

*Вестник ТвГУ. Серия "Педагогика и психология". 2019. Выпуск 1(46). С. 89-99*

## **СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

УДК 379.8.092: 159.922.63

### **СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТИПЫ ДОСУГОВОЙ АКТИВНОСТИ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ (НА ПРИМЕРЕ ЖИТЕЛЕЙ МОСКОВСКОГО РЕГИОНА)<sup>1</sup>**

**А.Е. Воробьева, А.А. Акбарова**

Институт психологии Российской академии наук, г. Москва

На выборке жителей Московского региона пенсионного возраста до 75 лет проведен опрос для изучения досуговой активности по авторской анкете, русской версии опросника ТИРІ, Стенфордского опросника временной перспективы Ф. Зимбардо. Выделено 5 эмпирических типов досуговой активности пожилых людей, которые могут быть разделены на 2 группы по критерию активности-пассивности в предпочитаемых формах досуга, а также по эмоциональной значимости сферы досуга в их жизни. Полученные данные применимы в сфере социального обслуживания для организации досуга пожилых людей.

**Ключевые слова:** *психология досуга, психология старения, отношение к досугу, временная перспектива, виды досуга.*

В настоящее время наблюдается рост интереса психологической науки к факторам и механизмам психологически благополучного старения [9; 12; 15; 17]. Современные пожилые люди находятся в более благоприятных условиях для активного и продуктивного старения, чем предыдущие поколения: высокий уровень образования, медицины, комфортные бытовые условия [10]. Произошел переход от представления о старости как периоде инволюции всех функций к концепции успешного старения [13]. В пожилом возрасте соотношение труда и досуга в жизни человека меняется, и этот переход может переживаться по-разному. Некоторые виды деятельности, которые могут быть отнесены к досуговой (религиозная активность, участие в неформальных организациях, семейные отношения, хобби), лидируют среди способов, помогающих в поздней взрослости обрести новый смысл жизни [7].

Основные модели успешного старения включают в себя когнитивный, эмоциональный, социальный и духовный компоненты, а также и физическую активность: 1) модель успешного старения J.W. Rowe и R.L. Kahn; 2) биопсихосоциальная модель успешного старения L. Ouaknine, P. Csank и M. Stones; 3) мультикомпонентная модель успешного старения G.Y. Iwamasa и M. Iwasaki [14; 16; 18]. Духовный компонент является дискуссионным, он включен не во все модели

---

<sup>1</sup>При финансовой поддержке РФФИ в рамках научно-исследовательского проекта № 17-36-01024а2.

успешного старения и по-разному рассматривается разными авторами. G.Y. Iwamasa и M. Iwasaki отмечают важность духовной жизни в пожилом возрасте. Можно отметить также половые различия в предпочтении таких форм досуга: по данным Н.Ф. Шахматова, пожилые женщины чаще, чем мужчины, посещают церковь и активнее ищут поддержку в религии [11]. Эмоциональный компонент успешного старения, с нашей точки зрения, не вполне корректно называть «психологическим», как это сделано в вышеперечисленных моделях, так как психологическими являются и социальный, и когнитивный, и духовный компоненты успешного старения, а также отчасти и физический. К эмоциональному компоненту относятся положительные эмоции и отношения в пожилом возрасте. При неуспешной реализации этого компонента нарушается эмоциональный фон, возможно появление тревоги, депрессии, аддикций. Некоторые виды досуга могут перерастать в зависимости, в том числе и в пожилом возрасте. Так, например, около 3 % пожилых американцев страдают от игромании [21]. К физическому компоненту успешного старения относятся мероприятия по заботе о своем здоровье и внешнем виде, занятия спортом и активный образ жизни. Когнитивный компонент успешного старения предполагает стремление к приобретению новых знаний. Социальный компонент активного старения предполагает коллективные формы досуга и возможность проявлять себя в различных социальных ролях [4].

В США в 1984 г. был запущен проект комплексного исследования старения, известный как Макартурское исследование, в результате которого удалось опровергнуть негативные стереотипы о старении: в старости возможно сохранить активность и улучшить свое здоровье за счет отказа от вредных привычек, а также можно обучаться новому, но в индивидуальном темпе. При этом важным фактором успешности этих направлений активности является субъективное позитивное восприятие пожилым человеком своих возможностей (вера в самоэффективность) [10]. Под воздействием негативных стереотипов некоторые люди уверены в том, что в старости потеряют память и окажутся не в состоянии делать то, что им удавалось раньше. Зачастую эта установка приводит к тому, что они действительно утрачивают ощущение контроля над своей жизнью и бывшие навыки [7].

Аналогичных комплексных исследований, выполненных в России, обнаружить не удалось. В отечественной психологической науке ведутся отдельные исследования стереотипов о пожилых людях, адаптации к возрастным изменениям, достижении вершины развития в старости и т. д. [1; 2; 3]. Данные, полученные на американской выборке, не могут быть в полной мере перенесены на российскую выборку в связи с высоким уровнем социально-экономического расслоения российского общества (в разных регионах и разных типах поселений условия для

проведения досуга, поддержания здоровья, приобретения новых знаний пожилыми людьми сильно отличаются). Условия жизни в мегаполисе предоставляют больше возможностей для активной реализации человека в пожилом возрасте. Однако использование этих возможностей будет затруднено, если пожилой человек подвержен воздействию негативных стереотипов о старости.

К критериям успешного старения относятся: высокий уровень физической активности, участие в общественной жизни, позитивные социальные отношения, способность адаптироваться к окружающей среде, ощущение востребованности и т. д. [19; 20]. Соответствие досуга этим критериям может являться показателем успешного старения. С нашей точки зрения, успешное старение – это сочетание доступности условий для проведения досуга и веры в самоэффективность, поэтому возможны различные типы досуговой активности у пожилых людей.

Цель исследования: выявление социально-психологических типов досуговой активности пожилых людей.

Гипотезы исследования:

1. Выделяются социально-психологические типы досуговой активности пожилых людей, различающиеся по когнитивным, эмоциональным, конативным показателям (склонные к более пассивному поведению и негативному восприятию возрастных ограничений, и более активные и более позитивно относящиеся к имеющимся возможностям).

2. Социально-психологические типы досуговой активности пожилых людей различаются по личностным и социально-групповым характеристикам (для более активных типов характерно более позитивное прошлое, открытость новому, высокий уровень дохода, и наоборот, для более пассивных типов характерно негативное прошлое, фаталистическое настоящее, более низкий уровень дохода).

*Процедура и методы*

Выборка исследования: пожилые люди (120 человек), проживающие в Москве и Московской области, мужчины – 60 человек (возраст 60–75 лет), женщины – 60 человек (возраст 55–75 лет). Большинство из них имеют детей, проживают как с супругом, так и в одиночестве, а также часть респондентов живет расширенной семьей с детьми и другими родственниками. Среди них присутствуют представители различных профессий, но большая часть из них в настоящее время не работает. В выборке представлены респонденты разного уровня доходов: от тех, кому не хватает денег на еду, до тех, кто может позволить себе крупные покупки (например, квартиру), но преобладающим является средний уровень дохода (могут позволить себе приобрести товары длительного пользования).

Методики исследования: 1) авторская анкета для изучения досуговой активности пожилых людей (исходя из современного понимания

психологического отношения как четырехкомпонентного феномена [6] в анкету были включены вопросы, относящиеся к когнитивному, эмоциональному, конативному и оценочному компонентам, направленные на выявление индивидуального смысла досуга, его эмоциональной оценки, предпочитаемых форм досуга, возможных препятствий для его проведения, переживаний, возникающих при проведении и невозможности проведения досуга, а также открытые вопросы о реальном настоящем и прошлом, желаемом, нормативном досуге пожилых людей); 2) русская версия опросника GPI [8]; 3) Стенфордский опросник временной перспективы Ф. Зимбардо (сокращенный вариант шкалы) [5].

Методы анализа данных: для выявления эмпирических типов досуговой активности среди пожилых людей использовался кластерный анализ по методу *k-means*, для анализа различий между представителями выявленных типов по личностным особенностям и отношению к досугу использовался непараметрический критерий Манна-Уитни. Для анализа уровня доходов и профессиональной принадлежности респондентов применялась описательная статистика (категоризованные гистограммы). Обработка данных производилась при помощи Statistica 10.0.

#### *Результаты исследования и их обсуждение*

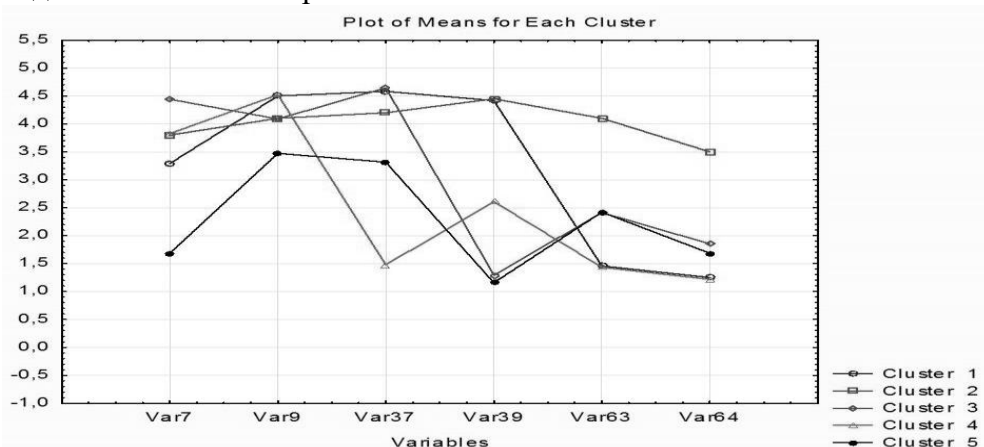
В качестве основания для выделения эмпирических типов досуговой активности пожилых людей были выбраны 6 переменных авторской анкеты, относящиеся к когнитивному (2 утверждения, характеризующие смыслы досуга), эмоциональному (2 утверждения о переживаниях при проведении досуга) и конативному (2 утверждения о препятствиях к проведению досуга) компонентам. Были выбраны именно эти переменные потому, что они лучше дифференцируют выборку на типы и отражают структуру отношения. Кластерный анализ по методу *k-means* позволил выделить 5 эмпирических типов пожилых людей (см. рисунок).

Тип 1 (24 человека). В средней степени стремятся забытья в досуге от тяжелой жизни, хотят делать на досуге то, что не стало профессией. Препятствиями для проведения досуга является нехватка денег и здоровья. При занятии своим досугом не расстраиваются, что не могут делать все так же хорошо, как раньше, и не чувствуют признаков утасания сил и возможностей. Этому типу можно дать условное название «нормативное старение, досуг по возрасту».

Тип 2 (20 человек). Стремятся забытья от тяжелой жизни, на досуге занимаютя тем, что не стало профессией. Препятствиями для проведения досуга являютя нехватка денег и здоровья. При занятии своим досугом расстраиваются, что не могут делать все так же хорошо, как раньше. В средней степени чувствуют утасание сил и возможностей. Этому типу можно дать условное название «старость в болезнях, домашний досуг».

Тип 3 (34 человека). В наибольшей мере среди всех выделенных

типов стремятся забыться от тяжелой жизни в своей досуге, на досуге склонны делать то, что не стало профессией, препятствием для проведения досуга называют нехватку денег, а недостаток здоровья не рассматривается ими как препятствие. В средней степени не расстраиваются, что не могут делать все так же хорошо, как раньше, и не чувствуют признаков угасания сил и возможностей при занятии своим досугом. Этому типу можно дать условное название «заслуженный отдых после тяжелой работы».



Эмпирическая типология досуговой активности пожилых людей: Var7 (возможность забыться от тяжелой жизни (смысл досуга)); Var9 (Досуг – это возможность делать то, что не стало профессией (смысл досуга)); Var37 (Недостаточно денег (препятствие к проведению досуга)); Var39 (Здоровье не позволяет (препятствие к проведению досуга)); Var63 (Когда я занимаюсь чем-то на досуге, я расстраиваюсь, что не могу делать какие-то дела так же хорошо, как в молодости); Var64 (Мой досуг заставляет чувствовать угасание моих сил и возможностей).

Тип 4 (23 человека). Досуг для них – способ забыться от тяжелой жизни, а также возможность заниматься тем, что не стало профессией. Нехватка денег не является для них препятствием к проведению досуга, здоровье тоже скорее не препятствует. Не расстраиваются, что не могут делать все так же хорошо, как раньше, и не ощущают угасания своих сил и возможностей при занятии досугом. Этому типу можно дать условное название «активное долголетие».

Тип 5 (19 человек). Досуг для них не является способом забыться от тяжелой жизни, а также это не то занятие, которое не стало профессией. Отношение к деньгам как препятствию для проведения досуга неопределенное. Недостаток здоровья не является препятствием для проведения досуга. Не расстраиваются, что не могут делать все так же хорошо, как раньше, и не чувствуют признаков угасания сил и возможностей при занятии своим досугом. Этому типу можно дать условное название «функциональное отношение к досугу».

Анализ указанной респондентами профессиональной принадлежности показал, что среди представителей типов 4 и 5 наибольшее число тех, кто может быть востребован как специалист и при наступлении пенсионного возраста (60 и 50 % соответственно; например, преподаватель, врач, экономист); среди представителей типа 3 таких людей только 23 %; типы 1 и 2 занимают промежуточное положение (41 и 30 % соответственно). Из этого можно сделать вывод, что у представителей более востребованных в пожилом возрасте профессий досуг так же более активен. По-видимому, их большая социальная активность позволяет им проводить свой досуг более активно и разнообразно.

Анализ уровня доходов представителей выделенных типов показал, что уровень доходов, при котором респонденты могут позволить себе даже такие крупные покупки, как машина, дача или квартира, встречается только у типов 4 и 5. С нашей точки зрения, это является дополнительным фактором более высокой досуговой активности представителей типов 4 и 5.

Не было выявлено типов досуговой активности, которые больше характерны для представителей одного из полов.

Анализ различий между выделенными типами досуговой активности у пожилых людей по критерию Манна–Уитни показал, что для представителей типа 1 по сравнению с типом 2 характерно более гедонистическое и менее фаталистическое настоящее (табл. 1). Для представителей типа 2 характерна меньшая эмоциональная стабильность, чем у типа 4. Для представителей типа 3 характерна большая выраженность негативного прошлого, чем для типа 5. Также у них больше выражено гедонистическое настоящее, чем у типа 1. Для представителей типа 4 характерна большая выраженность добросовестности и позитивного прошлого, чем для типа 5. Полученные различия дополняют характеристики выделенных типов: тип 1 ориентирован на настоящее; тип 2 эмоционально нестабилен, что проявляется и в переживаниях по поводу досуговой активности; тип 3 стремится скомпенсировать негативное прошлое через гедонистическое настоящее; тип 4 стабилен и лишен внутренних конфликтов; тип 5 занимает промежуточное положение между типами 4 и 3.

Таблица 1  
Различия между типами досуговой активности пожилых людей по личностным характеристикам ( $p < ,05$ ).

Шкала	Тип 1	Тип 2	Тип 3	Тип 4	Тип 5
Добросовестность				577	326
Эмоциональная стабильность		333,5		612,5	
Негативное прошлое			1049,5		381,5
Гедонистическое настоящее	642,5	347,5	1085,5		
Позитивное прошлое				578,5	324,5
Фаталистическое настоящее	415	575			

Для представителей типа 1 более предпочтительной формой досуга является посещение кафе и ресторанов, а также общение с друзьями и родственниками по телефону, забота и уход за внуками, поездки по России и за рубеж, чем для типа 2. Также представителям типа 1 в большей мере препятствует занятию некоторыми видами досуга представление о том, что они не соответствуют их возрасту, а также отсутствие радости от этих занятий, в отличие от представителей других типов. У представителей типа 1 досуг в большей мере ассоциируется с воодушевлением и волнением, чем у типа 5. Досуг дает радость созидания представителям типа 1 в большей мере, чем представителям типа 5.

Для представителей типа 2 более предпочитаемыми формами досуга являются просмотр кино и телевизора дома, посещение медицинских организаций, общение с друзьями и родственниками по телефону (по сравнению с типом 5), рукоделие и кулинария (по сравнению с типом 1). Они меньше склонны посвящать свой досуг заботе и уходу за внуками и путешествовать по России и за рубеж, чем другие типы. Также представителям типа 2 в большей мере препятствует занятию некоторыми видами досуга их настороженное отношение ко всему новому, по сравнению с типом 4. При невозможности проведения досуга представители типа 2 ощущают обиду и досаду в большей мере, чем другие типы.

Для представителей типа 3 поездки по России и за рубеж являются наиболее предпочтительным видом досуга, по сравнению с другими типами респондентов. Препятствием к проведению какого-то вида досуга для них в большей степени является отсутствие радости от него, чем для типа 4. С досугом у представителей типа 3 в наибольшей мере связаны переживания воодушевления и волнения (по сравнению с другими типами). Также для типа 3 досуг в большей мере является значимой частью жизни, чем для типа 4. Представители описанного типа в большей мере испытывают радость созидания, занимаясь своей досуговой активностью, чем представители типов 1 и 5. Среди всех типов данный тип в наибольшей мере склонен впасть в уныние при невозможности проведения досуга.

Для представителей типа 4 посещение кафе и ресторанов является более предпочтительным видом досуга (чем для типа 2). Посещение косметических и уходовых процедур данный тип практикует больше, чем типы 2 и 5. Также данный тип больше занимается заботой и уходом за внуками и путешествует по России и за рубеж на досуге, чем тип 2. При невозможности проведения досуга представители типа 4 в меньшей степени переживают досаду, чем типы 1 и 2.

Для представителей типа 5 такие виды досуга, как просмотр кино и телевизора дома, посещение медицинских организаций, общение с друзьями и родственниками по телефону, являются менее предпочтительными, чем для типа 2. Также представители типа 5 склонны посещать на досуге

косметические и уходовые процедуры в большей мере, чем тип 2, но в меньшей мере, чем тип 4. Они в наименьшей степени, чем представители всех остальных типов, склонны рассматривать как препятствие для проведения какого-либо досуга тот факт, что он может быть им уже не по возрасту. Они в наименьшей мере склонны связывать досуг с переживаниями воодушевления, волнения, радости созидания по сравнению с другими типами. При невозможности проведения досуга они меньше других типов склонны переживать обиду и впадать в уныние (табл. 2).

Таблица 2  
Различия между типами досуговой активности пожилых людей по отношению к досугу ( $p < ,05$ ).

Шкала	Тип 1	Тип 2	Тип 3	Тип 4	Тип 5
Предпочтения в проведении свободного времени					
Посещение кафе, ресторанов	620,5	369,5		594	
Просмотр кино и телевизора дома		482			298
Посещение медицинских организаций		479			301
Посещение косметических и уходовых процедур		351		595	460
Рукоделие и кулинария	462	528			
Общение с друзьями и родственниками по телефону	618	472			328
Забота и уход за внуками	621,5	368,5		590,5	
Поездки по России и за рубеж	619	371	849,5	791,5	
Препятствия к проведению досуга					
Мне это занятие уже не по возрасту	948	760,5	763	799	287,5
Меня это больше не радует	885,5		825,5	457	
Настороженно отношусь к новому		530		416	
Эмоции, связанные с досугом					
Воодушевляющие	581,5	474,5	1129,5		305,5
Волнующие	624		1084	608,5	322
Досуг – это значимая часть жизни для меня			864,5	788,5	
Переживания при проведении досуга					
Мой досуг дает мне радость созидания	842		869		318,5
Переживания при невозможности проведения досуга					
Я ощущаю досаду	452	538		398	
Мне обидно	437	553			304,5
Я впадаю в уныние	436,5	553,5	808	400,5	306,5

Полученные различия позволили уточнить характеристики выделенных типов: для представителей типа 2 характерен более домашний и уединенный досуг, представители типов 4 и 5 на досуге



любят посещать косметические и уходовые процедуры, представители типа 3 любят поездки по России и за рубеж. Различия между типами по показателям эмоций и переживаний, связанных с досугом и невозможностью его проведения, согласуются с различиями, полученными по личностным характеристикам (эмоциональная стабильность, гедонистическое настоящее). Хотя анализ различий по личностным характеристикам не дал значимых результатов по шкале «Открытость новому опыту» опросника ТРІ, в ответах на вопрос о препятствиях к занятию каким-либо досугом представители типа 2 упоминают свое настороженное отношение ко всему новому.

#### *Выводы*

Во всех моделях успешного старения отмечается взаимосвязь здоровья (физического и ментального) и эмоционального состояния пожилого человека. Вера в самоэффективность делает возможным сохранение активности в этом возрасте. Негативные стереотипы о старении оказывают негативное воздействие на активность в пожилом возрасте, выполняют роль своего рода «самосбывающегося пророчества». В пожилом возрасте в связи с прекращением активной трудовой деятельности вопрос организации своего досуга выходит на первый план.

На выборке Московского региона удалось выделить 5 эмпирических типов досуговой активности пожилых людей: «нормативное старение, досуг по возрасту», «старость в болезнях, домашний досуг», «заслуженный отдых после тяжелой работы», «активное долголетие», «функциональное отношение к досугу». Из них первые два типа могут быть отнесены к группе склонных к пассивному проведению досуга и ориентации на возрастные ограничения, а следующие три типа характеризуются более активным проведением досуга и меньшей ориентацией на ограничивающие стереотипы.

Различия представителей этих типов по личностным характеристикам и отношению к досугу, а также описательная статистика позволяют говорить о том, что вторая гипотеза подтвердилась частично. Для типов «активное долголетие» и «функциональное отношение к досугу» характерна принадлежность к тем профессиям, которые могут быть востребованы и по достижении пенсионного возраста, а также к тому уровню дохода, который позволяет совершать крупные покупки. Характеристики временной перспективы у представителей выделенных типов имеют различное сочетание позитивных и негативных оценок прошлого и настоящего: группа типов, склонных к активному проведению досуга, может характеризоваться как позитивным, так и негативным прошлым, здесь скорее присутствует гедонистическое настоящее. Группа типов, склонных к пассивному досугу, может характеризоваться как гедонистическим, так и фаталистическим настоящим. Для более точной оценки роли этих факторов в досуговой

активности пожилых людей необходимо применение дополнительных методов анализа (факторный анализ, корреляционный анализ, структурное моделирование). По ответам на вопросы авторской анкеты, касающимся эмоций, связанных с досугом, переживаний при проведении досуга и невозможности его проведения, некоторым препятствиям к проведению досуга, можно сказать, что существуют типы, для которых характерно выраженное эмоциональное отношение к досугу (с уклоном в негативные переживания у типа «старость в болезнях, домашний досуг» и с уклоном в позитивные у типа «заслуженный отдых после тяжелой работы»), а также типы, для которых досуг слабо связан с переживанием каких-то эмоций (тип «функциональное отношение к досугу»).

Таким образом, можно сказать, что, кроме типологических и личностных характеристик, досуговая активность пожилых людей также зависит от социально-экономических факторов.

### **Список литературы**

1. Абульханова-Славская К.А. Акмеологическое понимание субъекта // Акмеология: учебник/ ред. А.А. Деркач. М.: Изд-во РАГС, 2006. С. 175–187.
2. Анцыферова Л.И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. Изд. 2-е, испр. и доп. М.: ИП РАН, 2006. 512 с.
3. Краснова О.В., Лидерс А.Г. Социальная психология старения. М.: Академия, 2002. 416 с.
4. Мелехин А.И. Психологические модели успешного старения // Психол. журн. Междунар. ун-та природы, общества и человека «Дубна». 2014. № 2. С. 44–61.
5. Нестик Т.А. Социально-психологическая детерминация группового отношения к времени: дис... д-ра. психол. наук. М., 2015. 479 с.
6. Позняков В.П. Психологические отношения индивидуальных и групповых субъектов совместной экономической деятельности. М.: ИП РАН, 2018. 530 с.
7. Психология человека от рождения до смерти / под ред А.А. Реана. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. 656 с.
8. Сергеева А.С., Кириллов Б.А., Джумагулова А.Ф. Перевод и адаптация краткого пятифакторного опросника личности (TIPI-RU): оценка конвергентной валидности, внутренней согласованности и тест-ретестовой надежности // Экспериментальная психология. 2016. Т. 9. № 3. С. 138–154.
9. Стрижицкая О.Ю., Хункос-Рабдан О. Современные европейские направления исследований психологии старения // Вестн. С-Пб. ун-та. Сер. 16. «Психология. Педагогика». 2014. № 2. С. 66–71.
10. Шаповаленко И.В. Макаргурское исследование успешного старения: на пути к новой геронтологии (реферативный обзор книги Rowe J.W., Kahn R.L. «Successful Aging») // Электрон. журн. «Современная зарубежная психология». 2017. Т. 6. № 3. С. 13–21.
11. Шахматов Н.Ф. Психическое старение: счастливое и болезненное. М.: Медицина, 1996. 304 с.
12. Bartres-Faz D., Arenaza-Urquijo E.M. Structural and Functional Imaging Correlates of Cognitive and Brain Reserve Hypotheses in Healthy and

- Pathological Aging // Brain Topogr. 2011. V. 24. Pp. 340–357.
13. Bengtson V.L, Malcolm L.J. The Cambridge Handbook of Age and Ageing. Cambridge: Cambridge University Press, 2005. 772 p.
  14. Chappell N., McDonald L., Stones M. Aging in Contemporary Canada. Toronto, Pearson/Prentice Hall, 2nd Edition, 2008. 230 p.
  15. Depp C.A, Jeste D.V. Definitions and Predictors of Successful Aging: A Comprehensive Review of Larger Quantitative Studies// American J. of Geriatric Psychiatry. 2006. V. 14. №1. pp. 6-20.
  16. Iwamasa G.Y., Iwasaki M. A new multidimensional model of successful aging: perceptions of Japanese American older adults.// J. of Cross-Cultural Gerontology. 2011. V. 26. № 3. Pp. 261–278.
  17. Ouwehand C. A review of successful aging models: Proposing proactive coping as an important additional strategy// Clinical Psychology Review. 2007. V. 27. P. 873–884.
  18. Rowe J.W., Kahn R.L. Successful Aging// The Gerontologist. 1997. V. 37. № 4. P. 433–440.
  19. Rowland D.T. Successful aging// Population Aging International Perspectives on Aging. 2012. V. 3. P. 151–165.
  20. Strawbridge W.J, Cohen R.D. Successful aging: predictors and associated activities// American Journal of Epidemiology. 1996. V.144. № 2. P. 135–141.
  21. Wiebe J.M., Cox B.J. Problem and probable pathological gambling among older adults assessed by the SOGS-R// J. of Gambling Studies. 2005. № 21. P. 205–221.

## **SOCIO-PSYCHOLOGICAL TYPES OF LEISURE ACTIVITY OF THE ELDERLY (ON THE EXAMPLE OF INHABITANTS OF THE MOSCOW REGION)**

**A.E. Vorobieva, A.A. Akbarova**

Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, Moscow

On a sample of residents of the Moscow region of retirement age up to 75 years, a survey was conducted using the author's questionnaire to study the leisure activity of the elderly, the Russian version of the TIPI questionnaire, the Stanford questionnaire of time perspective F. Zimbardo. 5 empirical types of leisure activities of older people were identified, which can be divided into 2 groups according to the criterion of activity-passivity in preferred forms of leisure, as well as the emotional significance of the leisure sphere in their lives. The data obtained are applicable in the field of social services for the organization of leisure activities for the elderly.

**Keywords:** *psychology of leisure, psychology of aging, attitude to leisure, time perspective, types of leisure.*

*Об авторах:*

ВОРОБЬЕВА Анастасия Евгеньевна – кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, Лаборатория социальной и экономической психологии, ФГБУН «Институт психологии Российской академии наук» (129366, г. Москва, ул. Ярославская, д. 13, корп. 1), e-mail: aeVorobieva@yandex.ru

АКБАРОВА Анастасия Азаматовна – соискатель научной степени кандидата психологических наук, Лаборатория социальной и экономической психологии, ФГБУН «Институт психологии Российской академии наук» (129366, г. Москва, ул. Ярославская, д. 13, корп. 1), e-mail: Anastasia.akbarova@gmail.com