО АКТИВНОЙ ГРУППЫ <i>Зимин И.А.</i>	177
ВЗГЛЯДЫ, ПОЗИЦИИ И СУЖДЕНИЯ ЛЮДЕЙ НА СТАРОСТЬ, ТЕНДЕНЦИИ «ПРИНЯТИЯ» ИЛИ «ОТРИЦАНИЯ» <i>Шитикова Е.В.</i>	182
ИДЕИ ОМОЛОЖЕНИЯ И БЕССМЕРТИЯ У АЛХИМИКОВ И ФИЛОСОФОВ СРЕДНЕВЕКОВЬЯ <i>Зимин И.А.</i>	186
ОДИНОКАЯ СТАРОСТЬ: ПРОБЛЕМА И ПРИЧИНЫ ОДИНОЧЕСТВА ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ <i>Маслова С.Е.</i>	190
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К СТАРЕНИЮ <i>Перепёлкина А.С.</i>	194
МАКСИМАЛЬНАЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА <i>Юшманова П.А.</i>	199
ДЕМЕНЦИЯ В ПОЖИЛОМ И СТАРЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ <i>Верчук К.А.</i>	203
ВЛИЯНИЕ ИЗУЧЕНИЯ ИСТОРИИ НА ВОСПИТАНИЕ ПАТРИОТИЗМА <i>Кузнецов Т.А., Головин О.Н.</i>	206
ВОЗМОЖНОСТЬ ПЕРЕХОДА ОТ ОЧНОЙ ФОРМЫ К ТЕХНОЛОГИЯМ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ <i>Москалева У.А.</i>	210
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ИСТОРИИ, МЕТОДЫ И СУЩНОСТЬ НАУЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ <i>Фрольянова Д.В.</i>	215

Научное издание

НАУКА И МОЛОДЕЖЬ: ПРОБЛЕМЫ, ПОИСКИ, РЕШЕНИЯ

ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ

Выпуск 26

*Труды Всероссийской научной конференции студентов,
аспирантов и молодых ученых*

Часть III

Под общей редакцией

С.В. Коновалова

Технический редактор

Г.А. Морина

Компьютерная верстка

Н.В. Ознобихина

Подписано в печать 15.08.2022 г.

Формат бумаги 60x84 1/16. Бумага писчая. Печать офсетная.
Усл. печ. л. 23,98 Уч.-изд. л. 26,45 Тираж 300 экз. Заказ № 203

Сибирский государственный индустриальный университет
654007, г. Новокузнецк, ул. Кирова, 42
Издательский центр СибГИУ