



## ВЛИЯНИЕ ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА (АНАЛИТИЧЕСКИЙ ОБЗОР)

В.Н. Шабалин<sup>1, 2</sup>, С.Н. Шатохина<sup>2, 3</sup>

<sup>1</sup>Московский медицинский университет «Реавиз», ул. Краснобогатырская, д. 2, стр. 2, г. Москва, 107564, Россия

<sup>2</sup>Научно-исследовательский институт общей патологии и патофизиологии, ул. Балтийская, д. 8, г. Москва, 125315, Россия

<sup>3</sup>Московский областной научно-исследовательский клинический институт им. М.Ф. Владимирского, ул. Щепкина, д. 61/2, г. Москва, 129110, Россия

**Резюме.** Рассмотрены проблемы оптимального участия в трудовой деятельности людей старших возрастных групп. Динамика демографического старения характеризуется двойственностью: на фоне хронологического старения происходит биологическое омоложение населения мира, что значительно увеличивает потенциальные возможности человека. Надо отходить от ошибочных представлений о старшем возрасте как о периоде «вялого дожития», напротив, этот возраст предоставляет человеку возможность высокопродуктивной жизни. Можно обоснованно утверждать, что старшее поколение сегодня стало более мобильным и социально активным. Мировые тенденции трансформации рынка труда демонстрируют постепенное смещение структуры занятости в сторону старших возрастов. Труд является основой социальной самореализации пожилых людей и условием продления активной жизни. Средняя продолжительность жизни пенсионеров, поддерживающих трудовую активность, значительно выше по сравнению с лицами, прекратившими работать. Труд – это самый мощный геропротектор! Защита физиологического состояния интеллекта в пожилом возрасте – главная задача геронтологии и гериатрии. Нужно весьма критично относиться к бытующим представлениям о деградации интеллекта в пожилом возрасте. Процесс интеллектуального развития человека умственного труда принципиально безграничен – это основной способ его существования как личности. Значительное влияние на продолжительность жизни оказывает уровень образования. У людей с более высоким уровнем образования более низкие показатели смертности и более высокая продолжительность жизни. Доминанта моделей социального статуса пожилых людей принудительно вытесняет пожилого человека на «заслуженный отдых». Введение обязательного для всех пенсионного («нетрудоспособного») возраста означает, что законодатель объявляет накопленный пожилыми людьми опыт утратившим социальное значение. Такое отношение является фактором роста социальной напряженности и препятствует формированию сплоченности общества, порождает социальное течение дискриминации по возрасту – «эйджизм», что проявляется, в частности, в затруднениях устройства на работу и в пониженном уровне оплаты труда пожилого человека. В результате за последнее десятилетие численность работающих пенсионеров в России и продолжительность их периода работы после выхода на пенсию значительно сократились. Требуется создание долгосрочной доктрины трудовой деятельности пожилых людей.

**Ключевые слова:** труд, пожилой возраст, дискриминация по возрасту, профессиональное долголетие, интеллект в пожилом возрасте.

**Конфликт интересов.** Шабалин В.Н. является главным редактором журнала, в рецензировании работы и принятии решения о публикации не участвовал.

**Финансирование.** Исследование проводилось без спонсорской поддержки.

**Для цитирования:** Шабалин В.Н., Шатохина С.Н. Влияние трудовой деятельности на продолжительность и качество жизни людей пожилого возраста (аналитический обзор). *Вестник медицинского института «РЕАВИЗ»: Реабилитация, Врач и Здоровье.* 2024;14(3):127-137. <https://doi.org/10.20340/vmi-rvz.2024.3.OZOZ.3>



## THE INFLUENCE OF WORK ACTIVITY ON THE DURATION AND QUALITY OF LIFE OF OLDER PEOPLE (ANALYTICAL REVIEW)

Vladimir N. Shabalin<sup>1, 2</sup>, Svetlana N. Shatokhina<sup>2, 3</sup>

<sup>1</sup>Moscow Medical University "Reaviz", 2 Krasnobogatyrskaya str., building 2, Moscow, 107564, Russia

<sup>2</sup>Scientific Research Institute of General Pathology and Pathophysiology, 8 Baltiyskaya str., Moscow, 125315, Russia

<sup>3</sup>Moscow Regional Research Clinical Institute named after M.F. Vladimirov, 61/2 Shchepkina str., Moscow, 129110, Russia

**Abstract.** The problems of optimal participation in labor activity of people of older age groups are considered. The dynamics of demographic aging are characterized by duality: against the background of chronological aging, biological rejuvenation of the world's population occurs, which significantly increases human potential. We must move away from erroneous ideas about older age as a period of "sluggish living"; on the contrary, this age provides a person with the opportunity to live a highly productive life. It can be reasonably argued that the older generation today has become more mobile and socially active. Global trends in the transformation of the labor market demonstrate a gradual shift in the employment structure towards older ages. Labor is the basis for the social self-realization of older people and a condition for prolonging active life. The average life expectancy of pensioners who remain active is significantly higher than those who have stopped working. Labor is the most powerful geroprotector! Protecting the physiological state of intelligence in old age is the main task of gerontology and geriatrics. We need to be very critical of current ideas about the degradation of intelligence in old age. The process of intellectual development of a person of mental labor is fundamentally limitless - this is the main way of his existence as an individual. The level of education has a significant impact on life expectancy. People with higher levels of education have lower mortality rates and longer life expectancy. The dominant models of the social status of older people forcefully pushes the elderly person out into "well-deserved rest." The introduction of a mandatory retirement ("disabled") age for everyone means that the legislator declares the experience accumulated by older people to have lost social significance. This attitude is a factor in the growth of social tension and impedes the formation of social cohesion, gives rise to a social trend of age discrimination - "ageism", which manifests itself, in particular, in difficulties in finding a job and in the reduced level of wages for older people. As a result, over the past decade, the number of working pensioners in Russia and the duration of their period of work after retirement have decreased significantly. It is necessary to create a long-term doctrine of the work activity of older people.

**Key words:** labor, old age, age discrimination, professional longevity, intelligence in old age.

**Competing interests.** Shabalin V.N. is the editor in chief of the journal, did not participate in reviewing the work and making a decision on publication.

**Funding.** This research received no external funding.

**Cite as:** Shabalin V.N., Shatokhina S.N. The influence of work activity on the duration and quality of life of older people (analytical review). *Bulletin of the Medical Institute "REAVIZ": Rehabilitation, Doctor and Health*. 2024;14(3):127-137. <https://doi.org/10.20340/vmi-rvz.2024.3.OZOZ.3>

*«В нашем обществе уже давно есть запрос на новую, современную политику в отношении людей старшего возраста. Она должна опираться на дифференцированный подход, на создание условий, обеспечивающих как активное долголетие, так и эффективную поддержку тем, кто действительно нуждается в помощи».*

*Президент Российской Федерации В.В. Путин.*

*Заседание Президиума Госсовета по вопросам развития системы социальной защиты пожилых людей - 5 августа 2014 г.*

### Введение

В течение 20-го столетия в результате реализации «программы эволюционного развития живой природы» почти вдвое увеличилась средняя продолжительность жизни людей (с 40 до 70 лет) и более чем вдвое увеличился период их пребывания в молодом возрасте (с 20 до 45 лет). То есть, одновременно с хронологическим постарением, эволюция обеспечила человеку биологическое омоложение. Вследствие этого проблема старения получила противоречивые толкования: увеличение продолжительности жизни человека - как положительная составляющая, а рост численности «нетрудоспособного» населения - как отрицательная. Анализируя эту дилемму, прежде всего, следует принимать во внимание тот факт, что проблема старения концентрирует в себе демографические, экономические, социальные и личностные аспекты. При этом трудовая деятельность человека в таком сложном конгломерате занимает одно из важнейших мест, зна-

чимостью которого повышается по мере увеличения возрастных показателей населения.

Генеральная Ассамблея ООН провозгласила период с 2021 по 2030 годы «Десятилетием здорового старения» и возложила на ВОЗ ответственность за организацию его проведения. По прогнозам к группе 60 лет и старше в 2030 году будет относиться каждый шестой, а в 2050 году - каждый пятый человек в мире. К 2050 году население мира в возрасте 60 лет и старше - удвоится и достигнет 2,1 миллиарда, а в возрасте 80 лет и старше - утроится и достигнет 426 миллионов человек [1]. В настоящее время ВОЗ к когорте пожилых относит людей в возрасте от 60 до 75 лет, далее наступает период старости - до 90 лет, а затем - долголетие [2]. Однако на наш взгляд, с учётом современных глобальных изменений продолжительности жизни человека и динамики биологического возраста, период пожилого возраста следует увеличить, по крайней мере, до 85 лет.

Безусловно, эти прогнозы соответственно распространяются и на Российскую Федерацию. Современная демографическая ситуация в России обусловлена «замещением» поколений: выходом из 15-64 летнего возраста многочисленного послевоенного поколения и притоком в этот возрастной интервал малочисленного поколения людей, рождённых в нестабильные 90-е годы. Кроме того, серьёзными демографическими проблемами являются высокий уровень смертности в экономически активных возрастах и снижение рождаемости [3]. В результате экономические проблемы страны во многом будут определяться трудовой активностью населения старших возрастных групп. В Российской Федерации доля граждан пенсионного возраста к 2030 году вырастет до 40,7 млн человек [4]. При этом ожидаемая продолжительность жизни для 60-летних россиян составит достаточно продолжительный период – 18,6 лет [5]. Формирующееся положение даёт основание полагать, что доля пожилых людей в сфере трудовой деятельности будет только возрастать [6, 7].

Таким образом, на фоне общей тенденции старения населения возникает необходимость продления активного возрастного периода, для чего нужны не только специальные условия для поддержания здоровья пожилых людей, но и повышение их мотивации на активное участие в социально-экономической жизни страны, а также обеспечение базовой удовлетворённости качеством жизни. Использование трудовых ресурсов пожилого населения должно более активно осуществляться в различных направлениях. При этом наиболее важным является сохранение опытных кадров в руководящих экономических и государственных структурах, оптимальное поддержание принципа преемственности поколений. Всё это соответствует «Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года» [8], основной идеей которой является интеграция пожилых людей в трудовую деятельность. Эти стратегические задачи президент Российской Федерации В.В. Путин ещё раз чётко обозначил в своём выступлении на XXVII Петербургском международном экономическом форуме (июнь 2024 год).

Принципиально важно, что активное долголетие населения – это не только наиболее объективный интегральный показатель качества и эффективности работы всех сфер социальной деятельности государства, но и важный элемент обеспечения национальной безопасности [9].

### **Трудовой потенциал пожилых людей – важный экономический ресурс**

Виды и формы жизненных ценностей пожилого человека представляют собой устоявшуюся систему

мировоззрения, определяемую социальными, экономическими и бытовыми факторами. При этом профессиональная деятельность оказывает наиболее выраженное влияние на формирование этой системы. Труд, с одной стороны, является основой социальной самореализации пожилых людей, с другой – необходимым условием продления активной жизни и сохранения устойчивого положения пожилого человека в обществе и семье.

Мировые тенденции трансформации рынка труда демонстрируют постепенное смещение структуры занятости в сторону старших возрастов. Можно обоснованно утверждать, что старшее поколение сегодня стало более мобильным и социально активным, причём главным мотиватором к трудовой деятельности является рост ощущения у пожилых людей собственной полезности [10]. Эти ощущения подкрепляются высокой результативностью деятельности пожилых людей. Достаточно сказать, что около половины важнейших открытий делается людьми пожилого возраста, а средний возраст лауреатов Нобелевской премии находится на показателе пожилого – 61 год [11]. Отсюда следует, что увеличение численности пожилых людей в обществе обеспечивает соответствующее повышение скорости научно-технического развития экономики.

Основой мотивации на продолжение профессиональной деятельности должен стать психологический фактор. Надо отходить от ошибочных представлений о старшем возрасте как о периоде «вялого доживания», напротив, этот возраст предоставляет человеку возможность высоко продуктивной жизни. Все пожилые люди в общественном понятии часто объединяются в одну возрастную группу – «пенсионеры», при этом игнорируются их индивидуальные различия в состоянии физического и психического здоровья. Поэтому важно при создании условий работы для пожилых людей учитывать их возрастную гетерогенность, а не руководствоваться среднестатистическими показателями трудового поведения всей когорты представителей старшего возраста [12]. В настоящее время достаточно отчетливо оформилась возрастная группа, получившая название «третий возраст». Это пожилые люди 60-80 лет, они не причисляют себя к категории «стариков», сохраняют трудоспособность и потребность продолжать трудовую деятельность. Данный ресурсный потенциал для государства является значительной базой развития экономики [13].

Безусловно, важно как долго проживёт человек, но ещё важнее, насколько качественно он проведёт заключительный период своей жизни. Пожилые работники обладают обширными знаниями и профессиональными навыками. Работающим пожилым гражданам присущи такие черты, как высокая дисциплинированность, развитое чувство долга, созна-

тельность, ответственность на фоне высокого самоуважения, заботы о своей репутации, уверенности в себе, которая поддерживается собственным опытом и знаниями [14]. То есть, демографическое старение не должно рассматриваться под знаком «минус», напротив – этот процесс обеспечивает увеличение численности интеллектуальной элиты нации в результате продления периода её продуктивной деятельности.

Творческая активность, по сравнению с другими видами труда, в меньшей степени снижается в пожилом возрасте. Многие представители творческого труда, прежде всего видные учёные, сохраняют трудоспособность до глубокой старости. Желание продолжить трудовую деятельность после выхода на пенсию во многом обусловлено внутренней мотивацией к развитию как в профессиональной сфере, так и в личностном плане. Так, 68% опрошенных пенсионеров хотят продолжать трудовую деятельность, чтобы иметь возможность вести активную профессиональную жизнь, 65% – чтобы сохранить привычный уровень дохода, 53% – считают работу возможностью для личного развития [15]. Другие опросы также показывают, что многие пожилые люди ориентированы на продолжение трудовой активности. Так, 40% мужчин и 25% женщин в возрасте 60–69 лет заявляют, что у них есть желание и силы трудиться [16]. В Российской Федерации особенно много пожилых работников заняты в таких сферах, как наука, культура, педагогика, здравоохранение и социальное обслуживание.

Детальный анализ показывает, что реализация потенциала пожилых людей способна нейтрализовать если не все, то подавляющую часть «негативных» экономических эффектов, порождаемых так называемый «возрастной экономической нагрузкой» [17]. Если рационально и в полном объеме использовать профессиональный ресурс пожилых людей, то это во многом будет способствовать экономическому благополучию страны и значительно улучшит показатели здоровья населения.

### **Влияние трудовой деятельности на здоровье и продолжительность жизни**

Продолжение трудовой деятельности в пожилом возрасте является наиболее эффективным фактором увеличения длительности жизни, повышения её качества и укрепления здоровья. Труд – это самый мощный геропротектор! В большинстве субъектов РФ продолжительность жизни составляет от 70 до 75 лет [18]. Отмечено, что обращаемость за медицинской помощью у продолжающих трудовую деятельность пенсионеров составила 6,1 %, против 69,2% среди прекративших работать в связи с достижением пенсионного возраста. Показано, что средняя продолжительность жизни пенсионеров,

поддерживающих трудовую активность, на 7,3 года выше у мужчин и на 2,6 года у женщин по сравнению с лицами, прекратившими работать [19]. Работающие лица пожилого возраста, которые стремятся оставаться физически здоровыми, могут превзойти по работоспособности более молодых работников с гиподинамией [20].

Человека как личность формирует социальная среда. Социальные связи поднимают качество жизни пожилого человека на более высокий уровень, придают уверенность в себе, являются мощным стимулятором его физической и интеллектуальной активности, в итоге обеспечивают большую длительность жизни. Рвутся социальные связи – человек деградирует как личность. Социальная изоляция становится причиной депрессии, ухудшения здоровья, усиления беспомощности [21, 22]. Безделье разрушает личность, атрофирует тело, дух, интеллект. Всё выключенное из действия обречено на быстрое вырождение и гибель. Существует общепризнанный закон: старение меньше всего поражает и позже всего захватывает тот орган, который находится в состоянии высокой функциональной активности.

Важнейшее значение имеет научное обоснование и разработка концепции сохранения здоровья работников пожилого возраста, которая должна включать комплекс правовых, социально-экономических, организационно-технических, санитарно-гигиенических, лечебно-профилактических, реабилитационных мероприятий, направленных на снижение рисков развития нарушений в состоянии здоровья, предотвращение прогрессирования заболеваний, сохранение и продление профессионального долголетия лиц пожилого возраста [23].

В то же время нужна высокая личная ответственность за продолжительность и качество своей жизни. Человек обязан знать, что забота о нём, как о полноценном члене общества, должна лежать не только на плечах государства. Ответственность за своё здоровье – это персональная гражданская обязанность человека. Однако есть некие парадоксы психики человека. Так, например, «психическое умирание» многих людей происходит гораздо раньше, чем физическое одряхление. Такое состояние наблюдается у тех людей, которые по собственной воле начинают самоизолироваться, отказываться от возможных функций и ролей в обществе, что ведёт к сужению объёма личностных свойств, к деформации структуры личности. Некоторые «начинающие» пенсионеры в 65 лет уже кажутся одряхлевшими, страдающими от социального вакуума и чувства неполноценности [24]. Есть и такая странность. Почему-то никто не мечтает о том, чтобы было изобретено средство, которое без приложения невероятных усилий сделало бы его выдающимся

спортсменом. В то же время очень многие люди считают для себя не обязательным выдерживать значительно меньшие тяготы режима жизни, который ведёт к долголетию, в надежде на то, что в скором будущем появится чудодейственное средство, которое удалит все те патологические изменения, которые возникли у человека в результате лени и погони за сомнительными удовольствиями, вхождения в зону пороков и пребывания в сфере духовной нищеты.

Нужно помнить, что старость – это награда, которую судьба выдаёт далеко не каждому. В то же время старение – это не проблема, а естественный физиологический процесс, который нельзя победить, но его можно корректировать так, чтобы наш биологический возраст как можно дальше отставал от календарного. Только систематическая, упорная работа над собой, над своим физическим и духовным совершенствованием может сделать человека здоровым энергичным долгожителем, пребывающим в гармонии с собой, близкими и окружающей средой в целом.

### **Интеллектуальные особенности пожилого человека**

Старость – один из самых парадоксальных и противоречивых периодов жизни человека. Процесс старения представляет собой взаимодействие комплекса биологических, психологических и социальных процессов, при этом активность одних функций стареющего организма ухудшается, а другие функции могут сохраняться и даже развиваться [25, 26]. Важно подчеркнуть, что защита физиологического состояния интеллекта в пожилом возрасте – главная задача геронтологии и гериатрии. Современные исследования показали, что мозг постоянно создаёт новые клетки и формирует внутренние связи из нейронных стволовых клеток – пожизненного источника обновления нейронов и глии [27]. Открытие этого процесса, называемого нейрогенезом, разрушило догму о том, что «нервные клетки не восстанавливаются», оно радикально изменило и представления о динамике развития головного мозга в пожилом возрасте.

Процесс интеллектуального развития человека умственного труда принципиально безграничен – это основной способ его существования как личности. Структура мозга постоянно меняется на протяжении всей жизни организма, то есть нормальное старение, свободное от деменции, связано со структурными изменениями мозга [28]. Возрастные изменения мозга затрагивают все уровни его организации – от субклеточного до органного, и происходят на протяжении всего периода онтогенетического становления организма [29, 30]. Важно отметить, что большая часть пожилого населения демон-

стрирует «успешное» старение, при котором когнитивные нарушения минимальны [31].

Исследования скорости интеллектуального старения личности показывают, что только после 70 лет постоянно наблюдается скрытое снижение его производительности, а стабильность и даже увеличение интеллектуальных, в том числе когнитивных способностей, отмечается вплоть до 7-го и 8-го десятилетия жизни [32]. Мозг пожилых людей не становится слабее, наоборот – он знает больше, но с возрастом он работает медленнее, потому, что обладает большим объёмом знаний и дольше перепроверяет собственные решения, подобно компьютеру, загруженному огромным объёмом информации, требуется больше времени для обработки новых данных. Однако определённый тренинг, в принципе, может «разогнать» старый мозг настолько, что он будет даже обгонять молодой [33].

При оценке памяти у лиц в возрасте 70–90 лет многими исследователями отмечено снижение механического запоминания, в то время как логическая память сохраняется, т.е. смысловая память ослабевает меньше, чем образная [34, 35]. Важные результаты связаны со «словарным параметром», который показывает, насколько у человека обширная память. Отмечают, что вершина словарного запаса находится на 70-летнем рубеже. То есть современный человек накапливает интеллектуальную информацию практически до конца жизни [36, 37].

В старости путь сохранения интеллекта связан с поддержанием активного взаимодействия с социальной средой. Можно предположить, что интеллект с возрастом увеличивается настолько, насколько человек деятелен в осмыслении, упорядочивании и систематизации своего как положительного, так и отрицательного опыта, умения делать обобщающие выводы о социальной действительности, критично мыслить, сохранять объективный взгляд со стороны на возникающие ситуации [38].

Важно отметить, что информационное наполнение головного мозга существенно влияет на продолжительность жизни человека. Широкомасштабные исследования показали, что в различных странах отмечено неравенство в смертности по уровню образования: у людей с более низким уровнем образования обычно значительно более высокие показатели смертности и более низкая ожидаемая продолжительность жизни, чем у людей с более высоким уровнем образования [39]. Этот факт характерен и для России – в нашей стране люди с высшим образованием живут дольше, чем их менее образованные сограждане [40, 41]. В возрасте 50 лет для мужчин с высоким образовательным статусом ожидаемая продолжительность жизни на 3,0 года, а для женщин – на 4,4 года больше, чем для соответствующих представителей с низким образовательным статусом [42]. Отме-

чено, что в 1990-е годы и первую половину 2000-х годов смертность в России росла главным образом за счёт малообразованных групп населения [43].

Уровень образования также оказывает влияние на продолжительность трудовой деятельности людей в пенсионном возрасте: наиболее длительный срок отмечен у людей с высоким уровнем образования. Образование, особенно высшее, увеличивает конкурентоспособность работника на рынке труда и способствует занятию видами деятельности, требующими творчества, расширяет спектр рабочих мест, которые могут быть предложены пенсионерам и создаёт заинтересованность работодателя в сохранении квалифицированного работника. В результате образование способствует тому, что работа становится одним из обязательных компонентов образа жизни пожилого человека [44].

Представленные данные указывают на то, что нужно с осторожностью относиться к бытующим представлениям о деградации интеллекта в пожилом возрасте.

#### **Влияние межпоколенческих отношений на качество жизни и трудовую деятельность людей пожилого возраста**

Межпоколенческие отношения занимает ключевое положение не только в нравственной, но и в экономической политике общества и государства. В нашем обществе имеют место достаточно устойчивые амбивалентные стереотипы, которые определяют межпоколенческие взаимодействия как системообразующий социальный фактор [45]. Эти взаимоотношения открывают возможность формирования у пожилых людей установки на их значимость для молодых, на помощь им, у молодых – на принятие этой помощи [46]. Стереотипы оценки старости могут быть полярно противоположными: позитивными – в их основе лежат ценность жизненного опыта и мудрость старых людей, или негативными – на старого человека смотрят как на бесполезного, а его опыт расценивают как устаревший и неприменимый в текущее время. При тяготении к тому или иному стереотипу неплохо бы каждому вспоминать тот факт, что, начиная с времён Римской империи и по сей день, высшие государственные учреждения называется «сенат» (от слова «senex» – старик) [47].

При фактическом рассмотрении основную причину существования межпоколенческих противоречий следует усматривать в ряде причин. Так, молодость стремится к революционным преобразованиям, пожилой возраст – желает стабильности. Молодой человек имеет преимущество в анализе и развитии динамических процессов социальной жизни, а пожилой – в анализе и укреплении её устойчивых процессов. Пожилые люди отличаются большей внимательностью к тому, что делают, и поэтому им

может быть доверена работа, требующая высокой степени пунктуальности, точности. В то же время работа, где нужен темп – для молодых. Молодость – это энергия, пожилой возраст – профессиональные знания и опыт. Таким образом, труд молодых и пожилых – два взаимосвязанных и взаимодополняющих компонента социальной производственной сферы. Мудрость государственной демографической политики состоит в умении находить формы совмещения этих возрастных особенностей.

Однако введение обязательного для всех пенсионного («нетрудоспособного») возраста означает, что законодатель объявляет накопленный пожилыми людьми опыт утратившим социальное значение. В результате возникает трудовая дискриминация по признаку возраста. Несмотря на то, что многие представители пожилого возраста работают очень продуктивно, и финансовая отдача от их труда во много раз превосходит затраты на него, многие работодатели придерживаются возрастной дискриминации. Такое отношение является фактором роста социальной напряжённости и препятствует формированию сплоченности общества. Эти препятствия распространены как на институциональном уровне, так и на бытовом и семейном [48, 49]. Они поражают социальное течение дискриминации по возрасту – «эйджизм», которое на рынке труда проявляется в стремление работодателей выбирать более молодых работников, а граждан пожилого возраста под надуманными причинами увольняют или отказывают в трудоустройстве [50]. Пожилым людям, желающим трудиться, в основном предоставляются рабочие места, которые не соответствуют их ожиданиям, квалификации и стремлению реализовать себя. Значительная часть пенсионеров в России сталкиваются с трудностями в поиске работы и вынуждены соглашаться на любые предложения. Одновременно наблюдается высокий уровень возрастной дискриминации в оплате труда [51, 52]. Наибольшие заработные платы получают сотрудники в возрасте 25–44 лет, а затем уровень оплаты постепенно снижается [53].

В средствах массовой информации постоянно поднимается проблема так называемой «демографической нагрузки» [54]. Высказываются опасения, что глобальный эйджинг (старение) способен вызвать кризис, потрясти мировую экономику и даже подорвать основы самой демократии [55]. Однако беспокойство, прежде всего, должно вызывать не увеличение численности населения пожилого и старческого возраста, а существующий порядок распределения трудовых ресурсов. Так, например, количество чиновников в России в 90-е годы уже было больше, чем в СССР, а за 18 лет (2000–2018 гг.) ещё выросло в 1,85 раза [56]. Только в составе лицензирующих, контролирующих и регистрационных

органов работают более 1 млн 420 тыс. человек, а в таких фондах, как пенсионные, страховые, социальные – около 1 млн 600 тыс. человек [57]. А сколько трудоспособного населения оттягивают на себя различные ЧОПы, аппараты управления негосударственных структур! Даже не специалисту очевиден неадекватно большой объём фактически «омертвлённых» трудовых ресурсов, возвращение которых в активный сектор экономики могло быть решено посредством более рациональной организации общественного труда в целом и использования IT-технологий в частности. На необходимость использования искусственного интеллекта, в том числе в социальной сфере, указывал президент Российской Федерации В.В. Путин на XXVII Петербургском международном экономическом форуме (июнь 2024 год).

При вовлечении лиц пожилого возраста в трудовую деятельность целесообразно использовать опыт стран, лидирующих по доле пожилого населения, таких, например, как Монако и Японии, накопивших уникальный опыт включения пожилых граждан в различные виды деятельности наравне с представителями других возрастных категорий [58].

Одним из важнейших видов деятельности возрастных работников рассматривается институт наставничества. Практика наставничества, существовавшая в СССР, представляла собой непрерывный производственно-педагогический процесс на основе взаимодействия школ, профессиональных образовательных учреждений различного уровня и предприятий [59]. Наставник передаёт молодым специалистам накопленный практический опыт и уникальные знания, при этом для самого наставника снижается негативное влияние прекращения трудовой деятельности, повышается его социальный статус, а это является важнейшим фактором сохранения качества и увеличения продолжительности жизни.

Однако факты реальной жизни показывают и некоторые отрицательные тенденции. Так, старики всё чаще стали проживать отдельно от детей, а те, которые живут вместе с членами семьи и родственниками чаще предъявляют жалобы на ощущение одиночества, по сравнению с живущими отдельно. В связи с этим понятно стремление пожилых людей к самостоятельному проживанию, позволяющему им сохранять себя как личность и в большей степени ощущать свою независимость. Для таких стариков статус одиноко проживающего является психологически более комфортным, чем ощущение одиночества в семье [60].

Следовало бы чаще вспоминать, что материальные и иные блага, которыми располагают молодые поколения, являются результатом труда их предшественников – людей пожилого возраста. То, что производится сегодня, только отчасти продукт живого труда ныне работающих, в нем всегда присут-

ствует часть овеществлённого труда предшествующих поколений. Поэтому пожилые люди должны иметь равенство в распределении рентных доходов от эксплуатации инфраструктурных и природных ресурсов, на которые у них ничуть не меньше прав, чем у тех, кто участвует в текущем производстве. Однако такое распределение в настоящее время осуществляется с резким ущемлением интересов пожилых людей. Для недопущения возникновения дискриминационных отношений в обществе необходимо пересмотр социокультурной парадигмы отношения к старости и пожилым людям. Важно сформировать у молодого населения позитивные установки на старость, опираясь на тот абсолютный факт, что рано или поздно каждый из членов общества попадает в социально-демографическую группу пожилых и будет испытывать на себе заложенные им возрастные дискриминации [61].

### **Отношение государства к труду пожилых людей**

Рынок труда и занятость пожилых людей нуждаются в мерах государственного регулирования, которое должно содействовать решению задач по повышению эффективности занятости и повышению уровня жизни пожилых людей. Однако по данным Росстата численность работающих пенсионеров в России с 2015 года сократилась более чем в два раза: в 2015-м их было 15,3 млн, по состоянию на 1 января 2024 года – 7,9 млн [62]. Пенсионеры по возрасту продолжали свою профессиональную деятельность в 2020 году в течение 5,82 лет после выхода на пенсию, а в 2023 году этот срок значительно сократился – 2,3 года [63].

По-видимому, причиной этого является доминанта моделей социального статуса пожилых людей в России, которая принудительно вытесняет пожилого человека на «заслуженный отдых». В то время как современные социальные, биологические, экономические и культурные тенденции нацеливают пожилых людей на продолжение профессиональной деятельности и сохранение социальной активности. В связи с этим возникает необходимость создания долгосрочной доктрины трудовой деятельности пожилых людей, с учётом их психологической и мотивационной составляющих после выхода на пенсию [64]. Государство должно способствовать реализации экономической активности пожилых работников, адаптации их к рыночной экономике. Важными задачами государства являются увеличение гибкости рынка труда и обеспечение занятости населения старших возрастных групп путём использования человеческого и социального капитала старшего поколения через расширение информационной осведомлённости населения старших возрастных групп о возможных изменениях на рынке труда, ухода от стереотипных пред-

ставлений, отрицающих активную роль работников старших возрастов в обществе [65].

Важно обратить внимание на то, что стареет не только население в целом, но и когорта людей старших возрастов, то есть происходит «углубление» демографического старения [66]. Интересно отметить, что существенную часть всех политических и высших должностей государственной власти и управления до недавнего времени занимали люди «третьего возраста» [67]. В девяностые годы к власти пришли молодые управленцы. Но время идёт, и после тридцатилетнего устойчивого состояния властных органов России их состав значительно постарел. В результате стал просматриваться некий парадокс: к управлению государством пожилые люди допускаются, а к управлению учреждениями и даже внутри-учрежденческими структурами для них наложен запрет. В то время как конституционные гарантии права на свободный труд не содержат каких-либо ограничений, связанных с возрастом. В связи с этим следует напомнить, что процесс старения весьма быстротечен, вскоре он коснётся, и уже касается, самих «запретителей». Об этом госчиновники уже начали задумываться, о чём свидетельствует Федеральный закон № 424-ФЗ от 04.11.2022 г. [68].

Адекватное вовлечение в трудовую деятельность пенсионеров возможно только в том случае, если для них будут созданы особые условия труда. Это может сохранить в строю десятки миллионов людей, которые имеют большой опыт и большие знания. Если работающие пенсионеры в России в настоящее время занимают 20% от общего числа работающего населения [69], то при создании соответствующих условий эта цифра может быть увеличена до 25% и более. Государству и бизнес-сообществу необходимо создавать реально работающие механизмы использования профессионального потенциала пожилого населения, находить новые эффективные пути занятости пожилых людей.

Принципиальное значение для привлечения к трудовой деятельности людей пожилого возраста имеет формат пенсионного обеспечения – одна из наиболее сложных социальных проблем. На протяжении последних трёх десятилетий отечественная пенсионная система находится в процессе трансформации, но желаемого эффекта данные преобразования не принесли [70]. Что принимать в качестве основного критерия пенсионного обеспечения граждан: общую продолжительность жизни, демографические тенденции, трудовой стаж, социально-экономические факторы, общественное мнение и другие? Во многом неясность проблемы усугубляет ошибочная терминология. Нужно учитывать, что старость определяется не хронологическим возрастом, а индивидуальными показателями биологического возраста. Поэтому такие понятия как «трудоспособный» и «нетрудоспо-

собный» возраст аналогичны показателям «средней температуры по больнице». Не может быть «нетрудоспособного возраста», может быть нетрудоспособным только конкретный человек. Нужно также убрать из обихода понятие «пенсионный возраст», а формат «пенсия по старости» заменить на «пенсия за трудовой стаж». Стратегическое изменение идеологии пенсионного обеспечения явится мощным мотивирующим фактором к социально-экономической активности населения и поддержания профессионального долголетия. Однако государство решается только на такие тактические действия в решении пенсионной проблемы, как восстановление индексации пенсии работающим пенсионерам. Хотя и такое решение имеет определённое стимулирующее значение для продолжения трудовой активности людей старших возрастных групп.

В научной литературе отмечается недостаточное нормативное правовое регулирование отношений в области занятости пожилых лиц и предлагается ввести в Трудовой кодекс РФ главу, регулиющую труд пожилых работников, дающую им право на сокращённый рабочий день, дистанционную форму работы, гибкий график труда, создание адаптированных рабочих мест [71, 72].

Обществу, государству и человеку нужен системный подход к сохранению профессионального долголетия. Учитывая риски прекаризации занятости пожилых людей (вынужденный переход от постоянных гарантированных трудовых отношений к неустойчивым формам занятости), наряду с соответствующими решениями указанной проблемы на федеральном уровне, целесообразно предоставить регионам самостоятельность для определения мероприятий, наиболее эффективных в условиях территориального самоуправления. Положительным примером здесь может быть тот факт, что именно инициатива региональных властей обеспечила продолжение работы на прежних рабочих местах более 50% пенсионеров, занятых в области образования, здравоохранения, науки, жилищно-коммунального хозяйства [73]. Именно региональные власти должны уделять основное внимание предотвращению «выдавливания» работников предпенсионного возраста в неформальный сектор экономики [74-76].

### Заключение

Таким образом, трудовая деятельность пожилых людей – одна из важных составляющих экономического развития страны, физиологического процесса старения, активного долголетия и благополучия общества в целом [77, 78]. Проблемы, связанные с использованием труда пожилых людей, занимают важное место во внутренней политике нашего государства, однако их решению уделяется крайне недостаточное внимание.

## Литература [References]

- 1 Всемирная организация здравоохранения. Информационные бюллетени Старение и здоровье, 2021 г. World Health Organization. Ageing and Health. 2021. (In Russ). <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- 2 Международная классификация функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья. World Health Organization. International Classification of Functioning, Disability and Health. (In Russ). <https://www.who.int/topics/classification/ru/>
- 3 Прогноз долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2036 года, утверждённый Правительством Российской Федерации 22 ноября 2018 г. (протокол № 34, раздел II, пункт 2). Government of the Russian Federation. Long-Term Socio-Economic Development Forecast of the Russian Federation until 2036. 22 Nov. 2018. (In Russ). [https://coht.ru/files/46\\_pr.pdf](https://coht.ru/files/46_pr.pdf)
- 4 Прогноз долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2030 года. Подготовлен Министерством экономического развития РФ. С. 49. Ministry of Economic Development of the Russian Federation. Long-Term Socio-Economic Development Forecast of the Russian Federation until 2030. P. 49. (In Russ). <http://static.government.ru/media/files/41d457592e04b76338b7.pdf>
- 5 Горлин Ю.М. Об экономических стимулах к более позднему выходу на пенсию. *Экономическая политика*. 2017;1:84-113. Gorlin Yu. M. On Economic Stimuli for Later Retirement. *Economic Policy*. 2017;1:84-113. (In Russ).
- 6 Карпикова И.С., Баева О.Н. Трудовая занятость пожилых россиян: характеристика тенденций и возможностей реализации. *Социодинамика*. 2021;6:1-13. Karpikova I.S., Baeva O.N. Employment of Older Russians: Characteristics of Trends and Opportunities for Implementation. *Sociodynamics*. 2021;6:1-13. (In Russ).
- 7 Корнеева А.Д. Работники предпенсионного возраста на рынке труда в Российской Федерации. *Молодой учёный*. 2022;24(419):475-480. Korneeva A.D. Workers of Pre-Retirement Age in the Russian Labor Market. *Young Scientist*. 2022;24(419):475-480. (In Russ).
- 8 Распоряжение Правительства РФ № 164-р от 5 февраля 2016 г. Об утверждении Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года. Government of the Russian Federation. Strategy for Actions in the Interests of Senior Citizens in the Russian Federation until 2025. 5 Feb. 2016. (In Russ). <https://rosmintrud.ru/docs/government/173>
- 9 Шабунова А.А., Барсуков В.Н., Калачикова О.Н., Морев М.В. *Пожилые люди в современном российском обществе*. Вологда: ИСЭРТ РАН, 2015. (In Russ).
- 10 Барсуков В.Н., Шабунова А.А. Качество жизни и человеческий потенциал территорий. *Проблемы развития территорий*. 2018;4(96):87-102. Barsukov V.N., Shabunova A.A. Quality of Life and Human Potential of Territories. *Problems of Territory Development*. 2018;4(96):87-102. (In Russ).
- 11 Тютюнник В.М. Нобелевские лауреаты. Наукометрические исследования. *Современные проблемы науки и образования*. 2008;5(приложение):10-13. Tyutyunik V.M. Nobel Laureates. Scientometric Research. *Modern Problems of Science and Education*. 2008;5(application):10-13. (In Russ). <https://science-education.ru/ru/article/view?id=3013>
- 12 Miyashita T., Tada E., Arimoto A. Cross-sectional study of individual and environmental factors associated with lifespan mobility among community-dwelling independent older people. *Environmental Health and Preventive Medicine*. 2021;26(1):9-17.
- 13 Кулькова И.А., Плутова М.И. Трудовая деятельность как условие долголетия. Тенденции и перспективы развития. *Ежегодник УРГЭУ, РАН*. 2017;12(3):501-503. Kul'kova I.A., Plutova M.I. Labor Activity as a Condition for Longevity. Trends and Prospects for Development. *Yearbook of Ural State University of Economics*. 2017;12(3):501-503. (In Russ).
- 14 Журавлев Н.Ю. Пожилое население как эффективный ресурс современного рынка труда. *Материалы V Уральского демографического форума*. Екатеринбург: Изд-во Института экономики УрО РАН. 2014:54-58. Zhuravlev N.Yu. Older Population as an Effective Resource of the Modern Labor Market. Materials of the V Ural Demographic Forum. Yekaterinburg: Publishing House of the Institute of Economics, Ural Branch of the Russian Academy of Sciences. 2014:54-58. (In Russ).
- 15 Серегина Л.В. Некоторые правовые проблемы защиты от безработицы граждан старшего поколения. *Журнал российского права*. 2019;6:111-125. Seregina L.V. Some Legal Problems of Protecting Older Citizens from Unemployment. *Journal of Russian Law*. 2019;6:111-125. (In Russ).
- 16 Лысова О.В. Психологические факторы трудовой активности пожилого человека. *Вестн. ВолГУ Естеств. Науки*. 2016;1(15):84-91. Lyusova O.V. Psychological Factors of Labor Activity in Older Age. *Vestnik of Volgograd State University. Natural Sciences*. 2016;1(15):84-91. (In Russ).
- 17 Капелюшников Р.И. Феномен старения населения: экономические эффекты. *Экономическая политика*. 2019;14(2):8-63. Kapelyushnikov R.I. The Phenomenon of Aging: Economic Effects. *Economic Policy*. 2019;14(2):8-63. (In Russ).
- 18 Продолжительность жизни по России за 2020 и по годам: города и села. Rosstat. Life Expectancy in Russia for 2020 and by Years: Cities and Villages. (In Russ). <https://rosstat.gov.ru/wps/wcm/connect/rosstat/rosstatsite/main/population/population/demography/>
- 19 Вартанова М.Л. Факторы, способствующие сохранению трудовой деятельности в пожилом возрасте. *Деловой вестник предпринимателя*. 2020;2(2):17-26. Vartanova M.L. Factors Contributing to the Preservation of Labor Activity in Old Age. *Business Bulletin of the Entrepreneur*. 2020;2(2):17-26. (In Russ).
- 20 Eibich P. Understanding the effect of retirement on health: mechanisms and heterogeneity. *Journal of Health Economics*. 2015;43:1-12.
- 21 Minami U., Fukaya M., Hasebe T. et al. Effects of the Change in Working Status on the Health of Older People in Japan. *PIOS ONE*. 2015;10(12):1-10. e0144069. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0144069>
- 22 Всемирная организация здравоохранения. Информационные бюллетени Психическое здоровье и пожилые люди, 2017. World Health Organization. Mental Health of Older Adults. 2017. (In Russ). <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>
- 23 Анищенко Е.Б., Транковская Л.В., Важенина А.А., Тарасенко Г.А. Состояние здоровья, как фактор, влияющий на трудовую деятельность работающих лиц пожилого возраста. *Медицина труда и промышленная экология*. 2022;62(5):311-321. Anishchenko, E. B., Trankovskaya L.V., Vazhenina A.A., Tarasenko G.A. Health Status as a Factor Influencing Labor Activity of Working Older People. *Occupational Medicine and Industrial Ecology*. 2022;62(5):311-321. (In Russ).
- 24 Ананьев Б.Г. Личность, субъект деятельности, индивидуальность. Проблемы возрастной и дифференциальной психологии. М.: Директ-Медиа, 2008. Ananyev B.G. Personality, Subject of Activity, Individuality. Problems of Age and Differential Psychology. Moscow: Direct-Media, 2008. (In Russ).
- 25 Ермолаева М.В. Практическая психология старости. М., 2002. Yermolaeva M.V. Practical Psychology of Old Age. Moscow, 2002. (In Russ).
- 26 Белановская О.В. Старение и старость как предмет психологического исследования. *Горизонты зрелости: сборник тезисов участников пятой всероссийской конференции по психологии развития*. М., 2015:641. Belanovskaya O.V. Aging and Old Age as a Subject of Psychological Research. Horizons of Maturity: Collection of Abstracts of the Fifth All-Russian Conference on Psychology of Development. Moscow, 2015:641. (In Russ).
- 27 Gage F.H., Temple S. Neural stem cells: generating and regenerating the brain. *J. NEURON*. 2013;80(3):588-601.
- 28 Fjell A.M., Walhovd K.B. Structural brain changes in aging: courses, causes and cognitive consequences. *Rev. Neurosci*. 2010;21(3):187-221.
- 29 Blinkouskaya Y., Caçoilo A., Gollamudi T. et al. Brain aging mechanisms with mechanical manifestations. *Mechanisms of Ageing and Development*. 2021;200:1-36.
- 30 Dickstein D.L., Weaver C.M., Luebke J.I., Hof P.R. Dendritic spine changes associated with normal aging. *Neuroscience*. 2013;251:21-32.
- 31 Жемчугова И.И. Факторы сохранности интеллекта в пожилом возрасте. *Студенческий электронный журнал СТРИЖ*. 2020;6(35.1):34-37. Zhemchugova I.I. Factors of Intellectual Preservation in Old Age. *Student Electronic Journal STRIZH*. 2020;6(35.1):34-37. (In Russ).
- 32 Бойкова Е.В., Золотарева Л.К. Трудовая активность как индикатор социального самочувствия пожилого человека. *Власть и управление на Востоке России*. 2011;4:125-31. Boykova E.V., Zolotareva L.K. Labor Activity as an Indicator of Social Well-Being of Older People. *Power and Management in the East of Russia*. 2011;4:125-31. (In Russ).
- 33 Albert I.D. Steinberg age differences in strategic planning as indexed by the tower of London. *Child development*. 2011;9:1-49.

- 34 Александрова М.Д. О законах геронтогенеза. *Психология развития* (под ред. А.К. Болотовой, О.Н. Молчановой). М.: ЧеРо. 2005:452-454. Aleksandrov M.D. On the Laws of Gerontogenesis. *Psychology of Development* (edited by A.K. Bolotova and O.N. Molchanova). Moscow: Chero. 2005:452-454. (In Russ).
- 35 Регуш Л.А. Проблемы психического развития и их предупреждение (от рождения до пожилого возраста). СПб.: Речь, 2006. Regush L.A. Problems of Mental Development and Their Prevention (from Birth to Old Age). St. Petersburg: Speech, 2006. (In Russ).
- 36 Salthouse T.A. Trajectories of normal cognitive aging. *Psychol. Aging*. 2019;34(1):17-24.
- 37 Стасевич К. Как умственные способности меняются с возрастом. *Наука и жизнь*. 2024;4:76-99. Stasevich K. How Mental Abilities Change with Age. *Science and Life*. 2024;4:76-99. (In Russ).
- 38 Иванов А.А. Возрастные аспекты социального интеллекта. *Научные исследования в образовании*. 2009;1. Ivanov A.A. Age-Related Aspects of Social Intelligence. *Scientific Research in Education*. 2009;1. (In Russ).
- 39 Mackenbach J.P., Menvielle G., Jasilionis D. et al. Measuring educational inequalities in mortality. *Statistics directorate OECD. STD/DOC*. 2015;8:38.
- 40 Пьянкова А.И., Фаттахов Т.А. Смертность по уровню образования в России. *Экономический журнал ВШЭ*. 2017;21(4):623-647. Pyankova A.I., Fattakhov T.A. Mortality by Education Level in Russia. *Economic Journal of the Higher School of Economics*. 2017;21(4):623-647. (In Russ).
- 41 Харьков Т.Л., Никитина С.Ю., Андреев Е.М. Зависимость продолжительности жизни от уровня образования в России. *Вопросы статистики*. 2017;8:61-68. Kharkova T.L., Nikitina S.Yu., Andreyev E.M. Dependence of Life Expectancy on Education Level in Russia. *Demographic Review*. 2017;8:61-68. (In Russ).
- 42 Шульгин С.Г. Ожидаемая продолжительность жизни пожилых в России в зависимости от образовательного статуса. *Демографическое обозрение*. 2018;5(1):25-38. Shulgin S.G. Expected Life Expectancy of Older People in Russia Depending on Educational Status. *Demographic Review*. 2018;5(1):25-38. (In Russ).
- 43 Иванова А.Е., Землянова Е.В., Михайлов А.Ю., Головенкин С.Е. Различия смертности взрослого населения России по уровню образования. *Здравоохранение Российской Федерации*. 2014;2:4-8. Ivanova, A. E., Zemlyanova, E. V., Mikhailov, A. Yu., and Golovenkin, S. E. Differences in Mortality of Adult Population in Russia by Education Level. *Healthcare of the Russian Federation*, vol. 2, 2014, pp. 4-8. (In Russ).
- 44 Курносова С.А., Трушина И.А., Телицына А.Ю. и др. Образование как фактор удовлетворенности жизнью на пенсии. *Психологическая наука и образование*. 2024;29(1):31-46. Kurnosova S.A., Trushina I.A., Telitsyna A.Yu., et al. Education as a Factor of Life Satisfaction in Retirement. *Psychological Science and Education*. 2024;29(1):31-46. (In Russ).
- 45 Краснова О.В., Лидере А.Г. Социальная психология старения. М.: Академия, 2002. Krasnova O.V., Lidere A.G. Social Psychology of Aging. Moscow: Academy, 2002. (In Russ).
- 46 Широкова Т.М. Поздний возраст: исторический контекст. *Горизонты зрелости: сборник тезисов участников пятой всероссийской конференции по психологии развития*. Москва, 2015:641. Shirokova T.M. Late Age: Historical Context. *Horizons of Maturity: Collection of Abstracts of the Fifth All-Russian Conference on Psychology of Development*. Moscow, 2015:641. (In Russ).
- 47 Глуханюк Н.С., Гершкович Т.Б. Поздний возраст и стратегии его освоения. Екатеринбург: РГППУ, 2003. Glukhanyuk N.S., Gershkovich T.B. Late Age and Strategies for Its Mastery. Yekaterinburg: RSPU, 2003. (In Russ).
- 48 Ромашовская Р.М. Старшее поколение как ресурс социально-экономической модернизации России. *Экономическое образование*. М., 2014. Romashovskaya R.M. Older Generation as a Resource for Socio-Economic Modernization of Russia. *Economic Education*. Moscow, 2014. (In Russ).
- 49 Роик В.Д. Пожилые и стареющий социум России: выбор модели жизнедеятельности. М.: Проспект, 2016. Roik V.D. Older People and the Aging Society of Russia: Choosing a Life Model. Moscow: Prospect, 2016. (In Russ).
- 50 Куртасова П.С., Тощенко Ж.Т. Особенности трудовой деятельности работающих российских предпенсионеров. *Сборник статей по материалам XX Всероссийской научной конференции студентов и аспирантов*. М.: РГГУ, 2021. Kurtsasova P.S., Toshchenko Zh.T. Features of Labor Activity of Working Russian Pre-Retirees. *Collection of Articles Based on the Materials of the XX All-Russian Scientific Conference of Students and Postgraduates*. Moscow: RSUH, 2021. (In Russ).
- 51 Фролова Е.А., Кашапова Э.Р., Клемашева Е.И., Маланина В. А. Сравнительный анализ социально-демографических характеристик пожилых людей в России. *Векторы благополучия: экономика и социум*. 2019;4(35):54-62. Frolova E.A., Kashapova E.R., Klemasheva E.I., Malanina V.A. Comparative Analysis of Socio-Demographic Characteristics of Older People in Russia. *Vectors of Well-Being: Economy and Society*. 2019;4(35):54-62. (In Russ).
- 52 Ляшок В.Ю., Роцин С.Ю. Молодые и пожилые работники на российском рынке труда: являются ли они конкурентами? *Журнал новой экономической ассоциации*. 2017; 1: 117-140. Lyashok V.Yu., Roshchin S.Yu. Young and Older Workers in the Russian Labor Market: Are They Competitors? *Journal of the New Economic Association*. 2017; 1: 117-140. (In Russ).
- 53 Божин К.Л., Субботина Т.Н. Проблемы трудоустройства людей в пожилом возрасте. *Economy and Business: Theory and Practice*. 2022;12-1(94):55-60. Bozhin K.L., Subbotina T.N. Problems of Employment of Older People. *Economy and Business: Theory and Practice*. 2022;12-1(94):55-60. (In Russ).
- 54 Кудрин А., Гурвич Е. Старение населения и угроза бюджетного кризиса. *Вопросы экономики*. 2012;3:52-79. Kudrin A., Gurvich E. Aging Population and the Threat of Budget Crisis. *Economic Issues*. 2012;3:52-79. (In Russ).
- 55 Peterson P.G. Gray Dawn: The Global Aging Crisis. *Foreign Affairs*. 1999;78(1):42-55.
- 56 Федеральная служба государственной статистики. Federal State Statistics Service. (In Russ). [http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat\\_main/rosstat/ru/statistics/state/](http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat_main/rosstat/ru/statistics/state/)
- 57 Баязитова А. Имя им – легион. Сколько на самом деле чиновников в России. Klerk.ru. 2019. Bayazitova A. Their Name Is Legion. How Many Civil Servants Are There in Russia? Klerk.ru. 2019. (In Russ).
- 58 Субботина Я.П., Хусейнов Д.Р., Субботина Т.Н. Социальная политика в стареющих обществах: анализ Японии и Монако. *Modern Economy Success*. 2023;1:244-252. Subbotina Ya.P., Khuseynov D.R., Subbotina T.N. Social Policy in Aging Societies: Analysis of Japan and Monaco. *Modern Economy Success*. 2023;1:244-252. (In Russ).
- 59 Щербинин С.Н., Мысливец Н.Л., Барков С.А. Наставничество как инструмент привлечения лиц пенсионного возраста к активной трудовой деятельности. *Вестник Гродненского государственного университета им. Янки Купалы. Серия 5. Экономика. Социология. Биология*. 2022;12(1):91-96. Shcherbinin S.N., Myaslivets N.L., Barkov S.A. Mentorship as a Tool for Engaging People of Pension Age in Active Labor Activity. *Vestnik of Yanka Kupala State University of Grodno. Series 5. Economics. Sociology. Biology*. 2022;12(1):91-96. (In Russ).
- 60 Холостова Е.И. Социальная работа с пожилыми людьми. М.: Дашков и Ко, 2009. Kholostova E.I. Social Work with Older People. Moscow: Dashkov and Co., 2009. (In Russ).
- 61 Барсуков В.Н. Причины и последствия конфликта поколений как социальной проблемы стареющих государств. *Социальное пространство*. 2016;5:1-10. Barsukov V.N. Causes and Consequences of the Conflict of Generations as a Social Problem of 'Aging' States. *Social Space*. 2016;5:1-10. (In Russ).
- 62 Пенсии и пенсионная реформа в России. Pensions and Pension Reform in Russia. (In Russ). OK.RU. <https://m.ok.ru/group/53019622113499/topic/156121334800603?aid=topicMore>
- 63 Banki.ru. <https://www.banki.ru/news/lenta/?id=10985522>
- 64 Барсуков В.Н., Чекмарева Е.А. Последствия демографического старения и ресурсный потенциал населения третьего возраста. *Проблемы развития территории*. 2017;3(89):92-108. Barsukov V.N., Chekmareva E.A. Consequences of Demographic Aging and Resource Potential of the Population of the 'Third' Age. *Problems of Territory Development*. 2017;3(89):92-108. (In Russ).
- 65 Калабина Е.Г., Газизова М.Р., Хусаинова Ж.С. Структурная динамика занятости населения старшего возраста стран-участниц Евразийского экономического союза. *Экономика региона*. 2021;17(3):842-854. Kalabina E.G., Gazizova M.R., Khusaenova Zh.S. Structural Dynamics of Employment of Older People in the Countries of the Eurasian Economic Union. *Economy of the Region*. 2021;17(3):842-854. (In Russ).

- 66 Буров А.Н., Дильман Д.А., Охременко И.В. Демографическое старение: Историко-социологический аспект (на примере г. Волгограда и волгоградской области). *Современные проблемы науки и образования*. 2015;1-1. Burov A.N., Dilman D.A., Okhremenko I.V. Demographic Aging: Historical and Sociological Aspects (on the Example of Volgograd and the Volgograd Region). *Modern Problems of Science and Education*. 2015;1-1. (In Russ). <https://science-education.ru/ru/article/view?id=19367>
- 67 Газимагомедова П.К. Отечественный опыт социальной работы в охране здоровья. М.: Перо, 2012. Gazimagomedova P.K. Domestic Experience of Social Work in Health Care. Moscow: Pero, 2012. (In Russ).
- 68 Федеральный закон от 04.11.2022 г. № 424-ФЗ О внесении изменений в статьи 22 и 251 Федерального закона О государственной гражданской службе Российской Федерации. Federal Law No. 424-FZ of 04.11.2022 On Amendments to Articles 22 and 251 of the Federal Law 'On State Civil Service of the Russian Federation'. (In Russ).
- 69 Доброхлеб В.Г., Барсуков В.Н. Демографические теории и региональный аспект старения населения. *Экономические и социальные перемены: факты, тенденции, прогноз*. 2017;10(6):89-103. Dobrokhleb V.G., Barsukov V.N. Demographic Theories and Regional Aspect of Population Aging. *Economic and Social Changes: Facts, Trends, Forecast*. 2017;10(6):89-103. (In Russ).
- 70 Лубсанова Ю.Б. Проблемы современной пенсионной системы Российской Федерации и предложения по ее совершенствованию. *Актуальные исследования*. 2023;10(140). Lubsanova Yu.B. Problems of the Modern Pension System of the Russian Federation and Proposals for Its Improvement. *Actual Research*. 2023;10(140). (In Russ).
- 71 Измеров Н.Ф. Работа в пожилом возрасте. *Медицина труда и промышленная экология*. 2012;2:3-8. Izmerov N.F. Work in Old Age. *Occupational Medicine and Industrial Ecology*. 2012;2:3-8. (In Russ).
- 72 Чесалина О.В. От нестандартных форм занятости до работы на основе интернетплатформ. *Трудовое право в России и за рубежом*. 2018;1:22-25. Chesalina O.V. From Non-Standard Forms of Employment to Work Based on Internet Platforms. *Labor Law in Russia and Abroad*. 2018;1:22-25. (In Russ).
- 73 Абдуллаева Э.Т. Стимулирование и поощрение труда пожилого населения. *Трудовое право в России и за рубежом*. 2018;2:41-43. Abdullaeva E.T. Stimulating and Encouraging Labor of Older People. *Labor Law in Russia and Abroad*. 2018;2:41-43. (In Russ).
- 74 Сони́на Ю., Колосни́цына М. Пенсионеры на российском рынке труда: тенденции экономической активности людей пенсионного возраста. *Демографическое обозрение*. 2015;2:37-53. Sonina Yu., Kolosnitsyna M. Pensioners in the Russian Labor Market: Trends in Economic Activity of People of Pension Age. *Demographic Review*. 2015;2:37-53. (In Russ).
- 75 Барсуков В.Н. Трудовая активность населения пенсионного возраста как фактор социально-экономического развития территории. *Экономические и социальные перемены: факты, тенденции, прогноз*. 2016;1:195-211. Barsukov V.N. Labor Activity of the Population of Pension Age as a Factor of Socio-Economic Development of the Territory. *Economic and Social Changes: Facts, Trends, Forecast*. 2016;1:195-211. (In Russ).
- 76 Челомбитко А.Н. Разработка механизма управления формированием эффективной занятости пожилых людей. *Экономика и менеджмент систем управления*. 2017;3:39-47. Chelombytko A.N. Developing a Mechanism for Managing the Formation of Effective Employment of Older People. *Economy and Management Systems*. 2017;3:39-47. (In Russ).
- 77 Агранович М. Оценка шансов на занятость работников предпенсионного и пенсионного возрастов. *Экономическая политика*. 2019;14(2):90-109. Agranovich M. Assessing the Chances of Employment of Pre-Retirement and Pension Age Workers. *Economic Policy*. 2019;14(2):90-109. (In Russ).
- 78 Колосни́цына М.Г., Герасименко М.А. Экономическая активность в пожилом возрасте и политика государства. *Ежеквартальный научно-образовательный журнал*. 2014;4:47-68. Kolosnitsyna M.G., Gerasimenko M.A. Economic Activity in Old Age and State Policy. *Quarterly Scientific and Educational Journal*. 2014;4:47-68. (In Russ).

#### Авторская справка

##### Шабалин Владимир Николаевич

Д-р мед. наук, профессор, академик РАН, заведующий кафедрой клинической медицины, Московский медицинский университет «Реавиз».

ORCID 0000-0002-1861-759X

Вклад автора: постановка задач, планирование концепции исследования.

##### Шатохина Светлана Николаевна

Д-р мед. наук, профессор, заведующая кафедрой клинической лабораторной диагностики, Московский областной научно-исследовательский клинический институт им. М.Ф. Владимирского.

ORCID 0000-0001-9441-4383

Вклад автора: написание текста работы, подготовка выводов.

#### Author's reference

##### Vladimir N. Shabalin

Dr. Sci. (Med.), Professor, Academician of the Russian Academy of Sciences, Head of the Department of Clinical Medicine, Moscow Medical University "Reaviz".

ORCID 0000-0002-1861-759X

Author's contribution: research concept and planning.

##### Svetlana N. Shatokhina

Dr. Sci. (Med.), Head of the Department of Clinical Laboratory Diagnostics, Moscow Regional Scientific Research Clinical Institute named after M.F. Vladimirovsky.

ORCID 0000-0001-9441-4383

Author's contribution: writing the text of the work, the conclusions.