

Актуальная классификация потребностей российских пенсионеров

Колесник Анатолий Петрович

Советник руководства ПАО «Почта Банк», д.э.н., к.т.н. kolesnikap@pochtabank.ru

Аннотация. В статье проанализированы потребности пенсионеров по 7 уровням модели Маслоу: от физиологических потребностей – до потребности в самореализации. Рассмотрено изменение потребностей пенсионеров во время пандемии ковид-19. Исследовано фактическое удовлетворение каждой группы потребностей у пенсионеров в Российской Федерации и даны предложения по их более полной реализации.

Ключевые слова: Потребности, пенсионеры, пирамида Маслоу, физиологические потребности, пенсионеры в сети интернет, цифровизация, питьевая вода

Current classification of the needs of Russian pensioners

Anatoly P. KOLESNIK councilor of management of «Pochta Bank»

Doctor of Economics, Ph.D

Annotation. In the article, the author analyses needs of pensioners using 7 levels of Maslow's hierarchy: from physiological needs to self-realization need. He considers change of needs during COVID-19 pandemic. It is investigated how the pensioners' needs are actually met at each level and suggestions aimed at their more effective realization are given.

Keywords. Needs, pensioners, Maslow hierarchy, physiological needs, pensioners as web-users, digitalization, drinking-water

*Мне нравится мой возраст, я горжусь
И никогда его я не скрываю.
И выглядеть моложе не стремлюсь.
И выходя из дома улыбаюсь.
Валентина Астахова*

В настоящее время стандартные возрастные интервалы определены классификацией ВОЗ и выглядят следующим образом:

- Молодые люди – до 44 лет;
- Люди зрелого возраста – 45–59 лет;
- Люди пожилого возраста – 60–74 года;
- Старики 75–90 лет;
- Долгожители – 90 лет и более. Известно 16 человек, которые прожили к настоящему времени 116 лет и более. Из них живы двое (на Ямайке и в Японии).

Далее под пенсионерами будут пониматься пенсионеры по старости, и автор будет называть их пожилыми людьми (старше 60 лет, хотя измененное законодательство отодвинуло пенсионный возраст для мужчин за 60 лет).

Базовые потребности людей (в том числе и пожилых людей) укладываются в модель (пирамиду) Маслоу [3] (см. рис. ниже).

Физиологические потребности, на удовлетворение которых направлено сейчас большинство, если не все предложения по развитию или реформированию пенсионной системы, составляют в модели Маслоу нижний (первый) уровень. В настоящее время в Российской Федерации уровень материального (финансового) обеспечения физиологических потребностей пенсионера гарантировано не ниже федерального и регионального прожиточного минимума¹.

¹ Механизмы этих гарантий установлены федеральным законодательством и обеспечиваются выплатой доплаты к пенсии до федерального или регионального прожиточного минимума, ежегодно утверждаемых соответствующим законами (федеральным и региональными).

Модель базовых потребностей (пирамида) Маслоу



Второй уровень – потребность в безопасности. Потребность в защите жизни и здоровья, в защищенном от вмешательства личным пространстве, безопасности питания, передвижения, сна, защита от болезней, стихийных бедствий и непредвиденных ситуаций. Наиболее часто используемый инструмент для повышения безопасности – страхование. К нему прибегает и государство, осуществляя обязательное социальное (в том числе и медицинское) страхование.

В наше время важным аспектом безопасности человека является информационная безопасность, в том числе защита от мошенников, стремящихся методами социальной инженерии заставить человека назвать коды и пароли и тем самым открыть посторонним доступ к его средствам в банке.

В условиях распространившегося в 2020 году страха заболевания ковид-19 серьезной потребностью людей 65+ стала защита от этого заболевания, при том что несколько не снизилась потребность медицинской защиты от инфарктов, инсультов и онкологии, доля которых в общем количестве смертей составляет более 60%.

Третий уровень потребностей – любовь и принадлежность (третья ступень пирамиды). Здесь речь идет о социальных потребностях. Свое отражение они находят в таких стремлениях, как: завести новые знакомства, обрести друзей и спутника жизни, быть причастными к какой-либо группе людей. Человек нуждается в том, чтобы проявлять любовь и получать ее по отношению к себе. В социальной среде человек может почувствовать свою полезность и значимость. И именно это мотивирует людей удовлетворять социальные потребности. Такие мотивации используют, например, социальные сети, создающие площадки для общения людей. Причем социальные сети не только развиваются в плане числа пользователей, но и приобретают новые качества: появляются голосовые социальные сети (например, OpenSoul, Clubhaus, Stereo).

Четвертая ступень пирамиды (четвертый уровень). После того как человек удовлетворит потребность в любви и принадлежности к социуму, непосредственное воздействие на него окружающих снижается, и в центре внимания оказывается желание быть уважаемым, стремление к престижу и признанию различных проявлений своей индивидуальности (талантов, особенностей, умений и т.п.). И лишь в случае успешной реализации своего потенциала и после достижения признания важных для человека людей он приходит к уверенности в себе и своих силах.

Познавательные и эстетические потребности существуют у всех людей и составляют пятый и шестой уровни потребностей. Нынешним пенсионерам, значительная часть жизни которых прошла в СССР, с детства была привита тяга к знаниям и к творениям искусства. Поэтому у них познавательные и эстетические потребности весьма развиты.

Седьмая ступень пирамиды. Самореализация. Эта ступень высшая и на ней находятся духовные потребности, выражающиеся в желании развиваться как личность, а также продолжать реализовывать свой потенциал. Как следствие – творческая деятельность, посещение культурных мероприятий, стремление развить свои таланты и способности. К тому же человек, сумевший удовлетворить потребности предыдущих ступеней, поднявшись на седьмую, начинает активно искать смысл бытия, изучать окружающий мир, стараться внести в него свою лепту; у него могут начать формироваться новые взгляды и убеждения.

Таким образом, в соответствии с классификацией Маслоу, выделяется семь классов (уровней) потребностей. Маслоу полагал, что распределение потребностей по уровням имеет динамический характер и может быть разным для разных людей и в разные периоды жизни человека.

Наряду с моделью Маслоу существуют и другие классификации потребностей, например, классификация МакКлелланда². Согласно его теории, все потребности разделяются на три группы: потребности во власти, потребности в успехе и потребности в причастности. Классификация МакКлелланда более применима к людям активного, трудоспособного возраста и является одной из теорий мотивации. В то же время потребность в достижениях как часть потребности в успехе для пенсионеров тоже существенна.

² <https://4brain.ru/blog/%D1%82%D0%B5%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%8F-%D0%BC%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8-%D0%BC%D0%B0%D0%BA%D0%BA%D0%BB%D0%B5%D0%BB%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B4%D0%B0/>

В данном материале рассматриваются типичные потребности пенсионера в Российской Федерации в соответствии с моделью Мас-лоу. Предварительно отметим, что проявление потребностей пенсионеров и возможности их удовлетворения во многом определяются социальными институтами.

Социальный, общественный, институт – исторически сложившаяся или созданная целенаправленными усилиями форма организации совместной жизнедеятельности людей, существование которой диктуется необходимостью удовлетворения социальных, экономических, политических, культурных или иных потребностей общества в целом или его части. Институты характеризуются своими возможностями влиять на поведение людей посредством установленных правил. В русском языке нередко социальному институту дается другое название – «институция» (от лат. institutio – обычай, наставление, указание, порядок), понимая под ней совокупность общественных обычаев, воплощение определенных привычек поведения, образа мыслей и жизни, передаваемых из поколения в поколение, меняющихся в зависимости от обстоятельств и служащих орудием приспособления к ним, а под «институтом» – закрепление обычаев и порядков в виде закона или учреждения. Термин «социальный институт» вообрал в себя как «институцию» (обычай), так и собственно «институт» (учреждения, законы), так как объединил в себе как формальные, так и неформальные «правила игры»³.

1. Удовлетворение первого класса потребностей (физиологические потребности) важно для всех людей, в том числе и для пенсионеров. Согласно Маслоу, «без сомнения, физиологические потребности доминируют над всеми прочими. Более конкретно это означает, что основной мотивацией человека, которому в чрезвычайной степени недостает самого важного в жизни, в первую очередь будут являться физиологические потребности, чем любые другие. Человек, который нуждается в пище, безопасности, любви и уважении, скорее всего, будет желать пищи сильнее, чем всего остального» [3, с.52].

В то же время способ удовлетворения этих потребностей не-сколько отличается в разных видах местности, регионах проживания и в зависимости от состава семьи пенсионера.

К физиологическим потребностям далее отнесены:

- потребность в здоровом питании;
- потребность в чистой питьевой воде;
- потребность в поддержании приемлемой температуры в месте проживания;
- потребность в поддержании здоровья и лечении;
- потребность в движении;
- потребность в отдыхе;
- потребность в финансовых средствах для удовлетворения вышеперечисленных потребностей.

1.1. Потребность в здоровом питании.

Прежде всего пенсионеры, наряду с другими гражданами России, должны быть обеспечены достаточным количеством продуктов. Эта задача решается в масштабе всей страны в соответствии с «Доктриной продовольственной безопасности Российской Федерации»⁴, в которой устанавливается, что продовольственная безопасность Российской Федерации (далее – продовольственная безопасность) – состояние социально-экономического развития страны, при котором обеспечивается продовольственная независимость Российской Федерации, гарантируется физическая и экономическая доступность для каждого гражданина страны пищевой продукции, соответствующей обязательным требованиям, в объемах не меньше рациональных норм потребления пищевой продукции, необходимой для активного и здорового образа жизни. Таким образом, доступность продуктов питания обеспечивается для пенсионеров институционально.

При наличии достаточного количества продовольствия появляется потребность питаться наиболее полезным для здоровья образом. Эта цель определяет выбор продуктов питания и способов приготовления из них еды. Вначале необходимо знание о том, какое питание наиболее полезно для пожилых людей. Известно, что у этой категории граждан популярен журнал «Здоровый образ жизни» (ЗОЖ), в котором излагаются в том числе и рекомендации по питанию. В настоящее время он доступен в онлайн⁵.

Дачникам интересна информация о том, как эффективнее выращивать овощи и фрукты для здорового питания. Это может быть полезно и жителям села, хотя и в меньшей степени, т.к. у них серьезный собственный опыт и практика в данном вопросе. Причем рекомендации по выращиванию овощей и фруктов отличаются для жителей разных регионов, особенно для северян и южан. Горожанам важно знать качество продуктов в торговых сетях и как это качество оценить. Всем важно знать, по каким рецептам и как готовить еду, чтобы она была максимально полезна конкретному человеку.

То есть для здорового питания кроме самих продуктов важна своего рода продовольственная грамотность и соответствующая информационная поддержка. В настоящее время подобная информация имеется, но мало кто из пенсионеров, да и вообще из граждан России, знает надежные источники, в которых ее можно найти.

Задаче доведения до населения правил здорового образа жизни в настоящее время уделяет внимание Роспотребнадзор, которым создан Центр гигиенического образования населения, решающий задачи «по различным аспектам гигиенического воспитания и обучения населения, профилактики инфекционных, паразитарных заболеваний и массовых неинфекционных заболеваний, распространения среди населения знания о здоровом образе жизни»⁶. На сайте центра размещена информация о здоровом питании пожилых людей с учетом наиболее распространенных у них повреждений здоровья.

³ https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%82%D0%B8%D1%82%D1%83%D1%82

⁴ Указ Президента Российской Федерации от 21.01.2020 г. № 20.

⁵ <https://zhurnalonline.ru/tags/%C2%E5%F1%F2%ED%E8%EA+%C7%CE%C6/>

⁶ <http://cgon.rospotrebnadzor.ru/about>

По инициативе Роспотребнадзора сформирован информационный проект «Здоровое питание. Вести», на котором размещается выверенная с медицинской точки зрения информация⁷.

Дополнительная информационная поддержка потребности пенсионеров в здоровом питании может заключаться в создании списка источников уже имеющейся информации по данному вопросу, сообщение пенсионерам соответствующих ссылок, и возможно, в издании периодических дайджестов информации по здоровому питанию. Хорошим вариантом могло бы стать использование для этих целей социальных сетей. Например, создание в одной из сетей сообщества пенсионеров, до которых бы доводилась вышеуказанная информация. Возможно, оптимальным было бы вести несколько сообществ: горожане, сельчане, работающие пенсионеры с более высоким достатком и т.п.

Наряду с информационной поддержкой для горожан была бы полезна возможность заказать и приобрести рекомендуемые продукты. Если решать задачу системно, то вместе с приобретаемыми продуктами можно предоставлять и рецепты приготовления из них полезных блюд.

Нельзя не отметить, что, по данным Росстата на 2018 г., распространенность недоедания в нашей стране составляет 1,55%, а неполноценно питающихся детей до 5 лет – 3,1%⁸. И хотя процент недоедающих мал, но в абсолютном выражении это более 2,2 млн чел.

Поскольку соответствующие граждане проживают в семьях, находящихся за порогом бедности, для нормализации их материального положения и выведения их из категории недоедающих может быть применен подход, предложенный автором в работе [2].

В то же время пенсионеры имеют небольшой, но устойчивый доход в виде пенсии, которая не ниже регионального прожиточного минимума; они могут и хотят заботиться о своем здоровом питании.

1.2. Потребность в чистой питьевой воде

Потребность в чистой питьевой воде – одна из важнейших физиологических потребностей населения, удовлетворение которой сказывается на состоянии здоровья людей и продолжительности жизни. Согласно данным Росстата, доступ к водопроводной воде в России имеет 95,3% населения (табл. 1).

Таблица 1. ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ ЖИЛЫХ ПОМЕЩЕНИЙ, В КОТОРЫХ ПРОЖИВАЮТ ДОМОХО-ЗЯЙСТВА ПЕНСИОНЕРОВ, ВОДОПРОВОДОМ В 2018 ГОДУ
(по данным Комплексного наблюдения условий жизни населения, в процентах)

	Все домохо-зяйства	В том числе указали, что жилище, где они проживают, снабжено			
		централизованным водопроводом	водопроводом из индивидуальной артезианской скважины	водопроводом из колодца	водопровод отсутствует
Российская Федерация	100	89,3	3,5	2,5	4,7

Данные Росстата о доступности питьевой воды для домохозяйств, в которых водопровод отсутствует, приведены в табл. 2 (данные 2014 г).

Таблица 2. Распределение домашних хозяйств, не имеющих водопровода, по источникам поступления питьевой воды.

	Все домашние		Домашние хозяйства, проживающие:			
	2013г.	2014г.	в городской местности		в сельской местности	
			2013г.	2014г.	2013г.	2014г.
из колодца, колонки во дворе	44,1	43,6	39,5	38,9	46,1	45,2
из общественной колонки	33,1	35,8	38,0	40,7	31,1	33,9
из общественного колодца	7,8	6,8	7,8	5,4	7,8	7,4
из реки, пруда, озера, родника	4,1	3,8	0,1	1,4	5,7	4,8
вода привозная	8,8	8,5	9,9	10,2	8,3	7,9
из другого источника	2,1	1,5	4,7	3,4	1,0	0,8

Доступ к чистой питьевой воде входит в состав целей устойчивого развития до 2030 года, установленных ООН в 2015 году. Достижение этой цели обеспечивается на государственном уровне и отражается в отчетах Российской Федерации, которые готовит Росстат. Однако наличие 1,5% домохозяйств (по состоянию на 2014 год), в которых граждане используют воду из непонятных источников, требует создания реестра соответствующих населенных пунктов, планирования решения проблемы их снабжения чистой питьевой водой и контроля за ис-

⁷ <https://xn----8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--p1ai/>

⁸ https://www.gks.ru/storage/mediabank/SDG_in_Russia_2019_rus.pdf

полнением планов, в том числе общественного. Отметим, что из домохозяйств с детьми не получают водопроводную воду более 2,5%. Каждый второй житель Российской Федерации вынужден использовать для питьевых целей воду, не соответствующую по ряду показателей установленным нормативам, почти треть населения страны пользуется источниками водоснабжения без соответствующей водоподготовки, население ряда регионов страдает от недостатка питьевой воды и отсутствия связанных с этим надлежащих санитарно-бытовых условий проживания.

Для комплексного решения указанных проблем с 2012 года в Российской Федерации действует Федеральная целевая программа «Развитие водохозяйственного комплекса Российской Федерации в 2012–2020 гг.» (ФЦП «Вода России»), которая реализуется под эгидой Министерства природных ресурсов и экологии Российской Федерации и является одним из главных практических инструментов реализации «Водной стратегии Российской Федерации», принятой в 2009 году⁹.

В дополнение к общегосударственным планам и программам обеспечения населения качественной питьевой водой можно использовать активность населения, в том числе пенсионеров. Эта активность может быть направлена, в частности, на мониторинг качества воды, строительство скважин для получения подземной воды, использование установок для очистки воды (как высокопроизводительных, так и семейных и индивидуальных).

1.3. Потребность в определенных температурных условиях проживания.

Следующей физиологической потребностью человека является потребность в определенной температуре окружающей среды. У многих пенсионеров по старости эта потребность более ярко выражена в силу их возраста и определенных нарушений кровоснабжения.

Удовлетворение данной потребности можно разделить на две задачи: 1) обеспечение жильем с системой отопления и 2) обеспечение топливом домохозяйств пенсионеров с печным отоплением.

По данным Росстата за 2018 год, 94,9% домохозяйств пенсионеров не испытывают стесненности в помещении, в котором они проживают (табл. 3). Наихудшее положение по этому показателю у пенсионеров Республики Коми (90,9%).

Таблица 3. ХАРАКТЕРИСТИКА ЖИЛИЩНЫХ УСЛОВИЙ ДОМОХОЗЯЙСТВ ПЕНСИОНЕРОВ В 2018 ГОДУ

в процентах

Российская Федерация	Домохозяйства, проживающие во всех типах жилых помещений	В том числе домохозяйства, указавшие, что при проживании				Размер общей площади в расчете на члена домохозяйства	Размер жилой площади в расчете на члена домохозяйства	Число жилых комнат в расчете на одно домохозяйство
		не испытывают стесненности	испытывают определенную стесненность	испытывают большую стесненность	не определено			
	100	94,9	4,5	0,6	0,1	36,38	24,56	2,2

Обеспечение домохозяйств пенсионеров топливом актуально в целом по России (см. табл. 4) и для некоторых регионов в особенности. В 9 регионах страны печным отоплением обогреваются помещения более чем у 30% домохозяйств пенсионеров (республики Алтай, Бурятия, Дагестан, Тыва, Хакасия; области Амурская, Кировская, Курганская, Новгородская). На эти цели соответствующим гражданам из бюджета субъекта Федерации предоставляется социальная помощь.

Таблица 4. ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ ДОМОХОЗЯЙСТВ ПЕНСИОНЕРОВ ОСНОВНЫМИ ИСТОЧНИКАМИ ОТОПЛЕНИЯ В 2016 ГОДУ
(по данным Комплексного наблюдения условий жизни населения, в процентах)

	Все домохозяйства	Из них указали, что их жилище оборудовано			
		центральным отоплением	отоплением от индивидуальных установок, котлов	печным отоплением	другой способ отопления
Российская Федерация	100	67,3	23,3	9,3	0,2

В 2020 году Президент РФ поручил решить все вопросы подключения домохозяйств к сети газоснабжения (Перечень поручений по результатам проверки исполнения законодательства, направленного на развитие газоснабжения и газификации регионов¹⁰). В поручении предусмотрено «поэтапное завершение газификации к 2024 году и 2030 году с установлением соответствующих целевых показателей на основе актуализации и утверждения региональных программ».

⁹ Распоряжение Правительства РФ от 27 августа 2009 г. № 1235-р Об утверждении Водной стратегии РФ на период до 2020 года
¹⁰ <http://kremlin.ru/acts/assignments/orders/63454>

Региональные власти решают задачу обеспечения пожилых людей топливом (уголь, дрова) бесплатно или по льготным ценам за счет местных бюджетов. Например, в Москве в первом полугодии 2020 года выполнено около 32 тыс. заявок пенсионеров-дачников на приобретение и доставку дров¹¹.

В нашей стране воздух, которым мы дышим, относительно чист и пригоден для жизни, но в целом на планете чистота воздуха недостаточна для здоровой жизни. По данным ВОЗ, 90% населения мира дышит воздухом, который не соответствует ее правилам безопасности, что вызывает преждевременную смерть 7 миллионов человек каждый год. Поэтому рассредоточение населения городов и мегаполисов на дачи – весьма положительное явление.

1.4. Потребность в поддержании здоровья и лечении.

Люди старше трудоспособного возраста больше нуждаются в лечении и уходе, чем более молодые их сограждане. Эти услуги развиваются в нашей стране в соответствии с федеральным проектом «Старшее поколение»¹² национального проекта «Демография».

В данной программе, в частности, предусматривается повышение качества и доступности медицинской помощи для лиц старше трудоспособного возраста, в том числе регулярная диспансеризация, «госпитализация на геронтологические койки» лиц старше 60 лет, расширение диспансерного наблюдения.

В условиях страховой медицины и обязательного медицинского страхования кроме привычных возможностей амбулаторного наблюдения и лечения пенсионерам были бы полезны онлайн-консультации специалистов по вопросам диагностики и лечения, особенно по высокотехнологичным средствам. Очевидна потребность в облегчении приобретения и доставке им лекарств. Для пенсионеров, нуждающихся в постоянном контроле состояния здоровья, целесообразно внедрение автоматизированных систем мониторинга состояния организма по основным параметрам с автоматизированным оповещением медиков и родственников при выходе значений этих параметров за пределы разрешенного коридора. В федеральном проекте «Старшее поколение» планируется к 2030 году полностью охватить государственной системой всех нуждающихся в долговременном уходе.

2. Следующий уровень потребностей – потребность в безопасности.

«Если физиологические потребности относительно удовлетворены, появляется новая группа потребностей, которые мы можем с некоторым приближением отнести к категории потребностей в безопасности (защищенности; стабильности; зависимости; защите; отсутствии страха, тревоги и хаоса; потребности в структуре, порядке, законе и ограничениях; силе покровителя и т.д.)» [3, с.53].

Всем аспектам безопасности самое серьезное внимание уделяется на общегосударственном уровне. С этой целью приняты такие документы, как Стратегия национальной безопасности, Доктрина информационной безопасности, Концепция общественной безопасности в РФ, Федеральный закон «О безопасности».

Обеспечением различных направлений безопасности в стране занимаются силовые органы и органы управления всех уровней, но его информационная безопасность в значительной степени зависит от его самого, поскольку он сам решает, какие сайты посещать в интернете, как отвечать на звонки незнакомых лиц по поводу банковских счетов и карт, как действовать в социальных сетях и т.п. Поэтому разъяснение пенсионерам правил «информационной гигиены» в условиях обилия «токсичной» информации критически важно. Пенсионеры могут не в полной мере ощущать такую потребность, и от этого ее удовлетворение становится еще более актуальным.

В этом же ряду находится и потребность в финансовой грамотности, знании основ пенсионного законодательства и наличие возможности проконсультироваться с доверенным лицом по этим вопросам.

Необходимо знание пенсионерами страховых продуктов, решающих отдельные вопросы имущественной и финансовой безопасности.

Как показано в исследовании [4], на основании данных опроса в 2013 г. роль страхования или «подушки безопасности» играют в основном и сбережения населения. При этом доля пар пенсионного возраста (старше 60 лет), проживающих без детей и делающих сбережения (44,8%), примерно такая же, как и более молодых пар (бездетных (46,2%) или со взрослыми детьми (40,7%).

3. Третий уровень потребностей – потребность в любви и принадлежности к группе.

Когда удовлетворены потребности в безопасности, организм освобождается для поиска любви, независимости, уважения, самоуважения и т.д. Простейший прием устранить зависимость организма от низших, более материальных, более эгоистических потребностей состоит в том, чтобы удовлетворить их [3].

В то же время удовлетворение потребности в любви и принадлежности «нельзя получить от созерцания деревьев и гор и даже от общения с животными. Только другой человек может полноценно удовлетворить наши потребности в уважении, защите и любви, и только другим людям мы можем дать то же самое в полной мере. Это именно то, что дают друг другу хорошие друзья, хорошие любовники, хорошие родители и дети, хорошие преподаватели и ученики. Это то самое удовлетворение, которое мы ищем в добрых отношениях любого рода. И именно это удовлетворение потребностей является необходимым условием формирования хороших людей, что в свою очередь и является конечной (если не непосредственной) целью всей психотерапии» [3].

В психологии любовь рассматривается как сложное социальное явление, имеющее, естественно, свои биологические основы и механизмы. Один из крупнейших психологов и философов XX в. Эрих Фромм подчеркивает, что любовь является мощным способом преодоления одиночества индивида, установления его связи с миром

¹¹ <https://zavtranews.ru/public/28265/>

¹² <https://mintrud.gov.ru/ministry/programms/demography/3>

других людей: «...В человеке заложена глубочайшая потребность выбраться из тюрьмы своего одиночества». Во все века представления людей о любви выражали уровень развития человеческой личности, состояние общества и те мировоззренческие концепции, которые в нем господствовали. В своей работе «Искусство любить» Фромм анализирует различные формы проявления любви и делит ее на несколько типов: любовь между родителями и детьми; братская любовь; материнская любовь; эротическая любовь; любовь к себе; любовь к Богу.

Потребность в любви предполагает как потребность давать, так и потребность получать любовь. Когда эти потребности не удовлетворены, личность остро переживает отсутствие друзей, партнера или детей. Такая личность будет жадно стремиться завязать отношения с людьми вообще – ради места в группе или семье – и будет всеми силами стремиться к достижению этой цели [3].

Человек жаждет теплых, дружеских отношений, ему нужна социальная группа, которая обеспечила бы его такими отношениями, семья, которая приняла бы его как своего. Возможно, столь важное место потребности в принадлежности и любви вызвано современными особенностями общественных отношений – исчезновением семьи, состоящей из нескольких поколений, ослаблением родственных связей, углублением пропасти между поколениями, стремительной урбанизацией, разрушением традиционного уклада жизни.

«А. Хилл (A. Hill, 1987) предположил, что люди стремятся к обществу других по следующим четырем причинам:

- чтобы, сравнивая себя с другими, избавиться от неуверенности в себе;
- чтобы получить положительную стимуляцию посредством интересного живого общения;
- чтобы добиться внимания и похвалы; чтобы получить эмоциональную поддержку» [6].

В процессе живого общения люди выражают свои эмоции, шутят, острят и смеются. В настоящее время в медицине признано терапевтическое воздействие смеха.

«Смех, как правило, вовсе не связан с конкретной анекдотичной ситуацией, шуткой, он часто возникает без наглядной причины или даже в «несмешных» ситуациях. Исследователь приводит как пример диалоги, в которых какая-нибудь фраза «Вы уверены?» порождает бурные раскаты хохота. Такая «непредсказуемость» смеха вполне объяснима с точки зрения неврологии. Хотя люди пользуются смехом для коммуникации друг с другом, для социального выражения своих эмоций, сама по себе способность смеяться – врожденный рефлекс, а не приобретенная привычка. По своей изначальной природе смех не связан с языком. Смеяться могут даже глухонемые, несмотря на то что они никогда не слышали, как звучит смех. Таким образом, смех возникает на стыке физиологии и коммуникации как бессознательная реакция. Вот почему смехом так трудно управлять, а искусственно выдвигнутый смешок звучит неестественно и легко распознается окружающими»¹³.

В связи с сокращением круга общения человека после его ухода на пенсию, уменьшения возможностей выбора формальных и неформальных социальных групп, к которым он мог бы принадлежать, для него важно сохранение контактов со знакомыми и коллегами и установление новых контактов с людьми его возраста, например, через участие в кружках и секциях для пожилых людей¹⁴, где пенсионеры занимаются оздоровительной гимнастикой, шведской ходьбой, музыкой, пением, живописью, танцами и участвуют во множестве других интересных досуговых мероприятий¹⁵. В текущем моменте, в условиях пандемии, возможности непосредственного общения пенсионеров весьма ограничены. Эти ограничения создаются не только локдауном. Информационная обстановка, связанная с пандемией, внедрила в сознание многих пенсионеров восприятие самих себя, как группы наибольшего риска (65+), и они сами ограничивают личные контакты с другими людьми за пределами своей семьи. Поневоле для удовлетворения потребности в принадлежности и других информационных потребностей пенсионеры используют возможности интернет-технологий, в том числе социальные сети и мессенджеры. По данным Роскомстата, доля пользователей ин-тернета старше 60 лет среди всех пользователей (15+) растет и в 2019 году составила 19,5%.



В сельских поселениях эта доля в 2019 году ненамного меньше (10,6%).

¹³ <https://www.medweb.ru/articles/smekh-i-zdorovem>

¹⁴ В Москве в августе 2020 года в кружках и секциях для пожилых проведено более 4 тыс. занятий (https://www.mos.ru/news/item/79149073/?utm_source=search&utm_term=serp).

¹⁵ См., например, подобные услуги в Центральном районе Санкт Петербурга (<https://kcon-crsbp.ru/content/department/soc-dosugovoe-otdel.html>).

К использованию интернет-технологий пенсионеров мотивирует и государственная политика цифровизации всех сфер жизни. Так 48,1% лиц старше 60 лет, получавших государственные и муниципальные услуги в 2019 г., осуществляли это с использованием сети интернет.

Пенсионеры активно используют и социальные сети¹⁶. У некоторых из них в «инстаграм» по несколько сот тысяч подписчиков.

Включением пожилых людей в цифровую экономику активно руководят государственные органы Китайской Народной Республики. Так, «в ноябре 2020 года Госсовет КНР издал директиву, которая направлена на создание долгосрочного механизма преодоления «цифрового барьера» пенсионеров. План должен быть осуществлен к концу 2022 года, ... в декабре 2020-го Министерство промышленности и информационных технологий КНР инициировало годовую программу по упрощению цифровой среды для пенсионеров. В рамках проекта будет адаптировано 115 веб-сайтов государственных служб и 43 интернет-платформы, включая транспортные приложения, социальные сети, сервисы электронной коммерции и здравоохранения. Туда войдут почти все часто используемые приложения: WeChat, Alipay, JD, Douyin, Ctrip и др.»¹⁷

Представляется важным создать возможности и технологии такого общения пенсионеров в виртуальной среде, которое уберегло бы их от негативного влияния и укрепило их психологически. Особенно важно в условиях пандемии предотвращать распространение страха, пессимизма и невротических состояний. То есть надо решать задачу удовлетворения потребности пенсионеров в принадлежности, их познавательную потребность одновременно с потребностью в безопасности. При этом надо учитывать, что использование социальных сетей несет в себе риски для пользователей [5], в частности контентные риски – риски, которые связаны с восприятием вредоносной информации, публикуемой в сети: материалов, содержащих порнографию, пропаганду экстремизма, наркотиков, азартных игр, и т.д. Есть риск подвергнуться оскорблениям и нападкам со стороны других членов сообщества, стать потенциальной жертвой планируемых уголовных преступлений, мошеннических атак; социальные сети могут использоваться и используются в информационной войне. Имеет место и зависимость от социальных сетей. Поэтому для пенсионера важна «информационная гигиена»: правильное использование социальных сетей, да и вообще информации, содержащейся в интернете.

В такой недружественной информационной среде наиболее надежным средством общения и познания могут быть порталы известных организаций, дающие возможность пенсионеру удовлетворить информационные потребности и потребности в общении достаточно полно и наиболее безопасным образом.

4. Четвертый уровень потребностей – потребность в уважении и признании.

«Все люди в нашем обществе (с редкими патологическими исключениями) имеют потребность в стабильной, обоснованной, обычно высокой самооценке, в самоуважении или чувстве собственного достоинства и в уважении окружающих. ... Удовлетворение потребности в самоуважении вызывает чувства уверенности в себе, своей ценности, силы, способностей и адекватности, ощущение своей полезности и необходимости в мире. Препятствия к удовлетворению этих потребностей ведут к появлению чувства неполноценности, слабости и беспомощности» [3].

Позволю себе привести еще одну длинную цитату, которая раскрывает и объясняет природу данной потребности:

«Роберт Уолдингер, последний руководитель знаменитого гарвардского исследования, по счастливому стечению обстоятельств не прерывавшемуся в течение 75 лет, так сформулировал вывод: «...счастливее и здоровее нас делают только хорошие отношения. Точка». В этих самых масштабных научных исследованиях для ответа на вопрос «Что делает нас здоровыми и счастливыми на протяжении всей нашей жизни?» были проанализированы множество факторов, влияющих на здоровье человека, в том числе очень многие антропологические, физические и психические признаки, включая такие деликатные, как IQ и размер половых органов. Ученые не только анкетировали участников, но и получали для изучения истории болезни от их лечащих врачей. И выяснилось, что самым главным является не питание, не вес, не место жительства или уровень материального достатка. Фактором, определяющим продолжительность жизни и здоровье, оказалось качество межличностных отношений. Вывод первый: одиночество убивает, а взаимосвязь с другими людьми делает счастливее. Вывод второй: дело не в количестве друзей и не в том, состоите вы в браке или постоянных отношениях, а в том, есть ли теплота в ваших отношениях с близкими. Вывод третий: хорошие отношения защищают не только тело, но и мозг; проблемы с памятью грозят гораздо меньше тем, кто может положиться друг на друга» [7].

Самоуважение человека часто связано с совершенным овладением какой-либо деятельностью. Это создает уверенность в своих силах, возможностях, способностях, знаниях, в независимости от других людей, в успехах и достижениях в работе. Пенсионер, как и любой человек, нуждается в уважении со стороны других людей, в признании другими его репутации, авторитета, заслуг.

Для самоуважения пенсионеру важно продемонстрировать возможность быть полезным для членов своей группы, своей семьи не меньше, чем более молодые люди. Поэтому неработающим пенсионерам существенны, например, «дачные успехи»: выращивание качественных или особенных овощей и фруктов, формирование особенных жизненных процедур, например, регулярное пользование баней с паром и т.п. Некоторые пенсионеры, имеющие солидный социальный капитал, становятся выразителями интересов жителей многоквартирного дома в муниципальных органах власти. Другие моментально отзываются на необходимость помощи не только членам семьи, но и соседям и знакомым в случае неприятностей у них.

В целом уважение к пожилым людям в обществе определяется культурным и духовным уровнем окружающих,

¹⁶ В Салехарде был проведен конкурс на лучший ролик в инстаграм, созданный пенсионерами (<https://www.youtube.com/watch?v=hHzyOieYkas>)

¹⁷ <https://ru.technode.com/2021/02/24/czifrovizacziya-pensionerov-kak-kitaj-uproshhaet-onlajn-dostup-dlya-pozhilyh-lyudej/>

то есть институциями, о которых говорилось выше (совокупность общественных обычаев, воплощение определенных привычек поведения, образа мыслей и жизни, передаваемых из поколения в поколение). В обществе потребления пожилые люди, если они не приносят доход, часто становятся людьми второго сорта.

5. Пятый уровень потребностей – познавательные потребности.

У человека познавательная потребность вплетена во все другие. «Отмечается следующий ряд особенностей данной потребности: врожденный характер, автономность от физиологических потребностей, ненасыщаемость, доминирование среди других потребностей у человека, т.е. возрастание ее роли в филогенезе в системе потребностей, предмет этой потребности – новизна раздражителя – информация» [8]. Поскольку жизнь человека многогранна, направление его познавательных усилий определяется целями его жизни и стремлениями в данный момент. Если целью жизни пожилого человека в данный период является помощь внукам в их развитии и вхождении во взрослую жизнь, он будет искать методы и системы для такого развития, будет отбирать соответствующий опыт своей жизни и оценивать результативность своих усилий. Пенсионер может поставить цель сформировать и поддерживать для себя здоровый образ жизни. Он может поставить себе цель научиться рисовать или изучить английский язык. И тогда включатся его врожденные способности к познанию и дело пойдёт. То есть формирование и выбор цели – это главное, что определит дальнейший процесс. Популяризация историй успеха пожилых людей может дать прекрасный материал для постановки целей пенсионеру и для его развития. На телевидении есть хорошие программы, посвященные укреплению здоровья, но как применить это здоровье, об этом говорится мало.

6. Шестой уровень потребностей – эстетические потребности.

В социальной психологии эстетическая потребность рассматривается вместе с понятием эстетического интереса. «Эстетический интерес и эстетическая потребность являются категориями духовной жизни индивида. Взаимосвязь этих категорий очевидна. Они связаны с эстетически значимыми объектами реального мира и могут быть направлены на один и тот же объект. Эстетическая потребность и интерес связаны с эстетическим переживанием и являются движущей силой практической деятельности. ... Эстетическая потребность проявляется как состояние, побуждающее личность к присвоению эстетических ценностей и к творческой деятельности по «законам красоты» [9].

Именно эстетическая потребность побуждает пенсионеров учиться рисовать, начинать писать стихи, ходить на концерты и в художественные музеи, больше быть на природе. Однако эта потребность «включается», как правило, когда удовлетворены физиологические потребности и потребность в безопасности.

7. Седьмой уровень потребностей – потребность в самоактуализации (самореализации).

Под потребностью в самореализации понимают желание индивида найти место в обществе, раскрыть личные качества, применить знания и навыки, осуществить замыслы. Он хочет быть лучше других, получить удовлетворение от достигнутого. Потребность в самореализации самая сильная из тех, что есть у человека. Основу самореализации составляет признание и самоутверждение. Человеку важно показать все, что он умеет, и получить за это одобрение. Ему необходима обратная связь от людей, с которыми приходится сталкиваться.

Утолить потребность в самореализации и самовыражении можно сразу в нескольких областях. Например, успехи в карьерном росте нередко сопровождаются наличием интересных увлечений или же крепкими семейными отношениями.

Успех самовыражения во многом обеспечивает саморазвитие. Потребность в самореализации неотделима от духовно-практического процесса.

Для этого людям следует ставить цели, прислушиваться к желаниям, оценивать свои действия с точки зрения окружающих. Если пренебрегать интересами социума, не пытаться придать действиям социальную направленность, личность будет испытывать деструктивное воздействие.

«Много лет исследуя людей с ярко выраженной потребностью в самореализации, Маслоу составил список свойственных им отличительных черт личности. К таким чертам он отнес:

- адекватное восприятие реальности;
- принятие мира таким, каков он есть;
- спонтанность и естественность поведения;
- центрирование на решении тех или иных проблем, а не на своем «Я»;
- склонность к уединению;
- автономию, т.е. относительную независимость от физического и социального окружения;
- свежесть восприятия обыденных явлений действительности;
- особые эмоциональные переживания («пиковые переживания»);
- чувство единства и родства всех людей;
- скромность и уважение к окружающим;
- избирательность в общении и особый стиль межличностных отношений;
- строгое следование избранным для себя моральным стандартам;
- превращение средств достижения той или иной цели в интересную творческую деятельность;
- чувство юмора;
- креативность, т.е. самостоятельный и творческий стиль деятельности;
- сопротивление приобщению к чуждым для себя культурным нормам;
- наличие многочисленных мелких недостатков и несовершенств;

- формирование собственной самостоятельной системы ценно-стей;
- целостность личности и отсутствие в ней разрушительных противоречий, гармония внутреннего мира и поведения.

Психология и нейрофизиология исходят из того, что современный человек реализует в среднем всего лишь 5–10% своего потенциала. Самореализация – это формирование определенных качеств личности, наиболее полно отражающих внутреннюю природу человека, которая совершенна. Самореализация – это показатель определенной внутренней зрелости сознания человека. Все более полное использование сознания человека делает его все более совершенной личностью. И это наиболее полное осуществление собственной внутренней природы является истинной целью жизни каждого человека». Не случайно в нашем языке существует выражение «состоявшийся» человек.

8. Что происходит с потребностями пенсионера во время пандемии.

Без «привязки» к нынешнему времени исследование потребностей пенсионеров было бы неполным. Поэтому поневоле приходится хотя бы несколько слов сказать в данном контексте о влиянии пандемии на пенсионеров, хотя это тема отдельного серьезного исследования. Влияние пандемии реализуется как через влияние самого вируса на переболевших людей, так и через влияние информационной и экономической среды в период пандемии. В результате всех воздействий население в течение длительного времени испытывает сильнейший стресс, что вместе с неопределенностью в отношении будущего, в конечном итоге, приводит к нервно-психическим изменениям.

«Распространение инфекционных заболеваний обладает уникальной способностью подпитывать страх, беспокойство и массовую истерию. ... То, против чего мы боремся, невидимо; наша семья, друзья и соседи могут стать источниками инфекции; те повседневные ритуалы, которыми мы дорожим, например встреча с другом в общественном месте, могут стать средством передачи; и власти, которые пытаются защитить нас, применяя меры ограничения свободы, часто воспринимаются как агенты угнетения» [10].

В результате у многих возникает так называемый постстрессовый синдром, или посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). «Симптомы: плохое настроение, страхи, тревога, ожидание чего-то неприятного, дурное предчувствие, часто нарушение сна и аппетита. ... Помимо этого, очень часто у людей появляется раздражительность, гневность, агрессивность или, наоборот, безразличие, апатия. Понятно, что такие люди, фиксируясь, закикливаясь непроизвольно на стрессовой ситуации, какое-то время не способны заниматься семьей, работой и своей личной жизнью».

Для пенсионеров стресс во время пандемии усиливается тем, что их во всем мире «зачислили» в отдельную группу высокого риска, которой уделяется особое внимание в плане изоляции, масок и других противоэпидемических ограничений, что формально выглядит как забота, но с точки зрения пенсионеров подчеркивает их отделение от общества трудоспособных людей.

Поэтому у пенсионеров во время пандемии усиливаются третий и четвертый уровни потребностей: потребности в принадлежности к группе, любви, уважении и доверии. Им еще важнее найти применение своим знаниям, опыту и социальному капиталу, чем это было раньше. Если они после выхода на пенсию приобрели какие-то новые возможности или открыли новые способности к творчеству, добились достижений в новых для себя делах, очень важна оценка группой или обществом таких достижений.

Список литературы

1. Р.Р. Гумеров. Продовольственная безопасность Российской Федерации (теория и практика): Буквально; Санкт Петербург; 2018.
2. А.П. Колесник. Информационная система для мониторинга и управления материальным положением семей в Российской Федерации, предотвращения попадания их в состояние бедности и контроля за выведением из бедности (экосистема СЕМЬЯ). Интернет-журнал «Стратегия бизнеса» том 8, № 7 (<https://www.strategybusiness.ru>).
3. Мотивация и личность. А. Х. Маслоу — «Питер», 2014.
4. А. Я. Бурдяк, ст. науч. сотр. Института социального анализа и прогнозирования РАНХиГС. Денежные сбережения домашних хозяйств на разных этапах жизненного цикла. Финансовый журнал / Financial journal № 1 2014.
5. Бобкова И.А., ЦЭМИ РАН: <http://www.mce.su/rus/archive/sect128328/doc150831/>
6. Мейжис И. А. Социальная психология / И. А. Мейжис — «Пи-тер», 2010.
7. Шестова О. Л. Возраст: преимущества, парадоксы и решения / О. Л. Шестова — «Эксмо», 2017.
8. Н.В.Поддубный. Познавательные потребности человека как основа духовной глобализации. (<http://spkurdyumov.ru/globalization/poznavatel'naya-potrebnost-cheloveka/>)
9. Н.А.Зубачевская. Эстетический интерес и условия его интенсификации. (<https://docplayer.ru/54705730-Na-zubachevskaya-esteticheskiy-interes-i-usloviya-ego-intensifikacii.html>).
10. Klaus Schwab, Thierry Malleret. Covid-19. The Great Resert. Forum publishing 2020.