

**Социальное самочувствие пенсионеров в современных российских условиях:  
региональный аспект**

**Научный руководитель – Кузеванова Ангелина Леонидовна**

**Ситникова Наталья Андреевна**

*Студент (бакалавр)*

Волгоградский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной  
службы, Волгоград, Россия

*E-mail: n.a.sitnikova@yandex.ru*

Новый этап жизни пожилого человека связан с адаптацией к новым социальным ролям, в частности, к роли пенсионера. Официальный выход на пенсию изменяет положение человека в обществе, его социальный статус, уровень доходов, образ жизни и состояние здоровья. Важным фактором, определяющим поведение пенсионеров, является их социальное самочувствие. Социальное самочувствие определяет удовлетворенность человека различными аспектами своей жизни и жизни в целом, его внутреннее состояние (здоровье, настроение, испытываемые трудности в современных условиях, чувства тревоги или оптимизма) [1, с. 144-146]. Пожилые люди в современной России – наиболее растущий слой населения. Именно поэтому этой теме посвящено множество диссертаций, статей, а также различного рода исследований. Социальное самочувствие пожилых людей после ухода на пенсию изучался нами с помощью метода глубинного интервью в июле 2016 года. Всего было опрошено 20 пенсионеров, проживающих в р.п. Чернышковский Волгоградской области, в возрасте от 55 до 80 лет. Проанализировав полученную информацию, можно представить следующие результаты. В ходе исследования было установлено, что для части респондентов жизнь после ухода на пенсию осталась прежней, для другой - выход на пенсию повлек ухудшения уровня жизни. «В последнее время я чувствую упадок сил. Всю свою жизнь я занималась любимым делом, я была учителем начальных классов. Это придавало мне много сил. К сожалению, по состоянию здоровья я больше не могу преподавать. Но могу сказать, что дети - это цветы жизни! Отдавая им своё тепло и знания, получаешь невероятную отдачу» (женщина, 59 лет). Но нашлись и те, кто связывает этот период с улучшением жизни. «После выхода на пенсию у меня появилось большое количество времени, которым я могу распоряжаться как захочу. Могу целый день уделять саду и огороду, могу уехать к детям и внукам в другой город. Скоро планирую поехать к морю» (женщина, 67 лет). На вопрос о взаимоотношениях с близкими людьми оказалось, что у половины респондентов дети и внуки живут в другом городе, но благодаря современным технологиям, поддерживают ежедневное общение. «На праздниках и в выходные дни дети приезжают ко мне в гости, внуков чаще всего на лето отправляют ко мне. На день рождения они мне подарили мобильный телефон, поэтому созваниваемся с ними каждый день» (мужчина, 69 лет) Но более жизнерадостными оказались те, чьи дети и внуки живут по соседству. Они очень часто видят своих внуков, есть возможность следить за тем, как они растут и делают успехи в школе и кружках. Помощь детям много значит для пожилого человека. Видимо, через неё реализуется потребность в том, чтобы чувствовать себя нужным и полезным своим детям: пожилой человек стремится оказывать им поддержку, «пока ноги держат». Причём спектр видов помощи детям у пенсионеров довольно высок: начиная от поддержки деньгами и заканчивая помощью по хозяйству. Пенсионеры, получающие помощь от детей, чувствуют себя намного лучше с точки зрения здоровья и материальной обеспеченности. «Мои дети и внуки живут рядом со мной, так что мы часто созваниваемся и видимся. Помогают всегда, так как уже мой возраст берет своё и

многие вещи я уже не могу делать, например, пахать огород», - поделился с нами один из опрошенных. Пенсионеры, проживающие в р.п. Чернышковский, считают, что необходимо сосредоточить внимание властей на таких проблемах, как: ЖКХ, медицинское обслуживание, оплата электроэнергии. Все три перечисленные наиболее актуальные проблемы, по мнению пенсионеров, также актуальны для всех возрастных категорий. «Несколько лет назад моей пенсии хватало, но оплата за ЖКХ растёт, цены в магазинах увеличиваются с каждым годом, через некоторое время я уже не смогу себе позволить купить даже необходимые продукты. В медицинских учреждениях всегда проблемы с плохим оборудованием и нехваткой специалистов были и будут», - поделилась 67-летняя респондентка. Среди проблем, характерных для системы медицинского обслуживания, пенсионеры называют следующие: большие очереди, нехватка узких специалистов, отсутствие современного медицинского оборудования, невнимательное отношение к пациентам, сложности в получении рецептов на бесплатные лекарства. Нередки случаи, когда прекращение трудовой деятельности влечет за собой отрицательные последствия, выраженные на эмоциональном фоне и жизненном тоне пожилых людей. И это естественно, поскольку труд – это основная деятельность на протяжении многих лет, залог благосостояния и уверенности в своих силах. Образ жизни пенсионеров во многом определяется тем, как они проводят свободное время. Выйдя на пенсию, пожилые люди начинают уделять много времени просмотру телевизора, ведению домашнего хозяйства, а также воспитанию внуков и улучшению своего здоровья. Немногие из опрошенных ходят на какие-либо демонстрации, праздники или митинги. «Ходить на праздники, где много людей, я не очень люблю. Я лучше съезжу на утреннюю рыбалку или займусь огородом. Это мне больше по душе» (мужчина, 65 лет). Выход на пенсию – сложное, многоплановое социальное событие и социальный процесс. Он складывается из этапа подготовки к оставлению работы, этапа принятия непосредственного решения о прекращении трудовой деятельности и этапа адаптации к новым социальным ролям, образу жизни. В целом, пенсионеры говорят о тревожности, которая преобладает сегодня среди людей пожилого возраста, лишь незначительная часть из них находится в состоянии спокойствия. Заключительным был вопрос о том, хотели бы пенсионеры снова вернуться на работу. Только треть из опрошенных ответили, что с удовольствием вернулись бы на прежнюю работу, связывая это с новым приливом жизненной энергии и сил. Полученные данные о структуре занятий пенсионеров подтверждают, что выход на пенсию связан с сужением сферы социальных контактов и с концентрацией основной активности в семейном кругу. Большинство опрошенных стали чаще заниматься домашним хозяйством, смотреть телевизор, просто отдыхать, воспитывать внуков. Данные, полученные в ходе социологического исследования, позволяют говорить о том, что выход на пенсию, в большинстве случаев, означает для человека существенные перемены в жизни. Это связывается как с ограничением материальных возможностей, так и с сокращением социальных контактов, исключением человека из культурной жизни.

### Источники и литература

- 1) 1. Яцемирская Р.С., Беленькая И.Г. Социальная геронтология: учеб. пособие для вузов. - М., 1999. - 144-146 с.