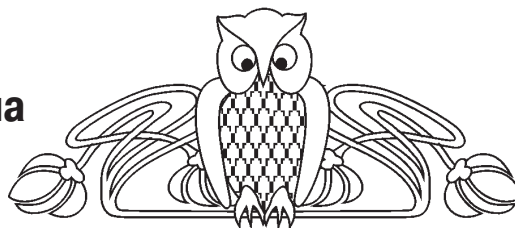




УДК 316.43+314.152.2

Добровольческая деятельность граждан старшего возраста как одна из форм активного долголетия российских пенсионеров



Е. В. Соболева

Соболева Елена Викторовна, соискатель кафедры прикладной социологии, Российский государственный гуманитарный университет, Москва; директор, Комплексный центр социального обслуживания населения Балаковского района, Балаково Саратовской области, sobolevaev@mail.ru

Данная статья посвящена изучению одной из форм активного долголетия граждан старшего возраста – добровольческой (волонтерской) деятельности. Отмечается, что привычные формы организации активного досуга пожилых неработающих россиян (помощь в воспитании внуков, занятость на приусадебном или дачном участке, увлечение прикладным творчеством, посещение клубов при учреждениях культуры и социального обслуживания) уже не соответствуют интересам современных пенсионеров. Предлагается использовать новые формы активного долголетия, в том числе добровольческую деятельность. Определено, что в основе занятия добровольчеством лежит стремление пожилых людей снова чувствовать себя нужными и расширять свой круг общения. Приводятся данные эмпирического исследования, проведенного среди «серебряных» волонтеров Саратовской и Самарской областей, занимающихся регулярной добровольческой деятельностью. На основе полученных данных было выявлено улучшение социального самочувствия «серебряных» волонтеров за период регулярных занятий добровольческой работой. Ответами респондентов были подтверждены выдвинутые гипотезы о том, что добровольческая занятость – эффективный способ достижения активного долголетия, а в основе «серебряного» волонтерства лежит потребность пожилых людей в сохранении собственной значимости через призму проявления заботы о слабых и нуждающихся людях.

Ключевые слова: граждане старшего возраста, активное долголетие, «серебряные» волонтеры, добровольческая деятельность.

Senior Citizens' Volunteer Activity of as One of the Forms of Active Longevity of Russian Pensioners

Е. В. Соболева

Elena V. Soboleva, <https://orcid.org/0000-0001-9706-469X>, Russian State University for the Humanities, 6 Miusskaya Sg., Moscow GSP-3, 125993, Russia; Complex Center of Social Service of the Population of the Balakovo Area, 23a Titova St., Balakovo, Saratov region 413853, Russia, sobolevaev@mail.ru

This article is devoted to the study of one of the forms of older citizens' active longevity – a volunteer activity. It is noted that the usual forms of organization of elderly unemployed Russians active leisure (assistance in the upbringing of grandchildren, employment in the garden or suburban area, passion for applied arts, visiting clubs at cultural institutions and social services) no longer meet the

interests of modern pensioners. It is proposed to use new forms of active longevity, including volunteer activities. It is determined that the basis of volunteering is the desire of older people to feel needed again and expand their communication circle. The data of the empirical study conducted among the “silver” volunteers engaged in regular volunteer activities in Saratov and Samara regions are presented. On the basis of the obtained data, the improvement of social well-being of the “silver” volunteers during the period of regular volunteer work was revealed. The answers of the respondents confirmed the hypotheses that voluntary employment is an effective way to achieve active longevity and the basis of “silver” volunteering is the need of older people to preserve their own importance through the prism of caring for the weak and needy people.

Keywords: senior citizens, active longevity, “silver” volunteers, volunteer activity.

DOI: <https://doi.org/10.18500/1818-9601-2020-20-1-47-51>

Добровольческая деятельность (волонтерство) как форма проявления активной жизненной позиции людей разного возраста за последние несколько десятилетий стала существенной частью социальной экономики многих стран мира. В 90-е гг. прошлого столетия, претерпев 70-летний период трансформации в принудительно-добровольческую форму, волонтерство стало возрождаться и в России. Приживаясь первоначально в рядах молодежи, добровольческая деятельность постепенно стала восприниматься как возможность самопроявления представителями более старших возрастных групп, в том числе пенсионерами.

В России добровольческая деятельность лицами «третьего» возраста представлена очень скромно, тогда как в странах Европы и США волонтерами трудятся свыше 26,4% взрослого населения, или 61,8 млн человек¹, демонстрируя тем самым стремление к активному образу жизни, активному долголетию.

Понятие «активное долголетие» в языке российских политических дискуссий появилось относительно недавно, в 90-е гг. прошлого века. Применяемое ранее как термин, относящийся к системе здравоохранения и связанный с поддержанием физического здоровья людей старшего, или «серебряного», возраста, активное долголетие постепенно трансформируется в новую государственную концепцию, которая, при условии непрерывного поступательного развития, позволит ослабить экономическую нагрузку на государственный бюджет и будет способствовать более успешной реализации потенциала пожилых людей.



В развитых странах реализация программ активного долголетия приобрела комплексный характер, они успешно осуществляются на протяжении уже многих лет, и, что особенно важно, выработаны механизмы оценки эффективности действующих мер, на основании которых проводится их корректировка².

Сегодня уже можно говорить о начале формирования российской государственной политики, направлениями которой являются основные компоненты активного долголетия: стимулирование трудовой занятости и физической активности; создание безопасной среды; качественное социальное обслуживание; доступная медицинская помощь; развитие культурно-досуговых интересов пожилых людей и информационная доступность для них.

Стоит отметить, что помощь своим детям в воспитании внуков, занятость на приусадебном или дачном участке, увлечение прикладным творчеством (столярные работы, вязание, вышивание, бисероплетение и т. д.), посещение клубов по интересам при учреждениях культуры и социального обслуживания – достаточно привычные формы организации активного досуга пожилых неработающих россиян, используемые на протяжении многих десятилетий еще с социалистического периода. Но в последние годы вопросы занятости современных пенсионеров становятся более актуальными и требуют расширения привычных границ и сфер интересов.

Как отмечают российские исследователи, хорошо известно, что при выходе на пенсию и при достижении того периода, когда жизненный опыт позволяет по-новому посмотреть на цели, смыслы и задачи существования, появляются возможность и желание проявить себя в каких-то иных, новых для индивидуума сферах³. Но чаще всего новое – это хорошо забытое старое. Современным российским пенсионерам привычна широкая общественная деятельность, активно ведущаяся на предприятиях и в организациях в советский период, когда они еще были молоды. Многие из бывших «общественников» готовы и сейчас, будучи пожилыми, бесплатно работать на благо общества и собственного самоутверждения.

По мнению социологов, добровольческая деятельность как явление оказывается глубокой традицией многих цивилизаций и народов, корни добровольчества исходят из социальной природы людей, их естественного желания откликаться на нужды других, объединять усилия для улучшения своей и окружающей жизни⁴. Следовательно, при развитии культурно-досуговых интересов пожилых людей стоит учитывать естественную потребность человека в оказании помощи нуждающемуся.

Ранее проводимые исследования социального самочувствия российских пенсионеров подтвердили максимальную концентрацию их

интересов на внутрисемейном круге⁵. Но с возрастом внутрисемейные связи начинают постепенно утрачиваться: вырастают и покидают родительский дом дети, взрослеют и не требуют присмотра внуки, уходят из жизни супруги. Таким образом, нарастающая потребность постоянной заботы о близких людях накладывается на нарастающее чувство одиночества, нередко погружая пожилого человека в глубокую депрессию. Следовательно, предлагая пожилым людям возможность заниматься добровольческой деятельностью, необходимо основываться на их стремлении общаться и снова чувствовать себя нужными. Кроме того, большинство видов волонтерской работы связано с существенной физической активностью (экологические акции, помощь пожилым и инвалидам по хозяйству, гастрольная деятельность волонтерских концертных и театральных групп и т. д.), что позволяет улучшить состояние здоровья, укрепить физически.

Основываясь на наблюдении на протяжении 3,5 лет за деятельностью «серебряных» волонтеров Саратовской и Самарской областей, нами были выдвинуты гипотезы:

– добровольческая занятость граждан пожилого возраста является одним из эффективных способов достижения активного долголетия;

– «серебряное» волонтерство – это социальное движение, основанное на потребности части пожилых российских граждан занимать активную жизненную позицию после завершения трудовой деятельности и выполнения основной семейной функции по воспитанию детей и внуков.

Для подтверждения названных гипотез в августе 2019 г. было проведено социологическое исследование среди пожилых участников волонтерских отрядов указанных регионов. Выбранная форма исследования – групповое очное аудиторное анкетирование. В связи с тем, что число пожилых людей, применяющих к себе данный вид активной занятости в течение продолжительного времени (не менее года), достаточно невелико, генеральная совокупность и репрезентативная выборка на ее основе не определялись. Намеренно не опрашивались граждане старшего возраста, принимавшие участие в разовых популярных волонтерских акциях, привлекающих, как правило, большое количество добровольцев.

Социологическому опросу были подвергнуты 26 граждан пенсионного возраста, занимающихся регулярной добровольческой деятельностью. Респондентами стали 20 женщин и 6 мужчин в возрасте 55–80 лет, выполняющие волонтерскую работу не реже 1 раза в неделю на протяжении не менее 1 года.

Из числа респондентов 2 человека – в возрастной группе от 55 до 60 лет включительно, 5 респондентов – в возрасте 61–65 лет, 11 – от 66 до 70 лет, 7 – от 71 до 75 лет и один – от 76 до 80 лет. Пятеро респондентов имеют полное



среднее образование, 4 – начальное профессиональное (профтехучилище), 12 – среднее профессиональное (среднее специальное), 5 – высшее или незаконченное высшее образование. По семейному положению состоят в браке 12 опрошенных, двое разведены, 11 являются вдовцами (вдовами), один человек никогда не состоял в браке. Практически все (за исключением двух респондентов) имеют детей и внуков: у двоих – только дети, у одного – только внуки.

Для подтверждения первой гипотезы нами были проанализированы ответы на вопросы «Сколько времени Вы являетесь “серебряным” волонтером?», «Откуда Вы узнали о “серебряных” волонтерах?», «Как изменилась Ваша жизнь после начала добровольческой деятельности?» и «Вы планируете продолжать добровольческую работу в дальнейшем?». Выяснилось, что 23% пожилых респондентов являются волонтерами уже более 3 лет, 27% – от 2 до 3 лет, 50% – менее 2 лет, но более года.

Ежегодный прирост количества пенсионеров, вовлекаемых в регулярную добровольческую деятельность, подтверждает ее эффективность и лишний раз напоминает о достаточно широко распространенном альтруизме представителей пожилого поколения, обладающих значительным жизненным опытом и готовых делиться им безвозмездно. Но так как в современной России добровольческое движение среди пожилых людей развито слабо, немаловажным фактором является тиражирование положительного образа яркого, интересного, самодостаточного пожилого волонтера средствами массовой информации. Как следствие, 31,1% опрошенных пенсионеров узнали о «серебряных» волонтерах из СМИ, причем большинство из них – те, кто стал заниматься добровольчеством относительно недавно. Но основным источником информации о создании и развитии в стране добровольческого движения среди пенсионеров пока остаются учреждения социальной защиты населения, во многих регионах взявшие на себя функцию конгломерата государственной политики и общественных инициатив граждан (50% участников опроса проинформированы о волонтерском движении в учреждениях социального обслуживания).

Ключевой вопрос проведенного исследования – об изменении качества жизни после начала занятия добровольческой деятельностью, ответы на который позволяют нарисовать достаточно четкий график изменения социального самочувствия пожилого человека. Анализ социального самочувствия граждан при достижении ими пенсионного возраста проводится достаточно большим количеством исследователей. Существенный интерес составляет самооценка пожилых людей, увеличившихся с работы. Опросы показали, что самочувствие пенсионеров, оставивших работу, как правило, ухудшается, особенно у

тех, кто ранее занимался административно-хозяйственной или инженерно-технической деятельностью. Это ухудшение в значительной мере связывают с ломкой многолетних привычек, хотя часто самооценка не соответствует истинному состоянию здоровья. Отмечено, что уход на пенсию без психологической подготовки оказывает неблагоприятное воздействие, ведет к психологической подавленности, депрессии, связанной с потерей имевшихся ранее общественных и культурных связей⁶.

Как показывают результаты настоящего исследования, социальное самочувствие пенсионеров, активно занимающихся волонтерской работой, можно оценить как значительно лучшее по сравнению с самовосприятием до начала добровольческой деятельности. Для подтверждения этого в варианты ответа на вопрос «Как изменилась Ваша жизнь после начала добровольческой деятельности?» были заложены изначальные проблемы, с которыми столкнулись наши респонденты, оказавшись на пенсии (ощущение исключенности из общества и собственной ненужности, одиночество, недопонимание со стороны родственников, ухудшение самочувствия). При ответе на данный вопрос анкетировемым гражданам была предоставлена возможность выбрать до пяти вариантов ответов.

Значимое большинство пожилых волонтеров (73%) выбрали вариант «Я чувствую себя нужным человеком», на втором месте по степени приоритетности расположились ответы «Я узнал много нового и интересного» и «У меня появились новые друзья и единомышленники» (по 65%). По 42% волонтеров отметили, что они «...стали лучше себя чувствовать и меньше болеть» и «...вернулась уверенность в своих силах, знаниях, опыте». Треть опрошенных констатировали, что стали интересны своим детям и внукам; 7 человек (25%) смогли сказать, что им «больше не одиноко»; в 15% случаев родные и знакомые стали относиться к респондентам «с большим уважением, чем это было раньше».

Заключительным подтверждением гипотезы о том, что добровольческая занятость граждан пожилого возраста является одним из эффективных способов достижения активного долголетия, можно считать ответ на вопрос анкеты о продолжении добровольческой работы в дальнейшем – 88% действующих «серебряных» волонтеров ответили на него положительно.

В соответствии с нашей второй гипотезой, пожилые россияне, не обремененные воспитанием уже взрослых детей (и даже взрослых внуков), хотя и занимаются активной общественно полезной деятельностью после выхода на пенсию. Подтверждением гипотезы служат ответы на ряд вопросов анкеты, в первую очередь, на вопрос «Почему Вы приняли решение стать волонтером?» (можно было выбрать до трех вари-



антов ответа). Почти три четверти респондентов (19 человек) выбрали вариант «всегда хотелось делать что-то полезное»; для половины (14 человек) решающим критерием стала скука, сформировавшаяся после выхода на пенсию. Остальные ответы расположились по убывающей и не явились первостепенными: «надо делиться знаниями» – 30%, «дети и внуки разъехались, много свободного времени» – 23%, «утрата близкого человека» – 19%.

Немаловажным фактором следует считать выбор профиля волонтерской деятельности и его связь (или отсутствие) с бывшей профессиональной деятельностью. На наш взгляд, неоднократно подтвержденное исследователями стремление людей старшего возраста получать новые знания⁷, не закидываясь на уже достигнутом прослеживается в ответах на вопрос о сходстве профиля волонтерской работы с прежней профессиональной деятельностью или увлечением респондента. Только двое «серебряных» волонтеров занимаются хорошо знакомой им работой, для основного большинства (61,0%) – это «совершенно новые виды деятельности» или совмещенные с «хорошо знакомыми» (30,7%).

Дополнительное подтверждение желания пожилых граждан получать новые виды знаний и использовать свой жизненный потенциал в непривычных для себя видах инициатив прослеживается в ответах на вопрос «На что Вы предпочитаете направлять свою волонтерскую деятельность?». Наибольшей популярностью у пожилых добровольцев пользуется работа по организации досуга для одиноких пожилых людей и инвалидов, ей отдают предпочтение 65,4% волонтеров. Подобный выбор не случаен: заинтересованность самих пожилых людей в организации собственного творческого досуга подтверждается и другими исследованиями⁸. Креативное направление приоритетно и при выборе варианта «совместная с молодежью и школьниками деятельность с целью привлечения их к творчеству» (46,1%). Далее следуют направления, связанные с передачей своих знаний младшему поколению (различные мастер-классы по домоводству) – 38,4%, заботой о нуждающихся (присмотр за детьми, посещение пожилых и инвалидов на дому) – 34,6% волонтеров. И по убывающей – патриотическое воспитание молодежи (27,0%), добровольная организационная помощь при проведении муниципальных, региональных и иных мероприятий (27,0%), решение экологических проблем (15%).

Но для подтверждения второй гипотезы, на наш взгляд, ключевым необходимо считать ответ пожилых добровольцев на открытый вопрос анкеты «Почему Вы считаете волонтерскую деятельность нужной?»: *Если каждый человек сможет помочь кому-то, мир станет добрее* (жен., возр. группа от 66 до 70 лет, замужем); *Чувство-*

вать себя нужным кому-либо – это очень приятно. Помогать людям необходимо (жен., возр. группа от 71 до 75 лет, вдова); *Помощь другому человеку продлевает жизнь мне самому* (муж., возр. группа от 71 до 75 лет, женат); *Я чувствую, что еще могу быть полезен обществу* (муж., возр. группа от 66 до 70 лет, женат); *Я полезна своему городу* (жен., возр. группа от 66 до 70 лет, вдова); *Делать людям хорошее – хорошеет самому* (жен., возр. группа от 66 до 70 лет, вдова); *Общение с людьми, особенно в нашем возрасте, необходимо, а помогать людям очень приятно* (жен., возр. группа от 66 до 70 лет, замужем); *Чувствуешь себя полезным человеком* (муж., возр. группа от 71 до 75 лет, женат). Ответы остальных анкетированных по смысловому содержанию типичны.

Итак, во всем мире добровольцы – это люди, которые независимо от возраста, социального положения, должности, религиозных или политических убеждений, на основе своего осознанного выбора направляют свои усилия на улучшение жизни своих сообществ, осуществляют безвозмездно деятельность, приносящую пользу другим людям или обществу⁹. Настоящее же исследование подтвердило наши предположения о том, что добровольческая занятость граждан старшего возраста – эффективный способ достижения активного долголетия, а в основе «серебряного» волонтерства лежит потребность пожилых людей в сохранении собственной значимости через призму проявления заботы о слабых и нуждающихся.

Примечания

- 1 См.: Дьякова Т. В. Волонтерство как часть учебного процесса в американской высшей школе // Методика преподавания языка. 2014. № 5 (51). С. 99.
- 2 См.: Колосницына М., Хоркина Н. Государственная политика активного долголетия : о чем свидетельствует мировой опыт // Демографическое обозрение. 2016. Т. 3, № 4. С. 27–46.
- 3 См.: Розанов В. А., Мальцева Ю. С., Царанов К. Н. Методическое пособие «Серебряное» волонтерство : ключевые аспекты развития. 2018. URL: <https://www.gov.spb.ru/static/writable/ckeditor/uploads/2018/10/22/Method%20posobie%20serebtyanie%20volonteri.pdf> (дата обращения: 29.09.2019).
- 4 См.: Кирилук О. М. Добровольческая деятельность пожилых людей в России и за рубежом // Волонтер. 2017. № 1 (21). С. 51–66.
- 5 См.: Бурко В. А., Волкова Ж. В. Социальное самочувствие пожилых людей в современном российском обществе (сравнительный анализ) // Вестн. ПНИПУ. Социально-экономические науки. 2017. № 1. С. 43–62.
- 6 См.: Иванова М., Балаев А., Гурвич Е. Повышение пенсионного возраста и рынок труда // Вопр. экономики. 2017. № 3. С. 2.
- 7 См.: Полтавская М. В. Социальная активность граждан



«третьего возраста» : гендерный аспект (на примере г. Волгограда) // Социология и социальные технологии. 2018. Т. 17, № 2. С. 50. DOI: <https://doi.org/10.15688/lp.jvolsu.2018.2.5>

⁸ См.: Бадальянц М. В., Киварина М. В. Социальная адаптация граждан старшего возраста : возможности и проблемы // Актуальные вопросы социально-экономического развития современной России : сб. ст. Всерос. науч.-практ. конф. / под ред. А. А. Пиковского, Великий

Новгород : Изд-во НГУ им. Ярослава Мудрого, 2018. С. 5–12.

⁹ См.: Организация добровольческой деятельности в учреждениях системы социальной защиты населения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры : учеб.-метод. комплект / авт.-сост. М. В. Пикинская, Я. В. Григорьева. Сургут, 2013. 92 с. URL: http://www.kdobru.ru/netcat_files/171/143/45.pdf (дата обращения: 30.09.2019).

Образец для цитирования:

Соболева Е. В. Добровольческая деятельность граждан старшего возраста как одна из форм активного долголетия российских пенсионеров // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Социология. Политология. 2020. Т. 20, вып. 1. С. 47–51. DOI: <https://doi.org/10.18500/1818-9601-2020-20-1-47-51>

Cite this article as:

Soboleva E. V. Senior Citizens' Volunteer Activity of as One of the Forms of Active Longevity of Russian Pensioners. *Izv. Saratov Univ. (N. S.), Ser. Sociology. Politology*, 2020, vol. 20, iss. 1, pp. 47–51 (in Russian). DOI: <https://doi.org/10.18500/1818-9601-2020-20-1-47-51>
