

**БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФИЛОСОФИИ И СОЦИАЛЬНЫХ НАУК**

Кафедра социальной работы и реабилитологии

Аннотация к дипломной работе

**Жизненная удовлетворенность и стрессоустойчивость у
работающих пенсионеров**

Боровская Екатерина Александровна

Научный руководитель:
Авин Александр Иванович,
кандидат медицинских наук, доцент

Минск, 2021

АННОТАЦИЯ

Жизненная удовлетворенность и стрессоустойчивость у работающих пенсионеров / Боровская Екатерина Александровна; Факультет философии и социальных наук, Кафедра социальной работы и реабилитологии; науч. рук. А.И. Авин

Объект исследования: лица пожилого возраста.

Предмет исследования: особенности жизненной удовлетворенности и стрессоустойчивости у работающих пенсионеров.

Цель исследования: определить особенности жизненной удовлетворенности и стрессоустойчивости у работающих пенсионеров.

Полученные результаты: было выявлено, что у работающих пожилых людей интерес к жизни, положительный фон настроения и общий уровень жизненной удовлетворенности более выражены, что может быть обусловлено тем, что они заняты делом и чувствуют свою большую полезность обществу и окружающим людям. Стрессоустойчивость у работающих пенсионеров ниже, чем у тех, кто не работает. Определено, что чем выше уровень стрессоустойчивости, тем выше общий уровень удовлетворенности жизнью у работающих пенсионеров.

Дипломная работа включает в свою структуру следующие элементы: введение, основную часть, заключение, список использованных источников, 50 стр., 8 табл., 14 рис., 50 источников, 5 прил.

Ключевые слова: жизненная удовлетворенность, стрессоустойчивость, пенсионеры, пожилые люди

Life satisfaction and stress tolerance in working pensioners./ Borovskaya Ekaterina Aleksandrovna; Faculty of Philosophy and Social Sciences, Department of Social Work and Rehabilitation; scientific hands. A.I. Avin

Object of research: elderly people.

Subject of the study: features of life satisfaction and stress tolerance in working pensioners.

The purpose of the study: to determine the features of life satisfaction and stress tolerance in working pensioners.

The results obtained: it was found that working elderly people have a more pronounced interest in life, a positive mood background, and an overall level of life satisfaction, which may be due to the fact that they are busy and feel more useful to society and other people. The stress tolerance of working pensioners is lower than that of those who do not work. It is determined that the higher the level of stress tolerance, the higher the overall level of life satisfaction among working pensioners.

The elements of scientific novelty consist in the systematization of ideas about the features of the manifestation of life satisfaction and stress resistance in the

elderly, as well as in the study of the relationship of the indicators described above.
The thesis includes: 50 pages, 8 tables, 14 figures, 50 sources, 5 adj.

Key words: life satisfaction, stress tolerance, pensioners, elderly people.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аргайл, М. Психология счастья / М. Аргайл. – СПб. : Питер, 2003. – 271 с
2. Белая, Ю. В. Социально-психологическая адаптация пожилых граждан к статусу пенсионера / Ю.В. Белая // Психологическая студия. Сб. ст. студентов, магистрантов, аспирантов, молодых исследователей кафедры прикладной психологии ВГУ имени П.М. Машерова ; под ред. С. Л. Богомаза, В. А. Каратерзи, С. Ф. Пашковича. – Витебск, 2018. – С. 19 – 22.
3. Бойкова, Е. В. Социальное самочувствие пожилых людей / Е. В. Бойкова // Социальная работа. – 2012. – № 1. – С. 53 – 55.
4. Большой психологический словарь ; под ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко. – СПб. : Питер, 2008. – 409 с.
5. Бондарев, Р. П. О роли семейной психотерапии в улучшении качества жизни пожилых психически больных с психогениями в свете трансформации фабулы психотравмирующих факторов в современных социально-экономических условиях / Р. П. Бондарев // Клинические и социально-психологические аспекты жизни психоневрологических больных в современном обществе: сб. тез. науч. конф. с междунар. участием. – СПб. : НИПНИ им. В. М. Бехтерева, 2003. – С. 40 – 42.
6. Брук, Е. А. Потеря работы: мужчины и женщины / Е. А. Брук//Управление персоналом. – 2000. –№12. – С. 33 – 35.
7. Будаева, С. Б. Особенности социальной адаптации пожилых граждан к статусу пенсионера в современном обществе /С. Б. Будаева, Н. В. Кондрашова//Социальная безопасность и социальная защита населения в современных условиях. Мат. Междунар. науч.-практ. конф. ; отв. ред. Н. С. Антонова. – 2018. –С. 64-69.
8. Бычкова, В. С. Самооценка стрессоустойчивости личности / В. С. Бычкова, Ж. А. Мелконян // Вестник научных конференций. – 2019. – № 3-3 (43). – С. 44 –46.
9. Вазиева, А. Р. Стрессоустойчивость и коммуникативные установки женщин и мужчин пенсионного возраста / А. Р. Вазиева, Т. В. Галузо // В мире научных открытий. – 2014. –№ 1 (49). – С. 323 – 330.
- 10.Вартанова, М. Л. Факторы, способствующие сохранению трудовой деятельности в пожилом возрасте / М. Л. Вартанова// Деловой вестник предпринимателя. – 2020. – № 2 (2). – С. 17 – 26.
- 11.Власова, В. В. Качество жизни благополучия пожилых людей в России В. В. Власова // Форум молодых ученых. –2018. – № 1 (17). – С. 202 –204.
- 12.Григорьян, М. Ф. Анализ стрессочувствительности у лиц пожилого возраста и его влияние на качество жизни / М. Ф. Григорьян, Н. К. Горшунова // Возраст-ассоциированные и гендерные особенности

- здоровья и болезни : сб. мат. Междунар. науч.-практ. конф. ; отв. ред. Н.К. Горшунова. – 2016.– С. 86 – 93.
13. Жемчугова, Н. А. Особенности жизнестойкости у работающих и неработающих пенсионеров / Н. А. Жемчугова, И. И. Жемчугова // Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие : мат. V Междунар. науч. конф. – Кострома: в 2 томах. – Т.2. – 2019. – С. 473 – 476.
 14. Жучкова, С. М. Психологические методы групповой работы с пожилыми людьми по повышению удовлетворенности жизнью / С. М. Жучкова // Человеческий капитал. – 2013.– № 3 (51). – С. 50 – 55.
 15. Зеер, Э. Ф. Психологические особенности профессионального развития в поздней зрелости / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк, А. А. Рябухина, Г. И. Борисов // Образование и наука. – 2020. – Т. 22. – № 8. – С. 75 – 107.
 16. Иржанова, А. А. Актуальные проблемы людей пожилого возраста в современном мире / А. А. Иржанова // Новая наука: Стратегии и векторы развития. – 2016. – № 118-3. – С. 114 – 116.
 17. Киреева, Т. И. Психологические маркеры старения / Т. И. Киреева // Личность, семья и общество : вопросы педагогики и психологии.– 2016. – № 63.– С. 103 – 109.
 18. Ключева, Н. В. Влияние представлений о будущем на жизненную удовлетворенность пожилых людей / Н. В. Ключева // Вестник Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки.– 2014. – № 3 (29). – С. 53 – 58.
 19. Конарева, И. Н. Особенности одиночества и удовлетворенности жизнью в позднем возрасте / И. Н. Конарева, М. И. Сергиенко // Ученые записки Крымского федерального университета имени В.И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. – 2015. – Т. 1 (67). – № 4.– С. 182 – 194.
 20. Кочеткова, А. А. Стрессоустойчивость как качество личности / А. А. Кочеткова // Социокультурные проблемы современного человека. Сб. мат. VI междунар. науч.-практ. конф. – В 2-х частях. – Ч.1 ; под ред. О.А. Шамшиковой [и др]. – Москва, 2019. – С. 62 – 66.
 21. Лаврова, О. А. Социально-психологическая адаптация лиц пенсионного возраста / О. А. Лаврова // Успехи современной науки и образования. – 2017. – Т. 1. – № 1. – С. 160 – 162.
 22. Мацнева, Т. Г. Социально-психологический подход к депрессии пенсионеров / Т. Г. Мацнева // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2016. – № 53. – С. 29 – 36.
 23. Механджийска, Г. А. Психосоциальные аспекты удовлетворенности состоянием здоровья людей пожилого и старческого возраста /

- Г. А. Механджийска // Социальная психология здоровья и современные информационные технологии : сб. научных статей I межд. науч.-практ. конференции, Брест, 14-15 апреля 2015 г. : в 2 ч. / Брест. гос. ун-т им. А.С. Пушкина ; под общ. ред. Е.И. Медведской. – Брест : БрГУ, 2015. – Ч.2 – С. 44-52.
24. Митин, С. П. Особенности стрессовых состояний и стратегий поведения при стрессе у лиц пожилого возраста / С. П. Митин // Аллея науки. – 2018. – Т. 4. – № 10 (26). – С. 85 – 92.
25. Николаева, И. А. Взаимосвязь удовлетворенности жизнью пожилых людей с их ценностными отношениями к себе и другим / И. А. Николаева // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 2. – С. 689 – 690.
26. Николаева, Э. Ф. Качество жизни как фактор стрессовых состояний у лиц пожилого возраста / Э. Ф. Николаева // Балканское научное обозрение. – 2020. – Т. 4. – № 3 (9). – С. 56 – 59.
27. Опросник Индекс жизненной удовлетворенности. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://dip-psi.ru/psikhologicheskiye-testy/post/test-indeks-zhiznennoj-udovletvorennosti-izhu-adaptaciya-n-v-paninorej>. – Дата доступа: 21.11.2020.
28. Пересадин, Н. А. Повышение адаптивности к стрессам у работающих пенсионеров / Н. А. Пересадин, И. С. Иванов, В. А. Заплутанов // Пчеловодство. – 2017. – № 4. – С. 63 – 64.
29. Польшкина, Т. М. Анализ показателя жизненной удовлетворенности у людей пенсионного возраста / Т. М. Польшкина, Т. С. Чуйкова // Вестник Башкирского университета. – 2012. – Т. 17. – № 3. – С. 1413 – 1415.
30. Прокопец, И. О. Исследование проблем эмоционального состояния лиц пенсионного возраста, связанных с разными вариантами дальнейшего жизнеустройства / И. О. Прокопец // Гуманизация образования. – 2016. – № 5. – С. 64 – 69.
31. Прокопец, И. О. Особенности эмоционального состояния и психологического благополучия мужчин и женщин пенсионного возраста с разным рабочим статусом: автореферат дис. ... кандидата психологических наук : 19.00.01 / И.О. Прокопец. – Юж. федер. ун-т. Ростов-на-Дону, 2017. – 31 с.
32. Пряжников, Н. С. Вызовы старости: проблемы периодизации / Н. С. Пряжников // Психология зрелости и старения. – 2011. – № 1. – С. 43– 61.
33. Пряжников, Н. С. О факторах и моделях удовлетворенности жизнью в пожилом и старческом возрасте / Н.С. Пряжников // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2017. – № 4. – С. 85 – 101.
34. Сахарова, Т. Н. Личность на позднем этапе онтогенеза: возрастные задачи развития и кризис пожилого возраста / Т. Н. Сахарова // Фундаментальные

- и прикладные исследования. Образование, экономика и право. – 2008. – №8. – С 23-29.
35. Селье, Г. Г. Стресс без дистресса / Г. Г. Селье. – М. : Прогресс, 2001. – 274 с.
36. Сергеева, Т. Б. Взаимодействие удовлетворенности качеством жизни и индивидуальных свойств работающих и неработающих пенсионеров / Т. Б. Сергеева, Г. И. Борисов // Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры. – 2020. – Т. 26. – № 1 (195). – С. 158 – 169.
37. Смирнова, Т. В. Перспективы занятости пожилых в условиях демографического старения / Т. В. Смирнова // Журнал социологии и социальной антропологии. – 2007. – Том № 2. – С. 123 – 133.
38. Степанова, О. П. Влияние ценностно-мотивационной сферы на удовлетворенность жизнью пожилых людей / О. П. Степанова [и др.] // Социологические исследования. – 2016. – № 11 (391). – С. 72 – 81.
39. Суворова, И. В. К определению понятий «стресс» и «стрессоустойчивость» / И. В. Суворова // Сб.ст. XX Междунар. науч.-практ. конф. : в 2 ч. – Ч.2. – Пенза, 2018. – С. 274 – 277.
40. Суслова, Т. Ф. Исследование удовлетворенности жизнью и смысло-жизненных ориентаций в пожилом и старческом возрасте / Т. Ф. Суслова, С. М. Жучкова // Социальная психология и общество. – 2014. – Т. 5. – № 3. – С. 78 – 89.
41. Суслова, Т. Ф. Социальная активность личности как детерминанта позитивной адаптации и полноценной жизни в пенсионном возрасте / Т. Ф. Суслова // Современная зарубежная психология. – 2017. – Т. 6. – № 3. – С. 63 – 70.
42. Третьякова, Е. А. Влияние выхода на пенсию на состояние здоровья пожилых: обзор зарубежных исследований / Е. А. Третьякова, Р. Р. Хасанова // Вестник НГУЭУ. – 2018. – № 1. – С. 168 – 185.
43. Тумакова С.Ю. Досуговая активность российских пенсионеров как фактор посттрудовой адаптации / С. Ю. Тумакова // Вестник экономики и менеджмента. – 2018. – № 1. – С. 43 – 49.
44. Тумакова, С. Ю. Семья как фактор посттрудовой адаптации российских пенсионеров / С. Ю. Тумакова // Известия высших учебных заведений. Социология. Экономика. Политика. – 2017. – № 3. – С. 70-74.
45. Холостова, Е. И. Социальная геронтология: учеб. пособие / Е. И. Холостова, А.В. Рубцова. – М. : Дашков и К, 2005. – 187 с.
46. Хухлаева, О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции / О. В. Хухлаева. – М.: Просвещение, 2008. – 510 с.

47. Церковский, А. Л. Современные взгляды на проблему стрессоустойчивости / А. Л. Церковский // Вестник Витебского государственного медицинского университета. – 2011. – Т. 10. – № 1. – С. 6 – 9.
48. Шайдовская, К. А. Цифровизация как способ социальной адаптации пожилых людей к статусу пенсионера / К. А. Шайдовская, В. В. Лемиш // Молодёжь третьего тысячелетия. сборник научных статей. – Омск, 2020. – С. 954 – 957.
49. Шамионов, Р. М. Субъективное благополучие личности / Р. М. Шамионов. – Саратов : Изд-во Саратов. ун-та, 2004. – 180 с.
50. Щербатых, Ю. В. Психология стресса и методы коррекции / Ю. В. Щербатых. – СПб. : Питер, 2006. – 256 с.