

QR- УДК 316.346.32-053.9  
код DOI:  
EDN:

Научная  
статья

## БЛАГОПОЛУЧИЕ И БЛАГОПОЛУЧНАЯ СТАРОСТЬ В НАРРАТИВАХ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

**Анастасия Алексеевна Соколова<sup>1</sup>**

**Ангелина Эдуардовна Жданова<sup>2</sup>**

**Алёна Алексеевна Корзина<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Вологодский научный центр РАН,  
Вологда, Россия

<sup>1</sup>*anastasia.alekseevna.ran@yandex.ru*,

ORCID 0000-0001-5434-8094

<sup>2</sup>*angelinazhdanova99@mail.ru*,

ORCID 0000-0002-4526-3571

<sup>3</sup>*lawrentjewa.alyona2016@yandex.ru*,

ORCID 0000-0002-0516-0631

*Для цитирования:* Соколова А. А., Жданова А. Э., Корзина А. А. Благополучие и благополучная старость в нарративах старшего поколения // Социологическая наука и социальная практика. 202х. Т. хх, № х. С. хх–хх. DOI 10.19181/snsp.2023.11.х.xxxx. EDN xxx

**Аннотация.** В статье на основе глубинных интервью с пожилыми Вологодской области анализируются субъективные представления о благополучии и благополучной старости. Выделенные категории рассматриваются на разных уровнях осмысления: на реконструируемом через описание повседневных практик и через осмысление абстрактных понятий «благополучие» и «благополучная старость». Анализ нарративов выявил расхождение между уровнями осмысления. Так, на уровне повседневности пожилые информанты демонстрировали многомерное и процессуальное переживание благополучия, однако при прямом вопросе о благополучии они были склонны редуцировать его компоненты, описывая благополучие как совокупность отдельных условий или особых состояний. Компоненты благополучия (физический, психологический, деятельностный, социальный, материальный) находятся во взаимодействии на всех уровнях осмысления, но характер этих взаимосвязей различен. В нарративах о повседневности,

компоненты благополучия проявляются взаимосвязанно и часто сложно отделимы друг от друга, тогда как при обсуждении абстрактных категорий информанты легко дифференцируют компоненты и выстраивают в индивидуальную иерархию значимости. Важным наблюдением является то, что при вербализации понимания благополучной старости нарративы пожилых становятся более предметными, соотносящимися с текущим жизненным этапом и состоянием «здесь и сейчас», тогда как понимание благополучия описывалось более обобщенно и широко. Благополучная старость зачастую редуцировалась до высказываний о здоровье, но при этом, несмотря на приоритетное упоминание физического компонента, в практиках повседневности оно не выступало смысловым центром жизнедеятельности пожилых. В отношении социального компонента благополучия информанты продемонстрировали некоторую двойственность, когда на уровне повседневных практик качественное общение и включённость в социальную жизнь выступали значимым ресурсом благополучия, тогда как на уровне абстрактного понимания благополучия акцент смещался в сторону автономности и независимости. Кроме того, нарративы пожилых о благополучии и благополучной старости изобиловали темами со смещённым фокусом, где информанты переходили от обсуждения собственного состояния благополучия к благополучию значимых близких, что свидетельствует о межпоколенческом, а не исключительно индивидуалистическом характере переживания благополучия.

**Ключевые слова:** благополучие, субъективное благополучие, благополучная старость, повседневность, пенсионеры, пожилые, старшее поколение

**Благодарности:** Исследование выполнено за счёт гранта Российского научного фонда № 23-78-10128, [https:// rscf.ru/project/23-78-10128](https://rscf.ru/project/23-78-10128); коллектив авторов выражает благодарность Лариной Алине Алексеевне – лаборанту-исследователю Центра социально-демографических исследований Вологодского научного центра Российской академии наук за помощь в проведении глубинных интервью.

## **Введение**

В связи с глобальной проблемой старения населения и на фоне возрастающей продолжительности жизни, всё более востребованной становится тематика изучения качества жизни населения в старших возрастах. У общества и государства повышается заинтересованность продлением

активной жизни старшего поколения, в результате чего перспективными становятся концепции активного долголетия пожилых и их благополучия.

Во многом понимание благополучия формируется в процессе интерпретации жизненного опыта и в этом отношении особенно выделяется пожилой возраст. Данный этап онтогенеза характеризуется процессами адаптации к возрастным ограничениям, изменениям в здоровье, социальной роли и повседневной активности, что, в свою очередь, может отражаться на уровне субъективного благополучия пожилых. Также это период характеризуется прохождением нормативного кризиса, на котором происходит интеграция жизненного опыта, где человек оглядываясь на свою прожитую жизнь принимает её как единственно возможную и значимую, и полную целостного индивидуального смысла [1]. Во время кризиса происходит изменение структуры личности, где в случае позитивного исхода у пожилых происходит смещение фокуса на другие формы активности и новые роли, адаптация к физическим изменениям, осознание и решение экзистенциальной проблемы конечности бытия и т.д., что служит условием успешного решения задач данного возрастного этапа [2].

Процесс субъективной оценки пройденного пути включает формирование индивидуального ориентира, который представляет собой совокупность представлений о том, какая жизнь считается соответствующей собственным ожиданиям и последующим сравнением индивидом обстоятельств своей жизни с этим ориентиром [3]. Подобные сопоставления основываются не столько на фактических событиях из прожитого опыта человека, а в большей степени на том, как индивиды производят реконструкцию данного опыта в памяти, где ретроспективные оценки событий могут существенно отличаться от того, как эти события воспринимались в момент их протекания [4;5]. По мере прохождения жизненного пути к пожилому возрасту происходит переориентация значимости многих аспектов жизни, которые выступают в том числе и компонентами субъективного благополучия. В результате оно определяется не объективными параметрами жизненного пути, а тем, как человек интерпретирует и интегрирует свой прошлый опыт в целостный жизненный нарратив.

Важную роль в формировании этих интерпретаций выполняет повседневность, которая представляет собой смысловой базис, который индивид интерпретирует через призму различных аспектов своего опыта [6]. Повседневная жизнь, как неотъемлемая часть социальной реальности, характеризуется рутинной, привычностью и практиками, которые обеспечивают смысл, ориентацию и безопасность. Оставаясь зачастую нерелефлексивной, повседневность представляет собой дотеоретическое

пространство опыта [7], которое позволяет выявить отношение к благополучию в опосредованной форме.

Категория субъективного благополучия трактуется исследователями достаточно многомерно и охватывает ряд различных аспектов состояния человека [8], в которых сам индивид определяет те области, которые он считает важными [3]. Понимание благополучия осложняется индивидуальной значимостью его факторов, зависящей от самоощущения и запросов личности [9]. То есть благополучие<sup>1</sup> выступает в качестве субъективной оценки жизни, основанной на сравнении актуальных или потенциальных её аспектов с эталонами и нормами, отражёнными в сознании человека, формирующимися под влиянием социокультурной среды [11]. Вместе с тем, в научной литературе отсутствует единое понимание содержательного наполнения рассматриваемого понятия. В наиболее обобщенной форме, субъективное благополучие представляется как синоним счастья [12], однако при более детальном анализе исследователи выделяют его различные компоненты. Так, структура субъективного благополучия может раскрываться через соотношение гедонии и эвдемонии, которые выражаются в сочетании стремления к получению позитивного аффекта и ощущения переживания жизни как полноценной, значимой и целостной [13]. Структура субъективного благополучия включает удовлетворённость жизнью, позитивные и негативные аффекты [14], а также удовлетворённость в конкретных сферах жизнедеятельности [15], таких как психологическая, социальная, материальная, физическая и духовная сферы [16]. В целом, рассматриваемое понятие представляет собой гибридный концепт, состоящий из взаимосвязанных, но не всегда коррелируемых конструктов, относящихся к аффективной и когнитивной составляющей [17]. Таким образом, в рамках данной работы субъективное благополучие пожилых понималось как реализация возможностей пожилых в ключевых сферах жизнедеятельности (физическая, психологическая, деятельностная, социальная, материальная) и удовлетворённость ими [18].

Также важно принимать во внимание то, что благополучие в старших возрастах приобретает возрастно-специфическое содержание. Благополучная старость может рассматриваться как форма субъективного благополучия, свойственная для конкретного этапа онтогенеза и отражающая ограничения и ресурсы данного возрастного периода. Данный период рассматривается как динамичная фаза жизненного развития, характеризующаяся многообразием траекторий и сценариев старения, где пожилые рассматриваются как

---

<sup>1</sup> В работе используется термин благополучие в значении субъективного благополучия, исходя из тезиса о том, что люди оценивают его самостоятельно исходя из своего субъективного восприятия [10]

гетерогенная социальная группа [19]. Также согласно концепции нормативных кризисов развития личности, достижение эго-идентичности является необходимым условием для переживания субъективного благополучия [20], которое во многом определяется их способностью гибко согласовывать реализацию задуманных целей с имеющимися ресурсами и переопределять жизненные приоритеты [21]. Таким образом, благополучная старость выступает не только как оценка жизни в целом, но и как результат качественного наполнения важными активностями и смыслами [18], а также сохранения субъективной целостности.

Важно принимать во внимание то, что подобный аналитический взгляд и декомпозиция понятия благополучия на составляющие является исследовательским приёмом, однако остаётся открытым вопрос о том, в какой мере понятие благополучия соотносится с повседневными представлениями индивидов и их субъективным осмыслением. На сегодняшний день работ, посвящённых выявлению субъективного семантического содержания данного феномена респондентами недостаточно [22]. Таким образом, целью настоящего исследования является анализ субъективных представлений людей старшего поколения о благополучии и благополучной старости. Теоретическая значимость исследования состоит в расширении анализа категории благополучия и благополучной старости за счёт обращения к различным уровням её осмысления. В рамках проведённого исследования данный термин анализируется опосредованно через повседневные практики пожилых, а также на уровне осознания, через обобщённые оценки благополучия в целом и в виде более конкретных субъективных конструкций, соотносимых с проживаемым этапом жизненного пути в контексте понимания благополучной старости. Практическая значимость работы заключается в том, что выявленные в интервью субъективные представления пожилых о благополучной старости, раскрывающие латентные критерии качества жизни, значимые с точки зрения самих опрошенных, могут быть использованы при донастройке социальной политики в направлении повышения её адресности и учёта реальных потребностей старшего поколения. При этом полученные результаты могут найти отражение также и в работе организаций некоммерческого сектора, медицинских и социальных учреждений.

### **Материалы и методы**

Качественное эмпирическое исследование, проведённое в 2025 г. методом глубинного полуструктурированного интервью (n=34), было ориентировано на анализ индивидуальных смыслов и представлений о

благополучии и благополучной старости у лиц пожилого возраста<sup>1</sup>. Общение с информантами проходило лично. Процесс интервьюирования был построен таким образом, чтобы получить представления пожилых о благополучии на разных уровнях осмысления. Структура интервью включала в себя тематические блоки, затрагивающие ключевые сферы жизнедеятельности пожилых людей и их восприятие текущего жизненного этапа. В первой части интервью респондентам предлагалась рассказать о себе, своей семье, наличии или отсутствии трудовой деятельности в настоящее время, материального и психофизического самочувствия, а также досуговых практиках в повседневной жизни. После информанты делились информацией относительно понимания благополучия и произошедших изменений этого понимания с возрастом, а также о благополучной старости. Представленные тематические блоки исследования позволили получить многогранную картину жизни пожилых людей, охватывающую широкий спектр аспектов их жизнедеятельности.

Анализ интервью в отношении повседневных практик респондентов, осуществлялся в логике тематического кодирования. Интервью было структурировано по смысловым фрагментам, которые при дальнейшем анализе были соотнесены с выделенными компонентами субъективного благополучия. Компонент физического благополучия включал в себя высказывания, связанные с субъективной оценкой состояния здоровья, психологический компонент благополучия охватывал нарративы о психоэмоциональном состоянии информантов, деятельностный компонент был связан с оценкой включённости пожилых в различные виды активности (работа, хобби, волонтерство и т.д.), социальный отражал удовлетворённость наличием и качеством социальных взаимоотношений, а материальный – субъективные оценки уровня удовлетворённости материальным положением.

Таким образом, анализ повседневности осуществлялся через вопросы, направленные на раскрытие практик и условий жизни, где они рассматривались как базовый контекст, в котором формируются субъективные представления о благополучии и благополучной старости, в то время как, прямые вопросы о благополучии, его изменении с возрастом и благополучной старости позволяли зафиксировать рефлексии о целостном понимании данных терминов у пожилых людей и в дальнейшем сопоставить их.

---

<sup>1</sup> В данной работе под лицами пожилого возраста понимаются принявшие участие в интервью информанты в возрасте от 62 до 90 лет. Для обозначения данной категории лиц в данном тексте во избежание повторов были использованы синонимы, такие как, пенсионеры, пожилые, представители старшего поколения.

Поиск информантов для исследования осуществлялся через культурно-досуговые организации, предоставляющие услуги пожилым лицам и учреждения социального обслуживания населения. В выборку попали 34 человека (23 женщины и 11 мужчин в возрасте от 62 до 90 лет). Информанты имели различный образовательный уровень (высшее образование – 16 чел., среднее профессиональное – 17 чел., среднее общее – 1 чел.), статус трудоустройства (трудоустроенные – 5 чел., не трудоустроенные – 29 чел.) и семейное положение (находящиеся в официально зарегистрированном браке – 14 чел., одинокие/вдовы – 20 чел.). Первоначально критерии выборки предусматривали включение респондентов старше 65 лет. Однако в процессе проведения интервью были опрошены также три участника в возрастном диапазоне 62 – 64 года и хотя они формально не достигли заданного возрастного порога, было принято решение включить их в анализ, поскольку на момент проведения интервью они уже находились на пенсии и демонстрировали сходные модели повседневности, характерные для возрастной группы старше 65 лет, что соотносится с положениями подхода жизненного пути (life course approach), в рамках которого социальные статусы рассматриваются как более значимые маркеры, чем хронологический возраст. Поскольку исследование посвящено благополучию в старшем возрасте, социальный и функциональный статус были признаны более значимыми критериями.

Поскольку поиск информантов осуществлялся через учреждения досуга и социального обслуживания пожилых людей, то ограничениями исследования является смещение выборки в сторону социально включённых пенсионеров, которые участвуют в культурно-досуговой деятельности, а также тех, кто имеет доступ к социальной поддержке. Важно отметить, что полученные в исследовании результаты отражают субъективные смыслы и индивидуальные особенности восприятия феномена благополучной старости у лиц старшего возраста и это исключает возможность экстраполяции выводов на исследуемую категорию населения в целом. Кроме того, интерпретация данных интервью основана на исследовательской рефлексии, что несёт в себе элементы субъективизма. Преобладание женского населения в выборке смещает представленность мнений обоих полов, но данная диспропорция связана с объективными особенностями половозрастной структуры населения, где в возрастных группах старше 65 лет наблюдается количественное преобладание женщин [23], а значительная диспропорция в уровне занятости у пенсионеров отражает ситуацию на отечественном рынке труда [24].

Важным уточнением и ограничением исследования является то, что при анализе субъективного благополучия необходимо учитывать, что его

разделение на отдельные компоненты носит скорее аналитический характер и в некоторой степени является искусственным, поскольку в реальном опыте индивиды редко расщепляют данное понятие и бывает так, что различные аспекты субъективного благополучия тесно взаимосвязаны. В ходе анализа было выявлено, что наибольшие сложности при разделении компонентов вызывает психологический и социальный компоненты. В связи с этим, при кодировании материалов интервью, те высказывания, которые касались внутреннего состояния индивида (эмоции, удовлетворённость, чувства, ощущения, источники ресурсного состояния и т.п.) относились к психологическому компоненту, тогда как к социальному – характеристики внешних взаимодействий (наличие, интенсивность и качество отношений с окружающими).

Тем не менее, принимая во внимание специфику исследуемой темы и цели работы, результаты позволяют получить информацию как об общих смысловых паттернах, так и об индивидуальных различиях в отношении представлений о благополучной старости и её компонентах.

## **Результаты**

*Благополучие в контексте повседневности.* В оценке *физического компонента благополучия* большая часть респондентов склонна называть своё здоровье удовлетворительным, нормальным. Данную особенность подтверждают и другие исследования о самочувствии старшего поколения, показывающие, что для большинства пенсионеров определять здоровье в старости удовлетворительным – это норма [25] и особенность российского менталитета [26].

Нужно отметить, что нарративы респондентов о самооценке своего здоровья позволяют говорить о формировании субъективного возраста [27]. Так, большинство опрошенных делают акцент на возрастных особенностях, определяя своё самочувствие удовлетворительным именно для своих лет. Данная тенденция сводится к позитивной самоидентификации возраста респондентов и отображается в возможности пожилых людей адаптироваться к старению и сохранять своё благополучие [28]:

*«Болезнь-то я, конечно, болею, потому что и простудные, и поднакопилось что-то, и внутри надо починить. Хожу по докторам, но не часто. И думаю, что для моего возраста, моё состояние вполне можно признать удовлетворительным»* (жен., 87).

Меньшая доля информантов оценивают своё здоровье достаточно критично, что в равной степени связано как с наличием каких-либо заболеваний, так и с осознанием своего «немолодого» возраста:

*«Позвоночник нарушен, болит. Ну, что делать? Уже возраст такой. Через два года будет семьдесят лет» (жен., 68).*

Изучение физического компонента благополучия затрагивает вопросы поддержки, включая как собственные усилия старшего поколения, так и помощь им со стороны общества и государства. Участники интервью называют три ключевых вектора поддержки своего здоровья: физическая активность, эмоциональная стабильность и медицинская помощь. В качестве физической активности пожилые информанты чаще упоминают такие практики как продолжительная ходьба и зарядка по утрам. Лишь немногие респонденты отмечают другие формы активности – теннис, тренажёрный зал, гимнастику, танцы. Обращает на себя внимание понимание у пожилых людей важности физической активности для поддержания своего хорошего самочувствия, в результате чего становится очевидной трансформация субъективных представлений о роли здоровья в формировании благополучной жизни и благополучной старости:

*«В молодости, конечно, здоровье не важно. Я уже говорила, в молодости некогда было болеть. Некогда было. И не думали ничего. А сейчас все думаем. Раньше таблеток у меня вообще не было, только детям от температуры. А сейчас у меня целые ящики таблеток» (жен., 72).*

Кроме того, в высказываниях некоторых информантов проявляется ретроспективная оценка в отношении своего образа жизни, где происходит осознание значимости упущенных решений в отношении практик здоровьесбережения:

*«Это нужно думать с молодости. Это я сделала вывод» (жен., 88).*

Фактором поддержания хорошего самочувствия и здоровья для пожилых информантов также часто выступают не только практики, связанные с физической активностью, но и социальные контакты и хороший психоэмоциональный фон, что говорит о том, что компоненты благополучия в нарративах о повседневности пожилых очень тесно связаны с друг другом:

*«Ну да, гуляю, но мне больше помогает, когда с кем-то пообщаешься. Психологическая поддержка. Но теперь уже начинаешь понимать, что общаться-то вообще-то не с кем уже. Вот от этого мне становится плохо» (жен., 62).*

Удовлетворённость общением, межличностным взаимодействием и связями является важным компонентом психологического благополучия, но далеко не единственным [29], однако в пожилом возрасте оно занимает одно из ключевых позиций в нарративе пожилых. В отношении *психологического компонента благополучия*, большая половина интервьюируемых отмечают, что значимым источником стабильного эмоционального фона, ощущения

внутреннего покоя и радости является общение с семьёй и близкими, в особенности с детьми и внуками. Это подтверждает тесную взаимосвязь психологического, социального и даже физического компонентов благополучия в повседневных практиках пожилых.

Зачастую благополучие пожилых формируется в пространстве межличностных взаимодействий и в данном случае сами информанты выступают не как автономные агенты по воспроизводству психологического компонента благополучия, а как зависимые от социальных взаимоотношений. В данном контексте информанты фокусируются не только на своих собственных ощущениях, им важно осознание благополучия у значимых других. Это позволяет им поддерживать привычные роли родителя, интересного собеседника, и т.д., сохраняя социальную идентичность пожилых и включённость в социальную жизнь:

*«Если у внуков и у дочери всё хорошо, у меня тем более. Только глядя на них, если у них всё хорошо, значит у меня хорошее настроение и, кажется, здоровье улучшится в это время» (жен., 73).*

Можно отметить, что психологический компонент благополучия в нарративах пожилых проявляется как пространство поддержания агентности в условиях возрастных, социальных и иных ограничений. Так, значительно меньшая часть пожилых в качестве источника психологического благополучия обозначают внутренние ресурсы. Подобные практики позволяют сохранять чувство контроля над своей жизнью, тем самым стабилизируя внутренние состояния в условиях ограниченного влияния на внешние обстоятельства, усиливая агентность пожилых. В данном случае, психологический компонент благополучия основывается не только на ощущении стабильного эмоционального фона, но и на способности интерпретировать себя как субъекта, имеющего силы справляться с обстоятельствами самостоятельно:

*«Ну и сам я как бы тоже вот – кремень. Ну не кремень, конечно. Но нахожу внутри себя силы бороться с обстоятельствами» (муж., 67).*

Для небольшой части информантов важной стратегией поддержания психологического равновесия выступает «уход» в деятельность, которая имеет не инструментальный смысл, а терапевтический, поскольку она позволяет переключить внимание с тревожащих обстоятельств и восстановить чувство внутреннего психологического равновесия. Здесь деятельность становится ресурсом эмоциональной саморегуляции, что подчеркивает тесное соприкосновение деятельностного компонента благополучия с психологическим в рамках повседневности:

*«Грустно, когда, конечно, помогает справляться то, что я берусь за дело. Когда, что-нибудь делаю, я успокаиваюсь» (жен., 75).*

С выходом на пенсию образ жизни человека претерпевает значительные изменения и в этот период поддержка и понимание со стороны семьи приобретают особую ценность. Наличие и значимость дружеских отношений занимает важное место в повседневности пожилых [30].

*Социальный компонент* благополучия зачастую связывается в первую очередь с удовлетворённостью семейным общением, которое является не просто совместным времяпрепровождением, а является особой эмоциональной связью, основанной на взаимопонимании, уважении и заботе. В условиях возрастного сужения социальных контактов семья становится основным источником позитивных эмоций и чувства принадлежности к ней. В нарративах информантов семья выполняет функцию реляционного ресурса, где через взаимодействие с детьми и внуками пожилые получают ощущение включённости и собственной нужности. То есть, социальный компонент благополучия в повседневности конструируется не только через количество социальных связей и контактов, а через качественное участие в значимых отношениях, где лица старшего поколения имеют возможность проявить себя как активного субъекта отношений:

*«Так что вот эти отношения родственные, они имеют огромное значение и дают стимул, вдохновение и доброе, хорошее начало для творческих дел и вообще житейских дел. И поддерживать как человека, потому что живёшь, знаешь, что ты думаешь о ком-то, а о тебе думают и так далее. Это очень хорошее дело» (муж., 73).*

Весомую роль в таком общении играет передача своего опыта и мудрые советы со стороны родственника пенсионера более молодому поколению, что является одной из форм реализации агентности в семейном пространстве. Подобная практика является ресурсом сохранения собственной значимости, востребованности, что позволяет пожилым воспринимать свой возраст не как ограничение, а как капитал, позволяющий обеспечивать включённость в семейное взаимодействие:

*«Ну, что я умею, конечно, я передаю опыт свой, что я умею» (жен., 88).*

Анализ ответов интервьюируемых выявляет сложную и неоднозначную картину дружбы и социальных связей среди лиц старших возрастов. Сохраняются профессиональные контакты, что позволяет поддерживать чувство непрерывности социальной идентичности. Упоминается важная роль друзей в поддержании здоровья и физической формы, что способствует сохранению активного образа жизни и взаимной поддержки:

*«Есть люди, с которыми я общаюсь, скажем так, более в профессиональной сфере. Там общение идет в основном на производственные какие-то темы, технологические ещё какие-то. Но тем не менее, и личные тоже. Я считаю, что люди должны взаимодействовать между собой во всех аспектах. В плане здоровья тоже у меня есть друзья, езжу к которым и с которыми вместе и занимаюсь и которые мне помогают поддерживать меня в хорошей физической форме» (муж., 67).*

С возрастом может происходить трансформация дружеских отношений: большое число знакомых в молодости, уступает место более узкому, но глубокому кругу близких людей в пожилом возрасте. В разговорах с информантами также была выявлена тенденция сохранения отношений с друзьями, дружба с которыми зародилась в молодости и остается значимым источником поддержки и общения в настоящее время:

*«А знаете, вот я уже поняла, что когда по молодости встречаешься с подругами, считаешь подругами, то они подруги до старости» (жен., 76).*

Поляризация мнений выявлена в вопросах одиночества пенсионеров. Среди лиц старшего возраста есть те, кто испытывает одиночество и отсутствие социальных контактов, ограничиваясь общением только с самыми близкими родственниками либо социальными работниками. Часть информантов не актуализирует одиночество как проблему в связи с высокой занятостью и включённостью в социальные практики (*«некогда быть одиноким-то»* (муж., 85), *«со мной всегда кто-то рядом»* (жен., 75), либо в силу личностной ориентации на внутреннюю автономность. В последнем случае одиночество можно интерпретировать не как негативное проявление отсутствия общения, а как привычный и контролируемый образ жизни индивида:

*«Я по природе своей одинокий человек, много я с самим собой живу, обращаюсь к самому себе иногда. Поэтому одиночество для меня не является проблемой. Потому что я к этому привык давно» (муж., 76).*

Для второй части респондентов чувство одиночества предстаёт ощутимой проблемой, коренящейся, главным образом, в пережитой утрате близких людей. Помимо психологического аспекта, одиночество зачастую усугубляется ухудшающимся физическим самочувствием, ограничивающим социальную активность и возможности взаимодействия с внешним миром:

*«<...>я иногда тоскую по мужу. Всё-таки больше 50 лет мы прожили вместе. Смотрю на его портрет и начинаю думать, что как плохо одной» (жен., 88).*

Важным ресурсом поддержания психологического состояния, социальной включённости и физической активности является посещение

культурно-досуговых мероприятий. Культурные мероприятия позволяют пенсионерам чувствовать себя частью общества, бороться с чувством одиночества и изоляции, которое встречается у некоторых из них. Культурный досуг стимулирует пенсионеров выходить из дома, посещать новые места и поддерживать физическую и эмоциональную активность.

Значительная часть информантов положительно относятся к данному виду активности и стараются посещать проводимые культурные мероприятия. Наиболее привлекательными для пенсионеров выступают такие учреждения культуры как театр, музей, выставки, что также согласуется с региональными социологическими исследованиями [31]. Кинотеатры менее привлекательны из-за показываемого контента и присутствующего контингента населения:

*«Кино сейчас уже почти не ходим. Потому что не устраивает публика в зале меня, честно скажу. Поведение публики не очень нравится. Мы не приучены были к такому поведению в общественных местах. А так концерты, конечно, многие посещаем обязательно»* (муж., 85).

Однако основным барьером для посещения данных мероприятий пенсионерами с периферии является отсутствие инфраструктуры для культурного потребления в их населённом пункте, а также отдалённость от крупных городов:

*«Нет, это редко. У нас до Вологды, там сколько, 80 километров, так нет»* (жен., 78).

Материалы интервью показывают, что вопросы относящиеся к **деятельностному компоненту благополучия**, а именно профессиональная самореализация и удовлетворённость от проделанного трудового пути занимают значимое место в нарративах пожилых людей. В нарративах тех информантов, которые сохраняют трудовую активность, выделяется роль работы не как экономической деятельности, приносящей доход, а как экзистенциально и социально значимой практики, обеспечивающей пожилых ощущением жизненной энергии и чувством собственной значимости, выступая механизмом сохранения социальной идентичности [32].

*«В материальном плане эта работа практически ничего не дает, ну совсем мизерную прибавку к пенсии, так что ...<...> в основном вот это то, что ощущение что ты нужен, что твои знания и опыт востребованы».* (муж, 67).

Роль трудовой деятельности, как формы служения другим встречалась в нарративах женщин, имевших опыт работы в социальной сфере и образовании. В данном случае, работа выступала не как средство самореализации в индивидуальном смысле, а как вклад в благополучие других, дающее ощущение социальной значимости:

*«Мне больше всего понравилось работать в социальной сфере. Потому что я, как сказать, я приносила пользу конкретному человеку.»* (жен., 73).

В ретроспективе трудовой опыт сохраняет своё влияние на жизнь пожилых как некоего рода социальный капитал, где трудовая деятельность рассматривалась как источник жизненного опыта и моральных ориентиров. В этом контексте трудовой путь рассматривается не только как биографический этап, но и как основа личностного и нравственного развития, которая сохраняет своё влияние и на данном этапе жизненного пути информантов:

*«...работа врачом она мне много дала для понимания жизни.»* (муж., 76).

Значительная часть информантов воспринимала свою работу как ключевой канал социального взаимодействия и удовлетворения своей потребности в общении, а также формирования навыка взаимодействия с людьми.

*«Общение с людьми, получать-то какие-то там навыки у людей.»* (жен., 78).

В нарративах неработающих пожилых увлечения и хобби частично замещали утрату профессиональной реализации после выхода на пенсию. В таких случаях увлечения становились смыслообразующим компонентом повседневности:

*«<...> в хоре я уже больше тридцати лет занимаюсь <...> без хора трудно жить»* (муж., 85).

Для части пожилых информантов досуговая деятельность выступала формой поддержания социальной включённости и дополнительной физической активности:

*«Вхожу в хор ветеранов. Три раза в неделю – это все же движение туда и обратно. И потом это культурное общение»* (жен., 87).

Роль досуговой деятельности в жизни пожилых можно описать и как ресурс психологической разгрузки, где она описывается как источник хорошего эмоционального фона и инструмент преодоления негативных переживаний:

*«Ну конечно, в какой-то мере, во-первых, настроение даёт. Потому что в жизни не всегда бывает так, что, ой, как мне весело, как весело, но иногда и грустно. Поэтому здесь я отвлекаюсь. Бабушки ко мне очень хорошо относятся. Поэтому, когда прихожу сюда на работу, хорошее настроение всегда. Хоть бывает и на душе не очень, но здесь у меня хорошее настроение, чтобы бабушкам не портить их настроение. Поэтому, думаю, что и заряд сил какой-то»* (жен., 73).

Одновременно у значительной части информантов отмечается сокращение досуговой деятельности в пожилом возрасте в связи с ограничениями здоровья («*Раньше было рукоделье, а сейчас глаза не позволяют*» (жен., 88)), с инфраструктурной недоступностью («*Пытался найти досуг в своём районе для пенсионеров. Не нашёл*» (муж., 78)), а также с накопленной психологической усталостью («*А потом в какой-то момент наступил ступор, какой-то психологический, и перестал. (заниматься хобби – прим. авторов). <...>. Перенасыщение произошло*» (муж., 76)). Пожилым людям в виду названных ограничений приходится отказываться от недоступных форм активности, однако им не всегда удаётся найти альтернативу утраченной досуговой деятельности, что может усиливать риск социальной эксклюзии.

Волонтерство в старших возрастах рассматривается как одна из форм активного долголетия, которое позволяет пожилым людям чувствовать себя значимыми, расширять круг своего повседневного общения и смягчить чувство одиночества [33; 34]. По результатам проведённых интервью было замечено, что большая часть лиц старшего возраста не участвуют в деятельности волонтерских движений, общественных и благотворительных организаций. Те пожилые, которые вовлечены в деятельность подобных организаций отмечают, что подобная активность является для них ресурсом восполнения недостатка общения и улучшения своего психологического состояния:

*«Я участвую в художественной самодеятельности в клубе. Общение с людьми. Вот, например, сын на работу уезжает, он только на выходные приезжает. Я всё время дома одна. А я с людьми в клубе общаюсь и приду, и настроение как-то хорошее и дальше хочется жить»* (жен., 78).

В нарративе пожилых людей, которые испытали потери близких, участие в волонтерской деятельности приобретает компенсаторный характер, где забота о других позволяет справиться и пережить травматичный опыт и реализовать потребность в заботе, в связи с утратой значимых социальных ролей:

*«Как бы сказать, много значит. У меня вот сына-то сейчас нет, я очень жалею, сейчас и солдаты, и переживаю, и всё. У меня сейчас у сестры вообще внук пропал, без вести»* (жен., 76).

Очень важной частью участия в общественной деятельности для пожилых выступает не только осознание общественной полезности, но и чувство собственной значимости в глазах общества. Регулярная позитивная обратная связь со стороны окружающих поддерживает мотивацию к

продолжению участия и, как следствие, позволяет укрепить позитивную самооценку и сохраняет активную жизненную позицию:

*«Волонтёром я как сказать? Нахожусь волонтёром здесь, в доме ветерана. Помогаю. Вот и в этом корпусе нашим. Чуть не каждый день, то лампочка у бабушки там прогорит. Всё помогаю. <...> А чего? Хорошие отношения. Встречаешь. «Здравствуй, Володя! Здравствуй, Володя! Здравствуйте! Здравствуйте! Ну, вы молодец, всё помогаете нам!» (муж., 78).*

Нарративы о материальном компоненте благополучия демонстрируют выраженную дифференциацию оценок и стратегий интерпретации собственного финансового положения. Материальный компонент благополучия в данном случае выступает не только как объективный показатель дохода, но и как результат осмысления своей экономической ситуации.

К первой относятся ответы тех информантов, кто удовлетворён своим финансовым положением, причиной которого является наличие большого трудового стажа, различных денежных надбавок и трудовой занятости в пенсионный период. Оценка удовлетворённости формируется преимущественно в сравнительной перспективе, через сопоставление себя с другими пенсионерами:

*«Вы знаете, я считаю себя необделённым, удовлетворительным в плане размера пенсии. Я смотрю телевидение и другие СМИ и вижу, что многие пенсионеры живут конечно такой ущербной жизнью. Низкие пенсии, поэтому им приходится выживать. У меня, слава Богу, другая ситуация» (муж., 76).*

Вторая половина опрошенных – те, кто считает своё финансовое положение неудовлетворительным, однако внутри данной группы наблюдаются различные способы интерпретации такого финансового положения. Часть информантов демонстрируют стратегию адаптивного принятия, где низкий доход признаётся, но не становится источником сильных эмоциональных переживаний («И не злорадствую, что, если меньше. В общем, нормально себя ощущаю» (жен., 68)). Другие участники исследования смещают фокус внимания с размера денежных доходов на практики их рационального распределения. В данном случае материальный компонент благополучия на уровне повседневности воспринимается как результат личной ответственности и контроля, также в некотором роде успешной реализации практик финансовой грамотности:

*«Вы знаете, я всегда удивляюсь. Начинают там стонать, ой, как плохо мы живём, пенсионеры. Да нет. Я считаю, что пенсионеры достаточно*

*хорошо живут. Нормально нужно только расходовать свои ресурсы, свои финансы» (жен., 84).*

Значительная группа респондентов в своих нарративах демонстрирует ограниченную агентность, когда обуславливают своё неудовлетворительное материальное положение. Испытываемое чувство несправедливости может быть ассоциировано с ощущением недостаточного признания вклада старшего поколения:

*«Как говорил один мой друг, пенсия у меня хорошая, только маленькая. Нет, я не удовлетворён, конечно, тем, что нам государство дало. Вот за 43 года я получаю совсем маленькую пенсию. Ну что делать?» (муж., 67).*

Основной причиной низкого финансового благополучия респонденты называют постоянный рост цен на коммунальные услуги, продукты питания и одежду, а также на лекарственные препараты. В высказываниях пожилых прослеживается не только личное недовольство, но и коллективное чувство социальной неудовлетворенности:

*«Ну, я не знаю, наверное, надо бы повернуться лицом к этому поколению. И всё. И увидели бы всё. Как люди живут? У некоторых вообще ведь пенсии маленькие. Как перебиваются бабушки, дедушки? Это никого не интересует. Вот это и плохо» (жен., 73).*

Важной составляющей материального благополучия населения старшего возраста являются сберегательные практики, такие как создание и поддержание своих финансовых резервов [35]. Анализ интервью показал, что для большинства респондентов данного исследования формирование «подушки безопасности» невозможно из-за низких доходов. Лишь треть информантов отмечают возможность накопления средств. Однако, несмотря на это, в нарративах опрошенных наблюдается понимание важности накопления сбережений:

*«Только мечтаю о том, когда я буду откладывать. Всё получается так, что надо кому-то» (жен., 77).*

Стоит также отметить особенность трансформации субъективного представления о финансовом благополучии у старшего поколения. Так, для данной категории людей характерно смещение фокуса с собственного благополучия на благополучие своих родных, в частности детей и внуков. В этом случае деньги осмысляются не столько как средство личного потребления, сколько как инструмент поддержки значимым близким, выступая при этом ресурсом сохранения социальной роли родителя и даже при ограниченных доходах информанты стремятся сохранить её:

*«Конечно, чувствую, что мы живём все очень скромно. И денег не хватает. Потому что надо и внуку немножко посылать. Он тоже*

*неизвестно, как живёт. И мы тоже лишнего себе не позволяем. Только самое необходимое покупаем, это только на еду. А так, чтобы одежды или обуви – это большая проблема. Если что-то купим, типа кроссовки на лето новые, то надо немножко себя прижать в питании» (жен., 87).*

Безусловно, низкое материальное положение старшего поколения, являясь ограничивающим фактором, сильно влияет на общее ощущение субъективного благополучия. Так, каждый третий респондент назвал материальное положение важной составляющей благополучной жизни и отметил необходимость государственной поддержки в данной сфере.

**Понимание благополучия и благополучной старости.** При осмыслении категории благополучия в целом информанты продемонстрировали гетерогенность понимания термина. Условно можно разделить нарративы пожилых людей на моноцентричное понимание благополучия, где пожилые выделяли только один компонент и многокомпонентное понимание благополучия, в котором либо присутствовала иерархия компонентов благополучия, либо, в значительно меньшем количестве нарративов, все элементы были равноценными. Фрагментарность упоминания компонентов благополучия не связана с тем, что неназванные элементы не значимы для информантов, а скорее вызвано тем, что пожилые называли наиболее значимые для них компоненты, которые формировали «ядро» их субъективного понимания благополучия. Важно понимать, что даже одинаковые компоненты раскрывались в нарративах с индивидуальными смыслами.

Часть пожилых информантов демонстрировали моноцентричное понимание благополучия, концентрируя внимание на одном определяющем аспекте. Возможно выделение одного субъективно значимого конкретного элемента для понимания благополучия позволяет сохранить чувство личностной целостности, несмотря на утрату или снижение других значимых сфер. Это можно интерпретировать как механизм адаптации, который позволяет выстроить устойчивую модель субъективного благополучия в условиях возрастных изменений.

Моноцентричное понимание благополучия через социальный компонент чаще всего выражалось через наличие устойчивых и значимых взаимоотношений с родными, где семья выполняла роль ресурсного, поддерживающего потенциала. Важно отметить, что информанты нередко говорили о благополучии опосредовано, через нарративы о благополучии детей и внуков, что может свидетельствовать о отождествлении личного благополучия с благополучием значимых других:

*«Это благополучие хорошее, когда сыновья и внуки у нас, когда к нам звонят, и вы есть, и они на свете. И всё у них хорошо. Это самое благополучие остальное, оно всё мелочное» (муж., 85).*

Моноцентричное понимание благополучия через материальный компонент выражалось в нарративах напрямую и носило более индивидуализированный характер. Информанты отождествляли благополучие с уровнем материального положения и через количество доступных денежных средств:

*«Благополучие, ну, что-то, что зависит от денег, конечно» (жен., 69).*

В нарративах пожилых чаще всего встречалось многокомпонентное понимание благополучия, при котором на первое место информанты чаще всего ставили психологический или социальный компоненты субъективного благополучия. Для таких информантов оказываются значимыми ощущение внутреннего комфорта, душевного равновесия, наличие значимых социальных связей, чувство включённости и нужности. Остальные компоненты в подобных интервью воспринимаются как производные, которые «приложатся» при реализации психологического и социального компонентов. Подобные ответы подтверждают тезис о том, что благополучие людей в возрасте в большей степени зависит от внутренних факторов [16]. Это особенно ярко может проявляться в ситуациях, когда другие компоненты, такие как физический, деятельностный и материальный больше не могут служить ресурсами обеспечения состояния благополучия в связи с возрастными изменениями. При этом психологический и социальный компоненты чаще всего находятся в тесной взаимосвязи в нарративах пожилых:

*«Душевное равновесие. Это когда тебя не тревожат какие-то очень критические ситуации в твоей жизни. И когда... и в семье, чтобы был...порядок, чтобы было нормальное состояние <...> чтобы было добро и, чтобы тебя не забывали. Очень тяжело быть, когда ты выброшенный...».* (жен., 84).

Вторая по распространённости группа ответов связана с приоритетом физической составляющей благополучия, а именно с наличием хорошего здоровья, как у себя, так и близких:

*«А мне кажется, было бы здоровье своё и у внуков, и у дочери, то и всё».* (жен., 73).

Значительно меньшая доля информантов в своих ответах ставили на первое место материальный и деятельностный компоненты благополучия. Такое положение обуславливается особенностью данного жизненного этапа, когда происходит частичное или полное сокращение трудовой активности,

изменение уровня дохода. В этих условиях материальное положение и возможность сохранять активность через занятия и увлечения остаются важными, но реже рассматриваются как ключевые основания субъективного благополучия:

*«Ну, благополучие – это когда ты не ощущаешь финансовое затруднение» (муж., 78).*

*«Ну, благополучие в целом, я считаю, если человек вот ставит какие-то задачи перед собой, и эти задачи решает. Самое главное, если у него есть увлечение, и он этим увлечением, так сказать, занимается активно, получается» (муж., 73).*

Большая часть информантов ответила, что понимание благополучия с возрастом для них не изменилось. Однако, пожилые, отметившие произошедшую трансформацию представления о благополучии, чаще связывали её с изменением материального достатка. С одной стороны, это может объясняться тем, что материальный компонент благополучия может быть наиболее когнитивно доступным и измеримым, а также он в отличие от других воспринимается как наиболее изменчивый на протяжении жизненного пути, что делает его наиболее удобным для рефлексии и наиболее сопоставимым в библиографической перспективе:

*«Да нет, наверное. Ну, в молодости, естественно, особенно в девяностые годы, мы вообще на талонах жили. Это же очень плохо было. Не знали, как что-то купить, детей покормить, внуков» (жен., 73).*

Часть информантов, которые определяли изменение понимания благополучия через материальный компонент отмечали важность названного компонента и при определении благополучия в целом, что свидетельствует о высокой значимости материальной составляющей. Тогда как встречались и те пожилые, которые отмечая изменение понимания благополучия в контексте материальной сферы, не упоминали материальный компонент при обсуждении благополучия в целом. Это может обуславливаться тем, что материальная составляющая благополучия является важной составляющей в жизни информантов, однако она либо не выводится на сознательный уровень осмысления, либо это может быть связано с культурными особенностями, когда обсуждение ценности материальной стороны не принято делать открыто.

В отдельном случае трансформация понимания благополучия произошла через накопленный жизненный опыт, что соотносится с нормативным процессом пересмотра жизненного опыта у пожилых. При этом выраженная негативная оценка может свидетельствовать о том, что процесс

прохождения нормативного кризиса старшего возрастного периода находится в активной фазе:

*«Да, изменилось. Конечно, изменилось. В молодости ещё не знала ничего, всё думала хорошо будет. А тут уж стало хуже» (жен., 75).*

Затруднение в оценке процесса изменений сопровождалось уходом от прямого ответа, через описание повседневных практик, которые приносят ощущение удовлетворения, либо через отсутствие необходимости в осмыслении абстрактной категории. Часть информантов объясняли своё затруднение с тем, что благополучие воспринимается ими как непрерывный континуум жизненного цикла, который существует вне возрастных изменений:

*«Дело в том, что я вот как раз вот именно вот это, определение благополучия никак с жизнью не связывал» (муж., 67);*

*«Наверное, нет. Не изменилось. И 20 лет назад, в общем-то, я так же думал. Здоровье, семья и материальное обеспечение. И сейчас я так думаю» (муж., 66).*

Понимание *благополучной старости* у информантов не совпадает с таковым о благополучии в целом. Лишь для небольшой части пожилых людей понимание совпало, тогда как для других рассматриваемые категории отличались. В части нарративов представления о благополучной старости сокращалось к меньшему количеству значимых элементов. Важным отличием в понимании благополучной старости является смещение иерархии компонентов в сторону приоритезации аспектов, связанных с физическим компонентом благополучия. Нарративы о здоровье разворачиваются в сторону сохранения автономии и независимости, где важно не отсутствие болезней само по себе, а отсутствие необходимости постоянного ухода со стороны близких, и ощущения того, что пожилые имеют контроль над собственной жизнью:

*«Главное, чтобы было здоровье всё равно. Даже важнее финансов всех, чтобы было здоровье, чтобы я никому не обременительна была вот так вот» (жен., 68).*

Социальное благополучие также занимает значимое место в представлениях информантов о благополучной старости, хотя чаще оно располагается на второй позиции и ниже. В контексте благополучной старости информанты делали акцент на сохранении значимых социальных связей, благополучии детей и внуков, а также о переживаемой потребности быть нужным, сохранять эмоциональную связь с близкими и получать подтверждение собственной значимости:

*«Ну, чтоб не остаться одной. Ну, чтоб была какая-то забота от кого-то и внимание. Самое страшное – остаться одной, без всех, без поддержки, где-то там в одиночестве до последних дней. Ладно там не хватает еды или что-то, это всё можно пережить, болезни как-то можно где-то что-то подлечить, а вот так, что без поддержки, без внимания – это, наверное, сама плохое» (жен., 63).*

Примечательно отметить то, что потребность быть значимым и нужным неоднократно поднималась в нарративах о повседневных практиках пожилых в контексте трудовой занятости, благотворительной деятельности и т.д., что подчёркивает значимость ощущения востребованности для пожилых, которая идёт лейтмотивом через многие сферы их жизни.

Представления о благополучной старости проявляются и через ответы информантов о том, чего в настоящий момент не хватает лично им для ощущения благополучия. Пожилые в подобных ответах вновь подчёркивают значимость физического и психологического состояния, акцентируя внимание на стремлении к снижению тревожности:

*«Чтобы не расстраиваться» (жен., 78).*

В целом, можно заключить, что повседневные практики пожилых теснее связаны с пониманием благополучной старости. В отличие от этого, благополучие в целом выступает более абстрактным конструктом, несколько оторванным от повседневной жизни.

### ***Заключение***

Анализ интервью позволяет зафиксировать расхождение между уровнями осмысления благополучия у пожилых. Пожилые респонденты продемонстрировали многомерное переживание благополучия на уровне повседневных практик, однако при прямом вопросе о благополучии они были склонны редуцировать его компоненты. С одной стороны, данное обстоятельство может быть частично связано с особенностями методики, поскольку обсуждение повседневных практик респондентов строилось на большем количестве вопросов. С другой стороны, это может быть обусловлено особенностями восприятия информантов, где им было проще отразить в нарративах свой практический, повседневный опыт, тогда как обращение к понятию благополучия как к целостной категории вызывало затруднения.

Так, благополучие через повседневные практики прежде всего было процессуально, оно выражалось в основном через действия, такие как общение, помощь другим, участие в семейных делах и т.д. В нарративах о повседневности, пожилые черпают энергию и ресурс из работы, увлечений,

заботы о других, то есть из тех активностей, где они могут проявить свою агентность. Благополучие через повседневность вполне конкретно и имеет деятельностный и реляционный характер, а его компоненты существуют в очень тесной взаимосвязи и часто неотделимы друг от друга. Например, компоненты психологического благополучия в повседневной жизни связаны с социальными взаимодействиями и физическими практиками, что образует особую комбинацию компонентов, которая имеет индивидуальный оттенок для каждого из респондентов.

В тоже время при осмыслении благополучия, как абстрактной категории, информанты описывают его как конечное состояние или совокупность условий (наличие материального достатка, здоровья и т.д.). В нарративах о повседневности встречаются тревоги, переживания, ограничения, тогда как при определении благополучной старости и благополучия в целом пожилые воспроизводят в большей степени «идеальные», нормативные конструкции.

При вербализации понимания благополучной старости становится заметным, что высказывания пожилых являются более предметными, то есть относятся к их состоянию «здесь и сейчас», тогда как понимание благополучия является более обобщённым. Благополучие и благополучная старость рассматриваются респондентами как особые состояния, где рассматриваемые компоненты (деятельностный, психологический, социальный, материальный, физический) тоже взаимодействуют, но не так тесно, как при обсуждении повседневных практик. Информанты легко отделяют их и даже выстраивают в иерархию.

В тоже время, анализ интервью демонстрирует, что понимание благополучия формулируется пожилыми шире, чем благополучная старость, которая чаще всего редуцируется до высказываний о здоровье. Несмотря на приоритетное упоминание физического состояния при описании благополучной старости, в практиках повседневности оно не выступает смысловым центром их жизнедеятельности. Пожилые информанты признают его значимость, говорят о болезнях и связанных с ними ограничениями, однако здоровье воспринимается ими как условие продолжения активной жизни, которое выполняет инструментальную функцию, позволяющую сохранять автономность. При обсуждении благополучной старости здоровье выступает невосполнимым ресурсом, который даже при наличии контроля со стороны пожилого человека (зарядка, соблюдение врачебных предписаний и т.д.) становится всё более непредсказуемым с увеличением возраста («*было бы здоровье, больше ничего не надо*» (жен., 75)). Это может свидетельствовать о том, что физический компонент оказывается зоной ограниченной агентности,

поскольку пожилые признают значимость собственных усилий в сфере поддержания здоровья, но одновременно подчёркивают возрастающую неопределённость в этом вопросе.

Схожее рассогласование обнаруживается и в анализе социального компонента благополучия. Так, при описании повседневных практик, пожилые часто черпают внутренний ресурс покоя и умиротворения в качественном общении с близкими, в ощущении собственной значимости в участии в жизни других. Тогда как, при осмыслении благополучия в целом, появляются нарративы автономности, выражающиеся в стремлении сохранять независимость и не быть обузой. То есть благополучие имеет некоторый двойственный характер, когда индивиду важно быть социально включённым, но также важно сохранять автономное состояние.

Часто при обсуждении благополучия и благополучной старости в нарративах информантов встречалось обсуждение сфер со смещённым фокусом. В ряде случаев пожилые информанты, рассуждая о собственном благополучии, переходят к обсуждению благополучия значимых близких. Подобное смещение фокуса может обуславливаться особенностями данного возрастного этапа, где с одной стороны, индивид видит продолжение себя в потомстве или, с другой стороны, это может раскрываться через механизм проекции, когда, не сумев реализовать какие-то свои жизненные планы пожилые «желают», чтобы у их близких воплотились те аспекты, которые оказались у них самих остались нереализованными. И в этом смысле благополучие имеет не индивидуалистический характер, а приобретает межпоколенческий аспект.

В целом, важно отметить, что понимание благополучия на всех уровнях от повседневных практик до абстрактного осмысления это многомерное переживание, со сложной системой взаимосвязи компонентов.

## СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Эриксон Э., Эриксон Дж. Полный цикл жизни. СПб.: Питер, 2024. 164 с.
2. Завьялова И. Ю. Психологический анализ развития личности в нормативном кризисе поздней зрелости // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2012. № 19(278). С. 110–112. EDN: OZKSBL.
3. Pavot W., Diener Ed. Review of the Satisfaction With Life Scale // Psychological Assessment. 1993. Vol. 5. P. 164–172. DOI: 10.1037/1040-3590.5.2.164.

4. *Fredrickson B. L., Kahneman D.* Duration neglect in retrospective evaluations of affective episodes // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1993. Vol. 65. P. 45–55. DOI: 10.1037/0022-3514.65.1.45.
5. All's well that ends (and peaks) well? A meta-analysis of the peak-end rule and duration neglect / Alaybek B., Dalal R. S., Fyffe Sh. [et al]. // *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. 2022. Vol. 170. P. 104–149. DOI: 10.1016/j.obhdp.2022.104149.
6. *Жигунова Г. В.* Повседневность как социальный феномен // *Russian Journal of Education and Psychology*. 2015. №8 (52). С. 56–71. DOI: 10.12731/2218-7405-2015-8-4. EDN ULUZSP.
7. *Schrems B. M.* Finding the Extraordinary in the Ordinary: Understanding the Role of Everyday Life in Coping With Health Challenges // *Nursing Philosophy*. 2025. Vol. 26(4). P. 1–14. DOI: 10.1111/nup.70039.
8. Subjective Well-Being: Three Decades of Progress / Diener E., Suh E. U., Lucas E. R., Smith H. L. // *Psychological Bulletin*. 1999. Vol. 125(2). P. 276–302. DOI: 10.1037/0033-2909.125.2.276.
9. *Дудин И. В., Тихонова Н. Е.* Субъективное благополучие россиян через призму их идентичностей: состояние и факторы // *Социологическая наука и социальная практика*. 2024. Т. 12, № 3. С. 6–25. DOI 10.19181/snsp.2024.12.3.1. EDN VLHCHJ
10. *Deci E. L., Ryan R. M.* Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction // *Journal of Happiness Studies*. 2013. № 9. P. 1–11.
11. *Каранетян Л. В.* Теоретические подходы к пониманию субъективного благополучия // *Известия Уральского федерального университета. Сер. 1, Проблемы образования, науки и культуры*. 2014. № 1(123). С. 171–182. EDN QHWMLU.
12. *Oishi S., Diener E., Diener E.* The Optimum Level of Well-Being. Can People Be Too Happy? // *Perspectives on Psychological Science*. 2007. No. 2. P. 346–360.
13. *Huta V., Ryan R. M.* Pursuing pleasure or virtue: The differential and overlapping well-being benefits of hedonic and eudaimonic motives // *Journal of Happiness Studies*. 2010. Vol. 11. P.735–762.
14. *Diener E.* Subjective well-being // *Psychological Bulletin*. 1984. Vol. 95. № 3. P. 542–575.
15. *Diener E., Suh E. M.* Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators // *Social Indicators Research*. 1997. № 40. P. 189–216.
16. Междисциплинарный подход к изучению благополучия человека: коллективная монография / А. А. Печеркина, А. М. Плотникова, Е. Л. Солдатова [и др.]. Екатеринбург: Уральский федеральный университет

имени первого Президента России Б.Н. Ельцина, 2023. 272 с. ISBN 978-5-7996-3745-3. EDN RGJILH.

17. The science of well-being / F. A. Huppert, N. Baylis, B. Keverne. Oxford: Oxford University Press. 2005, 546 p. ISBN 0198567529

18. *Белехова Г. В., Науун Л. Н., Соловьева Т. С.* Благополучная старость: от научных теорий к основам ее программирования // Экономические и социальные перемены: факты, тенденции, прогноз. 2024. Т. 17, № 2. С. 220–238. DOI: 10.15838/esc.2024.2.92.12. EDN WTHBLB.

19. *Парфенова О. А., Петухова И. С.* Размывание возрастных границ и нормативности старения: обзор основных теоретических подходов // Интеракция. Интервью. Интерпретация. 2025. Т. 17, № 2. С. 11–34. DOI: 10.19181/inter.2025.17.2.1. EDN BLGCNZ.

20. *Солдатова Е. Л.* Эго-идентичность в нормативных кризисах развития // Вопросы психологии. 2006. № 5. С. 74–84. EDN QCBQIV.

21. *Heckhausen J, Wrosch C, Schulz R.* A motivational theory of life-span development // Psychological Review. 2010. № 117(1). P. 32–60. DOI: 10.1037/a0017668.

22. *Дехтяренко А. А., Шлягина Е. И.* Возрастная специфика имплицитного понимания субъективного благополучия и ситуации неопределенности // Вестник РГГУ. Серия: Психология. Педагогика. Образование. 2024. № 4. С. 39–59. DOI: 10.28995/2073-6398-2024-4-39-59. EDN GBQUWW.

23. Демографическое развитие регионов Северо-Западного федерального округа: V региональный демографический доклад / А. А. Шабунова, О. Н. Калачикова, А. В. Короленко [и др.]. Вологда: ВолНЦ РАН, 2024. 134 с. ISBN: 978-5-93299-622-5. EDN PTTBCV.

24. *Соловьева Т. С.* Старшее поколение на российском рынке труда в зеркале официальной статистики // Управление устойчивым развитием. 2024. № 4(53). С. 61–69. DOI: 10.55421/2499992X\_2024\_4\_61. EDN XWVRDK.

25. *Мадьянова В. В.* Самооценка состояния здоровья лицами старше трудоспособного возраста // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. 2022. Т. 30, № 2. С. 239–243. DOI: 10.32687/0869-866X-2022-30-2-239-243. EDN KGQJTY.

26. *Максимова Т. М., Лушкина Н. П.* Состояние здоровья и проблемы медицинского обеспечения пожилого населения. М.: Пер Сэ, 2012. 224 с. ISBN 978-5-9292-0165-3. EDN RBCDDX.

27. Мелехин А. И., Сергиенко Е. А. Предикторы субъективного возраста в пожилом и старческом возрасте // Экспериментальная психология. 2015. Т. 8, № 3. С 185–201. DOI: 10.17759/exppsy.2015080316. EDN VCXXTL.

28. Сергиенко Е. А., Харламенкова Н. Е. Психологические факторы благополучного старения // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология и педагогика. 2018. Т. 8, № 3. С. 243–257. DOI: 10.21638/11701/spbu16.2018.303. EDN XZICCD.

29. Харламов С. В. Факторы формирования психологического благополучия пожилых людей // Вестник Омского университета. Серия: Психология. 2024. № 4. С. 118–125. DOI: 10.24147/2410-6364.2024.4.118-125. EDN: FRKKFG.

30. Козырева П. М., Смирнов А. И. Социальная изоляция и одиночество в пожилом возрасте // Социологическая наука и социальная практика. 2022. Т. 10, № 4. С. 46–63. DOI: 10.19181/snsp.2022.10.4.9282. EDN WIIQWF.

31. Косыгина К. Е. Культурный потенциал современного российского региона: инфраструктура и потребление услуг населением (на примере Вологодской области) // Социологическая наука и социальная практика. 2024. Т. 12, № 2. С. 55–77. DOI: 10.19181/snsp.2024.12.2.3. EDN LVAZRL.

32. Колесов А. А. Белехова Г. В. Возрастные различия в восприятии благополучия: социологическое исследование представлений о жизни в целом и в старости // Society and Security Insights. 2025. Т. 8, № 2. С. 39–58. DOI: 10.14258/SSI(2025)2-03. EDN QXUTAH.

33. Соболева Е. В. Добровольческая деятельность граждан старшего возраста как одна из форм активного долголетия российских пенсионеров // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Социология. Политология. 2020. Т. 20, № 1. С. 47–51. DOI: 10.18500/1818-9601-2020-20-1-47-51. EDN GOJXAM.

34. Xu Ch., Ye J. Factors influencing older adults' participation in community volunteering service in China: a logistic regression and fsQCA perspective // Scientific Reports. 2026. Vol. 16(1). P. 1–20. DOI: 10.1038/s41598-025-28669-0.

35. Белехова Г. В. Финансовое благополучие населения старших возрастов: теоретико-методологические аспекты и проблемы оценки // Экономические и социальные перемены: факты, тенденции, прогноз. 2023. Т. 16, № 5. С. 117–137. DOI: 10.15838/esc.2023.5.89.7. EDN HUIZZK.

## **Сведения об авторе (ах)**

### **А. А. Соколова**

кандидат экономических наук,  
научный сотрудник

AuthorID РИНЦ: 1128805

Spin-code: 5845-3310

### **А. Э. Жданова**

младший научный сотрудник

AuthorID РИНЦ: 1168188

Spin-code: 4398-0198

### **А. А. Корзина**

Младший научный сотрудник

AuthorID РИНЦ: 1183357

Spin-code: 2508-0173

### **Вклад авторов в подготовку публикации:**

А.А. Соколова – 40% (подготовка общетеоретической и методологической основы исследования, организация проведения и обработки данных интервью, участие в написании всех разделов статьи, осуществление критического анализа и доработка текста статьи);

А.Э. Жданова – 30% (участие в проведении и обработке данных интервью, участие в написании раздела с результатами исследования, осуществление доработки текста статьи);

А.А. Корзина – 30% (участие в проведении и обработке данных интервью, участие в написании раздела с результатами исследования, осуществление доработки текста статьи).

Статья поступила в редакцию дд.мм.гггг; одобрена после рецензирования дд.мм.гггг; принята к публикации дд.мм.гггг.

*Original article*

DOI: xxxx

## **WELL-BEING AND A PROSPEROUS OLD AGE IN THE NARRATIVES OF THE OLDER GENERATION**

**Anastasia Alekseevna Sokolova<sup>1</sup>**  
**Angelina Eduardovna Zhdanova<sup>2</sup>**  
**Alyona Alekseevna Korzina<sup>3</sup>**

<sup>1, 2, 3</sup> Vologda Scientific Center of the Russian Academy of Sciences,  
Vologda, Russia

<sup>1</sup>*anastasia.alekseevna.ran@yandex.ru,*

ORCID 0000-0001-5434-8094

<sup>2</sup>*angelinazhdanova99@mail.ru,*

ORCID 0000-0002-4526-3571

<sup>3</sup>*lawrentjewa.alyona2016@yandex.ru,*

ORCID 0000-0002-0516-0631

**For citation:** Sokolova A.A., Zhdanova A.E., Korzina A.A. Well-being and a prosperous old age in the narratives of the older generation. *Sociologicheskaja nauka i social'naja praktika.* 202x; x(x):x–xx. (In Russ.). DOI 10.19181/snsp.2023.11.x.xxxx.

**Abstract.** The article analyzes subjective perception of well-being and a prosperous old age based on in-depth interviews with elderly people from Vologda region. These categories are considered at different levels of understanding starting from implicit, reconstructed through the description of everyday practices, and explicit, through the comprehension of the abstract concepts of “well-being” and “a prosperous old age”. The finding reveals a gap between these levels. In everyday life, older people experience well-being as multidimensional and processual. However, when directly asked about well-being, respondents tend to reduce its components, describing well-being as a set of individual conditions. The components of well-being (psychological, physiological, activity-related, social, material) interact at all levels of understanding, but the nature of these relationships differs. In everyday narratives they are in a synergistic relationship and are inseparable from each other, while in abstract discussions, informants easily distinguish the components and rank them in order of importance. When speaking about a prosperous old age, the narratives of the elderly become more concrete, relating to the current life stage and the state “here and now”, while the understanding of well-being was described more generally and broadly. A prosperous old age was often reduced to statements about health, but despite the priority mentioned of the physiological component, it did not act as the semantic center of the elderly’s daily activities. The social component of well-being showed a dual character. In everyday life social engagement and meaningful communication acted as a significant resource for well-being, while at the levels of abstract understanding of well-being, autonomy and independence become more important. In addition, many narratives shift from personal well-being to the well-being of close

family members. This suggests that well-being is experienced not only individually but also as an intergenerational phenomenon.

**Keywords:** well-being, subjective well-being, prosperous old age, everyday life, pensioners, elderly people, the older generation

**Acknowledgments:** The research was supported by Russian Science Foundation grant 23-78-10128, <https://rscf.ru/en/project/23-78-10128/>; the authors would like to thank Alina Alekseevna Larina the research laboratory assistant at the Center for Socio-Demographic Research of the Vologda Scientific Center of the Russian Academy of Sciences for her assistance in conducting in-depth interviews.

## REFERENCES

1. Erickson E., Erickson J. The full cycle of life [Polny`j cikl zhizni]. St. Petersburg: Piter; 2024. 164 p. (In Russ.).
2. Zavyalova I. Yu. The psychological analysis of development of the personality in standard crisis of the late adulthood. *Vestnik Yuzhno-Ural`skogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Psixologiya=Bulletin of the South Ural State University. Series: psychology*. 2012; 19(278):110–112. (In Russ.).
3. Pavot W., Diener Ed. Review of the Satisfaction With Life Scale. *Psychological Assessment*. 1993;5:164–172. DOI: 10.1037/1040-3590.5.2.164.
4. Fredrickson B. L., Kahneman D. Duration neglect in retrospective evaluations of affective episodes. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1993;65:45–55. DOI: 10.1037/0022-3514.65.1.45.
5. Alaybek B., Dalal R. S., Fyffe Sh., Alaybek B. [et al]. All’s well that ends (and peaks) well? A meta-analysis of the peak-end rule and duration neglect. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. 2022;170:104–149. DOI: 10.1016/j.obhdp.2022.104149.
6. Zhigunova G. V. Everyday life as a social phenomenon. *Russian Journal of Education and Psychology*. 2015;8(52):56–71. (In Russ.). DOI: 10.12731/2218-7405-2015-8-4.
7. Schrems B. M. Finding the Extraordinary in the Ordinary: Understanding the Role of Everyday Life in Coping With Health Challenges. *Nursing Philosophy*. 2025;26(4):1–14. DOI: 10.1111/nup.70039.
8. Diener E., Suh E. U., Lucas E. R., Smith H. L. Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*. 1999;125(2):276–302. DOI: 10.1037/0033-2909.125.2.276.
9. Dudin I. V., Tikhonova N. E. Subjective well-being of Russians through the prism of their identities: state and factors. *Sociologicheskaja nauka*

*i social'naja praktika.* 2024;12(3):6–25. (In Russ.). DOI 10.19181/snsp.2024.12.3.1.

10. Deci E. L., Ryan R. M. Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction. *Journal of Happiness Studies.* 2013;9:1–11.

11. Karapetyan L. V. Theoretical approaches to understanding of subjective well-being. *Izvestiya Ural'skogo federal'nogo universiteta. Ser. 1, Problemy` obrazovaniya, nauki i kul'tury`= Izvestia Ural Federal University Journal. Series 1. Issues in Education, Science and Culture.* 2014;1(123):171–182. (In Russ.).

12. Oishi S., Diener E., Diener E. The Optimum Level of Well-Being. Can People Be Too Happy? *Perspectives on Psychological Science.* 2007;2:346–360.

13. Huta V., Ryan R. M. Pursuing pleasure or virtue: The differential and overlapping well-being benefits of hedonic and eudaimonic motives. *Journal of Happiness Studies.* 2010;11:735–762.

14. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin.* 1984;95(3):542–575.

15. Diener E., Suh E. M. Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research.* 1997;40:189–216.

16. Pecherkina A. A., Plotnikova A. M., Soldatova E. L. [et al.]. An interdisciplinary approach to the study of human well-being: collective monograph. Yekaterinburg: Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin; 2023. 272 p. (In Russ.). ISBN 978-5-7996-3745-3.

17. Huppert F. A., Baylis N., Keverne B. The science of well-being. Oxford: Oxford University Press. 2005, 546 p. ISBN 0198567529.

18. Belekhova G. V., Natsun L. N., Soloveva T. S. Prosperous old age: From scientific theories to the fundamentals of its programming. *E`konomicheskie i social'ny`e peremeny` : fakty`, tendencii, prognoz`=Economic and Social Changes: Facts, Trends, Forecast.* 2024;17(2):220–238. (In Russ.). DOI: 10.15838/esc.2024.2.92.12.

19. Parfenova O. A., Petukhova I. S. Blurring Age Boundaries and Normativity of Aging: A Review of Key Theoretical Approaches. *Interakciya. Interv`yu. Interpretaciya=Interaction. Interview. Interpretation.* 2025;17(2):11–34. (In Russ.). DOI: 10.19181/inter.2025.17.2.1.

20. Soldatova E. L. Ego-identity in normative development crises. *Voprosy` psixologii= Questions of psychology.* 2006;5:74–84. (In Russ.).

21. Heckhausen J, Wrosch C, Schulz R. A motivational theory of life-span development. *Psychological Review.* 2010;117(1):32–60. DOI 10.1037/a0017668.

22. Dekhtiarenko A. A., Shliagina E. I. Age specifics of implicit understanding of subjective well-being and uncertainty situation. *Vestnik RGGU.*

*Seriya: Psixologiya. Pedagogika. Obrazovanie=RSUH/RGGU Bulletin. Psychology. Pedagogics. Education Series.* 2024;4:39–59. (In Russ.). DOI: 10.28995/2073-6398-2024-4-39-59.

23. Shabunova A. A., Kalachikova O. N., Korolenko A. V. [et al]. Demographic development of the regions of the North-Western Federal District: V Regional demographic report. Vologda: VolRC RAS; 2024. 134 p. (In Russ.). ISBN: 978-5-93299-622-5.

24. Soloveva T. S. The Older Generation in the Russian Labor Market, as Reflected in Official Statistics. *Upravlenie ustojchivy`m razvitiem=Sustainable Development Management.* 2024;4(53):61–69. (in Russ.). DOI: 10.55421/2499992X\_2024\_4\_61.

25. Madyanova V. V. The self-evaluation of health by individuals older than able-bodied age. *Problemy` social`noj gigieny`, zdravooxraneniya i istorii mediciny`= Problems of social hygiene, public health and history of medicine.* 2022;30(2):239–243 (In Russ.). DOI: 10.32687/0869-866X-2022-30-2-239-243.

26. Maksimova T. M., Lushkina N. P. Health status and problems of medical support for elderly population. Moscow: Per Se`; 2012. 224 p. (in Russ.). ISBN 978-5-9292-0165-3.

27. Melekhin A. I., Sergienko E. A. Predictors of subjective age and emotional health in the elderly. *Eksperimental'naya Psikhologiya = Experimental Psychology.* 2015;8(3):185–201. (In Russ.). DOI: 10.17759/exppsy.2015080316.

28. Sergienko E. A., Kharlamenkova N. E. Psychological factors of well-being aging. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Psixologiya i pedagogika=Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology and Education.* 2018;8(3):243–257. (In Russ.). DOI: 10.21638/11701/spbu16.2018.303.

29. Kharlamov S. V. Factors Influencing the Formation of Psychological Well-Being. *Vestnik Omskogo universiteta. Seriya Psikhologiya=Herald of Omsk University. Series Psychology.* 2024;4:118–125. (In Russ.). DOI: 10.24147/2410-6364.2024.4.118-125.

30. Kozyreva P. M., Smirnov A. I. Social isolation and loneliness in older age. *Sociologicheskaja nauka I social'naja praktika= Sociological Science and Social Practice.* 2022;10(4):46–63. DOI: 10.19181/snsp.2022.10.4.9282.

31. Kosygina K. E. The cultural potential of the modern Russian region: infrastructure and consumption of services by the population (on the example of the Vologda region). *Sociologicheskaja nauka i social'naja praktika= Sociological Science and Social Practice.* 2024;12(2):55–77. (In Russ.). DOI: 10.19181/snsp.2024.12.2.3.

32. Kolesov A. A., Belekhova G. V. Age Differences in the Perception of WellBeing: a Sociological Study of Ideas About Life in General and in Old Age.

*Society and Security Insights*. 2025;8(2):39–58. (In Russ.). DOI: 10.14258/SSI(2025)2-03.

33. Soboleva E. V. Senior Citizens' Volunteer Activity of as One of the Forms of Active Longevity of Russian Pensioners. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya: Sociologiya. Politologiya = Izvestiya of Saratov University. Sociology. Politology*. 2020;20(1):47–51 (in Russ.). DOI: 10.18500/1818-9601-2020-20-1-47-51.

34. Xu Ch., Ye J. Factors influencing older adults' participation in community volunteering service in China: a logistic regression and fsQCA perspective. *Scientific Reports*. 2026;16(1):1–20. DOI: 10.1038/s41598-025-28669-0.

35. Belekhova G. V. Financial well-being of older adults: Theoretical and methodological aspects and assessment issues. *E`konomicheskie i social`ny`e peremeny`: fakty`, tendencii, prognoz=Economic and Social Changes: Facts, Trends, Forecast*. 2023;16(5):117–137. DOI: 10.15838/esc.2023.5.89.7.

## **Information about the Author(s)**

### **A.A. Sokolova**

Candidate of Economics

Researcher

### **A.E. Zhdanova**

Junior Researcher

### **A.A. Korzina**

Junior Researcher

### Contribution of the authors:

A.A. Sokolova – 40% (preparation of the general theoretical and methodological basis of the research, organization of conducting and processing interview data, participation in writing all sections of the article, carrying out critical analysis and revision of the article text);

A.E. Zhdanova – 30% (participation in conducting and processing interview data, participation in writing the section with research results, revision of the article text);

A.A. Korzina – 30% (participation in conducting and processing interview data, participation in writing the section with research results, revision of the article text).

The article was submitted xx.xx.xxxx; approved after reviewing xx.xx.xxxx; accepted for publication xx.xx.xxxx