

Диагностическая программа для разработки индивидуальных и групповых программ социально-психологического сопровождения пожилых женщин, завершивших трудовую деятельность

А. В. Криулина

*Ленинградский государственный университет имени А. С. Пушкина,
Санкт-Петербург, Российская Федерация*

Введение. В данной статье рассматривается диагностическая программа для социально-психологической работы с пожилыми людьми на основе эмпирического исследования, выделяющего особенности систем отношений личности пожилых женщин, работавших в социэкономических и техноэкономических профессиях. Диагностическая программа основана на психологических знаниях о системе отношений личности и индивидуально-психологических особенностях пожилых женщин, имеющих профессиональный опыт в различных сферах.

Материалы и методы. Выборка, на основе исследования которой составлялась диагностическая программа, представлена 116-ю пожилыми женщинами, проживающими в Санкт-Петербурге. Представительницы социэкономических специальностей – 60 человек, техноэкономических – 56 человек. Использовались следующие методики: опросник, социально-демографическая анкета, методика «Цветовые метафоры» И.Л. Соломина, «Семантический дифференциал времени» (Вассерман Л. И. с соавт., 2005).

Результаты. Данные практические рекомендации предназначены для психологов, работающих с пожилыми людьми, и содержат предложения, направленные на более глубокую диагностику системы отношений личности и индивидуально-психологических особенностей, которые могут быть использованы для разработки индивидуальных и групповых программ психологического сопровождения пожилых женщин, завершивших трудовую деятельность.

Обсуждение и выводы. В систему психологического сопровождения пожилых людей целесообразно включать диагностический блок, определяющий индивидуально-психологические особенности и уровни принятия различных сфер жизни в системе отношений личности. Выявлено, что сфера предыдущей профессиональной деятельности является одним из определяющих факторов при формировании социально-психологической программы после выхода на пенсию.

Ключевые слова: диагностическая программа, социально-психологическая работа, пожилые женщины, система отношений личности, индивидуально-психологические особенности, возрастные особенности, опыт профессиональной деятельности.

Для цитирования: Криулина А. В. Диагностическая программа для разработки индивидуальных и групповых программ социально-психологического сопровождения пожилых женщин, завершивших трудовую деятельность // Вестник Ленинградского государственного университета имени А. С. Пушкина. – 2023. – № 4. – С. 519–534. DOI: 10.35231/18186653_2023_4_519. EDN: BOGTSC

Diagnostic Program for the Development of Individual and Group Programs for the Socio-psychological Support of Elderly Women Who Have Completed Their Labor Activity

Anastasia V. Kriulina

*Pushkin Leningrad State University,
Saint Petersburg, Russian Federation*

Introduction. This article discusses the relevance of the diagnostic program for socio-psychological work with older people on the basis of an empirical study that highlights the features of the relationship systems of the personality of older women who worked in socio-economic and technomic professions. The diagnostic program is based on psychological knowledge about the system of personality relationships and individual psychological characteristics of older women with professional experience in various fields.

Materials and methods. The sample, on the basis of the study of which the diagnostic program was compiled, is represented by 116 elderly women living in St. Petersburg. Representatives of socio-economic specialties – 60 people, technomic – 56 people. The following methods were used: a socio-demographic questionnaire, the "Color metaphors" method by I. L. Solomin, "Semantic differential of time" (Vasserman L. I. et al., 2005).

Results. These practical recommendations are intended for psychologists working with older people and contain proposals aimed at a deeper diagnosis of the system of personality relationships and individual psychological characteristics that can be used to develop individual and group programs for psychological support for older women who have completed their work activities.

Discussion and conclusion. For the first time, the system of personality relations with the directions of relations: to oneself, to others, to activity, was studied in elderly women who worked in the field of socio-economic and technomic professions. It has been determined that the sphere of previous professional activity is one of the determining factors associated with the system of relationships of the personality of older people, and can become a key factor in the formation of a socio-psychological program after retirement.

Key words: diagnostic program, socio-psychological work, elderly women, system of personality relationships, individual psychological characteristics, age characteristics, professional experience.

For citation: Kriulina, A. V. (2023) Diagnosticheskaya programma dlya razrabotki individual'nyh i grup-povyh programm social'no-psihologicheskogo soprovozhdeniya pozhilyh zhenshchin, zavershivshih trudovuyu deyatel'nost' [Diagnostic Program for the Development of Individual and Group Programs for the Socio-psychological Support of Elderly Women Who Have Completed Their Labor Activity]. *Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta imeni A. S. Pushkina – Pushkin Leningrad State University Journal*. No. 4. Pp. 519–534. DOI: 10.35231/18186653_2023_4_519. EDN: BOGTSC

Введение

Количество людей в возрасте 60-ти лет и старше увеличивается: прогнозируется, что в 2050 г. 16 % популяции будет принадлежать к данной возрастной группе (отчет «Мировые демографические перспективы: пересмотренное издание 2019 года»). Численность пожилых людей растет, и потому становится все более актуальной реализация индивидуального подхода, учитывающего систему отношений, субъективное переживание людьми этого периода жизни, восприятие индивидуально-психологических особенностей личности пожилых людей как ресурса. Позитивная система отношений личности в пожилом возрасте способствует преемственности поколений, делает межпоколенные отношения более конструктивными, снижает напряженность в обществе, помогает реализации пожилых людей в обществе за счет включения в социально полезную деятельность.

Кризисы в пожилом возрасте не имеют фиксированной возрастной привязки, в основном они связаны с прекращением профессиональной деятельности. Эти кризисы касаются абсолютно всех сфер жизни, ведь завершение трудовой жизни ведет за собой множество изменений – от утраты статуса и снижения дохода до перестройки социальных ролей и поиска новой идентичности. Конструктивным способом разрешения этого кризиса может стать нахождение новой деятельности-хобби или участие в общественной жизни, продолжение активности любого рода.

Влияние профессиональной деятельности на личность человека настолько глубоко и системно, что пожилые люди, даже завершая работу, все равно продолжают обладать системой отношений личности, сформированной под влиянием особенностей профессиональной деятельности. В этой связи актуальным для возрастной психологии является решение научной задачи – выявление значимых особенностей систем личности пожилых людей, работавших в различных профессиональных областях. Решение данной научной задачи позволит разрабатывать различные программы социально-психологического сопровождения для представителей разных профессий.

Обзор литературы

О социальной ситуации и ведущей деятельности отдельных периодов старости подробно пишет Н. С. Пряжников, делая

акцент на состоянии здоровья и времени окончания профессиональной деятельности [25]. Ф. Б. Березин говорит о важности устойчивости Я-концепции (формы идентичности) как необходимом условии эффективной интеграции поведения и внутренней согласованности личности [5].

Возможные варианты сценариев и типологий старения можно разместить между двумя полюсами, на одном из которых – сохранение человека как личности с развитием социальной интеграции, а на другом – сохранение человека как индивида с выпадением из социума, угасанием и фиксацией на физическом выживании [2; 15].

Несмотря на яркую индивидуальность процесса старения, оно происходит в сходном социальном пространстве: формальных характеристик, общественных стереотипов старости, социальной политики, в ведении которой оказываются пенсионеры.

В социальном пространстве пожилого человека с выходом на пенсию происходят существенные изменения, на фоне которых снижается социальная мобильность, к которой пожилому человеку приходится адаптироваться [30]. Наибольшее значение для людей пожилого возраста, как показывают исследования, имеют проблемы, связанные с их положением в социуме. Проблемы беспомощности, одиночества, конфликта поколений – это все проблемы неудовлетворительной посттрудоустройственной адаптации.

Елютина М. Э. указывает, что у пожилых людей существует проблема зависимости от государственной поддержки, хотя общество призывает к необходимости их социальной автономии [14]. «Необходима социологическая рефлексия источников и факторов снятия напряженностей, поиск более эффективных путей, форм, средств, методов достижения приемлемого уровня жизни при переходе к статусу пенсионера» [13].

Хотя на данный момент социальная служба существует уже более 30-ти лет, И. А. Григорьева в своих исследованиях продолжает указывать на главный ее порок – восприятие пожилых как пассивных объектов [12]. Переориентация социальной помощи пожилым людям в русло образовательных программ, проектной деятельности, самоорганизации может значительно улучшить психологическое состояние, самоуважение, укрепить субъектное самовосприятие, улучшить со-

циальный образ пожилого человека, что неоднократно подтверждается современными исследованиями [Завьялова И. Ю., Солдатова Е. Л., 2019; Забелина Н. В., 2018; Кязимов К. Г., 2018, Черенева Е. А. и соавт., 2021].

Образ стареющего человека в России наполнен негативными социальными стереотипами и автостереотипами. Ключевая задача психологов и социальных работников – поменять имидж старости и образ старения, сформировать новые ожидания от представителей старшего поколения, чтобы как перестроить взаимодействие с ними социальных институтов, так и повлиять на формирование осознанных и неосознанных ожиданий людей от пожилого возраста.

Сейчас создают все больше комплексных социальных программ для пенсионеров, самый яркий пример этого направления – московское «Активное долголетие». Существует индивидуальная и групповая психологическая поддержка, пробуют различные форматы вовлечения через участие в спортивной и иной деятельности – музейная коммуникация, экскурсионные программы, йога, программа адаптивной двигательной рекреации, скандинавская ходьба (Швецова Ю. Н., 2022; Рыбин Н. П., 2022; Коробова В. И., 2022; Игнатенко Р. В., Калоерова В. Г., 2022, Федоскина Е. М. и соавт, 2023; Маньшина А. В. и соавт, 2022; Панкова Т. Д., 2022).

Мы предлагаем диагностическую программу для улучшения социально-психологической поддержки людей, завершивших трудовую деятельность.

Материалы и методы

Исследование проводилось на базе Центра социальной помощи пожилым людям Санкт-Петербурга. В представленном исследовании приняла участие группа женщин пенсионного возраста в количестве 116-ти человек. Представительницы социономических специальностей – 60 человек, технономических – 56 человек. Разделение на группы по критерию предыдущей профессиональной деятельности осуществлялось на основе анкетных данных.

В батарею методик вошли: социально-демографическая анкета, методика «Цветовые метафоры» И. Л. Соломина [27], «Семантический дифференциал времени» [7].

На основе проведенного исследования с использованием кластерного анализа было описано психосемантическое пространство всех трех подсистем системы отношений личности, различающихся по направленностям: к себе, к другим, к деятельности, а также особенности восприятия времени [3; 4; 8; 9; 10; 11, 19; 20; 21].

Таким образом, оценивая научную значимость полученных результатов исследования, можно сформулировать следующие выводы:

1. Существуют особенности всех подсистем системы отношений личности пожилых женщин, работавших в социономических и технономических профессиях.

2. Наиболее значимым результатом для геронтопсихологии являются выявленные качественные различия системы отношений личности пожилых женщин. Для работавших в социономической сфере характерна ориентация на социальные аспекты отношений, низкая толерантность к одиночеству, интерес к себе, большая представленность семьи в системе отношений личности, выраженная идентификация с профессиональной деятельностью. Для работавших в сфере технономических профессий характерен более широкий спектр интересов, временная связность прошлого, настоящего и будущего в системе отношений личности, ориентация на дружеские связи, толерантность к одиночеству.

3. Практическая значимость полученных данных заключается в том, что при разработке индивидуальной программы социальной и психологической поддержки пожилого человека учитывается сфера его предыдущей профессиональной деятельности: представителям социономических профессий больше рекомендованы групповые формы активности, направленные на самопознание, тогда как представителям технономических профессий могут быть рекомендованы индивидуальные занятия, направленные на обретение новых практических навыков.

Результаты

Полученные результаты исследования могут быть использованы для индивидуализации процесса оказания социально-психологической помощи специалистами, занимающимися сопровождением пожилых людей.

1.1. Оценка системы отношений личности.

Результаты исследования

В результате кластерного анализа были выявлены три группы пожилых женщин, отличающихся системами отношений личности по уровню принятия сфер жизни: низким, средним и высоким. Наибольшие различия систем отношения личности женщин, относящихся к различным группам, выявлены в подструктурах отношений к другим и к деятельности в целом. В первой группе эти отношения эмоционально отвергаются, во второй – имеют нейтральное отношение, в третьей – эмоционально принимаются. Также группы очень сильно отличаются по насыщенности понятиями, наполняющими каждую подструктуру отношений.

Система отношений личности, выделенная на основе положений теории В. Н. Мясищева, с направленностями отношений: к себе, к другим, к деятельности, изученная при помощи базирующейся на субъективно-оценочном критерии методики «Цветовые метафоры» И. Л. Соломина, проявляется в степени принятия сфер жизни. Чем система отношений более интегрированная, чем больше взаимосвязаны понятия и принимаемые подструктуры, тем выше принятие сфер жизни.

На основе проведенных исследований были составлены обобщенные психологические портреты, раскрывающие индивидуально-психологические особенности каждой из трех групп пожилых людей с разными системами отношений.

В группе с низким принятием сфер жизни пожилые женщины напряжены, время воспринимают неактивным, слабо структурированным, не ощущают его глубины. Их система отношений личности имеет крайне мало взаимосвязанных понятий, все сферы жизни не принимаются.

Пожилые женщины со средним принятием сфер жизни проявляют теплоту, понимание, привязанность и уважение к другим. Они уже более дифференцированно воспринимают временные зоны – настоящее положительно эмоционально окрашено, а будущее воспринимается активным. Более насыщенной понятиями становится и система отношений личности в данной группе, хотя пересечений между подструктурами не так много, а подструктура отношения к себе отвергается, тогда как подструктуры отношения к другим и к деятельности уже воспринимаются ровно как нейтральные.

В группе с высоким принятием сфер жизни пожилые женщины общительны, доверчивы, проявляют понимание и уважение к другим, сенситивны, и склонные проявлять привязанность. В восприятии времени у этой группы выявлено выделение всех временных зон: настоящее становится многогранным – активным, положительно эмоционально окрашенным, ощущаемым, структурированным, прошлое положительно эмоционально окрашено, а будущее воспринимается активным. В этой группе самая насыщенная и внутренне интегрированная система отношений личности – понятия подструктур очень насыщены ассоциациями, понятия всех подструктур имеют множественные связи с подструктурой деятельности. В этой группе подструктуры отношения к другим и к деятельности – принимаемы. Также стоит отметить, что самые большие проблемы со здоровьем обнаружены в данной группе.

1.2. Оценка системы отношений личности.

Диагностический блок

На первом этапе оценивается система отношений пожилых женщин при помощи методики «Цветовые метафоры» [27]. На основе полученных данных по степени принятия сфер жизни респонденты относятся к одной из трех групп: низкое, среднее и высокое принятие сфер жизни. Для отнесения к какой-либо из групп изучается содержание всех трех подсистем отношений личности: к себе, к другим, к деятельности.

1. Подсистема отношений к себе включает понятия, отражающие а) *Я-концепцию*: Каким я хочу быть, Я, Какой я на самом деле; б) *восприятие времени*: Мое будущее, Мое настоящее, Мое прошлое, Перемены, Время, когда я вышел на пенсию; в) *эмоции*: Обида, Одиночество, Печаль, Радость, Раздражение, Скука, Страх; г) *систему субъективных немодальных значений и смыслов*: Рациональный, Компромиссный, Активный, Статичный, Достойный, Враждебный, Открытый, Обеспеченный, Понимающий, Постоянный, Напряженный, Неподвижный, Творческий, Неуверенный, Независимый, Эгоистичный, Профанный, Насыщенный, Обычный, Привлекательный, Дискомфортный, Скучный, Оправданный.

2. Подсистема отношений к деятельности содержит понятия, касающиеся *значимых других*: Внуки, Дети, Люди, Мои коллеги, Мои родные, Мой отец, Моя мать, Моя семья, Пенсио-

неры, Школа третьего возраста и *характеристики пространства отношений*: Безопасность, Близость, Доверие, Дружба, Любовь, Надежность, Общение, Свобода, Стабильность, Уверенность, Конфликты, Неприятности, Неудача, Угроза.

3. Подсистема отношения к деятельности включает три группы понятий, отражающих *содержательную* (Творчество, Успех, Интересное занятие, Моя профессия, Моя работа, Работа, Труд, Карьера), *ценностную* (Власть, Выполнение долга, Знания, Личная независимость, Обязанности, Признание окружающими, Выполнение обязанностей, Домашнее хозяйство, Информация, Искусство, Учеба, Отдых) и *материальную* (Деньги, Заработок, Материальное благополучие) сторону деятельности.

Исходя из обобщенного усредненного значения по каждой сфере жизни пожилые женщины относятся к одной из трех групп: более четырех – низкое принятие сфер, от трех до четырех – среднее принятие, менее трех – высокое принятие. Шкала обратная – чем ниже цифра показателя принятия, тем выше его уровень. Исходя из этого, каждую сферу жизни системы отношений личности – к себе, к другим, к деятельности – можно отнести к низкому, среднему или высокому уровню принятия.

Помимо количественной оценки, производится качественная оценка на основе взаимосвязи понятий. Прохождение методики выявляет перечень понятий, составляющих систему отношений личности по подсистемам, где каждое понятие имеет ранг эмоционального принятия и перечень ассоциаций из числа остальных понятий. Анализируется количество взаимосвязей, взаимосвязь понятий между подсистемами, смысловая наполненность понятий ассоциациями.

Полученные результаты исследования используются для проведения глубинного интервью с целью уточнения полученных данных, их личностной значимости, а также для выбора формы социальной активности.

Одним из значимых параметров в группе пожилых женщин с высоким принятием всех сфер жизни являются ассоциации в системе отношений «учебы» с «признанием окружающими», а с «радостью» и «творчеством» – второй базовой потребностью опрошенных. По результатам анализа выявлено, что в участии в образовательной программе пожилые люди могут реализовать базовые потребности – и учебу, и творчество.

На основе анализа системы отношения пожилых женщин выявлено, что обучение с использованием образовательных программ – наиболее предпочтительная форма активности. Даже в пожилом возрасте понятия «учебы» и «творчества» могут быть интегрированы в систему отношений личности и существенно улучшать качество жизни.

2.1. Диагностика восприятия времени.

Результаты исследования

У пожилых женщин восприятие различных периодов жизни, особенно прошлого, носит в целом позитивный характер при максимальных показателях позитивности восприятия прошлого времени. В восприятии настоящего времени у пожилых людей, в отличие от нормативных показателей взрослой выборки (представленных в литературных источниках), наблюдается снижение активности и осязаемости, а в восприятии будущего времени – снижение активности, осязаемости и величины. Это свидетельствует о снижении физических сил и энергии, усталости, ограничении временной перспективы при сохранении оптимистичности и структурированности восприятия этих периодов. Восприятие и отношение к прошлому, настоящему и будущему времени образуют большое число корреляционных взаимосвязей между собой, что позволяет говорить о единой временной трансперспективе личности.

2.2. Диагностика восприятия времени.

Диагностический блок

Изучение восприятия времени при помощи методики «Семантический дифференциал времени» [7].

Если выявляется идеализация прошлого, проявляющаяся в завышенных данных, и недооценка будущего, проявляющаяся в заниженных (по сравнению с нормативными) показателях, то при оказании психологической помощи особое внимание необходимо уделять работе с восприятием будущего пожилых людей – именно в этом заключается часто недооцененный ресурс личности. Необходимо помогать прорабатывать именно личные планы, переориентировать направленность жизни не только на детей и внуков, но и на собственное развитие: освоение новых навыков, новой информации, технологических новинок. Увеличение познавательной активности у пожилых людей уменьшает субъективный возраст и расширяет временную перспективу.

3.1. Фактор предыдущей профессиональной деятельности.

Результаты исследования

Выявлено, что сфера предыдущей профессиональной деятельности является ключевым фактором, связанным с системой отношений личности пожилых людей. Для пожилых женщин, работавших в социономической сфере, характерна ориентация на социальные аспекты отношений, низкая толерантность к одиночеству, интерес к себе, большая представленность семьи в системе отношений личности, выраженная идентификация с профессиональной деятельностью. Для пожилых женщин, работавших в сфере технономических профессий, характерен более широкий спектр интересов, временная связность прошлого, настоящего и будущего в системе отношений личности, ориентация на дружеские связи, толерантность к одиночеству.

3.2. Фактор предыдущей профессиональной деятельности.

Диагностический блок

При разработке индивидуальной программы социальной и психологической поддержки пожилого человека важно учитывать сферу его предыдущей профессиональной деятельности. Выявлены качественные различия систем отношений личности пожилых людей, работавших в технономической и социономической сферах. Те, кто работал в социономической сфере, больше ориентированы на самопознание и отношения (особенно в семье), менее терпимы к одиночеству, продолжают ассоциировать себя с профессией. Те, кто работал в технономической сфере, более терпимы к одиночеству, опираются на ресурс дружбы и имеют больше сфер интересов, обладают связанной временной трансспективой. На основе анализа систем отношений представителям социономических профессий больше рекомендованы групповые формы активности, направленные на самопознание, например, психологические группы, арт-терапия, мастер-майнды, творческие мастерские. Тогда как представителям технономических профессий могут быть рекомендованы индивидуальные занятия, направленные на обретение новых практических навыков, например, работа в специализированных компьютерных программах по дизайну, анализу данных, программированию, моделированию, работа с 3D-принтерами, деревообрабатывающими станками.

Обсуждение и выводы

В данном исследовании рассматривались особенности систем отношений только для людей, работавших в технономической и соционимической сферах. Изучение систем отношений личности пожилых женщин, работавших с художественными образами, природными объектами и знаковыми системами, не проводилось.

Итак, в систему психологического сопровождения пожилых людей целесообразно включать диагностический блок, определяющий индивидуально-психологические особенности и уровни принятия различных сфер жизни в системе отношений личности.

Таким образом, данные практические рекомендации предназначены для психологов и социальных работников, взаимодействующих с пожилыми людьми, и содержат предложения, направленные на более глубокую диагностику системы отношений личности и индивидуально-психологических особенностей, которые могут быть использованы для разработки индивидуальных и групповых программ социально-психологического сопровождения пожилых женщин, завершивших трудовую деятельность.

Список литературы

1. Актуальные проблемы активного долголетия и качества жизни пожилых людей. Сборник научных трудов. – Калуга: КГУ им. К. Э. Циолковского, 2020. – 225 с. EDN: NQBXGI
2. Анцыферова Л. И. Новые стадии поздней жизни: время теплой осени или суровой зимы? // Психологический журнал. – 1994. – Т. 22. – № 3. – С. 99–105. EDN: YNBNRL
3. Белов В. В., Криулина А. В. Индивидуально-психологические особенности пожилых женщин с различными системами отношений личности // Вестник Ленинградского государственного университета имени А. С. Пушкина. – 2021. – № 2. – С. 83–100. EDN: CPMCRX
4. Белов В. В., Криулина А. В. Субъективная оценка качества жизни пожилых людей с разными личностными особенностями // Вестник Ленинградского государственного университета имени А. С. Пушкина. – 2020. – № 2. – С. 275–293. EDN: SBDOTE
5. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. – Л.: Наука, 1988. – 270 с.
6. Бодалев А. А. Восприятие и понимание человека человеком. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982. – 200 с.
7. Вассерман Л. И., Трифонова Е. А., Червинская К. Р. Семантический дифференциал времени: экспертная психодиагностическая система в медицинской психологии. Пособие для врачей и медицинских психологов. – СПб.: Изд-во СПбНИПНИ им. В. М. Бехтерева, 2009. – 44 с.
8. Головей Л. А., Криулина А. В. К вопросу о характеристиках субъективного мира личности в период поздней взрослости // Вестник Санкт-Петербургского университета. – Сер. 16. – 2014. – Вып. 2. – С. 41–50. EDN: SFVUWN
9. Головей Л. А., Криулина А. В. Образ мира пожилого человека в связи с его профессиональным опытом // Ананьевские чтения – 2014: Психологическое обеспечение профессиональной деятельности. Материалы научной конференции, 21–23 октября 2014 г. / отв. ред. Г. С. Никифоров. – СПб.: Скифия-принт, 2014. – С. 311–312.

10. Головей Л. А., Криулина А. В. Темпоральные характеристики личности пожилого человека // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». – 2017. – Т. 27. – № 1. – С. 82–90. EDN: YUJWUT

11. Головей Л. А., Стрижикца О. Ю., Криулина А. В. Позитивное функционирование личности в пожилом возрасте: комплексный подход // Психологические исследования. – 2014. – Т. 7. – № 36. – С. 9. EDN: THSVSL

12. Григорьева И. А. Социальное обслуживание пожилых // Пожилые в современной России: между занятостью, образованием и здоровьем. – СПб.: Алетей. – 2015. – С. 233–276. EDN: VNSVRJ

13. Елютина М. Э. Пожилой человек в образовательном пространстве современного общества [Потребности пожилых людей в образовании]. СОЦИС. – 2003. – № 7. – С. 43–49. EDN: OOUFH

14. Елютина М. Э. Социальная геронтология в структуре профессиональной подготовки социальных работников // Росс. журн. соц. работы. – 1996. – № 2. – С. 86–92.

15. Ермолаева М. В. Практическая психология старости. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. – 320 с.

16. Игнатенко Р. В., Калоерова В. Г. Обоснование использования элементов йоги в профилактико-оздоровительной программе для женщин пожилого возраста // Актуальные вопросы науки и образования: сборник научных трудов I Международной научно-практической конференции. – Ульяновск, 2022. – С. 398–403. EDN: DFCDTI

17. Климов Е. А. Образ мира в разнотипных профессиях. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1995. – 224 с.

18. Корובה В. И. Экскурсионная программа как средство ресоциализации граждан пожилого возраста // XVI Машеровские чтения: материалы международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. – Витебск, 2022. – С. 199–201.

19. Криулина А. В., Головей Л. А. Декларируемые и неосознаваемые ценности в образе мира пожилых людей // Аняевские чтения – 2016: Психология: вчера, сегодня, завтра: материалы научной конференции, 25–29 октября 2016 г., в 2-х томах. Т. 1 / отв. ред. А. В. Шаболтас, Н. В. Гришина, С. В. Медников, Д. Н. Волков. – СПб.: ИД «ФАРМиндекс», 2016. – Т. 1. – С. 229–230.

20. Криулина А. В. Восприятие и отношение ко времени в поздние периоды жизни // Психология XXI века: академическое прошлое и будущее: материалы XVIII международной научной конференции молодых ученых, 20–23 апреля 2015 г. / под науч. ред. О. В. Щербаковой. – СПб.: Скифия-принт. – С. 99–101.

21. Криулина А. В. Восприятие различных периодов времени в связи с особенностями личности в позднем возрасте // Психология – наука будущего: материалы VI Международной конференции молодых ученых «Психология – наука будущего». 19–20 ноября 2015 г., Москва / под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015. – С. 216–219. EDN: ULUUNB

22. Маньшина А. В., Валиева Н. Р., Бутарева М. М., Исраилян З. Э. Оценка удовлетворенности населения пожилого возраста социальными программами «Активное долголетие» на примере города Москвы // Национальное здравоохранение. – 2022. – Т. 3. – № 3. – С. 20–28. EDN: HLYQKZ

23. Отчет «Мировые демографические перспективы: пересмотренное издание 2019 года».

24. Панкова Т. Д. Анализ мнений людей пожилого возраста об актуальности внедрения общеразвивающей рекреационной программы «северная ходьба» // Научный форум: тенденции развития науки и общества: международная научно-практическая конференция. г. Кемерово, 2022. – С. 65–68. EDN: OEZJIT

25. Пряжников Н. С. Личностное самоопределение в преклонном возрасте // Мир психологии. – 1999. – № 2. – С. 111–123. EDN: DCLNOJ

26. Рыбин Н. П. Актуальные практики музейной коммуникации для лиц «третьего возраста» // Многообразии культур в условиях глобализованного мира и проблемы сохранения культурно-исторического наследия: материалы Международной научной конференции. – Екатеринбург, 2022. – С. 275–279.

27. Соломин И. Л. Современные методы психологической экспресс-диагностики и профессионального консультирования. – СПб.: Речь, 2006. – 279 с. EDN: QXOIKX

28. Швецова Ю. Н. Проектирование программ социального обслуживания граждан пожилого возраста // Актуальные проблемы социальной сферы: теория и практика: материалы V Международной научно-практической конференции. – Тамбов, 2022. – С. 103–106. EDN: GELDFA

29. Федоскина Е. М., Комачева О. А., Ситкина М. Г., Федорова Н. И. Программа адаптивной двигательной рекреации для коррекции физического и психоэмоционального состояния женщин пожилого возраста // Спорт, Человек, Здоровье: материалы XI Международного Конгресса / под ред. С. И. Петрова. – СПб., 2023. – С. 423–425.

30. Щербаков И. М. Нисходящая социальная мобильность пожилых людей // Институциональные проблемы современной России. – Н. Новгород, 2006.

References

1. *Aktual'nye problemy aktivnogo dolgoletiya i kachestva zhizni pozilyh lyudej. Sbornik nauchnyh trudov* [Current problems of active longevity and quality of life of older people. Collection of scientific papers] (2020). Kaluga: KSU named after. K. E. Tsiolkovsky (In Russian). EDN: NQBXGI

2. Antsyferova, L. I. (1994) *Novye stadii pozdnej zhizni: vremya teploj oseni ili surovoj zimy?* [New stages of late life: a time of warm autumn or harsh winter?]. *Psihologicheskij zhurnal – Psychological Journal*. Vol. 22. No. 3. Pp. 99–105. (In Russian). EDN: YBNBRL

3. Belov, V. V., Kriulina, A. V. (2021) *Individual'no-psihologicheskie osobennosti pozilyh zhenshchin s razlichnymi sistemami otnoshenij lichnosti* [Individual psychological characteristics of older women with different systems of personality relationships]. *Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta imeni A. S. Pushkina. – Bulletin of Leningrad State University named after A. S. Pushkin*. No. 2. Pp. 83–100. (In Russian). EDN: CPMCRX

4. Belov, V. V., Kriulina, A. V. (2020) *Sub"ektivnaya ocenka kachestva zhizni pozilyh lyudej s raznymi lichnostnymi osobennostyami* [Subjective assessment of the quality of life of elderly people with different personal characteristics]. *Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta imeni A. S. Pushkina. – Bulletin of Leningrad State University named after A. S. Pushkin*. No. 2. Pp. 275–293. (In Russian). EDN: SBDOTE

5. Berezin, F. B. (1988) *Psihicheskaya i psihofiziologicheskaya adaptaciya cheloveka* [Mental and psychophysiological adaptation of a person]. Leningrad: Nauka. (In Russian).

6. Bodalev, A. A. (1982) *Vospriyatie i ponimanie cheloveka chelovekom* [Perception and understanding of man by man]. Moscow: Publishing house Mosk. University. (In Russian).

7. Wasserman, L. I., Trifonova, E. A. Chervinskaya, K. R. (2009) *Semanticheskij differencial vremeni: ekspertnaya psihodiagnosticheskaya sistema v medicinskoj psihologii. Posobie dlya vrachej i medicinskih psihologov* [Semantic time differential: expert psychodiagnostic system in medical psychology. A manual for doctors and medical psychologists]. St. Petersburg: Publishing house SPbNIPNI im. V. M. Bekhtereva. (In Russian).

8. Golovey, L. A., Kriulina, A. V. (2014) *K voprosu o harakteristikah sub"ektivnogo mira lichnosti v period pozdnej vzroslosti* [On the question of the characteristics of the subjective world of the individual in the period of late adulthood]. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta – Bulletin of St. Petersburg University*. Ser. 16. Vol. 2. Pp. 41–50. (In Russian). EDN: SFVUWN

9. Golovey, L. A., Kriulina, A. V. (2014) *Obraz mira pozhilogo cheloveka v svyazi s ego professional'nym opytom* [The image of the world of an elderly person in connection with his professional experience]. *Anan'evskie chteniya* [Ananyev Readings]. Psychological support for professional activities. Proceedings of the scientific conference, October 21–23, 2014. / rep. ed. G. S. Nikiforov. St. Petersburg: Skifia-print. Pp. 311–312. (In Russian).

10. Golovey, L. A., Kriulina, A. V. (2017) *Temporal'nye harakteristiki lichnosti pozhilogo cheloveka* [Temporal characteristics of the personality of an elderly person]. *Vestnik Udmurtskogo universiteta – Bulletin of the Udmurt University. Series "Philosophy. Psychology. Pedagogy"*. Vol. 27. No. 1. Pp. 82–90. (In Russian). EDN: YJUWUT

11. Golovey, L. A., Strizhitskaya, O. Yu., Kriulina, A. V. (2014) *Positivnoe funkcionirovanie lichnosti v pozhilom vozraste: kompleksnyj podhod* [Positive personality functioning in old age: an integrated approach]. *Psihologicheskie issledovaniya – Psychological Research*. Vol. 7. No. 36. P. 9. (In Russian). EDN: THSVSL

12. Grigorieva, I. A. (2015) Social'noe obsluzhivanie pozhilyh [Social services for the elderly]. *Pozhilye v sovremennoy Rossii: mezhdru zanyatost'yu, obrazovaniem i zdorov'em* [Elderly in modern Russia: between employment, education and health]. St. Petersburg: Aletheia. Pp. 233–276. (In Russian). EDN: VNSVRJ

13. Elutina, M. E. (2003) *Pozhiloy chelovek v obrazovatel'nom prostranstve sovremennoogo obshchestva (Potrebnosti pozhilyh lyudej v obrazovanii)* [An elderly person in the educational space of modern society (Needs of elderly people in education)]. SOCIS. No. 7. Pp. 43–49. (In Russian). EDN: OOOUFH

14. Elutina, M. E. (1996) Social'naya gerontologiya v strukture professional'noj podgotovki social'nyh rabotnikov [Social gerontology in the structure of professional training of social workers]. *Ross. Zhurn. Soc. raboty – Rus. Journal Social work*. No. 2. Pp. 86–92. (In Russian).

15. Ermolaeva, M. V. (2002) *Prakticheskaya psihologiya starosti* [Practical psychology of old age]. Moscow: EKSMO-Press. (In Russian).

16. Ignatenko, R. V., Kaloyerova, V. G. (2022) Obosnovanie ispol'zovaniya elementov jogi v profilaktiko-ozdorovitel'noj programme dlya zhenshchin pozhilogo vozrasta [Rationale for the use of yoga elements in a preventive and health program for elderly women]. *Aktual'nye voprosy nauki i obrazovaniya* [Current issues of science and education]. Collection of scientific papers of the I International Scientific and Practical Conference. Ulyanovsk. Pp. 398–403. (In Russian). EDN: DFCDTI

17. Klimov, E. A. (1995) *Obraz mira v raznotipnyh professiyah* [The image of the world in different types of professions]. Moscow: Publishing house Moscow University. (In Russian)

18. Korobova, V. I. (2022) Ekskursionnaya programma kak sredstvo resozializatsii grazhdan pozhilogo vozrasta [Excursion program as a means of resocialization of elderly citizens]. *XVI Masherovskie chteniya* [XVI Masherov readings]. Materials of the international scientific and practical conference of students, graduate students and young scientists. Vitebsk. Pp. 199–201. (In Russian).

19. Kriulina, A. V., Golovey, L. A. (2016) Deklariruemye i neosoznavaemye cennosti v obraze mira pozhilyh lyudej [Declared and unconscious values in the image of the world of older people]. *Anan'evskie chteniya – 2016* [Ananyev Readings – 2016]. Psychology: yesterday, today, tomorrow. Materials of the scientific conference, October 25–29, 2016, in 2 volumes. Volume 1 / Answer. ed. A. V. Shaboltas, N. V. Grishina, S. V. Mednikov, D. N. Volkov. St. Petersburg: Publishing House "FARMIndex" Pp. 229–230. (In Russian).

20. Kriulina, A. V. (2015) Vospriyatie i otnoshenie ko vremeni v pozdnie periody zhizni [Perception and attitude towards time in later periods of life]. *Psihologiya XXI veka: akademicheskoe proshloe i budushchee* [Psychology of the 21st century: academic past and future]. Proceedings of the XVIII International Scientific Conference of Young Scientists, April 20–23, 2015. Scientifically edited by O. V. Shcherbakova. St. Petersburg: Scythia-print. Pp. 99–101. (In Russian).

21. Kriulina, A. V. (2015) Vospriyatie razlichnykh periodov vremeni v svyazi s osobennostyami lichnosti v pozdnem vozraste [Perception of different periods of time in connection with personality characteristics in late age]. *Psihologiya – nauka budushchego* [Psychology – the science of the future]. Materials of the VI International Conference of Young Scientists "Psychology – the Science of the Future". November 19–20, 2015, Moscow / Under. ed. A. L. Zhuravleva, E. A. Sergienko. M. Publishing house "Institute of Psychology RAS". Pp. 216–219. (In Russian). EDN: ULUUHB

22. Manshina, A. V., Valieva, N. R., Butareva, M. M., Israilyan, Z. E. (2022) Ocenka udovletvorennosti naseleniya pozhilogo vozrasta social'nymi programmami «Aktivnoe dolgoletie» na primere goroda Moskvy [Assessing the satisfaction of the elderly population with the social programs "Active Longevity" using the example of the city of Moscow]. *Natsional'noe zdoravoohranenie – National health care*. Vol. 3. No. 3. Pp. 20–28. (In Russian). EDN: HLYQKZ

23. Otchet «Mirovye demograficheskie perspektivy: peresmotrennoe izdanie 2019 goda» [World Population Prospects: 2019 Revision] (In Russian)

24. Pankova, T. D. (2022) Analiz mnenij lyudej pozhilogo vozrasta ob aktual'nosti vnedreniya obshcherazvivayushchej rekreacionnoj programmy «severnaya hod'ba» [Analysis of the opinions of older people on the relevance of introducing the general developmental recreational program "Nordic Walking"]. *Nauchnyj forum: tendentsii razvitiya nauki i obshchestva* [Scientific forum: trends in the development of science and society]. International scientific and practical conference. Kemerovo. Pp. 65–68. (In Russian). EDN: OEZJIT

25. Pryazhnikov, N. S. (1999) Lichnostnoe samoopredelenie v preklonnom vozraste [Personal self-determination in old age]. *Mir psihologii – World of Psychology*. No. 2. Pp. 111–123. (In Russian). EDN: DCLNOJ
26. Rybin, N. P. (2022) Aktual'nye praktiki muzejnoj kommunikacii dlya lic "tret'ego vozrasta" [Current practices of museum communication for people of the "third age"]. *Mnogoobrazie kul'tur v usloviyah globalizovannogo mira i problemy sohraneniya kul'turno-istoricheskogo naslediya* [Diversity of cultures in a globalized world and problems of preserving cultural and historical heritage]. Materials of the International Scientific Conference. Ekaterinburg. Pp. 275–279. (In Russian).
27. Solomin, I. L. (2006) *Sovremennye metody psihologicheskoy ekspress-dagnostiki i professional'nogo konsul'tirovaniya* [Modern methods of psychological express diagnostics and professional counseling]. St. Petersburg: Rech. (In Russian). EDN: QXOIKX
28. Shvetsova, Yu. N. (2022) Proektirovanie programm social'nogo obsluzhivaniya grazhdan pozhilogo vozrasta [Design of social service programs for elderly citizens]. *Aktual'nye problemy social'noj sfery: teoriya i praktika* [Current problems of the social sphere: theory and practice]. Materials of the V International Scientific and Practical Conference. Tambov. Pp. 103–106. (In Russian). EDN: GELDFA
29. Fedoskina, E. M., Komacheva, O. A., Sitkina, M. G., Fedorova, N. I. (2023) Programma adaptivnoj dvigatel'noj rekreacii dlya korrekcii fizicheskogo i psihoemocional'nogo sostoyaniya zhenshchin pozhilogo vozrasta [Program of adaptive motor recreation for the correction of the physical and psycho-emotional state of elderly women]. *Sport, CHelovek, Zdorov'e* [Sports, People, Health]. Materials of the XI International Congress. Edited by S. I. Petrova. St. Petersburg. Pp. 423–425. (In Russian).
30. Shcherbakov, I. M. (2006) Niskhodyashchaya social'naya mobil'nost' pozhilykh lyudej [Downward social mobility of older people]. *Institucional'nye problemy sovremennoj Rossii* [Institutional problems of modern Russia]. Nizhny Novgorod. (In Russian)

Информация об авторе

Криулина Анастасия Владимировна – соискатель кафедры психологии развития и образования факультета психологии, Ленинградский государственный университет имени А. С. Пушкина, Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID ID: 0000-0002-0803-3873, e-mail: v-kontekste@yandex.ru

Information about the author

Anastasia V. Kriulina – Candidate of the Department of Developmental Psychology and Education, Faculty of Psychology, Pushkin Leningrad State University, Saint Petersburg, ORCID ID: 0000-0002-0803-3873, e-mail: v-kontekste@yandex.ru

Поступила в редакцию: 27.10.2023
Принята к публикации: 15.11.2023
Опубликована: 29.12.2023

Received: 27 October 2023
Accepted: 15 November 2023
Published: 29 December 2023