

**ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
БЛАГОПОЛУЧИЯ У РАБОТАЮЩИХ И НЕРАБОТАЮЩИХ ЛИЦ
ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА**

КОЗЫРСКАЯ Ирина Николаевна

кандидат педагогических наук, доцент

доцент кафедры специальной и клинической психологии

НЕУСТРОЕВА Анастасия Александровна

магистрант

ФГБОУ ВО «Челябинский государственный университет»

г. Челябинск, Россия

В статье представлен результат эмпирического исследования психологического благополучия у работающих и неработающих лиц пожилого возраста Челябинского региона. Полученные данные свидетельствуют о существовании статистически достоверных различий между работающими и неработающими людьми пожилого возраста по следующим факторам: психологическое благополучие, автономия, цели в жизни и удовлетворенность жизнью. Результаты могут использоваться при индивидуальном консультировании лиц пожилого возраста, разработке программ социально-психологической поддержки и клинико-психологической помощи, учитывающих особенности этого возраста, для приспособления к новым условиям и улучшения психологического состояния человека в пожилом возрасте.

Ключевые слова: неработающий человек пожилого возраста, пожилой возраст, психологическое благополучие, работающий человек пожилого возраста.

Во всех странах мира наблюдается тенденция увеличения продолжительности жизни населения, возрастает не только общее количество людей пожилого возраста, но и пропорция, которую они занимают в общей популяции. Этот

демографический сдвиг имеет последствия для экономики, социальной политики и здравоохранения, что делает изучение факторов, влияющих на психологическое благополучие в пожилом возрасте, насущной проблемой, как для отдельной личности, так и для общества в целом. Одним из значимых факторов, влияющих на психологическое состояние пожилых людей, является их трудовая занятость, либо ее отсутствие. Работа может играть важную роль в жизни пожилых людей, обеспечивая финансовую поддержку, социальную активность, самоутверждение и чувство собственной значимости.

Психологическое благополучие представляет собой социально-психологическое понятие, отражающее позитивное функционирование индивида, которое проявляется, как индивидуальное ощущение удовлетворенности существованием, полнотой развития потенциала, сопряженное с основными принципами и запросами человека, а изучение особенностей психологического благополучия пожилых людей в зависимости от их трудового статуса является актуальной задачей для получения более точной картины и общей оценки положения этой возрастной группы в обществе.

Эмпирическое исследование с целью изучения особенностей психологического благополучия у работающих и неработающих лиц пожилого возраста проводилось на базе Копейской городской библиотеки №2. В исследовании приняли участие 30 человек в возрасте от 60 до 75 лет, из них достигших пенсионного возраста и неработающих - 14, достигших пенсионного возраста и продолжающих трудовую деятельность - 16. В качестве диагностического инструмента в работе использованы опросник Кэрл Рифф «Шкала психологического благополучия» и «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера.

Результаты исследования по методике «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера показали, что средние значения удовлетворенности жизнью между группами неработающих и работающих лиц пожилого возраста отличаются, у неработающих они составили 11,39, а у работающих 19,09, при сравнении показателей между собой использовался непараметрический критерий *U*-Манна-

Уитни и его показатель составил 54,5 (при уровне значимости 0,015). Полученные данные подтверждают существование статистически достоверных различий между уровнем удовлетворенности жизнью у работающих и неработающих людей пожилого возраста: работающие имеют более высокий уровень удовлетворенности жизнью по сравнению с неработающими, что свидетельствует о важности социальной активности и занятости для поддержания высокого уровня удовлетворенности жизнью у данной категории населения, деятельность представляет собой не только источник финансового обеспечения, но и фактор социальной интеграции, признания и самоутверждения в обществе, а наличие деятельностной активности может способствовать формированию целей, созданию структуры и ритма жизни, что в свою очередь благоприятно сказывается на эмоциональном и психологическом состоянии. В контексте неработающих людей пожилого возраста необходимо обратить внимание на факторы социальной изоляции, потери структуры в повседневной жизни, а также возможное снижение самооценки из-за утраты профессионального статуса.

Результаты диагностики психологического благополучия при помощи опросника Кэрол Рифф «Шкала психологического благополучия» представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты диагностики психологического благополучия

Показатели	Неработающие	Работающие	Критерий <i>U</i> -эмп	Уровень значимости, <i>p</i>
Психологическое благополучие	11,89	18,66	61,5	0,034
Позитивные отношения	15,39	15,59	110,5	0,951
Автономия	11,93	18,63	62,0	0,038
Управление средой	12,32	18,28	67,5	0,064
Личностный рост	13,61	17,16	85,5	0,275
Цели в жизни	11,89	18,66	61,5	0,034
Самопринятие	13,04	17,66	77,5	0,154

Полученные значения критерия подтверждают существование статистически достоверных различий между работающими и неработающими людьми пожилого возраста по шкалам «Психологическое благополучие», «Автономия», «Цели в жизни», а также на отсутствие статистически достоверных различий по шкалам «Позитивные отношения», «Управление средой», «Личностный рост» и «Самопринятие».

Анализируя полученные статистические данные, можно заключить, что работающие люди пожилого возраста проявляют более высокий уровень психологического благополучия, имеют повышенную степень ощущения контроля над своей жизнью и возможностью принятия решений, а также значительную ориентацию на достижение важных жизненных целей. Одновременно с тем рабочий статус существенно не влияет на уровень положительного взаимодействия и социальной интеграции, на обладание властью и компетенцией в управлении окружением, на стремление к саморазвитию и самосовершенствованию, а также, на уровень самостоятельности и уверенности в себе.

Отсутствию статистически достоверных различий по шкале «Позитивные отношения» между работающими и неработающими людьми пожилого возраста дают основание предположить, что влияние трудовой занятости на уровень позитивных отношений пожилых людей может быть незначительным, не имеющим решающего значения в установлении близких и доверительных отношений с окружающими, проявлению теплоты, заботы и открытости по отношению к другим людям и умению идти на компромисс в межличностных отношениях.

Полученные данные о том, что работающие люди пожилого возраста демонстрируют более высокий уровень «Автономии» по сравнению с неработающими, может свидетельствовать о том, что занятость несет положительное влияние на способность людей данной возрастной группы быть самостоятельными, принимать решения и управлять своей жизнью, а активное участие в профессиональной деятельности способствует поддержанию чувства контроля над собственной жизнью. В свою очередь, низкий уровень автономии у неработающих людей

пожилого возраста может отражать их ограниченные возможности для самостоятельности, зависимость от других людей или ограничение доступа к ресурсам, что может негативно сказываться на их психологическом состоянии и качестве жизни.

Отсутствие значимых различий по шкале «Управление окружением» может свидетельствовать о том, что занятость в пожилом возрасте не оказывает значительного влияния на способность управлять окружением: пожилые люди включаются в активную деятельность за пределами работы или могут использовать другие стратегии управления окружением, не требующие физического или психологического напряжения, связанного с работой.

Отсутствие статистически достоверных различий по шкале «Личностный рост» может указывать на то, что в пожилом возрасте люди уже сформировали представление о себе и векторе своего развития, и работа не имеет большого значения для их личностного роста. Также, другие факторы, такие как социальная поддержка, уровень образования и доступность возможностей для саморазвития, могут играть более важную роль в определении уровня личностного роста в этой возрастной группе.

По шкале «Цели в жизни» полученные различия о том, что работающие люди пожилого возраста имеют более высокий уровень по сравнению с неработающими: занятость может играть значительную роль в формировании целей в жизни у пожилых людей. Работающие люди пожилого возраста имеют перспективы и убеждения, которые определяют смысл и цель их жизни. Они склонны видеть смысл в своей прошлой и настоящей жизни, стремятся к достижению целей на всю жизнь и имеют четкое понимание целей и намерений. Отсутствие занятости и активной жизненной деятельности влияет на целенаправленность данной возрастной группы. Они могут чувствовать, что их жизнь лишена смысла и целей, не иметь ясных намерений и перспектив на будущее, а также не находить цели в своей прошлой жизни. Это может приводить к ощущению утраты, неполноценности и низкой мотивации.

Полученные данные свидетельствуют об отсутствии статистически достоверных различий по шкале «Самопринятие» свидетельствует о том, что занятость не является определяющим фактором для самопринятия в данной возрастной группе, а уровень самопринятия у людей пожилого возраста остается относительно стабильным, независимо от того, работают они или нет, ведь в данной жизненной стадии люди могут иметь уже сложившуюся стабильную самооценку и принятие себя, вне зависимости от текущей занятости или особенностей жизненной ситуации. Обе участники показывают средний балл по шкале «Самопринятие», что может указывать на то, что в целом они нейтрально или достаточно позитивно относятся к себе и своей личности.

Полученные статистически достоверные различия по шкале «Психологическое благополучие»: работающие люди пожилого возраста имеют более высокий индекс общего психологического благополучия по сравнению с неработающими. Можно предположить, что работающие люди пожилого возраста активно участвуют в жизни, ощущают себя полезными, самостоятельными и имеют четкую цель. Они могут более успешно реализовывать свои потребности в автономии, личностном росте и самопринятии, что влияет на их общее психологическое благополучие.

С другой стороны, неработающие люди пожилого возраста могут столкнуться с большей социальной и экономической изоляцией, меньшей степенью самооценки и самоопределения, а также менее активной жизненной позицией. Возможно отсутствие регулярной занятости и контактов может отрицательно сказываться на их психологическом благополучии в целом.

Таким образом, полученные значения критерия подтверждают существование статистически достоверных различий в особенностях психологического благополучия между работающими и неработающими людьми пожилого возраста. Результаты исследования могут способствовать разработке более тонких и персонализированных программ социальной поддержки и психологического сопровождения для людей пожилого возраста в зависимости от их статуса занятости.

Также полученные в ходе исследования данные могут быть использованы для дальнейшего практического изучения проблемы психологического благополучия на поздних этапах онтогенеза.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ахрямкина Т.А. Психологические особенности третьего возраста. - Самара: СФ ГАОУ ВО МГПУ, 2019. - 196 с.
2. Боженкова К.А. Психологические особенности людей пожилого возраста // Приволжский научный вестник. - 2016. - № 3 (55). - С. 130-132.
3. Козырская И.Н., Самохвалова П.И., Анализ исследований феномена удовлетворенности жизнью // Психология человека и общества. - 2023. - № 7. - С. 13-20.
4. Макушкина, О.М., Митина Г.В., Азнабаев О.Ф., Шаяхметова Э.Ш. Субъективное благополучие лиц пожилого возраста // Проблемы современного педагогического образования. - 2019. - № 62-4. - С. 273-276.
5. Нерушай А.И. Психологическое благополучие людей пожилого возраста // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». - 2021. - № 1. - С. 128–141.

AN EMPIRICAL STUDY OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN WORKING AND NON-WORKING ELDERLY PEOPLE

KOZYRSKAYA Irina Nikolaevna

Candidate of Pedagogic Sciences, Associate Professor

department of Special and Clinical Psychology

NEUSTROEVA Anasnasia Aleksandrovna

Undergraduate

Chelyabinsk State University

Chelyabinsk, Russia

The article presents the result of an empirical study of psychological well-being among working and non-working elderly people in the Chelyabinsk region. The data obtained indicate the existence of statistically significant differences between working and non-working older people in the following factors: psychological well-being, autonomy, goals in life and life satisfaction. The results can be used in individual counseling of elderly people, development of programs of socio-psychological support and clinical-psychological assistance that consider the characteristics of this age, to adapt to new conditions and improve the psychological state of a person in elderly.

Keywords: elderly, psychological well-being, unemployed elderly person, working elderly person.