



УДК 155.966.6:316.6

ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА ПОСЛЕ ВЫХОДА НА ПЕНСИЮ*

Н. Г. Фирсова

*Белгородский
государственный
национальный
исследовательский
университет*

*e-mail:
firsova@bsu.edu.ru*

Статья содержит результаты психологического исследования особенностей самооценки пожилых людей после выхода на пенсию. Выявлены различия в оценке себя между социально-активными (работающими) и социально-неактивными (неработающими) пенсионерами. В статье доказывается необходимость сохранения и поддержания психического здоровья пенсионеров путем формирования их самооценки, создания условий для их самореализации и саморазвития.

Ключевые слова: самооценка, самоотношение, выход на пенсию.

Выход на пенсию – это один из наиболее важных этапов в жизни человека, который в литературе называют «шоком». С другой стороны, период выхода на пенсию – это острый и быстродействующий стресс, помогающий пожилому человеку постепенно реабилитироваться, используя механизмы социальной адаптации (инкорпоризация), компенсации (на основе «присвоения» положительных характеристик себе), негативной социальной идентичности самооценки за счет ее ретроспективного анализа, сближение идеальной и реальной самооенок и ориентацию на жизнь детей и внуков.

Как личностному образованию самооценке отводится значимая роль в общем центральном контексте формирования личности – ее возможностей, направленности, активности, общественной значимости [1]. Самооценка, как таковая, автономно является очень важным, если не ключевым, элементом самосознания, она характеризуется как стержень этого процесса, как показатель индивидуального уровня его развития, как интегрирующее начало, органично включенное в процесс самопознания. С самооценкой связываются оценочные функции самосознания, вбирающие в себя эмоционально-ценностное отношение личности к себе и отражающие специфику понимания ею самой себя [2]. Становится всё более очевидной невозможность их рассмотрения без анализа.

Знание истинной самооценки не только помогает человеку понять причины его успешности или неуспешности, но и является основой для коррекционной работы по формированию адекватной самооценки. Изучение самооценки позволяет понять особенности личности, поведения и деятельности, а также качественное своеобразие внутреннего мира [5]. В пожилом возрасте основные достижения человека уже в прошлом, он уже прожил большую часть своего социального времени, основная ценностная характеристика которого связана со стремлением личности к самовыражению, самореализации [3]. Ему остается проводить «инвентаризацию» сделанного: всматриваться в себя, в свое прошлое, оценить степень актуализации своей жизни. Оценка человеком прожитой жизни зависит от ряда факторов, прежде всего от степени реализации целей, которые он ставит перед собой в молодости.

В этот возрастной период происходит изменение личностных характеристик. А так как самооценка является важнейшим личностным показателем, имеющим многофакторный характер, социально обусловленный и неодинаково выраженный у разных людей, то и она претерпевает изменения. Самооценка – это то, что индивид значит сам для себя, это ценностный, а не когнитивный показатель. «Самооценка – это наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает, отвечая на вопрос: «Не что Я имею, а чего это стоит, что это значит, означает?» [1].

Очевидно, что люди позднего возраста вынуждены приспосабливаться не только к изменениям социальной ситуации, но и реагировать на изменения в самих себе. В этой связи возникает вопрос: как пожилой человек оценивает себя, свое существование в свете новых обстоятельств, в которых он оказался, и те изменения, которые он наблюдает у себя. По сути это вопрос о самооценке как важнейшем регуляторе поведения человека в позднем возрасте.

* Работа выполнена в рамках научной программы внутривузовского гранта «Инициатива» НИУ БелГУ, ВКГИ 014-2012.

В связи с этим проблема исследования самооценки пожилых людей после выхода на пенсию становится особенно актуальной для современной возрастной психологии и определяется необходимостью:

- поиска путей решения проблемы социального аутсайдерства в среде неработающих пенсионеров;
- сохранения и поддержания психического здоровья пенсионеров путем формирования их самооценки, создания условий для их самореализации и саморазвития;
- разработки направлений психологического сопровождения лиц пенсионного возраста как перспективной и активно востребованной социальной группы.

Особенности самооценки выявлялись с помощью ряда психодиагностических процедур: методики М. Куна «Кто Я?» (модификация Т. В. Румянцевой), методики исследования высоты, устойчивости и адекватности самооценки (Дембо – Рубинштейн), методики Моткова О. И. "Самооценка личности" и опросника самоуважения М. Розенберга.

В исследовании принимали участие люди пожилого возраста после выхода на пенсию (работающие и неработающие пенсионеры). Объем выборки – 92 человека, из них 46 женщин и 46 мужчин в возрасте от 55 до 61 года.

При рассмотрении и сравнении результатов по двум выборкам, были выявлены отличия группы работающих пенсионеров от группы неработающих пенсионеров. Для анализа особенностей высоты, устойчивости, адекватности и степени дифференцированности самооценки мы использовали данные, полученные с помощью методики Дембо-Рубинштейн.

Необходимо отметить, что по всем шкалам наблюдается достаточно широкий разброс индивидуальных данных.

Медиальный профиль реальной самооценки отражает средний уровень самооценки у неработающих пенсионеров практически по всем шкалам (рис. 1). В общем профиле самооценки просматривается ее повышение по шкалам «умелые руки», «характер», «внешность» и занижение – по шкалам «здоровье» «ум». Низкий уровень по шкале уверенность в себе свидетельствует о неудовлетворенности испытуемыми данной группы своими возможностями, об ощущении слабости, о сомнении в способности вызывать уважение у других людей. При этом 15% испытуемых отказались показать желаемую позицию, мотивируя тем, что они практически не имеют возможности ее реализовать из-за своего образа жизни. Данный факт раскрывает сложность адаптации неработающих пенсионеров к сложившейся ситуации – выход на пенсию и к новому социальному статусу – пенсионер.

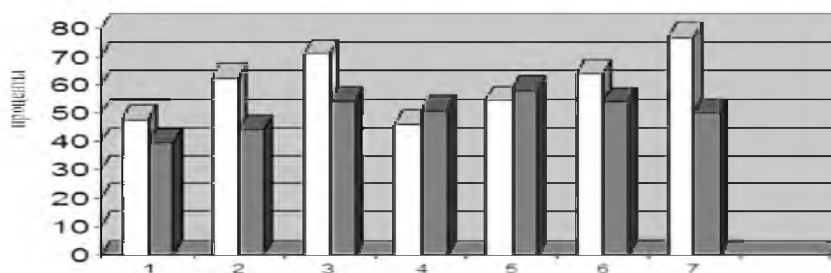


Рис. 1. Распределение работающих и неработающих пенсионеров с различной выраженностью уровня самооценки, %

Примечание. Шкалы: 1 – здоровье, 2 – ум, 3 – характер, 4 – авторитет, 5 – умелые руки, 6 – внешность, 7 – уверенность в себе; □ – работающие; ■ – неработающие

У работающих пенсионеров высокий уровень самооценки обнаружен по шкале «уверенность в себе», «характер», «ум, способности» и «внешность». Их ответы раскрывают положительную установку на перспективу, связанную с самореализацией в трудовой деятельности. Полученные данные подтверждают данные, полученные в исследовании Малининой О. И. [4].

Полученные результаты относительно уровня притязаний свидетельствуют о низком уровне притязаний у неработающих и среднем – у работающих пенсионеров. Различия в уровне притязаний пенсионеров двух групп и по критерию Стюдента, и по критерию Фишера являются достоверными (соответственно 4,3347; 4,9637). При этом по шкале «здоровье» и «авторитет» уровень притязаний у неработающих пенсионеров выше, чем у работающих (рис.2).

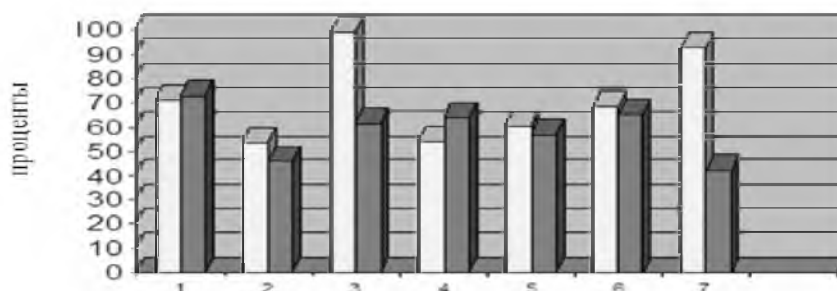


Рис. 2. Распределение работающих и неработающих пенсионеров в соответствии с уровнем притязаний

Примечание. Шкалы: 1 – здоровье, 2 – ум, 3 – характер, 4 – авторитет, 5 – умелые руки, 6 – внешность, 7 – уверенность в себе; □ – работающие; ■ – неработающие

Данные по уровню самооценки и уровню притязаний позволили определить степень расхождения между уровнем притязаний и уровнем самооценки, а также степень дифференцированности притязаний и самооценки. Оказалось, что неработающие пенсионеры переживают сильную неуверенность в себе, испытывают сильное желание разобраться в себе, в своих возможностях. Как правило, они очень охотно идут на общение, ищут в нем поддержки и опоры. Небольшое расхождение между уровнем притязаний и уровнем самооценки, в обеих группах свидетельствует о том, что испытуемые ставят перед собой цели, которые действительно стремятся достичь. Но сам уровень притязаний – низкий, что свидетельствует о неблагоприятном развитии их личности.

У неработающих пенсионеров «идеал», либо совпадал с реальной самооценкой – «пусть все остается как есть», «так пускай и будет» (у 23 % респондентов), либо респонденты отмечали желаемую позицию формально (у 17 % респондентов). В данном случае своей регулирующей функции идеальная самооценка не выполняла, также отметим, что лишь 2 % испытуемых из группы неработающих пенсионеров указали желаемую позицию как достижимую. В то же время реальная самооценка испытуемых с активным приспособлением к старости (работающие пенсионеры) не отождествлялась с достижимой. Позиция «могу», но «не хочу», раскрывая конфликтное отношение к себе в целом, или к той или иной стороне личности, свидетельствует о неблагополучии человека в той или иной области и, в частности, в профессиональной деятельности. Неполное заполнение шкал 12 % респондентов может свидетельствовать о низком уровне самооценки и о часто скрытых притязаниях.

Для группы неработающих пенсионеров характерно общее снижение уровня самооценочной структуры: уровень идеальной самооценки ниже, чем в группе работающих пенсионеров (если она выделяется респондентом); занижение реальной самооценки (ярко выражена в случае дезадаптации к новой социальной ситуации и к старению), практически полное слияние позиций достижимой и реальной самооценки (у некоторых испытуемых просматривается слияние всех трех элементов).

Повторное измерение самооценки через 14 дней позволило оценить такое свойство самооценки как устойчивость (табл. 1). Оказалось, что у работающих пенсионеров самооценка более устойчивая, чем у неработающих, а уровень притязаний изменился одинаково незначительно у всех пенсионеров независимо от группы.

Таблица 1

Средние значения выраженности показателей самооценки и уровнем притязаний после 1-го и 2-го замеров у работающих и неработающих пенсионеров

	Неработающие		
	СО	УП	Степень расхож. между УП и СО
Показатели различий уровня самооценки и уровня притязаний (после 1 и 2 замеров)	8,2	1,4	6,4
	Работающие пенсионеры		
	3,1	1,4	1,2

Анализ уровня общей самооценки позитивного развития личности неработающих пенсионеров показал отсутствие гендерных различий (табл. 2). В то же время женщины более вы-



соко оценивают такие качества, как нравственность, воля, и гармоничность, а мужчины – самостоятельность, креативность и экстраверсия. В «образе Я» у женщин доминируют такие качества, как: экстраверсия, воля и нравственность, в «образе Я» мужчин – экстраверсия, самостоятельность и нравственность. Как видим, пожилые люди, независимо от пола, в большей мере считают себя открытыми для других и нравственными и в меньшей – гармоничными и креативными. При этом, показатель самооценки гармоничности у мужчин ниже, чем у женщин. Исходя из того, что низкая гармоничность личности обнаруживается гораздо чаще у людей с неблагоприятными внутренними психологическими и физическими факторами, можно утверждать следующее: мужчины более остро переживают выход на пенсию. Связано это с резким изменением социального статуса мужчины: профессиональная отставка, потеря функции «добытчика» в семье. Потеря социального статуса женщины компенсируется тем, что дом и семья по-прежнему занимают большую часть времени женщин.

Таблица 2

Средние значения выраженности по самооценке качеств личности у людей пожилого возраста после выхода (неработающие)

№ шкалы	Качества личности	Самооценка качеств личности		
		мужчины	Женщины	Мужчины и женщины
1	Нравственность	2,85	2,95	2,9
2	Воля	2,82	3,1	2,96
3	Самостоятельность	3,1	2,65	2,8
4	Креативность	2,4	2,38	2,9
5	Гармоничность	1,93	2,22	2
6	Экстраверсия	3,34	3,32	3,18
7	Общая самооценка	2,7	2,8	2,25

Анализ самооценки качеств личности у людей пожилого возраста, работающих после выхода на пенсию, показывает, что уровень общей самооценки у мужчин и у женщин практически не отличается, есть различия по отдельным факторам (табл. 3). В частности, если в «образе Я» женщин доминируют такие качества, как экстраверсия и самостоятельность, то у мужчин – креативность и нравственность. Если для мужчин важно быть нравственным, то для женщин это качество не столь значимо, в то же время значимая для женщин самостоятельность, не столь актуальна для мужчин.

Таблица 3

Средние значения выраженности по самооценке качеств личности у людей пожилого возраста, работающих после выхода на пенсию

№ шкалы	Качества личности	Самооценка качеств личности		
		Мужчины	Женщины	Мужчины и женщины
1	Нравственность	3,36	3,28	3,32
2	Воля	3,35	3,4	3,37
3	Самостоятельность	3,26	3,53	3,4
4	Креативность	3,46	3,38	3,42
5	Гармоничность	3,53	3,37	3,45
6	Экстраверсия	3,31	3,45	3,44
7	Общая самооценка	3,37	3,4	3,39

Сравнительный анализ уровня самооценки работающих и неработающих пенсионеров позволил обнаружить следующие факты (рис. 3). Во-первых, работающие пенсионеры имеют средний уровень общей самооценки личностных переменных, а не работающие – низкий. Во-вторых, уровень самооценки всех качеств личности работающих пенсионеров выше уровня самооценки неработающих пенсионеров. Т.е., работающие пенсионеры оценивают выраженность позитивных качеств личности и личность в целом существенно выше, чем это делают неработающие пенсионеры. В-третьих, работающие пенсионеры считают нравственность, креативность и экстраверсию наиболее характерными для них качествами, неработающие к таким качествам относят экстраверсию и самостоятельность. В-четвертых, работающие пенсионеры



считают, что из представленных качеств у них менее развита гармоничность, неработающие – воля. Оценка достоверности различий для двух независимых выборок по критерию Стьюдента показала их значимость (6,66).

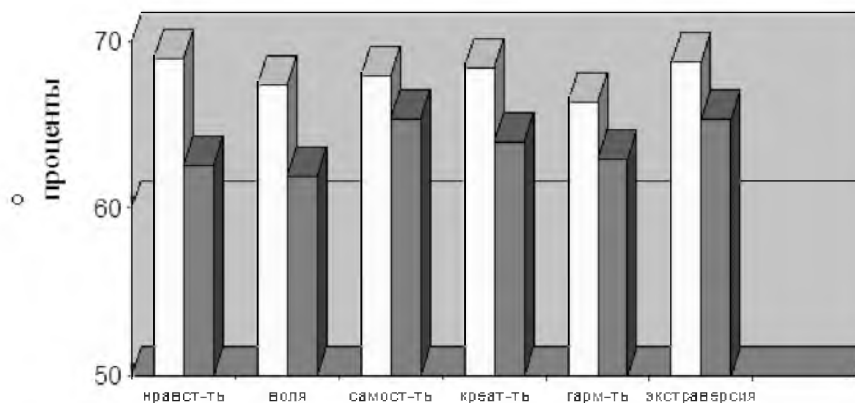


Рис.3. Показатели выраженности самооценки отдельных факторов личности работающих и неработающих пенсионеров, %

Примечание: □ – работающие пенсионеры; ■ – неработающие пенсионеры

Распределение испытуемых по уровню общей самооценки показал следующее (табл. 4). Работающие пенсионеры в основном позитивно воспринимают и относятся к себе, из них лишь 9 % не принимают себя. В то время как в группе неработающих пенсионеров таких оказалось больше половины (67 %). В группе неработающих пенсионеров у большего количества человек, чем в группе работающих, обнаружена неадекватная самооценка (соответственно у 12 % и 2 %).

Таблица 4

Распределение работающих и неработающих пенсионеров по уровню общей самооценки, %

Группа \ Уровень самооценки	Уровень самооценки			
	Псевдовысокий	Высокий	Средний	Низкий
Неработающие пенсионеры	12	—	21	67
Работающие пенсионеры	2	10	81	7

В данном случае наиболее оптимальным, гармоничным является средний или высокий уровень их выраженности, что, по данным в группе неработающих пенсионеров, нельзя сказать. Тем более, что показатели по факторам: нравственность, воля, и особенно гармоничность находятся на низком уровне. Самооценка гармоничности личности в группе работающих пенсионеров наиболее тесно связана с общей самооценкой, с экстраверсией, волей и нравственностью. Это говорит о том, что люди этой группы считают гармоничность весьма существенной характеристикой положительного развития их личности в целом. В группе неработающих пенсионеров выражен показатель низкой гармоничности.

Самооценка работающих пенсионеров более адекватна и гармонична (более реалистична), чем самооценка неработающих. У неработающих пенсионеров она в целом завышена и отражает скорее желаемое, чем действительное. Все это «лихорадит» психику неработающих и делает ее временно более дисгармоничной, чем обычно, что отражается и на самооценке своих качеств личности. В то же время обостряется и становится сильнее процесс осознания, начинает снова расти сфера осознания себя и мира, наступает привыкание к новым желаниям и новым отношениям, проявляется опыт самоосознания и более глубокого самопонимания.

При анализе общего эмоционально-ценностного отношения к себе (результаты опросника Розенберга) нами были получены следующие результаты: средний балл отношения – 3,35 (у женщин – 3,5; у мужчин – 3,2). Отдельно подсчитывался балл для группы испытуемых с низким уровнем самооценки, выделенной на основании результатов методики Дембо-Рубинштейн. Оказалось, что 69% неработающих пенсионеров имеют низкий уровень самопринятия, самоуважения, что дает основание говорить о том, что низкий уровень когнитивной са-



мооценки в группе неработающих неадаптированных к пенсии, соответствует негативному отношению к себе и более низкому уровню самоуважения.

Анализ продуктивности работы по методике «Кто Я?» обнаруживает ее снижение, о чем свидетельствует среднее количество ответов равное 13,3 при разбросе от 1 до 26. При этом большинство испытуемых отвечали на вопрос «Кем Я был?», а не на вопрос «Кто Я сейчас?». Если говорить о среднем количестве суждений, написанных в настоящем времени, то оно почти вдвое меньше и равно 6,8. Вероятно, что такой уровень продуктивности объясняется произвольным или вынужденным обеднением образа текущей жизни по сравнению с их прошлым. По данным в контрольной группе, можно увидеть, что в ответах не представлен анализ жизненного пути, хотя и не очень много встречается суждений, обращенных в будущее.

Из перечня высказанных суждений, часто упоминаемыми у мужчин являются категории профессиональной сферы, в которую входит перечисление видов работ и занимаемых в прошлом должностей, достижений, места в служебной иерархии, стажа, почти не называются формы деятельности, выполняемой в настоящее время. У женщин особенно высока потребность в раскрытии профессиональной сферы. При описании себя они, в первую очередь, выделяют личностные качества («трудолюбие» и «честность», у мужчинами – «исполнительность», «ответственность» и «трудолюбие»). Некоторые женщины (26%) отмечают изменения в своем характере в отрицательную сторону. Если в группе неработающих пенсионеров просматривается ретроспективная сторона высказываний по поводу работы, то в группе работающих пенсионеров их высказывания по поводу работы всегда в настоящем времени. Но деловая сфера у женщин (как и в экспериментальной группе) значительно беднее.

Сфера склонностей, интересов, увлечений занимает значительное место в жизни неработающих пенсионеров. Чаще всего пенсионеры называют чтение, кино, телевидение, радио и т. п., реже – вязанье, шитье (у 19% женщин) и спорт, шахматы у мужчин (14%). Т. е. в описаниях доминируют пассивные формы проведения досуга по сравнению с активными. В ответах неработающих пенсионеров четко просматривается возрастная динамика активности: в прошлом – предпочтение активным формам занятий, в настоящем – пассивным. Работающие же пенсионеры предпочитают активный вид спорта: шитье, вязание, отдых на природе, рыбалка, настольные игры. Выраженность интересов и увлечений связана с прекращением профессиональной деятельности, и если выход на пенсию не компенсируется какими-либо значимыми для индивида видами деятельности, то это приводит к дезадаптации, к ухудшению физического и психического состояния. Среди неработающих пожилых людей, которые имеют хобби, удовлетворенность жизнью выше, чем у тех, у кого нет любимого занятия.

В самоописании значимой сферы является и сфера социальных контактов (результаты методики «Самооценка личности»). Это указывает на то, что одной из базовых характеристик ощущения счастья в старости является удовлетворенность социальными взаимоотношениями. Анализ полученных данных в группе неработающих пенсионеров говорит о том, что для части пенсионеров общение является сложной проблемой («не хочу навязываться», «я не умею общаться в компании»). Данную реакцию можно объяснить тем, что социальные связи сокращаются с возрастом, а особенно в связи с новой социальной ситуацией – выходом на пенсию и вызывают необходимость в новых знакомствах, что бывает не всегда успешным, и как следствие этого – проблема одиночества.

В сфере межличностных коммуникаций важную роль играет семья. В описании испытуемых представлена информация о взаимоотношениях в семье в прошлом и настоящем, характеристика детей или внуков, смерть. Женщины подробнее раскрывают все аспекты этой темы, нежели мужчины, При этом они начинают еще больше заботиться о внуках и правнуках.

Отличительной особенностью в самоописании пенсионеров является ретроспективная направленность. У социально-активных (работающих) пенсионеров присутствует явная тенденция позитивно оценивать себя и в прошлом, и в настоящем, и в будущем, у неработающих пенсионеров – отрицательно оценивать себя в настоящем и будущем.

Как уже говорилось выше, неработающие пенсионеры, описывая себя, акцентируют внимание на характере, настроении, своих личностных особенностях и т. п. По значимости для мужчин из группы неработающих пенсионеров наиболее важными являются профессиональные качества и уже потом – личностные; для женщин – наоборот. Менее значимыми и для мужчин и для женщин являются состояние здоровья и эмоции. В группе работающих пенсионеров наблюдается такая же картина. Отличие состоит в том, что все их высказывания отражают настоящее, а в группе неработающих пенсионеров – прошлое. Проведя корреляцию по категориям высказываний, обращенных в настоящее, мы получили значимые различия ($T=2,453$).



Таким образом, обобщив полученные результаты, мы можем сделать вывод о том, что по своему преобладающему вектору самооценка неработающих лиц пожилого возраста имеет склонность к снижению по сравнению с выборкой работающих пенсионеров в том, что относится к целостной конструкции самооценки и к отдельным ее элементам. Уровень реальной самооценки у работающих пенсионеров, как людей с успешной адаптацией к пенсионному возрасту, к социальному статусу, средний; у неработающих пенсионеров, как людей неадаптированных к пенсии, характеризующихся «неврозом отставки», – низкий уровень.

Помимо описанных общих особенностей самооценки у неработающих и работающих пенсионеров обнаружены различия по гендерной принадлежности: у мужчин самооценка несколько выше, чем у женщин (возможно, это объясняется тем, что среди мужчин больше тех, кто продолжает работать); у мужчин более выражена связь между самооценкой личностных качеств и оценкой прожитой жизни.

Совокупность полученных данных служит подтверждением того, что выход на пенсию – это этап не однонаправленного процесса регресса, угасания, а этап дальнейшего развития человека, последующее становление его личности. Полученные результаты исследования, а также имеющиеся данные в научной литературе подтверждают необходимость организации специальной работы по подготовке людей к выходу на пенсию. Основное содержание такой работы может включать поиск путей решения проблемы социального аутсайдерства в среде неработающих пенсионеров; сохранение и поддержание психического здоровья пенсионеров путем формирования их самооценки, создания условий для их самореализации и саморазвития; разработки направлений психологического сопровождения лиц пенсионного возраста как перспективной и активно востребованной социальной группы; разработки эффективных социально-психологических решений, дающих возможность регулирования жизненных стратегий незанятых пенсионеров.

Анализ имеющегося опыта подготовки пожилых людей к выходу на пенсию с учетом полученных результатов позволяет сформулировать следующие рекомендации:

1) необходимо проводить массовое психолого-педагогическое обучение людей предпенсионного возраста с целью ознакомления их с особенностями вхождения в новую для себя социальную среду;

2) организовать индивидуальные консультации специалистами-психологами и специалистами других служб для пенсионеров, а также для руководителей предприятий и организаций по различным вопросам подготовки к выходу на пенсию;

3) организовать групповые консультации для лиц пожилого возраста по специально разработанным программам, направленным на развитие механизмов стимулирования деятельности, на поиск новых путей включения в социальные группы с учетом интересов, на овладение новыми социальными ролями, на активное взаимодействие с миром.

При этом следует учитывать, что каждое из предложенных направлений деятельности психологической службы имеет и недостатки, и преимущества. Первое направление работы является наиболее доступным, но при отсутствии контроля за подготовкой и невозможностью личностно-ориентированного подхода приводит к снижению его эффективности. Поэтому это направление деятельности необходимо сочетать с другими формами и методами работы с людьми пожилого возраста. Достоинство второго направления работы в форме подачи и принципе индивидуального подхода. Третье направление пенсионеров гарантирует эффективность работы благодаря проявляющимся в группе социально-психологическим феноменам. Помимо этого данное направление создает предпосылки интеграции будущих пенсионеров в обществе, что обеспечивает положительное влияние на процесс адаптации их к новому социальному статусу.

Список литературы

1. Бороздина Л. В., Молчанова О. Н. Самооценка в первой половине старости / Л. В. Бороздина, О. Н. Молчанова // Вестник Моск. ун-та, – Психология. – Сер. 14. – 1990. – № 1. – С. 24 – 38.
2. Ермолаева М. В. Практическая психология старости. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002.
3. Козлова Т. З. Самореализация и самооценка пенсионеров / Т. З. Козлова // Психология зрелости и старения. 2006. – № 2. – С. 35.
4. Малинина О. И. Социальная активность и идентичность в пожилом возрасте / О. И. Малинина // Психология зрелости и старения. 2011. – № 4. – С. 59 – 77.
5. Фирсова Н. Г. Пожилой человек как субъект возрастных изменений: особенности самооценки / Н. Г. Фирсова // Пожилой человек как субъект возрастных изменений: особенности самооценки: материалы III Международной научно-практической конференции. – Ставрополь, 2012. – С. 47.



SELF-IMAGE OF ADVANCED AGE PEOPLE AFTER THE RETIREMENT

N. G. Firsova

*Belgorod National
Research University*

*e-mail:
firsova@bsu.edu.ru*

This article reflects results of psychological research: studying of features of self-image of elderly people after retirement, The distinctions in assessment of between social and active (working) and social and inactive (unemployed) pensioners are revealed here. This research pays attention to the need of preservation and maintenance of mental health of pensioners by formation of their self-image, creation of conditions for their self-realization and self-development.

Keywords: retirement, self-image, self-relation.