

УДК 316.3

DOI: 10.31040/2222-8349-2022-0-3-115-120

**КЛЮЧЕВЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ
В СОВРЕМЕННЫХ РОССИЙСКИХ УСЛОВИЯХ**

© Р.М. Садыков, Н.Л. Большакова

Рассматриваются основные проблемы пожилых людей в условиях современной российской действительности. Актуальность заявленной темы научного исследования обусловлена возрастанием доли пожилых людей в обществе. Успехи здравоохранения, повышение уровня и качества жизни, увеличение продолжительности жизни, снижение рождаемости привело к тому, что в структуре общества значительно возросла доля лиц пожилого возраста. С помощью сравнительных, социологических и статистических методов были проанализированы современное положение пожилых людей в социуме, основные их проблемы, уровень жизни и благосостояние. Определено, что граждане пожилого возраста как специфическая социально-демографическая группа характеризуются своими психологическими особенностями, наличием определенных проблем, различным уровнем здоровья, образования и самыми разнообразными интересами. Выделяются основные проблемы, как правило, присущие данной категории населения: ухудшение состояния здоровья, психического и эмоционального состояния, одиночество, низкий уровень жизни и благосостояния. Уровень и качество жизни старшего поколения также является важным в формировании их физического самочувствия и психического состояния. По результатам исследования Natixis Российская Федерация занимает 38 место из 44, что является одним из последних в рейтинге благополучия пожилых людей. Поэтому одной из самых главных проблем в жизни российских пенсионеров является низкий уровень материального обеспечения. У большинства людей старшего возраста основным источником дохода является пенсия. Размер государственных пенсий недостаточен для того, чтобы оплачивать растущие расходы на лекарства, питание, жилищно-коммунальные услуги. Хорошее состояние здоровья является приоритетом в жизни человека, но в пожилом возрасте здоровье значительно ухудшается, что приводит к возникновению медико-социальных проблем. По статистике у каждого возрастного человека в результате обследования обнаруживается от 3 до 8 хронических заболеваний, а также наличие таких расстройств организма, которые приводят к инвалидности. Сердечно-сосудистые заболевания, болезнь дыхательной системы, проблемы со зрением, амнезия, диабет – наиболее частые недуги у лиц старшего поколения.

Ключевые слова: граждане пожилого возраста, пенсионер, старость, проблемы лиц третьего возраста, уровень жизни пожилых людей, пенсионное обеспечение.

В последней четверти XX в. к определению понятия «пожилой возраст» повсеместно повысился интерес. Увеличение продолжительности жизни, снижение рождаемости, развитие здравоохранения привели к тому, что в структуре общества значительно увеличилась доля пожилых людей. По данным ООН, в 2050 г. ожидается, что людей старше 60 лет будет насчитываться более 22% от всего мирового населения, а абсолютное количество людей старше 60 лет превысит 2 млрд [1]. Что касается Российской Федерации, то количество лиц старшего возраста увеличивается, на сегодняшний день составляет примерно треть населения страны и насчитывается более 46 млн пенсионеров [2].

Граждане пожилого возраста – это часть населения, имеющая большой трудовой, жизненный опыт и знания, представляющие определенную ценность для общества и его успешного развития. Граждане пожилого возраста – специфическая социально-демографическая группа от 60 лет и старше, к которой относятся люди с различным уровнем здоровья, образования, квалификацией, из разных социальных слоев и самыми разнообразными интересами; характеризуются своими психологическими особенностями и наличием определенных проблем. Выделяются основные проблемы, как правило, присущие людям пожилого возраста: ухудшение состояния здоровья, недостаточная материальная обеспеченность, проблема одиночества и др.

САДЫКОВ Рамиль Мидхатович – к.социол.н., Институт социально-экономических исследований УФИЦ РАН, e-mail: sadikovrm@mail.ru

БОЛЬШАКОВА Наталья Леонидовна, Башкирский государственный университет, e-mail: bolshakovanl@mail.ru

Благодаря развитию медицины, косметологии, диетологии, информационным и культурным изменениям люди стали выглядеть моложе, здоровее и жить дольше. И если некоторое время назад 60-летние были «пожилыми людьми, которые собираются уходить на пенсию», то сейчас 60-летние люди достаточно заинтересованы в жизни и позитивны, и не характеризуются «набором старика» (слабость, зависимость, депрессия, апатия и др.). Установление точных возрастных границ наступления старости является проблематичным, так как не всегда происходит соответствие между биологическим возрастом и социально-психологическим положением человека.

Выделяют несколько видов старости:

1. Физиологическая – старость, которая обусловлена процессом разрушения организма, развитием заболеваний.

2. Хронологическая – определяется возрастом, старым человек считается с наступлением 75 лет.

3. Социальная – связана с постепенной утратой социальных связей, качеств и потерей активного участия в социальной жизни общества.

4. Психологическая – личностные изменения стареющего, его самоощущение и то, как человек себя позиционирует (некоторые позиционируют себя как немощного и старого в ряду своих ровесников, а некоторые активным и бодрым).

Все перечисленные выше виды старости взаимосвязаны между собой. Традиционно человек считается пожилым с момента выхода на пенсию. По определению Пенсионного Фонда России пенсионерами считаются граждане, получающие страховые пенсии по старости или те, которые получают пенсионные выплаты из бюджета Минобороны и МВД. Однако начатая в 2019 г. пенсионная реформа внесет коррективы в будущем и число пенсионеров постепенно станет уменьшаться за счет увеличения возраста выхода на пенсию.

Повышение пенсионного возраста будет длиться до 2034 г. и, согласно изменениям, женщины будут уходить на пенсию в 60 лет, а мужчины в 65. Принимая во внимание возрастные характеристики, из определения «пожилых», мы получаем следующую информацию: как правило, эти люди либо готовятся к выходу на пенсию, либо уже на пенсии. Различия после выхода на пенсию значительно изменили способ активности в течение дня, нет необходимо-

сти вставать рано и идти на работу. «Отлучение» от рабочей команды заставило людей проводить большую часть своего времени дома и чаще всего в одиночестве. Эти факторы оказывают сильное стрессовое воздействие на нервную систему и психику, что в свою очередь откладывает определенный отпечаток. Человек, наконец-то вышедший на пенсию, больше не нуждается в прежнем рабочем обществе (например, рабочий коллектив) и, соответственно, становится не нужным на своей работе, а дети заняты своей жизнью и делами – все это негативно влияет на эмоциональное состояние старого человека, появляется ощущение собственной никчемности и ненужности.

Люди старшего возраста все чаще сталкиваются с проблемой одиночества, которая связана с рядом причин, а именно – с ухудшением психического и эмоционального состояния пожилого, с ухудшением здоровья, потерей друзей и близких. Часто пожилые остаются без пары, в связи со смертью одного из супругов. Мужчины и женщины на потерю супруга реагируют по-разному. У пожилой женщины гораздо меньше шансов повторно обрести пару, так как количество женщин после 60 превышает количество мужчин, однако они более приспособлены к ведению быта. Мужчины после смерти жены быстрее адаптируются к новым условиям, чаще находят новую спутницу жизни. У них не так велик страх одиночества, но без пары им приходится гораздо труднее [3].

Определение «пожилой возраст» содержит не только биологические характеристики, но и социально-психологические. По данным ВОЗ, более 20% россиян в возрасте от 60 лет имеют психологические заболевания [4]. Поэтому стоит обратить внимание на состояние здоровья пожилого и на возникновение возрастных психических нарушений. Под этим воздействием у старого человека пропадает интерес к окружающему миру, некоторым вещам, наблюдается изменение личности. Человек становится более раздражительным, рассеянным, ворчливым. Происходит снижение материального достатка, приходится планировать свои расходы, экономить «каждую копейку», ведь впереди – преклонный возраст, а также болезнь и немощь.

В докладе Всемирной организации здравоохранения за 2017 г. «Старение и здоровье» говорится, что эта тенденция требует, чтобы мировое сообщество «внесло фундаментальные

изменения – не только в то, что мы делаем, но и в то, как мы понимаем старение». В данном докладе говорится о том, что в настоящее время стереотипные суждения о пожилых не являются актуальными, так как в мире все больше современных представителей старшего поколения сохраняют способность трудиться, позитивное мышление. Наблюдается стирание возрастных границ. «Типичных стариков» не существует, процесс течения старости у каждого проходит индивидуально. Люди в возрасте все больше интересуются развитием внутреннего потенциала и течением здоровой старости. Однако такой тип мышления характерен не для всех и зависит от уровня экономического состояния страны. В России такие изменения среди пожилых происходят достаточно медленно, это обусловлено низким уровнем дохода людей, получающих пенсию.

Таким образом, выделяется три основных этапа: поздняя зрелость, старость и глубокая старость. Старость мы рассматриваем как естественный этап в жизни каждого человека, в процессе которой заканчиваются важные задачи в жизни индивида, происходит принятие собственного «я» и принятие прожитого опыта.

Высшей точкой развития человека, его личности и потенциала является поздняя зрелость. На этом этапе индивид максимально свободен в управлении своим накопленным потенциалом и жизненным опытом. Поздняя зрелость представляет собой последний этап развития человека, этап подготовки к последующей жизни в старости, где решается, какими будут последние годы его жизни. Человек задается вопросами о своем дальнейшем бу-

дущем, о том, какая будет старость. Свободная и счастливая без физических ограничений? Или же жизнь в старости – это сожаление о допущенных ошибках в прошлом, осознание того, что нет возможности ничего исправить? Все зависит от того, как человек справится и реализует себя в процессе зрелости, именно от этого будет зависеть старость [5].

Старость ассоциируется с периодом утрат, потерь и расставания с привычным образом жизни. Однако это также и этап свободы, прощание с лишним и ненужным. Формирование нового пространства и привычек, черед завершающих изменений и уединения с самим собой. Хотя это сложная, но конструктивная работа, самопринятие, не глядя на окружающих, обстоятельства и условия такие, какие они есть.

Мудрость – это чувство свободы, чтобы определить для себя, как жить в старости, это «отпускание» себя из сферы обязательств в область вероятностного возможного («когда вы можете, но больше не должны»). Мудрость обычно ассоциируется со старостью, так как это не столько способность адаптироваться в реальной жизни и успешное в ней взаимодействие, сколько заинтересованность в жизни с самим собой, участие в ней, построение собственных значений на основе собственных «приобретенных» ресурсов. Это и есть естественное принятие старости – ощущение собственной индивидуальности, ценности, завершенности, свободы. Увеличенная продолжительность жизни – это не только пустые годы, которые ничем не отличаются друг от друга, но разные по своим задачам, продолжительности и целям, способствующим духовному развитию человека [6].

Т а б л и ц а 1

Особенности возрастных периодов в Российской Федерации

Годы	Наименование периода	Содержание	Значение
56–63 лет	Поздняя зрелость	В таком возрасте для человека характерна заинтересованность в поиске новых дел, стремление к самореализации, открытие новых сфер жизни	Распознавание индивидуального потенциала, возможностей, активация новых сфер в жизни
64–79 лет	Пожилкой возраст	Реализация и развитие духовного потенциала, заинтересованность во внутренних духовных ценностях	Осознание собственного «я», понимание механизмов взаимодействия с миром
80 лет и старше	Старость, долгая жизнь, долгожительство	Просветление, стремление передать свой опыт, знания	Спокойствие и полное наслаждение жизнью

Уровень и качество жизни старшего поколения также является важным в формировании их физического самочувствия и психического состояния. В 2020 г. специалистами известного французского банка Natixis было проведено исследование, которое измерило благополучие пожилых людей в 44 странах мира. В этом исследовании использовались количественные показатели, где оценивается финансовое состояние и благополучие жизни старшего поколения. В своем исследовании Natixis использовал показатели: качество жизни, размер пенсий, уровень здравоохранения, материальное благополучие. Каждый из данных показателей рассчитывается в процентах, где 100% максимальный показатель и является показателем благополучия (табл. 2).

По результатам исследования Natixis Российская Федерация занимает 38 место из 44, что является одним из последних в рейтинге. В числе первых в списке оказались Исландия, Швейцария, Норвегия, Нидерланды. Худшими странами для пенсионеров оказались Мексика, Греция, Китай, Прибалтика, Турция, Бразилия.

Т а б л и ц а 2

Процентные показатели благополучия пожилых в России по данным исследования Natixis, %

Качество жизни	47
Размер пенсии	55
Уровень здравоохранения	41
Материальное благополучие	54

Одной из самых главных проблем в жизни российских пенсионеров является низкий уровень материального обеспечения, именно поэтому они являются наиболее уязвимой группой современного общества. У большинства людей старшего возраста основным источником дохода является пенсия. Размер государственных пенсий недостаточен для того, чтобы оплачивать растущие расходы на лекарства, питание, жилищно-коммунальные услуги, так как социально-экономическая ситуация в стране нестабильна, наблюдается рост численности населения с доходом ниже прожиточного минимума, дефицит федерального бюджета и др. [7].

В последнее время в России наблюдается тенденция относительного снижения уровня жизни и обеспеченности пенсионеров. Многие из них говорят об ухудшении своего матери-

ального положения за последний год. Это связано с рядом обстоятельств: с выходом на пенсию резко падают доходы, растет стоимость коммунальных, медицинских услуг и лекарств, являющихся для пенсионеров жизненно необходимыми. Материальное положение – единственная проблема, которая может соперничать по своей значимости со здоровьем. Пожилые люди встревожены своим материальным положением, уровнем инфляции, высокой стоимостью медицинского обслуживания [8, 9].

Следствием низкого материального достатка становится несбалансированное питание, а за тем и ухудшение здоровья и психологического самочувствия у пожилых. Многих граждан пенсионного возраста настигают психологические проблемы, что доказывает такая наука, как геронтология. Данная наука доказывает, что чем старше человек, тем сложнее ему контролировать свое психологическое состояние. Из-за этого появляются трудности в старческом возрасте – тревоги, фобии, эмоциональность, ослабление социальных связей, потеря смысла жизни. С возрастом человек становится зависимым от окружающих людей. Это сильно беспокоит тех пожилых, которые в молодости были независимы и помогали другим. Такие пенсионеры всегда пессимистично настроены, часто жалуются, рассуждают о бессмысленности дальнейшей жизни. Старым людям порой сложно принимать помощь, независимо от того, кто ее предлагает. Пожилые желают быть независимы, поэтому иногда не принимают помощь от родных и социальных работников. Однако некоторые наоборот требуют помощи и страдают от недостатка внимания, даже если этого достаточно. В результате старики требуют все больше внимания, но считают, что уход также недостаточный. Таким образом, начинает появляться агрессия и мысли о ненужности [10].

Хорошее состояние здоровья является приоритетом в жизни человека, но в пожилом возрасте здоровье значительно ухудшается, что приводит к возникновению медико-социальных проблем. По результатам медицинских исследований, примерно 20% граждан старшего возраста в России обладают относительно хорошими показателями здоровья. По статистике, у каждого возрастного человека в результате обследования обнаруживается от 3 до 8 хронических заболеваний, а также наличие таких расстройств организма, которые приводят к инвалидности. Сердечно-сосудистые заболевания,

болезнь дыхательной системы, проблемы со зрением, амнезия, диабет – наиболее частые недуги у лиц старшего поколения. Около 74% граждан старше 60 лет постоянно принимают лекарства. Почти 11% пожилых минимум 2 раза в месяц вызывают скорую помощь [11, 12].

Таким образом, проанализировав пожилых как социально-демографическую группу, мы выяснили, что вместе со старением у россиян появляются множество трудностей и проблем, таких как ухудшение материального положения, изменение социального статуса, потеря былого здоровья, дефицит общения, нарастание психологических проблем, чувство одиночества. Из-за экономической нестабильности российского общества возникает стереотипное мышление, что пенсионер – это иждивенец. Поэтому российскому государству и обществу необходимо обратить особое внимание на лиц преклонного возраста, обеспечить им достойный уровень жизни и условия для социальной вовлеченности.

Данное исследование выполнено в рамках Государственного задания УФИЦ РАН № 075-03-2022-001 от 14.01.2022 г.

Литература

1. Всемирный Доклад о старении и здоровье 2015 г. URL: <http://www.portal.pmnch.org/ageing/publications/world-report-2015/ru> (дата обращения: 17.01.2022 г.).
2. Общая численность пенсионеров в РФ: Росстат. URL: <https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/ITMWxs6f/ur2-1.doc> (дата обращения: 17.01.2022 г.).
3. Биггз С., Хаапала И. Долгая жизнь, взаимопонимание и эмпатия поколений // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2016. № 2. С. 46–58.
4. Психологические заболевания пожилых России: Всемирная организация здравоохранения. URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults> (дата обращения 19.01.2022 г.).
5. Видясова Л.А., Григорьева И.А. Россия в международных индексах качества жизни пожилых // Журнал социологии и социальной антропологии. 2016. Т. 19. № 1. С. 181–193.
6. Ермолаева М.В. Практическая психология старости. М., 2002. 320 с.
7. Писанко В.А. Пессимистический и оптимистический взгляд на социальное положение пожилых людей в России // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психо-

логии и социальной работы. 2018. Т. 29. № 1. С. 91–96.

8. Садыков Р.М., Большакова Н.Л. Социальная защита населения муниципального образования // Научно-методический журнал Концепт. 2018. № 6. С. 139–146.

9. Социальная устойчивость региона: диагностика и проблемы развития: монография / под общ. ред. Р.М. Садыкова. Уфа: ИСЭИ УНЦ РАН, 2017. 188 с.

10. Хамадеева Р.Х., Большакова Н.Л. Роль социального партнерства в модернизации системы социального обслуживания лиц старшего возраста // Социальная политика и социальное партнерство. 2020. № 5. С. 25–30.

11. Заболевания пожилых в России: Росстат. URL: https://gks.ru/free_doc/new_site/ZDOR/2019/PublishSite/index.html (дата обращения: 19.01.2022 г.).

12. Садыков Р.М., Мигунова Ю.В. Роль кадрового обеспечения медицинских организаций в контексте проблем российского здравоохранения // Известия Уфимского научного центра РАН. 2019. № 3. С. 74–80.

References

1. World Report on Aging and Health 2015. Available at: <http://www.portal.pmnch.org/ageing/publications/world-report-2015/ru> (accessed 01.17.2022).
2. The total number of pensioners in the Russian Federation: Rosstat. Available at: <https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/ITMWxs6f/ur2-1.doc> (accessed 01.17.2022).
3. Biggs S., Haapala I. Long life, mutual understanding and empathy of generations // Monitoring obshhestvennogo mneniya: e`konomicheskie i social`ny`e peremeny, 2016, no. 2, pp. 46–58.
4. Psychological diseases of the elderly in Russia: World Health Organization. Available at: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults> (accessed 01.19.2022).
5. Vidyasova L.A., Grigoryeva I.A. Russia in the international indices of the quality of life of the elderly // Zhurnal sociologii i social`noj antropologii, 2016, vol. 19, no. 1, pp. 181-193.
6. Ermolaeva M.V. Practical psychology of old age. Moscow, 2002. 320 p.
7. Pisanko V.A. Pessimistic and optimistic view of the social situation of older people in Russia // Ucheny`e zapiski Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta psixologii i social`noj raboty, 2018, vol. 29, no. 1, pp. 91-96.
8. Sadykov R.M., Bolshakova N.L. Social protection of the population of the municipality // Nauchno-metodicheskij zhurnal Koncept, 2018, no. 6, pp. 139-146.
9. Social stability of the region: Diagnostics and development issues. Monograph. R.M. Sadykov (ed). Ufa, ISEI UFITs RAN, 2017. 188 p.

10. Khamadeeva R.Kh., Bolshakova N.L. The role of social partnership in the modernization of the system of social services for older people // *Social'naya politika i social'noe partnerstvo*, 2020, no. 5, pp. 25-30.

11. Diseases of the elderly in Russia: Rosstat. Available at: https://gks.ru/free_doc/new_site/ZDOR/2019/PublishSite/index.html (accessed 01.19.2022).

12. Sadykov R.M., Migunova Yu.V. The role of staffing of medical organizations in the context of Russian health problems // *Izvestiya Ufimskogo nauchnogo tsentra RAN*, 2019, no. 3, p. 74-80.



KEY PROBLEMS OF ELDERLY PEOPLE IN MODERN RUSSIAN CONDITIONS

© R.M. Sadykov¹, N.L. Bolshakova²

¹Institute of Social and Economic Researches – Subdivision of the Ufa Federal Research Centre of the Russian Academy of Sciences,
71, prospekt Oktyabrya, 450054, Ufa, Russian Federation

²Bashkir State University,
32, ulitsa Zaki Validi, 450076, Ufa, Russian Federation

The article deals with the main problems of older people in the conditions of modern Russian reality. The relevance of the stated topic of scientific research is due to the increase in the proportion of older people in society. Advances in healthcare, an increase in the level and quality of life, an increase in life expectancy, and a decrease in the birth rate have led to a significant increase in the proportion of elderly people in the structure of society. With the help of comparative, sociological and statistical methods, the current position of older people in society, their main problems, standard of living and well-being were analyzed. It has been determined that elderly citizens, as a specific socio-demographic group, are characterized by their psychological characteristics, the presence of certain problems, different levels of health, education and a wide variety of interests. The main problems, as a rule, inherent in this category of the population are singled out: deterioration in health, mental and emotional state, loneliness, low standard of living and well-being. The level and quality of life of the older generation is also important in shaping their physical well-being and mental state. According to the Natixis study, the Russian Federation ranks 38th out of 44, which is one of the last in the ranking of the well-being of older people. Therefore, one of the most important problems in the life of Russian pensioners is the low level of material support. For most older people, pensions are the main source of income. The size of state pensions is insufficient to pay for the growing costs of medicines, food, housing and communal services. Good health is a priority in a person's life, but in old age, health deteriorates significantly, which leads to the emergence of medical and social problems. According to statistics, as a result of examination, each aged person has from 3 to 8 chronic diseases, as well as the presence of such body disorders that lead to disability. Cardiovascular disease, respiratory system disease, vision problems, amnesia, diabetes are the most common ailments in older people.

Keywords: elderly citizens, pensioner, old age, problems of persons of the third return, the standard of living of the elderly, pension provision.