

УДК 159.923:159.922.6  
ББК Ю952

DOI 10.26170/ps20-04-19  
ГРНТИ 15.31.35

Код ВАК 19.00.01

**Зеер Эвальд Фридрихович,**

доктор психологических наук, профессор кафедры психологии образования и профессионального развития, Российский государственный профессионально-педагогический университет; 620012, Россия, г. Екатеринбург, ул. Машиностроителей, 11; e-mail: zeer.ewald@yandex.ru

**Сыманюк Эльвира Эвальдовна,**

доктор психологических наук, профессор, директор Уральского гуманитарного института, Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина; 620083, Россия, г. Екатеринбург, пр-т Ленина, 51; e-mail: e.e.symaniuk@urfu.ru

**Буковой Татьяна Дмитриевна,**

помощник директора Уральского гуманитарного института, Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина; 620083, Россия, г. Екатеринбург, пр-т Ленина, 51; e-mail: t.d.bukovey@urfu.ru

**СТРАТЕГИИ И ТЕХНОЛОГИИ ПРЕОДОЛЕНИЯ  
КОНФЛИКТУЮЩИХ РЕАЛЬНОСТЕЙ  
В ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛЮДЕЙ В ВОЗРАСТЕ  
ПОЗДНЕЙ ЗРЕЛОСТИ**

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** поздняя зрелость; конфликтующие реальности; конфликтные ситуации; самореализация личности; стратегии самоактуализации; прогнозирование будущего.

**АННОТАЦИЯ.** В статье анализируются социально-психологические и профессиональные особенности людей в возрасте поздней зрелости. Одной из значимых характеристик жизнедеятельности этого возраста является завершение профессиональной деятельности. Переживание этой ситуации порождает кризис утраты своей состоятельности.

Важное значение в этом возрасте приобретают противоречия объективных (внешних) и субъективных (внутренних) факторов социальной ситуации развития. Эти несогласованности приобретают характер конфликтующих реальностей [8].

Преодоление конфликтующих реальностей обусловили необходимость поиска стратегий и технологий, адекватных социально-психологическим особенностям в поздней зрелости. В качестве предиктора актуализации разрешения противоречий развития в поздней зрелости выступает их самореализация.

Целью исследования стало определение стратегий и технологий преодоления конфликтующих реальностей в процессе самореализации в поздней зрелости.

Объектом исследования выступил период поздней зрелости личности, а предметом – стратегии и технологии преодоления конфликтующих реальностей.

Методологией исследования выступила концепция профессионального развития личности. Методами получения информации по проблеме исследования стали теоретико-методологический анализ научной литературы, логико-смысловое моделирование самореализации личности, метод проектирования сценариев преодоления конфликтующих реальностей и прогнозирование профессионального будущего.

Результатами исследования стратегий и технологий преодоления конфликтующих реальностей стали описание социальной ситуации развития в поздней зрелости в условиях утраты профессии и изменения прежней жизнедеятельности, выявление вектора развития личности в новой социальной реальности, нахождение способов дальнейшей самореализации.

Активность субъекта инициирует формирование таких новообразований как самодетерминация, самоактуализация и трансценденция, которые становятся источником выбора индивидуально-ориентированных стратегий преодоления конфликтующих реальностей: преадаптивной, адаптивной, защитной и деструктивной.

Эффективной психологической технологией преобразования себя является самореализация в разнообразных формах занятости, позволяющих личности преодолевать конфликтующие реальности. Результат поиска форм и методов преодоления кризисных ситуаций отражен в модели самореализации личности в поздней зрелости.

Практическое значение представленных в статье результатов исследования заключается в том, что они могут быть использованы в работе служб управления персоналом организаций, в реализации дополнительного образования, повышении квалификации педагогов непрерывного образования, а также в проектировании онлайн курсов и построении индивидуальных траекторий образования в поздней зрелости.

**ДЛЯ ЦИТИРОВАНИЯ:** Зеер, Э. Ф. Стратегии и технологии преодоления конфликтующих реальностей в жизнедеятельности людей в возрасте поздней зрелости / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк, Т. Д. Буковой. – Текст : непосредственный // Педагогическое образование в России. – 2020. – № 4. – С. 152-161. – DOI: 10.26170/ps20-04-19.

**БЛАГОДАРНОСТИ:** исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 20-013-00790А «Прогнозирование кризиса утраты профессиональной деятельности у педагогов поздней зрелости».

**Zeer Ewald Fridrikhovich,**

Doctor of Psychology, Professor of the Department of Psychology of Education and Professional Development, Russian State Vocational Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

**Symaniuk Elwira Ewaldovna,**

Doctor of Psychology, Professor, Director of the Ural Humanitarian Institute, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russia

**Bukovey Tatiana Dmitrievna,**

Assistant Director of the Ural Humanitarian Institute, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russia

## STRATEGIES AND TECHNOLOGIES FOR OVERCOMING CONFLICTING REALITIES IN THE LIFE OF PEOPLE IN LATE ADULTHOOD

**KEYWORDS:** late maturity; conflicting realities; conflict situations; self-realization of personality; self-actualization strategies; forecasting the future.

**ABSTRACT.** In the article we analyze the social and psychological and professional characteristics of people of late adulthood. One of the significant characteristics of the life of this age is the completion of professional activity. Experiencing this situation gives rise to a crisis of loss of solvency.

The importance at this age are the contradictions of the objective (external) and subjective (internal) factors of the social development situation. These inconsistencies acquire the character of conflicting realities [8].

Overcoming conflicting realities necessitated the search for strategies and technologies that are adequate to socio-psychological characteristics in late adulthood. As a predictor of the actualization of the resolution of the contradictions of development in late adulthood, their self-actualization appears.

The purpose of the study was to identify strategies and technologies for overcoming conflicting realities in the process of self-realization in late adulthood.

The object of the study was the period of late adulthood of the personality. The subject of the study is strategies and technologies for overcoming conflicting realities.

The research methodology was the concept of professional development of the personality. The methods of obtaining information on the research problem were theoretical and methodological analysis of scientific literature, logical and semantic modeling of personal self-realization, a method for designing scenarios for overcoming conflicting realities and forecasting a professional future.

The research of strategies and technologies for overcoming conflicting realities resulted in a description of the social situation of development in late maturity in the conditions of loss of profession and changes in previous life activity, identification of the vector of personality development in a new social reality, finding ways of further self-realization.

The results of the study were a description of the social situation of development in late adulthood in the conditions of loss of profession and changes in previous life activities, identification of the vector of personality development in a new social reality, finding ways of further self-realization.

The activity of the subject initiates the formation of such neoplasms as self-determination, self-actualization and transcendence, which become the source of the choice of individually-oriented strategies to overcome conflicting realities: pre-adaptive, adaptive, protective and destructive.

An effective psychological technology for transforming oneself is self-realization in various forms of employment, allowing individuals to overcome conflicting realities. The result of the search for forms and methods of overcoming crisis situations is reflected in the model of self-realization of a person in late maturity.

The research results can be used in the work of personnel management services of organizations, in the implementation of further education, advanced training of continuing education teachers, as well as in the design of online courses and the construction of individual education paths in late adulthood.

**FOR CITATION:** Zeer, E. F., Symaniuk, E. E., Bukovey, T. D. (2020). Strategies and Technologies for Overcoming Conflicting Realities in the Life of People in Late Adulthood. In *Pedagogical Education in Russia*. No. 4, pp. 152-161. DOI: 10.26170/po20-04-19.

**ACKNOWLEDGMENTS:** the research was carried out with the financial support of the Russian Foundation for Basic Research within the framework of the scientific project No. 20-013-00790А "Forecasting the crisis of loss of professional activity in teachers of late maturity".

**Введение.** Увеличение продолжительности жизни, изменение сроков пенсионного возраста обусловили необходимость пересмотреть (проанализировать) дифференциацию поздней зрелости – возраст завершения профессиональной деятельности. В отечественной психологии этот возраст называется также позд-

ней зрелостью (А. А. Деркач, М. В. Ермолаева, Е. П. Ильин, Д. И. Фельдштейн и др.). Для одних работников наступление пенсионного возраста является желанным и позитивно ожидаемым (около 25%), для других – возможность продолжения занятости в различного рода досуговой деятельности (приблизительно 25%), а для многих сохранив-

ших работоспособность актуализируется потребность в деятельностной активности (около 50%), профессиональной состоятельности – стремлении продолжить свое развитие, подтвердить свою востребованность в профессии. Для этой группы предпенсионный период приобретает характер кризиса утраты профессиональной деятельности.

Одной из значимых социально-психологических особенностей в поздней зрелости является завершение их профессиональной деятельности. Изменение вектора развития жизнедеятельности порождает психическую напряженность, обусловленную утратой профессиональной деятельности. Выход из этой кризисной ситуации возможен путем нахождения новых смыслов, мотивирующих постпрофессиональную, социальную или иную занятость на завершающем этапе жизни [2].

Исследование психологических особенностей социальной ситуации развития, обуславливающей кризис, определение характера деятельностной активности и основных психологических новообразований позволят установить стратегии и технологии преодоления кризиса утраты профессиональной деятельности и разработать (предложить) индивидуально ориентированную траекторию реализации себя в будущем. Важной особенностью поздней зрелости является сокращение временной перспективы жизни [4].

Возрастные границы поздней зрелости весьма условны. Анализ работ Б. Г. Ананьева, Е. П. Ильина, Е. А. Климова, Ю. М. Поваренкова и др. позволяет определить границы поздней зрелости – 55–65 лет. В связи с увеличением в России пенсионного возраста, экономисты выделили предпенсионный возраст, который и находится в пределах поздней зрелости.

Каковы же особенности этого возраста? Прежде всего, следует отметить снижение психофизиологических функций, ухудшение физического здоровья, инволюционные изменения когнитивных способностей, возникновение деструктивных эмоциональных состояний, обусловленных переживаниями своего старения.

Эти возрастные особенности отрицательно влияют на работоспособность человека поздней зрелости, а структурные и технологические преобразования деятельности порождают депрофессионализацию работников и как следствие вынужденная смена специальности или увольнение.

Перечисленные возрастные изменения обуславливают необходимость саморазвития и самоактуализации личности поздней зрелости, чтобы продолжить свою профессиональную деятельность, подтвердить свою профессиональную состоятельность и избе-

жать вынужденной утраты своей занятости.

Обобщая вышеизложенное, можно констатировать, что актуальность исследования возрастных изменений человека поздней зрелости обусловлена следующими факторами:

- демографическими – увеличением продолжительности жизни;

- социально-экономическими – повышением требований к социальной профессиональной мобильности, квалификации, профессиональному опыту, готовности к освоению новых видов деятельности;

- возрастными психофизиологическими изменениями – ухудшением состояния здоровья, ослаблением когнитивных способностей, отрицательно влияющими на усвоение современных информационно-коммуникационных (цифровых) технологий;

- широким распространением непрерывного образования (life-long learning), массовым открытием онлайн-курсов, развитием высокоскоростного обучения, весьма актуальных для работников поздней зрелости.

Рассмотренные особенности развития личности поздней зрелости обуславливают возможность и необходимость актуализации активности по преодолению противоречий, несогласованностей при выполнении профессиональной деятельности на этапе ее завершения. Е. А. Климов назвал эти противоречия конфликтующими реальностями [8]. Смыслообразующим фактором конфликтующей ситуации выступает реальная возможность утраты профессиональной деятельности. Конфликтующие реальности порождают психическую напряженность в поведении и деятельности человека позднего возраста. Преодоление этой кризисной ситуации обуславливает необходимость поиска стратегий и технологий, адекватных индивидуальным особенностям личности. Актуализация развития личности в ситуации конфликтующей реальности приводит к необходимости самоопределения в ней, иницирующей потребность в самореализации – нового феномена преобразования себя в деятельности.

Именно самореализация позволяет человеку в возрасте поздней зрелости преодолеть кризис утраты профессиональной деятельности и обеспечить свою дальнейшую достойную жизнедеятельность.

Целью исследования стало определение стратегий и технологий преодоления конфликтующих реальностей в процессе самореализации личности на этапе завершения профессиональной деятельности и нахождение путей, способов продолжения (подтверждения) своей социально значимой состоятельности.

Достижение этой цели обусловило необ-

ходимость решения следующих задач:

1. Определить особенности социальной ситуации развития личности в условиях конфликтующих реальностях постиндустриального (цифрового) общества.

2. Установить (выявить) основные детерминанты взаимовлияния внешних (объективных) и внутренних (субъективных) факторов, обуславливающих самореализацию личности в конфликтующих реальностях.

3. Разработать модель самореализации личности в поздней зрелости.

4. Выявить основные стратегии и технологии преодоления конфликтующих реальностей в поздней зрелости.

**Обзор литературы.** В отечественной психологии исследование особенностей поздней зрелости нашло отражение в работах Б. Г. Ананьева, Л. И. Анцыферовой, М. В. Ермолаевой, Е. П. Ильина, А. К. Марковой, Ю. М. Поваренкова и др.

В своих исследованиях они отмечают личностное и профессиональное самоопределение, саморазвитие, самоактуализацию и самоосуществление, которые детерминируют самореализацию личности. Основательно проблеме самореализации личности исследовали А. А. Деркач, Э. В. Сайко [4]. Потребность в самореализации они рассматривали как основание акмеологического развития личности.

Активность личности анализируется В. А. Петровским в контексте ее состоятельности. В качестве уровней состоятельности личности он рассматривает самореализацию как возможность выхода за пределы себя [12].

Важное значение в их работах придается актуализации потенциала и активности личности, стремлению быть субъектом собственной жизни и нести за нее ответственность. Активность в возрасте поздней зрелости рассматривается также как механизм адаптации к изменениям социальной ситуации развития, характера ведущей деятельности, усвоения новых форм жизнедеятельности, повышения жизнеспособности и жизнестойкости.

В отечественной и зарубежной психологии зрелость характеризуется как наиболее продуктивный период жизнедеятельности человека. В качестве основного критерия зрелости рассматривается положение о переходе личности от нормативно-одобряемой социально-профессиональной деятельности к (постоянно) изменяющейся (трансформирующейся) под влиянием экспансии цифровых технологий инновационной деятельности.

В зарубежной психологии подчеркивается, что поздняя зрелость характеризуется психофизиологическими особенностями, позволяющими человеку сохранять высо-

кую работоспособность, осваивать новые социальные роли и способы выполнения трудовых (профессиональных) действий (П. Балтес, Г. Крайг, Дж. Нюттен, Л. Франк, П. Фресс и др.).

**Методология исследования.** Методологическим основанием исследования выступили следующие смыслопорождающие противоречия:

– между сложившейся интегральной индивидуальностью личности и сложностью ее реализации в изменяющейся социально-профессиональной ситуации;

– между ценностно-смысловыми ориентациями личности и молодыми работниками, что порождает эйджизм и межпоколенческие конфликты;

– между достигнутым уровнем профессионализма и новыми требованиями к профессиональной деятельности, обусловленными внедрением информационно-коммуникационных технологий;

– между возрастными инволюционными процессами психологических функций, когнитивных процессов, состоянием здоровья и необходимостью сохранения работоспособности и профессиональной квалификации.

Составной частью психического развития личности является ее профессиональное развитие – изменение психики в процессе освоения и выполнения профессионально-образовательной и профессиональной деятельности.

В качестве методологии исследования выступила концепция профессионального развития личности [5]. К ее основным положениям относятся следующие методологические установки:

– профессиональное развитие – это цель и ценность профессиональной культуры;

– профессиональное развитие детерминируется природно-обусловленными, биологическими, социальными факторами, индивидуально-психологическими свойствами индивида (человека), а также случайными событиями;

– профессиональное развитие – открытый, нелинейный, гетерохронный процесс;

– индивидуальное профессиональное развитие имеет свои пределы;

– социально-профессиональное развитие сопровождается преодолением внешних и внутренних психологических барьеров, а также конфликтующих реальностей.

Методами получения информации по проблеме исследования стали теоретико-методологический анализ научной литературы, логико-смысловое структурно-функциональное моделирование конфликтующих реальностей, метод проектирования сценариев преодоления конфликтую-

щих реальностей, прогнозирования социально-профессионального будущего лиц поздней зрелости.

**Результаты исследования.** Исследование проблемы преодоления конфликтующих реальностей в поздней зрелости обуславливает необходимость анализа ситуации развития в современном постиндустриальном обществе.

Социальная ситуация развития субъектов профессиональной деятельности характеризуется противоречиями между внешними условиями постиндустриального общества и внутренними возможностями развития человека. Эти несогласованности приобретают характер конфликтующих реальностей (Е. А. Климов). Смыслопорождающим фактором выступает взаимодействие – система развернутых во времени и пространстве связей и отношений между социально-профессиональными видами деятельности и субъективными переживаниями их реализации.

Конфликтующие реальности в поздней зрелости обусловлены противоречиями между объективной действительностью постиндустриального общества, условиями жизнедеятельности, формами занятости и субъективной реальностью представителей этого возраста, характеризующейся уровнями психофизиологического и интеллектуального развития, работоспособностью, самореализацией и самоактуализацией.

Предиктором разрешения (преодоления) этих ипостасей выступает самоопределение – нахождение смысла, взаимообусловленности в конфликтующих реальностях жизнедеятельности человека, избирательным, пристрастным отношением к развертыванию во времени процессов взаимо-

действия [6].

Самоопределение – это выбор позиции, самоограничение, уменьшение степени неопределенности. Оно сопровождается рефлексией проблемных ситуаций, активным поиском принятия решения и глубокими, эмоциональными переживаниями душевного (психического) неблагополучия, а в отдельных случаях утратой смысла жизни.

Самоопределение личности в конфликтующих реальностях обуславливает необходимость выбора стратегий их преодоления. Психическим механизмом разрешения противоречий между объективной (внешней) действительностью и субъективной (внутренней) выступает активность личности.

Активность личности становится фактором саморазвития, которое осуществляется в рамках индивидуальной жизнедеятельности человека. Саморазвитие, самоизменение и самопреобразование инициируют формирование таких психологических новообразований, как саморегуляция, самореализация, саморефлексия, трансценденция и самоактуализация [1]. Эти качества, направленные на самого человека, становятся источниками выбора (определения) стратегии преодоления конфликтующих реальностей.

В зависимости от уровня выраженности активности можно выделить следующие стратегии преодоления конфликтующих реальностей: преадаптивная, адаптивная, защитная и деструктивная. Уровни активности детерминируют (обуславливают) способы самореализации и признаки жизнедеятельности, сопровождающие конфликтующие реальности. В таблице представлены (обобщены) результаты анализа.

Таблица

**Стратегии преодоления конфликтующих реальностей  
в возрасте поздней зрелости**

Стратегии преодоления	Уровни активности	Способы самореализации	Признаки жизнедеятельности
Преадаптивная	Надситуативная	Конструктивный, стремление к преобразованию ситуации и достижениям в будущем	Оптимизация жизнедеятельности на основе саморазвития и самореализации
Адаптивная	Сверхнормативная	Приспособление к меняющимся условиям жизни и деятельности на основе мобилизации способностей	Амплификация социально-профессиональной деятельности на основе индивидуального стиля ее выполнения
Защитная	Асимметричная	Самореализация в непрофессиональной сфере, потеря профессиональной идентичности, депрофессионализация	Уход от решения насущных проблем, переориентация на жизненное благополучие, усиление самоконтроля, утрата перспектив дальнейшего развития
Деструктивная	Пассивная	Игнорирование конфликтующих реальностей, их избегание, симплификация трудностей, самооправдание своей профессиональной несостоятельности	Деструктивные переживания, агрессивно-обвинительные реакции на конфликтующие реальности, созерцательное отношение к действительности

В заключении подчеркнем, что основополагающим фактором стратегий преодоления конфликтующих реальностей выступает активность личности, обеспечивающая способы самореализации и развития в различных ситуациях жизнедеятельности лиц поздней зрелости.

Первые две стратегии (преадаптивная и адаптивная), основанные на надситуативной и сверхнормативной активности, представляют обеспечение развития. Основными качественными характеристиками амплификации выступают интеллектуальное и качественное развитие, освоение транспрофессиональных компетенций, стремление к трансцендентности: их реализация обеспечивает успешность лиц поздней зрелости.

Защитная стратегия основана на асси-

метричной разнонаправленной активности. Механизмом ее реализации выступает модификация конфликтующих реальностей путем саморегуляции, профессионального взаимодействия и преобразования прошлого опыта в соответствии с нормативно заданными требованиями выполняемой деятельности.

Деструктивная стратегия направлена на упрощение социально-профессиональных ситуаций, снижение активности. Механизмом реализации этой стратегии выступает симплификация – избегание, игнорирование конфликтующих реальностей, дезорганизация саморазвития, уход от ответственности за развитие.

Модель самореализации личности поздней зрелости представлена на рисунке.



**Рис. Модель самореализации личности поздней зрелости**

В формировании самореализации, как высшей ступени профессионального развития, обеспечивающей профессиональную успешность, можно выделить следующие технологии:

1. Диагностирующая технология – личностное и профессиональное самоопределение на основе определения (диагностики) уровня выраженности смыслообразующих показателей самореализации и профессиональной успешности личности.

2. Рефлексивная технология – непосредственный самоконтроль поведения человека в актуальной ситуации, осмысление ее элементов, анализ происходящего, способность субъекта к соотнесению своих действий с ситуацией и их координации в соответствии с изменяющимися условиями и собственным состоянием. Анализ профессионального становления в прошлом, настоящем и прогнозируемом будущем.

3. Проспективная технология – разработка и анализ индивидуальных траекторий самореализации в инновационном настоящем и прогнозируемом будущем, ориентированных на профессиональную успешность субъекта поздней зрелости.

4. Технология самофутурирования – направлена на стимулирование и раскрытие субъектного потенциала как умения оптимально использовать возможности и личностные ресурсы в прогнозируемой профессиональной деятельности. Проектирование личностью своего будущего включает определение и взаимосотнесение жизненных и профессиональных целей, построение жизненного плана и более глобальной жизненной перспективы. Построение профессионально-образовательной траектории базируется на создании личностью прогнозной модели желаемой профессиональной деятельности, а также проекта «идеального про-

фессионального Я» с ее последующим уточнением в контексте «потребного профессионального будущего».

Самореализация является смыслопорождающим предиктором преодоления конфликтующих реальностей и обуславливает преобразование (развитие) человека [4]. Тематическим ядром самореализации выступает самоопределение личности – избирательное, пристрастное отношение к конфликтующим реальностям, нахождение в них личностного смысла и индивидуального выбора действовать в настоящем и будущем.

**Обобщение и дискуссия.** Психическое отражение конфликтующих реальностей обуславливает необходимость самоопределения личности в этих противоречиях. Основной смыслообразующей характеристикой конфликтующих реальностей являются противоречия. Условно можно выделить три вида (группы) таких противоречий (несогласованностей) между реальной действительностью и ее субъективным отражением: социально обусловленные, духовно-нравственные и профессионально значимые.

Выбор отношения, позиции к этим конфликтующим реальностям проявляется в следующих видах самоопределения:

- самоопределение в культуре, понимаемой в широком смысле слова: производство, политика, искусство, экология;
- ценностно-нравственное самоопределение в жизни, общении, взаимодействии;
- профессиональное самоопределение – нахождение своего места в мире профессии и нахождение смысла в профессиональном труде.

Приведем отличительные признаки этих типов самоопределения. Для самоопределения в культуре характерны: 1) глобальность, всеохватность того образа и стиля жизни, которые специфичны для той социокультурной среды, в которой обитает данный человек; 2) зависимость от стереотипов общественного сознания данной социокультурной среды; 3) зависимость от экономических, социальных, экологических и других «объективных» факторов, определяющих жизнь данной социальной и профессиональной группы.

Для ценностно-нравственного самоопределения характерны:

- 1) невозможность формализации полноценного духовного развития личности;
- 2) сложные обстоятельства и проблемы, которые не только позволяют проявиться в трудных условиях лучшим личностным качествам человека, но часто и способствуют развитию таких качеств.

Для профессионального самоопределения характерны: 1) большая формализация (профессионализм отражается в дипломах и

сертификатах, в трудовой книжке, в результатах труда и т. п.); 2) наличие благоприятных условий (социальный запрос, соответствующие организации, оборудование и т. п.).

В зависимости от доминирующего вида самоопределения возможны следующие формы преодоления конфликтующих реальностей:

- конструктивная – стремление усовершенствовать ситуацию «мирным» путем, внесение позитивных изменений;
- нейтральная (повествовательная) – игнорирование конфликтующих реальностей;
- деструктивная – агрессивное неприятие и противостояние субъектам конфликтующих реальностей, негативные (привычные) тенденции поведения.

В отечественной возрастной психологии в качестве объяснительного признака развития психики в онтогенезе признается ведущая деятельность, которая обуславливает возникновение основных психологических новообразований (А. Н. Леонтьев, В. В. Давыдов, Д. Б. Эльконин).

Приведем варианты ведущей деятельности в поздней зрелости:

- продолжение работы по прежней специальности (должности);
- переквалификация, освоение новых социально-профессиональных технологий, компетенций: hard, soft, digchital skills;
- освоение новой формы ведущей деятельности: общественно-полезная, самозанятость, неоремесленничество, индивидуально-ориентированное творчество (досуговая деятельность), семейно-бытовая и др.

Каждый из приведенных видов деятельности инициирует развитие ансамбля совокупности собственных психологических новообразований, обеспечивающих успешность их реализации.

Интегрирующей функцией этих видов деятельности выступает социально-трудовая активность, позволяющая преодолеть изменения социально-экономических условий постиндустриального общества, стимулировать дальнейшее психическое развитие, инициировать формирование обобщенных психологических новообразований в данном возрасте, а именно:

- удовлетворенность жизнью и толерантность к старению;
- адаптивный индивидуальный стиль жизни на основе актуализации регуляции психической активности;
- амплификация прошлого опыта, способствующая сохранению социально-профессиональной активности;
- преадаптация – готовность к изменению жизнедеятельности и неопределенности социальной психологической ситуации [3];
- транзитивность как новое смысло-

вое образование личности в позднем возрасте, означающая возможность продолжения жизни в иных формах макро- и микрогрупповой памяти [2];

- обучаемость как возможность дальнейшего психического развития, достижения более обобщенных умений на основе актуализации резервных возможностей психики;

- практический интеллект как форма приобретенного опыта, включающий широкий диапазон компетенций (транспрофессиональных), востребованных в различных видах социально-профессиональной деятельности [14].

К деструктивным психологическим новообразованиям позднего возраста относятся:

- дезорганизация (дезориентация) когнитивных познавательных способностей: нарушение восприятия времени и пространства, ухудшение оперативной памяти, ригидность познавательных процессов, развитие патогенного мышления, ослабление самоконтроля и др.;

- выученная беспомощность – привычка жить, не оказывая сопротивления возникающим трудностям, не принимая ответственности на себя. Социально-психологическая апатия формируется на основе обобщения негативного жизненного и профессионального опыта, снижения адаптации к изменениям условий жизнедеятельности;

- социально-психологический консерватизм – приверженность к «славному» прошлому, пристрастное отношение к молодежной субкультуре, негативное восприятие будущего, эмоциональная индифферентность и др.

Обобщенной (равнодействующей) характеристикой психологических новообразований позднего возраста выступает трансценденция – интегрирующий переход из реальной действительности в ирреальную область существования. Трансценденция означает преодоление зависимости от негативного прошлого опыта, освобождение от персонифицированных социально-профессиональных ролей, поглощенности состоянием здоровья, отказ от недостижимых целей, обретение жизни.

Развитие этих деструктивных новообразований обостряет противоречия субъективной (душевной) жизни человека, актуализирует образование конфликтующих реальностей.

Обобщая психологические проявления конфликтующих реальностей, можно констатировать:

- наличие дестабилизирующих реальность ситуаций и психическое отражение этих ситуаций;

- асимметричное взаимовлияние субъектов конфликтующих реальностей;

- рефлексию ситуации, включающую построение обобщений, аналогий, сопоставлений, умозаключений, а также эмоциональных переживаний;

- самоопределение в семантическом поле конфликтующих реальностей;

- выбор сценариев самоопределения и путей преодоления конфликтующих реальностей в интересах общества и людей;

- исход из конфликтующих реальностей.

**Заключение.** Ускорение изменений, технологизация всей жизнедеятельности и тотальная цифровая некомпетентность, социально-экономическая неопределенность порождают тревожность, психическую напряженность, неуверенность в социально-профессиональном будущем в поздней зрелости.

Преодоление конфликтующих реальностей людей поздней зрелости обуславливает необходимость профилактики, поддержки их психологически благополучной жизнедеятельности. Важное значение приобретают психотехнологии социально-профессионального самосохранения.

Психологическая готовность к преодолению конфликтующих реальностей обуславливает необходимость в:

- самостоятельном обеспечении своей жизнедеятельности;

- проектировании и реализации социально-профессионального развития (карьеры);

- самоактуализации творческого и профессионального потенциала;

- оптимизировании индивидуального стиля деятельности;

- коррекции личностного и профессионального самоопределения и возможной профессиональной реориентации;

- повышении компетентности, обогащении (амплификации) профессионального опыта путем приобретения soft (гибких) компетенций;

- формировании индивидуального стиля деятельности, усилении саморегуляции социально-коммуникативного взаимодействия с другими членами коллектива;

- развитию метапрофессиональных качеств;

- освоении новых видов социально-профессиональной и общественно-полезной деятельности;

- актуализации жизнеспособности и жизнестойкости.

Основной вектор развития лиц поздней зрелости – преодоление инволюционных процессов психики, поддержание оптимизма, самореализация профессионально-личностного потенциала.

Одной из эффективных стратегий преодоления конфликтующих реальностей может стать освоение лицами поздней зрелости



коротких образовательных программ, ориентированных на обогащение (амплификацию) имеющейся социально-профессиональной квалификации, приобретение новой формы занятости.

К ним можно отнести следующие образовательные модули:

1. «Профессиональное самоопределение в период поздней зрелости».
2. «Преобразование себя в постиндустриальном обществе».

стриальном обществе».

3. «Форсайт-технологии проектирования своего профессионального будущего».

Смыслообразующей стратегией преодоления конфликтующих реальностей в поздней зрелости выступает самореализация на основе форсайт-технологии проектирования индивидуальных сценариев социально-профессионального будущего.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская, К. А. Стратегии жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М., 1991. – 301 с.
2. Акопян, Л. С. Трансвита́льность как смысловое образование личности в позднем возрасте / Л. С. Акопян // Поволжский педагогический вестник. – 2015. – № 4 (9). – С. 11-15.
3. Асмолов, А. Г. Преадаптация к неопределенности как стратегия навигации развивающихся систем: маршруты эволюции / А. Г. Асмолов, Е. Д. Шехтер, А. М. Черноразов // Вопросы психологии. – 2017. – № 4. – С. 3-26.
4. Деркач, А. А. Самореализация – основание акмеологического развития / А. А. Деркач, Э. В. Сайко. – М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2010. – С. 207.
5. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального развития: учебное пособие / Э. Ф. Зеер. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – С. 16-21.
6. Зеер, Э. Ф. Самоопределение учащейся молодежи в современных конфликтующих реальностях: учебное пособие / Э. Ф. Зеер, М. В. Кормильцева, Э. Э. Сыманюк; Рос. акад. образования, Моск. психолог.-соц. ун-т. – М.: Издательство МПСУ, 2015. – 95 с.
7. Ильин, Е. П. Психология взрослости / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2012. – 544 с.
8. Климов, Е. А. Конфликтующие реальности в работе с людьми (психологический аспект) / Е. А. Климов. – М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2001. – 192 с.
9. Ключко, В. Е. Самореализация личности: системный взгляд / В. Е. Ключко, Э. В. Галажинский. – Томск: Изд-во Томского ун-та, 1999. – 154 с.
10. Маркова, А. Е. Психология профессионализма / А. Е. Маркова. – М.: Знание, 1996. – 308 с.
11. Нюттен, Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / Ж. Нюттен; под ред. Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2004. – 608 с.
12. Петровский, В. А. Семь пространств существования личности: формальные модели состоятельности / В. А. Петровский // Мир психологии. – 2009. – № 1. – С. 41.
13. Поваренков, Ю. М. Психологическая концепция профессионального становления личности / Ю. М. Поваренков // Звезды ярославской психологии / под ред. В. В. Козлова. – Ярославль, 2000. – С. 145-218.
14. Практический интеллект / Р. Дж. Стенберг, Дж. Б. Форсайт, Дж. Хедланд [и др.]. – СПб.: Питер, 2002. – 272 с.
15. Фельдштейн, Д. И. Проблемы развития личности в современных условиях / Д. И. Фельдштейн // Мир психологии и психология в мире. – 1995. – № 3 (4). – С. 7-15.
16. Baltes, P. An all-age approach in developmental psychology: a study of the dynamics of ups and downs over the course of life / P. Baltes // Psychological journal. – 1994. – № 15 (1). – P. 16-28.
17. Bandura, A. Self-efficacy: Mechanism in human agency / A. Bandura // American Psychologist. – 1982. – № 37 (2), February. – P. 122-147.
18. Boudreau, J. W. Effects of personality on executive career success in the United States and Europe / J. W. Boudreau, W. R. Boswell, T. A. Judge // J. of Vocational Behavior. – 2001. – Vol. 58. – P. 53-81.

#### REFERENCES

1. Abul'khanova-Slavskaya, K. A. (1991). *Strategii zhizni* [Life strategies]. Moscow. 301 p.
2. Akopyan, L. S. (2015). Transvital'nost' kak smyslovoe obrazovanie lichnosti v pozdnem vozraste [Transvitality as a semantic formation of personality at a later age]. In *Povolzhskiy pedagogicheskiy vestnik*. No. 4 (9), pp. 11-15.
3. Asmolov, A. G., Shekhter, E. D., Chernorazov, A. M. (2017). Preadaptatsiya k neopredelennosti kak strategiya navigatsii razvivayushchikhsya sistem: marshruty evolyutsii [Pre-adaptation to uncertainty as a navigation strategy for developing systems: routes of evolution]. In *Voprosy psikhologii*. No. 4, pp. 3-26.
4. Derkach, A. A., Sayko, E. V. (2010). *Samorealizatsiya – osnovanie akmeologicheskogo razvitiya* [Self-realization is the basis of acmeological development]. Moscow, MPSI, Voronezh, MODEK, p. 207.
5. Zeer, E. F. (2009). *Psikhologiya professional'nogo razvitiya* [Psychology of professional development]. Moscow, Izdatel'skiy tsentr «Akademiya», pp. 16-21.
6. Zeer, E. F., Kormil'tseva, M. V., Symanyuk, E. E. (2015). *Samoopredelenie uchashcheysya molodezhi v sovremennykh konfliktuyushchikh real'nostyakh* [Self-determination of student youth in modern conflicting realities]. Moscow, Izdatel'stvo MPSU. 95 p.
7. Il'in, E. P. (2012). *Psikhologiya vzroslosti* [The psychology of adulthood]. Saint Petersburg, Piter. 544 p.
8. Klimov, E. A. (2001). *Konfliktuyushchie real'nosti v rabote s lyud'mi (psikhologicheskiy aspekt)* [Conflicting realities in working with people (psychological aspect)]. Moscow, MPSI, Voronezh, MODEK. 192 p.
9. Klochko, V. E., Galazhinskii, E. V. (1999). *Samorealizatsiya lichnosti: sistemnyy vzglyad* [Self-realization of personality: a systemic view]. Tomsk, Izd-vo Tomskogo un-ta. 154 p.
10. Markova, A. E. (1996). *Psikhologiya professionalizma* [Psychology of professionalism]. Moscow, Znanie. 308 p.

11. Nyutten, Zh. (2004). *Motivatsiya, deystvie i perspektiva budushchego* [Motivation, action and future perspective] / ed. by D. A. Leont'ev. Moscow, Smysl. 608 p.
12. Petrovskii, V. A. (2009). Sem' prostranstv sushchestvovaniya lichnosti: formal'nye modeli sostoyatel'nosti [Seven spaces of personality existence: formal models of consistency]. In *Mir psikhologii*. – No. 1, pp. 41.
13. Povarenkov, Yu. M. (2000). Psikhologicheskaya kontseptsiya professional'nogo stanovleniya lichnosti [Psychological concept of professional development of personality]. In Kozlov, V. V. (Ed.). *Zvezdy yaroslavskoy psikhologii*. Yaroslavl, pp. 145-218.
14. Stenberg, R. Dzh., Forsayt, Dzh. B., Khedland, Dzh., et al. (2002). *Prakticheskiy intellekt* [Practical intelligence]. Saint Petersburg, Piter. 272 p.
15. Fel'dshteyn, D. I. (1995). Problemy razvitiya lichnosti v sovremennykh usloviyakh [Problems of personality development in modern conditions]. In *Mir psikhologii i psikhologiya v mire*. No. 3 (4), pp. 7-15.
16. Baltes, P. (1994). An all-age approach in developmental psychology: a study of the dynamics of UPS and downs throughout life. In *Psychological journal*. No. 15 (1), pp. 16-28.
17. Bandura, A. (1982). Self-efficacy: mechanism in human agency. In *American psychologist*. No. 37 (2), February, pp. 122-147.
18. Boudreau, J. W., Boswell, W. R., Judge, T. A. (2001). Effects of personality on executive career success in the United States and Europe. In *J. of Professional Behavior*. Vol. 58, pp. 53-81.