

УДК 316.346.32

<https://doi.org/10.17072/2078-7898/2023-2-284-296>

Поступила: 14.04.2023

Принята: 15.06.2023

Опубликована: 07.07.2023

СОЦИАЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ ПОЖИЛЫХ УРАЛЬЦЕВ

*Воронина Людмила Ивановна, Зайцева Екатерина Васильевна,
Касьянова Татьяна Ивановна*

Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина (Екатеринбург)

В статье исследуется активное долголетие как совокупность социальных практик, осуществляемых пожилыми людьми и понимаемых как социальная общность. Авторы статьи рассматривают различные определения социальных практик, выделяя как традиционные, так и новые номинации. Определяют различные виды активности, такие как физическая, досуговая, образовательная и семейная и т.п. Рассматривают влияние внутренних и внешних факторов, под воздействием которых в структуре общности пожилых появляются подгруппы, которые демонстрируют иные ценности и социальные практики. Среди различных факторов выделяют планирование времени, которое влияет на воспроизведения новых социальных практик. Доказывается, что появление новых видов активности означает, что в структуре социальной общности возникают новые подгруппы, обладающие более высокой скоростью реагирования на новое (темпоральностью). При проведении исследования был использован социологический опрос 417 граждан Свердловской области в возрасте от 60 лет и старше с применением анкеты. Опрос показал противоречия между идеями активного долголетия, содержащимися в Стратегии активного долголетия и региональных комплексных программах с реальными действиями общности пожилых. Хотя нет серьезного расхождения в понимании сущности активного долголетия, но налицо низкий охват пожилых людей новыми социальными практикам. Авторы убеждены, что перспективные исследования связаны с такой проблематикой, как оптимизация внутренних и внешних факторов, влияющих на закрепление активного долголетия как совокупности социальных практик.

Ключевые слова: активное долголетие, социальные практики, пожилые, факторы, виды активности, Стратегия активного долголетия РФ.

Для цитирования:

Воронина Л.И., Зайцева Е.В., Касьянова Т.И. Социальные практики активного долголетия пожилых уральцев // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2023. Вып. 2. С. 284–296.

<https://doi.org/10.17072/2078-7898/2023-2-284-296>

SOCIAL PRACTICES OF ACTIVE LONGEVITY OF ELDERLY URAL CITIZENS

Ludmila I. Voronina, Ekaterina V. Zaitseva, Tatiana I. Kasyanova

Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin (Ekaterinburg)

The article explores active longevity as a set of social practices carried out by older people and understood as a social community. We study various definitions of social practices, looking at both traditional and new social practices. There are distinguished such types of activity as physical, leisure, educational, family-related, etc. The study considers the influence of internal and external factors under the impact of which there appear subgroups in the structure of the community of the elderly, these demonstrating different values and social practices. Among various factors, time planning is highlighted, which affects the reproduction of new social practices. It is argued that the emergence of new types of activity means the emergence of new subgroups in the structure of the social community that have a higher speed of response to the new or temporality. The authors of the study employed a sociological method: there was conducted a questionnaire survey of 417 citizens of the Sverdlovsk region aged 60 and older. Contradictions between the ideas of active longevity contained in the Active Longevity Strategy, regional comprehensive programs, and real actions of the elderly community have been revealed. Although there is no serious discrepancy in understanding the essence of active aging, there is a low coverage of older people with new social practices. The authors are convinced that promising research areas are related to such issues as the optimization of internal and external factors that affect the consolidation of active longevity as a set of social practices.

Keywords: active aging, social practices, the elderly, factors, types of activity, Active Longevity Strategy of the Russian Federation.

To cite:

Voronina L.I., Zaitseva E.V., Kasyanova T.I. [Social practices of active longevity of elderly Ural citizens]. *Vestnik Permskogo universiteta. Filosofia. Psihologiya. Sociologia* [Perm University Herald. Philosophy. Psychology. Sociology], 2023, issue 2, pp. 284–296 (in Russian), <https://doi.org/10.17072/2078-7898/2023-2-284-296>

Введение

Ученые единодушны в понимании того, что пожилые люди представляют собой возрастную общность, специфика которой накладывает печать на ее место в социальной структуре общества [Зборовский Г.Е., Амбарова П.А., 2017, с. 11]. Характеристики возрастной общности пожилых близки к социальной общности, но не тождественны. Под социальной общностью людей «третьего возраста» понимается реально существующая, массовая, эмпирически фиксируемая, относительно единая и самостоятельная совокупность (взаимосвязь) людей, объединенных по демографическим, социокультурным, экономическим основаниям и находящимся в возрастных границах перехода от за-

вершения зрелости до старости [Зборовский Г.Е., 2019, с. 10]. К социокультурным основаниям относятся конкретные ценности, ценностные ориентации и действия, совершаемые под их влиянием. Совокупность ценностных ориентаций, осознанных решений и действий, выводов, которые делает человек, формируют жизненный опыт и социальные практики. Таковые понимаются как «1) совокупность принятых в культуре (традиционных) способов деятельности, навыков общения с различными предметами; 2) мышление или действие “по привычке”, следование правилу, поведение, имеющее ритуальный характер; 3) частные социальные институты» [Смирнова Е.А., 2015, с. 40].

Важно отметить, что «ценностные ориентации проявляются в ситуациях, требующих осознанного выбора и ответственных решений, влекущих за собой значимые последствия и предопределяющих основной вектор жизненного пути человека» [Зенина О.Н., 2015, с. 90].

Заметим, что в последнее время активно развивается идея проявления осознанного выбора и ответственных решений пожилых людей относительно участия в трудовой активности [Касьянова Т.И., Воронина Л.И., 2020], образовательной [Лесина Л.А., 2019], физической [Воронина Л.И. и др., 2022] и досуговой [Горынцев Д.В., 2022] деятельности. На систему ценностей и выбор решений влияют внутренние и внешние факторы, под воздействием которых в структуре общности пожилых появляются подгруппы, демонстрирующие иные ценности и социальные практики. Как правило, эти подгруппы обладают более высокой скоростью реагирования на новое. Именно эти группы имеют ценностные ориентации, модернизирующие устоявшиеся социальные практики, включая практики сохранения здоровья посредством получения рекреационно-физкультурных услуг [Зайцева Е.В., Волынская М.М., 2020]. Представители этих подгрупп делают осознанный выбор конкретных видов активности и выстраивают личные стратегии [Исмагилова Ф.С., 2016].

Совокупность происходящих изменений позволяет утверждать, что в общности российских пожилых людей происходит трансформация. Первоначально небольшие подгруппы осваивают новые виды активности. Когда такие становятся массовыми, происходит синергетический эффект: возникают социальные практики, которых ранее не было в этой общности. Как правило, для такого синергетического скачка необходимы организационные структуры, поддерживающие становление новых социальных практик: это комплексные центры социального обслуживания граждан, школы и университеты пожилого человека, некоммерческие организации, геронтологические центры. Для становления активного долголетия нужны различные социальные практики, понимаемые как 1) совокупность традиционных видов социальной деятельности; 2) действие по привычке или следование установленным правилам; 3) социальные институты; 4) устоявшиеся виды

и новые виды социальной активности. К объектам социальной практики относят способы жизнедеятельности людей, определяющие место социальных групп в обществе, их интересы и характер взаимодействия с другими социальными группами, а к результату — социальные практики [Смирнова Е.А., 2015, с. 43].

Активное долголетие — это тоже практики и совокупность действий [Короленко А.В., 2022, с. 4]. При этом необходимы целенаправленные действия, как на практики, так и ее субъектов. «Практика имеет двойное основание (структурирование): с одной стороны, существуют объективные структуры, воздействующие на практики; с другой стороны, социальные агенты могут оказывать влияние на социальную действительность через практики, трансформируя структуры» [Антонова Н.Л., 2009, с. 43]. Результаты исследований по настоящей тематике подтверждают выводы о происходящих процессах трансформации в серебряном сообществе: изменения в трудовой занятости пожилых, интерес к повышению образовательного и культурного уровня [Зборовский Г.Е., 2019].

Значимы выводы исследователей о распространенности конкретных социальных практик в регионах. Например, в Вологодской области самые распространенные практики активного долголетия — это действия по поддержанию социальных связей с членами семьи, друзьями и знакомыми [Короленко А.В., 2022, с. 15]. Е.Н. Васильева и О.А. Мосина делают выводы о формах активности пожилых граждан, хотя, по сути, рассматривают социальные практики [Васильева Е.Н., Мосина О.А., 2014].

Что же определяет выбор общностью пожилых конкретных социальных практик? Одно из предположений — это влияние внутренних и внешних факторов. К внешним факторам отнесем влияние таких социальных институтов, как совокупность официальных норм, установленных законодательством, доступность конкретных услуг и информирование о них. К внутренним факторам, влияющим на выбор социальных практик общностью пожилых, отнесем возраст, психоэмоциональное и состояние здоровья, образование и доход, место проживания, семейный статус. Дополнительно к внутренним факторам также относят процессы социализа-

ции, адаптации, интериоризации [Зборовский Г.Е., Амбарова П.А., 2017, с. 18].

Фактором, ускоряющим трансформацию общности пожилых, становится идентификация с социальными ролями, предписываемыми и ожидаемыми обществом. М.А. Шабанова справедливо заметила, что «индивид выполняет множество ролей (профессиональную, потребительскую, семейную, воспитательную, гражданскую и т.п.), которые оказывают друг на друга сильное влияние» [Шабанова М.А., 2006, с. 12]. Среди российских пожилых людей наиболее распространена социальная роль родителя. К этой социальной роли близки по системе ценностей роли «дедушка» и «бабушка» как незаменимые помощники в воспитании детей. Эти социальные роли положительно воспринимаются многими россиянами, они создают у пожилых ощущение собственной полезности для государства, семьи и окружающих, способствуют формированию мотивации к долгой и продуктивной жизни [Нацун Л.Н., 2022, с. 10]. Однако в общности пожилых имеет место и такая социальная роль, как наставник. Могут быть реализованы роль ученика или человека, самостоятельно осваивающего новые знания и навыки, или роль увлеченного (занятого любимым делом). В общности пожилых людей все более распространяется роль волонтера, помогающего другим. Достижение социальных ролей, предписываемых обществом пожилым людям, всегда было значимо. В тоже время неосвоение традиционных социальных ролей создает риски: неадаптированное к возрастным изменениям поведение может спровоцировать эйджистское поведение окружающих или дискриминацию по возрасту [Voss P. et al., 2017, p. 10]. Но в ситуации происходящей трансформации общности пожилых людей общественное мнение о новых ролях медленно, но меняется.

К внутренним факторам относится психоэмоциональное состояние пожилых людей, которое, несомненно, влияет на воспроизводство или отказ от конкретных социальных практик. Так, Н.С. Глуханюк и Т.В. Сергеева отмечают следующее: «...для людей с низким уровнем адаптации к возрастным изменениям, характерны острое переживание процесса старения, отсутствие интереса к новому; недовольство молодым поколением и окружающим

миром, критика и нравоучения; разочарование в себе и прожитой жизни; ощущение, что жизнь прожита зря; одиночество, отчуждение от общества, замкнутость; депрессия, ипохондрия, пессимизм; отсутствие перспектив на будущее» [Глуханюк Н.С., Сергеева Т.В., 2007, с. 55]. Некоторые психологи выявляют зависимость между такими факторами, как семейный статус и психоэмоциональное состояние, жизненная активность: «При одиночестве в пожилом возрасте развивается выраженная ситуационная тревога, которая в совокупности с антропометрическими изменениями снижает качество жизни и функциональную способность, в особенности ролевое поведение, обусловленное физическим и эмоциональным состоянием, а также социальное функционирование и жизненную активность» [Филимонов М.И. и др., 2018, с. 131].

Представляют интерес исследования, раскрывающие корреляцию между внутренними факторами, влияющими на выбор социальных практик: например, взаимообусловленность социальной роли и места проживания, уровня образования, гендерной принадлежности и т.п. В настоящее время активно исследуются процессы становления образовательной практики пожилых людей и реализации роли обучающегося. Мотивация людей старшей возрастной группы на получение дополнительного профессионального образования определяется «уровнем их образования, гендерной принадлежностью и типом поселения. Менее всего мотивированы на участие в образовательном процессе люди со средним общим образованием. Среди жителей крупных городов на 6,7% больше желающих участвовать в образовательной деятельности, чем среди проживающих в малых городах и в сельской местности» [Лесина Л.А., 2019, с. 183]. Выявляется корреляция между ролью обучающегося и полом: «...женщины более мотивированы к участию в дополнительном профессиональном обучении (45,0 %), чем мужчины (27,0 %)» [Маслова Е.В., 2012, с. 25].

Результаты

Представляет интерес оценка внешних факторов, а именно возможностей для реализации практик активного долголетия пожилыми россиянами. Рассмотрим такой внешний фактор, как закрепление на законодательном уровне в

государственных программах практик пожилых людей и создание условий для их реализации. Так, в Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 г.¹, паспорте национального проекта «Демография»² и федеральном проекте «Старшее поколение»³ декларируются идеи активного долголетия (увеличение продолжительности здоровой жизни всего населения, повышение качества жизни граждан старшего поколения и др.). При этом российскими разработчиками Стратегии и аналогичных документов по активному долголетию использованы представления Всемирной организации здравоохранения о здоровом старении как процессе оптимизации возможностей людей относительно их здоровья и безопасности, участия в процессах повышения качества жизни по мере старения [Благоприятные условия..., 2021, с. 2–5]. В тексте Стратегии нет противоречий с выводами российских исследователей о значимости разных видов активности. По мнению Е.Н. Касаркиной, для адаптации к возрасту и достижения такого состояния как активное долголетие необходимы условия для полезной и оздоравливающей жизнь деятельности, физической и социальной активности, и занятости [Касаркина Е.Н., 2017, с. 102]. И. Григорьева и Е. Богданова полагают, что для активного долголетия как процесса оптимизации возможностей человека нужны возможности для реализации потенциала, физического, социального и психического благополучия на протяжении всей жизни и участия в жизни общества, для обеспечения надлежащей защиты, безопасно-

сти, ухода, когда в этом есть нужда [Григорьева И.А., Богданова Е.А., 2020, с. 205].

Однозначно положительно воспринимается необходимость создания условий для профилактики здоровья и предупреждения заболеваний, например, создание центров геронтологии и оказание услуг, в том числе предупреждение синдрома старческой астении, максимально снижающей качество жизни и исключаяющей пожилых граждан из основных социальных практик [Давыдов Е.Л. и др., 2020, с. 42]. Предусмотрено, что если синдромы старческой астении все же проявились, то пожилые люди имеют возможность получать надомное социальное обслуживание, в том числе сопровождение социального работника. Пожилые люди в гораздо меньшей степени подвергаются социальному исключению (или исключению из значимых социальных практик) там, где высокие расходы на социальное обеспечение. При этом уровень дохода и показатели здоровья влияют на социальное исключение в большей степени, чем возраст и пол [Парфенова О.А., 2020, с. 123]. Зарубежные исследователи предлагают интегративный подход к предупреждению синдрома старческой астении (интеграция социальных практик по физической активности, здоровому питанию, обучению в программах санитарного просвещения, комплексную гериатрическую оценку в дополнение к ежегодным медицинским осмотрам) [Shinkai S. et al., 2016]. Исследователи, занимающиеся аналогичной темой [Барсуков В.Н., Калачикова О.Н., 2021], отмечают, что Российская Федерация отстает от других государств по таким параметрам, как физическая активность пожилых людей и состояние их здоровья. Соответственно, при продвижении идей активного долголетия в РФ по-прежнему остаются актуальными пропаганда и популяризация ценностей физической культуры и спорта [Воронина Л.И. и др., 2022, с. 207].

Идеи, отраженные в тексте Стратегии, выводы зарубежных и российских исследователей о значимости социальных практик совпадают. Есть единодушие в том, что нужны не только усилия органов власти, но и самих граждан. Существование и развитие социальных практик определяется упорядоченностью (согласованностью) субъектов практик — отдельных индивидов и их объединений. Для успешного разви-

¹ Распоряжение Правительства РФ от 05.02.2016 № 164-р «Об утверждении Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года». URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_193464/ba70babae5b5a71024b6822fa9a3d01fb739c37d/ (дата обращения: 19.01.2023).

² Паспорт национального проекта «Национальный проект «Демография»» (утв. Минтрудом России). URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_384857 (дата обращения: 20.01.2023).

³ Паспорт федерального проекта «Разработка и реализация программы системной поддержки и повышения качества жизни граждан старшего поколения» (утв. Минтрудом России) (вместе с «Планом реализации федерального проекта», «Результатами федерального проекта по субъектам Российской Федерации»). URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_384770/ (дата обращения: 25.01.2023).

тия социальных практик необходимо укреплять устойчивость социальной системы и взаимодействие ее субъектов [Глушко И.В., 2011, с. 35]. Активному долголетию реально может способствовать взаимодействие и согласованность действий разных субъектов.

В Евросоюзе для оценки социальных практик активного долголетия разработан индекс активного долголетия, включающий 22 индикатора: занятость пожилых людей на рынке труда, участие в жизни общества, условия для независимой, здоровой и безопасной жизни и др. [Благоприятные условия..., 2021, с. 12–35]. Заметим, что в РФ методология оценки социальных практик активного долголетия на основе индекса полностью не применяется. Одна из серьезных проблем — недоступность данных для расчёта индекса: используемые статистические наблюдения и обследования проводятся нерегулярно и не для всех субъектов РФ. Ни один субъект РФ по всем показателям индекса активного долголетия не достиг пороговых (целевых) значений [Васильева Е.В., 2022, с. 143].

Учитывая несовершенство официальной методологии индекса активного долголетия, российские исследователи предлагают свои подходы. Например, коллективом Вологодского научного центра РАН разработан подход к оценке соотношения внутренних и внешних факторов активного долголетия, выявленных с помощью индексной методики. Информационной базой послужили данные социологического опроса взрослого населения Вологодской области «Активное долголетие и его факторы» [Короленко А.В., 2022, с. 1].

Несомненно, что в методологии оценки активного долголетия как совокупности социальных практик должен применяться междисциплинарный подход. В то же время в органах публичной власти РФ для оценки активного долголетия используется только управленческий подход (оценка достижений показателей, характеризующих внешние условия). Например, в Свердловской области важнейшие целевые показатели комплексной программы «Старшее поколение» следующие: 1) охват социальными услугами пожилых людей из числа выявленных граждан, нуждающихся в социальной поддержке и социальном обслуживании, не менее 99 %; 2) доля граждан старше трудоспособного возраста, участвующих в деятельности

объединений, групп, клубов по интересам, от общего числа граждан старше трудоспособного возраста не менее 30 %. В тексте региональной комплексной программы термин «социальные практики» отсутствует: социальные практики рассматриваются как участие пожилых в деятельности объединений и клубов, получение услуг по социальному обслуживанию. Безусловно, такое понимание условий для активного долголетия имеет право на существование, как и представление о том, что необходимо систематизировать мероприятия по укреплению здоровья и увеличению периода активного долголетия, реализовать комплекс финансовых, организационных, кадровых и иных мероприятий, направленных на повышение уровня и качества жизни граждан старшего поколения. Для исследователей активного долголетия значим анализ вторичных данных по количеству привлеченных граждан к конкретным мероприятиям. Однако анализ статистических и экономических показателей не позволяет понять механизм перехода количества, занимающихся в клубах, в такое качество, как активное долголетие, и выявить причину инертности пожилых по отношению к предлагаемым практикам. По этой причине необходимы социологические исследования для получения выводов о механизмах активного долголетия как совокупности социальных практик, в которые могут быть вовлечены пожилые.

При проведении настоящего исследования использован социологический метод: проведен опрос граждан Свердловской области среди информантов в возрасте от 60 лет и старше. Сбор эмпирических данных осуществлен методом анкетирования. Объем выборки — 417 респондентов, тип выборки — случайностратифицированный. Для определения выборки респондентов использованы характеристики: возраст, доход, брачный и образовательный статусы, состояние здоровья. Анкетирование проводилось по месту жительства респондентов. 48,3 % опрошенных указали, что живут одни; 32,8 % проживают вдвоем; 18,9 % — втроем и более. По уровню образования следующее распределение: высшее образование, ученая степень есть у 30,0 %, среднее специальное и незаконченное высшее — у 43,1 %, среднее общее и начальное профессиональное имеют 18,7 %, нет полного среднего — у 8,2 %

респондентов. 36,5 % опрошенных имеют инвалидность.

В процессе исследования уточнялась гипотеза об активном долголетии как совокупности социальных практик, характерных для российских пожилых, о взаимосвязи практик с ценностями. В анкету были включены вопросы, позволяющие выявить, какие ценности общности пожилых уральцев определяют активное долголетие; влияют ли ценности активного долголетия на последующие действия; какие факторы в наибольшей степени влияют на распространенность конкретных социальных практик.

В исследовании выявлялась корреляция между такими показателями, как ценности активного долголетия, преобладающие практики и принадлежность к полу, место проживания, уровень образования, психологическое состояние и самоидентификация с социальной ролью, семейное и материальное положение. Также выявлялась связь между видением перспектив жизни и отношением пожилых уральцев к планированию времени. Определялись источники информации, используемые уральцами в различных социальных практиках.

Были получены следующие результаты. В Свердловской области созданы определенные условия для реализации социальных практик. Так, на 1 января 2023 г. в регионе численность старшего поколения в возрасте с 60 лет и старше составляет более 1 млн. Реализуется Комплексная программа Свердловской области «Старшее поколение», цель и задачи которой аналогичны Стратегии действий в интересах старшего поколения в РФ. Для включения в образовательную практику действуют Школы пожилого возраста на базе центров комплексного социального обслуживания населения, где предлагаются программы просветительского характера по разной тематике. За 2020 г. в занятиях приняли участие более 37 000 слушателей или около 4 % от общего количества пожилых граждан области [Касьянова Т.И., Вороница Л.И., 2020, с. 10]. Действует Научно-образовательный медицинский центр, цель которого — предотвращение рисков старческой астении посредством популяризации в школах здоровья и долголетия. Для реализации физической активности пожилых уральцев проводятся массовое туристское мероприятие «Майская прогулка», областной фестиваль спорта и

здоровья и др. В Екатеринбурге — областном центре — работают 253 фитнес-центра, при этом около 60 % потребителей предпочитают заниматься в больших фитнес-клубах, оснащенных качественным оборудованием и предоставляющих разнообразные услуги. Для сравнения: «В России примерно на 143 млн. населения приходится 2 500 фитнес-клубов, которые посещают чуть более 300 тыс. чел. или 0,2 % населения. С учетом занятий в небольших тренажерных залах и студиях, которые не попадают в категорию фитнес-клубов, количество россиян, занимающихся фитнесом, в среднем может составлять до 2 %. ... Увеличивается число клиентов старше 50 лет, которые ощущают потребность в поддержании своего здоровья и физической формы» [Усова Н.В., Гергележиу Я.Г., 2019, с. 238]. На территории действует Центр общественного здоровья и медицинской профилактики, который проводит цикл вебинаров, посвященных профилактике возрастных заболеваний. Центр также обучает волонтеров, занятых привлечением пожилых граждан в школы этого профиля. Но доля граждан старше трудоспособного возраста, участвующих в деятельности объединений, клубов по интересам, от общего числа граждан старше трудоспособного возраста невелика, около 13 %. Хотя, по мнению А.В. Короленко, количество пожилых граждан, для которых здоровье относится к ценностям, определяющим активное долголетие, достаточно большое (83,5 % опрошенных). Аналогичные результаты получены при опросе населения разных возрастных групп в других регионах [Короленко А.В., 2022]. Наибольшая значимость ценности «быть здоровым» выявлена в возрастной группе старше 75 лет (87,3 %), а также в группе с низким материальным положением (87,0 %). Негативные оценки здоровья усиливаются в корреляции с возрастом. Например, 1,28 % респондентов от 60 до 64 лет оценили здоровье как очень плохое. В то же время в группе старше 75 лет процент негативной оценки состояния здоровья вырос до 3,17 %.

Среди приоритетных ценностей респонденты указали следующее: 37,9 % — необходимость быть нужным другим; 37,7 % — заботиться о близких и семье; 34,1 % — быть материально обеспеченным. Значимы семья и забота о близких и семье, что отметили 40,6 % женщин и 27 % мужчин соответственно. При этом цен-

ность семьи более значима для жителей небольших городов (64,5 %). Для уральских респондентов важны разные виды социальной активности: для 66,9 % — физическая активность; для 27,8 % — общение и поддержание социальных связей; сексуальная активность — для 11,2 % (мужчины) и 2,7 % (женщины). Профессиональная активность и самостоятельность превалирует у мужчин (11,2 %) и ниже у женщин (6,7 %). Не в приоритете досуговая активность, которая понимается как посещение театров, музеев, кино (5,8 % респондентов). В то же время высоко оценено значение физической активности как способ активного долголетия независимо от возраста и уровня образования. 85,9 % опрошенных полагают, что физическая активность способствует укреплению здоровья. По мнению 54,2 % респондентов, именно этот вид активности способствует увеличению продолжительности жизни, а для 42,5 % — поддержанию работоспособности. 34,5 % видят прямую связь между физической активностью и сохранением физической формы, привлекательной телесностью. Для 31,2 % респондентов физическая активность важна как способ снятия психологического напряжения. Также выявлялось мнение респондентов о психологических состояниях, обусловленных возрастом: это ослабление памяти и внимания (48,2 % у женщин и 42,7 % у мужчин), сосредоточенность на здоровье (48,3 % у мужчин и 43,9 % у женщин), уменьшение желаний и интересов (38,1 % у женщин и 34,8 % у мужчин). У женщин превалируют тревожность и депрессивность (38,4 %), обидчивость, мнительность и подозрительность (22,6 %). У мужчин выше оказался такой показатель, как сложность адаптации к изменениям (для сравнения 22,5 % у мужчин и 16,5 % у женщин).

Отмечается прямая зависимость между психологическим состоянием и семейным положением. Отсутствие близких людей, как правило, ухудшает психологическое состояние: самый высокий уровень тревоги и депрессии у вдов и вдовцов (43,7 %), у разведенных — 40,6 %, а также проживающих одиноко — 41,7 %. Для многих респондентов члены семьи означают не только востребованность (в поддержке, заботе, участии, внимании), но и семейное счастье.

Выявлена корреляция между психологическим состоянием и материальным положением пожилых. Так, уменьшение желаний и интере-

сов отмечали респонденты с уровнем дохода ниже среднего (25,6 %) по сравнению с 45,0 % обеспеченными.

Респондентам задавали вопросы о том, насколько успешно происходит освоение новых социальных ролей, их влияние на реализацию активного долголетия. Выяснилось, что половина опрошенных позиционирует себя с ролью «увлеченного» и даже ролью ученика. При этом саморазвитие коррелирует с социальной ролью «увлеченного»: для 47,7 % это занятия по художественно-прикладному творчеству, для 42,1 % — гимнастика, фитнес, для 32 % — занятия по садоводству, для 31,5 % респондентов — изучение информационных технологий, иностранных языков, повышение финансовой и правовой грамотности. Заметим, что эти виды активности соответствуют такой практике, как образовательная.

Также по результатам исследования была выявлена связь между видением перспектив жизни и отношением респондентов к планированию времени: 70% планируют всего лишь на несколько дней или ничего не планируют. Причины такого подхода понятны: планирование и последующая организация чего-либо требуют энергии, чего не хватает многим пожилым людям.

Заключение

Пожилые уральцы осознают важность разных видов активности, включая физическую. Однако большинство из них не использует возможности спортивных клубов. Поэтому по-прежнему остаются актуальными пропаганда и популяризация ценностей физической культуры. Пожилые уральцы связывают активное долголетие с вовлеченностью в заботу о детях и внуках, семье. Ощущение психологического комфорта пожилых людей во многом зависит от наличия семьи и материального благополучия. Для продолжения активной жизни пожилые стремятся осваивать такие социальные роли, как «наставник», «увлеченный любимым делом». Для многих независимо от пола характерны негативные психические состояния, обусловленные возрастом (сосредоточенность на здоровье, уменьшение желаний и интересов, тревожность и депрессивность). К сожалению, на данный момент в регионе не развита геронтологическая служба, поэтому большинство

вынуждены преодолевать эти состояния самостоятельно. Для пожилых уральцев важна уверенность в завтрашнем дне, что связано с планированием будущего, но многие из них не занимаются планированием дел. Многие вовлечены к образовательную практику (от художественно-прикладного направления до изучения информационных технологий и повышения финансовой грамотности). Большинство для практик активного долголетия используют собственные средства, и лишь немногие — средства государства, детей и родственников. Есть влияние гендерных особенностей на реализацию практик активного долголетия. Мужчины больше придают значения материальной обеспеченности, женщины — физической активности. Также выявлена связь между образовательным уровнем и предпочтением социальных практик: люди с более высоким уровнем образования выше оценивают общение и социальные связи, предпочитают в досуговой деятельности интеллектуальные занятия. И хотя у пожилых уральцев нет серьезного расхождения с показателями, отраженными разработчиками Стратегии активного долголетия, наблюдаются низкие темпы вовлечения в актуальные социальные практики.

Список литературы

- Антонова Н.Л.* Социальная практика как предмет социологического анализа // *Культура, личность, общество в современном мире: методология, опыт эмпирического исследования: материалы XII Междунар. конф. (Екатеринбург, 19–20 марта 2009 г.). Екатеринбург: Урал. гос. ун-т, 2009. С. 42–45.*
- Барсуков В.Н., Калачикова О.Н.* Территориальные особенности распространенности активного долголетия // *Вопросы территориального развития. 2021. Т. 9, № 2. URL: <http://vtr.isert-gan.ru/article/28893> (дата обращения: 13.04.2023). DOI: <https://doi.org/10.15838/tdi.2021.2.57.3>*
- Благоприятные условия для жизни людей старшего возраста в Европе. Индикаторы, мониторинг и оценка. Копенгаген: Европейское региональное бюро ВОЗ, 2021. 60 с.*
- Васильева Е.В.* Индекс активного долголетия в регионах России: альтернативный подход // *Народонаселение. 2022. Т. 25, № 3. С. 128–143. DOI: <https://doi.org/10.19181/population.2022.25.3.10>*
- Васильева Е.Н., Мосина О.А.* Ресурсный потенциал «пожилых»: технологии реализации // *Современные проблемы науки и образования. 2014. № 1. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=11993> (дата обращения: 13.04.2023).*
- Воронина Л.И., Зайцева Е.В., Касьянова Т.И.* Государственная стратегия по поддержке активного долголетия и физической активности пожилых граждан // *Социальные и политические науки. 2022. Т. 12, вып. 4. С. 195–207. DOI: <https://doi.org/10.33693/2223-0092-2022-12-4-195-207>*
- Глуханюк Н.С., Сергеева Т.В.* Психология позднего возраста: результаты исследований. Екатеринбург: Рос. гос. проф.-пед. ун-т, 2007. 126 с.
- Глушко И.В.* Осмысление феномена социальных практик и возможностей их развития // *Общество: философия, история, культура. 2011. № 1–2. С. 32–36.*
- Горынцева Д.В.* Технологии организации досуга пожилых и инвалидов // *Технологии социальной работы с пожилыми и инвалидами: материалы III Межрегион. науч.-практ. конф. с междунар. участием (Кострома, 16–18 октября 2021 г.) / сост. Н.И. Мамонтова. Кострома: Костром. гос. ун-т, 2022. С. 157–159.*
- Григорьева И.А., Богданова Е.А.* Концепция активного старения в Европе и России перед лицом пандемии COVID-19 // *Laboratorium: журнал социальных исследований. 2020. Т. 12, № 2. С. 187–211. DOI: <https://doi.org/10.25285/2078-1938-2020-12-2-187-211>*
- Давыдов Е.Л., Тихонова Н.В., Глушанко В.С., Шульмин А.В., Захарова А.С.* Синдром старческой астении: особенности диагностики, лечения и реабилитации // *Сибирское медицинское обозрение. 2020. № 5. С. 40–48. DOI: <https://doi.org/10.20333/2500136-2020-5-40-48>*
- Зайцева Е.В., Волынская М.М.* Ресоциализация граждан третьего возраста посредством рекреационно-физкультурных услуг // *Вестник экономики, права и социологии. 2020. № 1. С. 112–116.*
- Зборовский Г.Е.* Социальная общность людей «третьего возраста»: понятие, структура, функции // *Вестник Сургутского государственного педагогического университета. 2019. № 2(59). С. 9–20.*
- Зборовский Г.Е., Амбарова П.А.* Темпоральные противоречия возрастных общностей: типологический анализ стратегий преодоления // *Социологический журнал. 2017. Т. 23, № 2. С. 8–27. DOI: <https://doi.org/10.19181/socjour.2017.23.2.5157>*
- Зенина О.Н.* К вопросу исследования ценностных ориентаций личности пожилого человека // *Евразийский Союз Ученых (ЕСУ). 2015. № 3–8(12). С. 89–91.*

Исмагилова Ф.С. Стратегии принятия решения в условиях снижения конкурентоспособности профессионалов старшего возраста // Известия Уральского федерального университета. Серия 3: Общественные науки. 2016. Т. 11, № 3(155). С. 100–105.

Касаркина Е.Н. Зависимость социальной адаптации пожилых людей от их потребностей и возможностей занятия физической культурой // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2017. Вып. 2, т. 28. С. 100–105.

Касьянова Т.И., Воронина Л.И. Занятость и готовность к обучению граждан пожилого возраста в условиях цифровизации: состояние, проблемы, перспективы // Социум и власть. 2020. № 6(86). С. 7–16. DOI: <https://doi.org/10.22394/1996-0522-2020-6-07-16>

Короленко А.В. Активное долголетие в жизненных практиках населения Вологодской области // Социальное пространство. 2022. Т. 8, № 1. URL: <http://socialarea-journal.ru/article/29201> (дата обращения: 13.04.2023). DOI: <https://doi.org/10.15838/sa.2022.1.33.2>

Лесина Л.А. Ключевые проблемы образования людей «третьего возраста» в зеркале социологических исследований // Вестник Сургутского государственного педагогического университета. 2019. № 5(62). С. 178–190.

Маслова Е.В. Занятость лиц «третьего возраста»: формирование информационной базы для выработки инновационных решений // Вестник Воронежского государственного университета. Серия: Экономика и управление. 2012. № 2. С. 21–27.

Нацун Л.Н. Оценка взаимосвязи жизненных установок населения с представлениями об активном долголетии // Социальное пространство. 2022. Т. 8, № 2. URL: <http://socialarea-journal.ru/article/29290> (дата обращения: 13.04.2023). DOI: <https://doi.org/10.15838/sa.2022.2.34.2>

Парфенова О.А. Вовлечение пожилых в волонтерскую и гражданскую активность как инструмент преодоления социального исключения // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2020. № 4. С. 119–135. DOI: <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.4.1580>

Смирнова Е.А. Теоретико-концептуальные подходы к изучению феномена социальной практики // Экология человека. 2015. № 1. С. 40–48. DOI: <https://doi.org/10.17816/humeco17170>

Усова Н.В., Гергедежиу Я.Г. Приоритетные направления продвижения услуг фитнес-центра на рынке крупного города // Вопросы управления. 2019. № 2(38). С. 231–242. DOI: <https://doi.org/10.22394/2304-3369-2019-2-231-242>

Филимонов М.И., Крохмалёва Е.В., Палькова Г.Б. Биопсихосоциальные подходы к отбору людей старших возрастных групп на программы социально-медицинской реабилитации // Современные проблемы науки и образования. 2018. № 4. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=27678> (дата обращения: 13.04.2023).

Шабанова М.А. О некоторых преимуществах интеграции экономического и социологического анализа институциональных изменений. Статья 1. Институты, практики, роли // Экономическая социология. 2006. Т. 7, № 4. С. 11–26.

Shinkai S., Yoshida H., Taniguchi Y., Murayama H., Nishi M., Amano H., Fujiwara Y. Public health approach to preventing frailty in the community and its effect on healthy aging in Japan // Geriatrics & Gerontology International. 2016. Vol. 16. P. 87–97. DOI: <https://doi.org/10.1111/ggi.12726>

Voss P., Wolff J.K., Rothermund K. Relations between views on ageing and perceived age discrimination: A domain-specific perspective // European Journal of Ageing. 2017. Vol. 14, iss. 1. P. 5–15. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10433-016-0381-4>

References

Antonova, N.L. (2009). [Social practice as a subject of sociological analysis]. *Kul'tura, lichnost', obshchestvo v sovremennom mire: metodologiya, opyt empiricheskogo issledovaniya: materialy XII Mezhdunar. konf. (Yekaterinburg, 19–20 marta 2009 g.)* [Culture, Personality, Society in the Modern World: Methodology, Experience of Empirical Research: Proceedings of the 12th International Conference (Yekaterinburg, March 19–20, 2009)]. Ekaterinburg: USU Publ., pp. 42–45.

Barsukov, V.N. and Kalachikova, O.N. (2021). [Territorial features of active longevity prevalence]. *Voprosy territorial'nogo razvitiya* [Territorial Development Issues]. Vol. 9, no. 2. Available at: <http://vtr.isert-ran.ru/article/28893> (accessed 13.04.2023). DOI: <https://doi.org/10.15838/tdi.2021.2.57.3>

Blagopriyatnye usloviya dlya zhizni lyudey starshego vozrasta v Evrope. Indikatory, monitoring i otsenka (2021) [Favorable conditions for the life of older people in Europe. Indicators, monitoring and

evaluation]. Copenhagen, DK: WHO Regional Office for Europe Publ., 60 p.

Davydov, E.L., Tikhonova, N.V., Glushanko, V.S., Shulmin, A.V. and Zakharova, A.S. (2020). [Asthenic syndrome in elderly people: diagnostic, treatment and rehabilitation trends]. *Sibirskoe meditsinskoe obozrenie* [Siberian Medical Review]. No. 5, pp. 40–48. DOI:

<https://doi.org/10.20333/2500136-2020-5-40-48>

Filimonov, M.I., Krokmalova, Ye.V. and Pal'kova, G.B. (2018). [Bio-psycho-social approaches to the selection of older people for social and medical rehabilitation programs]. *Sovremennyye problemy nauki i obrazovaniya* [Modern problems of science and education]. No. 4. Available at: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=27678> (accessed 13.04.2023).

Glukhanyuk, N.S. and Sergeeva, T.V. (2007). *Psikhologiya pozdnego vozrasta: rezul'taty issledovaniy* [Psychology of late age: research results]. Yekaterinburg: RSPPU Publ., 126 p.

Glushko, I.V. (2011). [Understanding the phenomenon of social practices and opportunities for their development]. *Obschestvo: filosofiya, istoriya, kul'tura* [Society: Philosophy, History, Culture]. No. 1–2, pp. 32–36.

Goryntsev, D.V. (2022). [Technologies for organizing leisure for the elderly and disabled]. *Tekhnologii sotsial'noy raboty s pozhilymi i invalidami: materialy III Mezhtregion. nauch.-prakt. konf. s mezhdunar. uchastiyem (Kostroma, 16–18 oktyabrya 2021 g.)* [Technologies of social work with the elderly and disabled: Proceedings of the III Inter-regional scientific and practical conference with international participation (Kostroma, October 16–18, 2021)]. Kostroma: Kostroma State University Publ., pp. 157–159.

Grigor'eva, I.A. and Bogdanova, E.A. (2020). [The concept of active aging in Europe and Russia in the face of the COVID-19 pandemic]. *Laboratorium: zhurnal sotsial'nykh issledovaniy* [Laboratorium: Russian Review of Social Research]. Vol. 12, no. 2, pp. 187–211. DOI: <https://doi.org/10.25285/2078-1938-2020-12-2-187-211>

Ismagilova, F.S. (2016). [Decision-making strategies in the context of decreasing competitiveness of older professionals]. *Izvestiya ural'skogo federal'nogo universiteta. Seriya 3: Obschestvennye nauki* [Izvestia. Ural Federal University Journal. Series 3: Social and Political Sciences]. Vol. 11, no. 3(155), pp. 100–105.

Kasarkina, E.N. (2017). [Dependency of social adaptation of elderly people on their needs and op-

portunities to engage in physical culture]. *Uchenye zapiski Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta psikhologii i sotsial'noy raboty* [Scientific Notes Journal of St. Petersburg State Institute of Psychology and Social Work]. Iss. 2, vol. 28, pp. 100–105.

Kasyanova, T.I., Voronina, L.I. (2020). [Employment and elderly citizens' readiness for training in the context of digitalization: state, problems, prospects]. *Sotsium i vlast'* [Society and Power]. No. 6(86), pp. 7–16. DOI: <https://doi.org/10.22394/1996-0522-2020-6-07-16>

Korolenko, A.V. (2022). [Active ageing in the life practices of the Vologda oblast population]. *Sotsial'noe prostranstvo* [Social Area]. Vol. 8, no. 1. Available at: <http://socialarea-journal.ru/article/29201> (accessed 13.04.2023). DOI: <https://doi.org/10.15838/sa.2022.1.33.2>

Lesina, L.A. (2019). [Key problems of the education of the «third age» people in the mirror of sociological research]. *Vestnik Surgutskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta* [Surgut State Pedagogical University Bulletin]. No. 5(62), pp. 178–190.

Maslova, E.V. (2012). [Employment of persons of the «third age»: the formation of an information base for the development of innovative solutions]. *Vestnik Voronezhskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Ekonomika i upravleniye* [Proceedings of Voronezh State University. Series: Economics and Management]. No. 2, pp. 21–27.

Natsun, L.N. (2022). [Assessment of the relationship between population's life attitudes and ideas about active longevity]. *Sotsial'noe prostranstvo* [Social Area]. Vol. 8, no. 2. Available at: <http://socialarea-journal.ru/article/29290> (accessed 13.04.2023). DOI: <https://doi.org/10.15838/sa.2022.2.34.2>

Parfenova, O.A. (2020). [Engaging older people in volunteering and civic activities as a tool to overcome social exclusion]. *Monitoring obschestvennogo mneniya: ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny* [Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes]. No. 4, pp. 119–135. DOI: <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.4.1580>

Shabanova, M.A. (2006). [On some advantages of integration of economic and sociological analysis of institutional changes. Article 1. Institutions, practices, roles]. *Ekonomicheskaya sotsiologiya* [Economic Sociology]. Vol. 7, no. 4, pp. 11–26.

Shinkai, S., Yoshida, H., Taniguchi, Y., Murayama, H., Nishi, M., Amano, H. and Fujiwara, Y. (2016). Public health approach to preventing frailty

in the community and its effect on healthy aging in Japan. *Geriatrics & Gerontology International*. Vol. 16, pp. 87–97. DOI: <https://doi.org/10.1111/ggi.12726>

Smirnova, E.A. (2015). [Theoretical-conceptual approaches to study of social practice phenomenon in foreign and national sociological science]. *Ekologiya cheloveka* [Human Ecology]. No. 1, pp. 40–48. DOI: <https://doi.org/10.17816/humeco17170>

Usova, N.V., Gergelezhiu, Ya.G. (2019). [Priority directions of advance of services of the fitness center in the market of the large city]. *Voprosy upravleniya* [Management Issues]. No. 2(38), pp. 231–242. DOI: <https://doi.org/10.22394/2304-3369-2019-2-231-242>

Vasil'eva, E.V. (2022). [Active ageing index of Russian regions: alternative approach]. *Narodonaselenie* [Population]. Vol. 25, no. 3, pp. 128–143. DOI: <https://doi.org/10.19181/population.2022.25.3.10>

Vasil'eva, E.N. and Mosina, O.A. (2014). [Resource potential of the «elderly»: implementation technologies]. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya* [Modern Problems of Science and Education]. No. 1. Available at: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=11993> (accessed 13.04.2023).

Voss, P., Wolff, J.K. and Rothermund, K. (2017). Relations between views on ageing and perceived age discrimination: A domain-specific perspective. *Euro-*

pean Journal of Ageing. Vol. 14, iss. 1, pp. 5–15. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10433-016-0381-4>

Voronina, L.I., Zaytseva, E.V. and Kas'yanova, T.I. (2022). [State strategy to support active longevity and physical activity of older citizens]. *Sotsial'no-politicheskie nauki* [Social and Political Sciences]. Vol. 12, iss. 4, pp. 195–207. DOI: <https://doi.org/10.33693/2223-0092-2022-12-4-195-207>

Zaytseva, E.V. and Volynskaya, M.M. (2020). [Resocialization of third-age citizens through recreational and athletic services]. *Vestnik ekonomiki, prava i sotsiologii* [The Review of Economy, the Law and Sociology]. No. 1, pp. 112–116.

Zborovskiy, G.E. (2019). [Social community of people of the «third age people»: concept, structure, functions]. *Vestnik Surgutskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta* [Bulletin of Surgut State Pedagogical University]. No. 2(59), pp. 9–20.

Zborovskiy, G.E. and Ambarova, P.A. (2017). [Typology of strategies for overcoming the temporal contradictions of the age groups]. *Sotsiologicheskii zhurnal* [Sociological Journal]. Vol. 23, no. 2, pp. 8–27. DOI: <https://doi.org/10.19181/socjour.2017.23.2.5157>

Zenina, O.N. (2015). [To the question of the study of value orientations of the personality of an elderly person]. *Evrasiyskiy Soyuz Uchenykh* [Eurasian Union of Scientists (ESU)]. No. 3–8(12), pp. 89–91.

Об авторах

Воронина Людмила Ивановна

кандидат социологических наук,
доцент кафедры теории, методологии
и правового обеспечения государственного
и муниципального управления

Уральский федеральный университет
им. первого Президента России Б.Н. Ельцина,
620002, Екатеринбург, ул. Мира, 19;
e-mail: l.i.voronina@urfu.ru
ResearcherID: HIY-0632-2022

Зайцева Екатерина Васильевна

кандидат социологических наук,
доцент кафедры теории, методологии
и правового обеспечения государственного
и муниципального управления

Уральский федеральный университет
им. первого Президента России Б.Н. Ельцина,
620002, Екатеринбург, ул. Мира, 19;
e-mail: katia_zai@mail.ru
ResearcherID: AAD-7875-2019

About the authors

Ludmila I. Voronina

Candidate of Sociology,
Associate Professor of the Department
for Theory, Methodology and Law Support
of State and Municipal Administration

Ural Federal University named after
the first President of Russia B.N. Yeltsin,
19, Mira st., Ekaterinburg, 620002, Russia;
e-mail: l.i.voronina@urfu.ru
ResearcherID: HIY-0632-2022

Ekaterina V. Zaitseva

Candidate of Sociology,
Associate Professor of the Department
for Theory, Methodology and Law Support
of State and Municipal Administration

Ural Federal University named after
the first President of Russia B.N. Yeltsin,
19, Mira st., Ekaterinburg, 620002, Russia;
e-mail: katia_zai@mail.ru
ResearcherID: AAD-7875-2019

Касьянова Татьяна Ивановна

кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теории, методологии
и правового обеспечения государственного
и муниципального управления

Уральский федеральный университет
им. первого Президента России Б.Н. Ельцина,
620002, Екатеринбург, ул. Мира, 19;
e-mail: kasyanova.t@gmail.com
ResearcherID: FDU-1245-2022

Tatiana I. Kasyanova

Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor of the Department
for Theory, Methodology and Law Support
of State and Municipal Administration

Ural Federal University named after
the first President of Russia B.N. Yeltsin,
19, Mira st., Ekaterinburg, 620002, Russia;
e-mail: kasyanova.t@gmail.com
ResearcherID: FDU-1245-2022