

Е.Е. ЛУЦЬКАЯ, С.Ю. ТУМАКОВА

«Я, МОЖЕТ, ТОЛЬКО ЖИТЬ НАЧИНАЮ»: ПЕНСИОНЕРЫ УФЫ О ПОСТТРУДОВОЙ ЖИЗНИ

ЛУЦЬКАЯ Екатерина Евгеньевна – кандидат философских наук, доцент (ee.lutskaya@m.mpgu.edu); ТУМАКОВА Симона Юрьевна – стажер (tumakova.simona@gmail.com). Обе – кафедра теоретической и специальной социологии Московского педагогического государственного университета, Москва, Россия.

Аннотация. Статья посвящена посттрудовому этапу жизни россиян, достигших пенсионного возраста и прекративших работать. Рассмотрены жизненные цели как критерий успешной адаптации, две основные сферы реализации жизненных целей (семья и здоровье), стратегии заполнения свободного времени. Результаты исследования на основе серии глубинных интервью показали, что пенсионеры чаще довольны своей жизнью в целом и смотрят в будущее с оптимизмом. Удовлетворенность жизнью при этом обуславливается в первую очередь занятостью пенсионеров (как женщин, так и мужчин) в сфере семьи.

Ключевые слова: пенсионеры • социальная адаптация • жизненные цели • удовлетворенность жизнью

DOI: 10.31857/5013216250008334-0

Тенденции старения населения актуализируют вопрос социологического исследования проблем прекращения профессиональной деятельности в коллективе и приспособления к продолжительному посттрудовому периоду жизни. Увеличение ожидаемой продолжительности жизни со скоростью примерно на 1,5 года за 7 лет (с 14,52 лет в 2009 г. до 16,08 лет в 2016 г. у 60-летних мужчин, с 24,23 лет в 2009 г. до 25,8 лет в 2016 г. у 55-летних женщин¹) удлиняет посттрудовой (пенсионный) этап жизни и вызывает потребность заполнить его интересными и общественно полезными занятиями.

Выход на пенсию – рубежное событие для подавляющего большинства пожилых людей, вносящее кардинальные перемены в их образ жизни [Саралиева, Балабанов, 1999]. Они переживают период посттрудовой адаптации – процесс приспособления к изменившимся условиям, возникшим в результате смены социального статуса работника на статус пенсионера, связанный с прекращением оплачиваемой профессиональной деятельности, а также, как следствие, с ухудшением экономического положения, сужением круга социальных связей, изменением отношения ближнего и дальнего окружения.

Для изучения социальной адаптации прекращающих работу и выходящих на пенсию людей в марте–мае 2019 г. авторами проведено качественное исследование методом интервьюирования неработающих (от полугода до 23 лет) пенсионеров по старости, живущих в Уфе (N = 30, из них 19 женщин и 11 мужчин).

Обычно люди имеют представления о будущей жизни на пенсии, которые по мере ее приближения должны приобретать более четкий характер. Планирование жизни в пенсионный период (наряду со «сбрасыванием оборотов» в ожидании пенсии) играет роль преадаптации [Корель, 2005: 249–253], т.е. предварительной приспособленности («адаптации заранее»).

¹Сопоставление статистических данных за 2009 и 2016 гг. проводится по: Социальное положение и уровень жизни населения России. 2015: Стат. сб. М.: Росстат, 2015. С. 149; Социальное положение и уровень жизни населения России. 2017: Стат. сб. М.: Росстат, 2017. С. 160.

Исследование показало, что иногда в связи с семейными, материальными обстоятельствами или изменениями здоровья ожидания не оправдываются («У нас с мужем такие садоводческие планы были! Мой инсульт все испортил...» (жен., 63 года, 7 лет не работает), «Думал, с женой вместе будем на пенсии отдыхать, а она уехала работать в другую страну, скучаю без нее...» (муж., 62 года, 2 года не работает), «Хотели с мужем вместе выйти на пенсию и путешествовать, но финансы пока не позволяют» (жен., 58 лет, 1 год не работает)). Несоответствие ожиданий реальности может привести к ухудшению удовлетворенности жизнью в тех случаях, когда пожилой человек не может переориентироваться и найти новые цели жизни в соответствии с изменившимися возможностями.

Однако человек может и коренным образом позитивно изменить свою жизнь после того, как выйдет на пенсию. В одном из интервью на вопрос «Как изменилась жизнь после выхода на пенсию?» был получен ответ: «Совсем другая жизнь!» (жен., 62 года, 5 лет не работает). Участницей другого интервью стала женщина, любившая петь, которая, выйдя на пенсию, прошла обучение и записывает песни собственного исполнения, выступает с концертами (61 год, 6 лет не работает).

Но такие ситуации (в стиле мультяшного «я, может, только жить начинаю!») скорее исключение. Обычно вышедшие на пенсию люди продолжают жить обычной жизнью. Это не мешает им открывать новое и радоваться жизни: «...живу для себя, для детей, отдыхаю, читаю книги, забочусь о здоровье. Никогда бы ни подумала, что в 60 лет можно жить так интересно!» (жен., 60 лет, 1 год не работает).

После выхода на пенсию меняются доходы и их структура. Существенное снижение дохода пенсионеров подтверждается статистическими и эмпирическими данными: средний размер пенсий составляет лишь 30% средней зарплаты [Буданова, Иванов, 2015: 16; Козырева, Смирнов, 2017: 70]. Наши интервьюируемые подтвердили значительное уменьшение дохода после прекращения работы и указали на связанные с этим трудности: «Доход после выхода на пенсию упал в 4 раза» (жен., 69 лет, не работает 12 лет), «После уплаты ЖКХ и покупки лекарств от пенсии остается 4 тысячи, это по 134 рубля в день» (муж., 70 лет, не работает 10 лет), «Трудности с оплатой лечения взрослых и детей, приходится экономить. Хорошо еще, дочка за меня квартиру оплачивает, она вынуждена работать на трех работах» (жен., 67 лет, не работает 12 лет), «Пенсия небольшая, после получения приходится планировать: сначала квартплата, питание, лекарства, потом уже развлечения» (муж., 72 года, не работает 6 лет). Совместное проживание с супругом/супругой (даже пенсионного возраста) или детьми помогает снизить расходы на ЖКХ. Взрослые дети оказывают родителям помощь в денежной и натуральной формах (покупка продуктов, лекарств, оплата мобильной связи и т.п.).

Выход на пенсию, прекращение работы воспринимается информантами различно. У одних – с обидой, связанной с материальными обстоятельствами жизни: «Я сорок лет государству отдала, а пенсию 9 тысяч назначили, теперь на 5–6 тысяч жить придется» (жен., 65 лет, 2 месяца не работает). У других – с радостью: «Почувствовал свободу» (муж., 71 год, 5,5 лет не работает), «Не нужно никуда торопиться» (жен., 67 лет, 14 лет не работает), «Рада, что избавилась от самодура-начальника и могу все время посвящать семье» (жен., 59 лет, полгода не работает). Некоторые пенсионеры не ощутили никаких особых чувств после ухода с работы: «Принял это как обыденность – больше не смог работать так же интенсивно, как прежде» (муж., 70 лет, 6 лет не работает), «...пришла пора уступить дорогу молодым» (жен., 63 года, 4,5 года не работает).

Посттрудовая адаптация более чем у половины респондентов (17 чел.) оказалась вынужденной, т.е. в результате закрытия, реорганизации предприятий, оптимизации, сокращения штата работающих пенсионеров увольняли в первую очередь, хотя они хотели продолжить трудиться. Предполагалось, что людям в данной ситуации будет труднее приспособиться к новому образу жизни, чем при добровольном уходе с работы. Это подтвердилось лишь частично: 11 человек пережили вынужденную отставку спокойно, обретая новые занятия на пенсии. Адаптация прошла легко даже к собственному удивлению

некоторых респондентов, которые теперь наслаждаются появившейся свободой и не хотят возобновлять трудовую деятельность, что является критерием успешной адаптации [Шапиро, 1980]: «Кем я теперь пойду работать в свои 60? Уборщицей не очень-то хочется... Зато уже четвертый год свободна!» (жен., 61 год, 3,5 года не работает).

Большинство жизненных целей респондентов-пенсионеров носит нематериальный характер, подтверждая данные исследования [Карачаровский, Шкаратан, 2019: 14]. В обобщенном виде жизненная цель формулируется как «просто жить и радоваться жизни».

Тема здоровья проходит «красной нитью» через все интервью. Наши информанты-женщины затрагивали ее, опережая исследователя: «здоровья бы побольше». На вопрос: «Есть ли цель в жизни?» женщины отвечали: «не болеть», «быть здоровой и счастливой». Однако никаких серьезных мер, направленных на поддержание здоровья, кардинально преобразующих образ жизни (различные упражнения, закаливание и т.п.), наши опрошенные не предпринимают: на вопрос «Предпринимаете ли Вы какие-то меры для улучшения здоровья?» респонденты отвечали: «Пью таблетки, вот и все», «Начинала делать зарядку, но бросила».

Вторая важная сфера реализации жизненных целей – семья: «Ухаживаю за престарелой лежачей мамой, ей 95 лет, пятый год не встает. Хочется достойно жить, не быть детям в тягость. И дожждаться светлых перемен в стране» (жен., 69 лет, 12 лет не работает), «Присматриваю за внуком-инвалидом, он на домашнем обучении» (жен., 67 лет, 12 лет не работает), «Прожить подольше, женить внуков, дожждаться правнуков» (жен., 64 года, 8 лет не работает). Некоторым испытуемым женщинам пришлось оставить работу за несколько лет до или сразу после наступления пенсионного возраста, чтобы оказывать помощь по воспитанию внуков и уходу за родителями, что подтверждают результаты исследования [Социальное положение..., 2012: 27–28]. Семья важна и для мужчин: «Прожить жизнь порядочным человеком, вырастить и воспитать детей, а потом и внуков» (муж., 77 лет, 23 года не работает). Но и их жизненные цели главным образом касаются здоровья и долголетия: «Прожить как можно дольше и продолжать оставаться здоровым» (муж., 72 года, 6 лет не работает), «не стать обузой» (муж., 67 лет, 1 год не работает), «...прожить подольше, успеть побольше» (муж., 69 лет, 11 лет не работает).

Важным критерием успешности посттрудоустройственной адаптации является обусловленное уровнем досуговой квалификации [Королев, 1991: 9] умение заполнить освободившееся время интересными для себя и полезными для общества занятиями. В полученных нами ответах респонденты чаще отмечали, что они испытывают «недостаток времени». Даже те, кто говорил об избытке свободного времени, не ощущали скуки. Данное обстоятельство может свидетельствовать об успешной адаптации большинства наших респондентов.

Можно выделить *деятельный* характер заполнения времени, освободившегося от профессиональных обязанностей. Многие пожилые люди стараются занять время полезными для себя и/или своей семьи занятиями: ремонт, починка одежды (женщины), бытовой техники (мужчины), разнообразные занятия на садовом участке (мужчины и женщины). «Я садом занимаюсь, чтоб не пьянствовать. Вышел в сад, и время пролетело» (муж., 79 лет, не работает 10 лет). Вторую стратегию можно обозначить как *досуговую* – это, как правило, пассивное заполнение времени просмотром телепередач, чтением книг, газет. Преобладающее большинство наших информантов, несмотря на проблемы со здоровьем (болезни суставов, головокружения и др.), ежедневно гуляют, ходят пешком хотя бы недалеко от дома в среднем около двух часов, зачастую в компании супруга/супруги или друзей/подруг. Данные практики, направленные на проявление физической активности и поддержание социальных связей в условиях их сужения в результате оставления работы, на наш взгляд, – достаточно важный фактор, благоприятствующий протеканию посттрудоустройственной адаптации.

Основная часть респондентов не обнаружила изменений в досуговых занятиях после выхода на пенсию. Как правило, любимые занятия человека в свободное время (пассивные и активные) в пенсионный период жизни идентичны досуговому занятию трудового

периода. Это соответствует выводу [Scherger et al., 2011: 146], что «респонденты склонны продолжать свои занятия вне зависимости от изменений в работе и возрасте».

Респонденты сбалансированно оценивают соотношение радостей и страданий в собственной жизни, считая, что и хорошего, и плохого в их жизни «примерно поровну». Наиболее рационально, на наш взгляд, суждение, свидетельствующее об успешности посттрудоустройственной адаптации, высказанное одним из респондентов: «В каждом возрасте свои радости» (муж., 72 года, не работает 6 лет).

Полученные результаты, несмотря на то, что выборка была нерепрезентативной (случайной), подводят к нетривиальным выводам о современных российских тенденциях развития как социальной группы пожилых людей, так и института семьи.

Современные россияне старших возрастов – основа «левого» (прокоммунистического) электората, поскольку они объективно (проблема низких пенсий усугублена повышением пенсионного возраста) и субъективно (из-за «советского» воспитания) склонны к гиперкритическому восприятию современного режима. Не случайно в ходе интервьюирования прозвучало желание «дождаться светлых перемен в стране».

В то же время проведенное исследование показывает, что такое желание перемен у пенсионеров является чисто пассивным (как и желание «продолжать оставаться здоровыми»). Исходной гипотезой исследования было предположение о росте социальной активности пожилых горожан, которым уже не надо терпеть «самодуров-начальников». Однако эта гипотеза об усилении социальной активности совершенно не подтвердилась. На самом деле у пенсионеров отчуждение от общества не снижается, а растет, поскольку после выхода на пенсию наблюдается негативная тенденция *ослабления* (сужения) социальных связей, своего рода «замыкания в семье». В результате наблюдается парадоксальное сочетание высокой остроты социальных проблем (низкие доходы, проблемы с получением медицинских услуг) с очень низким (в силу «замкнутости на семью») желанием экстернализовать эти проблемы. Такая субъективная удовлетворенность жизнью при низком уровне социальной активности может быть связана с усвоением вышедшими на пенсию людьми стереотипов о пожилom возрасте как периоде отдаления от общества. Они хотят «дождаться светлых перемен», а не бороться за них. Поэтому пенсионеры хотя и являются одной из социальных групп, наименее довольных нынешним режимом, но одновременно в минимальной степени могут рассматриваться как акторы «светлых перемен».

Другой важный вывод связан с эволюцией семьи. Стало уже общим местом указывать на кризис этого института, большинство функций которого (поддержка нетрудоспособных, социализация молодежи) постепенно перехватываются социальным государством. Но на примере жизни российских пенсионеров видно, что у этого института остается существенный ресурс прочности. Ведь, согласно приведенным данным, переход к посттрудоустройственному периоду жизни переносится человеком легче, чем проблемы с семьей. Пожилые люди приспособляются к снижению дохода и престижа, увеличению объема свободного времени, сужению круга общения, причем переносить эти трудности вместе с супругом/супругой и детьми/внуками оказывается гораздо легче, чем одиноко проживающим пенсионерам. Видимо, в российских условиях социализация пенсионеров становится уже не второстепенной, а одной из первостепенных функций института семьи.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Буданова М.А., Иванов С.Ю. Современное состояние и пути совершенствования российской системы пенсионного обеспечения // Наука и школа. 2015. № 2. С. 15–23.
- Карачаровский В.В., Шкаратан О.И. Разные цели одного общества // Социологические исследования. 2019. № 1. С. 5–17.
- Козырева П.М., Смирнов А.И. Российские пенсионеры в условиях кризиса // Социологические исследования. 2017. № 1. С. 64–73.
- Корель Л.В. Социология адаптаций: Вопросы теории, методологии и методики. Новосибирск: Наука, 2005.

- Королёв Н.Н. Социально-педагогические показатели эффективности организации досуга: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. СПб., 1991.
- Саралиева З.М., Балабанов С.С. Пожилой человек в Центральной России // Социологические исследования. 1999. № 12. С. 54–65.
- Социальное положение людей старшего возраста в Ивановской области: отчет о первом этапе комплексного социологического исследования / Под рук. Д.М. Рогозина. [Б.м.], 2012.
- Scherger S., Nazroo J., Higgs P. Leisure Activities and Retirement: Do Structures of Inequality Change in Old Age? // *Ageing and Society*. 2011. No. 31. P. 146–172. DOI: 10.1017/S0144686X10000577.

Статья поступила: 07.06.19. Финальная версия: 05.08.19. Принята к публикации: 04.11.19.

“MAY BE I AM JUST STARTING TO LIVE”: UFA PENSIONERS ABOUT THEIR POST-LABOUR LIFE

LUTSKAYA E.E.*, TUMAKOVA S.Yu.*

*Moscow State Pedagogical University, Russia

Ekaterina E. LUTSKAYA, *Cand. Sci. (Philos.)*, Assoc. Prof. (ee.lutskaya@m.mpgu.edu); Simona Yu. TUMAKOVA, *Trainee* (tumakova.simona@gmail.com). Both – *Theoretical and Special Sociology Department, Moscow State Pedagogical University, Moscow, Russia*.

Abstract. The article is devoted to post-labor stage of life of Russians, who have reached retirement age and stopped working. Life goals as a criterion of successful adaptation, two basic spheres (the family and the health) of life goals' realization, strategies of spare time filling are discussed. The results of the study based on series of in-depth interviews showed that pensioners are more likely to be satisfied with their lives in general and look to the future with optimism. Life satisfaction in this case is caused primarily by the employment of pensioners (both women and men) in the family sphere.

Keywords: pensioner, retiree, social adaptation, life goals, life satisfaction.

REFERENCES

- Budanova M.A., Ivanov S.Yu. (2015) Current State and Ways of Improvement of the Russian Pension System. *Nauka i shkola* [Science and School]. No. 2: 15–23. (In Russ.)
- Karacharovskiy V.V., Shkaratan O.I. (2019) Different Goals of the Same Society. *Sotsiologicheskie issledovaniya* [Sociological Studies]. No. 1: 5–17. (In Russ.)
- Korell L.V. (2005) *Sociology of Adaptation: Problems of Theory and Methodology*. Novosibirsk: Nauka. (in Russ.)
- Korolev N.N. (1991) *Social-pedagogical Figures of Leisure Organization's Efficacy*. Abstract of thesis Cand. of Pedagogics. St. Petersburg. (In Russ.)
- Kozyreva P.M., Smirnov A.I. (2017) Russian Pensioners in Conditions of Crisis. *Sotsiologicheskie issledovaniya* [Sociological Studies]. No. 1: 64–73. (In Russ.)
- Rogozin D.M. (ed.) (2012) *Social Status of Elder-age People in Ivanovo Region: Report about First Stage of Complex Sociological Research*. (In Russ.)
- Saraliev Z.M., Balabanov S.S. (1999) Old Man in Central Russia. *Sotsiologicheskie issledovaniya* [Sociological studies]. No. 12: 54–65. (In Russ.)
- Scherger S., Nazroo J., Higgs P. (2011) Leisure Activities and Retirement: Do Structures of Inequality Change in Old Age? *Ageing and Society*. No. 31: 146–172. DOI: 10.1017/S0144686X10000577.

Received: 07.06.19. Final version: 05.08.19. Accepted: 04.11.19.