

## Постакмеологические личностные ресурсы, как важный компонент развития людей пожилого возраста

О. Н. Карпинская

Одесский Национальный Университет имени И. И. Мечникова

Paper received 04.05.17; Accepted for publication 10.05.17.

**Аннотация.** В статье проанализирована какие личностные ресурсы становятся актуальными в пожилом возрасте. Рассмотрены точки зрения разных ученых относительно использования различных показателей в качестве ресурсов в разных возрастных периодах. Сравнены данные представителей пожилого, зрелого и юношеского возраста по всем обозначенным показателям. Определено, какие ресурсы являются важными компонентами развития личности, и как активность их использования различается в каждом возрастном периоде. Выявлено, что понятие «постакмеологические ресурсы» имеет право на существование.

**Ключевые слова:** *постакмеологические личностные ресурсы, зрелый возраст, юношеский возраст.*

**Постановка проблемы:** Актуальность исследования ресурсов личности в пожилом возрасте связана с тем, что в современном мире их стали воспринимать как тех, кто способен активно развиваться, независимо от физических, психологических и социальных ограничений. Многие ученые утверждают, что и в старости можно проживать активную жизнь и развиваться, но для этого необходимо правильно распределять собственные ресурсы. С их помощью пожилые люди могут достигать поставленных целей и строить планы на ближайшее будущее.

**Анализ последних исследований:** Проблема ресурсности в психологии является одной из самых актуальных, а само понятие – весьма расширено и не конкретизировано. Ресурсы – это разнообразные способности, знания, умения, навыки, возможности, которые чаще всего относятся к интрапсихической реальности [8]. Исследованием ресурсов как психологического феномена, занимались такие ученые, как Э. Фромм, А. Хаммер, М. Цайндер, К. Мудзыбаев, С. Л. Соловьева, В. А. Бодров, Л. И. Дементий, О. Ю. Перевозчикова, Ю. С. Прошутинский, О. С. Штепа, Л. В. Куликов, З. А. Киреева и др. Каждый автор имеет свои взгляды на понятие «ресурсы». Так, Ю. С. Прошутинский разделяет внешние и внутренние ресурсы. К внешним он относит деньги, время, уровень жизни, образование, социальную поддержку, к внутренним – личностные особенности и качества: позитивную самооценку, уверенность в себе, оптимизм, знания, опыт, навыки [11]. Л. И. Дементий опирается на классификацию личностных ресурсов А. Хаммера и М. Цайндера. Она включает пять сфер жизнедеятельности: познание и воображение, чувства, отношения с людьми, духовность и физическое бытие [8]. По мнению О. С. Штепы [16] психологические ресурсы являются эффектом синергии компетентности, личностного потенциала и человеческого капитала, которые проявляются, как способность личностно зрелой личности самостоятельно преодолевать жизненные трудности, и могут характеризоваться разным уровнем сформированности. По мнению З. А. Киреевой, важным ресурсом является постижение времени, которое проявляется в трех плоскостях: индивидуально-личностной, социокультурной и экзистенциальной. Они обобщают сопряженность времени с жизненным смыслом, субъективным дефицитом времени и потребностью к самореализации на жизненном пути [8].

В пожилом возрасте ресурсы, необходимые для преодоления стрессов и прочих трудностей, могут меняться, в отличие от юношеского и зрелого. Пожилой возраст – это период, когда адаптационные механизмы снижают свою активность, а развитие может приостанавливаться, если его не подкреплять. Именно ресурсы являются тем стимулом, который помогает человеку продолжать свое развитие. Актуальным в этой ситуации является использование термина «акмеологические личностные ресурсы». Акмеологические личностные ресурсы – это определенные средства, источники, возможности, которые стимулируют человека не останавливать собственное развитие.

**Цель статьи:** Целью нашей работы было определить, какие ресурсы для развития являются наиболее актуальными в пожилом возрасте и насколько они отличаются от ресурсов, которые используют в юношеском и зрелом возрасте.

**Изложение основного материала:** В психологии личностные ресурсы следует рассматривать, как систему. Они проявляются во взаимодействии человека с окружающей средой как непрерывный процесс развертывания человека, трансформации его ценностно-смысловой системы. Именно это составляет основу для самореализации и развития личности.

Достижение высшей точки развития, «акме», и личностной зрелости не зависит от возраста. В пожилом возрасте развитие может иметь такое же большое значение, но для этого необходимы определенные ресурсы. Черпать эти ресурсы можно с разных источников, в частности: мотивационно-ценностной, временной и личностной сфер. Гармоничная расстановка приоритетных ценностей и сформированная мотивация достижения нередко приводят к развитию в любом возрасте. Не менее важным является и время, учитывая его скоротечность. Оптимальная временная перспектива требует затраты ресурсов, однако это может иметь свои позитивные стороны, так как личность не регрессирует, а прогрессирует, т.е. развивается. Личностные характеристики, в частности личностная зрелость, очень тесно переплетается с понятием «акме». Мы полагаем, что в качестве ресурсов выступают и такие показатели, как религиозность, диспозиционный оптимизм, стрессостойкость, жизнестойкость, локус контроля. В пожилом возрасте не менее актуальными являются здоровье и социальная поддержка.

Для того чтобы узнать, действительно ли данные показатели выступают ресурсами именно в пожилом возрасте, мы провели ряд эмпирических исследований. Были использованы методики: «Личностная зрелость» Ю. З. Гильбуха, «Временная перспектива» Ф. Зимбардо, «Потребность в достижении» Ю. М. Орлова, «Стрессостойкость» С. Коухена и Г. Виллиасона, «Ценностные ориентации» М. Рокича, «Смысложизненные ориентации» Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой, «Локус контроля» Дж. Роттера, «Диспозиционный оптимизм» Т. А. Гордеевой, О. А. Сичевой и О. Н. Осина. Также была разработана анкета, состоящая из трех блоков. Первый блок направлен на определение социальной поддержки, второй – на определение религиозных взглядов, третий – на оценку собственного здоровья. В качестве испытуемых выступали люди пожилого возраста, которые являются студентами института третьего поколения. Всего было протестировано 96 респондентов. Мы также провели исследование на двух группах сравнения. Первая из них – студенты юношеского возраста. Всего 54 испытуемых. Вторая группа – представители зрелого возраста, в количестве 55 респондентов. За основу была взята возрастная периодизация А. В. Завьяловой и В. М. Смирновой [10]. Выбор именно таких групп сравнения связан с тем, что это противоположно разные возрастные группы, и каждая из них имеет свои определенные ресурсы для адаптации и развития. Мы видим необходимость произвести сравнение между пожилыми и зрелыми людьми, так как представители зрелой возрастной группы еще стремятся активно развиваться, но уже имеют сниженный ресурсный объем в сравнении с группой юношеского возраста. Именно поэтому они приближаются к тем условиям, в которых уже находятся представители пожилого возраста.

Тест «Ценностные ориентации» М. Рокича определил, что приоритетными ценностями для людей пожилого возраста являются здоровье, любовь и активная жизнь. Для респондентов зрелого возраста – это здоровье и счастливая семейная жизнь, а для испытуемых юношеского возраста – здоровье, любовь и хорошие друзья. Мы видим, что независимо от возраста, здоровье является большой ценностью для человека. В. В. Болтенко указывал, что в старости важной становится забота о собственном здоровье [4]. И. С. Кон связывал с этим разные формы активности и моральной удовлетворенности [9]. Согласно данным, которые мы получили после анкетирования на тему оценки собственного здоровья, следует отметить, что наши респонденты пожилого возраста оценивают его как позитивное на 64%. Для более молодого поколения здоровье – это привлекательность для противоположного пола, возможность создания семьи и т.д. [5]. Мы считаем, что здоровье – это один из самых важных ресурсов для развития в любом возрасте. Также мы наблюдаем совпадение в выборе такой ценности как «любовь» у представителей пожилого и юношеского возраста. Однако, для респондентов пожилого возраста любовь – это, в первую очередь, основа для самоуважения, уничтожения изолированности Я, которая подталкивает к творческому развитию, а значит – способствует обновлению идентичности, способно-

сти переживать хронологию своей жизни как единое целое [6]. Любовь в юношеском возрасте больше связана с окончанием полового развития, гормональными и психологическими изменениями, стремлением создать свою семью. В обоих случаях любовь может выступать ресурсом. В пожилом возрасте – как источник творческого развития и самоуважения, а в юношеском – как возможность начать самостоятельную жизнь в отношениях с партнером. Активная деятельная жизнь в пожилом возрасте проявляется в их стремлении быть включенными в социальные связи, передавать свой опыт, знания, чувствовать себя нужными, а значит, может выступать ресурсом. Но здесь важно здоровое окружение. Именно в пожилом возрасте люди часто общаются на темы собственных заболеваний или обсуждают тему того, что им уделяют недостаточно внимания [7]. Следует отметить, что наши респонденты посещают занятия в университете, а значит, их окружение кардинально отличается. В результате анкетирования, предназначенного для выявления направлений социальной поддержки, было определено, что наибольшую поддержку люди пожилого возраста получают от семьи, а наименьшую – со стороны друзей. Последние чаще и составляют нездоровое окружение, так как относятся к той же возрастной группе. Наши испытуемые окружили себя людьми со схожими интересами, так как все они обучаются, а значит, стремятся к развитию.

Тест «Потребность в достижении» М. Ю. Орлова показал, что у представителей юношеского и зрелого возраста плохой уровень потребности в достижении, а у респондентов пожилого – удовлетворительный. Мы считаем, что такой результат связан с тем, что пожилые люди более осознанно ощущают ценность того, чего они уже достигли. Молодежь воспринимает это как должное, так как у них есть больший объем ресурсов для достижения поставленных целей. Также существуют внешние причины снижения уровня потребности в достижении: нагрузки на работе или учебе, нехватка времени или отсутствие смены социального статуса. Поэтому мы считаем, что потребность в достижении – важный ресурс, который не в каждом возрастном периоде активно используется.

Методика «Личностная зрелость» Ю. З. Гильбуха продемонстрировала, что у испытуемых пожилого возраста на удовлетворительном уровне находится только мотивация достижения и чувство гражданской ответственности. У респондентов зрелого возраста удовлетворительными являются мотивация достижения, чувство гражданской ответственности, жизненная установка и личностная зрелость, у представителей юношеского – мотивация достижения и личностная зрелость. Во всех группах мы наблюдаем общий удовлетворительный показатель – мотивацию достижения. Е. Н. Равнодежина указывает, что мотивация занимает важное место в сущности человеческих ресурсов. При этом мы наблюдаем, что она активно используется в любом возрасте. Общим между показателями респондентов пожилого и зрелого возраста является удовлетворительный уровень чувства гражданской ответственности. К. В. Щанин связывает этот показатель с самоуважением и амбициозностью, что также, на наш взгляд, способствует развитию. Поэтому

му чувство гражданской ответственности выступает ресурсом. Стоит отметить, что личностная зрелость удовлетворительная только в юношеском и зрелом возрасте, а в пожилом – неудовлетворительная. Это подтверждает, что зрелость не зависит от возраста, учитывая, что самые высокие показатели у респондентов юношеского возраста.

Тест «Стрессоустойчивость» С. Коухена и Г. Виллиасона показал, что во всех трех группах стрессоустойчивость имеет неудовлетворительный уровень. Это может быть связано с тем, что в любом возрасте люди постоянно поддаются физическим, эмоциональным, социальным стрессам. Их большое количество разрушает стойкость. Неудовлетворительный уровень стрессоустойчивости дает нам основания утверждать, что наши испытуемые не используют его как ресурс.

Проведение теста «Смыслжизненные ориентации» Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой дало возможность сравнить средние показатели включенности, контроля и принятия риска у людей пожилого, зрелого и юношеского возраста. Именно в юношеском возрасте все три показателя самые высокие и находятся в пределах нормы. У представителей зрелого и пожилого возраста показатель «включенность» ниже нормы, хотя и несущественно. С. Л. Рубинштейн утверждал, что именно активный человек имеет высшую степень включенности в жизнь [12]. Следует отметить, что активная деятельная жизнь – это одна из приоритетных ценностных ориентаций наших испытуемых пожилого возраста. Значит, включенность может также выступать ценным ресурсом для них. Самые высокие средние показатели контроля и принятия риска мы наблюдаем у личностей юношеского возраста, а самые низкие – у респондентов пожилого. Тем не менее, все данные находятся в пределах нормы. Наши испытуемые пожилого возраста еще ощущают собственный потенциал и не готовы перекладывать ответственность за свою жизнь на других. Это дает основания предположить, что желание контролировать подталкивает к развитию, чтобы не быть беспомощными. Показатель «принятие риска» в их случае – это готовность узнавать что-то новое, развиваться и использовать новые знания, достигать поставленных целей. По этой причине готовность рисковать также может служить ресурсом. Общая картина жизнестойкости у наших респондентов выглядит оптимистично и практически не отличается от нормы во всех трех группах. В любом возрасте жизнестойкость способствует мобилизации психологических ресурсов, которые помогают справляться с жизненными трудностями, формировать психологическое будущее, которое позволяет выйти личности на новые мотивы и стимулы [2], а значит – развиваться. Мы считаем, что жизнестойкость является актуальным ресурсом в каждой возрастной группе.

Тест «Диспозиционный оптимизм» Т. А. Гордеевой, О. А. Сичевой и О. Н. Осина показал, что самый высокий уровень диспозиционного оптимизма у испытуемых юношеского возраста, а самый низкий – у респондентов пожилого. Личности пожилого возраста продемонстрировали результат ниже нормы, хотя и несущественно. Это может быть связано с осознанием того, что большая часть жизни прошла. Но наши ис-

пытываемые активно участвуют в социальной жизни и не думают о приближении смерти. Мы считаем, что старые люди имеют достаточный уровень диспозиционного оптимизма, независимо от того, что он ниже результатов групп сравнения, т.к. они все равно строят планы на будущее, стремятся узнать что-то новое, а значит, развиваются независимо от возраста и физических ограничений. По нашему мнению, диспозиционный оптимизм также является для них важным ресурсом.

С помощью методики «Лocus контроля» Дж. Роттера нами было установлено, что у представителей юношеского и пожилого возраста преобладает интернальный locus контроля, а у респондентов зрелого – экстернальный. Интерналы интересуются новой информацией, усваивают ее, инициативны относительно планирования своего свободного времени, жаждут узнавать что-то новое. Экстерналы, по мнению А. Д. Тимофеева, не так реагируют на стереотипы. Стереотипы для них не так опасны, так как они воспринимают их более критично, склонны меньше винить себя в неудачах, принимая во внимание внешние факторы [14]. Схожесть данных у испытуемых юношеского и пожилого возраста дают основание говорить, что независимо от возраста, личность стремится к развитию, познанию нового, полагаясь на себя. По этой причине мы считаем интернальный locus контроля необходимым ресурсом и особенно важным в пожилом возрасте.

Проведение анкетирования на тему отношения к религии показало, что внутренняя потребность в религии самая высокая у пожилых людей, как и тенденция искать религиозную поддержку. На наш взгляд, для большинства людей пожилого возраста такие результаты свойственны потому, что в этот период меняются ценностные ориентации, появляются определенные конфликты с обществом и с самими собой. Тогда, когда человек не находит понимания у окружающих, он пользуется поддержкой Бога, даже если она иллюзорная. Э. Фромм указывал среди ресурсов такую психологическую категорию, как душевная сила. Она помогает сопротивляться всему, что подвергает опасности собственную веру. Мы считаем, что религия – это воплощение этой душевной силы, а значит и ресурс. Эту точку зрения поддерживают Н. В. Волобуева и Т. А. Сережко. Они подчеркнули, что религия помогает преодолевать тревогу, которая существенно снижает развитие. Самые низкие показатели религиозности у представителей зрелого возраста. В этой возрастной группе преобладают экстерналы, а значит, можно предположить, что часто религию используют как объяснение определенных событий, чтоб не брать ответственность на себя. В зрелости человек способен актуализировать собственный потенциал и достигать продуктивности в значимых жизненных сферах. Но, когда они испытывают определенные трудности, значение приобретает именно вера в Бога [15]. Поэтому мы наблюдаем самые низкие показатели религиозности среди зрелых респондентов. У испытуемых юношеского возраста показатели выше. И. М. Богдановская связывает это с развитием рефлексии, познанием смысла жизни и становлением мировоззрения [3]. Религия формирует систему коор-

динат личности по отношению к миру и себе в любом возрасте. Это, в свою очередь, создает условия для оптимального развития [13].

Тест «Временные перспективы» Ф. Зимбардо показал, что в пожилом возрасте люди больше ориентированы на будущее, а в зрелом и юношеском – на позитивное прошлое. Важно, что в оптимальном профиле, предложенном Ф. Зимбардо, именно эти два показателя находятся на первых местах. Во всех трех группах на последнем месте расположены показатели «негативное прошлое» и «фаталистическое настоящее», что также совпадает с оптимальным профилем. Автор указывает, что эти два показателя не несут никакого позитивного характера. Ориентация на будущее говорит о том, что пожилые люди видят перспективу на дальнейшее развитие, самосовершенствование. Э. Фромм указывал, что существует такой важный ресурс как надежда. Именно он обеспечивает готовность людей к встрече с будущим. Исходя из наших данных исследований, мы можем предположить, что надежда у них присутствует, а значит – они видят перспективу развития. Очень важно осознать то, что настал период старения и адекватно это принять. Такая позиция поможет открыть для себя новые смыслы. Тогда психика человека пожилого возраста будет ориентирована на настоящее и будущее, а депрессивные проекции на прошлое будут отсутствовать. На наш взгляд, такое отношение к себе и окружающим строит для таких людей новую жизненную ценностную установку, способствует сохранению личности и согласованию прошлого, настоящего и будущего, значит, может выступать в качестве ресурса. В отношении преобладания ориентации на позитивное прошлое мы согласны с утверждением Л. И. Анцыферовой, что человек может использовать собственное прошлое для того, чтобы решить задачи будущего. При этом прошлое и будущее смыкаются, а личность формирует собственное настоящее как поле актуальных мотиваций и активных действий [1].

Анкетирование, направленное на выявление социальной поддержки показало, что для представителей пожилого возраста наиболее значима поддержка со стороны семьи, а для респондентов юношеского и зрелого возраста – со стороны значимых других людей. К такой группе можно отнести преподавателей, коллег и неблизких знакомых. Для людей пожилого возраста общение с семьей выполняет некую компенсирующую функцию. Независимо от того, что наши респонденты проявляют определенную самостоятельность, стремятся развиваться, именно поддержка семьи существенно на это влияет. Это же мы наблюдали в иерархии ценностей. Только 9% респондентов считают, что у них нет никакой поддержки со стороны близких, 76% утверждают, что получают максимальную поддержку. Мы считаем, что социальная поддержка со стороны семьи может стать существенным ресурсом, который подталкивает на развитие людей

пожилого возраста. Испытуемые юношеского и зрелого возраста поддержку со стороны семьи ставят на последнее место. На наш взгляд, такая тенденция связана с тем, что они активно строят собственную жизнь, поэтому вынуждены общаться с преподавателями, коллегами по работе и другими посторонними людьми, от которых зависит их дальнейшее развитие и самосовершенствование.

Анкета, направленная на оценку собственного здоровья продемонстрировала, что испытуемые всех трех возрастных категорий оценивают свое здоровье больше позитивно, чем негативно. Самые высокие показатели у респондентов юношеского возраста, а самые низкие – у испытуемых пожилого. При этом данные зрелых и пожилых людей мало отличаются. Именно в зрелости люди начинают испытывать определенные физические ограничения, но острее они часто проявляются уже в пожилом возрасте. Несмотря на это, представители пожилого возраста оценивают свое здоровье больше позитивно, чем негативно, что указывает на их желание и возможность быть активными, развиваться. Респонденты пожилого возраста не просто хотят не отставать от молодежи (посещают занятия), но и доказать, что у них есть потенциал для достижения целей. Одним из ресурсов этого потенциала и является здоровье.

Все вышеперечисленные ресурсы являются важными компонентами развития личности, но активность их использования различается в каждом возрастном периоде. Развитие не прекращается даже в пожилом возрасте, поэтому достижение высшей точки развития «акме», на наш взгляд, невозможно. Именно поэтому считаем целесообразным ввести новый термин – «постакмеологические ресурсы». Постакмеологические ресурсы – это определенный набор возможностей, способов, необходимых для эффективного развития и адаптации, которые были приобретены в прошлом или настоящем, с перспективой использования в будущем.

#### **Выводы:**

1. В разные возрастные периоды используются разные ресурсы для развития.
2. Достижение высшей точки развития «акме» невозможно из-за того, что даже в пожилом возрасте у человека еще есть ресурсы для достижения новых целей и развития.
3. Важными ресурсами для людей пожилого возраста выступают здоровье, ценностные ориентации, социальная поддержка, диспозиционный оптимизм, временные перспективы, потребность в достижении.
4. Понятие «постакмеологические ресурсы» имеет право на существование, так как демонстрирует, что даже в пожилом возрасте у личности существует определенный набор возможностей, способов, т.е. ресурсов, необходимых для эффективного развития и адаптации.

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Анцыферова Л. И. Новые стадии поздней жизни: время теплой осени или суровой зимы // Психол. журн. — Т. 15. — 1994. — № 3. — С. 99-105.
2. Анцыферова Л.И. Развитие личности и проблемы геронтологии. М.: Институт психологии РАН, 2004. 415 с.
3. Богдановская И.М. Смысловая организация современного религиозного опыта личности: автореф... дис.канд. психол. наук. СПб.: Российский гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена, 2002. С. 23.

4. Болтенко В.В Особенности межличностных отношений в старческом возрасте // Экспериментальные исследования в патопсихологии / Под ред. А. А. Портнова, М.: - 1976.
5. Васильева О. С. Экспериментальное исследование внутренней картины здоровья в юношеском возрасте / О. С. Васильева // Известия Южного федерального университета. Технические науки. - №14. - Том 69. - 2006. - С. 316 - 324.
6. Зарецкая В. А. Невротическая потребность в любви у женщин пожилого возраста / Известия Самарского научного центра РАН. - 2010. - Т.12 №3(3). - С. 719-725.
7. Калугер Дж., Калугер Мериам. Жизнь в позднем возрасте. - ж. Развитие личности, № 1, 2001 - с. 120.
8. Кіреєва З. О. Осягнення часу як ресурсу / З. О. Кіреєва // Соціальна психологія. - №4 (54). - 2012. - С. 3-9.
9. Кон И.С. Постоянство личности: миф или реальность? / В кн.: Хрестоматия по психологии/ Сост. В.В. Мироненко; Под ред. А.В. Петровского.- М., 1987.
10. Нормальная физиология: Учебник / Под ред. А.В.Завьялова, В.М.Смирнова. - М. : МЕДпресс-информ, 2009. - 816 с.
11. Прошутинский Ю.С. Ресурсное направление психологической помощи [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.ppip.idnk.ru/index.php/4-2011/246-2011-12-12-10-00-44.html>
12. Рубинштейн С.Л. Человек и мир. Москва.: Наука, 1997.
13. Семенова М. Н. Психологическое благополучие и религиозная ориентация личности в период взрослости / №3. - 2014 С. 104
14. Тимофеев А. Д. Субъективное восприятие времени под влиянием стереотипа «старость» / ВЕСТНИК РГГУ. - №18 (119). - 2013. - С. 158-163.
15. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности // Психологическая диагностика. 2005. № 3. С. 102.
16. Штепа О.С. Структура та актуалізація психологічних ресурсів особистості // Збірник наукових праць інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПНУ. Т. XII. Ч.3. С.428 - 434.

#### REFERENCES

1. Antsyiferova L. I. Novyye stadii pozdney zhizni: vremya teploy oseni ili surovoy zimy // Psihol. zhurn. — Т. 15. — 1994. — # 3. — S. 99-105.
2. Antsyiferova L.I. Razvitie lichnosti i problemy gerontologii. M.: Institut psihologii RAN, 2004. 415 s.
3. Bogdanovskaya I.M. Smyislovaya organizatsiya sovremenogo religioznogo opyita lichnosti: avtoref... dis.kand. psihol. nauk. SPb.: Rossiyskiy gos. ped. un-t im. A.I. Gertsena, 2002. S. 23.
4. Boltenko V.V Osobennosti mezhlichnostnykh otnosheniy v starcheskom vozraste // Eksperimentalnyye issledovaniya v patopsihologii / Pod red. A. A. Portnova, M.: - 1976.
5. Vasileva O. S. Eksperimentalnoe issledovanie vnutrenney kartiny zdorovya v yunosheskom vozraste / O. S. Vasileva // Izvestiya Yuzhnogo federalnogo universiteta. Tehnicheskie nauki. - #14. - Tom 69. - 2006. - S. 316 - 324.
6. Zaretskaya V. A. Nevroticheskaya potrebnost v lyubvi u zhenschin pozhilogo vozrasta / Izvestiya Samarskogo nauchnogo tsentra RAN. - 2010. - Т.12 #3(3). - S. 719-725.
7. Kaluger Dzh., Kaluger Meriam. Zhizn v pozdnem vozraste. - zh. Razvitie lichnosti, # 1, 2001 - s. 120.
8. KіreEva Z. O. Osyagnennya chasu yak resursu / Z. O. KіreEva // Sotsialna psihologiya. - #4 (54). - 2012. - S. 3-9.
9. Kon I.S. Postoyanstvo lichnosti: mif ili realnost? / V kn.: Hrestomatya po psihologii/ Sost. V.V. Mironenko; Pod red. A.V. Petrovskogo.- M., 1987.
10. Normalnaya fiziologiya: Uchebnik / Pod red. A.V.Zavyalova, V.M.Smirnova. - M. : MEDpress-inform, 2009. - 816 s.
11. Proshutinskiy Yu.S. Resursnoe napravlenie psihologicheskoy pomoschi [Elektronnyiy resurs]. - Rezhim dostupa: <http://www.ppip.idnk.ru/index.php/4-2011/246-2011-12-12-10-00-44.html>
12. Rubinshteyn S.L. Chelovek i mir. Moskva.: Nauka, 1997.
13. Semenova M. N. Psihologicheskoe blagopoluchie i religioznaya orientatsiya lichnosti v period vzroslosti / #3. - 2014 S. 104
14. Timofeev A. D. Sub'ektivnoe vospriyatие vremeni pod vliyaniem stereotipa «starost» / VESTNIK RGGU. - #18 (119). - 2013. - S. 158-163.
15. Shevelenkova T.D., Fesenko P.P. Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti // Psihologicheskaya diagnostika. 2005. # 3. S. 102.
16. Shtepa O.S. Struktura ta aktualizatsiya psihologichnih resursiv osobistosti // Zbirnik naukovih prats Institutu psihologiyi Im. G.S.Kostyuka NAPNU. Т. XII. Ч.3. S.428 - 434.

#### Postacmeological personal resources, as an important component of development of people in an elderly age

**O. N. Karpinskaya**

In the article, there is analysis what personal resources become actual in elderly. There are consider the point of view of different scientists on the problems of using of different indicators as resources in different age periods. There are compared the data of representatives of elderly, adulthood and adolescence in all the designated indicators. It is determined which resources are important components of personal development, and how the activity of their use differs in each age period. It is revealed that the concept of "post-acmeological resources" has the right to exist.

**Keywords:** *post acmeological personal resources, mature age, youthful age.*